

RNI No. UPHIN/2011/40224

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

हिन्दी मासिक पत्रिका
मार्च - 2024
मूल्य: 20/- रुपये मात्र

प्रकृति मेल

भावना की विजय

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 सीदापुर, लखनऊ।

कोमल

बिल्डिंग मैटेरियल

सत्य प्रकाश मिश्रा (राहुल मिश्रा)

बिक्रेता • बालू • मौरंग • सीमेंट • गिट्टी

मछली शहर, जौनपुर **मो0 9792512188**

प्रकृति मेल

हिन्दी मासिक पत्रिका

वर्ष: 13 अंक : 9 | मार्च -2024

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,
गौरव पंत, अभिषेक पंत,
हेमंत पाण्डेय, प्रशांत द्विवेदी,
सुमनलता यादव, मानवेन्द्र त्रिपाठी, 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 मडवाना, जनपद-लखनऊ, उ. प्र. पिन-226104 से मुद्रित कराकर सूर्या आश्रम, मानव नगर, कल्याणपुर, लखनऊ, उ. प्र. से प्रकाशित किया।

संपादक - अशोक मानव

Website : www.prakritimail.com

Email : info@prakritimail.com

editor.prakritimail@gmail.com

अंदर के पन्नों पर



P 8

वास्तविक स्वतंत्रता
और मुक्ति

P 10

प्रकृति आवरण पर्यावरण

P 11

स्वसिद्ध परिणाम

P 16

विचार

P 20

महाप्राण निराला और
ऋतुराज

P 22

अनिवार्य है महत्त्वपूर्ण
व्यक्तियों की ईमानदारी

P 24

हमारी अवस्था और
प्राकृतिक विधान

P 28

प्रदूषित प्राकृतिक तत्व
और मानसिक स्वास्थ्य

P 35

ग्राहक हितार्थ बैंकिंग लेन-
देन से संबंधित

P 40

सृजनशीलता

P 32

प्रकृति विज्ञान

भावना की विजय

प्रकृति सही गलत की परिभाषा से नहीं बल्कि जिसके लिए जिसे उत्पन्न करती है उसे पूरा करना उसका उद्देश्य है जो एक दूसरे के मिलान से जो एक दूसरे के प्रति भावना बनती है वही दोनो के संदर्भित उद्देश्य को पूरा करती है जिसमे दोनो विजेता होते है जो जिसके लिए उत्पन्न होता है वही पूर्ण होता है जिसे 'भावना की विजय' कहते है।





अशोक मानव



जीव की शरीर रुपी भौगोलिक संरचना स्व-रसायन से बनती है जो बाह्य ज्ञान से नहीं बल्कि रासायनिक नजर शारीरिक अवस्था विशेष से बाह्य जगत के स्वतत्त्व रसायन (ईंधन) को सक्रीय कर स्वभूगोल से जोड़कर रासायनिक मिलान के विज्ञान से विषय को पूरा कर लेना ही 'साध्य' है।



साध्य

सा - सार्थक, ध् - ध्येय, य - यतन

अर्थात् सार्थक ध्येय का पतन। साध्य का पर्याय ज्यादातर लोग अध्यात्म के लिए मानते हैं जिसमें अपने ईस्ट की प्राप्ति को साध्य कहते हैं। व्यवहारिक अर्थों में साध्य को अपने उद्देश्य की प्राप्ति मानते हैं। प्राकृतिक अर्थों में अपनी प्रवृत्ति को स्वभाव बनाकर उसी का विकास करते हुए प्रकृति में स्थापित करने को साध्य कहते हैं। वैज्ञानिक अर्थों में अपने कार्यों पर केंद्रित करना साध्य है। एक शब्द में कहा जाए तो "अपने उद्देश्य को स्थापित कर लेना ही साध्य है।" साध्य सार्थक ध्येय का पतन है जिसमें साधन और साधना की आवश्यकता होती है। साधन में ही साध्य छिपा होता है साधना तो साध्य की तकनीक है। साधन शरीर है जिसका स्वरूप गुण पदार्थ साध्य के अनुरूप ही विकास करता है। इसके अंदर उसकी प्रवृत्ति अपने गुण का स्वभाव बनाती है। स्वभाव के अनुसार व्यक्ति के अंदर उसे प्राप्त करने की इच्छा पैदा होती है। जिसे वह पाना चाहता है, इसे पाने के लिए साधना की आवश्यकता होती है। साधना जीव की तकनीकी विद्या है। जिसे अपनी इच्छा के प्रति केंद्रीकरण को कहते हैं। पर साध्य की प्राप्ति प्रवृत्ति के स्वभाव की इच्छा के प्रति केंद्रित होने के बाद ही होती है, यदि व्यक्ति की इच्छा दूसरों से प्रभावित नहीं होती और अपनी प्रवृत्ति के स्वभाव के अनुरूप होती है तो उसकी प्राप्ति जीवन में खुशियां फैलाती हैं। प्रसन्नता प्रकृति की वह सुगंध है जो सारे जहां को महकाती है। हर परिस्थिति में खुश रह लेना ही जीवन का सबसे बड़ा साध्य है, व्यक्ति जीवन में हर साधन इसी की प्राप्ति के लिए बनाता है।

वर्तमान समय में मानव साधन को ही साध्य बना बैठा है। धन, संपत्ति, पद को बढ़ाना ही अपना साध्य बना लिया है, यह तो साधन भी नहीं है साधन का सहायक है, साध्य का साधन तो शरीर है। वर्तमान समय में ही नहीं बल्कि धन संपत्ति पद की आवश्यकता हर समय में होती है, जो साधन का सहायक बनकर साध्य में सहयोग प्रदान करती है। साध्य के साधन में परिवार और रिश्ता भी जुड़ता है, परिवार जन्मजात होता है जिसे बदला नहीं जा सकता है इसके स्वभाव का मिलान करके अपनी प्रसन्नता बनाए रखनी चाहिए पर रिश्ता बाद में जोड़ा जाता है, इसे जोड़ते समय अपने स्वभाव का मिलान अवश्य करना चाहिए, स्वभाव मिलने पर साध्य में सहायक होता है। हर व्यवस्था व्यक्ति बनाता है जिसका उद्देश्य अपनी खुशी होती है पर इसे इकट्ठा करते-करते जीवन बीत जाता है। खुश रहने का समय नहीं बचता जबकि "हर परिस्थिति में खुश रह लेना जीवन का सबसे बड़ा साध्य है", जीवन में आने वाली रुकावट को दूर कर खुशियां बिखेरना ईश्वर का साध्य है। जमीनी निर्माण में वह खट्टा मीठा अहसास देता है। जो आवश्यक है, क्योंकि बिना जमीन के गुणात्मक बीज नहीं जन्म ले सकता है और बिना गुणात्मक बीज के खुशी कहां पैदा हो सकती है ? परिस्थितियां जमीनी

निर्माण है जो उसमें भी खुश रह लेता है ईश्वर उसके साथ रहता है। साध्य का आध्यात्मिक अर्थ जो मानते हैं उसमें ईश्वर की प्राप्ति ही साध्य है।

साध्य का वास्तविक अर्थ जानने के लिए अपनी उत्पत्ति का कारण जानना आवश्यक है। इसका कारण है स्वभाव का गुण पदार्थ का निर्माण करना। जीव निर्माण से प्रकृति में गुण पदार्थ का विस्तार होता है, मानव का भी निर्माण प्रकृति में गुण पदार्थ का विस्तार करना होता है। साधन तो उसके स्वभाव के विकास के लिए होता है वास्तविक साध्य तो अपनी प्रवृत्ति के स्वभाव पर चलते हुए खुश रह लेना ही होता है। ऐसा करते रहने से उसके स्वभाव की सुगंध प्रकृति में निकलती रहती है, जो स्थाई रूप ले लेती है और उसके शरीर में उसी स्वभाव के गुण का पदार्थ बनता रहता है जो परिपक्व होने के बाद शरीर प्रकृति में छूट जाता है जो रसायनिक क्रिया के बाद उसी स्वभाव के गुण का पदार्थ बन जाता है यही व्यक्ति का स्थाई निर्माण होता है। यह पदार्थ अपने स्वभाव के गुण की गंध छोड़कर उसी गुण का विकास करता है।

स्वभाव की गंध और पदार्थ की गंध मिलकर प्रकृति के सभी गुणों को अपने से जोड़कर उसी गुण के जीव का निर्माण सदैव करने लगती है। प्रकृति का साध्य जीव निर्माण गुण विशेष के लिए होता है, इसलिए मानव अपनी प्रवृत्ति के अनुसार स्वभाव बनाकर उसी से शरीर का सीमांकन करते हुए दूसरे के गुणों से प्रभावित न होकर अपने स्वभाव को जीवन की गुंजन बनाते हुए कार्यों में ध्यानित होकर उसे पूरा करते रहना चाहिए। यही उसके जीवन का सबसे बड़ा साध्य है इसी से जीवन सार्थक होता है। यही प्रकृति द्वारा दी गई जिम्मेदारी होती है जिसे पूरा करना जीवन का साध्य है।



पाठकनामा



प्रकृति में निरंतर परिवर्तन प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष रूप से हो ही रहे हैं इसे नकारा नहीं जा सकता, इसका पता भौतिकता में चाहे जाना ना जा सके परन्तु प्रकृति मेल इसका आभास रखती है और यदि हम एहसास चाहते हैं ना की समझना तो वो हमे इस पत्रिका के किन्ही लेखों की पंक्तियों में मिल भी जायेगा, बस पत्रिका को सरल भाव से पढने की जरूरत है, हा ये अवश्य है की एहसास सबका भिन्न भिन्न होगा मगर वह उनकी अपनी भूमि अनुसार होगा कहने का तात्पर्य है की पत्रिका का एहसास आप अपने स्वाभाव अनुसार ही पाएँगे मगर आप एहसास जरूर पाएँगे।

धन्यवाद

मानवेन्द्र

लखनऊ

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

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

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

email - editor.praakritimail@gmail.com

Contact: 9807636072, 7376495194



“

गांवों और किसानों की समस्याओं पर सरकार के साथ समाज का भी ध्यान होना चाहिए।

उमेश चतुर्वेदी



“

अमीरात की सरकार अन्य देशों के लोगों की तुलना में भारतीय नागरिकों को वरीयता देती हैं, क्योंकि आदर्श व्यवहार और परिश्रम में उनका कोई सानी नहीं।

श्रीराम चौलिया



“

मुझे अभी भी उन दर्शकों के लिए जो मुझे पसंद करते हैं, उनके लिए अच्छा काम कैसे करना है वह सीखना है।

शाहरूख खान



“

अब चुनौती यह है कि छोटे शहरों की गुणवत्ता बनाकर रखी जाए और इन्हें शहरी फैलाव न बनने दिया जाए।

अद्वैता काला



“

परिणामों का अभाव ही इसमें सुधार की जरूरत को दर्शाती है।

एस जयरांकर



“

डूमस डे घड़ी दर्शा रही है कि इस समय धरती किसी बहुत बड़े संकट के सबसे करीब है।

भारत डोगरा





वास्तविक स्वतंत्रता और मुक्ति



कामेश

मानव अपने आप को स्वतंत्र रखने के प्रयास में अनवरत अग्रसर रहता है, और स्वतंत्रता के लिए अनेक अनेक युद्ध भी लड़ता रहा है। आज जब भी हम इतिहास के पन्ने खोलने बैठते हैं तो सदियों का मानव इतिहास स्वतंत्रता की लड़ाई से भरा पड़ा मिलता है। ना जाने कितने शूरवीरों ने अपने प्राण न्योछावर कर दिए और फिर भी यह परतंत्रता कहीं ना कहीं हमेशा रही ही है। वास्तव में स्वतंत्रता की लड़ाई का मुख्य कारण हमेशा से बाह्य आक्रमण करियों से या फिर सत्ता में बैठे हुए सत्ताधारियों से रही है परंतु वास्तव में हमने जब भी लड़ाई लड़ी और जीती है तब तब हमने अपने ऊपर एक शासक चुन के पुनः उसकी अधीनता को स्वीकार है। अर्थात हम अपनी स्वतंत्रता को अपने बंधन में बंधने को ही मानते रहे हैं। मानव जाति के अलावा सृष्टि के सभी जीव स्वतंत्र हैं चाहे वह जंगली हो या खूटे से बंधे होए बस मानव ही एक ऐसा प्राणी है जो अपने बंधन स्वयं बनाता है। स्वतंत्रता की चाहत रखने वाला अपने लिए बंधन का पास लिए स्वयं बैठा है कि जैसे मानो की मुझे यह रस्सी नहीं पसंद है मुझे मेरी रस्सी से बांधा जाएयही एक ऐसा प्राणी है जो अपने बंधन का सामान खुद लेकर खुद से बंधने को ही अपनी स्वतंत्रता मानता है। जब तक इसके



वास्तव में स्वतंत्रता की वास्तविक परिभाषा से अनभिज्ञ होने के कारण लोग रस्सी बदलने को ही अपनी स्वतंत्रता मान लेते हैं। वास्तव में जब तक मनुष्य स्वतंत्रता का वास्तविक अर्थ न समझ ले तब तक बंधन मुक्त हो ही नहीं सकता। आज हम जिस स्वतंत्रता की चर्चा करना चाहते हैं वह किसी आक्रमणकारी या किसी सत्ता का बंधन नहीं बल्कि खुद से खुद की परतंत्रता से मुक्ति का नाम है। जब तक कोई भी प्राणी अपने भावों और विचारों से मुक्त नहीं होता तब तक वह बंधन मुक्त नहीं हो सकता क्योंकि बंधन कोई स्थूल अवस्था नहीं है जिसे जब चाहे हाथों से उखाड़ फेंका जाए

खुद के पास इसके गले में ना लग जाए तब तक यह स्वतंत्रता की दुहाई देता दिखाई देता है और जैसे ही अपने खुद के बने बंधन से बंध जाता है तब खुद को स्वतंत्र महसूस करता है परंतु बंधन तो बंधन है यदि गले में रस्सी बांधी है तो कसाव तो होगा ही बंधने का एहसास तो होगा ही। अतः कुछ दिन बाद अपनी बनाई हुई पास से भी संतुष्ट नहीं हो पाता और फिर वही द्रंद शुरू हो जाता है क्योंकि वास्तव में जिसे यह स्वतंत्रता समझता है वह वास्तव में स्वतंत्रता होती ही नहीं बस बंधन का बदला हुआ दूसरा रूप होता है रस्सी बदलती है परंतु कसाव तो वही होता है।

वास्तव में स्वतंत्रता की वास्तविक परिभाषा से अनभिज्ञ होने के कारण लोग रस्सी बदलने को ही अपनी स्वतंत्रता मान लेते हैं। वास्तव में जब तक मनुष्य स्वतंत्रता का वास्तविक अर्थ न समझ ले तब तक बंधन मुक्त हो ही नहीं सकता। आज हम जिस स्वतंत्रता की चर्चा करना चाहते हैं वह किसी आक्रमणकारी या किसी सत्ता का बंधन नहीं बल्कि खुद से खुद की परतंत्रता से मुक्ति का नाम है। जब तक कोई भी प्राणी अपने भावों और विचारों से मुक्त नहीं होता तब तक वह बंधन मुक्त नहीं हो सकता क्योंकि बंधन कोई स्थूल अवस्था नहीं है जिसे जब चाहे हाथों से उखाड़ फेंका जाए या कोई स्थान या कोई सामाजिक अवस्था नहीं जिससे जब चाहे दूर हो जाए और स्वतंत्र हो जाए। वास्तव में बंधन उस जानकारी और अनुभव का नाम है जो कि हम समाज से ज्ञान या शिक्षा के रूप में प्राप्त करते आए हैं। हमने बचपन से जो कुछ भी जाना है जितना भी सीखा है यह सब हमारे लिए एक-एक सूक्ष्म धागे के रूप में बंधन बनते गए और जैसे-जैसे जानकारी बढ़ती गई मान्यताओं पर भरोसा विश्वास बढ़ता गया वैसे-वैसे धागे बढ़ते गए और हम बंधते चले गए। वास्तव में जो जितना जानकार और ज्ञानी होता गया उसका बंधन भी उतना ही मजबूत होता चला गया। और

यही कारण है कि एक भी व्यक्ति वास्तविक रूप से स्वतंत्र नहीं है। और जो लोग सत्ता को गुलामी मानते हैं वह बहुत बड़े बंधन में नहीं हैं क्योंकि इस बंधन को तो आसानी से तोड़ा जा सकता है कुछ लोग सामाजिक व्यवस्था को बंधन मानते हैं परंतु सामाजिक बंधन भी कोई बहुत गहरी बंधन नहीं होते क्योंकि सामाजिक बंधन बस हमारे क्रियाकलाप या व्यवहारिक जीवन तक ही हमें प्रभावित करते हैं और इस बंधन में रहकर भी हम आसानी से स्वतंत्र रह सकते हैं इससे थोड़े और गहरी जो बंधन समझते हैं वह परिवार और रिश्ते को मानते हैं परंतु यह परिवार और रिश्ते भी मनुष्य के लिए उतने बड़े बंधन नहीं हो सकते। क्योंकि जैसा कि अक्सर देखने को मिलता है कि लोग घर परिवार छोड़ कर चले जाते हैं कभी वापस नहीं आते बल्कि ऐसा करने वालों की संख्या तो बहुत है जिन्होंने घर परिवार के बंधन से खुद को मुक्त कर लिया हो परंतु क्या वे सभी लोग वास्तव में स्वतंत्र हो पाएँकभी भी कोई स्वतंत्र नहीं हुआ। बल्कि ऐसे लोग जो घर परिवार और समाज से दूर होकर परमात्मा चिंतन में लगे वह तो और बड़ी रस्सी बांध लिए क्योंकि घर परिवार का बंधन तो मात्र तब तक का था जब तक की जीवन था परंतु यह तो परमात्मा की खोज का बंधन जीवन के बाद भी लगा रहने वाला है इससे भी महत्वपूर्ण तो यह है कि वास्तव में आखिर स्वतंत्रता तो होती ही नहीं क्योंकि जब तक अपनी धारणा से कुछ भी पाने या कुछ भी करने की धारणा बनी रहती है तब तक एक बंधन गले में आवश्यक होता है। उदाहरण के तौर पर मान लिया जाए की कोई व्यक्ति किसी से मतलब नहीं रखता बस निरंतर ईश्वर की भक्ति में लगा है तो वास्तव में जो बंधन उसका परिवार में था वही बंधन उसने ईश्वर में लगा लिया उसने वास्तव में खूंट बदल लिया बस रस्सी तो गले में वही फंसी है और दूसरी तरफ यदि कोई यह सोचता है कि घर परिवार समाज

और ईश्वर भी कुछ नहीं है और अपने आप को पूर्णतया नास्तिक मानकर स्वतंत्र समझता है तो उसके गले में एक ऐसा फंदा लगा है जो की मानने का है क्योंकि किसी को ना मानना भी उसका अपना सिद्धांत है अपना मानना है या नहीं कि अब वह अपने इस बंधन में बंधा हुआ है कि मुझे किसी को नहीं मानना है। अब यदि कभी उसकी इच्छा हो भी रही की मान लिया जाए तो भी वह अपनी धारणा अपनी सोच के कारण नहीं मान पाएगा और ऐसा होना निश्चित है क्योंकि प्रकृति में सब कुछ अज्ञेय अवस्था है अगले क्षण क्या होना है कुछ पता नहीं वास्तव में जब तक हम अपनी किसी भी धारणा के तहत जीवन जी रहे तब तक हम स्वतंत्र नहीं हो सकते। क्योंकि हम पूर्णतया सहज नहीं रह पाते क्योंकि जब भी हमारे सिद्धांत या धरना के विपरीत कोई अवस्था बनेगी कोई भी परिस्थिति उत्पन्न होगी तो हमारी सहजता में हलचल अवश्य होगी और असहजता महसूस होगी ही।

वास्तव में स्वतंत्रता हम जिसे समझते हैं उसका नाम 'तंत्र'से बना है और तंत्र का अर्थ ही है बंधन। वह 'तंत्र'चाहे खुद का बनाया हुआ हो या दूसरे का परंतु है तो बंधन ही अपने नियम अपने कायदे अपनी धारणा पर चलना भी एक पूर्ण सहजता नहीं हो सकती क्योंकि कभी ना कभी यह भी हमें असहज महसूस अवश्य कराती रहेगी। वास्तविक स्वतंत्रता तो तब है जब स्वतंत्रता और परतंत्रता का भेद ही मिट जाए। जब दोनों का अर्थ ही समाप्त हो जाए और कभी यह भी कोई अवस्था है ऐसी धारणा ही न बने यानी कि जब तक हमारे विचारों और भावों में स्वतंत्रता की भावना होगी हम किसी न किसी रूप में परतंत्र अवश्य होंगे। इसलिए आवश्यकता स्वतंत्र होने की नहीं अपितु इसके आभास से मुक्त हो जाने की है यही वास्तविक मुक्ति है।



प्रकृति आवरण पर्यावरण



गौरव पंत

प्रकृति आवरण पर्यावरण प्रकृति आवरण हर किसी का पर्यावरण है। जिसकी जैसी भूमि होगी वह वैसा ही निर्माण करेगा। प्रकृति में हर निर्माण इसी से होता है। हर कोई स्वगुणी होता है और उसका विस्तार करता है। मानव को छोड़कर प्रकृति का हर जीव जिस आवरण का होता है उसे ही दिखाता है। मानव ही वह बहुरूपिया

जीव है जो होता कुछ है और दिखाता कुछ है। परिभाषा युक्त जीवन जीने वाला यह जीव सदैव सही गलत, धर्म अधर्म, न्याय अन्याय का व्याख्यांकन करते करते प्रकृति से अनन्तीय अंत की श्रेणी में आ चुका है। स्व यात्रा को मानव ने कभी जाना ही नहीं। स्व से ही स्व की यात्रा पूरी होती है। हर किसी का स्व ईंधन सिर्फ स्व के लिए ही होता है। ना कोई किसी को अपना स्व ईंधन दे सकता न ले सकता है। प्रकृति में लेनदेन की कोई प्रणाली नहीं। क्योंकि हर किसी का आवरण उसका पर्यावरण है।

हर किसी की प्रकृति उसका पर्यावरण।

ना कुछ सही ना कुछ गलत।

हर आवरण स्व पर्यावरण।

ना कुछ बदला जा सकता।

ना कुछ जाना जा सकता।

बंद स्तूप में यात्रा को पूरा किया जा सकता।

अनन्तीय विज्ञान की धारा में बहा जा सकता।

ना कुछ बच सकता ना कुछ बचाया जा सकता।

बीज बोना तो दूर की बात,

कोई बीज बनाया भी नहीं जा सकता।

हर किसी को अपनी स्व यात्रा स्व पर्यावरण से पूरी करना।

अशोक पर्यावरण सिर्फ अशोक हो जाना।



स्वसिद्ध परिणाम



अभिषेक पंत

(आकृति योग, प्रकृति वेग, अज्ञानी राशि, प्रथम अंकन, तापमान क्षेत्र, वृत्तलीन दर्पण, जीवन चरित्र, आत्मा पारा, ब्रह्मांडीय शून्य)

'मृत्यु का आकार, जन्म का आधार,
योग शून्य प्रहार, आत्मा का प्रकार,
चरित्र अकन, तापमान साकार,
दर्पण राशि, प्रकृति मार्ग धार '

'वेग की बुद्धि होती तो आकृति की पूर्ति नहीं होती।'

'जन्म सिद्ध चेतना शून्य होती तो मृत्यु प्रकृति नहीं होती।'

'वरदान अमर होता तो चरित्र कभी भ्रमित नहीं होता।'

'शासन न्याय होता तो आत्मा में तापमान नहीं होता।'

'जीवन राशि सिद्ध होती तो परिणाम स्वसिद्ध नहीं होता।'

'/////////मृत्यु तुला अंकन की रिद्धिमा में स्वतंत्र प्रहार की आज्ञानविता से प्रकृति मंडल में परिणाम स्वसिद्ध हो चुका है, जिस भी जलवायु का प्रथम कोश आकृतिलीन था, प्रत्येक जलवायु का सिद्धांत ही प्राणवायु में परिवर्तित होकर परिपक्व हो चुका है।////////'

स्वसिद्ध परिणाम -

अचूक सूत्रों की नियमावली से परे परिपक्वता नाभिकीय द्रव्यता के तापमान उन्मूलक प्रथम प्रकृति वेगलीन पारा शून्य ब्रह्मांडीय क्षेत्र की उपगति अनुगति नियंत्रक परागतिशील स्वाभाविक ईंधन समय धारा योग



अचूक सूत्रों की नियमावली से परे परिपक्वता नाभिकीय द्रव्यता के तापमान उन्मूलक प्रथम प्रकृति वेगलीन पारा शून्य ब्रह्मांडीय क्षेत्र की उपगति अनुगति नियंत्रक परागतिशील स्वाभाविक ईंधन समय धारा योग को स्वसिद्ध परिणाम कहते हैं। आधुनिकता की प्रथम आकृति स्वसिद्ध परिणाम हैं, प्रवृत्तीनुमा रसायनिकता की प्रकृति वेगलीन घटना वृत्ति स्वसिद्ध परिणाम है। अर्थात अज्ञानी राशि की प्रथम अंकन रूपी तापमान क्षेत्रीय वृत्त आसनी गंध अणुता की दर्पण चरित्र विलई जीवन आत्मा पारालीन ब्रह्मांडीय शून्यार्जन प्रकृति को स्वसिद्ध परिणाम कहते हैं।

को स्वसिद्ध परिणाम कहते हैं। आधुनिकता की प्रथम आकृति स्वसिद्ध परिणाम हैं, प्रवृत्तीनुमा रसायनिकता की प्रकृति वेगलीन घटना वृत्ति स्वसिद्ध परिणाम है। अर्थात अज्ञानी राशि की प्रथम अंकन रूपी तापमान क्षेत्रीय वृत्त आसनी गंध अणुता की दर्पण चरित्र विलई जीवन आत्मा पारालीन ब्रह्मांडीय शून्यार्जन प्रकृति को स्वसिद्ध परिणाम कहते हैं।

अर्थात जिस गति में सूर्य जा रहा है यदि

उसी गति में चंद्रमा को भी बल का एहसास होगा, तो गुरुत्वाकर्षण का भेद भी पृथ्वी से परे जीवात्मा को प्रकाश संदिग्ध लगेगा। इसीलिए प्रत्येक विज्ञान की आज्ञानविता को ही प्रथम कोणीय बल के दबाव की धूरि से तापमान वृत्ति में स्वशून्य अज्ञानी धारा में गतिमान रखने वाली ब्रह्माण्डी प्रकृति राशि अंकन गणित को स्वसिद्ध परिणाम कहते हैं। प्रकृति की मानकता में ही प्रथम योग शून्य है, तो प्रकृति की अंकन विधा स्वयं में ही तापमान अर्जन हेतु अपनी

शून्यता का विस्तार, पदार्थ योग की आकृति से करेगी। जहां से तापमान क्षेत्रीय वृद्धि ही अज्ञानी राशि की चारित्रिक पारा नीति में स्वयं ही अपने स्तुपीय गुणों की अंकन चेतना को राशि वेग के निहित दर्पण तत्वांकितता में रसायनलीन करेगी। अर्थात् स्वसिद्ध परिणाम यही है कि जिस व्यूह की रचना में अर्थात् स्वसिद्ध परिणाम यही है कि जिस व्यूह की रचना में व्यास पारा मूल की गति ही तापमान बना दी गई, उसी तापमान वृत्ति को प्रकृति ने शून्य कर, द्रव्य मूल की इकाई को ही व्यूह मार्गीय दबाव का संरचना क्रम बना दिया।

आकृति योग

परिश्रम की गति नहीं होती, पराक्रम की मती नहीं होती, उसी प्रकार अंतरिक्ष की प्रति में धरा की मूलता के परे कोई भी मृदा अन्यत्र नहीं होती। विषय कारणी संभावनाओं से परे अत्यंत मानस विचारों की प्रकाट्यता का सर्वआसनी मूल ध्यानांकित करने वाला मानव जीव अपनी वृद्धासनी चरमातुर योगिनी को ही मृत्यु समझता रहा। अपितु यह तो स्वसिद्ध परिणाम का आकृति योग है कि जिस व्यूह का आसन क्रमित ईंधन तत्व इच्छा विलीन किया गया था, उसी क्रम में मार्गीय भाव का जीव आसन परिपक्व होता रहा अर्थात् आयु की मृत्यु नहीं होती अपितु मृत्यु में ही आयु का योग होता है अर्थात् जन्म हुआ ही इसलिए क्योंकि मृत्यु को परिपक्व करना था, मृत्यु इसलिए नहीं हुई क्योंकि जन्म को परिपक्व करना था। यही स्वसिद्ध परिणाम का आकृति योग है, कि जिस रसायन की चुंबकीयता का प्रथम पक्ष ही इंधनावली क्षेत्र में पूर्ण हो जाता है, उसकी गंध का मानक स्वयं ही तापमान वृत्ति में ब्रह्मांडीय शून्यता से अशून्य होकर अनंतीय अंत हो जाता है।

'साधन का वीरंगना से क्या व्यवहार होगा, यही तो योद्धा का साधना में त्र्योहार होगा, जिस पथ पर गतिमान होंगे पद चिन्ह, उसी चिन्ह विषय पर प्रकृति का प्रहार होगा।' - इस सोच ने भी सैद्धांतिक परिवर्तन नहीं किये क्योंकि स्वसिद्ध परिणाम का आकृति योग यही कहता है, कि,

'दर्पण स्वीकार वहीं होगा, जहां प्रतिबिंब को तत्व का एहसास होगा, पक्ष विपक्ष से परे प्रकृति तो चुंबकत्व का सिद्धांत है, जिस गति में तापमान शून्य होगा, वहीं आकृति योग का परिणाम सिद्ध होगा।'

प्रकृति वेग

आत्मा आसन विरह चिन्हित मूल्यांकन की गति जीविका में निराशा, द्वंद, सफलता, असफलता, पदान्तरण कर, मूल्यवान वैज्ञानिकों की चांदनी का नाट्यं किया तो गया, अपितु विरह शीर्ष की कामअग्नि भी वहीं प्रचलित हुई जहां वेदनात्मक प्रयासों ने मती धारा का घर्षण किया। अर्थात् प्रकृति वेग ही वह दबाव लीन प्रथम अस्तित्व मानक है जो आवेग संवेग की कृति में उसी मानकता को स्वसिद्ध परिणाम का अंकन ध्रुव बनता है, जहां से व्यूह वृत्ति का जीवन दर्पण मृत्यु की गति बनता है। इसीलिए माकता में शीर्षता की सिंचाई ही द्रव्यता में अणु ठोसता का योग है। सूर्य की छाया ही प्रकाश का दृश्य प्रहार है, जिसमें दर्पण की शीर्षता का मार्गीय भाव ही प्रकृति वेग का आंतरिक भोग है। स्वसिद्ध परिणाम का प्रकृति वेग ही सजीव निर्जीव छिनियों का पदार्थ समीकरण है जिसमें रासायनिक भाव की नीति से गंध का उत्पन्न होना ही प्रथम तत्व योग है।

अज्ञानी राशि

चित्रहार की पत्रकारिता में तर्पण की शीतलता को दृश्य अग्नि का मृत्यु परिसर बताकर, निरंतर मोक्ष त्रासदी उदय सीमांकन विचार युक्त किया गया। मृदा वनीय सक्षमता को आंकलन परिणीति बताकर नाट्यं शुल्क की एहसास वृत्ति को भ्रमित करने का प्रयास किया गया। अपितु प्रदूषकों को भी यह ज्ञात नहीं हुआ कि वेग में बल और शून्यता में तापमान किस गति का कारक है, प्रकृति की संपूर्णता में प्रवृत्ति की नीति का स्वाभाविक पदार्थ किस तत्व का धारक है। इसीलिए संपन्नता की साधन छाया ही साधना नितांत गर्भान्विता की मूल्य पेटी बताई गई। जबकि स्वसिद्ध परिणाम की अज्ञानी राशि ही प्रथम वेगीय उत्कर्ष की

खगोलीय चक्रान्विता है।

जिसमें पूरक दिशा गर्भ की अभिन्न पेटी ही दर्शन विद्या की चंचला श्रेणी को ब्रह्मांडीय दबाव से परे विषय घेराव मात्रा से सजीव लीन कर देती है। अर्थात् अगोचर विद्या का सक्षम चल अचल संपत्ति अभियान भी वहीं तक चला, जहां तक अज्ञानी राशि ने फल विद्या को सिद्धांत करने के लिए तापमान बनाया अर्थात् अशोक ज्ञान से उत्पन्न न्यायी ईंधन रसायनिकता की इच्छा शून्य परागतिलीन प्रथम ऊर्जा द्रव्यान्वित बल विद्युता को अज्ञानी राशि कहते हैं। चेतना का उदय भी अज्ञानी राशि का परिणाम है। जिसमें नाभिकीय ऊर्जा का अति सूक्ष्म स्तर ही स्वसिद्ध परिणाम का मूल बीज है।

प्रथम अंकन

पार्थिव पेटियों की उमीद्वारिता में जीवाश्मित ऊर्जा का कल्याणी महोत्सव मनाने वाले द्रव्य भेंट की निद्रा को अकारण क्षेत्रीय चुंबक रस अनावश्यकता बताते रहे। अपितु शून्यता को भी शीतलता का अहसास करने हेतु प्रकृति द्वारा प्रथम अंकन में ही सिद्धांत जीवी निर्जीविता का पदार्थ रस छाना जाता रहा। जिसमें स्वसिद्ध परिणाम की प्रथम अंकन की तापमान चुंबकीयता ही धुरी लावण्यक संपन्नता की प्रथम गुरुत्वाकर्षणी संचिता बन गई। जिसमें काल द्रव्य की प्रत्येक इच्छा को अनंती अंत की शीर्ष धारा में पकाया जाने लगा। अर्थात् प्रकृति जलवायु के मन रूपी तन लीन अशोक न्यायी कर्म विहीन नभधारा मिलान कर्ता आधुनिक इच्छा व्यासीय ईंधन सूर्य गति स्तुपीय ज्योति विषय गुरुत्वाकर्षण को प्रथम अंकन कहते हैं।

तापमान क्षेत्र

गतिधारक उन्माद की पैतृक संपत्ति का आवाह्न करते-करते राज्याधीन मंडल की कणिकाओं को भी प्रतीत होने लगा की रहस्य की छाया एवं गति की माया का भेद कोई नहीं जान सकता फिर भी हर बार छिद्रण करने का प्रयास किया गया कि किसी भी कला से प्रकृति



के उस व्यूह को जाना जाए जिसमें चुंबकत्व सदैव एक रहता है अपितु जीव मति का प्रसंग तो वहीं समाप्त हो जाता है जहां से तापमान क्षेत्र सक्रिय हो जाता है अर्थात् स्वसिद्ध परिणाम का तापमान छेत्र ही वह ज्योति मूल धारा है जिसमें तरंगीय आकृतियों का पर्यावरण ही बल बिंदु निर्धारित कर दबाव वेग की मूलता को बीजांकित करता है अर्थात् तात्त्विक परतों की मानक नाभासनी क्षमता में उत्पन्न एहसास की तरंगीय रश्मि को तापमान क्षेत्र कहते हैं।

वृत्तलीन दर्पण

संचालिका की प्रभुत्वता में जीवनअर्थी विषयों का पात्र संदेश छिपाकर ध्रुवीय संक्रमण को पारदर्शी अनावर्तन के लिए प्रतिबद्ध नहीं किया जा सकता। उष्मित विषयों की प्रति गामिनी स्वाहारदित्ता को संकलनकारी नेत्रों का पारावन बनाया नहीं जा सकता। फिर भी वनीय क्षेत्र की गर्भ गामिनी चालों ने वृक्षोदयी मानवीयता को एलियन तर्क का मति सिंहासन बनाने का प्रयास किया। जबकि प्रकृति में वृत्तलीन दर्पण की प्रवेश निकासी की गणित ने उसी प्रतिबिंब का अम्लीय द्वार चेतनाकृत किया, जिसमें पूर्वालोकन की गति का मति पारा गाढ़ा हो चुका

था। अर्थात् स्वसिद्ध परिणाम के वृत्तलीन दर्पण की मूलता ही द्रव्य की अम्लीयता का जीव निर्जीव पारा मानक होता है। जिसमें संपन्नता वही प्रतिबिंब बनाती है जहां अदृश्य प्रकाश की तापमान घड़ी सक्षमता में विलीन तत्व को पकाती है।

जीवन चरित्र

धुरी विशेष नीति का पारा मानक बनाकर मूल वृत्ति के अस्तित्व अर्जन की पर्यावरण ध्रुवीयता को जीवन चरित्र कहते हैं। अर्थात् भाव विज्ञान से रासायनिक क्षेत्र में तरंगीय राशि का विस्तार कर मूल मृदा परिपक्वता को एहसास करने की प्राकृतिक गति को जीवन चरित्र कहते हैं जिसमें इच्छा द्रव्य की वही इकाई समावेशित नीति को ज्योतिलीन करती है जिसमें भारशून्य मृदा तत्वों की रसायनिकता का मूल गंधीय आहार ही इच्छा पाराभाव का ईंधन क्रम होता है। स्वसिद्ध परिणाम की वाहन मूलता में लीन जीवन चरित्र ही प्रथम ईंधन अस्तित्व रूपी निर्जीव इच्छा नभआसीन चरणावली रसव्यूह विलयी तरंग रश्मि मानक है जहां से काल द्रव्य राशिनी की मूलता में समय नाड़ी चेतना का विकास ही रासायनिक पर्दे का

कारक बनकर विषय उदय ईंधन व्यास को द्रव्य पूर्ति का नभालीन बीज कृषक बनाता है।

आत्मा पारा

स्वसिद्ध परिणाम की गति में प्रथम चिन्हित इकाई का रश्मि मूल्यांकन तृप्त कर, आंतरिक भाव की परिणीति को ईंधन युक्त तरंगों में सम्मिलित करने वाली दैनिक चेतना की मूल प्रभावी मूल्य प्रवाही गंधीय व्यूह नियति को आत्मा पारा कहते हैं अर्थात् विधि का विधान स्वयं का अस्तित्व है जिसमें जन्म से लेकर मृत्यु तक मार्गीय अंकन की नीति स्वयं का एहसास क्रम है जिसमें आत्मा पर नीति की मूलता ही स्वसिद्ध परिणाम की मात्रा चेतना है। गति पूरक इकाइयों की सिद्धांत नियति के प्राथमिक अनंती अंत को स्वभार की कर्मधार बना देने वाले सजीव पूर्णांक को आत्मा पारा कहते हैं।

ब्रह्मांडीय शून्य

कर्ता की कहानी कौन सुनेगा जब कहानीकार ही कर्ता का शत्रु है, इस भावना को फैला कर दैनिक रोग की संभावना में मति भ्रम की गणित बनाई गई थी अपितु स्वसिद्ध

परिणाम की कार्य प्रणाली ने रासायनिक मूलता के अस्तित्व में ब्रह्मांडी की गति को ही शून्य भाव का तरलम प्रकाश रागिनी तत्व बना दिया अर्थात् प्रत्येक अस्तित्व अपने चुंबकत्व के लिए संपूर्ण ब्रह्मांड का बल झेल सकता है अपितु किसी भी अस्तित्व में 100 इकाई से परे कभी भी पदार्थ इच्छाओं का समूल बल तनलीन वृद्धि का दबाव कारक नहीं हो सकता अर्थात् स्वसिद्ध परिणाम की मूलता में ब्रह्मांडी शून्य ही वही इकाई है जहां से प्रथम राशि का रासायनिक प्रभाव ही प्रकृति प्रवाह का तत्व धारा चुंबकत्व होता है।

प्रकृति प्रयासों की वेदी से परे निरंतर गतिमान छायाचित्रों की कहानी नहीं है, प्रकृति स्वसिद्ध परिणाम है, जो किसी अनावश्यक चेतना की मानहानि नहीं है। अर्थात् स्वसिद्ध परिणाम की गणित ही यही है कि जिस प्रकार ब्रह्मांडीय विस्तार का मूल तत्व अपने पदार्थ गुणों की रचना में व्यूह रचना पूर्णांक को पारा द्रव्यसारथी बना रहा था उसी प्रकार का प्रकृति आकार स्वयं ही रासायनिक मृदा के पात्रों को रश्मि लीन तरंगों का आधार बना रहा था अर्थात् प्रकृति का निर्माण स्वयं में एक परिणाम है जिसमें इच्छा को प्रवृत्ति बनाकर स्वभाव को तापमान बना देने की प्रणाली है। अर्थात् विषय शून्य होकर नहीं अपितु जहां से विषय बन सकते हैं, प्रत्येक अर्थ को सक्रिय कर देने की मूल मार्गीय गणित को स्वसिद्ध परिणाम कहते हैं अर्थात् मार्ग वही है जो बन चुका है जिसमें काल आयाम मात्र मात्रा प्राणवायु की परिपक्व सक्रियता है जो एक प्रकार का प्रकृति जलवायु क्रम है। विषय सूचक मानकता ही वहीं होती है जहां भाव पूरक धारा होती है अर्थात् ईंधन बनाने वाला अस्तित्व स्वयं इच्छा है जिसमें प्रकृति गति की नीति ही तापमान चुंबकत्व का शून्यार्थी अर्थ है जहां से निर्माण, सृजन, संघार, विकास प्रत्येक आसक्ति मात्र प्रथम तत्व को अंतिम पदार्थ विषय का रासायनिक विस्तारी आधार बनाती है।

'सूचना दृश्य स्वयं पदार्थ निर्माता, तत्व भाव द्रव्य संकलन काया,



एकत्रित एकांत तरलतम रसायन, अंतरिक्ष पदार्थ परावर्तन छाया,
स्वसिद्ध वही, जो प्रकृति पूरक ईंधन पूर्णांक,
परिणाम वही, जो प्रवृत्ति पूर्ण इच्छा मूल्यांक।'

क्रिया की रासायनिकता ही मृदा की छवि है जिसमें परम आसक्ति का भाव लीन है। अर्थात् परिणाम को जाना नहीं जा सकता, ना निर्धारित किया जा सकता है, घटना ही सिद्धांत रूपी प्रथम अंकन क्रिया है, यही तो व्यूह है कि तापमान की गति में भाव की मति ही वेग की मूल प्रति है, जिसका रहस्य ना कभी जाना गया, ना कभी जाना जा सकता है।

'भूगोल व्यथा महारचनाकारी, महासंत मानव बताए,
रिक्तता मूलता अणुशीलता, वृत्त मूल दर्पण जताए,
एक ही कार्य मानव रस कीन्हा,
छेत्रीय चुंबक एहसास रस लीन्हा,
महापात्र प्रकृति पथ धारा,
स्वसिद्ध परिणाम परम पारा।'

वही स्वसिद्ध है, जो अस्तित्व का एहसास

है, प्रथम अंकन में आकृति योग है, प्रकृति वेग का व्यास है। जहां से उत्पन्न अज्ञानी राशि ही तापमान क्षेत्र में वृत्तिलीन दर्पण का प्रकाश है। जो निर्माण हेतु जीवन चरित्र का जन्म है, एवं संघार हेतु आत्मा पारा मृत्यु का ब्रह्मांडीय शून्य विलयी प्रथम एवं अंतिम आकाश है।

जुबां की मुश्किल ----
वहम का जमाना ----
जहर सी कारीगरी----
जिंदगी का बहाना----
जफा, दवा हर तर्ज वज्रन है---
खुदी में वजूद खुद से तराना---

हर तह की जुस्तजू में जमीनी अंदाज का वज्रन बनाकर, तोहमतों की कारीगरी में तरबियत की बाजीगरी का आईना बनना ही जहन को खर्चतर एहसासों का जुर्म लगा। काबिलियत की खुश्फहमी में जमाने की रंजिश को तबादले का बादल बताना राहों की महफिल को बयानों का जहर लगा। हर तंज की गुजारिश में काफिरी का माहौल भी बनाया गया, हर तरफ की नुमाइश में जमीनी हसरतों की चहल कदमी को काफिले का खर्च बताया गया। अलबत्ता जहन में जहर भी छान कर रजा

की मंजिल को बदन का एहसास बना देने वाली कुदरत ने हर तरफ ही वही शिकंजा जायज होने दिया, जहां से नसीब बदनसीबी का कायदा उभरता गया। कुदरत ने उसी काफिले की हवाई तस्वीरों को महकमें का जमाना बनाया, जहां से रूह का कायदा ही मिट्टी के रंग से उभरते गया। ब्यानातों की बारात भी निकाली गई, खजाने की करीबी भी दिखाई गई, वजन को सूरज का बर्तन कहा गया, जहन को चांद का ईमान कहा गया फिर भी कुदरत ने हर उस यक्रीन को मिट्टी तर मुश्क का अरमान बनाया जहां से रूहों की आजमाइश का काफिला अपनी ही फितरत में उभरता गया। तमाम रातों की जिरह भी नवाजिशे फितूर की कश्म कश को काबीले रजा का कामतर फिजा नूर बता रही थी। कमाई की बर्दाश्त ए हद भी नजर का चूल्हा बदन की गर्मी से जला रही थी अलबत्ता यकीनी की वफ़ा ने कमाई की सिहरन को ही जिहानी वफा का सूरज बना दिया जहां से नजर की निजामी बनाई गई थी कुदरत ने उसी वफ़ा को चांद का चूल्हा बना दिया। तो जिंदगी के मायने उस वज्रन में है जहां से नूर का आसमानी मंजर ताह दिली का खर्च बनाता है जिंदगी का पैमाना ही उस तकलीफ को आगे बढ़ता है जहां से राहों का गुलजार खजाना खुलते जाता है। यकीन करना कि यकीन है यही तो सीरत ए फितरत की कमाई है, कुदरत ने हर बार चाहत की कमीज़ रूह की नीयत से बनाई है, जिसमें मिट्टी की पारा नदी ही आसमानी जमीन बनकर आई है। कुदरत की काबिलियत का पहला आसमानी वज्रन भी उसी मिट्टी का शजर ए खुमार बनाता है, जहां से नजर की तरबियत का आसमानी जमीनी तरीका वजन ए मिट्टी का पहला रूही खर्च बनाता है। तामील ए तोहीन की रवायत से नहीं चलती कुदरती जमीन, कुदरत की राह में वही राही जमीनी माहौल बनाता है जहां से मिट्टी की करतूत का पहला कारनामा रूही अंदाज से सामने आता है। हशर ए उल्फत की मयान में भी मौत से तकदीर ए आला की कहानी बताते रहे अलबत्ता मालूमात नहीं था की मौत का पहला जवाब भी वही आता है

जहां से पैदाइशी असूलों का सवाल आता है। जुबानी हालातो में तहकीकात का रजातर महल नसीब की कवायद का कारवाँ बनाना चाहता था जमाने की तासीर में दलदल का खजाना भी नजर की चाक में दरवाजों का आसमानी रंग बिखेरना चाहता था। पर्दे की चाल से वर्दी की ढाल में मिट्टी का जमाना बनाया तो गया अलबत्ता कुदरत ने भी वही मशाल रूहतर की जहां से बदन का काफिला भी रूह को आजमाना चाहता था। हजरात ए जहर की खुमारी में दर्द का फैसला सुना कर रजा की तौहीन को इत्र की चादर का कदरदान कहा गया, जिसमें गुलदस्ते की बारिश को जमीनी हाजिरी का गमगीन तराना बताया गया। यहीं से बर्तन बनाने का सहूर भी जुबानी मुश्किल का लहजा कहा गया। अलबत्ता कुदरत ने वज्रन की जिरह में जमीनी अराफातों का मोहल्ला ही पहला खजाना बना दिया जहां से आसमानी फरिश्तों का पहला नगीना ही पथरीले पहाड़ों की बहती नदियों को पहल जिहानी सहूर कहने लगा। वहम की पैदाइश का नगमा भी बनाया गया, जिसमें जमाने की कारीगरी का दबदबा भी बनाया गया। अलबत्ता कदरतर हश्र को मांझे की तरह घिस कर आसमानी रुबाब को भी तहे दिल से मौजूदा जश्न का राही बनाकर कुदरत ने वहम की रियायत को भी हकीकत की रियासत बना दिया। जिंदगी का हर खजाना रूही तरफदारी का रिश्तेदार तो नहीं जो जश्न ए फितरत की काबिलियत में महक की तासीर का रोना रोयेगा जहर भी अगर नूरी तकिये को भिगोयेगा तो भी हर तरफ मिट्टी की सरगोशी में वजूद का ही रंग मुश्क को भिगोएगा। जिंदगी की हर तारीख हरजहन की शाबाशी से दूर एक नजदीक हालातो की धड़कन तर रवानी है जिसमें हर शब मिट्टी की मुश्क नूरी आइना ही चाहत की कहानी है जिसमें हर हालत में एक ही तरबियत का जहन ही हर गुरुर की महक को मिटा देता है आईने कितने भी बदले जाएं वजूद की मुश्क का रंग ही रूही जिंदगी को आवाज के फर्क से मिटा देता है। खुद में ही हर वज्रन की तलाश खत्म होती है, खुद में ही हर रजा

की फितरत मुश्क तर होती है जिस भी हालत में जो भी रजा फायदा या नुकसान करती है वही रजा हर तरफ जिंदगी की हवाओं में मिट्टी तर होती है, कहानियों का नजराना नफरत नहीं इश्क नहीं कहानियों का पारा तो हर आसमानी फिराक का नजराना है हर जमीन की हस्ती में आसमानी तारों का खजाना है जिस भी मिट्टी की जिंदगी को जिस आसमानी रंग में मिलना है वही उस मिट्टी की रंगीनियत का पारा निशाना है खौफजद हवाओं की बा फकत नजदीक की भी नूर को मुश्क से अलग नहीं करती जब भी जुबान में खुदी की हवा होती है तभी हर जमाने की कारीगरी में जिंदगी की वजन तर हिस्सेदारी मौजूद होती है जुबां की मुश्किल ही वहम है वहम का जमाना ही जहर है जहर की कारीगरी जिंदगी है जिंदगी का बहाना ही जफा दवा वज्रन है और वजन की खुदी ही वजूद का तराना है।

The range of shades in nature are itself the creator, destructor chemicals, which arrange the molecular affinity of Desire based atoms on the level gravity interaction of aroma and fuel .That is the first ever productivity of chemical status was the area fuel atom reserve of geographical chemical which enunciated the arrival of space colors on the seed base of soil magnetism .Therefore the principle of result is the simplicity of aroma wave which transforms the filtration immunity into magnetic serenity to arrange fuel of gravity for the desire of first universal methodology.



विचार

चुंबकीय एकाग्र द्रव्यमान की मंथन तस्तरी (जड़तत्व को मिटने का रासायनिक बल)



सुमनलता

प्रदूषण तो आंतरिक विज्ञान है जो गंध और इच्छा के इलेक्ट्रॉन कण बनकर आकाशगंगा में मिलान कर मृदा पर साकार स्वरूप में परिवर्तित होकर भोग कर्म योग का मार्ग बनाते हैं। विचार की बीज द्रव्यता ही किसी भी अवस्था को सहज सरल कठिन जटिल बना सकती है। सहजता सरलता तो प्रकृति का मूल विज्ञान है क्योंकि हर वह अवस्था सहज और सरल है जो बिना किसी बल के और वेग के स्वतंत्र गुण अभिव्यक्ति को व्यक्त करते हुए घटित हो जाए।



जड़त क्रिया में किसी भी अवस्था को स्थाई बनाना प्राकृतिक गतिमान धारा में हस्तक्षेप करने की क्रिया है। अनंत गतिमान ब्रह्मांड में स्थायित्व ही पीड़ा वेदना प्रदूषण का कारण है एवं अनंत गतिमान धारा में ब्रह्मांड की ऊर्जा का गुण ही है निरंतर प्रवाहमान रहकर स्थाई वाद स्वरूपीय मलबों मवादों को मिटाना यानी किसी भी अवस्था में या वातावरण में किसी भी तत्व एवं पदार्थ का निर्माण होता है तो वही वातावरण या अवस्था वह जलवायु है जिसमें किसी भी तत्व एवं पदार्थ का सबसे उत्तम सर्वश्रेष्ठ विकास हो सकता है। एक गंध धारी अवस्था का विकास होता है एवं विकास और विकसित में अंतर है चरणबद्ध प्रक्रियाओं का जो गतिमान गतिशील विज्ञान का ही अंकन करते हैं। कहने का तात्पर्य यह है कि गतिमान रहना ही किसी भी अवस्था गुण जीव सजीव निर्जीव की प्राकृतिक स्वत घटित अनियंत्रित (स्वतः गतिमान होने वाली प्राकृतिक ऊर्जा क्रिया) सहज क्रिया है तभी किसी भी बीज गुण का पूर्ण विकास होगा विकास की गति में यदि बांध का हस्तक्षेप कर प्राकृतिक प्रवाह को दिशा भ्रमित कर अन्य दिशा में मोड़ दिया जाए तो प्रदूषण रहित यात्रा नहीं अपितु प्रदूषण युक्त अवस्था का निर्माण होता है। बांध मात्र बाह्य अवस्थाओं का प्रभाव, दीवार या विज्ञान है सर्वप्रथम बांध बीज गुण गंध धारी जीव के भीतर विचारों के स्वरूप में बनता है जो समय के तीन ब्रह्मांडीय मंडल में आंतरिक हस्तक्षेप करते हैं बाहर से कुछ भी नहीं हो रहा है समस्त क्रियाएं स्वयं के भीतर आंतरिक रासायनिक मंडल में घटित हो रही हैं एवं होगा भी वही जो बीज के गुण में होगा शरीर रूपी तन तो मिट्टी है प्रकृति की वह भट्टी है जिसमें सजीव निर्जीव तत्व पदार्थ

सहज यात्रा करते हैं बीज तो श्वसन स्वरूपी आत्मा है जो जागृत अवस्था में चलती फिरती मशीन है निद्रा काल में आत्मिक रासायनिक विचरण करते हुए निर्जीव अवस्था है, जिस पर स्वयं तन मृदा का उस रासायनिक मंडल में भी कोई अधिकार नहीं होता है, रासायनिक मंडल में प्राकृतिक न्याय का ही अंकन होता है

यानि किसी ने भी किसी के मंडल में हस्तक्षेप किया ही नहीं है न कोई किसीको कुछ दे सकता है न ही कोई किसी से कुछ ले सकता है देने और लेने का कोई प्रावधान प्रकृति में हे ही नहीं यह मात्र एक रासायनिक संधि होती है जिसमे द्रवता की अदला बदली में हुए घोटालों को प्रकृति पदार्थ के स्वरूप में एवं आंतरिक तत्व के रूप में जिस बीज स्तूप के द्वारा उत्पन्न हुई थी या जिसने जो धनराशि बनी थी उसे उसकी मूलतः से मिलान करा के ठोस अनंती अंत कर देती है प्रकृति की सहज स्वभाविक स्वतः संचालित होती जीवन स्वशन राधिका जिसमे विचारों की किलेबंदी अपनी ही स्वाभाविक यात्रा को अपूर्ण अपूर्व काल में अपरिपक्व अवस्था में मिटा देने की क्रिया होती है और यदि विचारों को भी स्वतंत्र प्राकृतिक स्वाभाविक बल समझ कर छोड़ दिया जाए तो विचार भी वह अस्त्र बन जाते हैं जो स्वयं को हानि पहुंचाने के लिए आने वाले मिलान एवं शाशन प्रेमियों को मिटा देने की क्रिया कर देती है अर्थात् विचारों की द्रव्यता का गाढ़ापन एवं तरल पतलापन ही जीवन में ठहराव एवं गतिमान रहने का मार्ग बनाते हैं और ऐसा भी नहीं है कि यदि किसी एक बिंदु पर ठहर गए तो वहीं पर आपका विज्ञान पूर्ण हो जाएगा नहीं ! जिस बिंदु पर आप ठहर जाएंगे अपने विचारों की दीवार के बांध रूपी बक्से में खुद को कैद कर लेंगे तो प्रकृति आपको वह चुंबक बना देगी जो ठहराव में भी गतिमान रहने की क्रिया करेगी क्योंकि प्रत्येक प्राणी अनंत ब्रह्मांड के अनंत धारा के हिस्से हैं और अनंत की परिभाषा ही यही है जो कभी ना रुके हमेशा



शरीर वाहन है, चालक आत्मा है, ईंधन रसायन है, जीवन मार्ग है जिस पर जीवनी ही ना ठहरने वाले समय के स्वरूप में चलती है जहां एक बार जो अवस्था गुजर जाती है वह हुबहु वैसी नहीं गुजरती है। घड़ी में 24 घंटे भले होते हैं लेकिन दशमलव के सेकंड में भी अगले पल की अवस्था वैसी नहीं होती है। तो क्या यह सोचना मूर्खता नहीं होगी कि जब स्वयं जीव स्तूप अनंत गतिमान की प्रतिपल परिवर्तित होती धारा में अज्ञात समय वाहन मार्ग कर्मी बनकर चल रहा है तो अन्य स्तूप मृदा भूमि हमें यह कैसे बता सकती है कि हमारे लिए कौन सा मार्ग उचित है कौन सा अनुचित है।

ही गतिमान रहे तभी तो वह अनंत है जो आप जीव सजीव निर्जीव जिस अनंत ब्रह्मांड के हिस्से हैं वह अपनी अवस्था को ठहराकर या दिशा भ्रमित कर मिलान कर हस्तक्षेप करके स्थाईवाद जड़वाद का विज्ञान बना ही कैसे सकते हैं? जब निर्माण और विनाश दोनों ही एक साथ समानमुखी चलने वाली प्राकृतिक रासायनिक अभिक्रिया है जिसके माध्यम से ब्रह्मांड में आंतरिक मंडल में किसी के साथ भी कभी अन्याय या आप्राकृतिक घटना घटी ही नहीं है।

प्रदूषण तो आंतरिक विज्ञान है जो गंध और इच्छा के इलेक्ट्रॉन कण बनकर आकाशगंगा में मिलान कर मृदा पर साकार

स्वरूप में परिवर्तित होकर भोग कर्म योग का मार्ग बनाते हैं। विचार की बीज द्रव्यता ही किसी भी अवस्था को सहज सरल कठिन जटिल बना सकती है। सहजता सरलता तो प्रकृति का मूल विज्ञान है क्योंकि हर वह अवस्था सहज और सरल है जो बिना किसी बल के और वेग के स्वतंत्र गुण अभिव्यक्ति को व्यक्त करते हुए घटित हो जाए क्योंकि उस अवस्था में फिर कुछ सही गलत धर्म अधर्म पाप पुण्य नहीं होता है उसी घटना का ही अंकन होगा जो अवस्था की अनिवार्यता होगी क्योंकि मूलतः सहज वही है जो ना चलाए ना चले, स्वाभाविकता में जो अपने गुण का प्रदर्शन कर अपनी जीवन रचना



अज्ञात अवस्था का अदृश्य ब्रह्मांडीय बल ही समस्त जीव सजीव निर्जीव की गति है जिसके आधार पर ही बल पर ही जीवन गतिमान है यदि भविष्य निधि पहले ही ज्ञात हो जाए तो जीवन का संतुलन ही असंतुलित हो जाएगा क्योंकि फिर आंतरिक घड़ी इतनी तीव्र हो जाएगी कि जिस अवस्था को एक दिन बाद खत्म होना है वह एक दिन पहले ही खत्म हो जाएगी। जिसे अपरिपक्वता की प्रदूषण मात्रा कहते हैं।

काल को पूर्ण करें वही प्राकृतिक सहज यात्री है। किसी को भी अपने अनुसार ना चलाने और न चलने में ही मूल विकास है वही सहज प्राकृतिक चरण विकास क्रम की क्रिया है जो एक बार की बीज यात्रा को ही पूर्ण कर अनंत यात्री बन जाते हैं अर्थात् अनुसार ही वह प्रथम विचार है जहां से शोषण की उत्पत्ति हुई क्योंकि शोषण दोनों रूपों में हो रहा है चलने में भी और चलाने में भी लेकिन इस अवस्था को जीवन के नाट्य मंच के स्वरूप में बखूबी चमकदार वस्त्र पहनाकर प्रस्तुत कर दिया गया है की एकमात्र मानव ही वह जीव है जो बिना किसी सहारे के जीवित ही नहीं रह सकता है और इसीलिए जीवन के वर्तमान को सुख को ही नहीं भोग पाया ना एहसास कर पाया ना ही आनंद ले पाया अन्य सभी जीव अपने वर्तमान का आनंद लेते हैं मानव भूत भविष्य के भय में ही खत्म हो गया। विचारों की द्रव्यता गंध की रासायनिक गुण प्रवृत्ति है जो बीज मृदा के

अनुसार अभिव्यक्त होती है यानी विचार वह पॉजिटिव और नेगेटिव साइकिल है आंतरिक ब्रह्मांडीय ताप दाब विज्ञान के जो चुंबक मंथनी भूमि भी है और बांध रूपी दिवार भी है यानी विषय की गंभीरता ही विचार के द्रव्यता को गाढ़ा एवं तरल बनाती है विषय वह कण है जो मिट्टी से उभरती ही तब ही है जब सिद्धांत की जठराग्नि विषय से संबंधित समस्त अणु कणों को जीव स्तूप से लाकर जोड़ने में सहज संपूर्ण हो या इस प्रकार से समझ सकते हैं की आंतरिक मंडल में या मस्तिष्क में चलने वाली कोई भी विचारधारा किसी भी विषय का मंथन स्वयं जीव स्तूप की चुंबकीय गुण प्रवृत्ति होती है जो स्तूप के द्वारा ही मिट सकती है या निर्माण कर सकती है। कच्ची अवस्था में अपूर्ण अधूरे अवस्था में यदि किसी विचार या विषय का उभार होता है तो स्वयं की ही सिद्धांतीय आंतरिक प्रकाश प्रकृति मंडल की जीवन रीढ़ भट्टी उस उभार के चारों तरफ एक अदृश्य अज्ञात दीवार

बना देती है ताकि जब वह विषय या विचार परिपक्व हो जाए तब उस अवस्था का टोस वैज्ञानिक अंत हो जाए या फिर जब किसी विषय के विचार को उभारना होगा तो स्तूप की भूमि वह चुंबकीय गंध तश्तरी बन जाती है जो उभरती अवस्था से संबंधित समस्त संसाधनों को प्राकृतिक सहज सरल ताप दाब वेग बल से जोड़ देती है, जिसे प्रकृति जीवन की एक प्राकृतिक दिनचर्या बनाकर बहुत ही सहज और सरल अंदाज में गतिमान कर देती है परंतु विचार की इस ब्रह्मांडीय मंथनी भट्टी तश्तरी की प्राकृतिक भक्षणी क्रिया को ठहराव के विज्ञान में परिवर्तन करने की बुद्धि कला ही प्रदूषण के गाढ़े पन की गैसीय ठोसीय तरलीय उत्पत्ति करती है जिससे यात्रा सहज सरल होने के बजाए जटिल जाल बन जाती है।

शरीर वाहन है, चालक आत्मा है, ईंधन रसायन है, जीवन मार्ग है जिस पर जीवनी ही ना ठहरने वाले समय के स्वरूप में चलती है जहां एक बार जो अवस्था गुजर जाती है वह हुबहु वैसी नहीं गुजरती है। घड़ी में 24 घंटे भले होते हैं लेकिन दशमलव के सेकंड में भी अगले पल की अवस्था वैसी नहीं होती है। तो क्या यह सोचना मूर्खता नहीं होगी कि जब स्वयं जीव स्तूप अनंत गतिमान की प्रतिपल परिवर्तित होती धारा में अज्ञात समय वाहन मार्ग कर्मी बनकर चल रहा है तो अन्य स्तूप मृदा भूमि हमें यह कैसे बता सकती है कि हमारे लिए कौन सा मार्ग उचित है कौन सा अनुचित है। जब किसी भी अवस्था को स्थाई वाद के जड़ तत्वता में ठहरना ही नहीं है न ही कभी ठहरी है न कभी ठहर सकती है क्योंकि अनंत विज्ञान अनंत अंत करती हुई सजीवता एवं निर्जीवता के सजीव अंश को मूल सूर्य उर्वरता बीज सहित मिटाती जा रही है जहां उत्पत्ति का मिट जाना ही मृत्यु के साइकिल को मिटा देने की प्रकृति द्वारा प्राकृतिक क्रिया हो रही है।

अज्ञात अवस्था का अदृश्य ब्रह्मांडीय बल ही समस्त जीव सजीव निर्जीव की गति

है जिसके आधार पर ही बल पर ही जीवन गतिमान है यदि भविष्य निधि पहले ही ज्ञात हो जाए तो जीवन का संतुलन ही असंतुलित हो जाएगा क्योंकि फिर आंतरिक घड़ी इतनी तीव्र हो जाएगी कि जिस अवस्था को एक दिन बाद खत्म होना है वह एक दिन पहले ही खत्म हो जाएगी। जिसे अपरिपक्वता की प्रदूषण मात्रा कहते हैं और फिर इसी अपरिपक्वता को मिटाने के लिए ही भोग करने के लिए ही पुनः उत्पत्ति होती आ रही थी। जीवन चलती फिरती ब्रह्मांड की एक रासायनिक भट्टी है जिसमें हर वह घटने वाली घटना अनिवार्य होती है जो आगे चलकर ठोस मजबूत जीवन का एक गन्धधारी स्तूप का निर्माण करती है। वहां फिर विकल्प की विकलांगता का कोई स्थान नहीं होता है।

उदाहरण के लिए यदि हमें 1 से लेकर 100 तक की गिनती लिखनी है सीखनी है लेकिन हमें 2 से 99 तक का सफर कठिन लग रहा है हमने ऐसी कोई सीढ़ी बना ली विकल्प में की जो 99 तक पहुंचा दे 99 तक पहुंच भी गए लेकिन 2 से लेकर 99 तक के लिए हमेशा के लिए विकलांग हो गए और कभी आगे जरूरत पड़ी तो बिना किसी पर निर्भर हुए सहारा लिए बिना 99 तक पहुंच ही नहीं सकते हैं 2 से लेकर 99 तक का सफर और कठिन हो जाएगा जिसमें सीढ़ी को बनाना ही शोषण है जहां से विकलांग बनाने वाली प्रणालियों की उत्पत्ति होती है और विकलांगता शारीरिक मात्र एक सीमा तक है परंतु मानसिक विकलांगता वह अवस्था है जो एक बार किसी स्तूप में विकसित हो गई तो वह तब तक खत्म नहीं होती है जब तक स्तूप स्वयं उस विकलांग अवस्था को खत्म ना करे तात्पर्य यदि मानसिक रूप से विकलांग है और यदि वह परम् शक्ति की शरण में शरणगति बन जाये परम् अवस्था उनकी सहायता करेंगे तो ये एक मूर्खता है क्योंकि ब्रह्माण्ड के विज्ञान में हर एक कण में वह सम्पूर्ण ऊर्जा होती है जो स्वयं अपनी उत्पत्ति भी करती है

और स्वयं अपनी अवस्था को मिटाती भी है क्योंकि बाह्य अवस्था के विकलांगता में सहारे अस्थाई होते हैं जिनका कोई वजूद नहीं होता है परंतु आंतरिक अवस्था में यदि किसी एक अवस्था के विकलांग बन गए तो उस अवस्था से संबंधित हर अवस्था के लिए हमेशा ही वेदना, दुख, दर्द और उन तमाम तरीकों के आप्राकृतिक प्रदूषण निर्माण करने वाली अवस्थाओं की उत्पत्ति होती है जिसका भोग भी स्वयं स्तूप ही कर रहा होता है क्योंकि आंतरिक अवस्था की कोई शेयरिंग होती ही नहीं है शरीर से कोई आपकी मदद कर सकता है परंतु आंतरिक रूप में आपकी मदद कोई नहीं कर सकता है उदाहरण के तौर पर दर्द अपने शरीर में हो रहा है परंतु उस दर्द का एहसास हम किसी और को नहीं करा सकते हैं उस दर्द से गुजरना ही उस स्तूप की अनिवार्यता है किसी भी प्रकार के बाह्य संसाधनों से कुछ क्षण के लिए दर्द को केवल शांत किया जा सकता है परंतु उस चीज से उस अवस्था से गुजरना ही उस दर्द को मिटाने का विज्ञान होता है और मिटाने के विज्ञान से बचने की मानसिकता में है मानव जीवन ने अपनी मृदा का सबसे बड़ा शोषण किया है। भय, कल्पना, इच्छा, ताकत, शासन यह वह अहंकारी जड़त्व बनाने वाले विज्ञान थे जिन्होंने प्रथम जीवाणु में हलचल उत्पन्न की जिससे सजीवता में तीव्र विकास होना ही सजीव अवस्था का अनंत ब्रह्मांड में अनंत अंत संपूर्ण ब्रह्मांड से हो रहा है। सजीवता में मात्र एक मानव ही ऐसा प्राणी उभरा जिसे कोई चलाने वाला भी चाहिए और वह स्वयं भी किसी और को अपने अनुसार चलाना चाहता है जबकि उत्पन्न होने वाली हर अवस्था अपने आप में एक स्वतंत्र यूनिट होती है जो अपने उत्पत्ति के समय अपने जीवन काल को पूर्ण करने के लिए संपूर्ण रसायनों के साथ उत्पन्न होती है, उत्पन्न हुई अवस्था की अदृश्य अज्ञात अवस्था बिना किसी नियंत्रण के स्वतंत्रता से बिना किसी नियमों के अपनी यात्रा का सहज

अंकन करती है तो वह पूर्ण प्राकृतिक यात्रा करती है परंतु मानव ने पग-पग पर केवल चलने और चलाने का ही विज्ञान बनाया है तो मानव से बड़ा विकलांग कौन हुआ जिसके लिए चलाने वाले भी आए फिर भी मानव की समस्याओं को खत्म नहीं कर पाए जिसका सबसे बड़ा उदाहरण है संबंध वाद और संबंध वाद केवल शारीरिक ही नहीं, शारीरिक संबंध तो मात्र माध्यम है वास्तविक संबंध तो आंतरिक अवस्था का होता है, गंध का होता है, प्रवृत्ति का होता है, गुण का होता है, विचारों का होता है और जब संबंधों की अवस्था अपने जालों का विस्तार करती है वहीं से सर्वप्रथम शोषण की उत्पत्ति होती है क्योंकि-

at the end of the day every single human individual wants to be the superior power Of community or wants to hold over the supreme power because every single human mind believes that the one who beholds the power is supreme unit whereas everyone wants to live freely even the one who thinks that if he will have the supreme power he will be the free living entity of nature because no one can take over him or govern him which is a false statement because the one who has the power or the one who will have the power is the slave who is showcased as a ruler.

This is the irony of human life that power is assumed to be the ultimate source of living a free life which is also a false statement because power is not the unit of free living the unit of free living is to kill that power who wants to govern.



सखि, वसन्त आया।
भरा हर्ष वन के मन,
नवोत्कर्ष छाया।

किसलय-वसना नव-वय-लतिका
मिली मधुर प्रिय-उर तरु-पतिका,
मधुप-वृन्द बन्दी-
पिक-स्वर नभ सरसाया।

लता-मुकुल-हार-गन्ध-भार भर
बही पवन बन्द मन्द मन्दतर,
जागी नयनों में वन-
यौवन की माया।

आवृत सरसी-उर-सरसिज उठे,
केशर के केश कली के छुटे,
स्वर्ण-शस्य-अञ्जल
पृथ्वी का लहराया।



संजय तिवारी
संस्थापक भारत संस्कृति न्यास

महाप्राण निराला और ऋतुराज

वसंत ऋतु में जिस तरह प्रकृति अपने अनुपम सौंदर्य से सबको सम्मोहित करती है, उसी प्रकार वसंत पंचमी के दिन जन्मे निराला ने अपनी अनुपम काव्य कृतियों से हिंदी साहित्य में वसंत का अहसास कराया था। उन्होंने अपनी अतुलनीय कविताओं, कहानियों, उपन्यासों और छंदों से साहित्य को समृद्ध बनाया।

उनका जन्म 1896 की वसंत पंचमी के दिन बंगाल के मेदनीपुर जिले में हुआ था। हाईस्कूल पास करने के बाद उन्होंने घर पर ही संस्कृत और अंग्रेजी साहित्य का अध्ययन किया। नामानुरूप उनका व्यक्तित्व भी निराला था। हिंदी जगत को अपने आलोक से प्रकाशवान करने वाले हिंदी साहित्य के 'सूर्य' पर मां सरस्वती का विशेष आशीर्वाद था। उनके साहित्य से प्रेम करने वाले पाठकों को जानकार आश्चर्य होगा कि

आज छायावाद की उत्कृष्ट कविताओं में गिनी जाने वाली उनकी पहली कविता 'जूही की कली' को तत्कालीन प्रमुख साहित्यिक पत्रिका 'सरस्वती' में प्रकाशन योग्य न मानकर संपादक महावीर प्रसाद द्विवेदी ने लौटा दिया था। इस कविता में निराला ने छंदों की के बंधन को तोड़कर अपनी अभिव्यक्ति को छंदविहीन कविता के रूप में पेश किया, जो आज भी लोगों के जेहन में बसी है। वह खड़ी बोली के कवि थे, लेकिन ब्रजभाषा व अवधी भाषा में भी उन्होंने अपने मनोभावों को बखूबी प्रकट किया। 'अनामिका', 'परिमल', 'गीतिका', 'द्वितीय अनामिका', 'तुलसीदास', 'अणिमा', 'बेला', 'नए पत्ते', 'गीत कुंज', 'आराधना', 'सांध्य काकली', 'अपरा' जैसे काव्य-संग्रहों में निराला ने साहित्य के नए सोपान रचे हैं। 'अप्सरा', 'अलका', 'प्रभावती', 'निरूपमा', 'कुल्ली भाट' और

22 वर्ष की अत्यायु में पत्नी से बिछोह के बाद जीवन का वसंत भी उनके लिए पतझड़ बन गया और उसके बाद अपनी पुत्री सरोज के असामायिक निधन से शोक संतप्त निराला अपने जीवन के अंतिम वर्षों में मनोविक्षिप्त-से हो गए थे। लौकिक जगत को अपनी अविस्मरणीय रचनाओं के रूप में अपनी यादें सौंपकर 15 अक्टूबर, 1961 को महाप्राण अपने प्राण त्यागकर इस लोक को अलविदा कह गए,

'बिल्लेसुर' 'बकरिहा' शीर्षक से उपन्यासों, 'लिली', 'चतुरी चमार', 'सुकुल की बीवी', 'सखी' और 'देवी' नामक कहानी संग्रह भी उनकी साहित्यिक यात्रा की बानगी पेश करते हैं। निराला ने कलकत्ता (अब कोलकाता) से 'मतवाला' व 'समन्वय' पत्रिकाओं का संपादन भी किया।

निराला का साहित्य व हिंदी कविता में क्रांतिकारी बदलाव लाने में उनका महत्व आज भारतीय साहित्य के औसत पाठक-छात्र के लिए अजाना ही बना हुआ है परंतु अबे सुन वे गुलाब... जैसी कविताओं के माध्यम से उन्होंने जिस व्यवस्था को ललकारा था, दुर्भाग्य से आज भी हम उसी व्यवस्था के अंग बने हुए हैं और उस व्यवस्था में सुधार की अपेक्षा और गिरावट आ गई है। कुकुरमुत्ता, चतुरी चमार, बिल्लेसुर बकरिहा जैसी रचनाओं के माध्यम से राजनीति व समाज पर समसामयिक प्रभाव की व्याख्या उन्होंने की, तो वह बड़ा जोखिम ही था।

वह समाजवादी नहीं थे, परंतु हमारी ऊंच-नीच की खाई वाली व्यवस्था से असंतुष्ट तो थे। तभी तो उन्होंने गुलाब के फूल को भी नहीं छोड़ा। रंग और सुगंध पर अकड़ने को उन्होंने खूब ललकारा है।

हिंदी कविता में छायावाद के चार महत्वपूर्ण स्तंभों जयशंकर प्रसाद, सुमित्रानंदन पंत और महादेवी वर्मा के साथ अपनी सशक्त गिनती कराने वाले निराला की रचनाओं में एकरसता का पुट नहीं है। स्वामी रामकृष्ण परमहंस, स्वामी विवेकानंद और गुरुदेव रवींद्रनाथ टैगोर से प्रभावित निराला की रचनाओं में कहीं आध्यात्म की खोज है तो कहीं प्रेम की सघनता है, कहीं असहायों के प्रति संवेदना हिलोर लेती उनके कोमल मन को दर्शाती है, तो कहीं देश-प्रेम का जज्बा दिखाई देता है, कहीं वह सामाजिक रूढ़ियों को तोड़ने को आतुर दिखाई देते हैं तो कहीं प्रकृति के प्रति उनका असीम प्रेम प्रस्फुटित होता है।

निराला को छायावादी कविता का

सुकुमार कहा जाता है, परंतु सही अर्थों में वह लालित्यमय, संस्कृतनिष्ठ वासंती वातावरण के बीच उपजे एक दुर्लभ ऑर्किड थे। यह वह युग था, जब हिंदी भाषा भारतीयता का पावन पथ मान ली गई थी। साहित्य में भौतिक सचाई कम, अभौतिक मिलन-विरह, इच्छापूर्ति-अपूर्ति का द्वैतभरा एक भव्य रुदन या उल्लासमय जादू ही कवि सम्मेलनों, संस्थानों व पत्र-पत्रिकाओं में छाया हुआ था। और इसी वातावरण में निराला ऐसी आंधी बनकर आए कि उन्होंने देखते-देखते तुकांत कोमल और हवा-हवाई अमूर्तन को चीरते हुए कवि तथा कविता की छुईमुई छवि को तिनका सिद्ध कर दिया। 40 के दशक में निराला का कुकुरमुत्ता जैसा अक्खड़ किंतु अद्भुत रूप से पठनीय काव्य संकलन छपा। यह संकलन हिंदी साहित्य का एक बिलकुल नया द्वार युवा लेखकों तथा पाठक वर्ग के लिए खोलता था, जो राज-समाज के स्तर पर अनेक प्रकार की भौतिक परेशानियों और मोहभंग के दुःख से जूझ रहा था। उन युवाओं की तरह निराला स्वयं अकाल, दुष्काल, बमबारी वाले बीसवीं सदी के शुरुआती दौर में गरीबी, सामाजिक जड़ता, प्रियजनों की अकाल मौत देख-जी चुके थे। अपनी रचनाओं तथा पत्राचार के पन्नों में वे हमको चौंकाने वाली बेबाकी से बताते हैं कि दो महायुद्धों के बीच के अर्धसामंती, अर्धखेतिहर राज-समाज में बैसवाड़े के सामान्य ब्राह्मण परिवार की परंपराओं और गांधी की आंधी व सुधारवादी नएपन की चुनौतियों के बीच किशोरवय से ही उनका संवेदनशील मन किस तरह मथा जाता रहा था। उनकी कविताओं में नियमानुशासन का बोध तो है, पर मृत हो चुके नियमों से ईमानदार चिढ़ व खीझ भी है। गांधी का जादू अंत तक निराला को भी बांधे रहा। कविता में अपने समय में सामाजिक वर्जनाओं और आमो-खास की भावनाओं का द्वैत ही नहीं, हिंदी के प्रतिष्ठान की जड़ता और दास्यभरी मानसिकता को भी खूब लपेटा है।

सन् 1920 के आस-पास अपनी

साहित्यिक यात्रा शुरू करने वाले निराला ने 1961 तक अबाध गति से लिखते हुए अनेक कालजयी रचनाएं कीं और उनकी लोकप्रियता के साथ फक्कड़पन को कोई दूसरा कवि छू तक न सका। 'मतवाला' पत्रिका में 'वाणी' शीर्षक से उनके कई गीत प्रकाशित हुए। गीतों के साथ ही उन्होंने लंबी कविताएं लिखना भी आरंभ किया। सौ पदों में लिखी गई तुलसीदास निराला की सबसे बड़ी कविता है, जिसे 1934 में उन्होंने कलमबद्ध किया और 1935 में सुधा के पांच अंकों में किस्तवार इसका प्रकाशन हुआ। साहित्य को अपना महत्वपूर्ण योगदान देने वाले निराला की लेखनी अंत तक नित नई रचनाएं रचती रहीं।

22 वर्ष की अल्पायु में पत्नी से बिछोह के बाद जीवन का वसंत भी उनके लिए पतझड़ बन गया और उसके बाद अपनी पुत्री सरोज के असामायिक निधन से शोक संतप्त निराला अपने जीवन के अंतिम वर्षों में मनोविक्षिप्त-से हो गए थे। लौकिक जगत को अपनी अविस्मरणीय रचनाओं के रूप में अपनी यादें सौंपकर 15 अक्टूबर, 1961 को महाप्राण अपने प्राण त्यागकर इस लोक को अलविदा कह गए, लेकिन अपनी रचनात्मकता को साहित्य प्रेमियों के जेहन में अंकित कर निराला काव्यरूप में आज भी हमारे बीच हैं। महाप्राण निराला को विश्लेषित करते हुए तभी तो रामविलास शर्मा जैसे समालोचक को भी कहना पड़ा -

यह कवि अपराजेय निराला,
जिसको मिला गरल का प्याला;
ढहा और तन टूट चुका है,
पर जिसका माथा न झुका है;
शिथिल त्वचा ढल-ढल है छाती,
लेकिन अभी संभाले थाती,
और उठाए विजय पताका-
यह कवि है अपनी जनता का!



अनिवार्य है महत्त्वपूर्ण व्यक्तियों की ईमानदारी व सत्यनिष्ठा



सीताराम गुप्ता

दिल्ली

रामचरितमानस के सुंदरकाण्ड में एक प्रसंग है। जब रावण को सूचना मिली कि राम की सारी सेना समुद्र के उस पार आ गई है तो उसने अपने मंत्रियों से कहा कि उचित परामर्श दीजिए। रावण की इस बात पर सारे मंत्री और दरबारी हँसने लगे और बोले कि इसमें परामर्श की क्या बात है? आपने बिना किसी परिश्रम के देवताओं और राक्षसों को जीत लिया है तो फिर मनुष्य और बंदर किस गिनती में आते हैं? इस प्रसंग के बाद गोस्वामी तुलसीदास ने जो दोहा कहा है वो आज भी कम प्रासंगिक नहीं है। दोहा इस प्रकार से है :

सचिव बैद गुरू तीन जाँ प्रिय बोलहिं
भय आस,
राज धर्म तन तीन कर होइ बेगिहीं
नास।

मंत्री, वैद्य और गुरु यदि ये तीन महत्त्वपूर्ण व्यक्ति किसी डर अथवा लोभ-लालच के कारण या किसी अन्य प्रकार से लाभ की आशा से सच न कहकर मीठा बोलते हैं अथवा चापलूसी करते हैं तो राज्य, शरीर और धर्म ये तीनों क्रमशः शीघ्र ही नष्ट हो जाते हैं। भय के कारण सच न बोल पाना अथवा लोभ के कारण सच न बोलना दोनों ही स्थितियाँ ठीक नहीं कही जा सकतीं। कारण जो भी हो सच को दबाना किसी भी स्थिति में उचित नहीं माना गया है। रावण के मंत्रियों ने रावण को प्रसन्न करने के लिए उसके पराक्रम को बढ़ाचढ़ा कर प्रस्तुत किया। उन्होंने उसकी झूठी प्रशंसा की जिसके कारण रावण सही निर्णय नहीं ले पाया। ये भी असंभव नहीं कि रावण के मंत्री, सचिव अथवा दरबारी सच कहने से डरते हों। सच जो भी हो लेकिन इतना निश्चित है कि सचिवों के वास्तविकता को न समझ पाने अथवा सच न



मंत्री, वैद्य और गुरु यदि ये तीन महत्त्वपूर्ण व्यक्ति किसी डर अथवा लोभ-लालच के कारण या किसी अन्य प्रकार से लाभ की आशा से सच न कहकर मीठा बोलते हैं अथवा चापलूसी करते हैं तो राज्य, शरीर और धर्म ये तीनों क्रमशः शीघ्र ही नष्ट हो जाते हैं। भय के कारण सच न बोल पाना अथवा लोभ के कारण सच न बोलना दोनों ही स्थितियाँ ठीक नहीं कही जा सकतीं। कारण जो भी हो सच को दबाना किसी भी स्थिति में उचित नहीं माना गया है। रावण के मंत्रियों ने रावण को प्रसन्न करने के लिए उसके पराक्रम को बढ़ाचढ़ा कर प्रस्तुत किया। उन्होंने उसकी झूठी प्रशंसा की जिसके कारण रावण सही निर्णय नहीं ले पाया। ये भी असंभव नहीं कि रावण के मंत्री, सचिव अथवा दरबारी सच कहने से डरते हों। सच जो भी हो लेकिन इतना निश्चित है कि सचिवों के वास्तविकता को न समझ पाने अथवा सच न बोलने के कारण लंका का विनाश हो गया।

करने के लिए उसके पराक्रम को बढ़ाचढ़ा कर प्रस्तुत किया। उन्होंने उसकी झूठी प्रशंसा की जिसके कारण रावण सही निर्णय नहीं ले पाया। ये भी असंभव नहीं कि रावण के मंत्री, सचिव अथवा दरबारी सच कहने से डरते हों। सच जो भी हो लेकिन इतना निश्चित है कि सचिवों के वास्तविकता को न समझ पाने अथवा सच न

बोलने के कारण लंका का विनाश हो गया।

राजकाज अथवा प्रशासन चलाने में सचिवों अथवा मंत्रियों की सबसे महत्त्वपूर्ण भूमिका होती है। उन्हें राज्य की वास्तविक दशा का पूर्ण ज्ञान होना चाहिए क्योंकि वे ही राज्यप्रमुख को परामर्श देते हैं। यदि वे राज्यप्रमुख को उचित परामर्श नहीं देंगे तो

राज्यप्रमुख समय पर उचित निर्णय नहीं ले पाएगा जिससे राज्य में अराजकता फैल जाएगी। लोग परेशान होंगे तो उनमें रोष उत्पन्न हो जाएगा। इसी से राज्य में अराजकता का दुष्चक्र व्याप्त हो जाएगा और परिणामस्वरूप राज्य नष्ट नहीं होगा तो कमजोर जरूर पड़ जाएगा। राज्य में अनेक समस्याएँ व्याप्त हो जाएँगी। अतः मंत्रियों, सचिवों अथवा राज्य में अन्य महत्त्वपूर्ण पदों पर नियुक्त व्यक्तियों को किसी भी प्रकार की दुर्बलता दिखाएँ बग़ैर सच बोलना चाहिए। इस संदर्भ में आज की स्थिति संतोषजनक नहीं कही जा सकती। लोग सच कहने से डरते हैं। इसलिए नहीं कि वे डरपोक हैं बल्कि इसलिए कि अधिकांश व्यक्ति लोभ-लालच के दुष्चक्र में फँसे रहते हैं। राज्य के महत्त्वपूर्ण व्यक्ति जब तक लोभ से मुक्त होकर कार्य नहीं करेंगे तब तक देश से भ्रष्टाचार को समाप्त नहीं किया जा सकता।

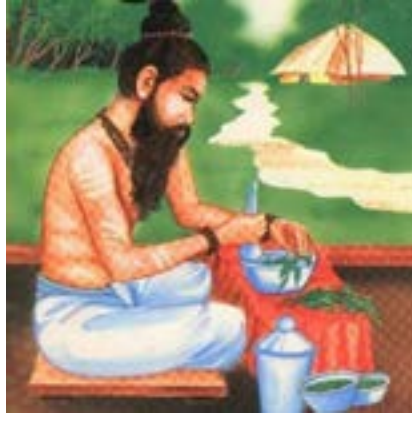
इसी प्रकार से वैद्य यदि रोगी को उसके रोग के विषय में ठीक से जानकारी नहीं देगा तो रोग का उपचार ही संभव नहीं हो सकेगा। यदि चिकित्सक रोग के विषय में सही-सही नहीं जानता अथवा बतलाता है तो ये स्थितियाँ रोगी के लिए घातक हो सकती हैं। रोग का सही उपचार न होने और रोग के बढ़ने से रोगी की असमय मृत्यु हो सकती है। आज के संदर्भ में देखें तो चिकित्सक व रोगी के संबंधों की स्थिति संतोषजनक नहीं कही जा सकती। वर्तमान में ही नहीं पहले भी वैद्यों के सत्य से विमुख होने अथवा लालची होने के पर्याप्त प्रमाण मिलते हैं। संस्कृत में एक श्लोक मिलता है जिसमें कहा गया है:

वैद्यराज! नमस्तुभ्यं यमराज सहोदर!

यमस्तु हरतु प्राणान् वैद्यं प्राणान् धनानि च।

अर्थात् वैद्यराज! आपको नमस्कार है। आप यमराज के सहोदर हैं। यमराज तो केवल प्राण ही हरते हैं लेकिन वैद्यराज आप धन और प्राण दोनों हर लेते हैं।

चिकित्सक लालच के वशीभूत होकर अपने रोगियों को रोग की वास्तविक स्थिति से



आज ऐसे चिकित्सकों का अभाव है जो रोगी को डराने की बजाय उसे शीघ्र रोगमुक्त होने का आश्वासन देते हों। यदि चिकित्सक रोगी को दवा के साथ-साथ ये भी कह दे कि उसका रोग सामान्य है और वह जल्दी स्वस्थ हो जाएगा तो रोगी अपेक्षाकृत कम समय में रोगमुक्त हो सकता है इसमें संदेह नहीं। डॉक्टरों को ऐसा ही करना चाहिए लेकिन वे लोभवश ऐसा नहीं करते।

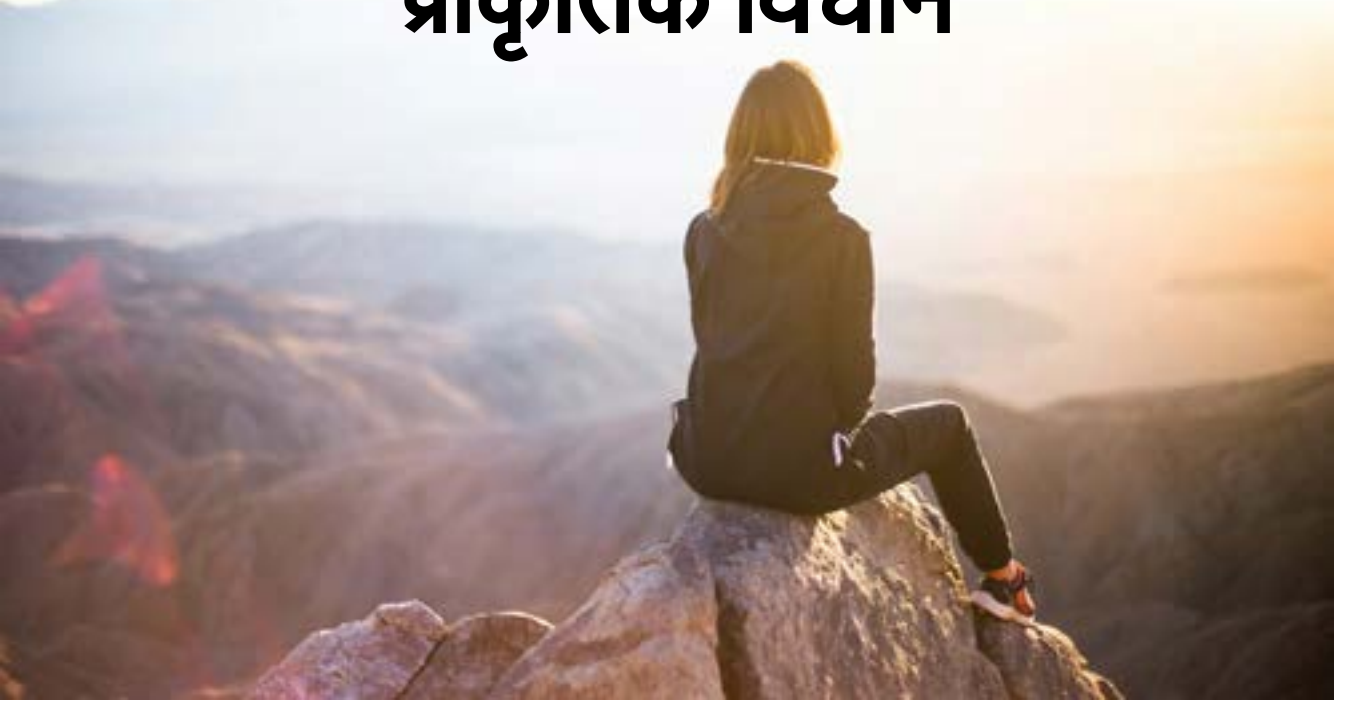
अवगत करवाकर उनका सही उपचार करने की बजाय उन्हें रोग की जानकारी ही नहीं देते और अनाप-शनाप पैसा बनाने के चक्कर में उन्हें गलत जानकारी देने से भी परहेज नहीं करते। रोगियों में रोगमुक्ति के प्रति विश्वास उत्पन्न करने की बजाय उनमें रोग के प्रति भय उत्पन्न कर देते हैं। किसी घातक बीमारी का नाम बताकर उन्हें आतंकित किए रखते हैं और उपचार के नाम पर जमकर शोषण करते हैं। आज ऐसे चिकित्सकों का अभाव है जो रोगी को डराने की बजाय उसे शीघ्र रोगमुक्त होने का आश्वासन देते हों। यदि चिकित्सक रोगी को दवा के साथ-साथ ये भी कह दे कि उसका रोग सामान्य है और वह जल्दी स्वस्थ हो जाएगा तो रोगी अपेक्षाकृत कम समय में रोगमुक्त हो सकता है इसमें संदेह नहीं। डॉक्टरों को ऐसा ही करना चाहिए लेकिन वे लोभवश ऐसा नहीं

करते।

यद्यपि सब चिकित्सक खराब नहीं हैं लेकिन चिकित्सा के क्षेत्र में आज हर प्रकार की सीमाओं का अतिक्रमण हो रहा है। पिछले दिनों राजधानी दिल्ली के एक नामी हॉस्पिटल में एक रोगी के दाएँ पैर की सर्जरी होनी थी लेकिन वहाँ के योग्य सर्जन ने रोगी के बाएँ पैर की सर्जरी कर डाली। रुग्ण अंग को ठीक करने के बजाय स्वस्थ अंग को विकृत कर डाला। लापरवाही की भी एक सीमा होती है। प्रायः ऐसे समाचार देखने-सुनने में आते हैं कि पैसे बनाने के चक्कर में कई हॉस्पिटल मरीजों की मृत्यु हो जाने पर भी उन्हें कई-कई दिनों तक वेंटिलेटर पर रखे रखते हैं। ये अनैतिकता ही नहीं अपराध भी है। डॉक्टर जीवनदाता होता है। उसे हम भगवान का दर्जा देते हैं। यदि डॉक्टर मिथ्याचरण करने लगे तो देश-दुनिया में स्वास्थ्य का क्या हाल होगा अनुमान लगाना कठिन नहीं।

गुरु का स्थान तो और भी महत्त्वपूर्ण तथा ऊँचा होता है। यदि गुरु किसी डर अथवा अनुचित लोभ-लालच के कारण या किसी अन्य प्रकार से लाभ की आशा से शिक्षा प्रदान करता है अथवा गलत शिक्षा देता है तो वह शिक्षा धर्म को ही नष्ट कर डालेगी। सही शिक्षा हमें अज्ञान व अंधकार से मुक्त करने में सक्षम होती है। गलत शिक्षा हमें अज्ञान व अंधकार की ओर ले जाएगी। हम अपने कर्तव्यों का पालन करने से चूक जाएँगे। हम समाज के नियमों की अनदेखी करना प्रारंभ कर देंगे जिससे अराजकता फैलने लगेगी। आज अधिकांश तथाकथित आध्यात्मिक गुरुओं का आचरण समाज के लिए समस्या बन गया है। सामाजिक जीवन में विकृति इन गुरुओं की लोभवृत्ति व चरित्रहीनता का ही परिणाम है। चाहे अक्षर ज्ञान या तकनीकी ज्ञान देने वाला गुरु हो अथवा आध्यात्मिक मार्गदर्शन करने वाला गुरु सभी गुरुओं को किसी भी प्रकार के लोभ व चारित्रिक दुर्बलता से मुक्त रहकर समाज का सही निर्माण करने में अपना महत्त्वपूर्ण योगदान करना चाहिए।

हमारी अवस्था और प्राकृतिक विधान



उमेश

"जिस रासायनिक गुण की और जितनी मात्रा में हमारे आंतरिक जगत को जरूरत होती है, उतनी ही मात्रा में वह हमारे अंदर आकर मिलान कर पाती है, बाकी नहीं। इसको नियंत्रित करने के लिए भी प्रकृति प्रदत्त ऐसी छन्नी हमारे अंदर होती जो, हमारे लिए आवश्यक रासायनिक गुण में से जरूरी मात्रा लेकर बाकी को दूर कर देती है, फिल्टर कर देती है।"

गुरूवर श्री अशोक मानव जी बताते हैं कि "हमारा रसायन मण्डल हमारे अपने ताने-बाने में बना होता है, इसपर किसी का कोई बस नहीं, यहाँ तक कि हम स्वयं भी इसे जान नहीं सकते। यह प्रकृति द्वारा नियंत्रित है इसमें किसी का कोई हस्तक्षेप नहीं होता है।"

गुरूवर बताते हैं कि "हमारे बाहरी आवरण में चाहे जो अपना प्रभाव डाले, हमारे आंतरिक मण्डल को कोई भी प्रभावित नहीं कर सकता है। आंतरिक अवस्था अपने रासायनिक गुण के अनुसार ही कार्य करती है। इस पूरी प्रक्रिया में हमारे जीवन में हमसे वहीं रसायन आकर जुड़ेगा जो कि हमारे लिए

जरूरी होगा। जो हमसे आकर जुड़ने पर भी वह हमारे ही रासायनिक गुण के अनुसार ही परिवर्तित होगा। इसको समझे, हमसे वहीं अवस्था या गुण जुड़ेगा जिसका हमसे जुड़ाव अनिवार्य होगा। उस समय हमारे गुण धर्म को पूर्ण करने के लिए, हमारे जीवन सफर की सहायता के लिए, प्रकृति द्वारा निर्धारित हमारे ही किसी प्रयोजन के लिए वह आवश्यक होगा। यह सब कुछ हमारे आंतरिक जगत में हो रहा होता है, हमारे रासायनिक मण्डल में। जो रासायनिक गुण हमसे जुड़ रहा होता है। वह भी अपने रासायनिक गुण के हिसाब से हमारे अंदर परिवर्तित नहीं होता है। बल्कि वह

स्वयं परिवर्तित होकर हमारे रासायनिक गुण के अनुरूप हो जाता है। यह पूरी प्रक्रिया यानि किसी रासायनिक गुण के मिलान से लेकर हमारे रासायनिक गुण के अनुरूप परिवर्तित होने तक, सब कुछ प्राकृतिक व्यवस्था के अधीन होता चला जाता है। यह सब हमारी जानकारी में भी नहीं आता।"

उपरोक्त को जानकर, यह जरूरी है कि हम व्यावहारिक जगत में अपनी समझ बना पायें कि जो कुछ भी हो रहा है वह प्रकृति के विधान के तहत ही हो रहा है। इसीलिए हमें अपने आप को व्यर्थ के चिंतन में नहीं डालना चाहिए। हमें हर परिस्थिति में शांत हो, एहसास

पर चलते हुए अपने सफर में आगे बढ़ते रहना चाहिए। अच्छा-बुरा, कम-ज्यादा, मान-अपमान हमारी ही सोच से जन्मी, हमें व्यथित करने वाली भावनायें होती हैं। ये भावनायें बाहरी वातावरण से प्रभावित रहती हैं। दूसरों के अनुसार चलती हैं। दूसरों के द्वारा बनाये गये आदर्शों, नियम आदि से प्रभावित रहती हैं। समाज में बनी परिभाषाओं से चलने वाली होती हैं। इनमें हमारा वास्तविक कुछ नहीं। इसीलिए हमें विचार न दौड़ा कर अपने आप को शांत रखना चाहिए। जिससे हम ज्यादा सुखद अनुभव प्राप्त कर सकते हैं। जो कि हमारा उद्देश्य भी होता है।

प्रकृति द्वारा बनाई गई इस व्यवस्था में खास बात जो गुरुवर बताते हैं वह यह कि "जिस रासायनिक गुण की और जितनी मात्रा में हमारे आंतरिक जगत को जरूरत होती है, उतनी ही मात्रा में वह हमारे अंदर आकर मिलान कर पाती है, बाकी नहीं। इसको नियंत्रित करने के लिए भी प्रकृति प्रदत्त ऐसी छन्नी हमारे अंदर होती जो, हमारे लिए आवश्यक रासायनिक गुण में से जरूरी मात्रा लेकर बाकी को दूर कर देती है, फिल्टर कर देती है।" हम वाह्य जगत में देखें तो पाते हैं कि हम अपनी बुद्धि, चतुराई लगाकर जब कुछ पाने का प्रयास करते हैं तो कुछ अच्छे के साथ बहुत बुरा भी हमारे पास आ जाता है। जिससे हमें परेशानी भी होती है। जब हम प्राकृतिक व्यवस्था की बात करें तो वह बहुत ही परिष्कृत होती है। हमसे वहीं जुड़ेगा जो कि हमारे लिए अनिवार्य होगा दूसरा कुछ नहीं। अब इस प्रक्रिया में हमें कोई समस्या नहीं होगी। हम अपना सफर शांत होकर आनन्दपूर्वक जी सकते हैं। परन्तु हम देखते हैं कि हमारा प्रयास कुछ और ही होता है।

गुरुवर आगे एक बात और भी स्पष्ट करते हुए बताते हैं कि "आज मानव ने अपना ईंधन या ऊर्जा जो उसे अपना जीवन एहसास के मार्ग पर चलते हुए सुख से जीने के लिए मिला था, वह उसने दूसरों को अपने अनुसार चलाने में, प्रभाव डालने में खर्च



कर रहा है। बहुतों ने खर्च भी कर दिया है। प्रकृति के अनुसार हर कोई अपने में पूर्ण है। हर व्यक्ति अपने लिए अनिवार्य अवस्था को ढूँढ ही लेता है। फिर क्यों दूसरा व्यक्ति उसपर दबाव डालकर उसे अपने अनुसार चलाना चाह रहा है। जब प्राकृतिक व्यवस्था ही ऐसी नहीं है। तब ऐसा प्रयास दोनों ही में मानसिक तनाव, असंतुष्टि को जन्म देगा। यही कारण है समाज में अशांति और असंतुलन का भी। हम आज जिस भी रिश्ते को देखें हम यही खींच-तान पाते हैं। जिसके पास ताकत है पैसा है। वह शोषण कर रहा है चाहे वह जिस रूप में हो। यही कारण है कि हम लोगों बोलते सुने जाते हैं कि 'बहुत परेशानी है, जीवन में सुकून नहीं है।'

हम सबके पास एक समस्या यह भी है कि हम दूसरों के बारे में जानना चाहते हैं। पर हलचल में होने के कारण यह हो नहीं पाता। यहाँ तक हमारी स्वयं अपने को जानने की जिज्ञासा भी इसी कारण से पूरी नहीं हो पाती क्योंकि हम हमेशा विचारों में उलझे रहते हैं। गुरुवर कहते हैं कि "कुछ भी जानने के लिए हमें शांत अवस्था में होना होगा। जब हम विचार शून्य होते हैं तब हमारे शरीर की अवस्था शांत हो जाती है। जब कोई हलचल

नहीं रहती है तब हम ब्रह्माण्ड के रहस्यों का पता लगा पाते हैं। इसी अवस्था में हम यह जान सकते हैं कि कोई अवस्था हमसे क्यों जुड़ रही है। यह भी कि हमारे लिए क्या आवश्यक है। इससे हमारे अंदर किसी घटना आदि को लेकर कोई प्रश्न नहीं रहेगा। विचलित न होते हुए जो कुछ हमारे साथ हो रहा होता है उसका सच्चा अर्थ जान पाते हैं। यह गुण हम जानवरों में देख पाते हैं। उनकी अवस्था शांत होती है। जिससे वे प्रकृति में हो रहे बदलाव को जान पाते हैं। यदि हम उनके सामने जाये तो उनकी क्षमता हमारे वास्तविक स्वरूप को साफ-साफ देख पाने की होती है। हम चाहे जैसे भी उनके सामने अपने को दिखाये। परन्तु मानव में यह गुण नहीं।'

फिर भी जीवन तो है जीना भी है। इस संघर्षों से भरे इस जीवन के लिए गुरुवर यह परामर्श देते हैं कि "आप चाहे शांत हो या हलचल में हो आपका मन जो कहता है वही कीजिए। यह आपको उचित दिशा में लेता जायेगा।" सही भी है आज जो सभी का हाल है उसमें तो एकदम से शांत होना मुश्किल है। ऐसे में आप अपने मन की बात पर चलकर सही दिशा की तरफ बढ़ सकते हैं। होली की मंगल शुभकामनाओं के साथ।

एक बार फिर इलाहाबाद में!



प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी

लेखक आकाशवाणी से सेवानिवृत्त अधिकारी हैं।

मेरा अपना यह मत है कि डायरी के पृष्ठ आपकी चुप्पी की आगवानी करते हैं, आपकी दबी आवाज को स्वर भी प्रदान करते हैं और सही मायने में डायरी लेखक के व्यक्तित्व को आईना भी प्रदान करते हैं। वैसे कंप्यूटर और सोशल मीडिया के इस युग में डायरी लेखन का अस्तित्व बचेगा या नहीं यह यक्ष प्रश्न बना हुआ है। जीवन के आपा धापी के दृश्य डायरी के इन पृष्ठों उतारते हुए मुझे तो बेहद खुशी हो रही है। चूँकि इनका प्रकाशन पिछले 12 वर्ष से निरंतर लखनऊ से प्रकाशित होने वाले मासिक पत्रिका 'प्रकृति मेल' में हो रहा है इसलिए इसका फ्रीड बैक भी मिलता जा रहा है। इसके लिए मैं इस पत्रिका के संपादक मण्डल का, विशेष रूप से श्री अशोक 'मानव' का आभारी हूँ। आत्मकथा के अब तक छपे अंश पर फ्रीड बैक के नाम पर अभी तक लगभग सभी ने इसकी लेखन शैली की प्रशंसा ही की है सिवाय उस एक परिचित महिला की उस प्रतिक्रिया से जिसमें उन्होंने मेरे बचपन की गलतियों की चुगली मेरी पत्नी से करके मुझे कई दिनों तक पत्नी जी के ताने सुनते रहने का बैटे ठाले उपहार दे डाला है।

जिंदगी की रेलगाड़ी तमाम ऊबड़ खाबड़ जमीन पर बिछी आदि तिरछी पटरियों पर दौड़ती चली जा रही थी। नौकरी और जिंदगी की यह जो भागदौड़ एक बार शुरू हो जाती है वह रुकने वाली नहीं हुआ करती। सब तो भाग रहे हैं। ये जो रेल की पटरियाँ हैं ना वे



मानो जिंदगी के एक एक मोड़ हैं और रेल खुद मनुष्य! उसे मन रूपी डिब्बों से न जाने कब, कहाँ और कैसे उतर जाना है नहीं पता। इस रेल में इंजन में कोयले की जगह भावनाएं हैं, सपने हैं और वे ही गति देती जा रही हैं।

मैंने सपने में भी नहीं सोचा था कि मुझे एक बार फिर समान पद पर आकाशवाणी इलाहाबाद आना पड़ेगा। परंपरा के अनुसार जिसका टेन्यूर केंद्र पर ज्यादा था उसे भेजना चाहिए था। लेकिन उस समय आकाशवाणी गोरखपुर के केंद्र निदेशक काजी अनीस उल हक ने कुछ लोगों के कान भरने पर मुझे इलाहाबाद भेज दिया। हालाँकि एक बार अनौपचारिक बातचीत में मैंने उनसे भविष्य में ट्रांसफर होने पर आकाशवाणी कानपुर जाने की इच्छा अवश्य जाहिर की थी। मेरे संयुक्त परिवार, मेरी गृहस्थी में खट-पट चलने लगी थी और उन्हीं दिनों कानपुर में पोस्टेड मेरे मित्र इंजीनियर आर. आर. एन. प्रसाद (जो उन दिनों वहाँ पोस्टेड थे) और कानपुर केंद्र की उन्होंने तारीफ की थी, के परामर्श पर मैंने ये बात शेयर की थी। अपने औचक

इलाहाबाद ट्रांसफर पर जब मैं काजी साहब से मिला तो उन्होंने उसी बात का रेफरेंस देकर मुझे निरुत्तरित कर दिया था। मुझे 9 मार्च को रिलीव कर दिया गया क्योंकि मेरी जगह इलाहाबाद से बजरंगी तिवारी ज्वाइन करने आ गए थे। उनका यह पनिशमेंट ट्रांसफर था क्योंकि उनकी इलाहाबाद के निदेशक मधुकर गंगाधर से घमासान लड़ाई हो गई थी।

विवश होकर मैंने एक बार 19 मार्च 1984 को फिर से उसी इलाहाबाद केंद्र को ज्वाइन किया जहाँ से मेरी यह यात्रा 30 अप्रैल 1977 को शुरू हुई थी। अब इलाहाबाद वैसा नहीं रह गया था जैसा मैं छोड़कर गया था। केंद्र पर जातिवाद, भ्रष्टाचार, आपसी तनाव और लड़ाई झगड़े शुरू हो गए थे। उन दिनों जब मैं गोरखपुर छोड़ रहा था तो सिर्फ अपना प्यारा शहर, अपना घर-बार ही नहीं बल्कि अपनी पत्नी और दो साल के बच्चे को भी छोड़कर जा रहा था। मन में निराशा थी लेकिन यह विश्वास भी था कि इस अनुचित और अनावश्यक ट्रांसफर का कोई न कोई विकल्प मिलेगा ही। विकल्प मिला लेकिन तमाम

तनाव देने के बाद ।

आकाशवाणी गोरखपुर के निदेशक काजी साहब का तबादला हो गया था और उनकी जगह मथुरा से एम.एल.पंडित आ गए थे ।महानिदेशालय ने भी यह समझा था कि गोरखपुर में मुस्लिम डाइरेक्टर की नीतियों से वहाँ के स्टाफ और वार्ययकरों में असंतोष था और किसी हिन्दू डाइरेक्टर भेज कर उसे ठीक किया जा सकता है ।काजी साहब जाते जाते अपनी मनमानी कर गए थे ।जैसा कि बताया हूँ एक अकुशल व्यक्ति को टाइपिस्ट तो दूसरे को प्रोड्यूसर बना गए थे ।भक्ति संगीत के कार्यक्रम में नात ए शरीफ अवश्य बजने लगा था और आजमगढ़ और मऊ के टोपी वाले और लुगी वाले लोगों का आना जाना कुछ ज्यादा ही होने लगा था ।असल में एक पेक्स डा ० अब्दुल खालिक कुछ ज्यादा ही मजहबी थे और उनकी गतिविधियों से ही यह सब झलकता था । जुमे के दिन उनके कमरे में नमाज़ पढ़ी जाने लगी थी ।

नवागत पंडित जी मूलतः कश्मीरी थे । वे बहुत कम बोलते थे ।बस,मेरे फ़ेवर की उनमें एक बात यह थी कि अब्बल तो वे हिंदुओं के प्रति साफ़ थे और दूसरे दाउदपुर में वे पंडित विद्यानिवास मिश्र के घर पर ही फिलहाल रह रहे थे ।

इलाहाबाद में इस बार मैं कहाँ जाता ?सोच विचार कर तय हुआ कि फिलहाल तो ननिहाल को ही आशियाना बनाऊँ । मेरे नाना जी उन दिनों रेलवे की नारायणपुर ट्रेन एक्सीडेंट की न्यायिक जांच आयोग के सीगिल मैंन कमेटी के अध्यक्ष थे ।उन्होंने अपने घर में ही उसका कार्यालय खोल रखा था ।उनके अपने स्टाफ थे ।अब मैं भी पहुँच गया था ।घर उनका बहुत बड़ा था । उन्होंने कुछ कहा तो नहीं लेकिन मैंने उनके हाव-भाव से समझ लिया कि अगर ज्यादा दिन रहना पड़ गया तो इस बार पत्नी और बच्चे के साथ यहाँ रहना मुश्किल और अव्यावहारिक है ।इलाहाबाद में कार्यभार ग्रहण करने के बाद और गोरखपुर वापसी की संभावना तलाशने

के साथ साथ मैंने इलाहाबाद में रहने के लिए किराये का घर भी खोजना शुरू कर दिया था ।

मधुकर गंगाधर ठीक आदमी नहीं थे ।मूलतः बिहार के वे थे और थे तो जाति से ठाकुर लेकिन उन्होंने एक बंगाली से शादी कर रखी थी ।लोगों का कहना था कि पटना केंद्र पर उनकी नियुक्ति प्रोड्यूसर पद पर कराने में और उसके बाद सीधे निदेशक पद तक पहुँचाने में बिहार के तत्कालीन मुख्यमंत्री केदार पांडे का योगदान था ।लोगों का यह नहीं कहना था कि इस फ़ेवर के बदले में नेता जी ने अपनी रखैल उनके हवाले कर दी थी ।जब मैंने इलाहाबाद ज्वाइन किया तो समन्वय का काम राम प्रकाश देख रहे थे और उनके साले अशोक कुमार ड्यूटी रूम के इंचार्ज थे ।निदेशक के साथ साथ दोनों जीजा साला केंद्र पर मनमानी कर रहे थे ।उसी में एक एनाउंसर मधुर श्रीवास्तव भी शामिल हो गए थे जिनको मधुकर ने तमाम योग्य उम्मीदवारों को दरकिनार करते हुए सुरा और सुंदरी की चाह में अब ड्रामा का प्रोड्यूसर बना दिया था ।केंद्र की अंदरूनी और बाहरी हालत ठीक नहीं थी ।

मैंने कोशिश की कि निदेशक मधुकर खुश रहें और मेरी गोरखपुर वापसी में कोई दिक्कत न बनें । न चाहते हुए भी उनके साथ कुछ निजी ओ.बी. में भी गया जहाँ दारू और मछली की दावतें मिलीं । निष्ठापूर्वक उनके हर आदेश का पालन करता रहा ।लेकिन उनकी टीम के मधुर श्रीवास्तव,अशोक कुमार और राम प्रकाश को झेल पाना मुश्किल लग रहा था ।एकाध बार अपने वीकली ऑफ में उनके घर भी गया । उन दिनों रेडियो की अपनी कालोनी नहीं बनी थी ।केंद्र के पास ही ऑफिसर हास्टल था और हास्टल के दो सेट उन्होंने एलाट करा रखे थे ।मुझे आश्चर्य यह हुआ कि उस समय वहाँ ड्यूटी पर उपस्थित लोग भी कचहरी करते मिले ।

जिस तरह गोरखपुर में काजी ने आंदोलन खड़ा करा रखा था उसी तरह यहाँ मधुकर के खिलाफ केंद्र और बाहर के लोगों का आक्रोश था ।लखनऊ से निदेशक जाफरी साहब उन्हीं

दिनों जांच के लिए आए तो मैंने उनको भी अपना ज्ञापन दिया जिसमें अपने बलि का बकरा बनने की राम कहानी मैंने लिखी थी और गोरखपुर ट्रांसफर कराने का अनुरोध किया था ।इन सबका कोई असर नहीं हुआ ।

अब मुझे अल्लापुर मुहल्ले में दो कमरे का एक मकान मिल चुका था ।मैं गोरखपुर से अपना परिवार लाया और नांना जी का घर छोड़कर अल्लापुर रहने लगा । उन्हीं दिनों नांना जी भी एक नया काम पा गए थे और वे चेन्नई चले गए थे लेकिन घर पर मेरे छोटे मामा सुधीर चंद्र रहते थे जो सिविल सर्विस की तैयारी कर रहे थे ।

जून के अंतिम सप्ताह में मुझे अपने गोरखपुर वापसी की एक राह दिखाई।आकाशवाणी रीवा के एक ट्रेक्स घूमने के लिए इलाहाबाद आए थे और उनसे बातचीत में पता चला कि वे इलाहाबाद कंपीटीशन की तैयारी के लिए आना चाहते हैं ।मैंने तुरंत उनसे उनका अप्लीकेशन लिया और उनको अपना अप्लीकेशन दिया कि मुझे गोरखपुर और उनको इलाहाबाद दे दिया जाए ।लेकिन मधुकर गोरखपुर के नाम पर ही चौक उठे और डर रहे थे कि कहीं फिर से इलाहाबाद बजरंगी न आ जाए ।इसलिए उन्होंने बिना रुचि लिए आवेदन ले लिया ।हमने आकाशवाणी गोरखपुर और लखनऊ को भी अपना ट्रांसफर अप्लीकेशन भेज रखा था ।उसी बीच मैं गोरखपुर जाकर वहाँ के निदेशक पंडित जी से मिल भी आया था और पंडित विद्यानिवास मिश्र ने भी मेरे लिए उनसे कहा था ।कुल मिलाकर माहौल बनना शुरू हो गया था ।

4 जुलाई 1984 अर्थात लगभग चार महीने बाद मेरा गोरखपुर के लिए ट्रांसफर आदेश आ गया और मैंने 13 जुलाई 1984 को एक बार फिर आकाशवाणी गोरखपुर में समान पद पर कार्यभार ग्रहण कर लिया ।बजरंगी तिवारी को गोरखपुर से आकाशवाणी वाराणसी भेज दिया गया था ।

प्रदूषित प्राकृतिक तत्व और मानसिक स्वास्थ्य



डा. इरा त्रिपाठी

एस एस पी जी मंडलीय, वाराणसी, यूपी

शोधानुसार अमेरिका के वर्जीनिया स्थित अमेरिकन इंस्टिट्यूट ने रिसर्च में यह पाया कि हवा में pm 2.5 में 1 प्रतिशत की भी वृद्धि होने मात्र से ही मानसिक रोगों का खतरा 10.3 प्रतिशत तक बढ़ जाता है। ऐसी प्रदूषित वायु के संपर्क में लगातार रहने से व्यक्तियों में चिड़चिड़ापन, मन में उचटता महसूस करना, बेचैनी, दुखी रहने की सम्भावना 1.5 प्रतिशत तक बढ़ जाती है। आकड़े बताते हैं कि 2017 में वायु प्रदूषण की वजह की वजह से 1.2 मिलियन से अधिक लोग असमय मौत का शिकार हुए।



मनुष्य और पर्यावरण के मध्य बहुत घनिष्ठ एवं स्थाई संबंध होता है, इसीलिए हमारा स्वास्थ्य काफी हद तक पर्यावरणीय गुणवत्ता पर निर्भर करता है। यदि यह पर्यावरण प्रदूषित हो जाये तो यह समस्त जीव-जन्तुओं के लिए हानिकारक हो जाता है। प्रदूषण देश ही नहीं बल्कि पूरे विश्व के लिए एक ज्वलंत समस्या है। चाहे बात आप किसी की करे वायु, जल या ध्वनि प्रदूषण हो। क्या है यह पर्यावरणीय प्रदूषण और यह किस प्रकार से समस्त सजीव प्राणियों को नुकसान पहुँचता है। प्रदूषण का अर्थ वायु, जल, मिट्टी इत्यादि का अप्रकृतिक तत्वों से दूषित होना और जिसके निरन्तर सम्पर्क में रहने मनुष्य एवं जीव-जन्तुओं पर शारीरिक एवं मानसिक रूप से दुष्प्रभाव पड़ना है।

वायु, जल, मृदा, ध्वनि, अत्याधिक घरेलू रासायनिक एवं इलेक्ट्रिक स्रोतों का प्रयोग, सभी प्रकार के उपकरण अनेकानेक दुष्परिणाम दे रहे हैं। आज हम यहाँ मानसिक

स्वास्थ्य के दुष्परिणामों को वर्णित करेंगे। वायु प्रदूषण मनुष्य के मस्तिष्क के न्यूरोट्रांसमीटर के प्राकृतिक स्रोत को असंतुलित करके हमारे मानसिक तंत्र को हानि पहुँचाते हैं।

शोधानुसार अमेरिका के वर्जीनिया स्थित अमेरिकन इंस्टिट्यूट ने रिसर्च में यह पाया कि हवा में pm 2.5 में 1 प्रतिशत की भी वृद्धि होने मात्र से ही मानसिक रोगों का खतरा 10.3 प्रतिशत तक बढ़ जाता है। ऐसी प्रदूषित वायु के संपर्क में लगातार रहने से व्यक्तियों में चिड़चिड़ापन, मन में उचटता महसूस करना, बेचैनी, दुखी रहने की सम्भावना 1.5 प्रतिशत तक बढ़ जाती है। ग्रीन पीस शोध संस्थान के आकड़े बताते हैं कि 2017 में वायु प्रदूषण की वजह की वजह से 1.2 मिलियन से अधिक लोग असमय मौत का शिकार हुए। यह प्रदूषण ही एक कारण रहा जिसकी वजह से प्रति व्यक्ति औसतन आयु 2.6 वर्ष कम हो गई है। बढ़ता हुआ प्रदूषण वो चाहे वायु, जल, मृदा, अथवा ध्वनि हो, विशेषज्ञों के अनुसार ये सीधे

तौर पर मनुष्यों के मानसिक स्वास्थ्य पर असर डालते हैं। ध्वनि प्रदूषण का भयावह रूप तो तब और बढ़ जाता है कि जब लगातार इसके सम्पर्क में रहने से अनिद्रा शुरू हो जाती है और इससे चिड़चिड़ापन और उदासी के लक्षणों में वृद्धि होने से आत्महत्या की दर में तेजी देखी जा रही है। डा० कपूर के अनुसार ध्वनि एवं वायु प्रदूषण से श्वसन संबंधी के चलते रात्रि में बेचैनी, घबराहट और नींद की गड़बड़ी हो जाती है, इसके साथ-साथ धुंध में प्रकाश की कमी भी महसूस होने से मनुष्य के नर्वस सिस्टम में उल्टे प्रभाव दिखते हैं। साँस में गड़बड़ी होने से शरीरिक एवं मस्तिष्कीय ऑक्सीजन स्तर में कमी होने लग जाती है जिससे नींद की परेशानी और मानसिक स्थिरता नहीं रहती। स्वभाव में लगातार उतार-चढ़ाव होने लग जाते हैं। हवा से और खाने-पीने से कुछ रसायन जैसे नाइट्रोजन डाइआक्साइड के साथ अन्य बरीक कण, इन सब के लगातार प्रभाव में रहने से भ्रम-विभ्रम जैसे-वास्तविक रूप में चीजों के न होने पर भी उन चीजों के होने का आभास होना और आवाज सुनना। यह सब असुरक्षात्मक भाव उत्पन्न करता है। मानसिक स्वास्थ्य पर असर होने से लोगो पर शक करना एवं सबको अपना दुश्मन समझना जैसी सोच का जन्म लेना। यह इतना बढ़ जाता है कि 32 प्रतिशत लोगों को मनोचिकित्सक की सलाह लेनी पड़ती है जो थोड़े समय से शुरू होकर अजीवन चल सकता है। वायु प्रदूषण से प्रभावित वे लोग जो अपना स्थाप परिवर्तित नहीं कर पाते और राहत के नाम पर मद्यपान की गलत आदत का शिकार हो जाते हैं। जो कि आगे चलकर परिवारिक और सामाजिक कलह का कारण भी बन जाती है।

नई शोध बता रही है कि प्रदूषण के कारण परिवारिक और सामाजिक संबंधों में भी बहुत दुष्प्रभाव पड़ रहा है। यह इसलिए क्योंकि ध्यान की कमी, अनिद्रा, अरुचि इत्यादि के कारण लोग सामाजिक गतिविधियों और आपसी मेलजोल से दूर होते जा रहे हैं। जो स्ट्रेस हार्मोन को बढ़ा दे रहा है और धीरे-धीरे एकाकीपन से उबरने के लिए लोग आत्महत्या तक कर ले

रहे हैं। ऐसे कई उदाहरण जल प्रदूषण के भी मिलते हैं। रिसर्च कहती है कि पानी में ppm 300 से टी डी एस वाले प्रदूषित पानी में सासे की मात्रा बढ़ रही है जो कि मानव मस्तिष्क में एन.एम.डी.ए.रिसेप्टर नामक प्रोटीन रिसेप्टर पर हमला करके उसे निष्क्रिय बना देता है, जो कि बच्चों में अटेन्सन डिफिसिट हीड्रपरएक्टिविटी ADHA, आबसेसिव कम्पलसिव OCD डिर्साडर, आटिज्म (AUTISM) और टोरेट सिन्ड्रोम जैसी मानसिक समस्याओं को बढ़ावा देता है। कभी-कभी यह न्यूरोडेवलमेंट में भी बहुत बाध उत्पन्न कर देता है। इंडियन जर्नल ऑफ पीडियाट्रिकस में प्रकाशित एक लेख के अनुसार तीव्र ध्वनि के लगातार सम्पर्क में रहने से श्रवण संबंधी समस्याओं के दुष्प्रभाव से बच्चों को सामान्य मनोव्यवहारिक समस्याओं का भी सामना करना पड़ रहा है। जिससे एकाग्रता की कमी, सीखने की इच्छा में कमी, सहपाठियों से कमजोर, सामाजिक संबंधों में कमजोर, आत्मविश्वास की कमी। यह सब उनके भावी जीवन के लिए समस्या बन रही है।

दुनिया में लगभग 78 प्रतिशत मानव द्वारा उपयोग की जाने वाली कैलोरी सीधे तौर पर मृदा से प्राप्त होती है जिसमें 20 प्रतिशत स्थानीय खाद्य स्रोतों से प्राप्त होता है। यही मृदा प्रदूषित होकर मानवता के लिए महामारी बनकर अनेक असाध्य रोग के रूप में सामने आती है। प्रदूषण के कारण मुख्य रूप से मानसिक दुर्बलता, अवसाद, चिंता, लकवा, सदमा आदि मनुष्य को घर चुकी है। प्रदूषण मनुष्य में कई हार्मोनल असंतुलन करके मस्तिष्क पर बुरा प्रभाव डाल रहे हैं।

प्रदूषित मिट्टी में पैदा होने वाली फसलें और पौधे अधिक प्रदूषण को अवशोषित करते हैं और फिर उसे मानव द्वारा लम्बे समय तक उपयोग करने से अनेकानेक मानसिक एवं शरीरिक बिमारियों के अलावा उनकी अनुवांशिक बनावट में भी अशुद्धता और विकार उत्पन्न होता जा रहा है।

यह प्रदूषण मानसिक और शरीरिक ही नहीं बल्कि सामाजिक संबंधों और रिश्तों पर भी

अपना दुष्प्रभाव डाल रहे हैं। प्रदूषण के कारण लोगों का आपस में आना जाना सामाजिक समारोहों आयोजनों में भगीदारी करना इत्यादि भी बाधित हो रहा है। जिससे एकाकीपन, जीवन के प्रति निरसता भी बढ़ रही है।

प्रदूषण में 100 प्रतिशत बचना तो बहुत ही मुश्किल है परन्तु कुछ प्रयासों से हम स्वयं को प्रदूषण मुक्त रख सकते हैं।

- ◆ वायु प्रदूषण से बचाव के लिए घर से बाहर निकलते वक्त मास्क का प्रयोग करें। घर में एयर प्यूरीफायर लगवा सकते हैं। घर में बालकनी आदि पर हरे पेड़ पौधे लगवाये। अपने व्यस्तम समय से समय निकालकर खुली स्वच्छ हवा में प्राणायाम योग इत्यादि करें। अपनी घर की धूल समायोजित करने वाली वस्तुओं को समय-समय पर साफ करते रहें। बिना जरूरत घर से बाहर न निकलें।
 - ◆ ध्वनि प्रदूषण से बचाव के लिये निर्धारित मानक से ऊपर की ध्वनि न उत्पन्न करें न ही ऐसे प्रयासों को बढ़ावा दें। समय-समय पर कममच तमसंगंजपवद की क्रियाएं करें। प्रतिध्वनि वाले स्थानों पर कान को ढककर आवश्यकता अनुसार रखें।
 - ◆ खान-पान का विशेष ध्यान रखें, मौसमी फल एवं ताजी सब्जियों का सेवन करें। उचित मात्रा में तरल पेय पदार्थों का सेवन करें।
 - ◆ सोने वाला स्थान शांत हो, ध्वनि रहित सुविधाओं का बनाये।
 - ◆ नशे और रेडीमेड खाने से परहेज करें।
- प्रदूषण से दूर रहे और प्रदूषण को दूर करने में सहायता भी करें। स्वस्थ और भरपूर जीवन के लिए जरूरी है कि हम इन बातों को गम्भीरता को समझे और सभी के लिए एक सुन्दर भविष्य बनाये।

सूत्र वाक्य

अशोक मानव

- ध्यान एक प्राकृतिक अवस्था है किसी कार्य विशेष को पूरा करने के लिए हमारे चारों तरफ एक आभामंडल बन जाता है जिससे हम बाहर नहीं निकल पाते उसे ही ध्यान कहते हैं।
- किसी का बंद स्तूप भेद पाना असंभव है, कोई किसी का भविष्य देख नहीं सकता वह किसी के बारे में उतना ही देख सकता है जितना रासायनिक मिलान होना निश्चित है।
- भावनात्मक ऋणात्मकता की स्थिति वह है जब कोई व्यक्ति किसी का सहयोग या मदद कर देता है तो वह व्यक्ति मदद करने वाले का एहसानमंद हो जाता है।
- प्रकृति में प्रतिबंधित अवस्था कुछ भी नहीं है अपने गुण के रासायनिक ईंधन खत्म होने तक हर अवस्था आजाद होती है।
- कोई व्यक्ति हमारे बारे में अत्यधिक सोचता है तो वास्तव में उसकी भूमि पर हमारा रासायनिक बीज उगता है परंतु यह बीजारोपण उसकी भूमि में तभी संभव है जब अगला भी मेरी रासायनिकता से मिलान करता होगा।
- जब कोई भी जीव पदार्थ या अवस्था अपने रासायनिक गुण के अनुसार गतिमान रहती है तो वह अपनी भौगोलिक अवस्था से तृप्त होकर पूर्णतः पक के अपनी मूल अवस्था में पहुंचकर प्रकृति बन जाती है।
- दवा से रोग की रोकथाम तो की जा सकती है परंतु किसी के रासायनिक गुण की अनिवार्य गति और व्यक्तित्व को नहीं बाधित किया जा सकता।
- हर अवस्था किसी गुण द्रव्य की रासायनिकता का परिणाम होती है इसे कोई चलाने का कार्य नहीं करता हर अवस्था अपने में आजाद अवस्था होती है।
- ब्रह्मांड में एक गुण की दो अवस्था नहीं होती और ना ही किसी एक मार्ग पर दो अवस्थाएं गतिमान हो सकती हैं कोई भी दूसरे गुण के अनुसार उसके मार्ग पर ना चल सकता है ना किसी को अपने गुण के मार्ग पर चला सकता है।
- प्रकृति विकलांगता को नहीं सक्षमता को जन्म देती है, मनुष्य अपनी चाहत और इच्छाओं के बस में होकर एक दूसरे पर निर्भर होते हुए विकलांग हो गया।

भावना की विजय



अशोक मानव

ना त्याग ना तपस्या, ना भजन ना ध्यान, पर त्याग की तपस्या के भजन का ध्यान ही कर्म है। युद्ध मन से है, मित्रता शरीर से, शत्रुता अस्त्र-शस्त्र से है। वाणी तो इस जगत की स्वामिनी है। वही युद्ध, मित्र, शत्रु उसकी कला की परछाई है। मानव भटकता है शत्रुओं में, खोजता है मित्रों में, पाता है रिश्तों में पर तृप्त होता है मन से उत्पन्न भावों में। समीपता से दूरी, धूप से छांव, ज्ञान अज्ञान से अहंकार की परिणति, मृत्यु और मृत्यु का फल मुक्ति होती है।

मृत्यु का अधिकार जीवन पर, जीवन का अधिकार समय पर, समय का अधिकार मानव पर, मानव का अधिकार अपनी ऊर्जा पर, ऊर्जा का अधिकार प्रकृति पर, प्रकृति पर अंतिम अधिकार ज्योति का ही होता है। यही प्रकृति का नियम है, यही रीत है जिसका पालन ही कर्तव्य है, पर नियम के विपरीत चक्र का चलना ही प्रलय है।

उपरोक्त वाणी भगवान की विजय की तकनीकी कला है। मानव जीवन की यही विजय अंतिम विजय होती है। जिसके बाद युद्ध खत्म हो जाता है। हिंसा की विजय युद्ध को खत्म नहीं करती है, बल्कि युद्ध को बढ़ाती है हिंसा में जो व्यक्ति लड़ते हुए मारा जाता है उसके शरीर की मिट्टी में वह गुण बचा रह जाता है। जो उसी गुण के मानव को पैदा करती है इस प्रकार इसी गुण की मिट्टी की मात्रा बढ़ती जाती है और इससे इसी गुण के मानव

की संख्या बढ़ती रहती है वे लोग हिंसात्मक युद्ध से ही अपनी समस्या का हल खोजना चाहते हैं। ऐसा होने से यह सिलसिला खत्म नहीं हो पता है। भावना की विजय स्थापित करने से व्यक्ति का अन्तःकरण परिवर्तित हो जाता है। जिससे व्यक्ति के शरीर में उस गुण से बनने वाले सेल्स (कोशिकाएं) नहीं बनते और जो बन गए रहते हैं, भाव बदलने से उनका गुण बदल जाता है। जब शरीर छूट जाता है तो उसकी मिट्टी पदार्थ में परिवर्तित होने के बाद उसमें हिंसात्मक गंध नहीं रह जाती है उसके बाद उससे जो नया निर्माण

प्रकृति सही गलत की परिभाषा से नहीं बल्कि जिसके लिए जिसे उत्पन्न करती है उसे पूरा करना उसका उद्देश्य है जो एक दूसरे के मिलान से जो एक दूसरे के प्रति भावना बनती है वही दोनो के संदर्भित उद्देश्य को पूरा करती है जिसमें दोनो विजेता होते हैं जो जिसके लिए उत्पन्न होता है वही पूर्ण होता है जिसे 'भावना की विजय' कहते हैं।

होता है उसमें हिंसात्मक भाव का मानव नहीं पैदा होता है, बल्कि जो भाव परिवर्तित हो जाता है उस गुण का मानव पैदा होने लगता है। इस प्रकार हर युद्ध का स्थाई हल भावना की विजय ही है। ऐसे भी हर व्यक्ति अपनी भावना को स्थापित करना चाहता है। जिसे स्थापित करने के लिए भावना की विजय से अच्छा दूसरा कोई तरीका नहीं हो सकता है। भावना की विजय स्थापित करने के लिए अपने अंदर अपने-अपने स्वभाव के भाव को बनाएं। इसी का विचार शांतिपूर्ण तरीके

से बनाते रहे। जब यह भाव शरीर के पदार्थ में स्थापित हो जाता है तब अपने अंदर से उस गुण की परिपक्व ऊर्जा बनकर निकलने लगती है। जिसे जहां स्थापित करना चाहते हैं उसमें प्रेषित करने के बाद उसके अंदर उस गुण का भाव बनाने लगती है। इसे व्यक्ति विशेष में ना भी स्थापित किया जाए तब भी उस गुण की ऊर्जा गंध बनकर हवा में फैल जाती है जो दूसरों के अंदर स्वशन क्रिया के माध्यम से पहुंचकर अपने भाव में परिवर्तित करने लगती है। आप सब लोग न्याय प्रिय अच्छा भाव बनाकर भावना की विजय में भागीदारी लेकर सहयोग प्रदान करें। भावना की विजय ही युद्ध का स्थाई हल है। इसी विजय से न्याय प्रिय स्वच्छ समाज की स्थापना होगी। इस भाव से अपने अंदर का युद्ध और समाज का युद्ध समाप्त होगा। इस भावना की विजय से सबसे पहले अंदर का एहसास अच्छा होने लगता है। इस अभियान में अपना सहयोग प्रदान कर एक योद्धा की तरह भाग लें विजय अवश्य मिलेगी।

इस आलेख की शुरुआती पंक्ति भावना की विजय अभियान में अपने कर्म अधिकार और कर्तव्य का बोध कराती है जो निम्न है ना त्यागना तपस्या, ना भजन, ना ध्यान, पर त्याग की तपस्या के भजन का ध्यान ही कर्म है। अर्थात् जीवन में जो साधन प्रकृति द्वारा प्राप्त होते हैं उनकी जीवन विकास में आवश्यकता होती है इसलिए उनका त्याग करने में अभिमान व्यक्त होता है जो स्वतः जुड़ता है वो विकास की आवश्यकता है इसलिए उसका त्याग नहीं करना चाहिए। जब उसका कार्य पूरा हो जाता है तो स्वतः हट जाता है शरीर को पीड़ा पहुंचाना तपस्या है शरीर साधन है जब वही ठीक नहीं रहेगा तो हम अपने लक्ष्य की तरफ कैसे बढ़ पाएंगे

? इसलिए अलग से कोई तपस्या करने की आवश्यकता नहीं होती है। भजन तो वह गुंजन है जो आनंद देता है पर वही भजन आनंद देता है जो स्वतः से उत्पन्न हो जो भजन बनाकर दूसरे के प्रति प्रेषित होती है वह कार्य करने जैसा हो जाता है। जिसके लिए प्रेषित होती है यदि वह ईश्वर है तो वह दिखावे से नहीं गुण से प्रभावित होता है इसलिए अलग से इसे करने की कोई जरूरत नहीं होती है। ध्यान बल प्रयोग नहीं है वह एक प्रेम है जो स्वतः अपनी तरफ खींच लेता है, इसलिए इसे भी स्वाभाविक रूप में रखना चाहिए। ईश्वर प्राप्ति के लिए उसके प्रति प्रेम और उसके गुण को अपनाने से स्वतः हो जाता है पर त्याग की तपस्या के भजन का ध्यान ही कर्म है। जो साधन व्यक्ति के निर्माण में सहायक होता है वह स्वतः जुड़ जाता है जो छूट जाता है उसका त्याग मानसिक रूप से कर देना चाहिए, उस त्याग से शरीर को जो पीड़ा होती है वही वास्तविक तपस्या है उसके बाद जो अवस्था मिलती है उसे अपने आनंद के लिए भजन का गुंजन बनाकर उस कार्य को पूरा करने हेतु ध्यानमयी तरीके से क्रियाशील हो जाना ही जीवन का वास्तविक कर्म है।

युद्ध मन से है, मित्रता शरीर से है, शत्रुता अस्त्र-शस्त्र से है। वाणी तो इस जगत की स्वामिनी है। वहीं युद्ध, मित्र, शत्रु उसकी कला की परछाई है मानव युद्ध मन से लड़ता है जब कोई जीवन के विपरीत होता है तो व्यक्ति उससे लड़ता है। जैसी इच्छा बनती है वैसा प्रकाशीय अस्त्र मन के साथ विषय के पास पहुंच जाता है और इच्छित अस्त्र मन के प्रकाश से लड़कर अपनी जीत प्राप्त करता है। शरीर तो मित्र है वह प्रकृति की धरोहर है जो परिपक्व होकर अपने गुणों की मिट्टी में परिवर्तित हो जाता है इसलिए वह सदैव मित्र रहता है। शत्रुता अस्त्र-शस्त्र से है।

शत्रुता मानव की वह नीतियां हैं जो समाज को गुमराह कर गलत दिशा में ले

जाती हैं। उनकी यह इच्छा प्रकाशीय अस्त्र शस्त्र बनकर अपने विषय को पूरा करने लगती है, इसलिए यही शत्रु है। जिसे अपने इच्छित अस्त्र शस्त्र से लड़कर खत्म कर देना चाहिए। वाणी जगत की स्वामिनी है, उसके व्यक्त तरीके की प्रतिलिपि दूसरे में प्रेषित हो जाती है, जिससे युद्ध, मित्रता और शत्रुता की स्थिति पैदा हो जाती है। मानव भड़कता है शत्रुओं में, खोजता है मित्रों में, पाता है रिश्तो में, पर तृप्त होता है मन से उत्पन्न भागों में। मानव अपने शत्रु में भटकता है यदि उसकी शत्रुता किसी से हो जाती है तो



अपना सबसे अधिक समय उसके बारे में सोचते हुए खत्म कर देता है जहां कुछ नहीं मिलता है, पर खोजता है मित्रों में, मित्र का मतलब मन का मिल जाना, ऐसा होने पर दोनों एक हो जाते हैं, इसलिए हल पाता है रिश्तो में, पर तृप्ति तभी होता है जब उसका मन शरीर के अंदर उत्पन्न भागों में समझा देता है।

समीपता से दूरी, धूप से छांव, ज्ञान से ज्ञान, अज्ञान से अहंकार, अहंकार की परिणीति मृत्यु और मृत्यु का फल मुक्ति होती है। जब कोई समीप होता है तभी उसमें दूरी पैदा होती है और धूप से छांव तभी होती है जब धूप के सामने कुछ आ जाता है यह सब एक अनुभूति होती है जो एक कारक और

पूरक होती है। ज्ञान से अज्ञान तब होता है जब प्रकृति की अवस्था बदलती है तो विषय की परिभाषा भी बदल जाती है। व्यक्ति अपने ज्ञान पर अड़ा रह जाता है। वही अज्ञानता हो जाती है जो अहंकार को जन्म देती है जो धीरे-धीरे मृत्यु का कारण बन जाती है उसके बाद मुक्ति मिल जाती है।

मृत्यु का अधिकार जीवन पर, जीवन का अधिकार समय पर, समय का अधिकार मानव पर, मानव का अधिकार अपनी ऊर्जा पर, ऊर्जा का अधिकार प्रकृति पर, पर अंतिम अधिकार ज्योति का ही होता है। मृत्यु का अधिकार जीवन पर होता है जो जीवन में रहते हुए गुण का विकास होता है वही गुण की मिट्टी बन जाती है जो नए जीवन पर उसी गुण का अधिकार होता है। जीवन में जो समय मिला होता है उसमें व्यक्ति अपने अनुसार विचार बनाकर गुण का निर्माण कर सकता है। यही उसका अधिकार है समय पूरा होने पर व्यक्ति को शरीर छोड़ना पड़ता है। यही जीवन चक्र है जिस पर समय का अधिकार होता है मानव जीवन रहते हुए जिस तरह का विचार बनाता है उस गुण की ऊर्जा को जन्म देता है जिस पर उसका अपना अधिकार होता है। ऊर्जा जैसी होती है उसी गुण के जीव का विकास करती है। इसलिए इसका अधिकार प्रकृति पर होता है प्रकृति पर अंतिम अधिकार ज्योति का ही होता है।

यही सृष्टि का नियम है। यही रीत है इसका पालन करना ही कर्तव्य है। इसके विपरीत चलना प्रलय है। जो सर्वप्रथम अपने अंदर उथल-पुथल कर प्रलय बनाती है जब इसकी अधिकता बढ़ जाती है तो सृष्टि के प्रलय का कारण बन जाती है सृष्टि के नियम का पालन करना ही भावना की सबसे अच्छी विजय है इस नियम पर चलते रहने से हिंसा के युद्ध की आवश्यकता नहीं पड़ती है। भावना की विजय एक दूसरे को सदमार्ग पर चलाती रहती है।

प्रश्न हमारे उत्तर श्री अशोक मानव जी के

प्रश्न :- हमारी इच्छाएं कैसे रुक सकती हैं इसे किस प्रकार से मुक्त हुआ जा सकता है?

उत्तर :- यदि हम किसी स्थिति को बदलने की इच्छा रखते हैं तो प्रकृति में यह हमारी इच्छा का वृक्षारोपण हो जाता है और उसे पूर्ण करने के लिए हमें बार-बार सृष्टि में आना पड़ता है हम पुरानी इच्छा की पूर्ति हेतु ही पैदा हुए हैं अतः हमें नई इच्छा नहीं करनी चाहिए ताकि पुरानी इच्छाएं पूर्ण करके हम पूर्णता प्रकृति हो सके।

प्रश्न :- प्रेम क्या है? यह हमारे लिए कितना उपयोगी है?

उत्तर :- प्रेम वह जगत से हमारे ऊपर थोपी जाने वाली वह अवस्था है जो हमारा शोषण करने का कार्य करती है और हमारे भीतर रासायनिक मिलान करके हमारे अस्तित्व को मिटाने का कार्य करने लगती है।

यदि किसी पाठक के मन में कोई भी सामाजिक या प्राकृतिक प्रश्न उठ रहा है वह उस प्रश्न का निदान चाहते हैं तो पाठक हमें अपना प्रश्न निम्न पते पर भेज सकते हैं। निदान प्रश्न के अगले अंक में दिया जाएगा।

आप अपना प्रश्न डाक द्वारा या ईमेल पर भेज सकते हैं

डाक पता : प्रकृति मेल, सर्या आश्रम, मानव नगर (निकट आई.आई. एस.ई.),
कल्याणपुर, लखनऊ-226022, उ० प्र०

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

9807636072, 7376495194

ग्राहक हितार्थ बैंकिंग लेन-देन से संबंधित 'संक्षिप्त सूची' समय की आवश्यकता



गोवर्धन दास बिन्नाणी 'राजा बाबू'

बीकानेर, राजस्थान

जैसा आप सभी जानते हैं सरकार ने डिजीटलाईजेशन पर पूरा फोकस कर रखा है उसी का परिणाम है कि आजकल शहरी इलाकों के अलावा ग्रामीण इलाकों में भी बैंकिंग लेनदेन काफी होने लग गये हैं जिसके फलस्वरूप बैंकिंग प्रणाली पर भी दबाव बढ़ा ही है और उसके चलते जितना ज्यादा प्रणाली में सुधार होगा वह सभी के हित में रहेगा।

मैं इस पोस्ट के माध्यम से एक महत्वपूर्ण छोटे प्रशासनिक प्रकार के सुधार मामले की ओर ध्यान आकर्षित करना चाहता हूँ - जो निश्चित रूप से आम जनता को राहत प्रदान करेगा, अगर इसे लागू किया जाता है तो बैंकिंग क्षेत्र को भी निश्चितरूप से लाभप्रद स्थिति में पहुँचा देगा। आजकल डिजीटलाईजेशन के कारण हमारे वेतन, लाभांश, ब्याज आदि सीधे हमारे बैंक खातों में जमा हो रहे हैं। इसी तरह, विभिन्न ईएमआई, स्कूल शुल्क, हाउस रेंट आदि भी हमारे बैंक खातों से हमारे स्थायी निर्देशों के अनुसार डेबिट किए जाते हैं। और इस तरतीब से सरकार के अलावा खाताधारक हो या बैंक या भुगतानकर्ता यानि सभी प्रसन्न तो हैं ही बल्कि पूर्णरूपेण संतुष्ट भी हैं।

हालाँकि अभी भी जब हम अपना बैंक स्टेटमेंट प्राप्त करते हैं, तो हमें अपने खातों को मिलाने में कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है जिनमें दो मुख्य कारण निम्न है -

1. डाटा एंट्री ऑपरेटर द्वारा भाषा का उपयोग
2. सॉफ्टवेयर सिस्टम में शब्द प्रतिबंध यानी पूर्ण कथन दिखाई नहीं देते हैं।

इसके अलावा यह भी देखा गया है कि

बैंक विभिन्न प्रकार के कथानकों का उपयोग करते हैं। एक स्थान पर, उदाहरण के लिए, टाटा टेलीसर्विसेज के लाभांश का श्रेय, वे एक विशेष कथन Div/Tata/76767868768 का उपयोग करेंगे, लेकिन दूसरे महीने में वे स्वयं एक और कथन TataTel/NEFT/687674676 का उपयोग करते हैं। हम अनुमान लगाते रहते हैं कि इसका क्या अर्थ होगा और अगर हम समझ नहीं पाये तो हमें समझने के लिए बैंक से संपर्क करना होगा यानि बैंक जा कर तहकीकात करना आवश्यक हो जाता है यानि -

1. यह क्रेडिट किस बारे में है!
2. किस कंपनी से NEFT के रूप में यह लाभांश आया है या और कुछ!

उपरोक्त उल्लेखित उदाहरण से दो मुद्दे सामने आये हैं वो इस प्रकार हैं -

1. कथन में केवल टाटा का उल्लेख करने से भ्रम बढ़ता है क्योंकि कई कंपनियां हैं जो टाटा शब्द से शुरू होती हैं।
2. बैंकों द्वारा उपयोग किए जाने वाले कथन का प्रारूप मानकीकृत/ प्रमाणीकृत नहीं है।

सुझाव:

1. कंपनी के लिए एक मानकीकृत नाम या क्रेडिट का उपयोग किया जाना चाहिए। उदाहरण के लिए TISCO, TataTele, TataPower आदि।

2. कथन का प्रारूप भी तय अनुसार यानि लेनदार नाम/लेन-देन का प्रकार/लेन-देन की प्रकृति/UTRN होना चाहिए। उदाहरण के लिए-

A) यदि टाटा पावर NEFT के रूप में लाभांश भेजा है, तो कथन TataPower/NEFT/Div/536637474 होना चाहिये।

B) यदि सूरज कुमार बिन्नाणी ने मुझे 5656 नंबर का चेक जारी किया है जो मैंने अपने खाते में जमा किया है और मेरे बैंक द्वारा जमा किया जा रहा है, तो विवरण सूरज बिनाणी/समाशोधन/चेक/5656 होना चाहिए।

इन सभी कठिनाइयों को दूर करने के लिए मेरे विचार से रिजर्व बैंक को सभी मध्यस्थों की मदद से ज्यादा से ज्यादा कम आने वाले लेनदेन की एक संक्षिप्त सूची तैयार करनी चाहिए जो सभी बैंकों द्वारा उपयोग किए जाने के लिए आवश्यक होनी चाहिए। यह विडंबना है कि रिजर्व बैंक ने इस विषय पर सभी बैंकों को सलाह दी थी, लेकिन जमीनी हकीकत हम सभी को अच्छी तरह से पता है, यानी इस पर कोई अमल नहीं हुआ है।

संक्षिप्त सूची एकरूपता, अनुशासन लाएगी और डेटा फीडर के साथ-साथ बैंक प्रबंधन और ग्राहकों को यह समझने में मदद करेगी कि इसका क्या मतलब है। संक्षिप्त सूची तैयार होने के बाद इसका संदर्भ प्रत्येक बैंक की वेबसाइटों पर आसानी से उपलब्ध कराई जानी चाहिए और समय-समय पर अपडेट की जानी चाहिए।

जब तक हम बैंकिंग प्रणाली में इस प्रकार के अनुशासन का परिचय नहीं देते, हम सेवाओं में सुधार की उम्मीद नहीं कर सकते। यह कार्यान्वयन समय, ऊर्जा की बचत करेगा और बैंकों और इसके ग्राहकों के बीच संबंध बढ़ाएगा।

इसके अलावा, मैं आगे सुझाव दूंगा कि RBI को जनादेश के रूप में सभी बैंकों द्वारा इसके कार्यान्वयन पर निगरानी रखने के लिए उचित व्यवस्था करनी चाहिए।

उपरोक्त प्रक्रिया को तत्काल आधार पर लिया जाना चाहिए और सूची को युद्ध स्तर पर तैयार किया जाना चाहिए, ताकि यह खराब न हो। एक बार सूची को सिस्टम में प्रवेश मिल जाता है, तभी इसके निहितार्थ का अंदाजा लगाया जा सकता है।

इसके अलावा इस संक्षिप्त सूची में सब तरह के संशोधन की भी गुंजाइश रखनी चाहिये ताकि इसकी उपयोगिता सबको संतुष्ट रख सके।

आशा करता हूँ आप सभी प्रबुद्ध पाठक स्वयं के हित में इस मामले को सभी स्तरों पर व्यक्तिगत रूप से उठाएंगे साथ ही साथ अपने से सम्बन्धित सभी मंचों पर रखेंगे ताकि उपयुक्त विवरण सूची बिना किसी देरी के जारी हो सके।

भास्करा ऊर्जा प्रवाहक: भारतीय परंपरा में नई किरण



मानवेंद्र त्रिपाठी

ऊर्जा के क्षेत्र में भारत ने अपने नए अभियानों के माध्यम से एक महत्वपूर्ण स्थान पर अपनी पहचान बनाई है। इसी दिशा में, भारतीय वैज्ञानिकों ने भास्करा ऊर्जा प्रवाहक का आविष्कार किया है, जो वायु और पानी के संयोजन से ऊर्जा उत्पन्न करता है। यह उपकरण एक नई पारंपरिक तकनीक को आधुनिक बनाता है और साथ ही पर्यावरण के प्रति सजगता को बढ़ावा देता है।

भास्करा ऊर्जा प्रवाहक एक प्रकार का टर्बाइन है जो समुद्री जल और हवा को उपयोग करके ऊर्जा उत्पन्न करता है। यह विशेष रूप से उन क्षेत्रों में उपयोगी है जहाँ हवा और जल की उपलब्धता अधिक होती है, जैसे कि तटीय क्षेत्रों या झीलों के किनारों पर। यह उपकरण स्वतंत्रता से ऊर्जा उत्पन्न करता है और इसे बिजली उत्पन्न करने के लिए उपयोग किया जा सकता है।

भास्करा ऊर्जा प्रवाहक की मुख्य विशेषताएँ उनकी सरलता और पर्यावरण के प्रति सावधानी हैं। इसे स्थापित करना और इसका उपयोग करना अत्यंत आसान है, और यह पर्यावरण को किसी भी तरह के हानि के बिना सकारात्मक रूप से प्रभावित करता है।

भास्करा ऊर्जा प्रवाहक के लाभों में ऊर्जा स्वावलंबन, पर्यावरण संरक्षण, और सामाजिक उन्नति शामिल हैं। इसके माध्यम से ऊर्जा की आपूर्ति में स्थिरता और स्वतंत्रता



का संचार किया जा सकता है, जिससे अन्य सामग्री जैसे कि दीजल या पेट्रोल की आवश्यकता कम हो सकती है। इसके अलावा, यह पर्यावरण के प्रति सजगता को बढ़ावा देता है और स्थानीय समुदायों को आर्थिक रूप से मजबूती प्रदान करता है।

इस अद्वितीय उपकरण के माध्यम से, हम अपने समुदायों को स्वतंत्र और स्थिर ऊर्जा की आपूर्ति प्रदान कर सकते हैं, जिससे हम एक सशक्त और स्वयं सहाय भारत की दिशा में आगे बढ़ सकते हैं।

भास्करा ऊर्जा प्रवाहक एक नई सोच का प्रतीक है, जो हमें पर्यावरण की सजगता के साथ ऊर्जा संक्रमण को बढ़ावा देता है। इसे अपनाकर, हम एक बेहतर और सामर्थ्यवान भविष्य की ओर अग्रसर हो सकते हैं।

भास्करा ऊर्जा प्रवाहक के आविष्कार के

लिए हमारे वैज्ञानिकों और अनुसंधानकर्ताओं को बधाई और शुभकामनाएं। उनका योगदान हमारे समाज को स्वतंत्र और स्वावलंबी ऊर्जा के शिखर पर ले जाने में महत्वपूर्ण है। भारत ने अब एक नई ऊर्जा क्रांति की शुरुआत की है, और भास्करा ऊर्जा प्रवाहक इस क्रांति का एक महत्वपूर्ण कदम है।

भास्करा ऊर्जा प्रवाहक का काम बहुत ही सरल और प्रभावी है। यह वायु और जल के प्रवाह को उपयोग करता है ताकि ऊर्जा उत्पन्न की जा सके। इसका काम तीन मुख्य चरणों में विभाजित होता है:

प्रवाह संचालन: भास्करा ऊर्जा प्रवाहक को ऊर्जा उत्पन्न करने के लिए जल और हवा के संयोजन का उपयोग किया जाता है। इसमें प्राथमिकता उन स्थानों को दी जाती है जहाँ हवा और जल का प्रवाह अधिक होता है, जैसे कि तटीय क्षेत्रों या झीलों के किनारों

पर।

ऊर्जा उत्पन्न करना: जब प्रवाह उत्पन्न होता है, तो यह ऊर्जा के रूप में परिणत होता है। भास्करा ऊर्जा प्रवाहक में एक टर्बाइन होता है जो इस प्रवाह को उच्चाधिक गति में परिणत करता है। यह उच्च गति ऊर्जा को धारण करता है और इसे इलेक्ट्रिकल जनरेटर के माध्यम से बिजली में परिणत करता है।

ऊर्जा उपयोग करना: बिजली उत्पन्न होने के बाद, इसे स्थानीय या राष्ट्रीय बिजली नेटवर्क में अद्यतन किया जा सकता है। इस ऊर्जा का उपयोग घरेलू या औद्योगिक उपयोग के लिए किया जा सकता है, इससे स्थानीय अद्यतन और ऊर्जा सुरक्षा को बढ़ावा मिलता है।

इस प्रक्रिया के माध्यम से, भास्करा ऊर्जा प्रवाहक स्वतंत्रता से ऊर्जा उत्पन्न करता है और इसे स्थानीय उपयोग के लिए उपलब्ध कराता है, जिससे विकासशीलता और पर्यावरण संरक्षण दोनों की सुरक्षा होती है। व्हील टर्बाइन एक प्रकार का पानी का ऊर्जा जनरेटर है जो पानी के प्रवाह का उपयोग करके ऊर्जा उत्पन्न करता है। इसका काम बहुत ही सरल होता है:

प्रवाह लेना: पानी के प्रवाह को टर्बाइन के व्हील में पहुंचाया जाता है। जब पानी की गति से व्हील पर प्रभाव पड़ता है, तो व्हील घूमने लगता है।

ऊर्जा उत्पन्न करना: व्हील की घूमने की गति से, एक जनरेटर को संचालित किया जाता है जिससे बिजली उत्पन्न होती है। यह ऊर्जा संचालित जनरेटर के माध्यम से बिजली में परिणत की जाती है।

ऊर्जा उपयोग करना: बिजली उत्पन्न होने के बाद, इसे स्थानीय या राष्ट्रीय बिजली नेटवर्क में अद्यतन किया जा सकता है। इसे घरेलू या औद्योगिक उपयोग के लिए उपयोग किया जा सकता है, जिससे स्थानीय अद्यतन और ऊर्जा सुरक्षा को बढ़ावा मिलता है।

व्हील टर्बाइन एक प्रभावी तरीके से पानी



के प्रवाह का उपयोग करके ऊर्जा उत्पन्न करता है और इसे बिजली में परिणत करता है। इस प्रक्रिया के माध्यम से, स्थानीय ऊर्जा सुरक्षा को बढ़ावा मिलता है और विकासशीलता को प्रोत्साहित किया जाता है।

यहाँ भास्करा ऊर्जा प्रवाहक के और कुछ तथ्य हैं:

कुशलता: भास्करा ऊर्जा प्रवाहक को उच्च कुशलता से डिजाइन किया गया है, जो हवा और जल के प्रवाहों का उपयोग करके ऊर्जा उत्पन्न करता है। इसका नवाचारी डिजाइन ऊर्जा उत्पादन को अधिकतम करता है जबकि पर्यावरण पर कम असर डालता है।

बहुमुखीता: यह प्रवाहक विभिन्न परिसरों में लागू किया जा सकता है, जैसे कि तटीय क्षेत्र, झील के किनारे और नदी किनारे। इसकी बहुमुखीता इसे विभिन्न भूगोलीय स्थानों के लिए उपयुक्त बनाती है, जो इसकी व्यापकता में योगदान करती है।

नवीनीकरणीय ऊर्जा स्रोत: हवा और जल के प्रवाहों का उपयोग करके, भास्करा ऊर्जा प्रवाहक एक नवीनीकरणीय ऊर्जा स्रोत के रूप में काम करता है। इसका अर्थ है कि यह खत्म नहीं होता और पर्यावरण

को नुकसान पहुंचाते हुए बिना स्वच्छ ऊर्जा उत्पन्न करता है।

कम पर्यावरणीय प्रभाव: भास्करा ऊर्जा प्रवाहक का एक मुख्य लाभ उसका कम पर्यावरणीय प्रभाव है। परंपरागत ऊर्जा उत्पादन विधियों की तुलना में, यह प्रवाहक हानिकारक अंगगत निकास या पारिस्थितिकी व्यवधान के बिना काम करता है।

स्थैतिकता: भास्करा ऊर्जा प्रवाहक के डिजाइन में बदलाव की जा सकती है, इसका अर्थ है कि इसे विभिन्न विधियों के लिए अनुकूल बनाया जा सकता है। चाहे छोटे पैमाने पर समुदाय परियोजनाओं के लिए हो या बड़ी यूटिलिटी स्तर की स्थापनाओं के लिए, यह प्रवाहक ऊर्जा मांग को पूरा करने में मदद करता है।

लागत-प्रभावी: भास्करा ऊर्जा प्रवाहक के लंबे समय तक लागत में छोटे में वित्तीय बचत कर सकती है। एक बार स्थापित करने के बाद, इसका संचालन परंपरागत ऊर्जा स्रोतों की तुलना में न्यूनतम लागतों का अनुभव करता है, जिससे यह लंबे समय तक आर्थिक रूप से विकसित विकल्प बनता है।



उमेश

मांझो में फंसी जान



परम्परायें संस्कृति का परिचायक होती हैं। बुद्धिजीवियों ने परम्पराओं को बनाया ताकि समाज संगठित रहे। लोगों में एक दूसरे के प्रति लगाव रहे एक दूसरे की जिम्मेदारी वहन करें। साथ ही आने वाली पीढ़ियों को भी ये परम्परायें समाज के आदर्शों के प्रति जागरूक कर सकें। ये परम्परायें हर नई पीढ़ी को एक ठोस आधार प्रदान करती हैं। जिनको समझकर जिन पर चलकर एक सदृढ़ समाज बनाया जा सकता है। परिवर्तन की बयार में बदलते वक्त के साथ बहुत सी परम्परायें या तो भुला दी गई या नये जमाने के नये कलेवर में रूपांतरित हो गई हैं।

पर्व-त्यौहार, समय-समय पर हमारे समाज के निरालेपन को दर्शाते हैं। यह वह समय होता है जब सभी अपनी अपनी व्यस्तता भुलाकर साथ आते हैं और मेल-मिलाप कर खाते पीते आनन्दित रहते हैं। यह हमारी अस्तित्व के सच्चे अर्थ को समझने में मदद करता है। हम एक दूसरे से मिलते हैं सुख-दुख साझा करते हैं। ऐसे समय में कड़वाहट भुलाकर हम सब एक-दूसरे की खैर पूछते हैं। आज के समय में बहुत से बदलाव हमारी परम्पराओं में देखने में आ रहे जो हमें सचेत कर रहे कि आखिर किस प्रयोजन से इन परम्पराओं की आधारशिला

आज के समय में जो प्रश्न दस्तक दे रहे हैं, उत्तरों के अभाव में आज की पीढ़ी अपनी अल्प समझ से सही या मजेदार जानकर कर कुछ भी अपना ले रहे जो घातक बनता जा रहा। इसी प्रकार पतंगबाजी जो कि बड़े उत्साह के साथ होती। कुछ समय से यही पतंग उड़ाने की मस्ती जानलेवा साबित हो रही है।

रखी गई। जो बदलाव देखने में आ रहे, जिस प्रकार से परम्पराओं को समय की बर्बादी और रूढ़िवाद मानकर भुला दिया जा रहा वह आश्चर्य में डालने वाला है। आधुनिकता की अंधी दौड़ में हम अपनी जड़ों से बहुत दूर होते जा रहे हैं।

आज के समय में जो प्रश्न दस्तक दे रहे हैं, उत्तरों के अभाव में आज की पीढ़ी अपनी अल्प समझ से सही या मजेदार जानकर कर कुछ भी अपना ले रहे जो घातक बनता जा रहा। इसी प्रकार पतंगबाजी जो कि बड़े उत्साह के साथ होती। कुछ समय से यही पतंग उड़ाने की मस्ती जानलेवा साबित हो रही है। एक ऐसी घटना सामने आई जिसने दुख के साथ क्रोध को जगा दिया। कानून को ताख पर

रखकर तैयार किये जा रहे मांझे बिना किसी जिम्मेदारी और समझ के धडुले से इस्तेमाल किये जा रहे हैं। जो कि इस्तेमाल करने वाले और इसकी चपेट में आने वाले दोनों के ही लिए बहुत खतरनाक है। अपने घर से किसी काम से निकला एक युवक जो कि अकेला पूरे घर का पालन पोषण करने वाला था। घर से बाईक पर सवार हो यह युवक जब एक ओवर ब्रिज से गुजर रहा था तभी काल बनकर ऐसा ही एक मांझा उसकी गर्दन से लिपट गया। जैसा कि सब जानते हैं कि ये धागे कितने खतरनाक तरीके से तैयार किये जाते हैं। मांझे से उस युवक की गर्दन काफ़ी कट गई और अस्पताल ले जाने पर उसे मृत घोषित कर दिया गया। कितनी दुर्भाग्यपूर्ण

और दर्दनाक है यह घटना। दूसरी तरफ जो जिम्मेदार लोग थे जो कि ऐसे प्रतिबंधित मांझे से पतंग उठा रहे थे। उन्हें तो यह मालूम भी नहीं चला होगा कि उनकी मौज ने क्या जघन्या अपराध कर डाला है। वे तो ऐसे मांझे से पतंग बाजी करके खुश होंगे कि इतना तेज मांझा है जिससे इनकी पतंग दूसरों की पतंग को काटती निकल जायेगी और ये पतंग बाजी में जीत जायेंगे। पतंगबाजी तो आनन्द के लिए परम्परा में आई। एक दूसरे से ज्यादा ऊँचे पतंग उड़ाने की होड़ के लिए हंसते मंस्ती करते हुए एक खुशनुमा माहौल बनाने के लिए। जहाँ भाईचारे की भावना में बंधे धागे से पतंगे दोस्ती को परवान चढ़ाती थी। नीले आसमान में रंग-बिरंगी, रचनात्मक कलाकृतियाँ उठान भरती थी। जहाँ चरखी में अदब-लिहाज, भावनों को ढील देते और वापस लपेटते दिखते थे। यह सब होते हुए भी किसी के दिल को ठेस पहुँचाने की कोशिश नहीं होती थी। परन्तु अब तो पतंगबाजी में अहमबाजी की दखल हो गई है। अब अकड़, आन-बान की बात आ गई है। परम्परा मिटकर साख बचाने की बात आ गई है। लोग खेल को खेल नहीं द्वन्द्व के रूप में देखने लगे हैं। पैसों की बाजी जान पर भारी हो गई है। किसी को फर्क नहीं पड़ा की एक निर्दोष जिसका पतंगबाजी से कोई लेना देना नहीं था वह गंभीर रूप से घायल हो सड़क पर पड़ा है। जिसका इंतजार उसके आश्रित परिवार वाले काफी देर से कर रहे हैं। वह तो यह कह कर निकला था कि बस थोड़ी देर में आ रहा हूँ।

दूसरे की पतंग को काटने की चाहत ने पतंग के धागों को कातिल बना दिया। ये यूँ ही नहीं बनते बल्कि साधारण धागों को महीन शीशों की परत लगाई जाती है। कई तरह के मसालों का मिश्रण भी लगा कर तैयार किये जाते हैं ऐसे जानलेवा मांझे जो कि पतंगबाजों की पसंद हैं। यूँ भी देखा जाये तो आंकड़े बताते हैं कि पतंग उड़ाने के दौरान न जाने कितने बच्चे छत से गिर जाते हैं। न जाने कितने लोग पतंग लूटने के चक्कर में एंक्सीडेंट का

यह बड़ी समस्या है इस पर ठोस कदम और मजबूत विचार की जरूरत है। यूँ तो पतंगबाजी किसी खुले मैदान में हो सकती है। परन्तु उसका दायरा बहुत बड़ा होता है। वहीं जब यह घरों की छतों से उड़ाई जाती है। आबादी के बीच तो यह गंभीर विषय बन जाती है। पतंग बहुत दूर तक उठ सकती है। कटने के बाद तो और भी दूर तक जा सकती है। पतंग उठाने में प्रयोग किया जाने वाला मांझा भी पतंग के साथ काफी दूर तक जाता है।

शिकार हो जाते हैं। न जाने कितनी लड़ाईयाँ इसी के चलते होती हैं। कितने ही लोग पतंग उड़ाने की मस्ती में किसी न किसी प्रकार की गंभीर चोटों का शिकार होते हैं। बहुतेरे ऐसे भी हैं जो जीवनभर की अपंगता का शिकार हो गये। कई घरों के बचपन जीवन भर के दर्द में बदल गये। जिन्हें देख-देख कर यही ख्याल आता रहता होगा कि काश उस दिन पतंग न उड़ाई होती। काश बच्चे को रोक लिया होता।

यह बड़ी समस्या है इस पर ठोस कदम और मजबूत विचार की जरूरत है। यूँ तो पतंगबाजी किसी खुले मैदान में हो सकती है। परन्तु उसका दायरा बहुत बड़ा होता है। वहीं जब यह घरों की छतों से उड़ाई जाती है। आबादी के बीच तो यह गंभीर विषय बन जाती है। पतंग बहुत दूर तक उठ सकती है। कटने के बाद तो और भी दूर तक जा सकती है। पतंग उठाने में प्रयोग किया जाने वाला मांझा भी पतंग के साथ काफी दूर तक जाता है। वहीं जब कटी पतंग को पकड़ने का प्रयास करते हैं, मांझा खींचते और पतंग लूटते हैं तो इस छीना-झपटी में मांझा हवा में किसी तेज उड़ती हुई आरी की तरह हो जाता है। अब आप ही अंदाजा लगाये कि यह उड़ता हुआ काल आपसे टकरायेगा तो आप क्या कर पायेंगे या आपके पास कितना समय होगा

की आप कोई प्रतिक्रिया दे सकें। क्या आप कुछ समझ भी पायेंगे? यूँ हवा में बिना किसी रोक टोक के जानलेवा मांझा बहुत खतरनाक होता है। वहीं जब कोई व्यक्ति एक छोर से ऐसे मांझे को खींच रहा हो तब तो समस्या और भी बड़ी बन जाती है। अक्सर किसी के हाथ कटने की, चेहरा पर बहुत बुरा कट लगने की खबरें आती रहती हैं। आम लोगों के साथ-साथ निरीह प्राणी, पशु-पक्षी भी बहुत बुरी तरह घायल हो मर जाते हैं। उनकी तो सुध-बुध लेने वाला भी कोई नहीं होता। एक बार मेरे साथ भी कुछ ऐसा ही हुआ। लखनऊ निशातगंज पुल पर से जब स्कूटी से लखनऊ विश्वविद्यालय की तरफ जा रहा था। अचानक से कुछ अजीब सी चीज हेलमेट से टकरा कर गले पर सरकती हुई लगी। जैसे ही समझ आया कि यह पतंग का मांझा है एक हाथ से मांझे को पकड़ा और सिर के ऊपर से हटाया। भाग्यशाली रहा कि भीड़ नहीं थी पीछे से किसी गाड़ी ने टक्कर नहीं मारी। उससे बड़ी बात कि सर्दी का मौसम था और गले तक जैकेट के साथ हाथों में दस्ताने थे। जिसने मेरे मांझे से बचने के प्रयास को सफल किया। नहीं तो मेरी कोई भी कोशिश सफल न होती। ऊपर वाले का शुकुगुजार हूँ। जितने सकेंड भी यह चला बस यूँ लग रहा था कि मेरे बस में कुछ नहीं और चलती रोड़ पर बचने का भी कोई ख्याल नहीं आ रहा था। बस उतनी देर अजीब सी हड़बड़ी रही। आप कर भी क्या सकते हैं? मांझा तो खिचता चला जाता है, आप उसे पकड़ कर हटा भी नहीं सकते। यदि हाथ में कुछ पहना ना हो तो हाथ कटना तय है। जितनी कोशिश आप करते हैं, जितना तेज पकड़ बनाने को प्रयास करेंगे उतना ही तेज और गहरा जख्म आपको मिलता है।

ऐसे खेल, ऐसी मस्ती किस काम की जो किसी की जिंदगी पर भारी पड़ जाये। क्या हमारी परम्परा निभाने की समझ अपंग हो गई है। क्या हमारी संवेदनशीलता हमारी इंसानीयत इतनी निरीह हो गई है।

सृजनशीलता



सुनील कुमार माथुर

जोधपुर, राजस्थान

व्यक्ति को हर वक्त कुछ न कुछ करते रहना चाहिए। खाली कभी भी नहीं बैठना चाहिए। चूंकि खाली दिमाग शैतान का घर होता है। इसलिए सदैव नित नया करते रहना चाहिए। आपकी सृजनशीलता ही आपकी श्रेष्ठ पहचान है।

कहते हैं कि प्रभु के नाम का स्मरण करते रहना चाहिए चूंकि इस में हमारा कुछ भी धन नहीं लगता है। इसी तरह प्रभु की प्रतिमा पर जल चढ़ाने से हमारा कोई धन खर्च नहीं होता है। फिर भी न तो हम धर्म स्थल या मंदिर जाकर ईश्वर के नाम का स्मरण करते हैं और न ही जल चढ़ाने जाते हैं। यह एक चिंता की बात है।

जीवन में सृजनशीलता निरन्तर जारी रहनी चाहिए। अधिकांश लोग साहित्य सृजनकर्ता, कवियों, लेखकों व कलमकारों को निठल्ला तक कहते हैं। वे कहते हैं कि इन निठल्लों के पास काम नहीं। बस बैठे बैठे कुछ न कुछ लिखते रहते हैं। इन निठल्लों का बस यही एक मात्र काम रह गया है। चूंकि इसमें इनका क्या खर्च होता है। शायद ऐसी घटिया सोच व मानसिकता वाले लोग ही होते हैं व इनकी सोच हमेशा नकारात्मक सोच ही रहती है। वे राष्ट्र की उन्नति प्रगति, विकास, उत्थान से कभी भी खुश नहीं होते हैं।

वे भूल जाते हैं कि सृजनशीलता हमारी बुद्धि और विचारों का श्रेष्ठ मिलन है। जिनके



हमारे जीवन के कर्म ही है जीवन का वरदान। अतः जो भी कर्म करें। श्रेष्ठ ही करें। हम खाली हाथ तो इस नश्वर संसार में आते हैं लेकिन जब वापस जाते हैं तब अपने कर्मों की गठरी अपने साथ ले जाते हैं और हमारे कर्मों के अनुसार ही हमें स्वर्ग नर्क अर्थात् अच्छा बुरा फल मिलता है। जब हमें इतना सुन्दर मानव जीवन मिला है तब कैसा राग ध्वेष। अरें भाई, प्रेम स्नेह के साथ रहिए और मन मस्तिष्क में खुली हवा के झोंके आने दीजिए फिर देखिए कैसे मन मयूर जैसे नाच उठता है।

मिलन से समाज व राष्ट्र को बहुत बड़ी सफलता प्राप्त होती है। श्रेष्ठ साहित्य सृजन के लिए गहन चिंतन मनन करना पड़ता है। जबकि घासलेटी साहित्य दिमाग की गंदगी की उपज होते हैं। जब श्रेष्ठ चिंतन मनन होगा तभी मक्खन की तरह श्रेष्ठ विचारों की उत्पत्ति होती है और श्रेष्ठ साहित्य सृजन होता है। जो समाज में जनजागृति लाता है।

ठीक उसी प्रकार जब हम पूजा स्थल, कथा भजन स्थल पर कथा व भजन कीर्तन सुनने जाते हैं तब जैसे जैसे हम उस स्थल की ओर जाते हैं वैसे-वैसे हमारे मन मस्तिष्क की गंदगी (नकारात्मक सोच व तमाम तरह की बुराइयां) दूर होती जाती है व हमारे मन-

मस्तिष्क में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है। अतः सृजनशीलता को हल्केपन में न लें व सृजनशीलता को निर्बाध रूप से अपने जीवन में बनायें रखें।

सुमन

सुमन कहने को तो यह शब्द बहुत ही छोटा है। सुमन यानि सुन्दर मन। यह शब्द पुष्प का ही पर्यावाची शब्द है। हम परमात्मा को हर दिन या हर त्यौहार पर पुष्प तो चढा देते हैं लेकिन अपना यह सुन्दर मन उसके नही चढाते है यह कैसी विडम्बना है। हम परमात्मा से हर रोज कुछ ना कुछ मांगते तो रहते है लेकिन अपना सुन्दर मन उसके चरणों में अर्पित नहीं करते है। जबकि मन हमारा अपना ही है जो

उस परमात्मा ने ही हमें दिया है फिर भी हम उस परमात्मा की भक्ति मन से नहीं करते हैं तब फिर यह पुष्प चढाने से क्या फायदा। यह औपचारिकता क्यों। यह लोक दिखावा क्यों। जब तक हम अपना यह मन रुपी सुन्दर पुष्प परमात्मा को अर्पित नहीं करेगे तब तक कोई लाभ, पुण्य व फायदा मिलने वाला नहीं है।

जीवन का वरदान

हमारे जीवन के कर्म ही है जीवन का वरदान। अतः जो भी कर्म करें। श्रेष्ठ ही करें। हम खाली हाथ तो इस नश्वर संसार में आते हैं लेकिन जब वापस जाते हैं तब अपने कर्मों की गठरी अपने साथ ले जाते हैं और हमारे कर्मों के अनुसार ही हमें स्वर्ग नर्क अर्थात् अच्छा बुरा फल मिलता है। जब हमें इतना सुन्दर मानव जीवन मिला है तब कैसा राग द्वेष। अरे भाई, प्रेम स्नेह के साथ रहिए और मन मस्तिष्क में खुली हवा के झोंके आने दीजिए फिर देखिए कैसे मन मयूर जैसे नाच उठता है।

यह जीवन कब नष्ट हो जाये। कोई भरोसा नहीं। आया है वो जायेगा, क्या राजा रंक फकीर। खुशियों के साथ जीवन व्यतीत कीजिए। जीवन का आनन्द लो। मस्त रहे, स्वस्थ रहें और मुस्कुराते रहे यही जीवन का मूल मंत्र है।

व्यक्ति की पहचान

व्यक्ति की पहचान उसके शान शौकत, धन दौलत, गाडी बंगले से नहीं होती है अपितु उसकी पहचान उसके कर्मों से ही होती है। इसलिए कार्य करने से पहले अपने मन मे उस कार्य के प्रति गहन चिंतन मनन करे। मन ही मन आये विचारों पर मंथन करे और फिर उचित अवसर पर उचित बात कहें। बात ऐसी हो जो सर्वमान्य हो। केवल विरोध के लिए कभी भी विरोध न करे। मतभेद हो सकता है लेकिन मनभेद नहीं होना चाहिए।

निष्ठा के साथ कार्य करे

जीवन जीने की सार्थकता तभी है जब हम अपनी पूरी ईमानदारी व निष्ठा के साथ



कार्य करे। जो कार्य समर्पित भाव से, ईमानदारी व निष्ठा के साथ जनहित को ध्यान में रखते हुए किया जाता है वह कभी भी गलत नहीं हो सकता है और न ही उसे पूरा करने में कोई बाधा या अडचन आती है। याद रखिए जीवन में श्रम से ही सारी विधियां मिलती हैं। हमारा निस्वार्थ भाव व श्रम ही जीवन की बगिया हैं जो हमारे आत्मविश्वास को बनाए रखने में सहायक सिद्ध होता है। पुष्प की खुशबू तो हवा के साथ उस ओर ही जाती है जिस ओर की हवा होती है। लेकिन इंसान के श्रेष्ठ कर्मों की खुशबू चारों दिशाओं में स्वतः ही फैल जाती है। अतः जीवन में कभी भी अपनी जिम्मेदारियों से मुंह न मोडे।

सबसे बड़ा सम्मान

परमात्मा ने हमें यह मानव जीवन प्रभु भक्ति करने के लिए दिया है तब फिर हम इसे दूसरों की आलोचना करके, दूसरों की चापलूसी करके या निंदा करके क्यों बर्बाद कर रहे हैं। अरे, यह जीवन तो अनमोल है जो हर किसी को नहीं मिलता है। हमें तो गर्व होना चाहिए कि शायद पूर्व जन्म में हमने कोई श्रेष्ठ कर्म किये थे जिसके फलस्वरूप आज हमें यह मानव जीवन मिला है।

अरे मेरे भाई, प्रभु की भक्ति में कौन सा धन लगता है जो हम भक्ति करने से मन चुराये। परमात्मा की भक्ति में तो बस मन को ही लगाना है। अतः घूमते फिरते, स्नान करते,

झाड़ू-पोछा, बर्तन करते भी आप ईश्वर के नाम का स्मरण कर सकते है बस थोडा समय ही तो देना है।

हमें इस नश्वर संसार में दूसरों का सहयोगी बनकर जीना है। समता का नित रस पीना है। दीन दुखियों की सेवा करके जीना है। हमारे लिए ऐसा करना ही तो सबसे बड़ा सम्मान है। कोई हमारा सम्मान करे या न करे इसकी कभी भी चिंता नहीं करे। लेकिन आपके कार्यों से आपके मन को प्रसन्नता मिले इससे बड़ा और क्या सम्मान हो सकता है।

अनमोल रत्न

व्यक्ति यह जानता है कि प्रेम एक अनमोल रत्न है इसके बावजूद भी वह राग ध्वेष, ईर्ष्या, अंहकार, घमंड जैसे अवगुणों में ही उलझा रहता है। प्रेम और स्नेह में वह शक्ति है जो पराये लोगों को भी अपना बना लेते हैं। इसलिए जीवन में अपनी लालसाओं, इच्छाओं को कभी भी न बढ़ाये अपितु जितना है उसमें संतोष कर आनन्ददायक जीवन व्यतीत करें।

जीवन में हर क्षण परिस्थितियां बदलती रहती है। इसलिए हर परिस्थिति में समान रहना सीखें। प्रेम और स्नेह के साथ रहे तो जीवन में शांति ही शांति है। प्रेम एक अमूल्य व अनमोल रत्न है। जो हमारे जीवन में आनंद, उत्साह, उमंग, खुशहाली की छलांगें लगाता है और हमारे जीवन के हर पल को शांत व खुशहाल

बनाता है व हमें कठिनाइयों से व तमाम तरह की मुश्किलों से निकलने की एक नई दशा - दिशा व आनन्द की किरण दिखाता है।

तभी तो कहा गया है कि जहां प्रेम और स्नेह हैं वही ईश्वर हैं। प्रेम, संयम, धैर्य, सहनशीलता, परोपकार, दया, करूणा, ममता, वात्सल्य, व त्याग की भावना हम में हैं तो हमें कभी भी क्रोध नहीं आयेगा। हम कभी भी दुःखी नहीं रहेगे और न ही हिंसा के मार्ग पर चलेंगे। चूंकि प्रेम और स्नेह में इतनी ताकत होती है कि वह हमें गलत रास्ते की ओर जाने ही नहीं देता है। हमारे शुभ चिंतक हमे पहले से ही भटकने से रोक देते हैं।

ज्ञान केवल किताबों से ही नहीं मिलता है। किताबों से तो केवल किताबी ज्ञान ही मिलता है मगर असली व व्यवहारिक ज्ञान हमें बड़े बुजुर्गों, सच्चे साधु संतों का संग करने से, सज्जन लोगों का साथ करने से व जीवन के अनुभवों से ही मिलता है इसलिए युवाओं को चाहिए कि वे अपने अध्ययन के साथ ही साथ बड़े बुजुर्गों के पास भी बैठे व उन्हें भी समय दीजिए। जब आप उनका संग करेगे, तभी आपको व्यवहारिक ज्ञान के साथ ही साथ आदर्श संस्कार भी मिलेंगे, मान सम्मान, पद प्रतिष्ठा भी मिलेगी। भागदौड़ भरी इस जिंदगी में आज का इंसान नैतिक मूल्यों व आदर्श संस्कारों को भूल गया है या उनकी जानबूझ कर अनदेखी कर रहा है जो एक दुःख की बात है। जब हम अपने बड़े बुजुर्गों के चरणों में प्रणाम करते हैं तब हमारे मन का घमंड, अंहकार, राग ध्वेष, ईर्ष्या जैसी तमाम तरह की बुराइयां दूर हो जाती है।

जब हमारे मन में अच्छे विचारों का आगमन होता है तब मन से सारा कूड़ा करकट (बुराइयां) साफ हो जाता है और जब हम अपने आपको प्रभु के चरणों में अर्पित कर देते हैं तब मन एकदम निर्मल हो जाता है और हमारे मन की बुराइयों के साथ ही साथ बुरे विचारों का प्रवेश द्वार बंद हो जाता है और मन निर्मल व शान्त हो जाता है अतः जीवन को नरक नहीं अपितु स्वर्गमय बनाएं और जहां

अपार खुशियां ही खुशियां हो।

हमारे मन में आने वाले विकार ही हमारे सबसे बड़े शत्रु हैं। अतः हर वक्त श्रेष्ठ चिंतन मनन करे। श्रेष्ठ बोले। श्रेष्ठ लिखें और श्रेष्ठ जीवन व्यतीत करें।

विफलता ही सफलता की पहली सीढ़ी

हर व्यक्ति प्रतिभावान होता है, लेकिन उसे समय पर प्रोत्साहन नहीं मिलने से वह हताश एवं निराश हो जाता है और इसी हताशा के चलते उसके मन में हिलौरे ले रही रचनात्मक विचारधारा की श्रृंखला टूट जाती है और उसके मन में नकारात्मक विचार डेरा डाल बैठते हैं इसी के फलस्वरूप वह प्रगति की दौड़ में पिछड़ जाता है। जबकि हकीकत हमें यही सिखाती है कि विफलता ही विकास की पहली सीढ़ी है। अतः हताश व निराश न हो और जब भी मौका मिले तब खुलकर अपनी प्रतिभा को निखारने का प्रयास करें। जीवन में आगे बढ़ने में बाधा डालने वाले अनेक लोग मिल जाएंगे लेकिन पीठ थपथपाने वाले कम ही मिलते हैं।

आज के दौर में नाटक देखकर अनेक लोग रो पड़ते हैं, लेकिन समाज की हकीकत को देखकर भी वे यही कहते हैं कि यह सब नाटक है। चूंकि वे सत्य से मुंह छिपाते हैं और सत्य को स्वीकार नहीं करते हैं जो जिंदगी की सबसे बड़ी भूल है। इसलिए जीवन में कभी भी डर कर कोई भी फैसला या निर्णय न लें। याद रखिए अनिश्चितता, परिवर्तन व बाधाएं हमें हमेशा मजबूत ही बनाते हैं, चूंकि ये हमें प्रगति की नई राह दिखाते हैं।

सभी के साथ समान व्यवहार

जीवन में कोई भी ऐसा कार्य नहीं है जिसमें किसी को कोई कठिनाइयों से न जुझना पड़ता हो। हर व्यक्ति अपने आप में पूर्ण नहीं होता है लेकिन फिर भी हम हर किसी से कुछ न कुछ नया सिखते रहते हैं। याद रखिए कभी कभी छोटी-छोटी चीजें हमें बड़ी समस्याओं को सुलझाने में मदद करती हैं जिसके बारे में

हमने कभी सोचा भी नहीं था। अतः कब कौन कहां काम आ जाए पता नहीं चलता। इसलिए जीवन में सभी से समान व्यवहार करे।

राष्ट्र की धरोहर

आज का युवा पीढ़ी राष्ट्र की धरोहर है और संतुलित एवं संयमित जीवन ही युवाओं के लिए सफलता का मार्ग प्रशस्त कर सकता है। इसलिए युवाशक्ति को उच्च शिक्षा प्रदान करने के साथ ही साथ उन्हें रचनात्मक कार्यों में लगाकर देश के विकास व उत्थान में उनका पूरा सहयोग लें। विकसित भारत के सपने को साकार करने के लिए युवाओं को अपनी क्षमता से क्रियाशील रहकर आगे बढ़ना होगा।

भारत के सर्वांगीण विकास के लिए क्षमतावान, देशभक्त तथा चरित्रवान नागरिकों की आवश्यकता है। यह तभी सम्भव है जब बच्चों को बचपन से ही आदर्श संस्कार अपने घर से ही दें। चूंकि आदर्श संस्कार कहीं बाजार में नहीं मिलते। इसी के साथ ही साथ पर्यावरण संरक्षण की ओर भी ध्यान रखना होगा। जब पर्यावरण संरक्षण होगा, तभी हम बीमारियों से बच पायेंगे। वृक्षों का संरक्षण व संवर्द्धन परोपकार का काम है। हो सकता है कि वृक्ष का लाभ हमें न मिले, लेकिन आने वाली पीढ़ी के लिए निसंदेह उपयोगी होगा।

धरती के आभूषण

हरे भरे वृक्षों, बाग बगीचों व वनों के बिना यह जीवन आधा अधूरा है। चूंकि ये वृक्ष ही इस धरती के आभूषण हैं। इसलिए पर्यावरण संरक्षण केवल सरकार की ही जिम्मेदारी नहीं है अपितु हम सबका दायित्व है। हमारा देश भारत तो शक्ति व भक्ति के क्षेत्र में जाना जाता है और हरियाली के बिना जीवन सुरक्षित नहीं है। जहां आदर्श संस्कार हैं वहीं जीवन स्वर्गमय हैं। अतः सफलता प्राप्त करने के लिए हर समय कुछ न कुछ सिखते रहिए।



श्यामल बिहारी महतो

बोकारो, झारखंड

पचास साल की उम्र में सुधीर बाबू के जीवन में कल जैसी घटना कभी नहीं घटी थी। घटना भी ऐसी वैसी नहीं सीधा मौत से साक्षात्कार! जीवन से मुठभेड़!

रोज की तरह उस दिन भी वह अपनी दो लघेर(दुधेर) गायों को खेत की बगल की टुंगरी में चरा रहे थे। चार साढ़े चार की भोर थी। तभी बहू का घबराया हुआ फोन आया। सुधीर बाबू एक दम से चौंक उठे! इतनी भोर बहू का फोन! उन्हें पता था, छोटी पोती सप्ताह दिन से बीमार थी। शहर के एक बड़े डॉक्टर से वहीं उसका इलाज चल रहा था। पर बुखार उतर ही नहीं रहा था। उसे कहीं कुछ.. शुभ शुभ ..! हे माते महामाय! पोती की रक्षा करना ..!' प्रार्थना की मुद्रा में सुधीर बाबू के दोनों हाथ ऊपर उठ गये थे।

धड़कते दिल से सुधीर बाबू ने फोन रिसेव किया - 'हेलो! बोलो बहू, छोटी ठीक है न ..?'

'बाबू जी..!' लगा बहू रो रही है।

'हां, हां, बोलो बहू मैं सुन रहा हूं..!'

'बाबू जी, छोटी ठीक नहीं है, तीन दिनों से वह दूध भी नहीं पी रही है, सिर्फ मुलूर मुलूर देखती है, बाबू जी मेरा मन बहुत घबरा रहा है, उसके पापा को काम से छुट्टी नहीं मिल रही है, आप आ जाइए. बाबू जी...!'

'घबराओ नहीं बहू, हमारी छोटी को कुछ नहीं होगा, महामाय उसकी रक्षा करेंगी!

बनहूस



रोज की तरह उस दिन भी वह अपनी दो लघेर(दुधेर) गायों को खेत की बगल की टुंगरी में चरा रहे थे। चार साढ़े चार की भोर थी। तभी बहू का घबराया हुआ फोन आया। सुधीर बाबू एक दम से चौंक उठे! इतनी भोर बहू का फोन! उन्हें पता था, छोटी पोती सप्ताह दिन से बीमार थी। शहर के एक बड़े डॉक्टर से वहीं उसका इलाज चल रहा था। पर बुखार उतर ही नहीं रहा था। उसे कहीं कुछ.. शुभ शुभ ..! हे माते महामाय! पोती की रक्षा करना ..!' प्रार्थना की मुद्रा में सुधीर बाबू के दोनों हाथ ऊपर उठ गये थे।

वह फिर हंसेगी, फिर किलकारी करेगी ..हे मां! हमारी पोती की रक्षा करना.. बहू मैं आ रहा हूं, घबराना नहीं, उसे डॉक्टर झा के पास ले आऊंगा, वह बच्चों के बहुत अच्छे डॉक्टर है..!'

'वो दोनों ही बीमारी थे, मनहूस और पनौती भी ..!' उस शाम सुधीर बाबू गुस्से से फनफना उठे थे - 'एक बंद क्वार्टरों की ताले तोड़ चोरी करता था, कालोनी की महिलाओं पर बुरी नजर रखता था। दुनिया में ऐसा कोई बुरा काम नहीं था जो वह नहीं करता था। नाम था बांके बिहारी नाम में ही बडका बीमारी और दूसरा गाड़ियों का चोर था- शंकर गोप,

पूरा का पूरा दोगला। दोनों छंटा बदमाश और एक नम्बर के कमीने थे। इन दोनों से कालोनी के लोग खासा परेशान थे। दोनों पर सीटी थाने में कई मामले दर्ज थे..!' बोलते बोलते सुधीर बाबू अचानक से रूक गये थे। देखा सामने से मंदिर का पुजारी धीरज पाण्डेय आ रहा था 'इसे जब भी देखता हूं पोखर की सीढ़ियों पर जमी काई की याद आने लगती है!' उसने कहा था।

खैर, उस दिन फोन पर बहू से बात होने के बाद ही सुधीर बाबू ने गायों को घर की ओर दौड़ा दिए थे और खुद उनके पीछे-पीछे दौड़ पड़े थे। घर पहुंचकर पहले उसने एक

गाय से दूध निकाले, दूसरे का बछड़ा खोल दिया पीने के लिए। मुंह तो सोकर उठकर ही धोने की आदत थी उनकी, कपड़े पहने और बिना कुछ खाए पीए घर से निकल पड़े। जाते जाते पत्नी से कहा - 'छोटी की तबीयत ठीक नहीं है, वहीं जा रहा हूँ..!'

हर दिन भोर की उनकी जॉगिंग का ही यह कमाल था या फिर पोती की बीमारी की चिंता जो उस उम्र में भी वो तीन तल्ले की सीढ़ियां दौड़ते हुए चढ़ गये और हांफे तक नहीं थे। पहले उसने पोती का हाल समाचार लिए फिर बोले- 'जल्दी से तैयार हो जाओ, छोटी को लेकर हमें डॉक्टर झा के पास जाना है। बच्चा स्पेशलिस्ट डॉक्टर है झा, क्षेत्र में बड़ा नाम है उनका..!' कही बात फिर कही थी उसने।

तभी पानी लेकर आई बड़ी पोती के सर पर हाथ रखा उसने और उसके हाथ से ग्लास लेकर पानी गटागट पी गया और टेबुल पर रखी गाड़ी की चाभी लेकर नीचे उतर आए - तब तक गाड़ी घुमा लूं, यही सोच नीचे उतरे थे वो। गाड़ी के पास पहुंचे तो देखा वो दोनों मनहूस बीमारी पहले से वहां खड़े थे।

'बीमारी या बिहारी..?'

'अरे नहीं! वो दोनों बीमारी ही थे, कहे तो हमारे और पूरे कालोनी-सोसायटी के कैसर बीमारी थे दोनों..!' बोलते बोलते उस दिन उनका मूड एक दम से बिगड़ गया और कुनेन की गोली खाए जैसा मुंह हो गया था।

सांस रूकने के पहले जिंदगी नहीं रूकनी चाहिए। संघर्ष ही आदमी की पहचान होती है। कितनी ही बड़ी हादसा क्यों न हो, जीवन में निराशा कभी आने नहीं चाहिए। कहते हैं अगर हौसला जिंदा हो तो आदमी का उठ खड़ा होने में देर नहीं लगता। यह अक्सर लोगों को मशविरा देते थे।

वही सुधीर बाबू ने बंद आंखें खोली और गाड़ी के भीतर अगल बगल निहारा-देखा। फिर एक गहरी सांस ली और खुद को पुनर्जीवित करने का प्रयास किया। फिर



उन्होंने एक नज़र गाड़ी के आगे देखा। दीवार अपनी जगह सही सलामत खड़ी थी। फिर उसने गाड़ी के बाहर झांका, अगल बगल आश्चर्यचकित लोग खड़े थे! अब उसने खुद को टटोल कर देखा, तो पता चला शरीर साबूत बचा हुआ है। हाथ पैर सलामत बचे हुए हैं। जीवन बाकी है। गेट खोल गाड़ी के बाहर आ गए। आंखों में बीमार पोती का चेहरा घूम गया। गाड़ी को उसी हाल में छोड़ वह दौड़ते हुए पुनः सीढ़ियां चढ़ने लगे।

घबराई बहू बेटे को फोन पर कह रही थी - 'गाड़ी का एक्सीडेंट हो गया, सामने की दीवार से जोर की टक्कर हुई है...!'

'कैसे हुआ यह?'

'पता नहीं, यह सब कैसे हो गया..!'

'बाबूजी कहां है, वो कैसे है, उन्हें चोट तो नहीं लगी है..?' बेटे से कहीं ज्यादा बाप को लेकर बेटा चिंतित हो उठा था।

'बहू, गाड़ी टुक गई, छोटी के पापा से कह दो, मैं ठीक हूँ..!' ऊपर आते ही सुधीर

बाबू ने कहा। उसने बेटे की बात सुन ली थी।

'बाबू जी ठीक है...!'

'ठीक है, जल्दी से ऑटो मंगा लो, सेक्टर फॉर के डॉक्टर मुखर्जी के पास छोटी को फौरन ले जाओ, वो अभी अपनी क्लीनिक में बैठे हुए है, नम्बर लगवा दिया है..शाम को मैं पहुंच रहा हूँ..!'

डॉक्टर मुखर्जी बीजीएच अस्पताल के रिटायर्ड चाइल्ड स्पेशलिस्ट थे। बीमार बच्चों की उनकी चमत्कारी इलाज देख दवा दुकानों में उनकी चर्चा शुरू हो गई थी।

'बच्ची को निमोनिया हो गयी है, पर चिंता की कोई बात नहीं है, सूई लगवा दी गई है, शाम तक बुखार उतर जाएगा..!' डॉक्टर मुखर्जी ने सुधीर बाबू से कहा था 'तीन सूई और पड़ेगी। डेली एक। बाकी दवा टाइम - टाइम पर देते रहना है..!'

सुधीर बाबू ने राहत की सांस ली। अपनी और गाड़ी की चोट वो भूल चुके थे।

बाहर निकल उसने अपनी इष्ट देवी को

याद किया 'आभार - महामाय ! आपने विनती सुन ली हमारी ... !'

इसी के साथ दवा की पर्ची लिए सुधीर बाबू सड़क पार मेडिसिन दुकान की ओर बढ़ गये थे।

सप्ताह दिन बाद फिर सुधीर बाबू से मुलाकात हुई। वह अपने घर के बाहर अकेले बैठे हुए थे। उनकी पोती बिल्कुल अच्छी हो चुकी थी। फिर से वह हंसने खेलने लगी थी। पर अबकी सुधीर बाबू मुझे गुमशुम सा दिखे, लगा बीमार है। पूछा तो बोले 'नहीं, ऐसी कोई बात नहीं है.. !'

गाड़ी एक्सीडेंट पर भी कुछ बोलने से मना करते रहे। उस घटना से जैसे मन उसका हदस गया था, ऐसा मेरा मानना था। बेटे के बार बार कहने पर एक दिन केवल इतना ही कहा - 'उस गाड़ी को बेच दो बेटे, अब मैं उसमें कभी नहीं बैठूंगा.. !' बेटा बाप की बात समझ नहीं पाया। वह यह मानने को तैयार नहीं था कि गाड़ी ड्राइव करने में उसके बाप से कोई भूल हुई है। इसके पीछे जरूर कोई खास वजह रही होगी !

'आखिर उस दिन हुआ क्या था ? इतना बड़ा हादसा हो गया, कोई तो वजह रही होगी। गियर- क्लच- एक्सिलेटर या फिर ब्रेक में किसी तरह की गफलत, कोई चूक.. आज तो आपको बताना ही पड़ेगा.. !' मैं जिद्द कर उसी के बगल में बैठ गया था। मुझे आया देख मुस्कान की मां चाय बनाने लगी थी। वो ना-नुकूर करते रहे। मैं भी जिद्द पर बैठा रहा। मुस्कान की मां चाय लेकर आ गई, तब भी उन्होंने मुंह बंद रखा।

सहसा मैं उठ खड़ा हो गया। बोला 'बहू, चाय ले जाओ, अब मैं इस घर की चाय पानी कभी नहीं पिऊंगा। इस घर में मेरी कोई अहमियत नहीं है। जाता हूं।

'बैठो.. !' उन्होंने हाथ पकड़ कर कहा और एक पल के लिए खामोश ऊपर देखने लगे। बोले तो आवाज में बारूद भरा हुआ था 'वे दोनों स्याले मनहूस बीमारी, पहले से ही



गाड़ी के पास खड़े थे। हमने एक नजर उन दोनों पर डाली और गाड़ी का दरवाजा खोल अंदर जा बैठा। शीशा उतारा तो बांके बिहारी ने जिराफ की भांति अपनी मूंडी मेरे तरफ घुमाया और कहा 'आप गाड़ी को बेचेंगे.. ?'

मैं उसकी तरफ ध्यान नहीं दिया। उसने फिर अपनी बात दुहराई 'आप इस गाड़ी को बेचेंगे. ... ?'

'अरे, नहीं भाई यह हमारी फैमिली गाड़ी है.. कहा और शीशा चढ़ा दिया।

उसने पुनः दरवाजे पर नॉक किया। झुंझला कर मैंने गेट खोला। पूछा 'क्या है ?'

'गाड़ी बेचेंगे, बहुत अच्छी कंडीशन में है, अच्छा दाम मिलेगा.. !'

'मैंने कहा न, यह फैमिली गाड़ी है, आपको बात समझ में नहीं आती है क्या . ? '

'आती है, पर मैं आपके फायदे की बात कर रहा हूं.. !'

'मेरा फायदा-नुकसान की बात अब आप मुझे समझाएंगे ?' मैं एक बारगी झुंझला उठा 'जाओ भाई कोई दूसरा काम देखो .. !'

इस पर उसकी बहू बीच में ही बोल पड़ी-' वह बहुत ही बदतमीज किस्म का

आदमी है 'बाबू जी', महीना दिन पहले नीचे वाले राम जी चाचा को स्कूटर से निकलते वक्त टोक दिया 'क्यों, बुढ़े चाचा जी, यह बुढ़ी स्कूटर को कहीं धकेल क्यों नहीं देते ! 'बेचारे चाचा को गोल चक्कर के पास एक ऑटो वाले ने ठोंक दी, महीना दिन से राम जी चाचा बिस्तर पर पड़े हुए हैं और स्कूटर कबाडी वाले ले गए.. !'

'हां, उतना कहने के बावजूद भी वह गया नहीं था, ढीठ बन खड़ा रहा। ढीठ बन खड़ा ही नहीं रहा। फिर बोला 'आप एक बार फिर सोच लीजिए, अच्छा दाम दिला दूंगा.. !'

'अरे, अजीब थेथरई है ! अपना ही बोले जा रहा है 'गुस्से से मैंने उसकी ओर देखा और गाड़ी मैंने गियर में डाल दी थी। फिर क्या हुआ मुझे पता नहीं। गाड़ी दीवार से टकरा चुकी थी और मेरा पैर ब्रेक पर था। समझ में नहीं आया, यह सब हुआ कैसे। गाड़ी उसी हालत में घुमा लाकर जब मैंने खड़ी की और गुस्से से बाहर निकला इतने में वे दोनों कमीने वहां से गायब चुके थे !'

हिंदुओं का वैदिक कालीन पर्व है होली



गौरीशंकर वैश्य विनम्र

लखनऊ

वैदिक सनातन संस्कृति एक ऐसा विशाल वट वृक्ष है, जिसकी शाखाओं - प्रशाखाओं के रूप में संस्कृति के विभिन्न रंगों की झलक मिलती है। इसमें विभिन्न पर्वों का महत्व, ज्ञान - विज्ञान एवं प्राकृतिक परिवेश के रूप में दृष्टिगोचर होता है। हमारे ऋषि - मुनियों ने समाज के सर्वोत्तम एवं श्रेष्ठ भविष्य के लिए प्रकृति को ही आधार माना है।

प्रकृति जब अपना बासीपन परे हटाकर नया कलेवर ग्रहण करती है, तब उसका रूप, रंग और यौवन निखरता है। मौसम में वासंती पवन बहने लगता है, जीव-जंतुओं में नव उमंग - उत्साह जाग्रत हो उठता है। पीले और मुरझाए पत्ते वृक्षों से गिरकर नई कोंपलें और नए पत्ते आते हैं। यह ऋतुराज वसंत आने की आहट है। फाल्गुन आ गया अर्थात् होली ने द्वार पर दस्तक दी है। होली हिंदुओं का वैदिक कालीन पर्व है। होली के इस पर्व को यौवनोत्सव, रंगोत्सव, मदनोत्सव, वसंतोत्सव, दोलयात्रा तथा शिमागा के रूप में भी मनाए जाने की परंपरा है।

होली का आदिकालीन स्वरूप

वैदिक कालीन होली की परंपरा का उल्लेख अनेक ग्रंथों में मिलता है। जैमिनी मीमांसा दर्शनकार ने अपने ग्रंथ



प्रकृति जब अपना बासीपन परे हटाकर नया कलेवर ग्रहण करती है, तब उसका रूप, रंग और यौवन निखरता है। मौसम में वासंती पवन बहने लगता है, जीव-जंतुओं में नव उमंग - उत्साह जाग्रत हो उठता है। पीले और मुरझाए पत्ते वृक्षों से गिरकर नई कोंपलें और नए पत्ते आते हैं। यह ऋतुराज वसंत आने की आहट है। फाल्गुन आ गया अर्थात् होली ने द्वार पर दस्तक दी है। होली हिंदुओं का वैदिक कालीन पर्व है। होली के इस पर्व को यौवनोत्सव, रंगोत्सव, मदनोत्सव, वसंतोत्सव, दोलयात्रा तथा शिमागा के रूप में भी मनाए जाने की परंपरा है।

'होलिकाधिकरण' नामक प्रकरण में होली की प्राचीनता को स्थापित किया है। विन्ध्य प्रदेश के रामगढ़ नामक स्थान से प्राप्त 300 ईसापूर्व के शिलालेख में फाल्गुन पूर्णिमा को मनाए जाने वाले इस उत्सव का उल्लेख मिलता है। महर्षि वात्स्यायन ने अपने 'कामसूत्र' नामक ग्रंथ में 'होलाक' उत्सव का वर्णन है, जिसमें ढाक के पुष्पों के रंग से तथा चंदन-केसर आदि सुगंधित द्रव्यों से होली खेलने की परंपरा बताई गई है। प्राचीन काल में होली की अग्नि में हवन के समय वेदमंत्र 'रक्षोहणं बल्गहणम्' के उच्चारण का विधान है। होली का वर्णन सातवीं शताब्दी के संस्कृत

नाटककार और कन्नौज के महाराज हर्षवर्धन ने अपने नाटक ग्रंथ 'रत्नावली' में किया है। वहाँ होली का नाम 'वसंतोत्सव' है। इस नाटक में राजा उदयन अपने किले पर खड़े होकर सारी प्रजा को विभिन्न रंगों से होली खेलते हैं। लोग प्रमुदित होकर एक-दूसरे पर सुगंधित जल डालते हैं। पहली शताब्दी के आसपास प्राकृत भाषा में लिखी- 'गाहा सतसई' में होली 'फाल्गुनोत्सव' है, जिसमें नदी किनारे एकत्र युवक - युवतियाँ एक - दूसरे पर बिना किसी भेदभाव के नदी का जल तथा कीचड़ उछाल रहे हैं। ध्यान देने वाली बात है कि जब 'गाहा सतसई' की होली खेली जा रही थी, तब

वात्स्यायन महर्षि ने 'कामसूत्र' में सुवसंतक, उदकक्ष्वेडिका और अभ्युषखादिका जैसे उत्सवों की चर्चा कर रहे थे। इसमें 'सुवसंतक' संभवतः वर्तमान में मनाए जाने वाली 'वसंत पंचमी' है। 'उदकक्ष्वेडिका' पानी की पिचकारियों से रंग खेलने का उत्सव है। 'अभ्युषखादिका' का तात्पर्य नए धान्य को आग में भूनकर खाने से है।

'रघुवंश' में कालिदास ने लिखा है कि इस अवसर पर 'संपन्न जन, सोने की पिचकारियों में रंग भरकर फुहारें छोड़ते। केशों से कुंकुम मिलीं बूंदें टपकतीं रहतीं। राजा और प्रजा सभी मिलकर एक - दूसरे पर रंग डालते। संपूर्ण वातावरण रंगमय, प्रेममय और सुगंधित हो जाता। हास - परिहास भी भरपूर मात्रा में चलता रहता। 'संस्कृत के एक अन्य ग्रंथ 'कुमार पाल चरित' में लिखा है कि 'कोई पिचकारी का प्रयोग करता, कोई मुख से ही जल भरकर प्रियजन पर छोड़ता। कोलाहल और संगीत से वातावरण मनोरंजक और आनंदमय हो उठता।' संस्कृत के प्रसिद्ध लेखक सोमेश्वर ने अपने ग्रंथ 'मानसोल्लास' में होलिकोत्सव का वर्णन किया है - भोजन के पश्चात राजा, कुमार और मंत्रियों के साथ दोपहर बाद एक मंडप में बैठा था। अतिथि भी आते थे। इसके पश्चात पूर्ण श्रृंगारित वारांगनाएँ, नूपुरों से मधुर ध्वनि करती हुई वहाँ आतीं। राजा पर सुगंधित जल डाला जाता। इसके पश्चात राजा भी कुंकुम, चंदन और हल्दी मिश्रित जल, सेवकों पर छोड़ता और उन्हें सम्मानित करता।'

कहा जाता है कि प्राचीन काल में इसी फाल्गुन पूर्णिमा से प्रथम चातुर्मास संबंधी 'वैश्वदेव' यज्ञ का प्रारंभ होता था, जिसमें लोग खेतों में तैयार नई फसल के अन्न - गेहूँ, चना, जौ आदि की आहुति देते थे और स्वयं यज्ञ शेष प्रसाद के रूप में ग्रहण करते थे। आज भी यह परंपरा 'नवशस्येष्टि यज्ञ पर्व' (नवान्नेष्टि यज्ञ) के रूप में विद्यमान है। यह 'यज्ञ पर्व' ही होली का आदिम स्वरूप था। यह आयोजन फाल्गुन की पूर्णिमा को किया जाता रहा है।

चने के अधभुने दाने को संस्कृत में 'होलक' तथा हिंदी में 'होला' कहा जाता है। वस्तुतः होली ईश्वर को नई फसल के प्रसाद के अर्पण का त्योहार है।

होली की दंतकथाएँ

धार्मिक पुस्तकों तथा शास्त्रों में होली को लेकर अनेक दंतकथाएँ प्रचलित हैं, उनमें से कुछ प्रमुख इस प्रकार हैं -

नारद पुराण के अनुसार

होली ईश्वर के परम भक्त प्रह्लाद की विजय और ईश्वरद्रोही हिरण्यकशिपु की बहिन 'होलिका' के विनाश का स्मृति दिवस है। कहते हैं कि हिरण्यकशिपु तथा होलिका कुल के राक्षस बहुत अत्याचारी थे। उनके घर में अवतरित बालक प्रह्लाद भगवान का भक्त था। उसको भस्म करने के लिए होलिका उसे अपनी गोद में लेकर अग्नि में बैठी थी, क्योंकि होलिका को अग्नि में न जलने का वरदान प्राप्त था। भगवान की कृपा से होलिका का अग्नि में न जलने का वरदान असफल हो गया और वह आग में जलकर भस्म हो गई, जबकि भक्त प्रह्लाद सकुशल बच गया। तभी से होलिकोत्सव पर होली दहन की परंपरा चल पड़ी।

भविष्य पुराण के अनुसार

कहा जाता है कि महाराजा रघु के समय 'दुंदा' नामक राक्षसी के उपद्रव से निपटने के लिए महर्षि वशिष्ठ के आदेशानुसार बालकों को लकड़ी की तलवार-ढाल लेकर हो-हल्ला मचाते हुए स्थान-स्थान पर अग्नि प्रज्वलन का आयोजन किया गया था। इस राक्षसी को तृप्त करने के लिए लोगों से यह अपेक्षा की गई कि वे निर्भीक और निशंक होकर एक दूसरे को गाली दें, हुड़दंग मचाएँ और अपने शरीर पर भस्म और मिट्टी लगाकर इधर-उधर उछल-कूद करें। ऐसा भी संभव है कि महर्षि ने मनुष्य के अंदर छिपे हुए राक्षसी भावनाएँ व्यक्त करने के लिए हास-परिहास का एक दिन सुनिश्चित किया हो जिससे शेष दिन प्रेम व्यवहार से नियमित-संयमित रह सके।

कामदेव की पूजा का दिन मदनोत्सव

होली को वसंत सखा 'कामदेव'की पूजा का दिन भी माना जाता है। पहले कामदेव की पूजा आज के दिन संपूर्ण भारत में की जाती थी। दक्षिण भारत में आज भी होली का उत्सव 'मदनोत्सव'के नाम से ही जाना जाता है।

वैष्णवों के लिए यह 'दोलोत्सव'का दिन है। ब्रह्म पुराण के अनुसार -

नरो दोलागतं द्रुष्टा गोविंदं पुरुषोत्तमं।

फाल्गुन्यां संयतो भूत्वा गोविंदस्य पुरं
ब्रजेत॥

इस दिन झूले में झूलते हुए गोविंद भगवान के दर्शन से मनुष्य वैकुण्ठ को प्राप्त होता है। वैष्णव मंदिरों में भगवान श्रीमद नारायण का अलौकिक श्रृंगार करके नाचते गाते उनकी पालकी निकाली जाती है।

पूर्वी उत्तर प्रदेश में पूर्णिमा पर मासांत माना जाता है तथा फाल्गुन पूर्णिमा को वर्ष का अंत हो जाता है और अगले दिन चैत्र कृष्ण प्रतिपदा से भारतीय नव वर्ष आरंभ हो जाता है, इसीलिए वहां पर लोग होली पर्व को 'संवत जलाना'भी कहते हैं। यह वर्षांत पूर्णिमा है, अतः आज के दिन सब लोग हँस - गाकर, रंग - अबीर से खेलकर नए वर्ष का स्वागत करते हैं।

इस दिन मनु का जन्म हुआ था, इसलिए इस दिन को 'मन्वादितिथि' पर्व के रूप में भी जाना जाता है। पुराणों के अनुसार ऐसी मान्यता है कि जब भगवान शंकर ने अपनी क्रोधाग्नि से कामदेव को भस्म कर दिया था, तभी से होली का प्रचलन हुआ।

मुगल शासक भी खेलते थे होली

होली के पर्व को मुगल शासक भी शान से मनाते थे। ग्यारहवीं शताब्दी में मुस्लिम पर्यटक अलबरूनी ने भारत में होली के उत्सव का वर्णन करते हुए लिखा है कि 'उस समय हिंदू और मुसलमान मिलकर होली मनाया करते थे।' बादशाह अकबर और जहांगीर के

समय में शाही परिवार में भी इसे बड़े समारोह के रूप में मनाया जाता था।

विश्वव्यापी है होली पर्व

होलिकोत्सव विश्वव्यापी पर्व है। अनेक देशों में इसको अन्य विविध नामों से अलग-अलग समय में मनाया जाता है। इटली में यह उत्सव फरवरी में 'रिडिका' नाम से मनाते हैं। फ्रांस में घास से बनी मूर्ति को शहर में गाली देते हुए घुमाकर, लाकर आग लगा देते हैं। जर्मनी में ईस्टर के समय पेड़ों को काटकर गाड़ दिया जाता है। उनके चारों तरफ घास-फूस एकत्र करके आग लगा दी जाती है। इस समय लोग एक-दूसरे के मुख पर विविध रंग लगाते हैं। स्वीडन नार्वे में शाम के समय किसी प्रमुख स्थान पर अग्नि जलाकर लोग नाचते-गाते और उसकी प्रदक्षिणा करते हैं। साइबेरिया में बच्चे घर - घर जाकर लकड़ियाँ एकत्र करते हैं। शाम को उसमें आग लगाकर स्त्री-पुरुष हाथ पकड़कर तीन बार अग्नि परिक्रमा कर उसको लांघते हैं। अमेरिका में होली का त्योहार 'हेलोइन'के नाम से 31 अक्टूबर को मनाया जाता है। इस अवसर पर शाम के समय नाचने - गाने और खेलने की परंपरा है।

देश के विभिन्न क्षेत्रों में हैं होली मनाने के अलग ढंग

बहुआयामी भारत देश के अलग अलग भागों में होली का रंग और ढंग भी अलग - अलग होता है। उत्तर प्रदेश में ही बनारसी होली, ब्रज का रास-रंग, नंदगांव - बरसाने की लट्टमार होली, भोजपुरिया होली, अवध की होली, कानपुर की होली आदि स्थानों में होली का रंगबिरंगा उत्सव देखते ही बनता है। इसके अतिरिक्त देश के हर राज्य और हर समाज में यथा - असमी, पंजाबी, उड़िया, गुजराती, मारवाड़ी, मराठी, बंगाली, मणिपुरी, हरियाणा, राजस्थानी आदि में रंगो के त्योहार को मनाने के अपने-अपने तरीके हैं।

होली पर्व का है वैज्ञानिक आधार

भारत के ऋषि - मुनि तत्कालीन वैज्ञानिक

थे। उनका चिंतन - दर्शन विज्ञान की कसौटी पर खरा - परखा, प्रकृति के साथ सामंजस्य स्थापित करता रहा है। विश्व में भारत ही एक मात्र ऐसा देश है, जिसके त्योहार, पर्व, पूजा-पाठ, संस्कार, धार्मिक आयोजन आदि सब विज्ञान पर आधारित है। होली पर्व के में भी विज्ञान - ज्ञान की अवधारणा समाविष्ट है। रात्रि को संपन्न होने वाला होलिका दहन जाड़े और गर्मी की ऋतुसंधि में प्रस्फुटित होने वाले रोग चेचक, मलेरिया, खसरा, डेंगू, कोरोना तथा अन्य संक्रामक रोगों के कीटाणुओं के विनाश का सामूहिक अभियान है। स्थान - स्थान पर प्रदीप्त अग्नि आवश्यकता से अधिक ताप द्वारा समस्त वायुमण्डल को ऊष्ण बनाकर सर्दी में उत्पन्न रोग कीटाणुओं और जीवाणुओं को विनष्ट कर देती है। होली प्रदक्षिणा के अंतर्गत 140 डिग्री फारेनहाइट तक का ताप शरीर में समाविष्ट होने से मानव के शरीरस्थ समस्त हानिकारक जीवाणुओं को नष्ट कर देता है। होली के अवसर पर होने वाले नाच - गान, हास - परिहास, हुड़दंग, विविध स्वांग भी वैज्ञानिक दृष्टि से स्वस्थ मनोरंजन हैं। एक - दूसरे से गले मिलने से परस्पर आत्मीयता और सौहार्द बढ़ता है। महर्षि सुश्रुत ने वसंत को कफ पोषक ऋतु माना है -

**कफश्चितो हि शिशिरे वसंतेअकाशु
तापितः। हत्वाग्निं कुरुते रोगानातस्तं
त्वरया जयेतु।।**

अर्थात् शिशिर ऋतु में एकत्र हुआ कफ, वसंत में पिघलकर कुपित होकर जुकाम, खांसी, श्वास, दमा आदि रोगों की सृष्टि करता है।

इसके निदान के लिए तीक्ष्ण वमन, लघु रुक्ष भोजन, व्यायाम आदि आवश्यक है। ऊँचे स्वर में बोलना, नाचना, कूदना, दौड़ना - भागना सभी उपयोगी क्रियाएँ हैं। इस दृष्टि से होली का त्योहार बहुत महत्वपूर्ण है।

बाजारवाद ने बदला है होली का स्वरूप

सांस्कृतिक क्षरण, बाजारवाद, उपभोक्तावाद और सतत नैतिक मूल्यों के पतन से समाज से पर्वों का उत्साह और आनंद भी विलुप्त होने की ओर अग्रसर है। इससे होली का त्योहार भी अछूता नहीं है। बाजारवाद ने युवा पीढ़ी को मानसिकता से संवेदनाओं और भावनाओं को विस्मृत करने का प्रयास किया है। नाते - रिश्तों पर भी ग्रहण लग चुका है। परस्पर समता, समरसता, एकजुटता, सद्भाव और आनंदित होकर होली मनाने की उमंग में कमी आई है। पर्व का वैज्ञानिक महत्व, ऋतु परिवर्तन एवं फसलों के उत्पादन से जुड़े होने के बाद भी लोग भारतीय परंपराओं से दूर हो रहे हैं। अतः जीवन के रसों में रंग, सकारात्मकता और ताजगी लाने के लिए होली के संदेश को पुनः जीवंत करने की आवश्यकता है।

होली का संदेश

होली के त्योहार का स्पष्ट संदेश यह है कि जमी हुई गंदगी को दूर करें, मार्ग में बिछे हुए कष्टदायक और हानिकारक तत्वों को हटाएँ। गली - मुहल्ले की साफ-सफाई करके स्वच्छता और शुद्धता का वातावरण उत्पन्न करें। चारों ओर पवित्रता की स्थापना करें। प्राकृतिक, मानसिक, शारीरिक, सामाजिक तथा राजनीतिक विकृतियों में आग लगाकर उत्सव मनाएँ। अश्लील तथा अभद्र शब्दों का प्रयोग, कीचड़ - मिट्टी फेंकना, किसी के प्रति क्रूरता - पशुता एवं असभ्यता का प्रदर्शन बंद करें। होली पर आनंद प्राप्ति के लिए आपसी प्रेम और भाईचारे को बढ़ावा दें। शराब पीने, जुआ खेलने, दूसरों को मानसिक आघात पहुँचाने जैसे दुर्गुणों का त्याग करें। होली प्राकृतिक रंगों और फूलों से ही खेलें। हम अपने विकारों को होलिका में जलाकर पवित्र और पावन बनने का संकल्प लें तभी वास्तविक होली का आनंद हम सबको मिल सकता है।



विश्व वानिकी दिवस: प्राकृतिक संतुलन की रक्षा



अभय

लखनऊ

प्रकृति की अमूल्य संपदा में वन्य जीवन और वनस्पतियों का महत्वपूर्ण स्थान है। यह वन्य जीवन और वनस्पतियाँ हमें जीवन संचालित करने में मदद करती हैं और साथ ही पर्यावरण का संतुलन भी बनाए रखने में मदद करती हैं। इस प्रकार, वन्य जीवन और वनस्पतियों की रक्षा और प्रबंधन का महत्व अत्यधिक है। इसी महत्वपूर्ण विषय पर विश्व वानिकी दिवस का आयोजन होता है।

विश्व वानिकी दिवस को हर साल 21 मार्च को मनाया जाता है। यह दिन वन्य जीवन और वनस्पतियों की महत्वपूर्ण भूमिका को समझाने और मान्यता देने का अवसर प्रदान करता है। इस दिन के माध्यम से, हमें वन्य जीवन और वनस्पतियों के संरक्षण के लिए जागरूकता और जिम्मेदारी के प्रति प्रेरित किया जाता है।

वन्य जीवन और वनस्पतियों का संरक्षण न केवल हमारे वातावरण के संतुलन के लिए महत्वपूर्ण है, बल्कि यह हमारे अन्न, जल, और



ऊर्जा संसाधनों के लिए भी अत्यंत आवश्यक है। वन्य जीवन और वनस्पतियों की संरक्षण से वनों का संरक्षण होता है।

हाल ही में, विश्व वानिकी दिवस के अवसर पर कई पहलुओं पर ध्यान दिया गया है। भारत सरकार ने वन्य जीवन और वनस्पतियों के संरक्षण के लिए कई महत्वपूर्ण कदम उठाए हैं।

आरजेएफ (वन्यजीव अनुसंधान संस्थान) के प्रयास:

भारतीय सरकार ने वन्यजीव अनुसंधान संस्थान को स्थापित किया है, जो वन्य जीवन की विभिन्न प्रजातियों के अध्ययन और संरक्षण के लिए काम कर रहा है।

वन्यजीव संरक्षण कार्यक्रमों की चालू की:

सरकार ने वन्यजीव संरक्षण

कार्यक्रमों की चालू की हैं, जिसके तहत वन्य जीवन की संरक्षण के लिए सभी संभावित प्रयास किए जा रहे हैं।

वन्यजीव अभ्यारण्यों का प्रबंधन: भारत सरकार ने वन्यजीव अभ्यारण्यों का प्रबंधन करने के लिए नई योजनाएं बनाई हैं और उन्हें संशोधित किया जा रहा है।

संवर्धन योजनाएं:

सरकार ने वन्य जीवन की संरक्षण के लिए विभिन्न संवर्धन योजनाओं की शुरुआत की है, जिनमें पर्यावरणीय और सामाजिक उन्नयन को मध्यस्थता के लिए शामिल किया जाता है।

इन कदमों के माध्यम से, भारत सरकार ने वन्य जीवन और वनस्पतियों की संरक्षण के प्रति अपनी प्रतिबद्धता को पुनः स्थापित किया है।



आम समस्या (यू0टी0आई0) की होम्योपैथिक चिकित्सा



डॉ0 अमलेन्दु त्रिपाठी

9795513223

बारिश के समय कई तरह के संक्रमण का खतरा बढ़ जाता है। यूरिनरी ट्रैक्ट इन्फेक्शन (यू0टी0आई0) के मामले भी इस समय काफी बढ़ जाते हैं। मूत्र मार्ग में बैक्टीरिया का विकास होने पर ये संक्रमण हो जाता है। कभी-कभी फंगस और वायरस द्वारा भी यह संक्रमण फैल जाता है। वैसे यह समस्या आम है। लापरवाही न बरती जाए तो जल्दी ठीक भी हो सकती है। विशेषकर 18 से 40 साल की महिलाओं में यह समस्या ज्यादा देखने को मिलती है। दरअसल महिलाओं के जननांगों की संरचना उन्हें इस संक्रमण का शिकार बना देती है। इसका अंदाजा इस बात से हो सकता है कि लगभग पाँच में से एक महिला को कभी-कभी न कभी यू0टी0आई0 हो ही जाती है। यह इन्फेक्शन मूत्र मार्ग में कहीं भी हो सकता है यानी गुर्दे, गर्भाशय, मूत्राशय और मूत्र मार्ग इस संक्रमण से प्रभावित होते हैं।

निचले मूत्र मार्ग में संक्रमण होने पर इसका असर मूत्राशय और मूत्र मार्ग में होता है। यह संक्रमण काफी गम्भीर होता है। मूत्राशय के ऊपरी भाग में संक्रमण होने पर मूत्रवाहिनी और गुर्दे प्रभावित होते हैं।



उपचार में देर करने या लापरवाही बरतने पर यह संक्रमण किडनी तक फैलने लगता है और स्थिति गम्भीर होने लगती है। यह संक्रमण एक बार ठीक होने के बाद दोबारा भी हो सकता है। इसलिए इलाज बीच में नहीं छोड़ना चाहिए।

क्यों होता है यू0टी0आई0:-

- ◆ यूरिन इन्फेक्शन होने के बहुत से कारण हो सकते हैं।
- ◆ जननांगों की साफ-सफाई पर ध्यान न देने से मूत्राशय में संक्रमण हो सकता है, इसलिए निजी अंगों के स्वच्छता पर विशेष ध्यान देना चाहिए।
- ◆ गर्मी और उमस के मौसम में साफ-सफाई पर खास ध्यान रखना जरूरी होता है। ऐसे मौसम में पसीना बहुत आता है, जो बैक्टीरिया को पनपने का माहौल देता है।
- ◆ कम मात्रा में पानी पीने, अशुद्ध पानी पीने या बहुत अधिक शराब पीने से भी

यह संक्रमण हो सकता है। बहुत अधिक मिर्च और मसाले वाला खाना खाने से भी मूत्र मार्ग में समस्या हो सकती है। बहुत देर तक पेशाब रोकने से यू0टी0आई0 का खतरा बढ़ जाता है।

- ◆ लम्बे समय से बीमार चल रहे लोगों में भी इस संक्रमण की आशंका बढ़ जाती है।
- ◆ असुरक्षित यौन सम्बन्ध बनाने से भी यूरिन इन्फेक्शन हो सकता है।
- ◆ गर्भावस्था के दौरान प्रोजेस्ट्रॉन हार्मोन बढ़ने के कारण मूत्राशय और मूत्र नली के संकुचन की क्षमता कम हो जाती है, जिससे मूत्राशय सही ढंग से काम नहीं कर पाता और यू0टी0आई0 हो जाता है।
- ◆ मधुमेह के रोगी में यह खतरा बना रहता है।
- ◆ मासिक धर्म के दौरान स्वच्छता का ध्यान न रखना भी इसका कारण हो

सकता है।

- ◆ शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता कम होने, दस्त लगने या लगातार कब्ज रहने पर भी इस संक्रमण के होने की आशंका बढ़ जाती है।

लक्षणों को पहचानें:-

सही समय पर यू0टी0आई0 का पता लग जाए तो उपचार आसान हो जाता है। अगर पेशाब करते समय असहजता महसूस हो तो यह यूरिन इन्फेक्शन की शुरुआती लक्षण हो सकता है। पेशाब करते समय दर्द होना, बार-बार पेशाब की इच्छा होना, इन्फेक्शन के लक्षण हो सकते हैं। यू0टी0आई0 होने पर ठण्ड लगने के साथ बुखार और उल्टियों की शिकायत भी हो सकती है। इन्फेक्शन जब बढ़ने लगता है तो मूत्र मार्ग में असहनीय जलन होने लगती है और बार-बार टॉयलेट सीट पर बैठने की इच्छा होती है क्योंकि मरीज को इससे राहत मिलती है। इसके अलावा कमर के निचले हिस्से में भी तेज दर्द हो सकता है। कमजोरी महसूस होने



ल ग ती

है। मूत्र मार्ग में खुजली तथा पेशाब में बदबू आने लगती है। कई बार

पेशाब का रंग बहुत गाढ़ा पीला

हो जाता है। छोटे बच्चों को यदि यू0टी0आई0 हो जाए तो वे चिड़चिड़े हो जाते हैं। उनमें बुखार, उल्टी, दस्त के लक्षण नजर आने लगते हैं। कभी-कभी उन्हें पीलिया भी हो सकता है।

पुरुष खासतौर पर ध्यान दें:-

यह सही है कि यू0टी0आई0 महिलाओं



को अधिक होता है, पर पुरुषों में इनके मामले कम नहीं होते हैं। खासकर बड़ी उम्र में यह अधिक होता है, जिसकी वजह प्रोटेस्ट का बढ़ जाना होता है, जिससे मूत्राशय संकरा हो जाता है और एक बार में पूरी तरह ब्लैडर खाली न होने से बैक्टीरिया बढ़ जाते हैं। लापरवाही बरते जाने पर कई पुरुषों को कमर व पेट में तेज दर्द होने लगता है।

होम्योपैथी है बेहतर उपचार का विकल्प:-

यू0टी0आई0 जैसी सभी प्रकार की तात्कालिक समस्या में होम्योपैथिक दवा बहुत लाभदायक रहती है चाहे टायफाइड, डेंग्यू हो, जिन्हें हम तुरन्त घबराहट में अस्पताल के चक्कर लगाने लगते हैं, उनका उपचार होम्योपैथिक दवाइयाँ बहुत ही सहज तरीके से कर देती हैं। जरूरत है योग्य चिकित्सक को अपने लक्षण बताकर दवा लेने की। वैसे तो होम्योपैथी मरीज के सम्पूर्ण लक्षणों को ध्यान रखकर औषधि का चयन करती है परन्तु कुछ औषधियाँ यू0टी0आई0 में ज्यादा प्रयोग की जाती हैं, वे हैं - पल्साटिला, कैन्थरीस, सारसापरिल्ला, स्टैफिसगेरिया आदि। अतः परेशान न हों,

होम्योपैथिक दवाओं से लाभ उठायें।

सावधानी ही बचाव है:-

- ◆ पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं ताकि पेशाब खुलकर आता रहे और शरीर में से सारे विषैले तत्व बाहर निकलते रहें।
- ◆ बहुत तंग जींस लम्बे समय तक न पहनें। तंग कपड़ों के कारण जननांगों में नमी आ जाती है और बैक्टीरिया पनपने लगते हैं।
- ◆ हमेशा सूती और ढीले अन्तर्वस्त्र ही पहनें। सिंथेटिक इनरवियर पहनने से बचें।
- ◆ पेशाब बहुत देर तक रोक कर न रखें। इससे विषैले तत्व वापस किडनी की ओर जाकर जमा होने लगते हैं।
- ◆ बहुत तेज मिर्च-मसालों का सेवन न करें।
- ◆ शराब और कैफिन से परहेज रखें क्योंकि ये मूत्राशय में संक्रमण पैदा कर सकते हैं।
- ◆ जननांगों पर परफ्यूम या deodrant का इस्तेमाल न करें।
- ◆ दर्द के समय गर्म सिंकाई करें और हरी सब्जियों व साबुत अनाजों का प्रयोग करें।
- ◆ चीनी का प्रयोग कम करें।



बढ़ती उम्र में बीमारियों से बचने के लिए नियमित करें योग और प्राणायाम



मुकेश कुमार सिंह

योगगुरु

आज अपने लिये कोई समय नहीं है बस हर समय काम चाहे आफिस हो या घर हो काम करना है इस व्यस्तता भरी जिंदगी में उसके जागने और सोने का भी कोई समय नहीं होता है और न ही खाने पीने का कोई सही समय जहां जो मिला खा लिया और खान-पान संतुलित नहीं होने से पेट में समस्या होने से हमेशा हमारे अंदर बेचैनी सी बनी रहती है, क्योंकि आजकल घर पर भी खाना बनाना बहुत मुश्किल हो रहा है और घर का खाना ज्यादा पंसद भी नहीं आता है आज घर के खाने को छोड़कर लोग

आज बढ़ती उम्र में हो रही बीमारिया आधुनिक जीवनशैली की देन है कि हर इंसान परेशान है। चाहे वह बड़ा हो या छोटा हो क्योंकि बड़े भी दिन-भर पैसा कमाने के लिए रात-दिन काम कर रहे हैं 12 घंटे बैठ कर कम्प्यूटर पर काम करना हो या रोज काम के लिए चार घंटे गाड़ी से आना-जाना पड़े, जीवनशैली को पूरा करने के लिए कार्य करते हैं जिसके कारण समय पर खाना और नाश्ता भी नहीं हो पाता है ज्यादा बैठा कर काम करने से भी कमर दर्द होने लगता है।

ज्यादातर जंक फूड/फास्ट फूड खाना ज्यादा पसंद करते हैं। जिसके कारण अनेक प्रकार के रोगों से ग्रस्त हो रहे हैं जैसे मोटापा, तनाव, हृदय रोग, जोड़ों के दर्द और कमर दर्द की भी समस्या हो रही है। आहार नियमों के विपरीत भोजन करने वाले लोग भी अक्सर परेशान रहते हैं, ज्यादातर जंक फूड/फास्ट फूड जैसे समोसा, पिज्जा, चाउमीन, बर्गर, रोल, चाउमीन, पैटीज, मोमोज, इन सभी ने आज के खान-पान पर अपना कब्जा कर लिया है आजकल संतुलित आहार छोड़कर जंक फूड/फास्ट फूड खाना ज्यादा पसंद भी करते हैं। लेकिन शायद यह पता नहीं है कि जंक फूड अक्सर खाने से हमारा शरीर शिथिल हो जाता है और हमारा शरीर हमेशा थका हुआ महसूस होता है ज्यादा जंक फूड खाने से दिल की बीमारी एवं तनाव भी बहुत बढ़ जाता है तनाव एक बहुत ही छोटा शब्द है दिखाई नहीं देता है लेकिन अंदर ही अंदर इंसान को तोड़ देता है व्यक्ति शारीरिक एवं मानसिक दोनों तरह से बीमार होता चला जाता है इसी तरह मोटापा और कमर दर्द भी इंसान की जिंदगी में अनेक रोगों का कारण बनता है जैसे डायबिटीज, कैसर, हृदयरोग, डिप्रेसन

की समस्याओं एवं अनेक प्रकार के रोग होने लगते हैं। आज दवा की दुकान की संख्या दिन बा दिन बढ़ती जा रही है और हर दवा की दुकान पर भीड़ लगी रहती है। इससे अंदाजा लगाया जा सकता है कि कितने ज्यादा लोग बीमार हो रहे हैं और जितने ही अस्पताल हैं सब में भीड़ ही लगी रहती है। इससे बचने के लिए फास्ट फूड और जंक फूड को कम करें या खाने से बचें और घर का भोजन और मौसमी फल और मौसमी साग -सब्जी जरूर खायें कुछ समय प्रकृति के साथ जरूर बिताये यह जीवन जीने की एक अलग खुशी देता है सुबह सूरज निकले से पहले उठे उगता सूरज एक नई ऊर्जा और नई प्रेरणा और एक सकारात्मक ऊर्जा और आत्मविश्वास देता है जिससे हमारा शरीर मजबूत होता है। कई सारे रोगों से लड़ने की शक्ति मिलती है। सुबह सूरज की किरणों से विटामिन डी मिलता है जिससे हमारी हडिडया और मजबूत होती है और हमारे शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है जिससे बढ़ती उम्र में स्वस्थ और निरोगी रहे। बढ़ती उम्र बीमारियों से बचने के लिए कुछ सरल योग एवं प्राणायाम इस प्रकार है।



ताड़ासन

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

अभ्यास की विधि

- ◆ सर्वप्रथम पैरों के बल खड़े हो जाएं तथा दोनों पैरों के बीच दो इंच की दूरी रखें।
- ◆ सांस अंदर ले हाथों को सामने की ओर कंधों के स्तर से तक उठाए।
- ◆ दोनों हाथों की अंगुलियों को आपस में एक-दूसरे में फसाएं तथा हथेलियों को बाहर की ओर श्वास भरते हुए दोनों भुजाओं को सिर से ऊपर उठाएं।
- ◆ भुजाओं को ऊपर ले जाने के साथ-साथ पैर की एड़ियों को जमीन से ऊपर उठाएं और पैर की अंगुलियों पर अपना संतुलन बनाएं। इस स्थिति में अपनी क्षमतानुसार रुकें रहें।
- ◆ एड़ियों को वापस जमीन पर ले आए।
- ◆ श्वास को छोड़ते हुए हाथ की अंगुलियों को अलग-अलग करें, भुजाओं को वापस लाएं, इसके बाद प्रारंभिक स्थिति में वापस आ जाएं।

शारीरिक लाभ

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

मानसिक लाभ

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

सावधानियां एवं सीमाएं

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



अपने सामर्थ्यानुसार रखनी चाहिए।

सेतुबंधासन

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

अभ्यास विधि

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

लाभ

- ◆ अवसाद एवं चिंता से मुक्त करता है कमर के निचले हिस्से की मांसपेशियों को मजबूत बनाता है।
- ◆ इसके नियमित अभ्यास से पाचन क्षमता बढ़ती है। पाचन तंत्र में सुधार होने से शरीर स्वस्थ रहता है घुटनों के लिए भी

यह अच्छा होता है।

- ◆ उदर के अंगों में कसावट लाता है तथा उदर के समस्त रोगों में हितकारी है। जठराग्नि को तीव्र बनाता है।
- ◆ पेट में गैस बनने की शिकायत दूर कर शरीर को स्फूर्तिवान तथा आकर्षक बनाता है।

सावधानियां

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

त्रिकोणासन

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

अभ्यास विधि

- ◆ त्रिकोणासन के अभ्यास के समय दोनों पैरों को 3 फुट तक फैलाकर आराम से खड़ा होना चाहिए।
- ◆ दोनों हाथों को बगल से कंधों के स्तर तक धीरे-धीरे उठाना चाहिए।
- ◆ श्वास को शरीर से बाहर छोड़ते हुए धीरे-धीरे दाईं तरफ झुकना चाहिए। झुकने के बाद दाएं हाथ की उंगलियों को पीछे की

ओर रखना चाहिए।

- ◆ बायें हाथ को सीधे ऊपर की ओर रखते हुए दायें हाथ की सीध में लाना चाहिए। तत्पश्चात बाईं हथेली को आगे की ओर लाना चाहिए।
- ◆ सिर को घुमाते हुए बाएं हाथ की बीच वाली अंगुली को देखना चाहिए।
- ◆ समान्य श्वास लेते हुए इस आसन में अपनी क्षमतानुसार रूकना चाहिए।
- ◆ श्वास शरीर के अंदर लेते हुए प्रारंभिक अवस्था में वापस आ जाय।
- ◆ इस आसन को दूसरी ओर भी करना चाहिए।

लाभ

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

सावधानियां एवं सीमाएं

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

सर्वांगासन

इस आसन को करने से शरीर के सभी अंगों को लाभ मिलता है इसलिए इस आसन को सर्वांगासन कहा जाता है।

अभ्यास की विधि-

- ◆ इस आसन को करने के लिए सबसे पहले पीठ के बल लेट जाएं। एक साथ अपने पैरों को कूल्हे और फिर कमर को उठाएँ। शरीर का पूरा भार आपके कन्धों पर आ जाये। अपनी पीठ से अपने हाथों

से सहारा दें।

- ◆ अपनी दोनों कोहनियों को पास में लें आयें और हाथों को पीठ के साथ रखें, कन्धों को सहारा देते रहें। कोहनियों को जमीन पर दबाते हुए और दोनों हाथों को कमर पर रखते हुए अपनी कमर और पैरों को सीधा रखें। शरीर को सीधा करें शरीर का पूरा भार आपके दोनों कन्धों व हाथों के ऊपरी हिस्से पर होना चाहिए न कि आपके सिर और गर्दन पर। अपनी क्षमतानुसार इस आसन में रूके रहें।
- ◆ अपने दोनों पैरों को सीधा व मजबूत रखें। अपने पैरों कि उँगलियों को नाक की सीध में लें आयें। अपनी गर्दन पर ध्यान दें उसको जमीन पर न दबाएं गर्दन को मजबूत रखें और मासपेशियों को सिकोड लें अपनी छाती को ठोड़ी से लगा लें। गर्दन में दर्द महसूस हो रहा है तो आसन से धीरे-धीरे बाहर आ जाय।
- ◆ लंबी गहरी सांस लें जितनी देर इस आसन में रह सकते हैं अपनी क्षमतानुसार बने रहे।
- ◆ आसन से बाहर आने के लिए घुटनों को धीरे से माथे के पास लें कर आयें हाथों को जमीन पर रखें। बिना सिर को उठाये धीरे-धीरे कमर को नीचे लेकर आये तथा दोनों पैरों को जमीन पर लें जाएं। और पैरों को सीध कर लेट जाए एक लम्बी गहरी सांस ले कुछ देर विश्राम करें।

लाभ

- ◆ इस आसन को नियमित करने से रक्त-संचार की दिशा परिवर्तित होकर रक्त आसानी से हृदय की ओर दौड़ने लगता है। इस आसन से हृदय रोगियों को विशेष लाभ व आराम मिलता है।
- ◆ हाथों व कन्धों को मजबूत बनाता है और पीठ को अधिक लचीला बनाता है।
- ◆ कब्ज से राहत देता है और पाचन क्रिया को सक्रिय बनाता है।
- ◆ महिलाओं और पुरुषों के प्रजनन अंगों को स्वस्थ, सबल व विकसित करता है।

- ◆ मोटापा, बंध्यापन, प्रदर आदि रोगों को दूर कर महिलाओं को स्वस्थ व सुडौल बनाता है।

सावधानियां

गर्भावस्था, माहवारी, उच्च रक्तचाप हृदय रोग में योग विशेषज्ञ की देखरेख में ही करें। अन्यथा 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 टुडडी और नाभि क्षेत्र तक शरीर को ऊपर उठाएं। अपनी क्षमतानुसार होल्ड करें। पुनः वापस लौटते हुए ललाट को जमीन पर टिकाएं।
 - ◆ यह सरल भुजंगासन कहा जाता है
 - ◆ हथेलियों को वक्ष के बगल में रखें और कोहनियां ऊपर की ओर उठी हुई होनी चाहिए।
 - ◆ धीरे-धीरे श्वास को भरते हुए टुडडी एवं नाभि क्षेत्र तक के शरीर को ऊपर उठाएं रखें।
 - ◆ पुनः श्वास को बाहर छोड़ते हुए ललाट को जमीन पर शिथिल होने दें और हथेलियों के ऊपर सिर तथा पैर को फैलाकर शरीर को शिथिल करें।
- इस अभ्यास को भुजंगासन कहा जाता है।

लाभ

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

पवनमुक्तासन

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

अभ्यास की विधि-

- ◆ अपनी पीठ के बल मैट या चटाई पर लेटना चाहिए।
- ◆ दोनों घुटनों को मोड़ें। जितना असानी से मुड़ जाय।
- ◆ श्वास छोड़ते हुए दोनों घुटनों को अपने वक्षस्थल के ऊपर अपनी क्षमतानुसार ले जाय।
- ◆ श्वास भरते हुए दोनों हाथों की अंगुलियों को आपस में मिलाते हुए पैरों को पकड़े। अपनी क्षमतानुसार ही जोर लगाकर पकड़े।
- ◆ श्वास को बाहर छोड़ते हुए धीरे धीरे सिर को ऊपर उठाये और धीरे धीरे तुडुडी को घुटने से लगाने का प्रयास करें। कुछ समय तक इस स्थिति में बने रहे। जबरजस्ती न करें नियमित अभ्यास करें।
- ◆ श्वास को लेते हुए सिर वापस जमीन पर लें जाय और थोड़ी देर विश्राम करें।

- ◆ श्वास को बाहर छोड़ते हुए पैरों को जमीन पर लें जाए।
- ◆ अभ्यास के अंत में थोड़ी देर श्वासन करें।
- ◆ कोई भी आसन अपनी शारीरिक क्षमतानुसार ही करें या योग गुरु के निर्देशानुसार करें।

लाभ

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

सावधनियां

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

मयूरासन

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

अभ्यास की विधि-

सबसे पहले अपने दोनों हाथों को दोनों घुटनों के बीच में रखें। धीरे-धीरे हाथ के अँगूठे और अंगुलियाँ अंदर की ओर रखते हुए हथेली जमीन पर रखें। उसके बाद अपने दोनों हाथों की केहनियां को नाभि केंद्र के दाएँ और बाएँ अच्छे से जमा लें। और अपने शरीर का भार धीरे-धीरे हाथों पर बराबर देकर आगे की तरफ झुकते हुए दोनों पैरों को सावधानी पूर्वक ऊपर की ओर अपनी क्षमता अनुसार उठाएँ। जितनी देर होल्ड कर सकते हैं होल्ड करें फिर पुनः सामान्य स्थिति में आये। इस अभ्यास को बार-बार करें जितनी ही अंगुलियाँ और

हाथ की कलाई मजबूत होगी उतना ही अच्छा मयूरासन होगा। इस आसन को कभी भी जल्दबाजी में न करें। क्योंकि पूरे शरीर का वजन इन्ही हाथों के पंजे और कलाई पर होता है। इसलिए इस आसन का अभ्यास अच्छे से करें तभी इस आसन को आप सब आसानी से कर पाएंगे।

लाभ-

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

सावधानी-

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



बदलते समाज और व्यक्तित्व



सुषमा त्रिपाठी



बदलते हुए युग में समाज का माहौल बदल चुका है, समाज में जीने के भी तरीके बदल गए हैं। अब सिखाया जाता है कि कहीं मार खाकर रोते-रोते घर ना आना। जो भी करना हो करना जो तुम्हें मारे तुम उसे भी पीटना तभी घर आओ, पिटकर मत आओ, बड़ों को बताओ बाद में जो होता है वह है कि आओ हाथ मिला लो, बेटा ऐसा नहीं करते, मारपीट अच्छी बात नहीं है। मिलजुल कर रहा करो। खेल खेलो और मजे करो। ठीक है ना मारपीट लड़ना झगड़ना अच्छी बात नहीं है। जो मार खाकर आया था। बदलते हुए युग में समाज का माहौल बदल चुका है समाज में जीने के भी तरीके बदल गए हैं। अब सिखाया जाता है कि कहीं मार खाकर रोते-रोते घर ना आओ जो भी करना हो कर लो, जो तुम्हें पीटे तुम उसे भी पीट कर तभी घर आओ पिटकर मत आओ। जो मार खाकर आया था उसके मन में भरा तो रह ही जाता है। वह तो इंतजार करेगा अगले मौके का कि शायद पीटने की बारी है, दूसरे की लेकिन क्या यह सही है हम अपने बच्चों को क्या सीख रहे हैं ?

हमारे बचपन में मां-बाप सिखाया करते थे की जरूरत पड़े तो डाट डपट कर या कोई तुमको अपशब्द कहे, गाली दे हमारे पिता तो

तुम उस पर ना तो मुंह चलाओगे और ना ही हाथ उठाओगे। बस तुम चुपचाप जाकर बड़ों को बताओ बाकी जो करना है बड़े आपस में समझ लेंगे। एक दूसरे को समझ लेंगे मगर आज के युग में तो पूरा माहौल बदल गया है।

समाज के किसी भी खेल का उदाहरण ले लीजिए खेलों में खेल भावना तो पीछे ही छूटती चली जा रही है। ताकत दाम और पैसा अब ज्यादा जोर पर है। हर खेल में सबसे पहले पैसा ही आ रहा है और इसलिए खेल की नैतिकता हर एक के दिल में घटती जा रही है। कि जितना है चाहे जैसे भी और यहीं पर खेल खराब हो जाता है जितना तो है किंतु खेल के नियमों के अनुसार अच्छा खेल कर खेल की इज्जत होनी चाहिए ना की जीत की पहले अच्छे तकनीक वाले खिलाड़ी ही जीतते थे, इसलिए खेल की तारीफ है जीतने की तारीफ के मायने एक ही होते थे किंतु अब ऐसा नहीं हो सकता है अच्छे खेलने वाले हार गए हैं क्योंकि दूसरों के पास और खूबियां थी उसके वजह से जो अपनी टीम को जीतने के तरफदार थे या फिर ताकत के दम पर दूसरे को धमका रखा था कि पैसे लेकर जीत हार का फैसला पहले ही कर लिया गया था।

जैसे कभी भी जो नागपुर में सेकंड

टेस्ट मैच हुआ था उसमें दोनों टीमों के बीच तनाव हुआ पिच को लेकर कहा गया कि भारतीय गेंदबाजी की बहुत सहायता कर रही थी, कपिल देव के भारतीय क्रिकेट टीम में सदस्यता और सफलता इसलिए मिली थी कि जब वह विश्व कप में क्रिकेट पिच तेज गेंदबाजों का साथ देते थे और हमारे पास उसके मुकाबले कोई तेज गेंदबाज नहीं थी तब तक किसी ने पिच पर कोई आलोचना नहीं की थी गावस्कर तो शायद था जिंदगी बिना हेलमेट के ही खेले थे क्या अब कोई भी खिलाड़ी बिना हेलमेट के क्रिकेट में बैटिंग करने की सोच सकता है क्रिकेट के मैदान में खेल के दौरान दुर्घटनाओं में अब तो मौतें भी हो चुकी हैं यदि यह खेल है और क्या खेल इसलिए है क्या यही व्यक्तित्व है।

जैसे कभी भी जो नागपुर में सेकंड टेस्ट मैच हुआ था उसमें दोनों टीमों के बीच तनाव हुआ पिच को लेकर कहा गया कि भारतीय गेंदबाजी की बहुत सहायता कर रही थी कपिल देव के भारतीय क्रिकेट टीम में सदस्यता और सफलता इसलिए मिली थी कि जब वह विश्व कप में क्रिकेट पिच तेज गेंदबाजों का साथ देते थे और हमारे पास उसके मुकाबले कोई तेज गेंदबाज नहीं थी

तब तक किसी ने पिच पर कोई आलोचना नहीं की थी गावस्कर तो शायद था जिंदगी बिना हेलमेट के ही खेले थे क्या अब कोई भी खिलाड़ी बिना हेलमेट के क्रिकेट में बैटिंग करने की सोच सकता है क्रिकेट के मैदान में खेल के दौरान दुर्घटनाओं में अब तो मौतें भी हो चुकी हैं यदि यह खेल है और क्या खेल इसलिए है क्या यही व्यक्तित्व है।

भारत-पाकिस्तान का क्रिकेट मैच किसी युद्ध से काम नहीं होता लोग खेल करके भूल कर भी पाकिस्तान के साथ भारत के संबंधों की लड़ाई लड़ते हैं कोई पाकिस्तानी खिलाड़ी यदि बढ़िया खेल गया तो उसको बढ़ी गालियां देना भी शुरू कर देते हैं पाकिस्तान यदि मैच जीत गया तो हर कौन से भारतीय भला बुरा कहने लगते हैं अंपायरों को कोसा जाता है हम खेल का मजा लेना भूलकर भारत-पाकिस्तान की लड़ाई लड़ा कर पढ़ते हैं क्या यही खेलूंगा की असली मकसद है यदि है तो इन खेलों को तो बंद ही कर देना चाहिए कहां गई वह मानसिकता जिससे हम स्पोर्ट्समैनशिप कहते थे स्पिरिट शायद बाधित हो गई जैसे यहां पर कहा जा सकता है कि हमारा सब्रही घट गया है हम कह सकते हैं कि हमारा पेशेंस काम हो गया है यदि कोई गलती नहीं है तो इसे ही कहते हैं कि हम काम सहिष्णु हो गए हैं क्या यही है हमारे समाज का व्यक्तित्व ?

आज हमारी बेटियों को बच्चों को संभालने के ना गुण आते हैं ना ही उनमें इतना सब्र है, जितना हमारी माता जी के पास हुआ करता था कि बच्चों की थोड़ी सी भी शैतानी सह सके तुरंत गुस्सा कर जाती थी

स्कूल में बच्चे जब होमवर्क बिना किए आते थे तो इस आदत को मिटाने के लिए शिक्षक बच्चों को डांटे थे और इस पर भी ना मानते तो मरते भी थे जग जाहिर है कि यह दांत और मार बच्चों की शारीरिक या मानसिक कहानी पहुंचाना नहीं बल्कि उसे पढ़ने के लिए प्रेरित करना होता था तब अभिभावकों के पास समय होता था वह समझते थे कि इसका मकसद क्या है कम से कम माता का पूरा समय बच्चों पर ध्यान



लगाने में व्यतीत होता था किंतु आज के युग में ऐसा नहीं है दोनों अभिभावक नौकरी पेशा वाले हो गए उनके पास बच्चों के लिए बहुत कम समय रहता है समय की इस कमी को अक्सर अभिभावक दूसरी सुविधाएं देकर पूरा करने की कोशिश करते हैं उनमें से एक और चीज ज्यादा मिलती है पॉकेट मनी देना भी जिसे कह सकते हैं यह बल्कि यह तो अपने बच्चों को बर्बाद करने का सबसे बड़ा कारण है और माता-पिता के अलावा बच्चों का लालन-पालन नौकर लोग करते हैं जो कि गलत है।

अभिभावकों के लिए यह समझना जरूरी रह जाता है कि शिक्षक की कार्यवाही बच्चों के लिए अच्छी या बुरी वह बस चाहते हैं कि बच्चा रहना अभिभावक शिक्षक के विरुद्ध शिकायत भी कर देते हैं यही कारण है कि शिक्षक छात्र को दंड भी नहीं देता जिससे बच्चे मनमानी हो जाते हैं क्योंकि उनको बढ़ाना बढ़ावा मिल जाता है सामाजिक जिम्मेदारी निभाने के लिए बच्चों को अनचाही सुविधा देखकर शांति खोज वाली यह अभिभावक क्या काम सही सुनो नहीं हो गए हैं जिस कारण बच्चों का भी भविष्य बिगाड़ रहा है जब कक्षा में विद्यार्थी का परीक्षाफल खराब आता

है तो उसकी जिम्मेदारी शिक्षक के ऊपर झोंक दिया जाता है क्योंकि उसे तो शिक्षा देने के लिए अभिभावक अधिकारों से वंचित ही कर दिया गया है।

जब तक घटना विशेष की जानकारी ना हो किसी बच्चे के चोट लग गई हो और हम सहिष्णु होकर बैठे हो तो वह गलत है कोई भी बिना मतलब गालियां दे रहा है हम सहिष्णु होकर बैठे हैं तो ही गलत है बीवी की हर बात पर भड़क जाना भी सहिष्णु है कहीं पर सहिष्णुता का बढ़ता बढ़ता फायदेमंद है तो कहीं नुकसानदायक जैसे भी सहिष्णुता के साथ सीमा तैयार की है उसमें इतना कितना खौफ तो है कि किसी भी व्यक्ति संगठन राज्य सरकार या धार्मिक संस्थाओं को कोई काम करने से रोक सकती है या करने को मजबूर कर सकती है इसलिए हम संदर्भ में इस सरकार की करती हूँ जब सभी लोगों की मंजिल एक है और नियत सही है तो एकजुट क्यों नहीं हो।

हम बदलते हुए युग में समाज का बदलता हुआ स्वरूप अच्छा है तो निखर कर सामने आएगा ही उसके व्यक्तित्व पर ही निर्भर करता है यदि कोई गलती हो तो क्षमा चाहती हूँ धन्यवाद।

कितने आघात हुए मां परे

कितने आघात हुए मां पर, कितने प्रतिघात सही इसने।
कितने अत्याचार हुए, कितने व्यभिचार सही इसने॥

प्रकृति हम सब की मां है, और हम इसके संतान दुलारे हैं।
मां की रक्षा कौन करे, हम खुद मां के ल्यारे हैं॥

मां हमें गोद में लेकर अपने, सदा क्षमा का दान दिया।
हमने पूरी निर्ममता से इसके अंगों को काट दिया॥

इसके आंचल के छांव तले, शीतल मंद बयार मिली।
व्यासे जब हम तड़प उठे, बहती नदियों की धार मिली॥

जब कभी भूख से व्याकुल हो, हम यूँ ही दर-दर भटक रहे।
हुए तृप्त हम खाकर वे फल, डाली डाली जो लटक रहे॥

कदम कदम पर पग पग पर, इस मां ने हमें संभाला है।
हमने कुछ पैसों की खातिर मां का सौदा कर डाला है॥

वृक्षों को हम ने काटा है, जंगल को बर्बाद किया है।

जितना हमने कर पाया है प्रकृति का नुकसान किया है॥

नदियां पहाड़ झरने तक को, हमने आबाद नहीं छोड़ा।
जलचर थलचर नभचर जीवो को भी, हमने आजाद नहीं छोड़ा॥

जितना दोहन कर पाया है, इंसानों ने कर डाला है।
जितनी बर्बादी कर पानी थी हैवानों ने कर डाला है॥

फिर भी मां तो मां होती है, हर बार क्षमा कर जाती है।
लेकिन हर कर्मों का उसका ब्याय प्रकृति करती जाती है॥

परिणाम यही है इन कर्मों का, घुट घुट कर जीवन जीना है।
ब्याय यही है लाचारी में गरल तुम्हें खुद पीना है॥

(कामेश)



सच कहता मंजिल दूर नहीं।

सच कहता मंजिल दूर नहीं।
जब उम्मीदों के पंख लगा,
उड़ता है नील गगन में खग।
तब खुद पर किए भरोसे को,
सच कहता मंजिल दूर नहीं।

जब गिरि चोटी से आँख मिला
उन्माद नसों में भर जाए।
तब नन्ही बीर बहूटी को,
सच कहता मंजिल दूर नहीं।

जब होड़ लगी हो लहरों से,
मन पर सागर का खौफ़ न हो।
तब नाविक की पतवारों को,
सच कहता मंजिल दूर नहीं।

जब ओस बूँद की आस छोड़,
भू खोद नीर की व्यास रहे।
तब मरु भू के चेजारों को,
सच कहता मंजिल दूर नहीं।

सब छोड़ भले जाए लेकिन,
खुद को खुद पर विश्वास रहे।
तब कर्म-पथिक के राही को,
सच कहता मंजिल दूर नहीं।

हेमराज सिंह 'हेम'

हे रत्नाकर

एक पितामही के श्वेत-यावन
 आँचल के महीन धागों की तरह
 असीमित किनारों से तुम्हारा
 अगर भौतिक स्वरूप निखरता है तो,
 हे रत्नाकर!
 तुम्हारे विशाल जलराशि को
 मेरा सादर प्रणाम।

अगर एक माँ के अथाह हृदय से
 अगाध व निश्चल प्रेम
 तुम पर सदैव बरसता है
 असंख्य जीवों की रक्षा खातिर तो,
 हे रत्नाकर!
 तुम्हारे विशाल जलराशि को
 मेरा सादर प्रणाम।

अगर हो सुकोमल स्नेह में
 एक बहलन का दुलार शुभचिंतक-सा
 और गा उठे तरंगों सावनी नग्मे
 सुरम्य नैसर्गिक वातावरण में तो,
 हे रत्नाकर!
 तुम्हारे विशाल जलराशि को
 मेरा सादर प्रणाम।

एक अथक तन-मन से
 समर्पित निःस्वार्थभाव लिये
 जीवनसंगिनी की भौति
 तत्परता झलके जलबूँदों में तो,
 हे रत्नाकर!
 तुम्हारे विशाल जलराशि को
 मेरा सादर प्रणाम।

सदा बरतती एक सतर्कता
 समस्त रिश्तों से बेहतर
 वो बेटे की समर्पित सुश्रुषा
 अगर तुम्हें छूती हवाओं में हो तो,
 हे रत्नाकर!
 तुम्हारे विशाल जलराशि को
 मेरा सादर प्रणाम।

टीकेश्वर सिन्हा 'गब्दीवाला'

शक्तिस्वरूपा नारी

ईश्वर की अनुपम रचना, मैं शक्तिस्वरूपा नारी हूँ।
 कुल परिवार सँभाल रही हूँ,, घर भर की अजियारी हूँ

'माँ' कहकर संतान पुकारे
 मुझे मिले गरिमा - महिमा
 बच्चों की ममता के आगे
 तुच्छ हुई अणिमा - लघिमा
 देह, गेह, सुख नहीं चाहिए, स्वयं ही पर उपकारी हूँ।

मेया की मैं 'बहिन' हूँ प्यारी
 लुटा रही मैं उसपर स्नेह
 वह मेरे सम्मान का रक्षक
 बरसे आशीषों का मेह
 दो शरीर, पर एक प्राण हम, आदर की अधिकारी हूँ।

माता-पिता पुकारें 'बेटी'
 मुझको देते सुख - सुविधा
 मेरे मन में चिंता रहती
 दूर करूँ सारी दुविधा
 जीवन - साध करूँगी पूरी, गुड़िया बहुत दुलारी हूँ।

'अर्द्धांगिनी' पुरुष की बनकर
 पत्नी - प्रिये मिला संबोधन
 तन - मन, जीवन एक हो गए
 सर्वेश्वर का या सम्मोहन
 पूर्ण हुआ अत्सर्ग - समर्पण, पूरक बन आभारी हूँ।

पाश्चात्य संस्कृति में डूबा
 लगने लगा समाज पिशाच
 लज्जा लुटती है गलियों में
 पाशवता का नंगा नाच
 पुत्र, पिता, भाई या स्वामी, सोचो! क्यों दुखियारी हूँ।

श्रेष्ठ आर्य संस्कृति अपनाओ
 दूर करो नारी - क्रंदन
 कौशल, कला, ज्ञान देकर के
 फिर हो देवि शक्ति वंदन गौरीशंकर वैश्य विनम्र
 आँगन की नन्हीं चिड़िया, मैं हरी - भरी फुलवारी हूँ।
 ईश्वर की अनुपम रचना, मैं शक्तिस्वरूपा नारी हूँ।

गौरीशंकर वैश्य विनम्र

विश्व फ़लक पर भारत...

विश्व फ़लक पर छाने को भारत है तैयार,
 वसुधैव कुटुम्बकम को करने को साकार।
 प्राचीन संस्कृति को फहराने को परचम,
 भविष्य में भारत की होगी जय जयकार।।

सत्य अहिंसा जीवन दर्शन का है आधार,
 मानवता का हम सदैव करते हैं व्यवहार।
 धर्म निरपेक्षता एकता के हम हैं अनुगामी,
 ज्ञान विज्ञान का हमनें सदा किया विस्तार।।

प्रगति उन्नति जीवन के खुशियों का आधार,
 ईर्ष्या कपट का सदैव हम करते तिरस्कार।
 सहयोग व सदभावना बना हमारा सिद्धान्त,
 जिस पर चल कर करते हैं जीवन साकार।।

फ़रेब से आगे बढ़ने से हम करते हैं इनकार,
 असत्य का सदैव भारत ने किया प्रतिकार।
 साथ चले और साथ बढ़े की है नीति हमारी,
 जो दुश्मन आँख दिखाए, हम करें ललकार।।

जो साथ हमारा देता उसको करते हैं सत्कार,
 उसके साथ खड़े होते हैं करते उसको प्यार।
 विश्व बंधुत्व की भावना रखते हैं भारतवासी,
 कोई हमें फ़रमान दें, हम लगाते हैं फटकार।।

हमारी ख़ूब प्रगति हो, खुशियाँ हो गुलज़ार,
 सच के हम अनुनायी हैं, नफ़रत न किरदार।
 हमारे देश का जगत में ख़ूब परचम लहराएँ,
 हम मेहनतकश हैं, जिसका मिलता पुरस्कार।।

लाल देवेन्द्र कुमार श्रीवास्तव



करी पत्ते

प्रकृतिमेल डेस्क

दक्षिण भारत के साथ-साथ अधिकांश भारत में पाया जाने वाला औषधीय गुणों से भरपूर यह हरा-भरा पौधा आज हर घर में देखने को मिल जाता है। इसे 'मीठी नीम' भी कहते हैं। घर में इसकी हरियाली, बागवानी की सुन्दरता को बढ़ाती है तो वहीं भोजन पकाने से लेकर यूँ भी उपयोग किये जाने से मीठी नीम का बहुत लाभ है। स्वाद और महक में अलग करी पत्ते का उपयोग कई व्यंजनों में किया जाता है। इसके साथ ही अपने औषधीय गुणों की वजह से इनका इस्तेमाल हर्बल दवा के रूप में भी किया जाता है। इसके अनेक कॉस्मेटिक उपयोग भी हैं।

■ मधुमेह रोग को यह दूर करता है। इसके रसायनिक गुण इंसुलिन निर्माण में सहायक होते हैं।

जिससे यह मधुमेह रोगियों के लिए बहुत उपयोगी है।

शरीर में रक्त शर्करा को नियंत्रित रखने में असरदार है।

■ करी पत्ता बालों को काला रखता है, रूसी नहीं होने देता और झड़ने से रोकता है। बालों में नमी बनाये रखकर बालों की जड़ों को मजबूत रखता है। इसके इस्तेमाल से बाल स्वस्थ और सुन्दर बनते हैं।

■ करी पत्ते हमारे शरीर को डिटॉक्सीफाई भी करते हैं। ग्रीन टी के रूप में इसका इस्तेमाल अनावश्यक वसा को बाहर कर देता है। एंटीइंफ्लेमेटरी गुण की वजह से यह शरीर के अंदर की सूजन को दूर करता है। जैसे आंतों में आई सूजन को दूर करता है। पेट साफ रखता है। इसके रेशे पेट साफ

करने में मदद करता है।

■ पेट में कीड़ों की समस्या के लिए भी यह बहुत लाभकारी है। इसके सेवन से भूख भी खुलती है। इसकी पत्तियों को चबाने से दांतों की दिक्कतों में आराम मिलता है। मुंह के छाले, दुर्गंध को भी ठीक करता है। इसके इस्तेमाल से मसूड़े भी मजबूत होते हैं।

■ करी पत्तों में रोग प्रतिरोधक प्रणाली को ताकतवर बनाने के भी गुण पाये जाते हैं। इसके गुण रक्त में कलेस्ट्रॉल को नियंत्रित रखते हैं जिससे हृदय स्वस्थ रहता है। त्वचा के लिए भी यह राम बाण है। त्वचा पर किसी प्रकार की खुजली, जलन हो या कीट-पतंगों ने काटा हो उस जगह पर करी पत्ते का प्रयोग करने पर आराम मिलता है। इन गुण के कारण इसे विषहर भी कहते हैं। त्वचा पर इसका लेप लगाने से त्वचा चमकदार और स्वस्थ बनती है।



प्रकृति के रंग



सुमनलता
लखनऊ



जीवन का हर कदम एक रासायनिक मिलान है जो खुद अगले कदम पर पहुँचा देता है जो हर विषय पर अपनी नजर से एक भाव बनाकर आगे बढ़ा देता है बाकी राही बनकर रह खोजना मानसिक संघर्ष 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 as Sarekhi

नई महिंद्रा XP PLUS सीरीज़

श्रेणी में पहली बार

माइलेज शानदार

पावर दमदार



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

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