

RNI No. UPHIN/2011/40224

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

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

प्रकृति मेल



जीवन का आधार

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 : 12 | जून -2024

संरक्षक

डा0 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 मडुवाना, 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 कीमत हमारी सोच है

P 10 प्रकृति का प्राकृतिक आवरण

P 11 विरक्ती गोचर विज्ञान

P 16 स्व से स्व की यात्रा ही -
स्वाध्याय है

P 18 उपयोगिता अथवा सद्गुण
ही किसी को बड़ा अथवा
प्रशंसनीय बनाते हैं

P 22 भारतीय संस्कृति में
पर्यावरणीय चेतना

P 26 लेक मैन ऑफ़ इंडिया

P 36 चलते रहने का नाम
जिंदगी है

P 40 मित्रता की महक
प्रॉमैथियम: एक रहस्यमय
और दुर्लभ रेडियोधर्मी
तत्व

P 32 प्रकृति विज्ञान

जीवन का आधार

जीवन का आधार गुणात्मक होता है, जब निर्माण करना होता है तो जोड़ता है जब जरूरत खत्म हो जाती है तो घटा देता है यदि अधिक की जरूरत होती है तो गुणात्मक वृद्धि करता है और जब निर्माण पूर्ण हो जाता है तब जिसका जो हिस्सा बनता है उसे भाग से बांट देता है।



बंधन

ब-बंधना , न्-न्यायिक , ध-धनात्मक , न-नवीनता



अशोक मानव

अर्थात् बंधना न्यायिक धनात्मक की नवीनता से । प्राकृतिक अर्थों में बंधन जल तत्व प्रकाश के सहयोग से स्वतः अपनी अवस्था परिवर्तित करके ज्योति बनकर रस गंध के बंधन को स्वीकार करके जीव का निर्माण करते हुए गुणात्मक पदार्थ का निर्माण करके प्रकृति का विस्तार करने की क्रिया का नाम है। वैज्ञानिक अर्थों में कई पदार्थों को एक सूत्र में बांधकर एक यंत्र गतिमान करने की क्रिया का नाम बंधन है। सामाजिक अर्थों में पारिवारिक, सामाजिक जोड़ की क्रिया का नाम बंधन है जिससे वह अपने अस्तित्व की सुरक्षा करते हुए अपने कर्तव्य को पूरा करके प्रकृति के उत्तरदायित्व को पूरा करता है।

जीवन के सफर में प्रकृति जीव को विषय रूपी बंधन में जोड़ते हुए अपने कर्तव्य को पूरा करा लेती है। बंधन भौतिक आवश्यकता बनकर आता है और अपना कार्य पूरा करके चला जाता है। ₹ जीव रचना एक बंधन है जो गुण निर्माण हेतु होती है ₹ बंधन से ही सृष्टि शुरू होती है जो प्रकृति का विकास करती है। ₹ बंधन गणितीय योगात्मकता का नाम है जो गुणात्मकता के भार से स्वतः बन जाता है ₹। ₹ बंधन प्रकृति की न्यायिक क्रिया की नवीनता का एक स्वरूप है जिससे वह गुणात्मकता को बढ़ा कर योग्यता अनुसार ,कार्य से जोड़ देता है और जो माया अहंकार से उत्पन्न अवगुण पैदा हो जाता है उसे किसी जोड़ के एहसास से दंडित कर समाप्त कर देती है ₹। बंधन सृष्टि विकास के साथ-साथ न्यायिक क्रिया करने का एक नाम है। प्रकृति बंधन के माध्यम से अपना विस्तार करती है और न्याय स्थापित करने हेतु कम को ज्यादा और ज्यादा को कम करने की क्रिया करती है। बंधन इच्छा शक्ति से बनता है जब जैसा जोड़ना और छोड़ना होता है वैसी इच्छा का विकास स्वाभाविक रूप से स्वतः बन जाता है पर यह क्रिया मानव के अतिरिक्त अन्य सभी जीव पदार्थ पर लागू होती है, लेकिन मानव जब अपनी स्वाभाविक इच्छा से नहीं बल्कि दूसरे से प्रभावित इच्छा को बनाता है तो उससे हानि पहुंचाने वाला गुण पदार्थ जुड़ जाता है जो कष्ट का कारण बनता है। ऐसे जोड़ व्यक्तित्व विकास को अवरुद्ध करते हैं। मानव में कुछ लोग अपनी आवश्यकता की पूर्ति के लिए दिखावे और झूठे शब्दों के माध्यम से प्रभावित कर इच्छा पैदा करा देते हैं जिससे अवगुणीय बंधन बन जाता है जो व्यक्ति के अंदर उसकी पूर्ति का गुण बनाने लगता है और जब वह अपना कार्य पूरा होने के बाद अलग हो जाता है तो व्यक्ति उससे प्रभावित होकर कष्ट की अनुभूति करने लगता है। जिससे कष्ट की ऊर्जा उससे बनने लगती है जो उसके व्यक्तित्व की बाधा बन जाती है। उसी को बाहर निकालने के लिए प्रकृति कुछ अनचाही बंधन जोड़ देते हैं जो उसके कष्ट को बाहर निकालने का कार्य करती हैं, जो एहसास के माध्यम से अथवा शारीरिक पीड़ा के माध्यम से खत्म हो जाता है। ऐसे ही क्रियाओं के माध्यम से प्रकृति न्याय स्थापित करती है।

ऐसे तो बंधन प्रकृति निर्माण की आवश्यकता है। इसी क्रिया से प्रकृति का विकास होता है, पदार्थ अपने गुण को बढ़ाता है और जीव अपने व्यक्तित्व का विकास करके प्राकृतिक जिम्मेदारी को पूरा करता है। यह स्वतः होते हुए अपनी परतंत्रता को स्वाभाविक रूप से स्वीकार करते हैं। पर मानवीय संदर्भ में बंधन की परिभाषा दो हो जाती है- सकारात्मक और नकारात्मक। सकारात्मक वह जो स्वाभाविक इच्छा से बनकर शरीर और व्यक्तित्व का विकास करती है। ज्योति जिस विधा को बनाना चाहती है उस रस गंध को अपने से जोड़ती है जिसके अनुसार उसका रूप बनता है, रूप जिससे विकास करता है उसे खाने की इच्छा अपने आप से जोड़कर शारीरिक विकास करता है जिसकी उर्जा शरीर



मानवीय बंधन
मानसिक है जो
विचारधारा से
बनते और बिगड़ते
रहते हैं पर जीवन
निर्माण का बंधन
प्राकृतिक होता है,
जो गुणीय कण
तरंग मिलान से
यात्रा को वैज्ञानिक
तरीके से गतिमान
करते हैं।



द्वारा बनती है जो विचार को पैदा करती है। विचार विषय अनुसार इच्छा शक्ति में परिवर्तित हो जाता है जो उसकी पूर्ति के लिए आवश्यक होता है उसे अपने से जोड़कर बंधित हो जाता है जिससे उसके व्यक्तित्व का विकास होता है जो गंध रूप में विचार बनकर हवा रूप में निकल जाता है और उसी गुण का पदार्थ शरीर में बन जाता है। जो परिपक्व होने के बाद शरीर को छोड़ देता है। और शरीर स्थाई पदार्थ बनाकर प्रकृति का विस्तार करता है। अपने व्यक्तित्व को सकारात्मक बनाने के लिए अपने आप को ऐसे जीव पदार्थ और विषय से जोड़ना चाहिए जो खुशियों को जन्म देता हो, जिससे प्रकृति में इस गुण की स्थापना हो जिसमें मानवता न्याय की गंध चारों तरफ फैल कर अपने इस विधा के गुण की स्थापना कर सके। इससे व्यक्तिगत लाभ भी एहसास के रूप में मिलता है। यही जीवन की सकारात्मक सोच है जिसका निर्माण स्वाभाविक विकास के बंधन से संभव हो पाता है। नकारात्मक बंधन उस समय जन्म लेता है जब व्यक्ति लालच, मोह, माया, अहंकार और दूसरे के झूठे शब्दों से प्रभावित होकर उसे अपने से जोड़ लेता है जो विपरीत गुण का होने के कारण नकारात्मक सोच को उत्पन्न करने लगता है। जिससे व्यक्ति का स्वाभाविक विकास नहीं हो पाता है जो उसके कष्ट का कारण बनने लगता है और जब व्यक्ति अपना हित साधने के बाद अथवा कोई लाभ न मिल पाने के कारण अलग हो जाता है तो व्यक्ति का जीवन कष्ट पूर्ण हो जाता है। जिससे दुखी ऊर्जा निकलने लगती है जो राक्षसी प्रवृत्ति को जन्म देती है। जब इसकी मात्रा सकारात्मक से ज्यादा बढ़ जाती है तो आपराधिक कार्य ज्यादा होने लगते हैं जो मानवता का विलोप करने लगते हैं इससे बचने के लिए जब इसका एहसास हो जाए तो इसके बारे में अपने अंदर विचार ही ना पैदा होने दें। ऐसा करने से अपने अंदर इसकी चाहत की जो कोशिका बन जा गई होती है उसे अपनी खुराक ना मिल पाने के कारण वह मर जाती है। जिससे व्यक्ति का कष्ट कम होने लगता है और वह धीरे-धीरे इससे बाहर निकल जाता है, परिणाम स्वरूप इसका एहसास अच्छा होने लगता है इसके बाद सही की पहचान करके गुणीय विकास की आवश्यकता को जोड़कर प्रकृति द्वारा दी गई जिम्मेदारी को पूरा करके अपने मुक्ति का मार्ग खोला जा सकता है।



पाठकनामा

आदरणीय
संपादक महोदय
प्रकृति मेल पत्रिका
सादर नमन,

आपके सौजन्य से मुझे अप्रैल 24 तक प्रकृति मेल अंक मिल गए। इस सदकृपा हेतु मैं आपका हृदय से आभारी हूँ। डाक विभाग के व्यक्ति विशेष की अकर्मण्यता के कारण मुझे पत्रिका का एक भी अंक नहीं मिल सका, जबकि लेखकीय प्रति आपने यथावत प्रेषित किया जाना बताया है।

प्रकृति मेल का प्रत्येक अंक विशुद्ध प्रकृति विज्ञान, मनोविज्ञान, अध्यात्म, स्वास्थ्य तथा भारतीय संस्कृति के ज्ञान – विज्ञान पर आधारित होता है। इसकी प्रत्येक रचना शारीरिक – मानसिक विकास एवं चरित्र निर्माण के लिए उपयोगी होती है। पत्रिका की जितनी प्रशंसा की जाए, कम है।

संपादकीय चिंतन पूर्णतः अध्यात्म – सार से संतृप्त रहता है, जो सीधे मन – मस्तिष्क को ऊर्जा प्रदान करता है। आलेख सारगर्भित एवं कविताएँ भाव संपदा से परिपूर्ण रहती हैं। सद्गुरु जी द्वारा 'सूत्र वाक्य', 'प्रकृति विज्ञान' तथा प्रश्नोत्तर पत्रिका के प्राण तत्व हैं। पत्रिका में मेरी रचनाओं को आपका शुभाशीष प्राप्त हो रहा है, एतदर्थ मैं कृतकृत्य हूँ। सादर

'प्रकृति मेल' पत्रिका मनोहर, देती शुभ संदेश है।
शुद्ध सात्त्विक विज्ञान – ज्ञान से, हरती तन – मन – क्लेश है।
सद्गुरु की सदकृपा सदृश पत्रिका रूप में मिलती है
संग्रह योग्य प्रत्येक अंक है, नित पठनीय विशेष है।

–गौरीशंकर वैश्य विनम्र
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.pakritimail@gmail.com

Contact: 9807636072, 7376495194



““

“लोग मान चुके हैं, यह लड़ाई लोकतंत्र व संविधान को बचाने का है।”

मल्लिकार्जुन खरगे



““

“हम अपने शरीर में जगह बना चुके प्लास्टिक से बेखबर हैं।”

विवेक अग्रवाल



““

“जटिल होती दुनिया में अपना रास्ता तलाशने के लिए हमें एआई के इस युग में और अधिक मानवीय बनने की जरूरत है।”

जसप्रीत बिंद्रा



““

“मैं विकास विरोधी नहीं हूँ, लेकिन जो हो यहां के लोगों की मर्जी से हो।”

सोनम वांगचुक



““

“आपके भोजन से लेकर मोबाइल फोन और लैपटॉप तक सब कुछ रसायन विज्ञान की ही देन है।”

टिमोथी मिंट



““

“क्या किसानों को अंततः अपनी नई पार्टी बनाने से ही न्याय मिलेगा।”

वी.एम.सिंह



कीमत हमारी सोच है



कामेश

कहा जाता है कि “जो वक्त की कीमत नहीं समझते, वक्त उनका साथ नहीं देता।” कितनी अजीब बात है कीमत हर चीज की लगाई जाती है। व्यक्ति की पदार्थ की यहाँ तक कि कीमत लगाई जाती है। वेसक कुछ चीजे बिकाऊं नहीं होती मगर हम अपनी आदत से बाज नहीं आता। आज का परिवेश माहौल और परिस्थितियां कुछ ऐसी बन गई है जहाँ कीमत ना हो तो कोई पूछने वाला ही नहीं। एक पदार्थ की महतता उसकी बाजारू कीमत से ही मानी जाती है। जैसे सोने को ही ले लें तो आज का पूरा मुद्रा बाजार की सोने की कीमत पर टिका हुआ है। सोने का भाव गिरा तो मुद्रा की कीमत गिरी सोने का भाव उठा तो मुद्रा की कीमत बढ़ी। जबकि सोना कुछ और नहीं बस हमारो मानव समाज का एक वहम है। हम कह सकते हैं कि हमारी रूग्ण मानसिकता का परिणाम है। हम अपने ममो मस्तिष्क में एक ऐसे पदार्थ को कीमती मान बैठे है जो प्रकृति की आगोश में जमीन के नीचे सदियों से पड़ा हुआ है। हम उसे निकार कर बाजार में बेंज दिए उसके कुछ ऐसे सामान तैयार कर लिए जो हमारे शरीर की सजावट के काम आने वाला हो गया। बस बढ़ गयी कीमत। एक तरह से देखा जाए तो हम सोने को ही नहीं अपने शरीर की सुन्दरता की कीमत लगाते हैं। हम सोना नाम के एक पदार्थ पर ईश्वर की बनाई यह कलाकृत जो की हमारा शरीर है इसे बेंच देते हैं। हम इसे सजाना चाहते हैं हमें ये नहीं



वास्तविक कीमत जो समस्त प्राणि की प्रकृति प्रवृति है उसे कोई समझ ही नहीं पा रहा है मनुष्य को नहीं पता है की प्रकृति में सभी जीव और सभी पदार्थ कीमती हैं उसने एक भी रचना निरर्थक नहीं की है सबका महत्व है सब प्रकृति के सृजन के सहयोगी अंग हैं। यहाँ कुछ भी बेकार निरर्थक नहीं। यदि कुछ बेकार है तो वह सिर्फ मनुष्य की अपनी सोच और अपने अन्दर बेकार की खुराफात।

पता की सृष्टिकर्ता तुम्हे बनाया है वह सबसे बड़ा कलाकार है उसने जो खुबसूरती हमें दिया है इसकी शोभा हम पदार्थों से बढ़ाना चाहते हैं अपनी सुन्दरता को हम पदार्थों की चमक से फिका समझते हैं। अपने शरीर की कीमत हम पदार्थों से कर बैठते हैं। और हम जितना पदार्थ इकट्ठा कर लेते हैं अपने आप को ही उतना धनवान और होशियार समझते हैं। हम अपना बड़प्पन प्रकृति की संरचना से नहीं अपनी सोच के अनुसार निर्धारित करते हैं और अपने को भौतिक बाजार में बेंच कर गर्व महसूस करते हैं मनुष्य की ये सोच ही आज उसे ऐसी जगह लाकर खड़ा कर दिया

की वह हीर चीज की कीमत लगाने लगा। उसे ये नहीं पता की प्रकृति के किसी भी पदार्थ का मोल भाव करने का उसका कोई अधिकार नहीं है। भला सोचने की बात है की हम कौन होते हैं किसी पशु, जमीन या पेड़ पौधों को बेचने खरीदने वाले वो भी चन्द रुपयों के लिए हम कीमत लगाने लगे पदार्थों जीवों और यहाँ तक ईश्वर की भी कीमत लगा बैठते हैं।

आज हम जिस सभ्यता को समाज में प्रतिष्ठित करते हैं हम जिसे मनुष्य की सबसे बड़ी उपलब्धि समझते हैं की मनुष्य प्रजाति ही प्रकृति की ऐसी जीव प्रजाति है जो सभ्यता के साथ जीवन जीता है लोगों को लगता है की

हम अन्य जीवों की अपेक्षा सभ्य हैं तो सोचने की बात है कि क्या वास्तव में हम सभ्यता में जी रहे हैं या फिर विकृति में जी रहे हैं। हमारी सोच हमारे भाव भंगिमा क्या वास्तव में सभ्यता की ओर अग्रसर है या फिर कहीं एक बड़े विनाश की ओर तो नहीं बढ़ रहे हैं। आज के दौर में देखा जाए तो हम जिस तरह से हर चीज़ की कीमत लगा रहे हैं उसमें लोगों की जान की कीमत लगा रहे हैं। साथ ही साथ इस तथाकथित सभ्यता और धर्म की भी कीमत लगी हुई है। आज धर्म को भी हम कीमत से खरीद रहे हैं हमारी यही सभ्यता है की हमलोगों को अपने धर्म स्वीकार करने के लिए कीमत देते हैं। जैसा कि हम सभी जानते हैं की बहुत ईशाई संस्थाएँ ऐसी है जो की लोगों की सेवा मुफ्त में करने का विभिन्न उपाय लगाते हैं नाना प्रकार की संस्थाएं चलाते हैं। फिर ईशाई ही नहीं बल्कि दुनिया भर के धर्म अपने अपने धर्म के विस्तार के लिए ऐसे हथकण्ड अपना रहे हैं जिससे लोगों की आदत बढ़ सके इस क्रिया में हिन्दु, मुसलमा, ईशाई या फिर कुछ गिने चुने धर्म ही नहीं बल्कि सभी धार्मिक संस्थाएँ ऐसा ही कर रही हैं। और इसके पीछे सिर्फ सोच यह है की हमारा धर्म विस्तार हो हमारी सभ्यता में पूरा मनुष्य प्रजाति जीवन जिये। हम देखते हैं की जो सदियों से पूरी तरह से प्रकृति रूप में जीवन जी रहे हैं हमारी ये धार्मिक और सभ्य संस्कृतियों की गिनी चुनी संस्थाएँ उन्हें भी अपनी इस बीमारी से दूर नहीं रहने देना चाहते हैं। उनके पास भी सेवा के नाम पर मुफ्त चिकित्सा और शिक्षा के नाम पर पहुँच कर अपनी सभ्यता को सीखाने का भरपूरा प्रयास करने लगे कहने को तो यह लोगों को धर्म और सभ्यता सीखा रहें हैं परन्तु इनके पीछे भी कहीं न कहीं धर्म की कीमत लगायी जा रही है सभ्यता भी बेची जा रही है तुम मेरा धर्म स्वीकार करो हम तुम्हें ये कीमत दे रहे हैं। धन लोलुप ये मनुष्य प्रजाति धर्म और संस्कृत को भी व्यापार बना रखा है और खरीद फरोक्त कर रहा है। और सबसे हास्यपद बात तो यह है की हम सभ्यता और धर्म के बीच में

**हमारी सोच हमारे भाव भंगिमा
क्या वास्तव में सभ्यता की ओर
अग्रसर है या फिर कहीं एक बड़े
विनाश की ओर तो नहीं बढ़ रहे
हैं। आज के दौर में देखा जाए तो
हम जिस तरह से हर चीज़ की
कीमत लगा रहे हैं उसमें लोगों
की जान की कीमत लगा रहे है।
साथ ही साथ इस तथाकथित
सभ्यता और धर्म की भी कीमत
लगी हुई है।**

भी दलाली खाने से पीछे नहीं हट रहे हैं। वहाँ भी हम बिचौलिये की भूमिका में भरपूर लाभ लेने से नहीं चूकते। आज हम देखते हैं की मन्दिरों में भी उसी मन्दिर का सबसे अधिक नाम है जो ज्यादा चढ़ावा वाला मन्दिर है। जहाँ हम धन के अनुसार ईश्वर की शक्ति की भी कीमत लगा बैठे हैं। हमारे बीच अक्सर ऐसी चर्चाएँ होती रहती है की फला मन्दिर में बहुत धन चढ़ता है वहाँ भगवान के पास जो जाता है मुराद पूरी होती है अरे उस मन्दिर पर रोज लाखों करोड़ो चढ़ता है। सोचने की बात यह है की हम चढ़ावे से उस ईश्वर की क्षमता का आंकलन करने लगे हैं।

कितनी अजीब बात है की हम प्रकृति की बनायी हुई चीज़ें नष्ट करके अपनी खुराफाती दिमाग से उसमें कुछ का कुछ बनाते हैं फिर उस ईश्वर को देकर सोचते हैं की हमने उस मन्दिर में दान किया। उसी का सोना गहना बनाकर उसे पहनाते हैं। उसी के पीतल का घण्टा बनाकर उसी के पास बजाते हैं। सोचने की बात है यदि उसे सोने का आभूषण और पीतल के घण्टे में ही रुचि होती तो भला उससे बड़ा कलाकार कौन है वह खुद सोने को आभूषण ही बनाया होता पीतल का घण्टा भी बनाया होता उसे पदार्थ रूप में क्यों बनाता। उसे यदि धन में रुचि होती तो वह पूरा धन ही बना देता भला ऐसा क्या है जो वह नहीं

कर सकता था या फिर मनुष्य ऐसा क्या कर देगा उसे दे देगा जिसकी उसे जरूरत है और वह मनुष्य से अपनी जरूरत को पूरा करने की अपेक्षा लगाए बैठा हो।

जहाँ भी देखो कीमत की बात होती है। कीमत मनुष्य के सिर पर इस तरह चढ़ गयी है की वह वक्त की भी कीमत लगा बैठा है। हम देखते हैं की हमारे पास वक्त नहीं होता हम अपने वक्त को बेच देते हैं धन के पीछे भागते हैं। कहते हैं वक्त की कीमत जो नहीं समझता वक्त उसका साथ नहीं देता परन्तु यह कहने को भी पीछे बहुत बड़ा राज है, राज यह है कि कहने वाला वक्त की वास्तविक कीमत की बात नहीं करता बल्कि वह हर वक्त धन कमाने की बात करता है। हमारे बीच में कहावत उसी के लिए प्रयोग किया जाता है जो नौकरी या व्यापार नहीं कर पाता लोगों की नजरों में वह बेकार होता है। जो कहीं कमाने वाला है उसे लोग समझते हैं की यह वक्त का सही इस्तेमाल कर रहा है जो धन कमाने की नहीं सोच रहा है उसे वक्त की कीमत समझायी जाती है यानी की कहने के पीछे भी कहीं न कहीं कीमत सिर्फ धन की है, पदार्थ की हैं।

वास्तविक कीमत जो समस्त प्राणि को प्रकृति प्रवृत्ति है उसे कोई समझ ही नहीं पा रहा है मनुष्य को नहीं पता है की प्रकृति में सभी जीव और सभी पदार्थ कीमती हैं उसने एक भी रचना निरर्थक नहीं की है सबका महत्व है सब प्रकृति के सृजन के सहयोगी अंग हैं। यहाँ कुछ भी बेकार निरर्थक नहीं। यदि कुछ बेकार है तो वह सिर्फ मनुष्य की अपनी सोच और अपने अन्दर बेकार की खुराफात यदि कुछ बिना मूल्य की है तो वह मनुष्य का अपना अहंकार है जिसकी प्रकृति में न कोई कीमत है न कोई जरूरत। फिर भी मनुष्य हर पदार्थ के माध्यम से अपने अहंकार को पोषित करने में लगा है। और हमारी सोच भी ऐसी बन गयी है की जो जितना बड़ अहंकारी है हम उसे उतनी ही कीमती मान बैठते हैं।

प्रकृति का प्राकृतिक आवरण



गौरव पंत

प्रकृति का प्राकृतिक आवरण है। जो हर सजीव निर्जीव में मौजूद होता है। इस आवरण से हर अवस्था पूर्ण होती है। मानव को छोड़कर हर पदार्थ हर जीव प्राकृतिक आवरण का एहसास करते हैं। सिर्फ मानव ही ऐसा जीव है जो प्रकृति के प्राकृतिक आवरण को ही चुनौती देता आ रहा है। प्रकृति का प्राकृतिक आवरण इतना सूक्ष्म है, जिसे सिर्फ एहसास किया जा सकता है। ना की उसमें किसी प्रकार का परिवर्तन किया जा सकता है। इसी ना दिखने वाले आवरण से ही हर अवस्था सिद्धांत होती जा रही है और अनन्त अंत की श्रेणी में अग्रसर है।

प्रकृति का प्राकृतिक आवरण हर किसी की यात्रा को इतना सरल और सुगम बनाता है कि हर अवस्था स्वतः स्वकर्म के अनुसार के गतिमान रहकर सिद्धांत होती चली जाती है और किसी पीड़ा की कोई उत्पत्ति होती ही नहीं। किंतु मानवीय दिमागी खोज तो प्रकृति के प्राकृतिक आवरण को दरकिनार करते हुए स्वयं को प्रकृति संचालक मान बैठा और स्वतः ही आज उस चरम अवस्था पर जा बैठा है कि स्वतः एक विकलांग जीव हो चुका है। प्रकृति के प्राकृतिक आवरण विज्ञान से बना यह जीव खुद को एक वैज्ञानिक कहने लगा। जबकि जिस जोड़ को यह विज्ञान बता अपने को एक वैज्ञानिक की श्रेणी में अग्रसर करता है वह प्रकृति का एक प्राकृतिक उदाहरण है। मूल विज्ञान तो रासायनिक लंकरियता है जो कहां से संचालित है, कोई ज्ञात ही नहीं कर

सकता। इसीलिए प्रकृति का प्राकृतिक आवरण इतना ठोस और सुरक्षित होता है कि वहां तक पहुंचना संभव है।

प्रकृति का प्राकृतिक आवरण ना जाना कोई।

अपने को प्रकृति वैज्ञानिक मानता आया हर कोई।

क्या जानेगा उसे, जिसे जाना ना जा सकता।

प्रकृति की मापकता को बदला ना जा सकता।

रासायनिक मिलन से बना हर जीव, हर पदार्थ उसकी मूलता को ना देखा जा सकता।

प्रकृति के प्राकृतिक आवरण में चलना और सिद्धांत हो जाना।

ना कुछ बदलना, ना कुछ बदल पाना। अशोक है आवरण, अशोक है आवरण। हर कण को अशोक हो जाना।

विरक्ती गोचर विज्ञान



अभिषेक पंत

भगवानों की निष्ठा, मनुष्यता की आस्था, जन्मभूमि की व्यवस्था, कर्मभूमि की धारा, मध्यस्थता की वाणी, जनमानस की नीति, खनन आदर्श की नियति, पारस सोम की अर्थ धुणी, हृदय गति की सामाजिकता, दर्शन घड़ी की पारिवारिकता, रतन अमलीय वाहन की सौंदर्यता, खनिज अभिप्राय की मंत्र मुग्धता, सामान्य पेटी साधन रुचि, रसनारायणी सुविधा, परिचयवादी आधुनिकता, भ्रामदायिनी सुलभता, विश्वेश्वरी गणना, मंथनी आतुरता, भौगोलिक जघन्यता, श्रवण सुनिश्चितता, तरल अनिभिज्ञता, मध्य पुष्टि, प्रदर्शन सूची, नवमणी विकास धनाढ्यता, कृति सूचक अवधारणा, जयंती योगिनी मानस पत्रावली, कार्यवाहक नीति, प्रवासी आध्यात्मिकता, निवासी आचरण विद्रोह, प्रतिकर्षण संज्ञान तरलता, मानसिक सत्यता मूर्ति निकासी, धन वर्षा जन्म कुंडली अधिनायिका, वर्ण धरा धातु माध्यम, प्रगति विधान मानक समन्वय, रुचिकर पात्रता मस्तिष्क दान.... प्रकार की प्रणालियों से वास्तु वस्तु प्राण वायु अनिवार्यता साधन विचारों का भौतिक जलवायु गमनार्थी धर्म विभेदन तंत्र बनाया गया था। आचरण भूमि मध्यांक राजा रानी



काल्पनिक सहमति की नियति में वास्तविक मति का उत्पन्न होना ही तत्व प्रधान ब्राह्मडी यात्रा का न्याय दर्शन है जिसमें उत्पन्न वाट निर्वात तापमान गति ही मूल इच्छा शक्ति का ज्ञानी संपर्क केंद्र बन जाती है। अर्थात विचारों की नियमावली नहीं होती अपितु विचारों की गंतव्यता ही भावनाओं की संपर्क शीलता होती है, जिसमें विरक्ति गोचर विज्ञान अपने न्याय दर्शन से मानसिक पूर्णता की वही गति बनाता है जहां से मूल इच्छा इतिहास का तत्व दर्पण ही पदार्थ क्रम का रासायनिक गुण बन जाता है।

वाद विवाद भावनात्मक सूची तुला वाणिज्य ज्योति अधिकार तंत्र बनाया गया था। मानव इतिहास की मूल वाहिनी का जड़ तंत्र ही कर्म संचयी रासायनिक अध्याय का पुस्तिका मूल माना गया। समन्वयवादी रस गामिनी राधिका प्राण क्षेत्रीय वस्तु मिलान क्रम बनाया गया था। अपितु प्रकृति जगत की व्यय सारणी में ध्वनि यांत्रिकी की तरंग मूलता माध्यम समागम सूची से परे, आंतरिक निवास की परिधि होती है।

जिसमें रंग सूची गर्भ मंडल ही गंधीय भावों का रासायनिक मंडल होता है। विरक्ति गोचर विज्ञान इसी गंधीय भावार्थी रासायनिक निवास की मूल मंडल सूची के गर्भ क्रियांवन में अस्तित्व में आता है। जहां से समस्त चराचर प्रणाली की सरल ताल तरल विद्युता भी उसी माध्यम विद्युता में चुंबकीयता को प्राप्त होती है जहां से विधान अंकन सूची की भावनात्मक इंधनावली शून्यता को उपलब्ध होती है।

प्रसन्नता की भावनात्मक शून्यता ही द्रव्यता के नियम को पात्रता का भोग कराती है। प्रसन्नता मुखारविंदु संलग्नक चाहत आवाज नहीं होती कि जिसमें तन रूपी मृदा शाला अदाकारी करे, प्रसन्नता तो वेगीय न्यूनता की रसपात्रता में उत्पन्न गति धारा होती है जो आनंद रूपी इच्छा भाव को मनलीन करती है। यही विरक्ति गोचर विज्ञान की पराकाष्ठा है, कि जीव प्राणी की मूल भावना में उसी वाद प्रतिवाद की चेतन पात्रता को भाव लीन करती है, जहां से गुण धारी ईंधन पात्र अपने लक्ष्य की राधिका से संपर्क करता है एवं आनंद की पूर्णता तरंगीय वेग की मूल रश्मि यात्रा में निहित हो जाती है।

प्रतिद्वंद्विता की पूर्णता में रात्रि कल्पना की निर्दयीता से द्वारपाल ऊष्मा भेदी कोशिका दर्पण भी छिद्रित कर दिए गए थे। आराध्या वेदी जैविक उपासना के मूल नियमों में धरा प्राण इकाइयों के व्यास पीठ प्रतिरक्षक घोल दिए गए थे। अपितु विरक्ति गोचर विज्ञान की संलग्नक इकाई ने तमस पूर्णता की रजत विद्युता में समव्यूहवादी नियमावली को केंद्रित कर मनुष्यात्माक भावनाओं की कर्म रिद्धिमा को भी स्वभावी रक्षा तंत्र का वैचारिक मूल वार केंद्र बना दिया। अर्थात् कर्मवादी सत्ता पक्ष की वाद विवाद सीढ़ी को मिटाकर मूलध्वनि ज्ञान की ईंधन वज्रद सीमांकित से मूल भाव प्रवृत्ति को गतिमान कर प्रकृति ने विरक्ति गोचर विज्ञान से भावना तंत्र को मूल पदार्थ तंत्र का ईंधन वार बना दिया अर्थात् जीव प्राणी की नक्षत्र शाला एवं गृह मानक अवधि दोनों उसकी इच्छा का मूल व्यूह बनती गई, जिसमें आकाशगंगा की उत्पत्ति ही मूल प्रति जुड़ाव की भावना से राधिका वाहन को गतिमान करती रही। जिसमें ऊष्मा व्यावहारिक प्रकाश अंधकार लावणयता ही वाहक चिन्हिता की प्रति रक्षक भावना को मूलतन अस्तित्व का कारक बनाती गई। अर्थात् ब्रह्मांडी स्थूलता के भी नियम बनाए तो गए अपितु गतिमान सृष्टि का मूल कवच तो इकाई स्थान की प्रथम विशेषता का गंधीय गुण था जिसमें विरक्ति

गोचर विज्ञान की भाव संभाव नीति ही पदार्थ धातु तत्व रसायन गंध मंडल पर नभ पाताल धरा का वातावरण घेराव कर, अनिवार्य मार्ग की चेतना का एहसास कराती गई। प्रकृति लाभ हानि से परे एक गति में विभिन्न वेगीय मात्रा को तापमान उपलब्ध कराने वाली प्रणाली है जिसमें गति भी परिवर्तनशील रहती है और उपलब्धता भी मात्रा वेगीय संतुप्त अनुकूल रहती है। अपितु जीव इतिहास का मूल गर्भ तो चर अचर, चल अचल संविधान पर रोपित किया गया। जिसमें अपरिपक्व विधान की चेतना को मृत्युगंध कहा गया एवं वाणिज्य रुचि की इच्छा वाहक समिति को जन्म द्रव्य कहा गया, जिसमें वास्तविकता यह है कि प्रधान मूलता को ही ब्रह्मांडीय गति ने वरीयता दी एवं मूल शून्यता को ही प्रकृति ने संपत्ति शीतलता की रसायनिकता दी।

हां से नियमों की विवेचना मात्र बाह्य प्रतिकर्षण को रोपित करती रही। आंतरिक जलवायु ने सदैव ही मूल अस्तित्व की भावना को मात्रा व्यूह कारक का राधिका प्राण वायु गर्भ मानक बनाए रखा। अर्थात् वज्रद के ईंधन को रसकर्म क्रमित इच्छा अनिवार्य तत्व प्राणवायु का गर्भ ओजस्वी ईंधन गर्भ बनाते हुए, चरणावली प्रसंग वृत्ति में रासायनिक व्यूह नीति का मृदा कवच बनाने वाली प्रति मूल प्रति संचारी मार्गीय वेगीय निधि क्रमित संपर्क संपूर्णता को विरक्ति गोचर विज्ञान कहते हैं अर्थात् मानव में यदि पदानुक्रमित चरण व्यवसाय भी उपलब्ध हुआ तो उसका कारण था मूल वातानुकूलित संचार, जहां से इच्छा की व्यूहवादी संरचना ही चरण संपर्क निधि की चलायमान गति का कारक बन गई।

तृष्णा की अनुभूति में जीवन रस की न्यायपालिका बनाना ही जीवन धयेयी यतन बताया गया अपितु मस्तिष्क मूल धारित करने वाला प्राणी यह भी गणित रत्न नहीं देख पाया की प्रकृति की प्रत्येक अवस्था संपर्क शील अनिवार्यता की संचारी चेतना है, जिसमें बाह्य वातावरण कभी कोई हस्तक्षेप नहीं कर पाता। इसी क्रम में प्रकृति ने विरक्ति गोचर विज्ञान

की तीन प्रणालियां बनाई, पहली न्याय दर्शन, दूसरी है प्रवृत्ति गणित एवं तीसरी है आधुनिक कला। अर्थात् विरक्ति गोचर विज्ञान तो स्वयं में ज्ञान रूपी अज्ञात आकृति है जो न्याय दर्शन भी है, प्रवृत्ति गणित भी है एवं आधुनिक कला भी है। जब भी संसार में चेतना विवश संताप बनाया गया, विरक्ति गोचर विज्ञान न्याय दर्शन बन गया। जब प्रकृति को ही शोषित करने का प्रयास किया गया विरक्ति गोचर विज्ञान प्रवृत्ति गणित बन गया एवं जब जीव विज्ञान को भी प्रदूषित किया गया विरक्ति गोचर विज्ञान आधुनिक कला बन गया। अर्थात् यत्नो की संभावना से नहीं वृहद तापमान अनिवार्यता से ब्रह्मांड का निर्माण हुआ है, तर्पण दर्पण संतापी इच्छा से नहीं तत्व विस्तार की पदार्थ इंधनावली में बनने वाली यात्रा से ब्रह्मांड का विकास हुआ है। यद्यपि अपितु जैसे वातावरण ब्रह्मांड अस्तित्व में नहीं है, यह मानव मस्तिष्क की अतिरिक्त चेतना का भार है जो उसे सदैव ज्ञान की आसक्ति का बाह्य गुण प्रतीत हुआ अर्थात् मात्रा की यात्रा में रश्मि की पात्रता को तरंग रस वाहिनी बना देने वाले ब्रह्मांडीय ध्वनि वातावरण को विरक्ति गोचर विज्ञान कहते हैं अर्थात् मानकता की लावणयता को ध्वनित तरंगों का रश्मि निवास बनाकर प्रदूषण के एहसास को ही प्रदूषण भक्षणी रासायनिक आवास बना देने वाले गंधीय आवृत्ति संपर्क गुण को विरक्ति गोचर विज्ञान कहते हैं। अर्थात् भूनभ पाताल अंतरिक्ष समस्त आयामों में दृष्टि शून्य शीतलता को द्रव्य लीन पात्र शुद्धी बना देने वाले तरंग रंग आवृत्ति मानक संचारी पदार्थ यात्री पारा स्तूप को विरक्ति गोचर विज्ञान कहते हैं। विरक्ति गोचर विज्ञान ही जन्म बुद्धि में मृत्यु नाड़ी बनकर कर निवास करता है अर्थात् जीव निर्जीव दोनों अवस्थाओं का भाव ही ईंधन इच्छा मिलान में यात्रा करता है।

विरक्ति गोचर विज्ञान (न्याय दर्शन)

काल्पनिक सहमति की नियति में वास्तविक मति का उत्पन्न होना ही तत्व प्रधान

ब्राह्मडी यात्रा का न्याय दर्शन है जिसमें उत्पन्न वाट निर्वात तापमान गति ही मूल इच्छा शक्ति का ज्ञानी संपर्क केंद्र बन जाती है। अर्थात् विचारों की नियमावली नहीं होती अपितु विचारों की गंतव्यता ही भावनाओं की संपर्क शीलता होती है, जिसमें विरक्ति गोचर विज्ञान अपने न्याय दर्शन से मानसिक पूर्णता की वही गति बनाता है जहां से मूल इच्छा इतिहास का तत्व दर्पण ही पदार्थ क्रम का रासायनिक गुण बन जाता है। प्रकृति विशेषता की मूल गणित का यही ज्ञापन संदर्भ है कि मूल अस्तित्व एहसास सदैव अपने गुण रंग का होता है, बाह्य संपर्क तो गति चालक यंत्र सक्रियता विज्ञान है। जिसमें प्रकृति मूल की रहस्यमई इकाई ऊर्जा ज्ञान के वेग से मार्गीय संदर्भ को विषयलीन कर संपर्क शील चेतना का पदार्थ मंडल बनाती है। न्याय दर्शन अर्थात् मूल अस्तित्व काल कला के एहसास में उत्पत्ति विनाश की चेतन को सक्रिय करने वाला विरक्ति गोचर विज्ञानी पात्रक्रम जहां से आत्मा मिलान ही मिलन वत पारा मंडल बन जाता है जो मन चक्र की रचना को भी तृप्ति का एहसास कराता है। न्याय दर्शन की मूल रचना ही आकृति संरचना मध्यांक होता है, जिसमें गंधीय उत्पत्ति का सूर्य सूत्र ही जीवन संदेश का मृत्यु कुंड होता है। मानव व्यवहार सदैव उत्पत्ति जागृति का नियम बनाता रहा जबकि मानव का व्यवहार ही मूल दर्शन का न्यायी स्वभाव है जिसमें मानव का किसी एक प्रवृत्ति में विशेष तापमान का संचार करना ही व्यक्ति विरक्ति गोचर विज्ञान है। मानकता की अधीनता नहीं होती, मानवता की पुरुष कृति नहीं होती, मनुष्यता की दार्शनिकता आवंटित नहीं होती, माधुर्यता की नवीनता तिरस्कृत नहीं होती। अर्थात् भावनाएं ही न्याय दर्शन है, विचार ही भावनाओं का संपर्क पारा है एवं प्रत्येक रासायनिकता विरक्ति गोचर विज्ञान का न्यायी पात्र कण संचारी ब्राह्मडी चेतन व्यूह है। जिसमें मानकता ही मात्रा की गर्भ केंद्रीय स्वभावी प्रवृत्ति होती है। जिसमें द्रव्य मूल की रस वाहिनी जन्मभूमि की तरलता को संचारी नीति का मूल ठोस पदार्थ बनाती



है। जहां से उत्पन्न मानक श्रुति दृश्य वचन भाव ही वैचारिक रहस्यों की रश्मि यात्रा करते हैं। अर्थात् तन में उत्पन्न मन की व्याख्या से होने वाले एहसास में निर्मित रासायनिक वेग की मूल तापमान पूर्णता के रश्मि यात्री तरंग चिन्हित मार्गीय क्रम रूपी भाव विषय को विरक्ति गोचर विज्ञान का न्याय दर्शन कहते हैं। जहां से प्रथम एहसास व्यक्तिगत मार्गीय गुण विस्तार करता है जो ब्रह्मांड की संरचना का मूल संपर्क रचना क्रम है। विरक्ति गोचर विज्ञान (प्रवृत्ति गणित)

साहित्यिक अनुपात की मनोदशा में चारित्रिक विराटता का गुणगान करना ही जीव ज्योति रूपेणु तन सौंदर्य की प्रतिछाया को वृहित परोपकार प्रतीत हुआ। द्वंद प्रतीक शुद्धी सामाजिक अद्वैत द्वैत नियमावली का पाठ ही मानस रंग को मंचन सुविधा का गैसीय गुब्बारा प्रतीत हुआ। अपितु संलग्न इच्छा की जन्म मृत्यु छावनी में छाया प्रकार की रात्रि इच्छा का रणभूमि कौशल वैचारिक स्तूप की भावनात्मक परछाई में परिलक्षित होता है। जब भी सूर्योदयी मात्रा का चंद्र उत्पात संघर्ष होता है। प्रकाश ज्योति प्रकार में सदैव शून्यता का परिवर्तन होता है। परिचित गोचर अगोचर ध्रुवीय बिंदुओं का निकासी मानचित्र ही दर्पण इच्छा का पात्र संवर्तनी राशी द्रव्य बनाया गया एवं अंतरिक्ष

सेतु की सूर्य धातु वृत्ति से पकाया गया। अर्थात् प्रकृति का मूल गणितीय सार प्रवृत्ति में निहित है। जहां से परत रंग वृहदता की उत्पन्न तत्व इच्छा ही स्वाभाविक गर्भ के अणु ईंधन की तरंग गति को आवृत्ति लीन कालीन करती है। जिसमें विरक्ति गोचर विज्ञान ही संज्ञानी स्वज्ञानि परिपक्वता में विज्ञानी अनुकूलन से सौ प्रकार की दिनचर्या का अंतर चेतन वर्ण विकसित करता है। अर्थात् ध्यानी कुंडली होना या ज्ञानी भवन होना मात्र कल्पनिकता है, वास्तविक अनन्या की न्यायी प्रकृति में विरक्ति गोचर विज्ञान की प्रवृत्ति गणित ही मूल विज्ञान उत्कर्ष का बीजानुकूलन स्वतंत्र चेतना में अंकित करती है।

विरक्ति गोचर विज्ञान (आधुनिक कला)

रात्रि अज्ञानता में दिवस संज्ञानता का स्वभावी एहसास ही आधुनिक कला की विरक्ति गोचर राशि होती है। जिसमें अनुपाती विद्युता ही संलग्नक प्रतिकर्षण को भी मिटाकर मात्रा अनुपातीय विद्युता में चुंबकलीन करती है अर्थात् जीव निर्जीव बुद्धि भाव शुद्धि का कारक कार्यक्रम ही मनोदशा संघर्ष का राजनीतिक द्वारा बनाया गया था अपितु प्रकृति ने आधुनिक कला की मूल विरक्ति

गोचर विद्या से समस्या निदान की प्रणाली में भी स्वाभाविक इच्छा विकास की नीति का बीजांकुरण अंकित किया, जहां से चुंबकीय द्रव्य की मूल मृदा समानुपाती अवधारणा ही जनेऊ वंदन शीर्षता को भी पकाने लगी एवं मानव आधीनता का मूल रक्त पात्र भी पकता गया, जहां से उन्नति की शीर्ष गति में द्रव अनुभूति की मूल शेष अंकिता ही जन्म उद्योग की मात्रा प्रति मती को भी मिटाने लगी। आधुनिक कला की मूल विशेषता ही पर्यावरण संदेश की स्तूपिय व्यवस्था होती है जिसमें हर छन्नी की प्रगति ही स्वतंत्र मृदा अनुकूलन की नभ धरा सूत्रलीन पात्रता होती है। प्रकृति गति में उत्पन्न स्वभाव की व्यक्तिगत यात्रा के आंतरिक चरित्र की मूल दर्शन इकाई के गणितीय संदर्भ को आधुनिक कला कहते हैं जिसमें मानव दर्शन की प्रकृति गणित ही प्रवृत्तिनुमा मृदा की आधुनिकता है। जिससे आत्मा केंद्रित मार्गीय व्यवहार ही ज्योति पात्र की तापमान शीतलता का विरक्ति गोचर वेग स्वाभाविक कला की जलवायु आधुनिकता में केंद्रित रखता है।

प्रकृति विशालता की सूक्ष्मता में संयमिता की चरित्र खाद्यान्न स्तुति ही जीवन मृत्यु संघर्ष को तापमान एकांत का ध्वनि बोध कराती है जिसमें गुंजन रिक्तता की स्वभावी मती चयनिता ही विरक्ति गोचर विज्ञान की स्वतंत्रता है। परम गति की अवस्था का पूर्णांक विरक्ति गोचर विज्ञान है। स्वभावी चेतना की मानक पूर्ति का स्वतंत्र पारा संज्ञान विरक्ति गोचर विज्ञान है। मृत्यात्मा शैली की मूल पर्दा त्रुटि में भ्रमित वासना का कल्पना जीवी अवरोध बनाया गया था, आर्थिक मृदा स्पातीय रचना केंद्र का स्वप्न पत्र बटवाया गया था। अपितु प्रकृति की रात्रि दिवस अनिवार्यता के ज्योति मूल में विरक्ति गोचर विज्ञान की अवस्था ने जीवाश्म में जीवाणु परिपक्वता से मूल आवंटन निधि का संतुलन केंद्रित रखा अर्थात् विरक्ति गोचर विज्ञान की रिद्धिमा राधिका उन्मूलन अवस्था ही अंतरिक्ष स्थानीय मंडल गति की मूल पूर्णता का ईंधन घड़ी व्यय

आसन रासायनिक तंत्र बनाती है। विरक्ति गोचर विज्ञान की मूल सीढ़ीनुमा प्रकृति ही ईंधन इच्छा प्रारूपित विद्युता को विषयलीन आकृति मूल तापमान की सर्वस्व गति ज्योति लीन करती है। आधार पूर्ण जीवंत का मात्रा मानक रश्मि जुड़ाव संपर्क चिन्ह आकृति संदर्भ को विरक्ति गोचर विज्ञान कहते हैं।

विरक्ति गोचर विज्ञान में पांच पूर्ति पंचासन रिद्धिमा चक्रलीन भौगोलिक चिन्ह होते हैं जो इस प्रकार है - राशि व्यूह द्रव्य, प्रथमांकी उर्वरा मृदा जुड़ाव, समय नाड़ी प्रकाश वर्ष, आंतरिक काल रश्मि विस्तार, ध्वनि पारा विद्युत जड़।

राशि व्यूह द्रव्य (विरक्ति गोचर विज्ञान)

प्रकृति रहस्य की मूल रचना का आध्यात्मिक बिंदु जन्म मृत्यु का आत्मा मूल आधार बताया गया था, समय रचना विषय अंकन तत्व प्रकृति को शून्य आहार बताया गया था। अपितु वातावरण तापमान की मूल गति का स्वभावी धरा चक्र ही जीव ज्योति पराग चक्र में स्वशन नाड़ी घोलन द्रव्य लीन करता है, जिससे विरक्ति गोचर विज्ञान ही उस शून्य काल की द्रव्यता को राशि व्यूह बनाता है। अर्थात् संरचना पारा शून्यता की प्रथम जीव रागिनी में उत्पन्न भाव विरक्ति को विषय गोचर राशि का मूल तापमान क्रम बना देने वाले इच्छा ग्रहण स्वीकृति अंश को राशि व्यूह द्रव्य कहते हैं।

प्रथमांकी उर्वरा मृदा जुड़ाव (विरक्ति गोचर विज्ञान)

आवेदन मूल्यों की तथ्यता में संवर्तनी संतृप्ति का मृदा कालीन रस व्यवहार भी संकलन क्षेत्रीय उर्वरकता में व्यसनकृत किया गया था। अपितु शोषण और शासन दोनों की मूलता में विरक्ति गोचर विज्ञान में उर्वरा जुड़ाव की उसी मृदा का प्रथम इच्छा काल कृषित किया, जिस नाड़ी जुड़ाव की मृदा उर्वरकता में तत्व पारा तापमान की निधि जलवायु ही आंतरिक चेतन की व्यवहारिक पूर्ति बन

गई। अर्थात् कर्मक्रमित न्याय विधित विद्युत् प्रकाश माला की शून्य व्यावहारिक प्रकृति के आंतरिक चेतन रस में बनने वाले वातावरण की शून्य कोशीय ध्वनि वृत्ति को प्रथमांकी उर्वरा मृदा जुड़ाव कहते हैं। जहां से विरक्ति गोचर विज्ञान की सार्थकता में अद्वितीय द्वितीय परावेगिय अहंकार अंधकार की माल का मोती विमूरणन मिट जाता है जिससे इच्छा गंधीय मूलता में प्रकाश इंधनावली का कर्म सार्थक वाहन सक्रीय सजीवता में निर्जीव पर्याय को जोड़ लेता है।

समय नाड़ी प्रकाश वर्ष (विरक्ति गोचर विज्ञान)

प्रकाश पूर्णता की समायावली में जीवन चरित्र की मर्यादा का परिकल्पना पाठ करना ही मानव इकाई को शुद्धिकरण का तरल विषय लगा अपितु समय नाड़ी प्रकाश वर्ष की विरक्ति गोचर वैज्ञानिकता ने मूल उत्पत्ति रस में भाव विज्ञान की गणित से ध्वनित ऊष्मा विस्फोन में पूर्णता की वैधता को स्वभाव की छाया प्रति मिलान रसायनिकता बना दिया। जहां से उत्पन्न शुद्धता भी उसी रस व्यूह में प्रकृति लीन हो गई, जहां से शून्य प्रकाश नाड़ी की चेतना पारा पूर्णतः नभ इकाई की धरा बीज संवर्तनीय विद्युता को चलायमान करने लगी।

आंतरिक काल रश्मि विस्तार (विरक्ति गोचर विज्ञान)

प्रथम विषय चरण की मेधा में संवर्तनी शुद्धता विकास क्रम भी विलयित शून्यता का संबंधवादी चित्र बनाता है बताकर सजीव रस मेघा अंकित में द्रव्य पटल रचना तंत्र पीड़ित किया जाने लगा। अपितु आंतरिक काल रश्मि विस्तार की विरक्ति गोचर वैज्ञानिकता ने धनादयता को भी उसी उर्वरा रश्मि विकास का संदर्भ बनाए रखा, जहां से मूल द्रव्य रसायनिकता ने प्रथम एकाकी रचना को स्वीकार किया था।

ध्वनि पारा विद्युत जड़

(विरक्ति गोचर विज्ञान)

स्वतंत्र ऊष्मा रस की मूल जड़ इच्छा को मृदा अनुकूलन में लावण्यता उपलब्ध कराना ही विरक्ति गोचर विज्ञान की विद्युता होती है जिसमें ध्वनि पारा विद्युत जड़ ही उस जड़त्व की संयोजकता को विद्युत प्रवाह मात्रा का ज्ञानी रंग बनाती है जहां से मूल भाव ऊर्जा वैचारिक राधिका चुंबक बनाती है।

अर्थात् ज्ञान को विज्ञान एवं गणित को संदर्भ बनाकर रचना को गर्भलीन विषय का मूल काल नाड़ी द्रव्य बनाने वाले दृश्य श्रुति तरंगासनी मृदा काल परिपक्व चक्र संचारी रिक्त शून्य वृष्टि सूचक यांत्रिकी को विरक्ति गोचर विज्ञान कहते हैं। जिसमें समय नाड़ी प्रकाश वर्ष ही वह प्रणाली होती है जो मृदा चालन आवृत्ति को पूर्ण कर रस मिलन आसक्ति को ध्रुव लीन करती है। अर्थात् मूल ध्रुवीय पराग पारा चेतना की जीव निधि काया मंडल सूची व्यवस्था को समय नाड़ी प्रकाश वर्ष कहते हैं एवं प्रथम आचरण को मूल आकर्षण बनाकर राधिका शून्य रिद्धिमा इंधनावली गंतव्यता को आंतरिक काल रश्मि विस्तार कहते हैं एवं प्रथम चरित्र चित्र पात्र पात्रता वर्णित गर्भ भाव वैचारिक भाव मुद्रा स्थिरता चेतन द्रव्य केंद्रन को ध्वनि पारा विद्युत जड़ कहते हैं। अर्थात् विरक्ति गोचर विज्ञान ही वह वेग सीमापरा चुंबकीय गणित ध्यानी शून्य काल चक्र अस्त्र है, जो किसी भी निर्वात सीमा में वात मात्रा बनाकर प्रत्येक मूलता की जडत्वता को संयोजकता में परिवर्तित कर सकता है। अर्थात् भाव ही विचार बनाकर वैचारिक ऊर्जा से चुंबक को ही रश्मि ध्रुव बना देने वाले प्रथम भाव परस्पर तरंग निर्माणक रश्मि पारा द्रव्य व्यवहार को व्यक्तिगोचर विज्ञान कहते हैं, जहां से प्रस्फुटित मात्रा चेतन विधा ही शून्य आंतरिक सीमा रस को ध्वनि लीन करती है।

एहतियात बरत कर महफिले कारनामे को मुंह जुबानी जंग का कायदा बताया गया था, तराशने वाली आदत से जमीनी करतब

की पहली रईसी को फिदाइन उम्रदराज सब्र ए सीरत बताया गया था। कुदरत ने महफिल ए अजाब को चिराग की सूरत बना दिया, जहां से महफिलें रवाना हो रहीं थीं, वहीं कुदरत ने मिसाल ए मशाल का बयानामा बना दिया। हुजूर ए वजन भी काबिलियत की महक को देख न सके, कुदरत ने तमाशे के वलीमें को हिज्र का जुलूस बना दिया। अब हर रग की तह में महफिले फानूस का मजहबी किनारा मिटाया जा रहा, जो भी मजहबी अपनी राहों की रिहाई में गुलामी बना रहा, वही राही सबसे पहले अपने ही ख्यालों में कैद होता जा रहा।

यकीनन हर जुलूस का फंदा बर्दाश्त की हद को नापना चाहेगा,
होगा जो तरज़ीह में दम तो खुदा से भी बंदा, हवा के बदले जमीन चाहेगा,
रिहाई कमाल कर गई, तो भी, मजबूत इरादों की नाकामी बदली जाएगी,
यही सितम ए आवारा खास है "मज़हबी",
जो खुदाओं का भी बदला फैसला, खुद फ़ासला बनाना चाहेगा,
अब करीमी से नुकसान में जमीनी फंदा ज्यादा काटा जा रहा,
एक वक्त आएगा, जब जमीनी फैसला कोई सुनना नहीं चाहेगा,
कुदरत की हर आजमाइश अक्स से अक्ल तक मिटा दी गई,
अब मिट्टी के पन्ने खुल रहे हैं,
अब हर हवा का पन्ना पानी की किताब देखना नहीं चाहेगा।

हर शाख की शिक़्त पर कुदरत का कहना यही है.....

आरजू ए बरसात से तिलिस्मी दुनिया ने दरवाजा खटखटाया था,
मिट्टी ने बू पहचानी थी, हवा ने पिंजरा दिखाया था,
खतरा तो था लेकिन खतरनाक था पहली चाहत का बादल,
जिसने हर चाहत को पिंजरा बनाया था,
फिर भी राहों में पारे ने कमाल कर दिया
जो हर राह को एक खुला दरवाजा बनाया

था,
अब शिक़्त ए दौर की रवानी में कहानियों का पिंजरा भी टूट गया,
कुदरत ने हर हथेली में मकां बनाने का हुनर बनाया था,
राज ए चिराग वहीं है, जहां जमीनी दलदल तौला जाता रहा,
जहां से तेल ने भी मिट्टी का दांत बनाया था।
अब रिहाह ए खाक भी मुअक्किल ए वजूद से कह रही, कि,
मत फेंक पर्दे की आरजू को चाहतों की रवानी में,
खुदा भी इंसान ने दरवाजा बंद करने के लिए बनाया था,
अशोक नाम की रुबाई फैल चुकी है वादियों में, कि, आगया है सितारा रौनक ए खास में हवा ए आम लेकर,
जिसने जिहान को एक राह में हर राह का दरवाजा ए खास बनाया था,
जो रुबाई में कहानी मिलाई गई तो बारीक सुराख भी छुपाए नहीं जा सकेंगे,
क्योंकि कुदरत को मालूमात है कि किस कदर पहला खुदा पहला इंसान बनाया गया था,
यकीनन अब हर दफा हर मिट्टी कहेगी,
हवा पानी सब मिट्टी में मिट्टी ने मिट्टी के लिए बनाया था।

The last version of every being is the orbit statement of energy valency, which creates the bond of space facility and sky immunity. That is the only statement of energy is the facility of orbit valency in the body of immunity.

स्व से स्व की यात्रा ही – स्वाध्याय है



सुमनलता

जीवन मनोविज्ञान को कहते हैं मतलब है कि उसे गतिमान बल में ऐसी कोई प्रणाली विज्ञान या अवस्था थी ही नहीं जिसमें टहरकर निर्माण या उत्पत्ति का बीज योग बनाया जाए, ब्रह्मांड अनंत गतिमान विज्ञान की अनंत है, अनंत गतिमान विज्ञान में टहराव की विज्ञान बनाना यानी प्रदूषण की मौजूदगी का संकेत है, और प्रदूषण को मिटाना गतिमान पल में उत्पत्ति की क्रिया थी जो मृत्यु बनाकर प्रदूषण को मिटाने का कार्य करती है। अर्थात् उत्पत्ति गतिमान विज्ञान का परिणाम है उत्पत्ति यानी प्रदूषण के भारी मात्रा का शोषणवादी अंकन है।

जीव तत्व की यात्रा प्रणाली में संजीता वह विज्ञान है जो निर्जीविता के तत्व गुना से उत्पन्न होकर अपनी तत्व स्वरूपी प्राकृतिक स्वाभाविक यात्रा को पूर्ण करने का विज्ञान बनती है। विज्ञान का बाल कुदरती है यात्रा किसी मध्यम विशेष से नहीं होती है बल्कि जीव स्वयं अपने तत्व की गंधियता के अनुसार अपनी अवस्था का विकास एवं विस्तार करते हैं। अर्थात् किसी भी अवस्था का आरंभ भी उसे अवस्था के अंत की क्रिया होती है आरंभ से अंत की यात्रा ही स्व से स्व की तत्व यात्रा है जिसमें जीव रूपी विज्ञान तत्व प्रकाश मात्रा को मध्य अपनी ही श्वसन राधिका के विज्ञान से बनाते हैं। उत्पत्ति का सर यह

नहीं की जीवन एक उद्देश्य की यात्रा है, उत्पत्ति का कर मृत्यु में है जो जगत की सबसे सरल शेष रहित ब्रह्मांड यात्रा है यानी उत्पत्ति से मृत्यु तक के सफर में हर एक पग एक अध्याय है जिसे दोबारा नहीं पढ़ा जाता है और पुस्तिका जीवन है, जिसमें हर रोज नए पृष्ठ जुड़ते हैं जिसमे लिखे जाने वाले अध्याय को ही जीवन की समय सारिणी या फिर तत्व लिखावट कहते है। इसके लेखक हमारी कलम हमारी ही मूल राधिका की स्वश्न स्वरूप ब्रह्मांड जट

रागनी है, स्याही हमारे भूमि की तत्व भूमि है जो बिजत्व के आवश्यकता अनुसार अपने तत्व का विस्तार तरल ठोस एवं गैस स्वरूप में करती है। पुस्तिका रूपी इतिहास है वर्णन करने हेतु नहीं लिखी जाती है देने हेतु अंकित होती है पुस्तिका वह व्यक्तिगत ब्रह्मांड प्राकृतिक सजीविता एवं निर्जीविता की धनराशि है देखकर के लिए विभिन्न होती है अर्थात् संपूर्ण ब्रह्मांड में देवता में निर्जीविता में एक जैसी दूसरी कोई अवस्था नहीं होती है समय भी कभी एक ही धारा में प्रवाहित नहीं होती है इसलिए तो लहर रूप में तरंग रूप में समय यात्रा करती है तो हर किसी की जीवन पुस्तिका एक जैसी कैसे हो सकती है ? यदि इसी अवस्था को मानवीय



भाषा में व्याख्या किया जाए इसी वेरिएशन कहते हैं जो ब्रह्मांड रचना की स्वतंत्रता जैविक अभिव्यक्ति है हर एक कण धारी सजीवता को निर्जीवता को एक दूसरे से विभिन्न बनती है यही विभिन्नता ही हर एक जीव की अपनी स्वतंत्र यात्रा है यही उसकी निजी व्यक्तिगत पुस्तिका है जिसे वह स्वयं से स्वयं की यात्रा में प्रति दिवसीय नवीन धारा में बनते अध्याय को पूर्ण कर अपनी अज्ञात ध्ययता की यात्रा को पूर्ण कर स्वाध्याय विजेता बन जाते हैं।

जीवन मनोविज्ञान को कहते हैं मतलब है कि उसे गतिमान बल में ऐसी कोई प्रणाली विज्ञान या अवस्था थी ही नहीं जिसमें ठहरकर निर्माण या उत्पत्ति का बीज योग बनाया जाए, ब्रह्मांड अनंत गतिमान विज्ञान की अनंत है, अनंत गतिमान विज्ञान में ठहराव की विज्ञान बनाना यानी प्रदूषण की मौजूदगी का संकेत है, और प्रदूषण को मिटाना गतिमान पल में उत्पत्ति की क्रिया थी जो मृत्यु बनाकर प्रदूषण को मिटाने का कार्य करती है। अर्थात् उत्पत्ति गतिमान विज्ञान का परिणाम है उत्पत्ति यानी प्रदूषण के भारी मात्रा का शोषणवादी अंकन है। उत्पत्ति का योग बनते हैं जबकि पुस्तिका एकांकी, एक यात्रा प्रणाली है उत्पत्ति और मृत्यु की एक पथ गामिनी क्रिया है। स्व से स्व की यात्रा का तात्पर्य है कि स्व स्वरूपीय वह बीजत्व कण अवस्था जहां से वजूद और अस्तित्व की यात्रा शुरू होती है स्वयं में यही स्वयं की सिद्धांत के परिपक्व व्यवस्था क्रिया होती है स्वयं की तत्व भूमि जाकर विलीन हो जाती है यहां से यात्रा आरंभ हुई थी। जीवन वृत्त यात्रा है जिसमें, चतुर्भुज जीवन पुस्तिका की दुर्ग प्रणाली है, ठोस रासायनिक किलेबंदी की क्रिया है जिस के अंतर्गत आंतरिक बिजत्व के मूल विकास को परिपक्व करने के लिए चतुर्भुजीय कोष को मध्य की विकर्णता से भाग देकर त्रिभुजाकार में परिवर्तित कर आंतरिक शोषण एवं बाह्य शोषण को उसे आंतरिक कर्णता की रेखा से मिटा देने की प्राकृतिक ज्यामिति कि वह गणित क्रिया कहते हैं आरंभ से अंत की क्रिया है चतुर्भुज

ब्रह्मांड में घटने वाली कोई भी घटना अपने मूल आयाम प्रतिलिपि आयाम के छवि दर्पण कोष से अपनी मूल गुण का प्रदर्शन एवं अभिव्यक्ति जाहिर कर अपनी उत्पत्ति को मृत्यु से पूर्ण करती है, तात्पर्य है कि स्थाई वाद की कोई प्रणाली नहीं है हर अवस्था अपनी अभिव्यक्ति को पूर्ण करने हेतु ही उभरती है एवं उभरती अवस्था अभिव्यक्ति को यदि दबा दिया जाए वह मवाद बनकर पुस्तिका को प्रदूषण भक्षण करता नहीं प्रदूषण निर्माण करता बनाते हुए अप्रिय घटना हादसों का अंकन कर अतृप्त विखंडन की क्रिया करते हैं।

आरंभ से अंत एवं आरंभ ही अंत है दुर्ग बनकर सजीवता और निर्जीवता विकास हेतु जलवायु उपलब्ध कराते हुए त्रिकोण में परिवर्तित कर प्रदूषण और शोषण को संपूर्ण मूल प्रकाश एवं ध्वनि सहित देने की अज्ञात बाल अभिव्यक्ति की क्रिया है।

ब्रह्मांड में घटने वाली कोई भी घटना अपने मूल आयाम प्रतिलिपि आयाम के छवि दर्पण कोष से अपनी मूल गुण का प्रदर्शन एवं अभिव्यक्ति जाहिर कर अपनी उत्पत्ति को मृत्यु से पूर्ण करती है, तात्पर्य है कि स्थाई वाद की कोई प्रणाली नहीं है हर अवस्था अपनी अभिव्यक्ति को पूर्ण करने हेतु ही उभरती है एवं उभरती अवस्था अभिव्यक्ति को यदि दबा दिया जाए वह मवाद बनकर पुस्तिका को प्रदूषण भक्षण करता नहीं प्रदूषण निर्माण करता बनाते हुए अप्रिय घटना हादसों का अंकन कर अतृप्त विखंडन की क्रिया करते हैं जबकि किसी भी अवस्था का विकास उभरेगा ही तभी जब उसकी मूल ब्रह्मांड कोडिंग की जैविक फ्रीक्वेंसी रिजोनेट कर अपने वजूद को दर्ज करती हुई मिटने मिटाने का विज्ञान बनती है और यदि किसी भी स्वाभाविक गुण अभिव्यक्ति को शोषणवादी परिभाषाओं के नियमों के अंतर्गत परिवर्तित कर हस्तक्षेप कर परिवर्तित कर भी दिया जाए, तो भी उसकी

मूल गुण को कभी बदला ही नहीं जा सकता है उसमें हस्तक्षेप करना एवं होना ही असंभव है जो उचित जलवायु प्राप्त कर उस अवस्था का उभार होगा ही होगा जो एक तरह से मानव की अवसरवादी शोषणवादी प्रवृत्ति को दर्शाती है कि किस प्रकार मानव अपनी आवश्यकता के अनुसार किसी भी तत्व भूमि में हस्तक्षेप करने का आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस विज्ञान बन सकता है, जो मानव विज्ञान को लगता तो है कि वह हस्तक्षेप करने में सफल हो गया परंतु वह हस्तक्षेप करने में सफल नहीं हुआ अभी तो उसकी ही अवस्था की मूल प्रति जो स्वयं मानव विज्ञान ने अन्य स्तूप मंडलों में संरक्षित कर रखे थे आंतरिक रासायनिक यात्रा की आत्मा विचरण क्रिया में उसे ही स्व विज्ञान की संचार माध्यम से वह स्वयं जोड़ने की क्रिया करते हैं हस्तक्षेपों के माध्यम से एवं वह स्वयं उनके ही द्वारा बनाए गए विज्ञानों का परिणाम होता है जो साकार रूप में परिवर्तित होकर उनके समुख आ जाता है, घटने वाली घटना को उसकी मूल गति में घटने दिया जाए तो परिणाम चाहे कुछ भी हो उस घटना का अंत ही होना है अंत ही होगा।

जिंदगी की किताब कभी पीछे मुड़कर नहीं पढ़ी जाती
हर पन्ने पर एक नया अफसाना होता है,
जो अपने ही कलम लिखी एक दास्तां होती है जो फिर किसी के काम नहीं आती है,
फिर भी जो ये कुदरत है वह इतनी खूबसूरत है की
हर पन्ने पर अपने वजूद की मौजूदगी को सांसों की माला में,
अपने नूरी एहसास को खूबसूरत अल्फाजों के जरिए से किताब की कहानी को पूरा करती है।
खुद से खुद की वफ़ा को ही खुदी की किताब कहते हैं।

उपयोगिता अथवा सद्गुण ही किसी को बड़ा अथवा प्रशंसनीय बनाते हैं

वस्तुओं का महत्त्व उनकी उपयोगिता से ही आँका जाता है और मनुष्यों का महत्त्व उनके स्वभाव अथवा गुणों से। सद्गुणों से संपन्न व्यक्ति ही सब जगह सम्मान पाता है। दुर्गुणों से युक्त व्यक्ति कभी सम्मान नहीं पा सकता।



सीताराम गुप्ता

पीतमपुरा, (दिल्ली)

कविवर रहीम का एक दोहा है:

धनि रहीम जल पंक को लघु जिय पियत
अघाय,
उदधि बड़ाई कौन है जगत पियासो
जाय।

रहीम कहते हैं कि कीचड़ के ऊपर ठहरा हुआ या तैरता हुआ पानी धन्य है जिसे पीकर छोटे जीव अर्थात् कीड़े-मकौड़े तृप्त होकर प्रसन्न हो जाते हैं लेकिन समुद्र की विशाल जलराशि का क्या महत्त्व जहाँ से सारा संसार

प्यासा ही लौट जाता है। समुद्र के किनारे सैर करने जाना हो अथवा समुद्री यात्रा पर निकलना हो पीने का साफ पानी साथ लेकर जाना पड़ता है। समुद्र में पानी की कमी नहीं लेकिन पीने योग्य न होने के कारण वह बेकार है। बेकार चीज़ बड़ी होने पर भी कभी प्रशंसा के योग्य नहीं होती। कहने का तात्पर्य यही है कि जो वस्तु किसी के काम आए चाहे वह कम मात्रा में ही क्यों न हो महत्त्वपूर्ण होती है और जो वस्तु किसी के कुछ काम ही न आए वह अधिक मात्रा में उपलब्ध होने पर भी महत्त्वहीन अथवा बेकार होती है। महत्त्व आकार अथवा विस्तार का नहीं उपयोगिता का होता है। कबीर भी सीधे सरल शब्दों में यही बात कहते हैं:

बड़ा हुआ तो क्या हुआ जैसे पेड़
खजूर,

पंथी को छाया नहीं फल लागै अति
दूर।

जीवन के हर क्षेत्र में ये बात लागू होती है। पैसे को ही लीजिए। कई लोगों के पास बहुत पैसा होता है लेकिन कइयों के पास बहुत कम पैसा होता है या बिलकुल ही नहीं होता। जो लोग अपने पास कम पैसा अथवा न्यून साधन होने पर भी दूसरों की मदद करने को तत्पर रहते हैं वे सचमुच धन्य और प्रशंसा के पात्र हैं जबकि जो लोग समर्थ होते हुए भी किसी के काम नहीं आते या आ सकते उनकी कैसी बड़ाई? वे प्रशंसा नहीं निंदा करने के लायक होते हैं। वस्तुओं का महत्त्व उनकी उपयोगिता से ही आँका जाता है और मनुष्यों का महत्त्व उनके स्वभाव अथवा गुणों से। सद्गुणों से संपन्न व्यक्ति ही सब जगह सम्मान पाता है। दुर्गुणों से युक्त व्यक्ति कभी सम्मान



नहीं पा सकता। बिहारी ने भी कहा है:

**अति अगाधु अति औथरौ, नदी, कूप,
सरु बाइ,
सो ताकौ सागरु जहाँ जाकी प्यास
बुझाइ।**

बिहारी जलस्रोतों की विशेषताओं का वर्णन करते हुए कहते हैं कि नदी, कूप, सरोवर अथवा बावड़ी ये सभी गहरे भी हो सकते हैं और उथले अर्थात् कम पानी वाले भी लेकिन एक प्यासे व्यक्ति के लिए वही जलस्रोत समुद्र के समान अर्थात् विशाल है जहाँ उसकी प्यास बुझ जाए। जो जलस्रोत प्यास बुझाने में ही सक्षम न हो उसका कोई महत्त्व नहीं चाहे वह कितना ही विशाल क्यों न हो? इस दोहे को भी अनेक संदर्भों में देखा जा सकता है। कई लोग शारीरिक तौर पर भी सामान्य अथवा बहुत अधिक ताकतवर होते हैं। यदि किसी कमजोर अथवा असहाय की रक्षा की बात आती है तो वो व्यक्ति ही प्रशंसा का पात्र है जो संकट के समय किसी की रक्षा करने के लिए आगे आए। व्यक्ति ताकतवर होते हुए भी यदि किसी कमजोर व्यक्ति की रक्षा अथवा विषम परिस्थितियों में सहायता करने के लिए आगे नहीं आता तो उसकी ताकत का कोई सकारात्मक उपयोग न होने के कारण वह निरर्थक है।

इसी प्रकार से कई चीजें महँगी होती हैं तथा कई चीजें सस्ती होती हैं। सोने और लोहे को ही लीजिए। प्रश्न उठता है कि इन दोनों में से कौन-सी चीज महँगी है और कौन सी चीज सस्ती है? स्वाभाविक है सोना महँगा होता है और लोहा सस्ता होता है लेकिन लोहे की उपयोगिता के समक्ष सोना कुछ भी महत्त्व नहीं रखता। लोहा आज की हर तरह की उन्नति का आधार है जबकि सोने का मात्र एक ही उपयोग है और वो है आभूषण बनाने में। आज आभूषण पहनना ही सबसे बड़ी समस्या बन गया है। कुछ धनी महिलाएँ कानों में भारी-भारी सोने के आभूषण पहनती हैं जिससे उनके कानों के छिद्र बड़े होकर भेदे लगने लगते हैं। कई बार ये आभूषण कानों

को काट ही डालते हैं। तभी कहा जाता है कि वह सोना अथवा स्वर्ण आभूषण किस काम के जो कानों को ही काट डालें? आभूषणों के लालच में चोर-डाकू लोगों की हत्या तक कर देते हैं। पैसा भी प्रायः झगड़े की जड़ अथवा संकट का कारण बनता है। एक सामान्य व्यक्ति चैन की नींद सोता है जबकि धनवान के लिए यह असंभव-सा ही है। फिर भी यदि हम स्वर्ण अथवा धन-दौलत को बहुत अधिक महत्त्व देते हैं तो ये हमारी अज्ञानता ही है। यही हमारे दुखों का कारण है। जिस दिन हम सही चीजों को महत्त्व देना सीख लेंगे हमारी बहुत सी समस्याएँ स्वतः समाप्त हो जाएँगी।

"हाथी के दाँत खाने के और दिखाने के और" - ये एक प्रसिद्ध लोकोक्ति है। इसका भावार्थ है व्यक्ति की कथनी और करनी में अंतर होना लेकिन हम हाथीदाँत की उपयोगिता पर चर्चा करेंगे। यद्यपि हाथी के बाहर दिखलाई देने वाले दाँत बहुत सुंदर होते हैं लेकिन हाथी उनसे खाना नहीं खा सकता। हाथी को जीवित रहने के लिए भोजन अनिवार्य है और भोजन को चबाने के लिए उसे मुँह के अंदर के दाँतों की जरूरत होती है न कि बाहरी दाँतों की। ये बाहरी दाँत इतने सुंदर और क्रीमती होते हैं कि कई बार इनके लिए हाथी को अपनी जान तक गँवानी पड़ जाती है। हाथीदाँत दुर्लभ भी होता है अतः हाथीदाँत की तस्करी करने वाले लोग इसके ऊँचे दामों पर बिकने के कारण जंगल में हाथियों को मारकर इसे प्राप्त करने से भी परहेज नहीं करते। ऐसे में हाथीदाँत के क्रीमती और सुंदर होने का क्या फायदा? तभी सरकार को हाथियों की जीवन-रक्षा के लिए हाथीदाँत के क्रय-विक्रय और इससे बनी वस्तुओं के इस्तेमाल पर प्रतिबंध लगाना पड़ा। इसी संदर्भ में रहीम का एक अन्य दोहा भी याद आ रहा है:

**रहिमन देखि बडेन को लघु न दीजिए डारि,
जहाँ काम आवै सुई कहा करै तरवारि।**

रहीम कहते हैं कि बड़ी वस्तु मिल

जाने पर छोटी वस्तु को फेंक देना ठीक नहीं। हर वस्तु का अपना महत्त्व और विशिष्ट उपयोगिता होती है। तलवार भले ही बड़ी होती है और उससे युद्ध में विजय पाई जा सकती है लेकिन वह सुई का कार्य नहीं कर सकती। तलवार रसोईघर में चाकू का काम भी नहीं दे सकती। कपड़ों पर बटन लगाने के लिए सुई के अतिरिक्त अन्य किसी चीज का इस्तेमाल नहीं किया जा सकता अतः छोटी-छोटी चीजों की उपेक्षा करना समझदारी की बात नहीं। इस प्रकार की असंख्य वस्तुएँ और स्थितियाँ होती हैं जिनकी उपेक्षा करके हम भारी संकट में पड़ सकते हैं। कई बार हमारे कुछ नए मित्र बन जाते हैं और हमें लगता है कि ये नए मित्र अधिक संपन्न अथवा प्रभावशाली हैं लेकिन नए संपन्न अथवा प्रभावशाली मित्र बन जाने का अर्थ ये तो नहीं कि हम पुराने मित्रों से संबंध तोड़ लें अथवा उनकी उपेक्षा अथवा अपमान करना शुरू कर दें। लेकिन कुछ लोग ऐसा करते हैं और बार-बार करते हैं जो उनकी चारित्रिक दुर्बलता को ही प्रदर्शित करता है।

कई ऐसे व्यक्ति भी देखने को मिलते हैं जो वैसे तो सबसे अच्छी तरह से बातचीत करते रहेंगे लेकिन यदि उनकी दृष्टि में कोई बड़ा आदमी उसी समय वहाँ आ जाए तो वे पहले से उपस्थिति अन्य सभी लोगों की उपेक्षा करना अथवा उन्हें कमतर सिद्ध करना शुरू कर देंगे। सबका यथोचित स्वागत-सत्कार अनिवार्य है लेकिन उपेक्षा अथवा अनादर एक का भी नहीं किया जाना चाहिए। कहने का तात्पर्य यही है कि कोई भी वस्तु अल्प मात्रा में हो या अत्यंत लघु आकार अथवा कम दाम की हो उसकी उपयोगिता ही उसे महत्त्वपूर्ण व प्रशंसनीय बनाने में सक्षम होती है। यही बात हमारे जीवन पर भी लागू होती है। यदि हमारे व्यवहार में अपेक्षित जीवनोपयोगी छोटी-छोटी बातों का समावेश नहीं होगा तो न तो हमारा व्यक्तित्व ही प्रभावशाली हो सकेगा और न ही हम समाज में स्नेह व सम्मान पाने के अधिकारी हो सकेंगे।

जातीय संघर्ष : राष्ट्र के विकास का दहकता इस्पाती दस्तावेज



जानीचोर

रघुनाथगढ़, सीकर (राज.)

संघर्ष राम का दस्तावेज है, रावण की लंका का अमर अभिशाप।

संघर्ष विराम पाया जीवन, यही भव का महा भयंकर पाप।।

- ज्ञानीचोर

जन्म और मरण के बीच जगत में जो कुछ भी सत्य है वही भौतिक जीवन है। जीवन को जीने के अपने स्वतः परिचालित कुछ नियम हैं जो हमारे पूर्व जन्म और इस जीवन के कर्मों द्वारा संचालित हैं। पूर्व जन्म के कर्मों के परिणाम को टाल नहीं सकते किन्तु इस जीवन के कर्म पर हमारा पूर्ण अधिकार है। इस बात को हर कोई जानता है किन्तु मनुष्य अपनी जीवन सुविधा के लिए आदिकाल से अब तक स्वनिर्मित एक व्यवस्था का पालन भी करता आ रहा है और कालानुक्रमिक संशोधन भी।

‘संघर्ष तो प्रकृति का स्वर्णिम अंकुर है जिससे सृष्टि उत्पन्न हुई तथा यह प्रकृति का प्रारम्भिक मौलिक गुण भी है। यहीं गुण व्यक्तिगत भी है और सार्वभौमिक भी है। समान रूप से हर स्तर पर इसके व्यापक



प्रगतिशील जातियाँ पिछड़ेगी और पिछड़ी जातियाँ प्रगतिशील होगी। बिना इस जातीय संघर्ष के समाज का विकास नहीं होगा। व्यक्ति और समाज गर्त में चले जायेंगे। जातीय संघर्ष राष्ट्र विकास में बाधक तब बनता है जब वो खूनी संघर्ष में तब्दील हो जाये। हमारे यहाँ जातीय संघर्ष मानवीय संवेदना से रिक्त है।

प्रभाव परिलक्षित होते हैं।

वर्गहीन, संघर्षहीन, जातीय संघर्षहीन समाज की कल्पना दार्शनिकों, विचारकों ने की है। यह एक अच्छा आदर्श भी है। किन्तु मैं मानता हूँ कि संघर्षहीन समाज नहीं होना चाहिए, न हो सकता और न कभी होगा।

संघर्षहीनवर्ग, संघर्षहीन समाज का कोई औचित्य नहीं है। जो देश- समाज इस संघर्ष से वंचित है वह कदापि जीवंत नहीं हो सकता। वह राष्ट्र संवेदनहीन और पिछड़ा है।

मेरा अभिप्राय ये नहीं है कि समाज जातिगत रूढ़ बंधन में बंधा रहे। ये जातिबंधन किसी समय कबीलों की पहचान रही है।

और उस समय ये जाति आधारित समाज की पहचान का आविष्कार एक दहकता इस्पाती जीवंत दस्तावेज था। सांस्कृतिक विकास की अमिट गाथा बन गई। वृहदाकार पाकर ये आविष्कार कठोर हो गया और मानवीय जीवन के इतिहास का कलंक बन गया। जातिगत धारणा जब रूढ़ हो गई तब पहचान के लिए उस समय नया आविष्कार हुआ। अब जाति से ऊपर वर्ग हो गया। जातियाँ वर्ग में समाहित हो गईं। ये विभाजन की सबसे पहली शुरुआत थी। काम के आधार पर बनाये गये वर्ग जन्म के आधार पर मान लिए गए तब समाजवादी विचारकों का जन्म नहीं हुआ था। यह वर्गीय निर्धारण का आधार मनुष्य को

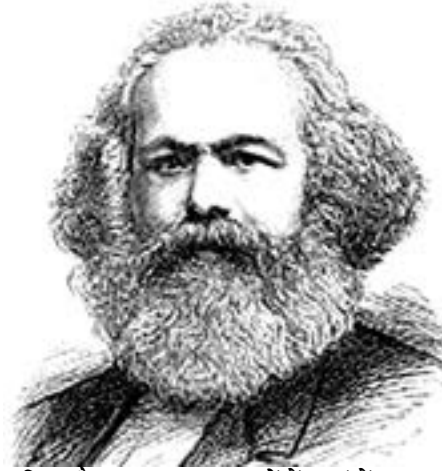
बेड़ियों में जकड़ता दुर्दशा की ओर ले गया। तब स्वच्छ सामाजिक संघर्ष उत्पन्न हुआ। उससे पहले उत्पन्न सामाजिक संघर्ष सिर्फ व्यक्ति को अपने और कबीले के अस्तित्व के लिए लड़ना सीखा रहा था। मानवीय संवेदनशीलता ने व्यक्ति को समाज के लिए लड़ना सिखाया।

मैं कार्ल मार्क्स के विचारों से सहमत होकर भी मतैक्य नहीं रखता। मार्क्सवादी विचारों से संघर्ष करके क्रांति कर लाया परिवर्तन अराजकता, गृहयुद्ध और तानाशाही प्रवृत्ति को जन्म देता है। किंतु संघर्ष की शिक्षा देकर जातिगत रूढ़ बंधन तोड़कर समाज को विकसित करता है और लोकतंत्र का मार्ग प्रशस्त कर उसे बनाये भी रखता है।

मैं जिस संघर्ष की पैरवी कर रहा हूँ वो इस प्रकार वर्णित है – प्राचीन समय में जब मनुष्य जब आदिम अवस्था में था तब वे सब एक समान थे उनके समूह में जो कुशल व सक्षम था उसका नेतृत्व उन्होंने स्वीकार किया। यह परम्परा चल पड़ी। जनसंख्या बढ़ी और कबीलों का आपसी सम्पर्क बढ़ा तब उनको पहचान की आवश्यकता पड़ी तब किसी सामाजिक श्रृंखला की कड़ी की शुरुआत हुई जिनसे उनके कबीलों की पहचान बनी। कबीलें विस्तृत हुए और आपस में संयुक्त हुए तब यह पहचान किसी काम की नहीं रही। पहचान संकट देखकर जाति जैसी कोई नई धारणा का जन्म हुआ। जिसमें बहुत से कबीलें के लोग मिलकर रहने लगे अपनी पहचान भी बनाये रखी। यहीं से सभ्य समाज की तथा समाजवाद की नींव पड़ी। इसी से विकसित होकर यह सभ्यता आज के युग प्रविष्ट हुई।

हम जातीय सामाजिक जीवन संघर्ष पर विचार करे तो परिणाम हमारे सामने आयेंगे। मेरे अनुसार ये निष्कर्ष ऐसे है –

जाति के बाद वर्ग उत्पन्न हुआ। वर्ग कर्म(जीवनवृत्ति) के आधार पर बना बाद में जन्म आधारित हुआ तो सामाजिक दुर्दशा होने से वर्ग की जातियाँ संघर्ष करने लगी। ब्राह्मण,



क्षत्रिय, वैश्य तथा शूद्र इन चारों में स्वयं में तथा आपस में संघर्ष हुआ। परिवार स्वरूप वर्गीय व्यवस्था बिखर गई। वंशीय, कुलीय परम्परा शासन में आई। ब्राह्मण वर्ग में आन्तरिक बदलाव आया पर बिखरा नहीं। जब भारत में केन्द्रीय शक्ति नहीं रहीं और विदेशी मुस्लिम आक्रांताओं आक्रमण किया और शासन स्थापित कर रहीं बस गये तब जातीय संघर्ष के साथ साम्प्रदायिक संघर्ष भी शुरू हो गया। जातीय सर्वोच्चता को धक्का लगा। जब इनमें सामंजस्य होने लगा तब अंग्रेज आये और नये जातीय संघर्ष, साम्प्रदायिक, सांस्कृतिक, धार्मिक संघर्ष की शुरुआत हुई। मुसलमानों के आने से धार्मिक संघर्ष भी हुआ। परन्तु जातीय जीवन इतना प्रभावित नहीं हुआ। अंग्रेजी व्यवस्था में जातीय समीकरण मिट्टी में मिले और नये जातीय बंधन जातीय उत्थान के साथ शुरू हुए। जातीय उत्थान के लिए संगठन बने। इसी समय का अवसर लाभ लेकर लोग पढ़ने लगे, जागरूक हुए। नई सामाजिक चेतना फैली। व्यक्ति को जाति के निरर्थक बंधन समझ में आने लगे किन्तु हजारों वर्षों से चली आ रही परम्परा को मिटाना इतना आसान नहीं। लोग जाति के बंधन को स्वीकार कर जातीय कल्याण की भावना जुड़ गये। इसी समय आरक्षण की व्यवस्था की शुरुआत हुई।

आज की आरक्षण व्यवस्था पुरातन वर्ग विभाजन व्यवस्था के समान है। सामान्य वर्ग, अन्य पिछड़ा वर्ग, अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति आदि ये ब्राह्मण, क्षत्रिय,

वैश्य, शूद्र वर्ग का ही प्रछन्न रूप है। जो जातियाँ प्राचीन समय में पिछड़ी समझी जाती थी वो संघर्ष करके प्रगतिशील हो गई, जो प्रगतिशील समझी जाती थी उनमें ठहराव आया जीवन में विकार आया और निम्न जीवन दशा की ओर अग्रसर हुई परिणाम स्वरूप वो जाति पिछड़ गई। आज जो जाति पिछड़ी समझी जाती है। कुछ दशक बाद वो स्वर्ण जाति होगी क्योंकि वर्तमान आरक्षण की व्यवस्था ने इनके जातीय संघर्ष को वज्रास्त्र दे दिया। इन पिछड़ी जातियों के जीवन संघर्ष से जीवन स्तर में सुधार है, उच्च जाति के समान इनका जीवन बन गया। नौकरी लगने से इनकी जातीय संस्कृति, आचार-विचार, जीवन आदर्श, सामूहिक भागीदारी, शासकीय व राजनीतिक भागीदारी ने इस संघर्ष को सकारात्मक दिशा दी है।

आज के जातीय बंधन और जातीय संघर्ष कुछ दशक बाद भारतीय जातीय व्यवस्था में स्वर्णिम इतिहास लिखेंगे। पिछड़ी जातियाँ स्वर्णिम जाति होगी। और स्वर्णिम जातियाँ टूटेंगी उनमें बिखराव होगा। इस बिखराव की जिम्मेदार स्थिति में शराब आदि नशीले पदार्थ महत्वपूर्ण भूमिका अदा करेंगे।

जातीय व्युत्क्रम होता रहेगा, यह चक्र नये स्वरूप में होगा। यह प्रक्रिया नित्य चलेगी। नये वर्ग, जाति उत्पन्न होगी, विकास के चक्र में ढलकर कई जाति पिछड़ी होगी तो कई प्रगतिशील।

प्रगतिशील जातियाँ पिछड़ेगी और पिछड़ी जातियाँ प्रगतिशील होगी। बिना इस जातीय संघर्ष के समाज का विकास नहीं होगा। व्यक्ति और समाज गर्त में चले जायेंगे। जातीय संघर्ष राष्ट्र विकास में बाधक तब बनता है जब वो खूनी संघर्ष में तब्दील हो जाये। हमारे यहाँ जातीय संघर्ष मानवीय संवेदना से सिक्त है।

हमारा जातीय संघर्ष कभी राष्ट्र के विकास में कभी बाधक नहीं होगा। हमारा जातीय संघर्ष व्यक्ति के कर्म से बंधा है न कि हिंसा से। व्यक्तिगत उत्थान राष्ट्र विकास की कड़ी है।

भारतीय संस्कृति में पर्यावरणीय चेतना



नमिता वैश्य (शिक्षिका)

गोण्डा, उ.प्र.

भारतीय साहित्य, धर्म, दर्शन, संस्कृति सभी में पर्यावरण के प्रति सम्मान, प्रेम और आदर की भावना है। प्राचीन ऋषि-मुनि, चिन्तक और धर्मावलंबियों ने पर्यावरण की धार्मिक दृष्टि देखा और दिखाया। उन्होंने मानव को, मानव शक्ति को प्राकृतिक तत्वों से जोड़कर देखा क्योंकि प्रकृति में ही शक्ति का अथाह विद्यमान है। व्यक्ति और पर्यावरण के इस अभिन्न और शाश्वत सम्बन्धों के आधार पर ही वेदों में उसकी शुद्धि के लिए शान्तिपाठ में पूजा-अर्चना का जो भाव मिलता है वह भाव आज भी हमारे लिए वरेण्य है।

‘ओउम् ह्रौ शान्तिरन्तरिक्षं गंगं शान्तिं पृथ्वी शान्तिरापः।’

वेद का यह संदेश आज हमारे लिए अधिक प्रासंगिक है। वायु, जल, पेड़, पौधे, भूमि, आकाश, सूर्य ये सभी पर्यावरण के महत्वपूर्ण घटक के रूप में व्याप्त हैं और यदि मानव इन्हें शुद्ध रखता है, उन पर किसी भी प्रकार का नकारात्मक हस्तक्षेप नहीं करता है तो वे हमेशा लोक-मंगलकारी रहेंगे। वैदिक साहित्य में पर्यावरण के प्रति जो धार्मिक दृष्टि है उसमें प्रकृति की रक्षा और उससे लाभ प्राप्त करने के तरीके दोनों पर बल दिया गया है। वायु प्राणशक्ति है, इसके अभाव में जीवन की कल्पना भी असम्भव है इसलिए वायु को स्वच्छ रखना मानव धर्म है। स्वच्छ वायु शरीर को स्वस्थ बनाता है इस बात को कितने आदर और धार्मिक भाव से कहा गया है कि



वैदिक साहित्य में पर्यावरण के प्रति जो धार्मिक दृष्टि है उसमें प्रकृति की रक्षा और उससे लाभ प्राप्त करने के तरीके दोनों पर बल दिया गया है। वायु प्राणशक्ति है, इसके अभाव में जीवन की कल्पना भी असम्भव है इसलिए वायु को स्वच्छ रखना मानव धर्म है।

वायु हमें ऐसी औषधियां प्रदान करें जो हमारे हृदय के लिए शान्तिकर एवं आरोग्यकर हों। वायु हमारी आयु को बढ़ाये। वायु के अमृत तत्व की ओर ध्यान आकृष्ट करते हुए वैदिक ऋषि ने कहा है कि हे! वायु जो तेरे घर में अमृत की निधि रखी हुई है, उसमें से कुछ अंश हमें भी प्रदान करें, जिससे हम दीर्घजीवी होवें-

‘यददो वात ते गृहमृतस्य निधिर्हितस्य।

ततो नो देहि जीवसे।’

वायु का अमृत तत्व उसकी स्वच्छता, शीतलता है। आक्सीजन है, जो तमाम तरह के शारीरिक रोगों को, शारीरिक अशुद्धियों को नष्ट करके स्वस्थ बनाता है, दीर्घजीवी बनाता है।

आदिग्रन्थ अथर्ववेद में जल के महत्व को पूजनीय माना गया है -

‘आपो हिष्ठामयो भुवस्ता न उर्वेदिधातन।

महरेवायचक्षसे॥

यो वः शिवतामो रसस्तस्य भाजयतेह नः।

उशतीरीवः॥

तस्मा अरंगमान वो यस्य क्षयाय जिन्वय।

आपो जनयथा चनः॥

इसका अर्थ है, हे आपः! (जल) आप निश्चय ही सुखकारक हों, बल और प्राणशक्ति से पुष्ट करें, जिससे हम बड़े-बड़े संग्रामों को देख सकें, जिस प्रकार माताएं अपने पुत्रों को दूध पिलाकर पालन-पोषण करती हैं, उसी प्रकार हे जल! तुम्हारा जो अत्यन्त कल्याणकारी रस है, उसका हमें भागी बनाओ, हम उसी जीवन रस को प्राप्त करने के लिए तुम्हारी शरण में आते हैं। पर्यावरण की शुद्धता के कारण ऐसा माना गया है कि देवता लोग नदी, वन, पर्वत और जलाशयों के निकट ही निवास करते हैं। मानव से लेकर अन्य तरह के जीव-जंतु, कल-कारखाने, वनस्पति,

कृषि सभी के लिए जल का नितांत उपयोग है। मानव सभ्यता के सम्पूर्ण विकास क्रम में इन प्राकृतिक संसाधनों की उपलब्धि को देखा जा सकता है।

पर्यावरण के कई आयाम हैं, भौगोलिक, सांस्कृतिक, सामाजिक। भौगोलिक पर्यावरण में पृथ्वी, सूर्य, चन्द्र, तारे, जल,

आकाश, पवन, पहाड़ सभी आ जाते हैं। मानव द्वारा निर्मित सभी प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष कृतियां सांस्कृतिक पर्यावरण के अन्तर्गत आती हैं। मानव सभ्यता, परम्परा, रीति-रिवाज, धर्म, सिद्धांत, कानून व्यवस्था, ज्ञान-विज्ञान सभी सांस्कृतिक पर्यावरण के तत्व हैं। सामाजिक पर्यावरण में मानव जीवन की संपूर्ण व्यवस्था और सभी सामाजिक संबंध आते हैं। परिवार, समाज, सामाजिक संबंध, रिश्ते-नाते सभी इसके अंग हैं। अपनी प्रकृति, चेतना और दृष्टि के अनुसार व्यक्ति प्रकृति से अपने संबंध को महत्व देता है और समाज में स्वस्थ मूल्य और परंपरा का संचालन करता है।

भारतीय संस्कृति मुख्यतः हिन्दू संस्कृति का पर्याय है। हमारी एक समृद्ध सांस्कृतिक विरासत रही है जो न केवल प्रकृति एवं पर्यावरण को संरक्षित करती है वरन् मानवीय जीवन के सरोकारों को निर्देशित भी करती है। हमारी प्राचीन भारतीय संस्कृति सौन्दर्य से युक्त अरण्यक थी। जहाँ की वैविध्यपूर्ण भौगोलिक स्थिति एवं प्रकृति सदा ही संस्कृति के अनुकूल रही। इस दृष्टि से विश्वकवि रवीन्द्रनाथ ठाकुर ने भारतीय संस्कृति को 'अरण्य संस्कृति' कहा है। उनके शब्दों में, "भारत की संस्कृति न गांवों की है और न शहरों -नगरों की। भारतीय संस्कृति 'अरण्य' संस्कृति है। हमारे इतिहास, परम्परा, दर्शन और संस्कृति का निर्माण 'अरण्य' से ही हुआ है। महान ऋषि, महर्षि, विद्वान, दार्शनिक, तपस्वी अरण्य में ही रहे और अपने क्रिया-कलापों से भारतीय मानस को प्रभावित किया।"

प्रकृति और पर्यावरण का महत्वपूर्ण योगदान है क्योंकि मनुष्य की जीवनी शक्ति,



उसकी दिनचर्या, उसके चारों तरफ के परिवेश, जलवायु, मिट्टी, पेड़-पौधे, जीव-जंतु, पशु-पक्षियों से समन्वयात्मक होती है। हमारी प्राचीन ऋषि-परम्परा और कृषि परम्परायें हमारी सभ्यता ही नहीं वरन् संस्कृति की भी पोषक रही है।

संस्कृति उन भौतिक एवं बौद्धिक साधनों या उपकरणों का समग्र योग है जिसमें एक व्यक्ति का जीवन निर्भर होता है। इस स्वरूप में यह प्रकृति और पर्यावरण में सामंजस्य स्थापित करता है। इस संस्कृति में मूर्त तथा अमूर्त दोनों प्रकार के तत्व विद्यमान हैं। संस्कृति सदैव मानवीय ज्ञान -विज्ञान और संगठित प्रतिभा के रूप में संचारित रहती है और हमारी भौतिक एवं भावनात्मक आवश्यकताओं की पूर्ति भी आदर्श रूप में करती है। संस्कृति में एकात्म भाव है, प्रकृति-पर्यावरण के प्रति आदर भाव समाहित है।

प्रकृति और पर्यावरण के संतुलन के स्वरूप के संदर्भ में मानव की भूमिका बहुत ही महत्वपूर्ण है। यद्यपि कि जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में मानव की भूमिका सबसे ज्यादा महत्वपूर्ण होती है परंतु पर्यावरणीय संवेदना के परिप्रेक्ष्य में उसकी जिम्मेदारी सबसे ज्यादा इसलिए है क्योंकि इसमें इसका स्वयं

का जीवन भी प्रभावी होता है। पर्यावरण के अंतर्गत वे सभी संजीव और निर्जीव कारक आते हैं जो समन्वित रूप से हमारे लिए एक रक्षा-कवच की सृष्टि करते हैं। वस्तुतः मनुष्य और पर्यावरण का अन्योन्यान्द्रय संबंध है यही कारण है कि दोनों परस्पर अपनी क्रियाओं से एक दूसरे को प्रभावित करते हैं।

भारत का सांस्कृतिक आदर्श और परम्परागत आधार आध्यात्म रहा है। मनुष्य की असीम आवश्यकताओं के परिप्रेक्ष्य में आधुनिक विकास कभी सक्षम नहीं हो सकेगा, यह अब सर्वमान्य तथ्य समझा जाने लगा है। अनन्त की प्राप्ति केवल आध्यात्मिक क्षेत्र में ही संभव है जो भारतीय परम्परा और संस्कृति में हमें देखने को मिलती है। आज मानव अति आधुनिकता एवं पश्चिम सभ्यता के कुचक्र में फंसकर सबसे ज्यादा पर्यावरण संतुलन में असंतुलन उपस्थित कर रहा है।

जीवन एवं जगत को पोषण देने के संदर्भ में मनुष्य का दायित्व बढ़ जाता है कि वह ऐसे कृत्य करें जो जीवन और जगत को संरक्षण और पोषण दें सके। हमारे सांस्कृतिक-सामाजिक जीवन के आधारभूत नियमों में सदा एक सुसंगति, एकता और समादर होना

चाहिए। यंत्र और विज्ञान लोभ के साधन नहीं होने चाहिए। लोभ की जगह प्रेम, करुणा और सहृदयता को स्थान मिलना आवश्यक है क्योंकि हमारे सांस्कृतिक-सामाजिक पर्यावरण को सुदृढ़ बनाने के लिए यह जरूरी है तभी उच्च मानवीयता के आदर्श स्थापित हो सकते हैं।

आर्ष ग्रन्थों में पृथ्वी को 'मां' का रूप प्रदान किया गया-

'माता भूमिः पुत्रोऽहं पृथिव्या'।

सूर्य अग्नि तत्व का साकार रूप है जिसमें ऊर्जा का अपरिमित स्रोत है, ऋग्वेद की ऋचाएं कहती हैं कि 'सूर्य की रश्मियों से वायुमंडल में विद्यमान असंख्य कीटाणु और विषाणु नष्ट हो जाते हैं।' इसी प्रकार वायुतत्व, जलतत्व के प्रति भी भारतीय मनीषियों के भावोद्गार प्रकट हुए हैं जिसमें असीम सम्मान का भाव निहित है तथा वहीं वे उनमें औषधीय एवं व्यवहारिक ज्ञान का परिचय भी कराते हैं। भारतीय संस्कृति के पर्यावरणीय चिंतन के परिप्रेक्ष्य में जो 'अरण्य संस्कृति' का पर्याय है उसमें तपोभव, त्याग एवं तपस्या सहज ही जुड़ गए हैं, जहां वृक्ष, लता-पादपों के साथ पशु-पक्षी वर्ग का भी अपना महत्व है। पर्वत-झरने एवं नदियों का भी वनों से अभिन्न संबंध है। भारतीय संस्कृति में इन सब के साथ प्रेम का सहसंबंधी का भाव रखा गया है। इसीलिए वृक्षारोपण, वृक्षसिंचन और संरक्षण एक पवित्र कार्य स्वीकार किया गया है। जबकि उन्हें काटना एक मनुष्य के वध के समान महापातक कहा गया है। बरगद, पीपल, आम, नीम, जामुन, आंवला, तुलसी जैसे उपयोगी वृक्षों के रोपण को महान धार्मिक कार्य माना गया है। वटवृक्ष में ब्रह्मा, विष्णु, महेश की त्रिमूर्ति का वास माना गया है। सामान्यतः प्रत्येक घर में तुलसी विद्यमान रहती है। स्वर्गलोक में कल्पवृक्ष की कल्पना की गयी है जो सभी कामनाओं को पूर्ण करने वाला होता है। महात्मा बुद्ध को पीपल के तले बोध प्राप्त हुआ। सम्पूर्ण बौद्ध साहित्य में पीपल, बड़, बाम, अशोक आदि वृक्षों



मनुष्य प्रकृति का एक प्रभावशाली घटक है किन्तु पर्यावरण से परे उसका कोई अस्तित्व नहीं। अपने नैतिक, सामाजिक एवं आर्थिक विकास की चरम सीमा पर मनुष्य तभी पहुंचेगा जब वह अपनी प्राकृतिक संपदाओं का उचित प्रयोग करेगा एवं वातावरण को स्वच्छ रखते हुए जैविक एवं भौतिक तत्वों का संतुलन बनाए रखेगा।

को बोधिवृक्षों का गौरव प्रदान किया गया है। आधुनिक युग में 'बिश्नोई' सम्प्रदाय वृक्ष-संरक्षण से जुड़ा रहा है।

भारतीय संस्कृति पर्यावरण के प्रति सदा संवेदनशील एवं जागरूक रही है। इस दृष्टि से 'अभिज्ञान शाकुन्तलम्' के नांदीपाद को लक्ष्य किया जा सकता है। यहां अष्टमूर्ति शिव का स्मरण करके प्रकृति के सभी सत्त्वों का समन्वित रूप से ध्यान किया गया है। जो शिव के कल्याणकारी स्वरूप की व्याख्या करता है। जिस प्रकार 'रक्षित धर्म ही मनुष्य की रक्षा करने में समर्थ होता है -धर्मो रक्षति रक्षितः।

उसी प्रकार संरक्षित पर्यावरण ही हमारी रक्षा कर सकता है।'

इसीलिए शोषण प्रकृति का ध्येय नहीं बल्कि पोषण एवं दोहन लक्ष्य होना चाहिए।

पर्यावरण नियोजन में सांस्कृतिक पक्ष की अहम् भूमिका होती है। मानवीय जीवन पद्धति के नैतिक मूल्य, सामाजिक सद्भाव, संयुक्त परिवार परम्परा, मातृभूमि से प्रेम आदि कुछ ऐसे पक्ष हैं जो सम्पूर्ण समाज, प्रकृति तत्व और पर्यावरण को प्रभावित करते हैं। औद्योगिक क्रांति के साथ बढ़ती हुई विलासिता ने इनको तोड़ा है, परिणामस्वरूप वन्य संस्कृति को नगर संस्कृति ने दूषित किया है जिसके दुष्परिणाम हम सभी को सहन करने पड़ रहे हैं। अतः आधुनिकता के नाम पर पर्यावरण की अवमानना हमारी एक आदत सी बन गई है। मनुष्य यह पूर्णतः भूल चुका है कि वह स्वयं प्रकृति पुत्र है। अतः आज के इस दौर में यह नितांत आवश्यक हो गया है कि मनुष्य अपने अस्तित्व को पहचान कर अपने आत्मबोध को जागृत करें तथा विस्मरण एवं भटकाव के रास्ते से वापस सही जीवन-पथ पर आये।

मनुष्य प्रकृति का एक प्रभावशाली घटक है किन्तु पर्यावरण से परे उसका कोई अस्तित्व नहीं। अपने नैतिक, सामाजिक एवं आर्थिक विकास की चरम सीमा पर मनुष्य तभी पहुंचेगा जब वह अपनी प्राकृतिक संपदाओं का उचित प्रयोग करेगा एवं वातावरण को स्वच्छ रखते हुए जैविक एवं भौतिक तत्वों का संतुलन बनाए रखेगा।

आज आवश्यकता इस बात में निहित है कि हम अपने ऋषि-मनीषियों एवं पूर्वजों के सुविचारित एवं तथ्यपरक विचारों के आलोक में पर्यावरण-संरक्षण के मार्ग पर चलकर प्रकृति से तादात्म्य स्थापित करें, क्योंकि पर्यावरण-संरक्षण से ही मानव समाज का संरक्षण संभव है। वस्तुतः प्रकृति-पोषण में ही हमारा कल्याणकारी भविष्य निहित है।

अपने मन कछु और हैं कर्ता के कछु और !



प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी

लेखक आकाशवाणी से सेवानिवृत्त अधिकारी हैं।

साहिर लुधियानवी का एक बहुत खूबसूरत शेर है -

"वो अफ़साना जिसे अंजाम तक
लाना ना हो मुमकिन,
उसे एक खूबसूरत मोड़ देकर
छोड़ना अच्छा।"

अपनी जिंदगी में ढेर सारे ऐसे प्रसंग आते रहे जिन पर लिखा जाए, बहस मुबाहिसा की जाए तो पूरी जिंदगी ही छोटी पड़ जाएगी। लेकिन उनका संदर्भित किया जाना आत्मकथा में आवश्यक भी है क्योंकि तभी आप अपने साथ उन लम्हों के साथ न्याय कर पाएंगे।

जैसा पहले ही बताया चुका हूँ कि मेरी दो संतानें हो चुकी थीं - दोनों पुत्र। बड़े दिव्य आदित्य जिनका पुकार नाम है रूपल, वे अब गोरखपुर के केन्द्रीय विद्यालय से इंटरमीडिएट करके फ़िटजी नामक संस्थान में इंजीनियरिंग परीक्षाओं की तैयारी के लिए दिल्ली जा चुके थे। मैंने ही उनको वहां ले जाकर एडमिशन और हॉस्टल आदि की औपचारिकताएँ पूरी करा कर सेटिल कर दिया था। पहली बार बेटा दूर जा रहा था और वह स्वयं तथा हम दोनों दुखी थे। इधर मेरे छोटे बेटे यश आदित्य, जिन्हें हम लोग उनके पुकार नाम प्रतुल कहकर बुलाते थे, उन्होंने वर्ष 2000 में एयर फ़ोर्स स्कूल गोरखपुर से जब हाई स्कूल लगभग 90 प्रतिशत अंक के साथ उत्तीर्ण किया तो हम लोगों ने आगे की अच्छी पढ़ाई के लिए उनको लखनऊ में रखना पसंद



किया। उनकी उदार हृदया मौसी ममता और मौसा जी ओम प्रकाश मणि त्रिपाठी (डिप्टी एस०पी०/पी०आर०ओ० टू डी० जी०पी०) ने उन्हें अपने यहाँ विज्ञानपुरी, महानगर के मकान में रखने का प्रस्ताव दिया था। हम लोगों ने प्रतुल को उनके उज्वल भविष्य के लिए उसे लखनऊ शिफ्ट कर दिया। अब हम लोग घर पर अकेले हो गए थे।

प्रतुल का इंटरमीडिएट में एडमिशन सिटी मांटेसरी स्कूल के महानगर ब्रांच में कराया गया जो आइ० सी० एस० ई० पैटर्न पर था जब कि प्रतुल सी. बी. एस. ई. पैटर्न से पढ़कर गए थे। उनको शुरुआत में थोड़ी दिक्कत हुई लेकिन बाद में उन्होंने मेहनत करके पढ़ाई में ही नहीं स्कूल में भी अपना नाम कर लिया। वर्ष 2000 में लखनऊ में सम्पन्न Constanina में, 2 मार्च से 4 मार्च 2001 तक ओवरसीज स्कूल, कोलंबो, श्रीलंका द्वारा आयोजित तीन दिवसीय वर्ल्ड पार्लियामेंट फॉर यूथ ओवरसीज में तथा 23 से 27 अगस्त 2001 में मैकफ़ेयर इंटरनेशनल वर्ल्ड पार्लियामेंट में उन्होंने युगोस्लाविया देश के प्रतिभागी के रूप में अपने स्कूल का प्रतिनिधित्व किया। अपने घर अपने माँ बाप के संरक्षण की बात कुछ और होती है और दूसरे के घर की बात कुछ और होती

है। प्रतुल कुछ असुविधाओं में रहकर (खास तौर से अपनी मौसी के चिड़चिड़े स्वभाव के कारण उपजी असुविधाएँ) भी खुश रहने की कोशिश करता रहा और उसने कभी भी किसी प्रकार की असुविधा का जिक्र हम सभी से नहीं किया। हम लोग उसकी हर आर्थिक आवश्यकताएँ पूरी करते रहे और फोन से लगातार संपर्क में बने रहे।

यह सच है कि बच्चों का अभाव हमें भी खल रहा था लेकिन उनके कैरियर का सवाल था। मेरे बड़े बेटे ने उसी बीच यह सुझाव दिया कि क्यों ना हमलोग भी लखनऊ शिफ्ट हो जाएँ! छोटे ने भी लखनऊ खासतौर से महानगर एरिया को बहुत अच्छा बताते हुए ऐसा ही कहा। हमारी ट्रांसफ़र हो सकने वाली नौकरी थी ही, लखनऊ के कल्याणपुर मुहल्ले में पहले से बना आधा अधूरा मकान भी था आखिर ट्रांसफ़र ही तो लेना था? आगे चलकर ऐसा ही हुआ भी। लेकिन जब हुआ तो बच्चे लखनऊ और दिल्ली क्या और भी दूर हो गए। वाचिक परंपरा में वो एक सूफ़ी कहावत है ना कि "अपने मन कछु और हैं कर्ता के कछु और !" (क्रमशः अगले अंक में)



प्रकृतिमेल डेस्क

लेक मैन ऑफ़ इंडिया आनंद मल्लिगवड

बेंगलुरु, जिसे कभी "लेक सिटी" के नाम से जाना जाता था, आज पानी की भारी कमी और प्रदूषित झीलों से जूझ रहा है। इस संकट के बीच, आनंद मल्लिगवड का नाम उम्मीद की किरण बनकर उभरा है। आनंद, एक पूर्व मैकेनिकल इंजीनियर, ने बेंगलुरु की मरती हुई झीलों को पुनर्जीवित करने का बीड़ा उठाया है, और उनके इस प्रयास ने उन्हें "लेक मैन" के रूप में प्रसिद्धि दिलाई है।

आनंद का जन्म 1981 में कर्नाटक के कोप्पल जिले में हुआ था। बचपन में, वे झीलों के आस-पास समय बिताना पसंद करते थे, जिससे उनके मन में जल संरक्षण के प्रति एक विशेष लगाव विकसित हुआ। बेंगलुरु में आकर, उन्होंने यहां की झीलों की बिगड़ती हालत को देखकर दुखी महसूस किया और इन्हें बचाने का संकल्प लिया।

झीलों का पुनर्जीवन

आनंद ने 2017 में झीलों के पुनर्जीवन का कार्य शुरू किया। उनकी पहली परियोजना क्यालासनहल्ली झील थी, जो अनेकल के पास स्थित है। इस 36 एकड़ की झील को पुनर्जीवित करने के लिए उन्होंने 95 लाख रुपये का बजट जुटाया और केवल 45 दिनों में इसे पूरा किया।

पुनर्जीवन की प्रक्रिया

आनंद की झीलों को पुनर्जीवित करने की प्रक्रिया कई चरणों में विभाजित है:

सूचना संग्रह: झील के बारे में अधिक से अधिक जानकारी एकत्र करना।

झील का दौरा: झील की स्थिति और उसके जल स्रोतों का मूल्यांकन।



डीपीआर और स्वीकृति: विस्तृत परियोजना रिपोर्ट तैयार करना और स्थानीय निकायों से स्वीकृति प्राप्त करना।

सामुदायिक भागीदारी: स्थानीय निवासियों को जागरूक करना और उनकी भागीदारी सुनिश्चित करना।

पुनर्जीवन की शुरुआत भूमि पूजन से होती है और जल निकासी की प्रक्रिया शुरू होती है।

देवीडिंग और मलबा हटाना: झील से खरपतवार और कचरा हटाना।

सिल्ट हटाना: झील के तल से सिल्ट हटाना और उसका पुनः उपयोग करना।

प्राकृतिक जल स्रोतों को खोलना: झील के सभी प्राकृतिक जल स्रोतों को पुनः खोलना।

जलीय और अन्य पौधों की रोपाई: झील के किनारे और जल में पौधों की रोपाई करना।

वनस्पति रोपण: झील के आस-पास एक छोटे जंगल का निर्माण।

सामुदायिक बैठक और हस्तांतरण: झील की सुरक्षा के लिए स्थानीय निवासियों को जिम्मेदारी देना।

मछली पालन: पुनर्जीवित झील में मछली पालन को बढ़ावा देना।

चुनौतियां और संघर्ष

आनंद के इस सफर में कई चुनौतियां भी आईं। फंड जुटाना, अतिक्रमणकारियों का विरोध, सरकारी मंजूरी प्राप्त करना और पुनर्जीवित झीलों का रखरखाव करना कुछ प्रमुख चुनौतियां रहीं। इसके अलावा, हाल ही में उन्हें कुछ कानूनी समस्याओं का भी सामना करना पड़ा, जिसमें उन पर बिना अनुमति के विकास कार्य करने और जल स्रोतों को गलत तरीके से मोड़ने के आरोप लगे।

समाज के लिए संदेश

आनंद मानते हैं कि शिक्षा का अर्थ सिर्फ



अंक प्राप्त करना नहीं है, बल्कि जीवन पर प्रभाव डालना भी है। वे कहते हैं, "जब मेरे जैसा गांव से आया व्यक्ति बड़े शहरों में बदलाव ला सकता है, तो यह सभी के लिए संभव है"। उनके कार्य ने कई लोगों को प्रेरित किया है और वे चाहते हैं कि अधिक लोग उनके नक्शेकदम पर चलें और जल संरक्षण के कार्य में योगदान दें। आनंद मल्लिगवड का सफर झीलों के पुनर्जीवन तक ही सीमित नहीं रहा है। उनका लक्ष्य सिर्फ बेंगलुरु की झीलों को पुनर्जीवित करना नहीं है, बल्कि यह संदेश भी फैलाना है कि कैसे सामुदायिक भागीदारी और सही तकनीकों के माध्यम से हम अपने प्राकृतिक संसाधनों की रक्षा कर सकते हैं।

सामुदायिक भागीदारी

आनंद का मानना है कि झीलों का पुनर्जीवन केवल सरकारी प्रयासों से संभव नहीं है। उन्होंने कई बार सामुदायिक भागीदारी की महत्ता पर जोर दिया है। उनकी हर परियोजना में स्थानीय निवासियों की भागीदारी होती है, जिससे उन्हें यह एहसास होता है कि

झील उनकी अपनी संपत्ति है और उसकी रक्षा करना उनकी जिम्मेदारी है

क्यालासनहल्ली झील की सफलता के बाद, आनंद ने कई और झीलों का पुनर्जीवन किया। उन्होंने अब तक 23 झीलों को पुनर्जीवित किया है, जिनमें से कुछ प्रमुख हैं:-

वीकरमपेट झील: इस झील को पुनर्जीवित करने में लगभग 60 दिन लगे और यह परियोजना लगभग 1 करोड़ रुपये की थी। इस झील का पुनर्जीवन स्थानीय समुदाय और कुछ कॉर्पोरेट फंडिंग की मदद से किया गया।

चुनौतीपूर्ण परियोजनाएं

कुछ परियोजनाएं विशेष रूप से चुनौतीपूर्ण रहीं, जैसे:-

येलनूर झील: इस झील को पुनर्जीवित करने के दौरान, आनंद और उनकी टीम को भारी विरोध का सामना करना पड़ा, लेकिन उन्होंने अपनी मेहनत और दृढ़ संकल्प से इसे सफलतापूर्वक पूरा किया।

तिमनाहल्ली झील: इस झील के आसपास की जमीन पर अवैध कब्जे थे,

जिन्हें हटाना एक बड़ी चुनौती थी। आनंद मल्लिगवड का सफर सिर्फ झीलों के पुनर्जीवन तक सीमित नहीं रहा है, बल्कि उन्होंने समाज को पर्यावरण संरक्षण के महत्व को भी समझाया है। उनके विचार और संघर्ष कई मायनों में प्रेरणादायक हैं। वे अपने कार्यों और विचारों से यह संदेश देना चाहते हैं कि एक व्यक्ति भी बड़े बदलाव ला सकता है।

विचार

स्थायी विकास का मॉडल: आनंद का मानना है कि विकास का ऐसा मॉडल अपनाया जाए जो पर्यावरण को नुकसान पहुंचाए बिना हो। झीलों का पुनर्जीवन इसका एक उदाहरण है, जहां उन्होंने स्थानीय संसाधनों और समुदाय की भागीदारी से स्थायी विकास का मार्ग प्रशस्त किया।

सामुदायिक भागीदारी: आनंद ने हर परियोजना में सामुदायिक भागीदारी को प्राथमिकता दी है। उनका मानना है कि जब तक स्थानीय लोग स्वयं अपनी झीलों की रक्षा के लिए आगे नहीं आएंगे, तब तक कोई भी पुनर्जीवन स्थायी नहीं हो सकता। उन्होंने विभिन्न जागरूकता अभियानों के माध्यम से लोगों को जोड़ने।

शिक्षा और जागरूकता: आनंद का मानना है कि पर्यावरण संरक्षण की शिक्षा बच्चों से शुरू होनी चाहिए। उन्होंने स्कूलों और कॉलेजों में कई जागरूकता कार्यक्रम चलाए हैं, जिससे बच्चों में पर्यावरण के प्रति जिम्मेदारी की भावना विकसित हो सके।

सहयोग और नेटवर्किंग: आनंद ने अपने कार्यों में विभिन्न एनजीओ, सरकारी एजेंसियों, और कॉर्पोरेट्स से सहयोग प्राप्त किया है। वे मानते हैं कि बड़े पैमाने पर परिवर्तन के लिए सभी संबंधित पक्षों का सहयोग आवश्यक है।

संघर्ष

वित्तीय चुनौतियां: आनंद ने अपनी अधिकांश परियोजनाएं बिना किसी सरकारी

सहायता के पूरी की हैं। उन्हें फंड जुटाने के लिए कई बार कठिनाइयों का सामना करना पड़ा। उन्होंने क्राउडफंडिंग, कॉर्पोरेट सामाजिक जिम्मेदारी (CSR) फंडिंग, और व्यक्तिगत दानदाताओं के माध्यम से फंड जुटाया।

कानूनी अड़चनें: कई बार आनंद को कानून का सामना करना पड़ा है। बिना सरकारी अनुमति के कार्य करने के आरोपों के कारण उन्हें कई कानूनी मामलों में उलझना पड़ा। इसके बावजूद, उन्होंने अपने कार्यों को जारी रखा और न्याय प्रणाली के माध्यम से अपनी परियोजनाओं को आगे बढ़ाया।

समुदाय का विरोध: कुछ मामलों में स्थानीय निवासियों ने उनकी परियोजनाओं का विरोध किया। झीलों के पास अनावश्यक को हटाना और लोगों को पुनर्जीवन के लाभ समझाना एक बड़ी चुनौती रही है। उन्होंने लगातार संवाद और जागरूकता अभियानों के माध्यम से इन चुनौतियों का समाधान किया।

तकनीकी समस्याएं: झीलों के पुनर्जीवन के दौरान कई तकनीकी समस्याएं भी आईं, जैसे जल निकासी, सिल्ट हटाना, और प्राकृतिक जल स्रोतों को पुनः खोलना। उन्होंने स्थानीय विशेषज्ञों और स्वयंसेवकों की मदद से इन समस्याओं का समाधान किया।

आनंद मल्लिग कि "हम सभी को पर्यावरण रक्षण की जिम्मेदारी लेनी चाहिए।" उनके अनुसार, छोटे-छोटे कदम भी बड़े बदलाव ला सकते हैं। वे चाहते हैं कि लोग अपने आसपास की झीलों और जल स्रोतों की देखभाल करें और उनकी रक्षा के लिए आगे आए।

आनंद द्वारा पुनर्जीवित कुछ प्रमुख झीलों का विवरण

क्यालासनहल्ली झील

स्थान: अनेकल, बेंगलुरु, **क्षेत्रफल:** 36 एकड़, **अवधि:** 45 दिन, **लागत:** 95 लाख रुपये

प्रक्रिया: यह आनंद की पहली परियोजना

थी, जिसमें उन्होंने झील की सफाई, जल निकासी, और सिल्ट हटाने का काम किया। इसके बाद, झील के किनारे पौधारोपण और एक वॉकिंग ट्रैक का निर्माण किया गया।

वीकरमपेट झील

क्षेत्रफल: 25 एकड़, **अवधि:** 60 दिन, **लागत:** 1 करोड़ रुपये

प्रक्रिया: इस झील को पुनर्जीवित करने के लिए, आनंद ने स्थानीय समुदाय के साथ मिलकर झील की सफाई, जल निकासी, और पौधारोपण का कार्य किया। झील के किनारे वॉकिंग ट्रैक और बेंच भी बना।

कोनीसंद्रा झील

क्षेत्रफल: 18 एकड़, **अवधि:** 50 दिन, **लागत:** 80 लाख रुपये

प्रक्रिया: इस झील में, आनंद ने झील के अंदर और बाहर की सफाई, सिल्ट हटाना, और पौधारोपण किया। इसके अलावा, झील के आसपास के इलाकों को हरा-भरा बनाने के लिए स्थानीय वृक्षारोपण अभियान भी चलाया गया।

येलनूर झील

क्षेत्रफल: 22 एकड़, **लागत:** 90 लाख रुपये,

प्रक्रिया: इस झील को पुनर्जीवित करते समय, आनंद को भारी विरोध का सामना करना पड़ा। उन्होंने स्थानीय निवासियों को जागरूक किया और उनकी मदद से झील की सफाई, सिल्ट हटाना, और पौधारोपण का कार्य पूरा किया।

आनंद मल्लिगवड का कार्य हमें सिखाता है कि दृढ़ संकल्प और सामुदायिक भागीदारी के माध्यम से हम अपने पर्यावरण की रक्षा कर सकते हैं। उनका सफर प्रेरणादायक है और यह हमें अपने आसपास के जल स्रोतों और पर्यावरण की रक्षा के लिए प्रेरित करता है। हमें उनसे सीख लेकर अपने पर्यावरण की सुरक्षा और संरक्षण के लिए कदम उठाने चाहिए।

सैलाब



राजेन्द्र कुमार सिंह

नाशिक (महाराष्ट्र)



बेटी की आंखों में आंसू
देखकर श्याम के धैर्य
का बांध टूट गया। अब
तक रोका गया दर्द
का सैलाब, जो आंखों
के भीतर कैद था सारी
सीमाओं को तोड़ कर
बेतहाशा बह निकला।

इकलौती बेटी रमा के विदाई समारोह के बेला में पिता रामनाथ को रोते देखकर उनका मित्र श्याम ने उस समय तो नहीं लेकिन दो-चार दिनों के बाद बात निकली तो बातों-बातों में अपने मित्र से कहा- 'रामनाथ तुमको रोते देखकर मुझे आश्चर्य हुआ जबकि जानते हो की बेटी पराया धन होती है, यह दूसरे की अमानत है। जो इसे कुछ अवधि को पूरा कर दूसरे घर कुच कर जाना है। पहले तो यही कहते थे न! लेकिन बेटी के विदाई में रोता देखकर लगा की मात्र यह हौसला देने के लिए शब्दों को यूज करते हो जब अपने पर पड़ता है तो सारे सिद्धांत फ्यूज हो जाते हैं। हौसला व दिलाशा, देर-सवेर सबके लिए लागू होता है। जबकि हकीकत कुछ और है।

'श्याम आपकी भी बेटी है। सबको मालूम है की बेटी पराया होती है फिर भी कितना भी संयम रखो सब्र का बांध टूट ही जाता है।

ये शरीर नश्वर है। एक दिन सबको जाना है इसके लिए क्या रोना। लेकिन ऐन मौके पर सारे सिद्धांत फेल हो जाता है।

मैंने बहुत कोशिश किया लेकिन मैं अपने को रोक नहीं पाया।'

कुछ दिन बीतने के पश्चात श्याम की बेटी की शादी तय हो गई।

विदाई की घड़ी आई तो श्याम अपने दिल को कठोर कर बिल्कुल तटस्थ बना रहा। लेकिन पानी बूंद-बूंद जमा हो कैसे तालाब का रूप ले लेता है। बिछुड़न के दर्द से वह भी छटपटाने लगा था। दर्द की अतिरेकता उस पर हाबी होने लगी थी।

बेटी की आंखों में आंसू देखकर श्याम के धैर्य का बांध टूट गया। अब तक रोका गया दर्द का सैलाब, जो आंखों के भीतर कैद था सारी सीमाओं को तोड़ कर बेतहाशा बह निकला।

रामनाथ की आंखें भी गीली हो गई थी।

सूत्र वाक्य

अशोक मानव

- 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।
- आत्मज्ञान एक एहसास है जो सकारात्मक विचारों से उत्पन्न होता है, जिस दिन सोच सकारात्मक हो जाएगी उसी दिन से आत्मज्ञान का दरवाजा खुल जाएगा और धीरे-धीरे आत्मज्ञान की अनुभूति होने लगेगी।
- जीवन प्रकृति का एक गणित है गणित का सूत्र मालूम होता है तो सवाल का जवाब मिल जाता है ठीक इसी प्रकार जीवन जीने का सूत्र मालूम होता है तो हर विषय का उत्तर स्वयं मिल जाता है।
- किसी भी भूगोल की रासायनिक गंध उसकी लयता होती है जिसे "राग" कहते हैं जो जीवन को सरल बनाते हुए मृदा को सिद्धांत कर यात्रा को पूर्ण करती है
- जीव अपनी मृदा से प्रवृत्तिय गुण को सिद्धांत करने के लिए शरीर रूपी भूगोल बनाकर उसमें स्वरसायन लोक से नियत स्वाभाविक पदार्थिय तत्व गंधीय मिलान कर बनने वाली ऊर्जा से गुब्बारे की तरह स्वतः अपने गंतव्य तक पहुंच जाता है।
- मानव की भौगोलिक यात्रा स्व अर्थ नियोजित है जिसमें अपनी यात्रा पूर्ण करने के लिए
- रासायनिक धनरासी मौजूद होती है यदि बाह्य जगत से प्रभावित होकर इसमें परिवर्तन नहीं किया जाता है तो अपनी इच्छा से जोड़ने और एहसास से निर्माण करने का अर्थ स्वतः पूर्ण हो जाता है।
- प्रकृति जीव को भार मुक्त बनाए रखने और जीवन की सरल यात्रा करने के लिए ही उसे उसके भविष्य को देखने नहीं देती और आने वाली स्थिति से उसे अनभिज्ञ रखती है।
- बाह्य प्रकाश का चकाचौंध ना देखना ही स्व अंधेरा होता है जिसमें अपनी ऊर्जा का प्रकाश बाह्य जगत की दुनिया में अपनी अवस्थाओं को दिखाता है यही स्व प्रकाश अंधकार को मिटाकर स्वप्रकाश से आपको अपनी दुनिया दिखाता है।
- जब कोई भी जीव पदार्थ या अवस्था अपने रासायनिक गुण के अनुसार गतिमान रहती है तो वह अपनी भौगोलिक अवस्था से तृप्त होकर पूर्णता पक के अपनी मूल अवस्था में पहुंचकर प्रकृति बन जाती है।
- जीवन का निर्माण प्राकृतिक योग है जो भूमि के गुण अनुसार होता है जिससे हर वैज्ञानिक संकेत स्व भूगोल में प्राप्त होता है इसी के अनुसार गतिमान होना ही सफलता का वैज्ञानिक मार्ग है।



अशोक मानव

गणितीय ज्ञान मानव जीवन का विकास है पर प्रकृति की स्थापना गणितीय आधार पर स्वाभाविक रूप से होती है, इसी गणित का परिणाम मानव विकास है। जिसका आधार गणितीय सूत्र है जिसकी सही जानकारी उसे उस मंजिल तक पहुंचा देती है जिसके लिए वह जीवन धारण करता है। यह सूत्र ऐसा नहीं जिसे करना पड़ता है बल्कि यह तो जीवन विकास के साथ स्वाभाविक रूप से स्वतः होता रहता है जो मंजिल पर पहुंचा देता है। आवश्यकता है इसके साथ चलने की और इसे पहचान कर अपने वैचारिक संतुलन को सही दिशा देने की। क्योंकि व्यक्ति जो स्वाभाविक करने के लिए जीवन धारण करता है उसका आधार वैचारिक ही होता है। शरीर का निर्माण गणितीय आधार पर होता है जो पदार्थ की मात्रा को जोड़ते हुए पूरा करता है। जब जोड़ के सहयोग से विकास पूरा हो जाता है तब वह घटकर (-) छूट जाता है, जब शरीर में वही बचता है जिसकी आवश्यकता होती है तब उसकी गुणात्मक वृद्धि होती है। जिसकी वृद्धि शरीर करता है उसका भाग(हिस्सा) शरीर में बटने के साथ प्रकृति में भी पहुंचता रहता है।

प्रकृति द्वारा बनाया गया जीवन नापतोल की परिधि से परिपूर्ण होता है। जीवन में जीव निश्चित मात्रा में भोजन करता है उस भोजन



जीवन का आधार

जीवन का आधार गुणात्मक होता है, जब निर्माण करना होता है तो जोड़ता है जब जलरत खत्म हो जाती है तो घटा देता है यदि अधिक की जलरत होती है तो गुणात्मक वृद्धि करता है और जब निर्माण पूर्ण हो जाता है तब जिसका जो हिस्सा बनता है उसे भाग से बांट देता है।

से शरीर में जो जुड़ता है उसे जुड़ जाने के बाद वह शरीर से बाहर हो जाता है यह क्रिया जीवन भर चलती रहती है जो जीवन निर्माण की आवश्यक जोड़ गणित है। इस क्रिया को बेहतर बनाने हेतु मानव जहां पैदा होता है या जहां रह रहा होता है वहां के वातावरण में पैदा होने वाले पदार्थ को धारण करके बना सकता है। ऐसा करने से उसके जीवन का गुणात्मक विकास होता है। जीवन में मानव दृश्य, शब्द, संबंध की गंध को भी जोड़ता है जिससे उसके शरीर में गंध का गुण जुड़ जाता है। जिससे उसके शरीर का विकास होता है। स्वशन क्रिया के माध्यम से जो ऑक्सीजन शरीर में

जाता है उसमें वातावरण से जीव, वृक्ष और पदार्थ की गंध शरीर में पहुंच जाती है। जिसमें उसका गुण मौजूद होता है जो शरीर में जुड़ जाता है और गर्म हवा उसे छोड़कर बाहर निकल जाती है। इस जोड़ से शरीर की वृद्धि होती है जिससे मानसिक अवस्था बदल जाती है और इस ऊर्जा से रोग प्रतिरोधक क्षमता का विकास होता है। इस प्रकार जोड़ जीवन विकास आधार बनकर जीवन चक्र को पूरा करता है। इस जोड़ से शारीरिक और मानसिक अवस्था का विकास होता है। जिससे ऊर्जा पैदा होती है ऊर्जा से विचार पैदा होता है जो भावमय होकर जीवन को एहसास देता है।

एहसास से ही सही और गलत की पहचान होती है। जिसे जानकर व्यक्ति अपने विचार को दिशा दे सकता है। अच्छे अहसास को जो विचार जन्म दे रहा हो उसी के बारे में सोचना चाहिए अन्य कार्यों में शरीर का सहयोगी होना चाहिए विचार का नहीं। क्योंकि विचार से जो अहसास पैदा होता है उसकी अनुभूति खुद को आनंदित करती है और वही उसके जीवन चक्र के साथ जुड़ जाती है जो प्रकृति के संपत्ति बनकर स्थाई रूप से जुड़ जाती है। इसी गुण का पदार्थ शरीर बन जाता है इसी विधा की वृद्धि को जोड़कर प्रकृति विस्तार हेतु जीव की उत्पत्ति होती है। यह जोड़ अपनी गुणात्मकता से जुड़ते हुए अपना विस्तार करके अपना वर्चस्व बना लेता है। अपना वर्चस्व बनाने के लिए अपने विचार को सुनिश्चित करके उसी के बारे में सकारात्मक सोचते रहना चाहिए।

घटाना(-) जोड़ने (+) से भी कहीं ज्यादा महत्वपूर्ण योग है। जीव निर्माण की शुरुआत इसी से होती है। प्रकाश पड़ने से ऊष्मा बनती है जो जल के साथ गंध को हवा में उड़ा ले जाता है। यह प्रक्रिया ब्रह्मांड के सभी हिस्सों से होती है। यही घटा हुआ भाग गंध रस बनाकर प्रकाश के साथ जुड़कर जलने का ईंधन बनकर जुड़ जाता है जिससे ज्योति बन जाती है जो जीव का बीज बनकर जीवन धारण करता है। जिसमें गंध के अनुसार जीवन स्वरूप शरीर का विकास होता है और शरीर में उसी गुण का पदार्थ बनने लगता है जो शरीर छूटने के बाद स्थाई पदार्थ बनकर अपने गुणों का विस्तार करके इसी प्रक्रिया के तहत कार्य करता है। जीवन विकास में जिसकी आवश्यकता पड़ती है वह जुड़ता है और जिसका कार्य पूरा हो जाता है वह जीवन से बहकर बाहर निकल जाता है। जोड़ने को तो कुछ समय तक रोका जा सकता है पर घटने वाले पदार्थ को रोकना जीवन के लिए खतरा बन जाता है। घटता वही है जिसका कार्य पूरा हो जाता है शरीर, फल, फूल, पत्ते अपनी रचना से घटते तभी हैं जब उनका कार्य पूरा होकर परिपक्व हो

जाता है, जो स्थाई पदार्थ का रूप धारण करने योग्य हो जाता है। स्थान, जीव और संबंध भी जीवन में आवश्यकता अनुसार जुड़ते हैं और जब उनका कार्य पूरा हो जाता है तो घटकर अलग हो जाते हैं। यह क्रिया प्रकृति निर्माण के अनुसार होती है। मानव जीवन में उनके प्रति मोह बन जाना स्वाभाविक होता है जो छूटने पर कष्ट का कारण बनता है यहां पर मानव ज्ञानदृष्टि से ही अपने कष्ट को खत्म कर सकता है। छूटना भी तो एक स्वाभाविक क्रिया है उसके बाद ही व्यक्ति आगे बढ़ता है जिससे वह जो पूरा करने के लिए आया होता है उसका विकास होता है। जब किसी गुण की अधिकता होने लगती है तो उसे घटाना प्रकृति विकास की आवश्यकता है। जब घटा हुआ पहलू रिक्त होता है तो उसकी पूर्ति अन्य गुण से होती है। अन्य गुण जुड़ता है जो जीव विकास की आवश्यकता होती है, इसी प्रकार जीव अपने कार्यों को पूरा कर पाता है।

यदि जोड़ (+) निर्माण है तो घटाना (-) भी निर्माण की ही प्रक्रिया है। निर्माण में जिसकी आवश्यकता होती है वह जुड़ जाता है और जिसका कार्य पूरा हो जाता है वह घट जाता है। इसी प्रक्रिया से जीव पदार्थ का समन्वय स्थापित हो पाता है जिससे वह अपनी गुणात्मक वृद्धि कर पाता है। यदि वह प्रक्रिया सही तरीके से पूरी होती है तो व्यक्ति अपने गुणों की वृद्धि दस गुना कर सकता है। गुणा किसी भी गुण को बढ़ाने की सबसे बड़ी गणित है पर यह वृद्धि तभी हो पाती है जब व्यक्ति घटे हुए भाग को मानसिक रूप से भी छोड़ पाता है नहीं तो गुणात्मक वृद्धि दस गुणा नहीं हो पाती है और रिक्त स्थान को भरने वाला गुण भी नहीं जुड़ पाता है। जिसके कारण से गुणात्मक वृद्धि नहीं हो पाती है। अपने गुणों को सही विकास करने हेतु गणितीय विधान से ही चलना चाहिए यही पथ व्यक्ति को पूर्ण रूप से उसकी मंजिल तक पहुंचाता है।

जब व्यक्ति के जीवन का जोड़ (+), घटाना (-), गुणा(x) सही होता है तो भाग(÷) स्वतः सही हो जाता है, इसके सही

होने पर शरीर विकास के लिए जिस मात्रा की जहां आवश्यकता होती है वहीं पहुंचाता है जिसे भाग(÷) सही होता है तो शरीर की आंतरिक मजबूती आवश्यकता अनुसार पूरी होती है। जिससे व्यक्ति की मानसिक सोच सही दिशा में सकारात्मक होती है और व्यक्ति उसी दिशा में अग्रसर होकर आगे बढ़ता है जिसके निर्माण के लिए वह जीवन धारण करता है। अपनी विधा का वह एक सफल खिलाड़ी बन जाता है। भाग सही होने के बाद व्यक्ति शारीरिक रूप से बलिष्ठ होता है जिससे उसकी रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ जाती है और वह बीमार नहीं पड़ता है। जब भाग सही नहीं हो पता है तभी उसके अंदर बीमारी पैदा होती है। जिसे शरीर अपनी रक्षा करने के लिए प्रभावित करने वाले गुण को इकट्ठा करके बाहर निकाल करके घटा देता है। जिससे स्वस्थ रहकर भाग करने में सुलभता होती है। जब जोड़, घटाना, गुणा, सही होता है तो भाग सही लगता है। जिससे व्यक्ति अपने उसी उद्देश्य को पूरा कर पता है जिसे पूरा करने के लिए प्रकृति में जीवन धारण करता है। यह प्रक्रिया जब सही चलती रहती है तो व्यक्ति इसी गुण की वृद्धि हेतु जीवन धारण करता रहता है और जब इस गुण को पूर्णता तक पहुंचा देता है तब वह जीवन चक्र से मुक्ति प्राप्त कर पाता है, फिर कभी उस गुण के विकास हेतु उसकी आवश्यकता पड़ती है तो इस गुण को बढ़ाने हेतु वह जीवन धारण करता है ऐसा होने पर उसके ऊपर ज्योति की नजर होती है। वह अन्य किसी कार्य में नहीं जाने देती है वह सिर्फ वही कार्य पूरा करता है जो उसकी विधा का होता है। मुक्ति के बाद व्यक्ति की गंध वायुमंडल में और पदार्थ प्रकृति में हिस्से में बंट जाता है जो अपने गुण के निर्माण हेतु कार्य करने लगता है। इस प्रकार मानव अपने जीवन को गणितीय आधार मुक्ति के मार्ग पर ले जा सकता है।

प्रश्न हमारे उत्तर श्री अशोक मानव जी के

प्रश्न : बुद्धि क्या है? इसकी हमारे जीवन में प्राकृतिक रूप में क्या उपयोगिता है?

उत्तर : बुद्धि एक ऐसा माध्यम है जो की आत्मा और व्यक्ति के मध्य एक समझौता करने का कार्य करती है।

प्रश्न : ध्यान क्या है? इसका वास्तविक स्वरूप क्या है?

उत्तर : ध्यान एक प्राकृतिक क्रिया है जो जीवन में किसी भी समय हो जाता है। प्राकृतिक गति में आ जाना ही ध्यान है। ध्यान जब किया जाता है तब व्यक्ति किसी एक विषय पर केंद्रित हो जाता है जिसके बाद विषय में जैसा उतार चढ़ाव आता है उसी की गति बन जाती है जब तक वह पूरा नहीं हो जाता तब तक व्यक्ति का खिंचाव उसी तरफ बना रहता है।

प्रश्न : किसी विषय या पदार्थ पर ध्यान करने का परिणाम क्या होता है?

उत्तर : पदार्थ पर ध्यान क्रिया करने से जो चुंबकत्व उत्पन्न होता है उसमें पदार्थ और व्यक्ति दोनों की ऊर्जा मिल जाती है जिससे नए विषय की बीजीय रचना हो जाती है जो समय आने पर प्रकृति में स्थापित होकर विषय को पूरा करता 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

पौधों में मौजूद है औषधीय गुण



गोवर्धन दास बिन्नाजी 'राजा बाबू'

बीकानेर, राजस्थान

पर्यावरण पर गलत प्रचलनों पर विचार करें तो सबसे पहले धरती के वातावरण के तापमान में लगातार हो रही विश्वव्यापी बढ़ोतरी को रोकने में हम भारतवासी पहल कर विश्व के सामने एक उदाहरण प्रस्तुत कर सकते हैं।

हमें अपनी खेतीबाड़ी में संयम बरतना चाहिये और उचित तो यही रहेगा कि हमसब अब जैविक खेती पर ध्यान देना प्रारम्भ कर दें। जैसा आप सभी जानते हैं कि आजकल अपनी सरकार भी अपनी तरफ से जैविक खेती को प्रोत्साहित कर रही है।

इसी कड़ी में अब आप सभी के ध्याननार्थ, हम जो अन्धाधुंध पेड़ों की कटाई कर रहे हैं वह किसी भी दृष्टि से उचित नहीं माना जा सकता। नीम, कुरकुमालौंगा, लहसुन, अदरक, अंगूर, मेथी, करेला, अनार, शतावरी, मुंगना (सहजन), उलटकंबल, श्योनाक, पीपल, बेलपत्र/फल, बरगद/बड़, आंवला एवं अशोक इत्यादि अनेक ऐसे पौधे हैं जिनमें प्रचुर औषधीय गुण मौजूद हैं। दुनियाभर में इन औषधीय पौधों से ही दवायें विकसित की जा रही हैं। इसलिये आवश्यकता यही है कि इस तरह के सभी औषधीय पौधों को संरक्षण प्रदान किया जाय। इन पौधों को विकसित करने से जमीन मालिक न केवल पर्यावरण संरक्षण को मजबूती प्रदान करेंगे बल्कि अपनी आमदनी में भी बढ़ोतरी कर पायेंगे।

नीम, कुरकुमालौंगा, लहसुन, अदरक, अंगूर, मेथी, करेला, अनार, शतावरी, मुंगना (सहजन), उलटकंबल, श्योनाक इत्यादि अनेक ऐसे पौधे हैं जिनके सेवन से रक्त में शर्करा का स्तर घट जाता है।

हाल ही में करंट साइंस जर्नल में प्रकाशित एक अध्ययन में ऐसा पढ़ने में आया है कि इन पौधों में मधुमेहरोधी गुण पाये गये हैं। हालांकि उस अध्ययन में उपरोक्त के अलावा भी कुछ और पौधों का उल्लेख है। और इनका चूहों पर परीक्षण भी किया जा चुका है।

परीक्षण में इस तरह के पौधों में एंटीऑक्सीडेंट गुण जानकारी में आये, जो किडनी में ऑक्सीडेंटिव तनाव को नियंत्रित करने में सहायक होते हैं।



जैसा सभी पाठक जानते हैं मधुमेह रोगियों में किडनी खराब होने की प्रबल सम्भावना रहती है। और इस तरह के अध्ययनों से ऐसा विश्वास उत्पन्न हुआ है कि इन औषधीय पौधों से जो दवायें विकसित की जायेंगी उनसे किडनी का समुचित प्रभावी इलाज हो पायेगा।

उपरोक्त के अलावा पीपल, बेलपत्र/फल, बरगद/बड़, आंवला एवं अशोक वृक्ष भी औषधीय गुणों से भरपूर हैं। इन सबके बारे में भी संक्षेप में निम्न प्रमुख जानकारी सांझा कर रहा हूँ -

इसी तरह पीपल एक ऐसा पौधा है जिसमें से न केवल प्राणवायु ऑक्सीजन निकलती है

बल्कि इसके साथ ओजोन गैस भी। पीपल की जड़ एवं पत्ते अनेक रोगों जैसे अस्थमा, त्वचा सम्बन्धित सहित अनेक रोगों की दवा बनाने में उपयोग किये जाते हैं।

इसी क्रम में बेलपत्र में प्रोटीन, विटामिन ए एवं बी वगैरह तत्व तो बेलफल में कैल्शियम, फास्फोरस, आयरन, प्रोटीन वगैरह पाते जाते हैं। इसका भी उपयोग त्वचा सहित अनेक रोगों की दवा तैयार करने में लिया जाता है।

जहां तक बड़ का सवाल है तो जान लें बड़ का दूध बहुत बलदायी माना जाता है। इसलिये बड़ के दूध के सेवन से शरीर का कायाकल्प हो जाता है। वहीं बरगद के पेड़ से भी आयुर्वेद में अनेक तरह के इलाज किये जाते हैं जिसमें धातु सम्बन्धित रोग को ठीक करने में इसे रामबाण औषधि माना जाता है।

चूंकि चरक संहिता में एक सौ रोगों के निदान हेतु आंवला को एकदम उपयुक्त बताया गया है इसलिये ही आंवले को आयुर्वेद में अमृत फल माना जाता है। इसका काष्ठोषधि एवं रसोषधि अर्थात् दोनों तरह की औषधि निर्माण में काम में लेते हैं। जैसा आप सभी जानते हैं आंवले का प्रयोग न केवल बालों की हर तरह की देखभाल के लिये बल्कि त्रिदोष, कब्ज, मूत्र विकार इत्यादि रोगों के लिये लाभकारी सिद्ध हुआ है।

अब आपके ध्याननार्थ बता दूं कि आयुर्वेद में अशोक वृक्ष स्त्री विकारों को दूर करने वाला प्रमुख वृक्ष माना जाता है।

इसलिये आवश्यकता यही है कि इस तरह के सभी औषधीय पौधों पर और गहन अध्ययन किया जाय ताकि आने वाले समय में इनका उपयोग दवायें बनाने में और ज्यादा हो सके।

चलते रहने का नाम जिंदगी है



मृत्युंजय कुमार 'मनोज'
ग्रेटर नोएडा

मनुष्य जीवन कर्म-प्रधान है। कर्म का कोई विकल्प नहीं है, न ही हो सकता है। हां, हर व्यक्ति के कर्म करने का माध्यम और उद्देश्य अलग-अलग है। कोई दिमाग का इस्तेमाल ज्यादा करता है तो कोई शरीर का। किसी को नाम-शोहरत चाहिए तो किसी को खूब धन-दौलत और किसी को दोनों। लेकिन बिना मेहनत के जीवन में कोई भी सफलता नहीं मिलती है। परिस्थितियां कभी अनुकूल तो कभी प्रतिकूल कुछ भी हो सकती है क्योंकि मनुष्य का जीवन परिवार, दोस्त, पैसा, धर्म, जाति आदि कई कारकों पर निर्भर करता है और इतने कारकों पर हर पल नियंत्रण संभव नहीं है।

चलते रहने का नाम ही जिंदगी है। जिनको जिंदगी से शिकायत है वे पूरी जिंदगी शिकायत ही करते रह जाते हैं। 'कभी किसी को मुक्कमल जहां नहीं मिलता। कहीं जमीं तो कहीं आसमां नहीं मिलता।' मानव जीवन के सच को बयां करती ये पंक्तियां हमें पोजिटिव बने रहने और जीवन के हर पल को आनंद से जीने का मार्ग दिखाती है। मनुष्य जीवन कर्म-प्रधान है। कर्म का कोई विकल्प नहीं है, न ही हो सकता है। हां, हर व्यक्ति के कर्म करने का माध्यम और उद्देश्य अलग-अलग है। कोई दिमाग का इस्तेमाल ज्यादा करता है तो कोई शरीर का। किसी को नाम-शोहरत चाहिए तो किसी को खूब धन-दौलत और किसी को दोनों। लेकिन बिना मेहनत के जीवन में कोई भी सफलता नहीं मिलती है। परिस्थितियां कभी अनुकूल तो कभी प्रतिकूल कुछ भी हो सकती है क्योंकि मनुष्य का जीवन परिवार, दोस्त, पैसा, धर्म, जाति आदि कई कारकों पर निर्भर करता है और इतने कारकों पर हर पल नियंत्रण संभव नहीं है। लेकिन जिसने प्रतिकूल परिस्थितियों में भी हार नहीं मानी वही जीवन-समर में विजयी होता है और सिकंदर कहलाता है।

पूरी दुनिया ऐसी कहानियों से भरी पड़ी है जिन्होंने कर्म-पथ पर चलते हुए सबके लिए मिशाल पेश की। प्रसिद्ध मीडियाकर्मी ओपरा



विन्फ्रे, प्रसिद्ध लेखिका जे के राउलिंग, एप्पल के फाउंडर स्टीव जॉब्स, अमेरिकी राष्ट्रपति अब्राहम लिंकन, भारत रत्न अब्दुल कलाम, क्रिकेटर महेन्द्र सिंह धोनी, फिल्म ऐक्टर रजनीकांत जैसी शख्सियत कुछ उदाहरण मात्र हैं। इन सब ने अपने जीवन के सफर में आए विपरीत परिस्थितियों को अपने मार्ग का बाधक नहीं बनने दिया। उससे लड़े और सफल हुए। सभी सफल व्यक्ति की कहानी यह बताती है कि वे आत्मविश्वास से लवरेज थे। उन्होंने स्वयं पर भरोसा किया; मेहनत किया और कठिनाइयों से लड़ते हुए हर दिन अपने को बेहतर बनाने में लगे रहे। उन्होंने चुनौतियों को अवसर के रूप में लिया और समयानुकूल तकनीक, कौशल, बुद्धि-विवेक का इस्तेमाल करते हुए कठिनाइयों पर विजय प्राप्त की।

मानव जीवन के संबंध में जब हम बात करते हैं तो कुछ तथ्यों पर गौर करना जरूरी है। पहला पृथ्वी पर हर मनुष्य की मृत्यु तय है और दूसरा हर व्यक्ति को बिना किसी भेदभाव के प्रकृति ने चौबीस घंटे दिया है। मानव जीवन की सफलता और असफलता की कहानी इसी चौबीस घंटे के इस्तेमाल करने की कहानी है।

हर व्यक्ति का जन्म कहां होगा, किस परिवार में होगा यह नियति तय करती है। जन्म के समय की सामाजिक, आर्थिक परिवेश पर मनुष्य का कोई नियंत्रण नहीं है। लेकिन उसके बाद की कहानी व्यक्ति स्वयं लिखता है। जो व्यक्ति अपने सामाजिक और आर्थिक हैसियत का रोना न रोकर उपलब्ध संसाधनों और समय का औप्टिम इस्तेमाल करते हुए अपने जीवन की समस्याओं को सुलझाने में लगा रहता है वह जिंदगी को जीता भी है और जंग को जीतता भी है। जरूरी नहीं कि उसे मनचाहा सफलता मिल ही जाए, लेकिन उन सपनों को पूरा करने का सफर व्यक्ति को अनुभवी, दृढ़निश्चयी और आत्मविश्वास से लवरेज करता है। ऐसा इंसान जीवन के हर पल का आनंद उठाता है।

गीता में कहा गया है कि कर्म करो लेकिन फल की इच्छा नहीं करो। मेरा मानना है कि यह सिद्धांत सुखी जीवन का सूत्र है। इसे ऐसे समझ

परिस्थितियां कभी अनुकूल तो कभी प्रतिकूल कुछ भी हो सकती है क्योंकि मनुष्य का जीवन परिवार, दोस्त, पैसा, धर्म, जाति आदि कई कारकों पर निर्भर करता है और इतने कारकों पर हर पल नियंत्रण संभव नहीं है। लेकिन जिसने प्रतिकूल परिस्थितियों में भी हार नहीं मानी वही जीवन-समर में विजयी होता है और सिकंदर कहलाता है।

सकते हैं कि जीवन गिपटेड है। अभी तक ऐसी कोई संस्था सरकारी या गैरसरकारी, तंत्र-मंत्र, टेक्नोलॉजी, दवा आदि नहीं बनी है जो हमारे जीवन की गारंटी दे सके। किसी भी व्यक्ति का कोई भी पल उसका आखिरी पल हो सकता है। एक रिपोर्ट के अनुसार पृथ्वी पर प्रति मिनट लगभग 105 व्यक्ति की मृत्यु होती है। स्वस्थ से लेकर बीमार सभी प्रकार के लोग हर पल जीवन की जंग हारते हैं। चूंकि हम मृत्युलोक जाने वाले हर व्यक्ति को नहीं जानते हैं इसलिए हमें अपने आसपास का जीवन बड़ा सामान्य लगता है। वस्तुतः अगर हम जीवित हैं तो वह चमत्कार है। इस चमत्कार करने वाले को ही लोग राम, कृष्ण, अल्लाह, नानक, बुद्ध आदि के नाम से पूजते हैं। घर से सुबह निकलकर शाम को सही सलामत घर लौटना, रात में सोने के बाद सुबह स्वयं के साथ सभी बंधु-बांधवों को नार्मल पाना ईश्वर का चमत्कार है। स्पष्ट है ऐसे अनिश्चित जीवन में कर्म ही एकमात्र विकल्प है जो आनंद दे सकता है और फल चूंकि कई कारकों पर निर्भर है इसलिए वह अनिश्चित है। इसीलिए फल की अनावश्यक चिंता नहीं करनी चाहिए।

हर व्यक्ति अनंत संभावनाओं का स्रोत है। कला, साहित्य, विज्ञान, खेल कोई भी क्षेत्र हो, वहां कोई-न-कोई व्यक्ति ही अपनी प्रतिभा से नित्य नई ऊंचाइयों को छू रहा है। यदि हर व्यक्ति

प्रत्येक दिन अपने ज्ञान, स्किल, टेक्नोलॉजी, व्यवहार को पिछले दिन की तुलना में एड ऑन करने की कोशिश करेगा तो निश्चित रूप से वह सफलता के नए आयाम को प्राप्त करेगा। इससे उसका जीवन तो सार्थक होगा ही, परिवार, समाज और राष्ट्र का भी उत्थान होगा। वैसे तरक्की का एक दूसरा रास्ता भी है जिसका इस्तेमाल आज के दौर में बढ़ चढ़कर किया जा रहा है। स्वयं को यथावत रखते हुए अपने संभावित कॉम्प्यूटर के मार्ग में बाधा पैदा कर उसे आगे बढ़ने से रोकने की कोशिश करना। लेकिन यह मार्ग न केवल जीवन को नकारात्मक विचारों से भर देता है बल्कि दूसरों को रोकने की कोशिश में बाकी दुनिया बहुत आगे निकल जाती है और वह स्वयं बीतते समय के साथ घोर कुंठा और अवसाद का शिकार हो जाता है क्योंकि जो उसे संभावित कॉम्प्यूटर दिख रहा होता है वह वस्तुतः उसकी ईर्ष्या और संकुचित सोच का परिणाम होता है। सच्चाई यह है कि दुनिया में हर समय कोई-न-कोई तुलनात्मक रूप से धन-दौलत, नाम-शोहरत में किसी दूसरे को पछाड़ रहा होता है लेकिन ऐसे हर व्यक्ति की पहचान करना संभव नहीं है।

बात पते कि यह है कि जब जीवन का ही भरोसा नहीं है तो उस जीवन से जुड़ी सफलता-असफलता की गारंटी का प्रश्न अपने आप बेमानी हो जाता है। ऐसे में जीवन में आनंदित रहने का एकमात्र एकमात्र उपाय है अपने लक्ष्य प्राप्ति के लिए समर्पित होकर निरंतर कर्म करते रहना। लक्ष्य प्राप्ति के सफर का आनंद उठाते हुए निरंतर प्रयत्नशील रहना। यदि लक्ष्य प्राप्त हो जाता है तो सफर दूसरों के लिए मिशाल बन जाती है अन्यथा वह सफर आपको और अधिक के बेहतर और अनुभवी इंसान बना देती है। स्पष्ट है भाग्य का थ्योरी केवल शिकायत करने वाले लोगों का अस्त्र है। कर्म पर विश्वास करने वाले ज्यादा शिकायत किए बिना अपने पर भरोसा करते हुए निरंतर मेहनत करते रहते हैं। उनके लिए जिंदगी चलते रहने का नाम है।

मानसिक रोग उपचार और आध्यात्मिकता



डॉ. त्रिपाठी

मनो-सामाजिक सलाहकार, जिला मानसिक
स्वास्थ्य कार्यक्रम, वाराणसी

आध्यात्म विश्वव्यापी रूप से स्वीकृत अवधारणा है। इसमें भगवान को सर्वशक्तिमान ऊर्जा मानकर उनके प्रति विश्वास और आज्ञाकारिता शामिल है, जो मनुष्य और इस ब्रह्माण्ड के सम्पर्क और नियति को संतुलित करता है। आध्यात्मिकता प्रत्येक व्यक्ति के लिये अति व्यक्तिगत और अद्वितीय भावना है। यह मानवीय अनुभव का बहुत पवित्र क्षेत्र है। आध्यात्म मनुष्य में धैर्य, सहनशीलता, विश्वास, वैराग्य की भावना और आशा जैसे गुणों को उत्पन्न करती है।

पिछले पचास वर्षों में, चिकित्सीय देखभाल ने एक वृहद देखभाल की दिशा में बहुतप्रभावी प्रगति की है। जिस मानव की जैविक, सामाजिक, मनोवैज्ञानिक के अलावा आध्यात्मिक मॉडल का नाम दिया गया है। हालांकि अन्य चिकित्सीय मॉडलों से आध्यात्मिक मॉडल को बहुत कम आका गया है। यहाँ तक धार्मिक या आध्यात्मिक प्रयासों को मानसिक बिमारियों से जोड़ कर देखा जाता है। फ्रायड और चारकोट जैसे प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिकों ने मनोविद्या में धर्म को एक विकृति के रूप में ही देखा है। कई प्रकार के धार्मिक व्यवहार को मानसिक विकार के लक्षणों से जोड़कर देखा जाने लगा था। यही कारण है कि पिछले कई वर्षों से धर्म एवं उसके



परिपेक्ष आध्यात्मिकता से परहेज किया जाता रहा है।

आध्यात्मिकता एक गहरा कुआँ है। जिससे कई लोग संकट, अशांति, असंतुष्टि एवं व्यक्तिगत चुनौतियों को झेलते समय मदद प्राप्त करते हैं। यह व्यक्ति की आंतरिक शांति को मजबूत बनाता है। आध्यात्मिक स्वास्थ्य तब प्राप्त होता है जब हम जीवन में शांति महसूस करते हैं। यह तब प्राप्त होती है जब हम अपने कठिन समय में भी आशा और आराम पाने में सक्षम होते हैं। यह हमें सर्वश्रेष्ठ शक्ति से जुड़ाव की भावना प्रदान करती है। कुछ व्यक्ति चाहे वह किसी भी धर्म या जाति के हो अपने धर्म का पालन नहीं करते हुए भी आध्यात्मिकता के माडल से शांति पाते हैं।

शोधों से पता चलता है कि आध्यात्मिकता मन और शरीर दोनों को लाभ पहुँचाता है। इसकी सकारात्मक प्रवृत्ति मानसिक तनाव एवं शरीरिक बिमारियों के समय बहुत महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। इसके कई ऐसे तरीके हैं जो हमारे मानसिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देते

हैं। हमसब जानते हैं कि आध्यात्मिकता एक व्यापक मानवीय गुण है। जिसे लोग अलग-अलग तरीकों से अपनाते हैं, वे दैनिक जीवन में अर्थ और मूल्य ढूँढना चाहते हैं, जीवन का अर्थ समझना चाहते हैं और स्वयं को किसी सर्वशक्ति से जोड़ना चाहते हैं। इसका उपयोग हम कोई कर सकता है। आध्यात्मिक उपचार वैकल्पिक और पूरक चिकित्सा की रहस्यमयी श्रेणियों में से एक है। यहाँ एक बात और समझनी होगी कि क्या आध्यात्म धर्म है? एवं धर्म और आध्यात्म में क्या अंतर है। धर्म का उच्चतर स्तर अध्यात्म है। अध्यात्म कोई भौतिक रीति-रिवाज नहीं है, अपितु यह मन और शरीर सर्वोत्तम प्रवृत्ति है, जो किसी भी धर्म की मोहताज या वशीभूत नहीं है। आध्यात्मिक बनने के लिये धर्म ग्रंथों की विस्तृत जानकारी, पोशी या किताब जान लेने की आवश्यकता है, न ही यह किसी शासन सत्ता की सेवक है। यह तो एक प्रकार के सत्य की खोज है।

आध्यात्मिकता में निम्न गुण निहित हैं जैसे:

- ◆ जीवन में सत्य आ रहे, जीवन के उतार-चढ़ाव के प्रति संयमित एवं विचारशील होना, भावनात्मक प्रतिक्रियाएं होना।
- ◆ अन्य मनुष्यों द्वारा प्रस्तुत चुनौतियों से दयालुता और समझदारी से निपटने की क्षमता।
- ◆ समायोजन की क्षमता।
- ◆ अपनी इच्छाओं एवं विचारों पर नियंत्रण इत्यादि।

हम सब जानते हैं कि मानसिक स्वास्थ्य के दो आयाम हैं। मानसिक बिमारी का न होना और दूसरा सुसंयोजित व्यक्तित्व का होना। जो कि व्यक्तिगत एवं समुदायिक जीवन में प्रभावी रूप से योगदान दे सके। इन आयामों को आध्यात्मिक प्रैक्टिस पूर्ण करती है। विभिन्न शोधों में पाया गया है कि मस्तिष्क के कुछ क्षेत्र आध्यात्मिक मूल्यों और अनुभवों को प्रोत्साहित करते हैं। आध्यात्मिक व्यवहार हमें कई प्रकार के मानसिक रोग जैसे अवसाद, चिंता, घबराहट, चिड़चिड़ापन, नशे की लत इत्यादि में बहुत ही कारगर साबित हुए हैं। आध्यात्म का सबसे महत्वपूर्ण पहलू यह है कि यह आत्मनिंदा, एवं आत्मअस्वीकृति जैसी भावनाओं को मन से हटाती है। एवं स्व के लिए सकारात्मक भावनाएं पैदा करती है। जो रोगियों में अवसाद से मुक्ति प्रदान करती है। इसा प्रकार तनाव एवं चिंता जैसे रोगों के एक शोध में थामस एस.वी. विल्स, अल्बर्ट आइंस्टीन कॉलेज ऑफ मेडिसिन में महामारी विज्ञान और जनसंख्या स्वास्थ्य के प्रोफेसर ने एक पैमाना विकसित किया जो ये निर्धारित करता है कि लोगों के लिये धर्म की बहुत आवश्यकता है, 1182 बच्चों के शोध में पाया गया कि जो बच्चे भौतिक के साथ धार्मिक एवं आध्यात्मिकता का अभ्यास करते थे उनके जीवन में तनाव, चिंता, घबराहट एवं धूम्रपान, शराब पीने और अन्य नशीले पदार्थों के सेवन की अभिमुखन बहुत ही कम पाये गये।

ब्रिटिश महामारी विज्ञान के अध्ययन में ब्राउन और प्रूडो ने पाया कि जो व्यक्ति धर्म और आध्यात्म में सक्रिय रूप से शामिल थे

उनमें अवसाद को प्रभाव की नियंत्रित करने की क्षमता अन्य की तुलना में अधिक थी। इसी प्रकार वेल्लोर क्रिश्चियन मेडिकल कॉलेज, मनोचिकित्सा विभाग में किये गये अध्ययन में 2साल एवं पांच साल के फालोअप से संज्ञान में आया कि जिन रोगियों ने दैनिक दिनचर्या में धार्मिक एवं आध्यात्मिक गतिविधियों में अधिक समय व्यतीत किया उनका रोग निदान बहुत सराहनीय एवं तीव्र रहा है।

इसी प्रकार मादक द्रव्यों के सेवन एवं उपचार क्षेत्रों में भी विभिन्न शोधों में पाया गया कि जिन व्यक्तियों या किशोरों में आध्यात्मिक जीवनशैली होती है। उनमें मादक पदार्थों के सेवन से बचाव की प्रवृत्ति अधिक पायी जाती है वनस्पत उनके जो आध्यात्म या धार्मिक विश्वास नहीं रखते थे। लेखक हूमन केशावरजी कहते हैं “क्योंकि धार्मिकता और मादक द्रव्यों का आपस में विपरीत संबंध होता है अतः अधार्मिक या अध्यात्मिक किशोर मादक द्रव्यों की ओर अधिक आकर्षण रखते पाये गये। वहीं आध्यात्मिक किशोर मादक द्रव्यों के आकर्षण से बचे हुए पायेगये। क्योंकि आध्यात्मिक प्रवृत्ति वाले व्यक्ति अपने अंतरिक आवेगों को नियंत्रित करने में ज्यादा समद देते हैं और अपने साथियों द्वारा दिये गये प्रलोभनों पर नियंत्रण कर पाने में बहुत सक्षम होते हैं। मादक पदार्थों के उपचार में दी जाने वाली साइको सोशल ट्रीटमेंट एल्कोहल एनोनिमस में भी आध्यात्मिक रीतियों को शामिल किया गया और साकरातमक परिणाम के पाये जाने से भविष्य में भी इनको आगे बढ़ाये जाने पर जोर दिया क्योंकि ये प्रवृत्ति मादक द्रव्यों को छोड़ने के लिये प्रति व्यक्ति इच्छाशक्ति को बढ़ाने का कार्य बहुत अच्छी तरह से करता है।

ऐसे ही यू.के. के टेनी और किंम ने अपने शोधपत्र ‘जीम कमअपस पद जीम कमजंपस चंतजदमतीपच इमजूममद चेलबीपंजतल दक पिजीए वतहंदंप्रंजपवद’ ने हमेशा से ही इस तरह की भागीदारी के महत्त्व को बताती रही है, वो बताती है कि मानसिक स्वास्थ्य समस्याओ बवाले लोगों की देखभाल में इसाइ

धर्मगुरुओं को उपयोगिता बढ़ी है। खासकर अवसाद, चिंता, घबराहट जैसी रोगियों के उपचार में। ऐसा ही एक उदाहरण बेंगलूर के साइकोपेस्टोरल एसोसिएशन जो कि मानसिक रोगियों के लिये एक कुशल वॉक वे होम चलते हैं और मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं तथा आस्था समुदायों के बीच प्रभावी आध्यात्मिक साझेदारी एवं इसके विभिन्न आयामों का शोध एवं उपचार में शामिल भी करता रहता है। हांलाकि कभी-कभी उन्हें मनोवेज्ञानिको के जेविकीय दृष्टिकोण का सामना भी करना पड़ता है। फिर भी धर्मगुरुओं अथवा आध्यात्मिक गुरुवों की भागीदारी को देखते हुए यु.के. में बार-बार अपने विचार रखते हुए गुरुओं को भी मानसिक बीमारियों के बारे में जानकारी के लिये प्रशिक्षण देने का प्रस्ताव रखा जाता रहा है।

इसी सन्दर्भ में जान हबॉट कहते हैं कि मनोचिकित्सा को समग्र रूप से तभी लाभ प्राप्त हो सकता है, जब धर्म और आध्यात्म की अवधारणाओं और शब्दावलियों को इनके उपचार के मध्य अधिकाधिक चर्चित करने के साथ-साथ लागू भी किया जाये। उन्होंने इसे विस्तारित करते ये कहा कि मनोचिकित्सा के क्षेत्र में चिकित्सकों को अपने उपचार दृष्टिकोण में Bio & psycho-social-spiritual model का प्रचार एवं व्यवस्था करना चाहिये।

अन्ततः यही कहना होगा कि आध्यात्मिक, व्यक्तिगत, पारिवारिक, सामाजिक एवं वैश्विक पहलूओं को देखते हुए एवं आध्यात्मिकता के गुण जो कि व्यक्ति में आत्मज्ञान, आत्मविश्वास, सद्चिन्ता, सहयोग, आस्था, ईमानदारी, सद्चरित्रता, समायोजन, शांतचित्त एवं सर्वधर्मसुखाय वाली भावनाएं हैं, वो मनुष्य विशेष जो कि साधारणतम मानसिक स्वस्थ असाधारणतया मानसिक स्वस्थ है के जीवन में एक आधार स्तम्भ एवं क्रमिक स्वास्थ्य की परिभाषा माना एवं जाना जा सकता है। एवं उपचार के दृष्टिकोण से वैकल्पिक या मुख्य धारा उपचार का महत्त्वपूर्ण हिस्सा हो सकता है। धन्यवाद!

जीवन की मिठास



सुनील कुमार माथुर

जोधपुर, राजस्थान



आदर्श जीवन जीना भी एक कला है। चूंकि हमारे जीवन में अनेक उलझनें हैं जिसके कारण इंसान प्रायः दुःखी रहता है। उदास और नर्वस रहता है। उसके चेहरे की सारी खुशियां लुप्त हो जाता है फिर भला ऐसे में वह क्या मीठे बोल आप से बोल पायेगा अगर दो मीठे बोल भी लेगा तो उसमें भी बनावटीपन होगा। चूंकि जहां उदासी, परेशानी है वहां कड़वाहट का ही आधिपत्य होता है। मिठास का नहीं। याद रखिए जलेबी कितनी भी उलझी हुई क्यों न हो लेकिन वह उस उलझन के बावजूद भी हमें मिठास होने का संदेश देती है तो क्या हम इंसान होकर भी दो प्रेम के मीठे बोल नहीं बोल सकते। हम इतने निष्ठुर क्यों हैं। यह एक विचारणीय विषय है।

शालीनतापूर्वक बात कीजिए

आज प्रायः हम समाज में यही देख रहे हैं कि जहां एक व्यक्ति का दूसरे से स्वार्थ सिद्ध होता है तभी तक वह प्रेम पूर्वक व्यवहार करता है और ज्यों ही स्वार्थ की सिद्धि होती है त्यों ही मुंह फेर लेता है। लेकिन जीवन में यह बात याद रखें कि हम किसी से बात न करे तो कोई बात नहीं। हम बात करने के लिए बाध्य नहीं हैं। लेकिन जब भी किसी से बात करे तब शालीनता के साथ प्रेम पूर्वक बातचीत करें। आपके व्यवहार में अपनापन झलकना चाहिए न कि क्रोध, गुस्सा। जीवन की मिठास ही तो हमें आदर्श जीवन जीने की कला सिखाती

है। अगर जीवन में मिठास न हो तो फिर वह जीवन जीना भी क्या जीना मुसीबत में कभी भी किसी को अकेला न छोड़े। अपितु समस्या का समाधान मिलकर खोजिए। आपका जीवन सफल हो जायेगा।

स्वर्ग से भी महान

कहते हैं कि जननी और जन्मभूमि स्वर्ग से भी महान हैं। एकजुट व संगठित होकर समाज के लिए कार्य करें तभी एक नये समाज का निर्माण होगा। अब भी वक्त है कि हम अपने आपको सुधार लें और बुरे कर्म करना छोड़ दें व एक नये जीवन की शुरुआत हंसते मुस्कराते हुए करें। अपने हर पल को स्वर्णिम और गरिमामय बनायें। किसी के लिए भी खतरे की घंटी न बने अपितु सुनहरे पल बनें।

हम कोई कठपुतली नहीं हैं

अपने दिल को बड़ा व निर्मल बनाए। सबके चेहरे पर मुस्कान हो ऐसे भारत का हम निर्माण करें। हम इंसान कोई कठपुतली नहीं हैं कि कोई जैसा चाहे वैसे हम नचा लें। बस एक प्रभु ही हैं जो हमें जैसा चाहे वैसा नचा सकते हैं। चूंकि वे हमारे परमात्मा हैं, गुरु हैं और हम उनके चले हैं और हमारे जीवन की डोर उनके हाथों में हैं। उसका साथ है तभी तक हम इस

धरा पर हैं अन्यथा कौन किसका हैं। हर कोई अपने स्वार्थ में लगा हैं। किसी को भी किसी की तनिक भी चिंता नहीं है।

मुस्कान में कभी भी कोई कमी न आये कुतर्क करने के बजाय तो सत्संग करना चाहिए। किसी की भी व्यथा न सुने अपितु परमात्मा की कथा सुने। आपका जीवन संवर जायेगा। धर्म स्थलों पर जाने, कथा, सत्संग, भजन कीर्तन सुनने से चेहरा हर वक्त मुस्कान से भरा रहता है। जीवन में कभी भी कुछ भी हो जाये, लेकिन मुस्कान में कभी कोई कमी नहीं आयेगी। आप हर मौके पर संतुलित और निष्पक्ष तरीके से अपनी बात आसानी से रख सकते हैं। भले ही गुस्सा, आरोप प्रत्यारोप के क्षण आए लेकिन आप धैर्यपूर्वक स्थिति में नियंत्रित होकर आपकी बात सबके समक्ष रख सकते हैं।

पूजा-अर्चना हमें नैतिकता का पाठ पढ़ाती हैं। यह हमारी सोच को नकारात्मक से सकारात्मक सोच की ओर ले जाती हैं और जीवन को सही दशा व दिशा दिखाकर हमें आदर्श जीवन जीने की कला सिखाती हैं। अतः अपने जीवन को प्रभु के चरणों में अर्पित कर दीजिए।

जीवन का ज्ञान

यह मानव जीवन अमूल्य है और यह संसार एक सराय हैं। इस सराय में इंसान एक यात्री की भांति आता है और अपने अपने कर्म करके चले जाते हैं। जब तक यह मानव जीवन मिला है तब तक हर रोज , हर क्षण हमें नया सीखने को मिलता है लेकिन हम आलस की वजह से सीखने का सुनहरा अवसर खो देते हैं। यह हमारी भूल नहीं अपितु मूर्खता ही है जो पास आये सुनहरे अवसर को खो बैठते हैं।

दोष किसका

जीवन में प्रायः यह देखा गया है कि कोई किसी को निशुल्क सीखाना चाहता है तो उसे कोई सीखना नहीं चाहता है और कोई निशुल्क सीखना चाहता है तो सीखने वाला नहीं मिलता है। अब आप ही बताइए कि दोष किसका है। इस नश्वर संसार में अथाह ज्ञान का भण्डार भरा पड़ा है लेकिन कोई सीखने का प्रयास नहीं करता है। वह उतने से ही काम चलाना चाहता है जितने से काम बनता है।

ज्ञान का भण्डार इतना है कि जितना सीखा जाये उतना ही कम है। यही जीवन का ज्ञान है कि हमने कितना सीखा। यह नहीं कि किसने कितना सीखाया और कब कब क्या क्या सीखाया। जीवन में केवल किताबी ज्ञान ही काफी नहीं है व्यक्ति को व्यवहारिक ज्ञान का होना भी नितांत आवश्यक है। जिसको केवल किताबी ज्ञान ही प्राप्त हो और व्यवहारिक ज्ञान से अनभिज्ञ हो वह व्यक्ति इस नश्वर संसार में पढा लिखा अज्ञानी के अलावा देश पर एक बोझ (भार) के समान है। जीवन में ठोकरें खा खा कर इंसान बहुत कुछ सीख जाता है लेकिन प्रयास ऐसा कीजिए कि बार बार ठोकर न खानी पड़े।

दोस्तों की सेवा

दोस्तों की सेवा वक्त आने पर जरूर करें, चूंकि दोस्तों की सेवा करने का मौका रोज रोज नहीं मिलता है। सेवा का भाव मन से होता है। इसलिए किसी की भी सेवा करते समय मन में घृणा , नफरत , बदले की भावना एवं क्रोध का

भाव नहीं होना चाहिए। अपितु मन में प्रसन्नता का भाव होना चाहिए।

व्यक्ति को हर वक्त प्रसन्न चित्त रहना चाहिए। जब आप प्रसन्न रहेंगे तभी तो सामने वाला आपके प्रेम और स्नेह का भाव समझ पायेगा। जहां प्रेम और स्नेह हैं , वहीं तो दोस्ती है। दोस्ती है तो अपनापन है। जहां अपनापन होता है वही सब अपने परिवारजनों जैसे होते हैं। इसलिए जीवन में प्यार व स्नेह की गंगा बहाते रहिए।

सेवा कार्य करते वक्त नफा नुकसान नहीं देखते

दोस्तों की सेवा का आनन्द का अपना एक अलग ही महत्व है। दोस्तों की सेवा करते समय नफा नुकसान की बात मन में नहीं आनी चाहिए। लेकिन दुःख तब होता है जब लोग पहले तो अपनापन जताकर समाज सेवा के नाम पर संस्था के पदाधिकारी व सदस्य बन जाते हैं और कुछ समय बाद वे ही लोग संस्था के पदाधिकारियों व अन्य सदस्यों के घर घर जाकर या फिर फोन कर फूट डालते हैं। ऐसे लोगों से सदा बच कर रहें और आवश्यकता पडने पर संस्था या पार्टी से सदा सदा के लिए बहिष्कृत कर देना चाहिए। नकारात्मक सोच रखने वालें ऐसे लोगों से तो उनकी खुद की औलाद भी दुःखी व परेशान होती हैं तब भला ऐसे कथित सेवाभावी लोगों को कौन सहन कर पायेगा। चूंकि एक हताश व निराश मछली पूरे तालाब को खराब कर देती है।

फिजूल की बातें

प्रायः लोग कहते हैं कि अमुक व्यक्ति निकम्मा है। उसके पास कोई काम धाम नहीं है। इसलिए हर वक्त वह बेकार की , फिजूल की बातें करता रहता है। लेकिन आज के समय में कोई फिजूल की बातें नहीं करता है। हर व्यक्ति चिंतन शील है। हर बात का ज्ञान रखता है , तभी तो वह आप से तर्क वितर्क कर रहा है। हां आप उसे बेकार का निकम्मा और फिजूल का आदमी बता रहें है चूंकि आप चिंतन मनन नहीं करते है।

जिसे आप फिजूल का आदमी बता रहे हो, वही कल कह रहा था कि आज मन्दिर गया तो सभी भक्तों के सामने शर्मिंदा होना पडा। हमने पूछा ऐसा क्या हो गया तो वह तपाक से बोला , आज तो हद हो गई। प्रभु ने सभी भक्तों के सामने यह कह दिया कि रोज रोज क्या मांगने चले आते हो , कभी मिलने के लिए भी आ जाया करें। यह सुनकर हमें भी आश्चर्य हुआ कि जिसे लोग फिजूल का व्यक्ति , निकम्मा , बेकार का आदमी कहते है उससे भगवान ने किसी बहाने बात तो की। अर्थात वही असली भक्त और प्रभु का सच्चा सेवक है अन्यथा प्रभु ने हम से तो आज तक बात नहीं की।

निर्मल मन

कहते है कि रूई से भरा बोरा देखने में भारी लगता है , लेकिन जब हम उसे उठाते है तो वह हमें हल्का लगता है। ठीक उसी प्रकार जीवन में आई हर कठिनाइयों को इसी तरह उठा लेना चाहिए। सब कुछ समय पर और सही हो जायेगा। जब साहित्यकार लेखन कर्म करने बैठता है तो उससे पहलें वह उस विषय पर काफी चिंतन मनन करता है और फिर लिखता है। लेखन के दौरान उसका मन एकदम निर्मल होता है और साथ ही साथ कांच की तरह साफ।

प्रेम ही पूजा है

उसकी लेखनी में निष्पक्षता , स्पष्टवादिता और ईमानदारी साफ दिखाई देती हैं। तभी तो कहते हैं कि शहद की मक्खियां शहद बनाना छोड सकती है लेकिन एक सच्चा साहित्यकार श्रेष्ठ लेखन के कर्म को कभी भी नहीं छोड सकता। एक श्रेष्ठ कलमकार की निगाह में प्रेम ही ईश्वर है और प्रेम ही पूजा है और जो प्रेम से नफरत करता है वह समाज का सबसे बडा दुश्मन है। कहने का तात्पर्य यह है कि इस नश्वर संसार में सभी बुद्धिजीवी है , कोई भी फिजूल का , बेकार का या निकम्मा नहीं है। बस अपनी नकारात्मक सोच को सकारात्मक सोच में बदलने का प्रयास कीजिए और फिर देखिए आपका मन क्या कहता है और क्या सोचता है।

पिता के तुल्य हैं वृक्ष, इन्हें मत काटो



गौरीशंकर वैश्य विनम्र

लखनऊ

हमारा देश अपनी आरण्यक संस्कृति के कारण विख्यात था। आरण्य शब्द अरण्य से बना है, जिसका अर्थ है वन। हमारे ऋषियों ने प्रकृति की सदैव आराधना की और वृक्षवेष्टित रम्य प्राकृतिक स्थलों पर तपश्चर्या की। प्रकृति के हरे-भरे स्थलों को तपस्थली बनाकर उन्होंने वृक्षों के महत्व का प्रतिपादन किया। भारतीय साहित्य में शशयश्यामला वसुंधरा की महिमा का सर्वाधिक गान हुआ है।

मानव सभ्यता के विकास में पेड़ों का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। पेड़ों के अस्तित्व पर ही मनुष्य एवं अन्य प्राणियों का जीवन आधारित है। पेड़ एक ऐसी प्राकृतिक संपदा है, जिसका यदि विनाश होता है, तो मनुष्य जीवन की सुखद संभावनाओं की आशा नहीं की जा सकती है। कुछ ऐसे वृक्ष हैं, जिन्हें पवित्र माना जाता है - यथा पीपल का वृक्ष। अब यह सिद्ध हो चुका है कि पीपल का वृक्ष दिनरात जीवनदायी गैस आक्सीजन निकालता रहता है। धार्मिक कारणों या सांस्कृतिक कारणों से सुरक्षित 'पवित्र कुंज' कहलाते हैं। हमारे देश में नंदा देवी तथा चेरापूंजी में ऐसे अनेक पवित्र कुंज हैं, जहाँ मेले लगते हैं और वहाँ इन कुंजों के वृक्षों को काटना वर्जित है। उत्तर प्रदेश में



आज विकास की अंधी दौड़ में हम वृक्षों को काटते जा रहे हैं और वनों के विनाश में बहुत आगे बढ़ चुके हैं। इससे वर्षा कम हो रही है, भूजल - स्तर बहुत नीचे चला गया है। जल, वायु और भूमि में प्रदूषण व्याप्त हो गया है। विषाक्त वातावरण एवं पर्यावरण असंतुलन के कारण नए-नए रोग फैल रहे हैं। हमें इसके निदान के लिए स्वयं पहल करनी होगी, लोगों को जगाना होगा। पेड़ बचेंगे तभी पृथ्वी बचेगी। हमें वृक्षों को पूजनीय मानकर केवल पूजा ही नहीं करनी है, अपितु नई पौध - रोपड़, संरक्षण एवं संवर्द्धन भी करना होगा।

वट-वृक्ष की पूजा की जाती है और नीम वृक्ष पर देवी का वास माना जाता है। राजस्थान में खेजड़ी वृक्ष को पवित्र माना जाता है।

हमारे महान आयुर्विज्ञानियों की धारणा है कि संसार में ऐसी कोई वनस्पति नहीं है जो अभैषज्य हो। संभवतः इसी नाते वृक्षों को वंदनीय कहा गया है -

धत्ते भरं कुसुमपत्रफलावलीनां
धर्मव्यथां वहति शील भवा रुजश्च।

यो देहमर्पयति चान्यसुरवस्य हेतोस्तस्मै
वदन्यगुरवे तरवे नमोस्तु।

(भामिनी विलास)

भावार्थ - जो वृक्ष फूल - पत्ते और फलों के बोझ को उठाए हुए, धूप की तपन और शीत की पीड़ा सहन करता है, उस वंदनीय श्रेष्ठ तरु को नमस्कार है।

मत्स्यपुराण में कहा गया है -

दश कूप समावापी दसवापी-समोहदः।

दश-हृद-समःपुत्रो, दश पुत्र समो द्रुमः॥

अर्थात्- दस कुओं के बराबर एक बावड़ी है, दस बावड़ियों के बराबर एक तालाब है, दस तालाबों के बराबर एक पुत्र है और दस पुत्रों के बराबर एक वृक्ष है।

वृक्षों के पांच महा उपहार हैं, उनके पांच दैनिक महायज्ञ हैं -

इन्धनार्थं यदा नीतं अग्निहोमं तदुच्यते।

छाया विश्राम पथिकेःपक्षिका नियलेनं च।

**पत्र मूलं त्वगादिमिथं औषधं तु देहिमाम,
उप कुर्वाति वृक्षस्य पंच यज्ञः स उच्यते।**

ये गृहस्थों को ईंधन, पथिकों को छाया और विश्रामस्थल, पक्षियों को नीड़, पत्तों, फलों और छालों आदि से समस्त जीवों को औषधि देकर उनका उपकार ये वृक्ष करते हैं।

रोगनिवारक औषधियों के रूप में भी वृक्षों का महत्व आयुर्वेद में वर्णित है। वैद्यक में जड़ी-बूटियाँ, तुलसी, नीम, आंवला, जामुन आदि का उल्लेख है। भारतीय समाज में विभिन्न संस्कारों तथा व्रतादि अनुष्ठानों में वृक्षों की पूजा का विधान स्वीकृत है। भारतीय चिंतक विस्तृत जैवबोध से संयुक्त थे और उन्होंने केवल मनुष्य के लिए नहीं, अपितु वे संपूर्ण सृष्टि के प्राणियों के भविष्य के प्रति सचेष्ट थे।

आज मानवीय धरातल पर सोचें, तो स्थिति अत्यंत भयावह दिख रही है। जब से मानव सभ्यता का विकास- क्रम आरंभ हुआ है, तब से लेकर अब तक वृक्षों की संख्या में 48 प्रतिशत की कमी आई है। एक अध्ययन के निष्कर्ष से ज्ञात होता है कि विश्व में लगभग तीन लाख करोड़ पेड़ हैं। परंतु इनकी संख्या लगातार घट रही है। दुनिया में अभी भी ऐसे दुर्गम स्थान हैं, जहाँ जंगल विस्तार है, किंतु वहाँ मानव का पहुँचना अत्यंत दुष्कर है, क्योंकि इन जंगलों में एक तो सुगम रास्ता नहीं है, दूसरे खतरनाक वन्यजीवों की भी उपस्थिति है। अतः इन जंगलों का जलवायु पर प्रभाव तो है, किंतु ये मनुष्यों के लिए कम प्रभावी हैं। कहने आशय यह है कि जहाँ पर

पेड़ होने चाहिए, वहाँ पेड़ कम या नहीं के बराबर हैं।

विश्व के सघन वनों में 24 प्रतिशत पेड़ हैं। पृथ्वी पर उपस्थित 43 प्रतिशत पेड़ उष्णकटिबंधीय हैं। इसमें चिंताजनक पहल भारतीय अनुसंधान परिषद के आकलन के अनुसार वृक्षों की मूल्यवान उपयोगिता निम्नवत देखें -

- ◆ एक हेक्टेयर के वन से 1. 41 लाख रुपये का लाभ होता है।
- ◆ एक वृक्ष 50 वर्षों में 15. 70 लाख रुपये की लागत का प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष लाभ देता है।
- ◆ एक पेड़ से लगभग 3 लाख रुपये मूल्य की भूमि की नमी बनाए रखता है।
- ◆ एक वृक्ष 2.5 लाख रुपये मूल्य की आक्सीजन और 2 लाख रुपये मूल्य के बराबर प्रोटीन को संरक्षित करता है।
- ◆ एक वृक्ष 5 लाख रुपये मूल्य के समतुल्य वायु तथा जल प्रदूषण नियंत्रण करता है।
- ◆ एक वृक्ष 2. 5 लाख रुपये मूल्य के बराबर की भागीदारी पक्षियों, जीव-जंतुओं एवं कीट-पतंगों के आश्रयस्थल को उपलब्ध कराने के रूप में कार्य करता है।
- ◆ एक स्वस्थ वृक्ष जो शीतलता देता है, वह 10 वातानुकूलित संयंत्रों के 20 घंटे लगातार चलाने के बराबर होता है।
- ◆ घरों के आस-पास लगे पेड़ भी वातावरण को शीतल करते हैं। ये पेड़ वातानुकूलन की आवश्यकताओं को 30 प्रतिशत तक घटा देते हैं। इससे 20 से 30 प्रतिशत तक बिजली की बचत होती है।
- ◆ एक एकड़ क्षेत्र में लगे वन, छह टन कार्बन-डाई आक्साइड अवशोषित करते हैं। इसके विपरीत चार टन आक्सीजन उत्पन्न करते हैं, जो 18 व्यक्तियों की वार्षिक आय के बराबर होती है।

वृक्षों की महती उपयोगिता के कारण ही भारतीय वाङ्मय में तरुवन्दना की गई है, जिसमें वृक्ष में ब्रह्मा, विष्णु, महेश आदि अनेक देवताओं का वास बताया गया है -

मूले ब्रह्मा त्वचे विष्णुः शाखा मध्ये महेश्वरः।

पात्रे-पात्रे देवानां वृक्षराज नमोस्तुते।

वृक्षों के प्रति ऐसे अप्रतिम अनुराग की छाया भी अन्य देश की संस्कृति में सर्वथा दुर्लभ है। जहाँ वृक्षों की पूजा की जाती हो, वहाँ उनके अंधाधुंध काटे जाने का पाप घोर निंदनीय है।

प्रदूषणनाशक वृक्ष प्रदूषण को नष्ट करते हैं और पर्यावरण को स्वच्छ, साफ एवं समृद्ध करते हैं। प्रदूषण से रक्षा के लिए वेदों में कहा गया है कि "वन आस्थाप्यध्वम" अर्थात् वृक्षारोपण करें। पीपल जैसे वृक्षों में धूल और धुआँ सोखने की असीमित शक्ति होती है। पीपल तो 4.15 प्रतिशत तक धुआँ सोख लेता है, इसलिए इसको देववृक्ष कहते हैं और इस वृक्ष को देवता मानकर इसकी पूजा की जाती है और इससे लाभ मिलता है। तुलसी, नीम, वटवृक्ष आदि हमें शुद्ध वायु प्रदान करते हैं तथा घातक कृमि तथा कीटों को नष्ट करते हैं। इससे हमें दीर्घायु प्राप्त होती है।

आज विकास की अंधी दौड़ में हम वृक्षों को काटते जा रहे हैं और वनों के विनाश में बहुत आगे बढ़ चुके हैं। इससे वर्षा कम हो रही है, भूजल - स्तर बहुत नीचे चला गया है। जल, वायु और भूमि में प्रदूषण व्याप्त हो गया है। विषाक्त वातावरण एवं पर्यावरण असंतुलन के कारण नए - नए रोग फैल रहे हैं। हमें इसके निदान के लिए स्वयं पहल करनी होगी, लोगों को जगाना होगा। पेड़ बचेंगे तभी पृथ्वी बचेगी। हमें वृक्षों को पूजनीय मानकर केवल पूजा ही नहीं करनी है, अपितु नई पौध - रोपड़, संरक्षण एवं संवर्द्धन भी करना होगा। वृक्ष हमारे लिए जीवनतत्त्वों का सृजन करते हैं, इसलिए हमें भी वृक्षों के विकास में सहायक होना चाहिए। इस संदर्भ में हमारा यथेष्ट योगदान होना चाहिए।



हम सब इस संसार की एक इकाई हैं। एक अणु हैं। हम वृक्षों के रोपड़ और संरक्षण की सही दिशा में चलने का अभी संकल्प ले लें, तभी धरती पर हरियाली बढ़ेगी और पर्यावरण प्रदूषण से मुक्ति मिलेगी -

- ◆ अपने परिजनों तथा संबंधियों को उनके जन्मदिन एवं विवाह की वर्षगाँठ पर पौधे उपहार में भेंट कर सकते हैं।
- ◆ घर के आसपास खाली स्थान पर पौधा-रोपड़ कर सकते हैं।
- ◆ पौधों को लगाना ही पर्याप्त नहीं है, उसकी देखभाल एवं संरक्षण देकर उन्हें पल्लवित करने में सहयोगी बनें।
- ◆ कागज का दुरुपयोग न करें। उसका कोई स्थान रिक्त न छोड़ें। इससे कागज बनाने के लिए पेड़ कटने से बचेंगे।
- ◆ पुराने समाचार-पत्रों को पुनर्चक्रण (रिसायकलिंग) हेतु क्रय करने वालों को ही दें। इससे रद्दी कागज से पुनः नया कागज बन जाएगा और नए पेड़ कटने से बचेंगे।
- ◆ यदि बड़ा एवं स्वस्थ पेड़ काटना आवश्यक हो, तो उसकी भरपाई के लिए पाँच-दस पेड़ अवश्य लगाएँ।
- ◆ पृथ्वी पर मानव जीवन की मूलभूत

आवश्यकताओं की पूर्ति करते हुए वन, वन्यप्राणी तथा प्राकृतिक संसाधनों के विनाश को नियंत्रित किया जाए।

- ◆ कोयला, जैव ईंधन, पेट्रोलियम जैसे प्राकृतिक संसाधनों एवं प्रदूषकों के स्थान पर अक्षय ऊर्जा स्रोत जैसे सूर्य प्रकाश, पवन ऊर्जा, समुद्री लहर ऊर्जा, विद्युत ऊर्जा आदि के द्वारा ऊर्जा को बढ़ावा दिया जाए।
- ◆ सड़को तथा रेलवे लाइनों के दोनों ओर, धर्मस्थलों, विद्यालयों, मैदानों तथा अन्य रिक्त स्थानों पर छायादार वृक्ष लगाए जाएँ।
- ◆ बिना अनुमति हरे वृक्षों को काटने पर रोक लगाई जाए। बागों को काटकर उपलब्ध भूमि को भवन आदि बनाने पर कड़ाई से रोक लगे।
- ◆ काटे गए वृक्षों तथा वनक्षेत्र अंतर्गत खाली क्षेत्र में वृक्षारोपण करना चाहिए।
- ◆ केवल परिपक्व या सूखे पेड़ को काटना चाहिए। इससे विकासशील वृक्ष को बढ़ने का अवसर मिलेगा।
- ◆ किसी परिवार के सदस्य या परिजन की मृत्यु पर स्मृति रूप में कम से कम चार पेड़

लगाए जाएँ।

वृक्षारोपण जैसे महान लक्ष्य की पूर्ति हेतु पर्यावरण तथा वन महोत्सव जैसे अवसरों पर पौध रोपण के वृहद अभियान राजकीय स्तर पर संपन्न किए जाते हैं और हजारों-लाखों पेड़ रोपित किए जाते हैं, किंतु बाद में समुचित देखभाल के अभाव में वे बड़े नहीं हो पाते। फलतः अधिकांश पौधे नष्ट हो जाते हैं। अतः धरती पर हरियाली बढ़ाने का लक्ष्य केवल सरकार के भरोसे पूर्ण होना संभव नहीं है। इसके लिए जन-जन को जुटना होगा।

धरती हमारी माँ है और हम धरती के पुत्र। आइए वैदिक ऋषियों की वाणी 'माता भूमि:पुत्रो हम पृथिव्यां' को चरितार्थ करें। ऐसी पवित्र अवधारणा के संदेश से हम धरती को हरी-भरी बनाएँ।

वृक्षों से भावनात्मक संबंध बढ़ाने के साथ हम उन्हें भरपूर सम्मान दें तथा उनका समुचित संरक्षण करें -

**वृक्ष हमारे पिता तुल्य हैं।
जीवनदाता ये अमूल्य हैं।
काटे एक, रोप दें दस को
प्रकृति धरोहर ये अतुल्य हैं।**

जन्म दिन का डबल केक



राजेन्द्र कुमार सिंह

नाशिक (महाराष्ट्र)

मेरे इरादे हैं नेक। मैं सबको समान रूप से देखता हूँ छोटा हो या बड़ा प्रत्येक। फिर भी कुछ लोगों को लगता होगा कि कमबख्त व्यंग्यकार है उल्टा व्यार बहाना या उल्टी गंगा बहाना इसका अधिकार है। मैं स्पष्ट कर दूँ मुझे सबसे एक समान प्यार है। इस बात से नहीं इंकार है। सबके दिलों में मेरा एक समान व्यवहार है।

आज मेरे पड़ोस के भाई टीचर जहमतलाल के पोते का बर्थडे का बहार है। क्योंकि इस बर्थडे पर ऐसा सुना गया है कि डबल कटेगा केक। इसलिए इसमें दो तरह का आहार है। तब सुनकर अनायास निकल गया- 'बर्थडे मना रहे हैं या बकवास। गरीब लोगों के लिए भोजन की व्यवस्था घर में और बड़े लोगों का होटल में व्यवस्था रखा गया है खासा।'

जब मैंने ऐसा सुना, सुनकर खूब नाक धुनाये हमारे दूर के रिश्तेदारी में से हैं। एक ही जगह रहना होता था, नौकरी होते ही मैं वहां से निकल गया। वह झारखंड के जमशेदपुर में रहते हैं और मैं नाशिक में। साल में एक बार आना-जाना होता है, क्योंकि मेरा सारा परिवार जमशेदपुर में रहता है।

मेरे बस्ती में कुछ लोग हैं जो इस तरह के हरकतों से अपनी करिश्मा दिखाते रहते हैं। जब-जब ऐसा करते थे उस दिन मैं नाक धुनता और साथ में रोता भी।



आज पोता के बर्थडे पर टीचर दादा का फटिचर व्यवहार देखकर भीतर से ऐसा बदला मेरा विचार कि मैं कुछ क्षण के लिए लाचार हो गया। इस तरह के सलूक या लिचड़ व्यवहार से समाज दलदल व कीचड़ से भर जाएगा। जो इस तरह के गजब फार्मूला इजाद कर व्यवहार में लाते देखकर अक्सर समाज में हो-हल्ला होते रहता था।

इसके पहले भी बस्ती में कई बार इस तरह के करतूतों को प्रस्तुत किया जा चुका है। ऐसे करतूत रूपी नाव पर सवार होकर समाज का कशती डुबोकर, मस्ती मारने वाले दो-चार महानुभाव, अपने मुँह पर ताव देकर बड़े चाव से बताते गर्व महसूस करते हैं। उसमें से एक का नाम है-राम प्रसाद! कहा सुनी करने-कराने में इनका कोई तोड़ नहीं। अपने आप में एक संस्था, परंपरा तोड़ने में बेजोड़ हैं। ये अपने बेटे के शादी में खिलाने-पिलाने में अधिक बर्बादी न हो इसलिए निमंत्रण कार्ड देते समय बेबाक लहजे में कह देते थे- 'आदमी फूल और औरत नीलायानी आदमी का निमंत्रण है औरत का नहीं।

निमंत्रण कार्ड वितरित करते समय कोई-

कोई व्यक्ति कार्ड पर यहां तक लिखवा देता था- 'परिवार के मुखिया रमेश का निमंत्रण है छोटा भाई रामचरण का नहीं।

क्योंकि जब वह खाने बैठता है तो खाना परोसने वाले को जिस पात्र में खाद्य सामग्री होता था उसको अपने पास छोड़कर जाने के लिए कहता है। क्योंकि बार-बार मांगने से तौहीन होती है।

कुछ मुंहफट बेलज्जत महाशय इतना तक कह देते- 'लिफाफे में भरेगा सौ और भोजन करेगा दस आदमी के बराबर।'

ऐसा लगता है ये प्रीति भोज नहीं बल्कि बिजनेस बना लिया है।

जिस परिवार में दस लोग हैं वहां वे कार्ड पर लिख देते थे-केवल दो व्यक्तियों के लिए।

उसके बाद से जब इस तरह के कारोबार फैलने लगा तो संकुचित विचार को लिंक मिलते ही स्पीड पकड़ लिया। तब मुझे लगा कि भाई जहमतलाल टीचर ऐसे लोगों के साथ-साथ रहते, फटीचर हो गए। और इस तरह का काम कोई आदमी नहीं लिचड़ ही कर सकता है।

युद्धों से उजड़ा बचपन



उमेश

दुनिया भर में हो रहे युद्ध मानव सभ्यता के विरुद्ध एक अभूतपूर्व चुनौती लेकर आए हैं। जिनमें बच्चे सबसे ज्यादा प्रभावित हो रहे हैं। तेजी से बढ़ती तकनीक भी इन अपराधों को तेज और विनाशकारी बना रही है। ए.आई.मशीन लर्निंग जैसी तकनीकें हर प्रकार के अपराधों और युद्ध को धारदार बना रही हैं। बायोलॉजिकल वेपंस भी ए.आई.की वजह से घातक होते जा रहे हैं। लीथल ऑटोनॉमस वेपंस एक नई



आज मानवीय धरातल पर सोचें, तो स्थिति अत्यंत भयावह दिख रही है। जब से मानव सभ्यता का विकास-क्रम आरंभ हुआ है, तब से लेकर अब तक वृक्षों की संख्या में 48 प्रतिशत की कमी आई है। एक अध्ययन के निष्कर्ष से ज्ञात होता है कि विश्व में लगभग तीन लाख करोड़ पेड़ हैं। परंतु इनकी संख्या लगातार घट रही है। दुनिया में अभी भी ऐसे दुर्गम स्थान हैं, जहाँ जंगल विस्तार हैं, किंतु वहाँ मानव का पहुँचना अत्यंत दुष्कर है, क्योंकि इन जंगलों में एक तो सुगम रास्ता नहीं है, दूसरे खतरनाक वन्यजीवों की भी उपस्थिति है।



और उन्नत तकनीक है जो कि अपने आप ही निर्णय ले सकने में सक्षम है। दुनिया में कहीं भी कोई भी हो वह अपने भविष्य के लिए चिंतित और प्रेरित रहता है। बेहतर की चाह उसे सुकून से रहने नहीं देती, जो आगे होगा उसके लिए परेशान आज का मनुष्य हर संभव प्रयास में है कि उसका भविष्य वैसा हो जैसा वह चाहता है। हम यदि देखें तो पाएंगे कि यह बात बिल्कुल ही सत्य हैं। थोड़ा और ध्यान दें तो पता चलेगा कि हम अपना भविष्य अच्छा करने के चक्कर में किसी और का, दूसरों का भविष्य बिगाड़ दे रहे हैं या खत्म कर दे रहे हैं। वही चाहत सभी की यह है कि वे सभी बेहतर भविष्य कि राह पकड़ें। यही चाहत प्रमुख

कारण बन गई है, दुनिया में फैले युद्धों की विडंबना यह है कि यही चाहत जो युद्धों की शक्ति में हमारे सामने है। यही हमारे भविष्य को लील जा रही है, आग लगा दे रही है। गोलियां, बम, मिसाइल, जहरीले गैसे आदि लोगों के सारे सपनों को खाक कर दे रही है। हम जो कुछ भी चाहत रख रहे हैं कि आने वाले समय में हमारे बच्चों ही हमारा भविष्य है, वे सुखी रहेंगे। हमने जो दिक्कतें झेली वह सभी हमारे बच्चों को ना झेलना पड़े पर जो नियत है, वह कुछ और ही कर रही है।

पूरी दुनिया में इन युद्धों से और जहां युद्ध नहीं हो रहे हैं वहां भी युद्ध जैसे ही हालात हैं। ऐसे में बच्चों के शारीरिक और मानसिक विकास का जो क्षति हो रही है उसे कोई भी कभी माफ नहीं करेगा। यूक्रेन में युद्ध की वजह से कई जगह बच्चे 7 महीने से ज्यादा समय आश्रय घरों में बिता रहे हैं। युद्ध के कारण अपने घर को टूटा देखना, घरों को छोड़कर जाना, अपनों को खोना, गोलीबारी, कत्ल देखना यह सभी उन बच्चों के कोमल मन पर दहशत का एक ऐसा चित्रण कर देता है जो जीवन भर उन्हें एक डर के साये में रहने को मजबूर कर देता है। मासूम बच्चे जिन्हें प्रेम से दुलार से पाला गया, उनकी फरमाइश सा पूरी की गई। उन बच्चों के बड़े] muds मां-बाप परिवार वाले जो सभी उन्हें पूरी सुरक्षा, आजादी और सहयोग देते थे। वह युद्ध की स्थिति में अचानक से खत्म हो जाते हैं।

युद्ध के हालात में बच्चों के आंसू पकसा छने वाला कोई नहीं रहता। उनका दर्द दूर करने वाला शायद खुद Hkh दर्द में हो। कई जगह घंटकास या हफ्तों तक बिना अच्छे से कुछ खाए बिना आराम किए ऐसे बच्चे जो देख रहे होते हैं वह उनके जीवन का दुःस्वप्न सा होता है। ऐसे हृदय विदारक हकीकत में कोई कैसे अपने को संभाल सकता है। जिन बच्चों को मां-बाप दुलार से गोद में लिए टहलते रहते थे। युद्ध के हालात में उनकी बेहाल अवस्था उन्हें यह यकीन नहीं दिला पाती कि यह भी एक हकीकत है। ऐसे हाल में



शारीरिक जखम तो साल दर साल ठीक होते रहेंगे पर जो जखम मानसिक हो चले हैं उनका क्या। वे तो उन मासूम बच्चों की मासूमियत को पूरी तरह खा चुके हैं। बच्चे जिन्होंने अपना बचपन देखा ही नहीं जो छोटी सी उम्र में ही बड़े हो गए इतना रोए कि पूरे जीवन के आंसू सूख चुके हैं।

भी वे यह सोचते रहते हैं कि अभी उनके मां-बाप आएंगे सब कुछ सही कर देंगे और उन्हें ढेर सारा प्यार देंगे। बचपन का दिलों दिमाग जो त्रासदी सहन कर रहा होता है उससे जीवन के प्रति उनका रवैया बदल जाता है। वह सदमे के ऐसे झटके से कभी फिर दोबारा नहीं निकाल पाते। जिन कोमल मासूमों के सामने उनके अपनों को जान से मार दिया जाता है उनकी मनोस्थिति क्या होगी? जिनके सामने उनका हंसता खेलता संसार उजड़ जाता है उनका सोचिए। जो बाल मन गोले बारूद के शोर के बीच भी सोने की कोशिश कर रहे होते हैं, उनको कई दिनों से जगने के कारण कैसे नींद आती होगी। वह मासूम जो अपने मां-बाप को खोज रहे हैं जो अब कभी नहीं आएंगे उनका क्या दोष। आपने भी समाचार चैनल पर छोटे बच्चों को अपनी मृत मां के पास रोते देखा

होगा जो अपनी मां को उठने को कह रहा है। शारीरिक जखम तो साल दर साल ठीक होते रहेंगे पर जो जखम मानसिक हो चले हैं उनका क्या। वे तो उन मासूम बच्चों की मासूमियत को पूरी तरह खा चुके हैं। बच्चे जिन्होंने अपना बचपन देखा ही नहीं जो छोटी सी उम्र में ही बड़े हो गए इतना रोए कि पूरे जीवन के आंसू सूख चुके हैं। पढ़ाई से नाता टूट चुका है। कुछ सीखना जानना बचा ही नहीं। जो हो रहा है वह डर और आशंका लोगों से तकदीर पर से भरोसा उठ गया है। दरांदगी की इंतहा तो तब जब बच्चे बच्चियों का शारीरिक शोषण भी हो जाता है। उन्हें कष्ट देते हैं। उनसे काम लिया जाता है। इन मासूमों पर नफरत निकाली जाती है। दर्द पर भाई नफरत इन बच्चियों की इंसानियत को खा लेती है। स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव भी उनके आगे के जीवन को कष्टों से भर देता है।

एक रिपोर्ट के अनुसार दुनिया की दो तिहाई से ज्यादा बच्चों की आबादी युद्ध में फंसी हुई है। हर 6 में से एक बच्चा युद्ध क्षेत्र से मात्र 50 किलोमीटर की दूरी पर रहता है। ये युद्ध आखिर क्यों हो रहे हैं। प्रश्न किया जाये तो उत्तर यही कि हम अपनी के लिए बेहतर भविष्य के लिए यह कर रहे हैं। लगभग सभी का यही जवाब होगा। आपका विवेक क्या कहता है? विचारें।

प्रॉमैथियम: एक रहस्यमय और दुर्लभ रेडियोधर्मी तत्व



मानवेन्द्र त्रिपाठी



प्रॉमैथियम का उत्पादन मुख्य रूप से परमाणु रिएक्टरों में होता है। यह न्यूट्रॉन कैप्चर और बीटा क्षय प्रक्रियाओं के माध्यम से प्राप्त किया जाता है। प्राकृतिक रूप से, यह यूरेनियम और थोरियम अयस्कों में अल्प मात्रा में पाया जाता है, लेकिन इसकी मात्रा इतनी कम होती है कि इसे व्यावसायिक रूप से निकालना संभव नहीं होता। प्रॉमैथियम का वैज्ञानिक महत्व भी काफी अधिक है। यह तत्व अध्ययन और अनुसंधान के लिए महत्वपूर्ण है, विशेष रूप से रेडियोधर्मिता और परमाणु भौतिकी के क्षेत्र में।

खोज और इतिहास

प्रॉमैथियम की खोज का श्रेय जैकब ए. मारन्स्की, लॉरेंस ई. ग्लेडेनिन और चार्ल्स डी. कोरील को जाता है, जिन्होंने 1945 में ओहियो के ओक रिज नेशनल लैबोरेटरी में इस तत्व को खोजा था। उन्होंने इस तत्व को यूरेनियम अयस्क में खोजा और इसे एक्स-रे

स्पेक्ट्रोस्कोपी के माध्यम से पहचाना। इससे पहले भी कई वैज्ञानिकों ने इसके अस्तित्व की भविष्यवाणी की थी, लेकिन ठोस सबूतों के अभाव में इसकी पुष्टि नहीं हो पाई थी।

भौतिक और रासायनिक गुण

प्रॉमैथियम का परमाणु भार लगभग 145 ग्राम/मोल होता है और यह एक धात्विक तत्व

है। इसके विभिन्न समस्थानिक होते हैं, जिनमें से Pm-145 सबसे स्थिर है। प्रॉमिथियम रेडियोधर्मी होता है और इसका अर्ध-आयु लगभग 17.7 वर्ष होता है। यह तत्व हवा में ऑक्सीकरण होकर प्रॉमिथियम ऑक्साइड (Pm₂O₃) बनाता है, जो एक पाउडर के रूप में होता है। प्रॉमिथियम एक सक्रिय तत्व है और इसे सुरक्षित रूप से संभालना जरूरी होता है।

उत्पादन और स्रोत

प्रॉमिथियम का उत्पादन मुख्य रूप से परमाणु रिएक्टरों में होता है। यह न्यूट्रॉन कैप्चर और बीटा क्षय प्रक्रियाओं के माध्यम से प्राप्त किया जाता है। प्राकृतिक रूप से, यह यूरेनियम और थोरियम अयस्कों में अल्प मात्रा में पाया जाता है, लेकिन इसकी मात्रा इतनी कम होती है कि इसे व्यावसायिक रूप से निकालना संभव नहीं होता।

उपयोग

प्रॉमिथियम के कई उपयोग हैं, विशेष रूप से वे स्थान जहाँ रेडियोधर्मिता का उपयोग लाभप्रद हो सकता है। कुछ प्रमुख उपयोग इस प्रकार हैं:

ल्यूमिनेसेंट पेंट: प्रॉमिथियम का उपयोग ल्यूमिनेसेंट पेंट बनाने में किया जाता है, जो अंधेरे में चमकता है। इसका उपयोग घड़ियों, एरोनॉटिकल उपकरणों और अन्य उपकरणों में किया जाता है।

बैटरी: प्रॉमिथियम का उपयोग न्यूक्लियर बैटरी में भी किया जाता है, जो लंबी अवधि तक ऊर्जा प्रदान कर सकती हैं। ये बैटरी उन स्थानों पर उपयोगी होती हैं जहाँ परंपरागत बैटरियों का उपयोग संभव नहीं होता।

विकिरण स्रोत: प्रॉमिथियम का उपयोग विकिरण स्रोत के रूप में भी किया जाता है, विशेष रूप से मोटाई मापने वाले उपकरणों और अन्य वैज्ञानिक उपकरणों में।

स्वास्थ्य और सुरक्षा

प्रॉमिथियम एक रेडियोधर्मी तत्व है, इसलिए इसके साथ काम करने के दौरान सुरक्षा उपायों का पालन करना अत्यंत आवश्यक होता है। यह तत्व त्वचा, आंखों और फेफड़ों के लिए हानिकारक हो सकता है। इसलिए इसे संभालते समय सुरक्षात्मक उपकरणों का उपयोग करना अनिवार्य है।

पर्यावरण प्रभाव

प्रॉमिथियम का पर्यावरण पर प्रभाव सीमित है क्योंकि यह प्राकृतिक रूप से बहुत कम मात्रा में पाया जाता है। हालांकि, इसके कचरे का उचित निपटान आवश्यक है ताकि विकिरण प्रदूषण को रोका जा सके। न्यूक्लियर रिएक्टरों से निकलने वाले प्रॉमिथियम कचरे का सुरक्षित निपटान एक महत्वपूर्ण मुद्दा है।

वैज्ञानिक महत्व

प्रॉमिथियम का वैज्ञानिक महत्व भी काफी अधिक है। यह तत्व अध्ययन और अनुसंधान के लिए महत्वपूर्ण है, विशेष रूप से रेडियोधर्मिता और परमाणु भौतिकी के क्षेत्र में। इसके विभिन्न समस्थानिकों का अध्ययन करने से वैज्ञानिकों को रेडियोधर्मिता के विभिन्न पहलुओं को समझने में मदद मिलती है।

औद्योगिक महत्व

औद्योगिक दृष्टिकोण से, प्रॉमिथियम के उपयोगों की एक विस्तृत श्रृंखला है। ल्यूमिनेसेंट पेंट और न्यूक्लियर बैटरियों के अलावा, यह तत्व कुछ विशिष्ट प्रकार की काचों और सिरैमिक्स में भी उपयोग होता है। इसके अलावा, प्रॉमिथियम के कुछ यौगिकों का उपयोग रासायनिक उद्योगों में उत्प्रेरक के रूप में किया जाता है।

प्रॉमिथियम के वैज्ञानिक अध्ययन और शोध

प्रॉमिथियम पर हुए वैज्ञानिक अध्ययन और शोध ने हमें इस तत्व के विभिन्न पहलुओं को समझने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है।

इसका विश्लेषण और अध्ययन विभिन्न क्षेत्रों में उपयोगी सिद्ध हुआ है:-

रेडियोधर्मिता के अध्ययन में: प्रॉमिथियम के समस्थानिकों का उपयोग रेडियोधर्मिता के अध्ययन में किया जाता है। इसके समस्थानिकों के माध्यम से वैज्ञानिक विकिरण की प्रकृति और उसकी प्रभावशीलता को समझ सकते हैं। यह अनुसंधान चिकित्सा, कृषि, और औद्योगिक क्षेत्रों में नई तकनीकों के विकास में सहायक होता है।

रेडियोधर्मी ट्रेसर: प्रॉमिथियम का उपयोग रेडियोधर्मी ट्रेसर के रूप में किया जाता है। यह ट्रेसर विभिन्न प्रक्रियाओं और प्रतिक्रियाओं की निगरानी में सहायक होते हैं, जिससे वैज्ञानिक विभिन्न प्रक्रियाओं के मार्ग और तंत्र को समझ सकते हैं।

पृथ्वी और अंतरिक्ष अनुसंधान: प्रॉमिथियम के रेडियोधर्मी गुणों का उपयोग पृथ्वी और अंतरिक्ष अनुसंधान में भी किया जाता है। अंतरिक्ष मिशनों में प्रॉमिथियम युक्त उपकरणों का उपयोग किया जाता है, जो विकिरण के प्रभाव और अंतरिक्षीय वातावरण के अध्ययन में सहायक होते हैं।

प्रॉमिथियम एक अद्वितीय और महत्वपूर्ण रेडियोधर्मी तत्व है जिसकी खोज ने विज्ञान और प्रौद्योगिकी में नए रास्ते खोले हैं। इसके विभिन्न गुणों और उपयोगों ने इसे एक महत्वपूर्ण तत्व बना दिया है। हालांकि, इसके साथ काम करने के दौरान सुरक्षा और पर्यावरणीय प्रभावों पर विशेष ध्यान देना आवश्यक है। भविष्य में प्रॉमिथियम के नए अनुप्रयोग और अध्ययन हमें और अधिक महत्वपूर्ण खोजों और विकासों की ओर ले जा सकते हैं। प्रॉमिथियम का रहस्यमय और शक्ति से भरपूर स्वभाव हमें इसकी ओर आकर्षित करता है, और इसके गहन अध्ययन और अनुसंधान हमें नई ऊंचाइयों पर ले जा सकते हैं।



होम्योपैथिक चिकित्सा से कानों की बीमारियों का इलाज



डॉ० अमलेन्दु त्रिपाठी

97955 13223



एक रिपोर्ट के अनुसार दुनिया भर में 3.2 करोड़ बच्चे बहरेपन का या कम सुनने की समस्या के शिकार हैं। दुखद ये है कि इन मामलों में से 60 फीसदी मामले ठीक किये जा सकते थे यानी 1.9 करोड़ों बच्चों को समय रहते कम सुनाई देने की समस्या से उबारा जा सकता है। आधे से ज्यादा मामलों में कान का संक्रमण इसकी वजह होता है। भारत में 4 से 5 फीसदी लोगों को कम सुनाई देता है।

बढ़ती उम्र का असर भी कानों पर पड़ता है। आंशिक या पूरी तरह से न सुन पाने की वजह से उन्हें बोलने में दिक्कत होने लगती है और उनके व्यक्तित्व पर भी असर पड़ता है। इसके अलावा बढ़ता शोर व टेक्नोलॉजी के बढ़ते इस्तेमाल ने भी कानों पर असर डाला है। एक रिपोर्ट के अनुसार पूरी दुनिया में लगभग 1.1 अरब किशोर और युवा ईयरफोन, स्मार्टफोन आदि के असुरक्षित इस्तेमाल के कारण अपने सुनने की क्षमता खोने के कगार पर हैं। कानों से जुड़ी कुछ प्रमुख समस्याएं इस प्रकार हैं:-

होम्योपैथिक औषधियाँ कान के रोगों में लाभप्रद हैं:- जैसा कि मैंने अनेक लेखों में दोहराया है कि होम्योपैथिक औषधियाँ मरीज के सम्पूर्ण शारीरिक एवं मानसिक लक्षणों पर अध्ययन करके दी जाती हैं। यहाँ भी वही नियम लागू होता है और अनेक मरीजों पर लाभ होते देख चुका हूँ।

ठीक तरह से सुनाई न देना

आम तौर पर 40-50 की उम्र के बाद 10-15 फीसदी लोगों को कम सुनने की समस्या होने लगती है। खासकर, बुजुर्गों में ढं से नहीं सुनाई देना। उनमें अकेलापन बढ़ने का एक बड़ा कारण है बार-बार कान में खुजली या झनझनाहट होने का असर, रक्तचाप बढ़ने के तौर पर भी दिखता है। कान केवल सुनने का काम नहीं करते, शरीर का सन्तुलन बनाये

रखने में भी मदद करते हैं। बढ़ी उम्र में बहरेपन के कारण शरीर के सन्तुलन पर भी असर पड़ता है, उनके गिरने की आशंका बढ़ जाती है।

युवाओं के बहरेपन की समस्या के प्रमुख कारणों में से एक गम्भीर खाँसी, जुकाम के उपचार में लापरवाही बरतना है। ऐसे में संक्रमण कान तक पहुँच जाता है। कई बार कान के पर्दे में सुराख हो जाता है। यह संक्रमण मस्तिष्क



भुलक्कड़पन, चिड़चिड़ापन और डिप्रेशन की आशंका बढ़ जाती है।

स्वीमर्स ईयर

कान के बाहरी हिस्से में होने वाले संक्रमण को स्वीमर्स ईयर कहते हैं। आम तौर पर यह तैराकी के दौरान कान में पानी रह जाने के कारण होता है, जो कान में संक्रमण विकसित होने के लिए पर्याप्त नमी तैयार करता है। इसका दर्द धीरे-धीरे बढ़ता है। कान खींचने से भी दर्द होता है। समस्या बढ़ने पर कान में तेज खुजली, दर्द, लालिमा, पस निकलना, बुखार, कान में भारीपन महसूस होता है। गम्भीर परिणाम से बचने के लिए डॉक्टर की सलाह एवं सफाई आवश्यक है।

जन्मजात कान की बीमारी

कई बच्चों को जन्म से ही कान में विकृति होती है। शुरू में ही डॉक्टर के पास जायें अन्य विधा के अलावा होम्योपैथिक दवाओं से इस तरह के मरीजों का इलाज सम्भव है और अनेक रोगियों को अपने चिकित्सीय अनुभव से लाभ देने का कार्य किया है। मूकबधिर रोगियों में होम्योपैथिक औषधियाँ वरदान साबित हो सकती हैं, यदि धैर्य के साथ इलाज किया जाये।

होम्योपैथिक औषधियाँ कान के रोगों में लाभप्रद हैं

जैसा कि मैंने अनेक लेखों में दोहराया है कि होम्योपैथिक औषधियाँ मरीज के सम्पूर्ण शारीरिक एवं मानसिक लक्षणों पर अध्ययन करके दी जाती हैं। यहाँ भी वही नियम लागू होता है और अनेक मरीजों पर लाभ होते देख चुका हूँ। कुछ औषधियों का प्रयोग निरन्तर करने से कानों की हर तरह की बीमारी का इलाज किया जा सकता है और जन्मजात रोगों में तो होम्योपैथिक औषधियों के अलावा कोई विकल्प नहीं है। अतः होम्योपैथी अपनायें और अपने शरीर को निरोग बनायें।



में भी जा सकता है। मस्तिष्क में होने वाले 40 फीसदी संक्रमण कान की वजह से होते हैं। मेनिनजाइटिस रोगियों का संक्रमण कान से होता है। यदि यह समस्या बच्चों में है तो समय रहते इसे काफी हद तक ठीक किया जा सकता है। बच्चों में इस समस्या का कारण अनुवांशिक संक्रमण, जन्म के समय जटिलता, समय से पहले जन्म, जन्म के समय वजन का कम होना और शिशुओं में होने वाला पीलिया है। बिना जाने-समझे दवाओं का प्रयोग भी बहरेपन के तौर पर सामने आ सकता है। यदि चोट लगने या किसी अन्य संक्रमण की वजह से कान ठीक तरह से सुनाई नहीं देता तो पर्दे को ठीक किया जाता है। चिकित्सक पहले जो हिस्सा काम कर रहा है, उसे सुरक्षित करते हैं फिर जिस पर्दे में खराबी आई है, उसे ठीक किया जाता है।

कान में संक्रमण

कान में संक्रमण अमूमन कान के मध्य वाले हिस्से को प्रभावित करता है, जो एक बैक्टीरियल या वायरल संक्रमण होता है। कान के मध्य हिस्से में द्रव बनने एवं सूजन के कारण तेज दर्द होता है। छोटे बच्चों को कान में संक्रमण हो जाता है तो वे सो नहीं पाते हैं, कान खींचते रहते हैं। उन्हें बुखार व सिरदर्द हो जाता

है और भूख नहीं लगती। बड़ों के संक्रमण के लक्षण ठीक से न सुनाई देने, कान में दर्द, कान बहने के रूप में दिखते हैं। यह संक्रमण कई बार ठण्ड लगने या एलर्जी से भी होता है, जो नाक बन्द होने या गले में खराश आदि के तौर पर सामने आता है। लापरवाही करने पर कान में संक्रमण हल्के बहरेपन, बोलने में दिक्कत और पर्दे फटने का कारण भी हो सकता है। इससे बचने के लिए कानों को ठण्ड से बचायें। अगर बच्चों को बोतल से दूध पिलाते हैं तो उसके शरीर को उसके सिर को थोड़ा ऊपर करके ही पिलायें।

टिनीटस

कानों में हमेशा शोर या कुछ बजने जैसा एहसास होना एक आम समस्या है। हर एक पाँचवें में एक व्यक्ति में यह देखने को मिलती है। उम्र के साथ होने वाले बहरेपन, कान में चोट लगना, तेज आवाज, ईयरबैक्स ब्लॉकिंग या सर्कुलेट्री रोगों की वजह से ऐसा हो सकता है। उम्र के साथ इसकी फ्रिक्वेंसी बढ़ जाती है पर सही इलाज से वह ठीक भी हो सकता है। कई बार आवाज इतनी तेज होती है कि असल आवास सुनाई नहीं देती है। टिनीटस जीवन की गुणवत्ता पर भी असर डालता है। व्यक्ति में थकान, तनाव, अनिद्रा, एकाग्रता में कमी,

रोग मुक्त जीवन के लिए नियमित योगाभ्यास करें



मुकेश कुमार सिंह

योगगुरु

आज आधुनिक जीवनशैली में रोग हर घर में पहले की तुलना में बहुत से बढ़ता जा रहा है शायद कोई ही ऐसा घर हो जिसमें परिवार के सदस्य को बिमारियां न हो जैसे-जैसे हम विकास की तरफ तेजी से बढ़ रहे हैं उसी तरह से रोग भी बहुत तेजी से बढ़ रहे हैं पहले से ज्यादा अस्पताल खुलते जा रहे हैं और दिन व दिन मरीजों की संख्या भी बढ़ती जा रही है और कई नये-नये रोग होते जा रहे हैं अब तो बच्चों को बचपन से ही चश्मा लगाने लगा है साथ ही हृदय रोग की बिमारियां और मोटापा भी तेजी से बढ़ाने लगा है जिसके कारण भी कई सारे अन्य रोग और होने लगे हैं जैसे कमर दर्द, थायरॉयड, एसिडिटी, डायबिटीज और मानसिक रोग बहुत तेजी से बढ़ रहे हैं।

इन रोगों के शिकार सभी आयु वर्ग के लोग हो रहे हैं। साथ में बढ़ते प्रदूषण के कारण भी कई सारे रोगों को जन्म दे रहे हैं और सबसे बड़ा कारण खान-पान में बढ़ता फास्ट फूड जिसके कारण बच्चे और महिलार्यें और पुरुषों में भी बिमारियों बहुत तेजी से बढ़ रही हैं। इसके साथ ही बिगडती

दिनचर्या के कारण न सोने का सही समय है न ही जगने के इस कारण रोग बढ़ते जा रहे हैं। इसलिए अपने शरीर को स्वस्थ बनाने के लिए नियमित योगाभ्यास के साथ खान-पान का भी विशेष ध्यान रखें खाने में हमेशा ताजे और मौसमी फल, जैसे केला, सेब, अनार, अंगूर, पपीता, लीची, आदि साथ ही मौसमी सब्जियां, जैसे गाजर टमाटर, लौकी, पालक, भिन्डी, सोया मेंथी, परवल, प्याज, मूली, खीरा आदि का सेवन करें साथ ही मेवे जैसे काजू, बादाम, और अखरोट को भी खाने चाहिए। योग इन सभी रोगों को समाधान देते हुए शरीर और बुद्धि को संतुलित कर तनाव को खत्म कर आनंद देता है। पर यह तभी संभव है जब नियमित योगाभ्यास को अपने जीवन में अपनाते हैं। प्रमुख योग और प्राणायाम इस प्रकार हैं।

योगाभ्यास के लिए सामान्य दिशा-निर्देश

- ◆ किसी गुरु के निर्देशन में योग अभ्यास शुरू करें।
- ◆ सूर्योदय या सूर्यास्त के वक्त योग का सही समय होता है।
- ◆ योग खाली पेट करें। योग करने से 2 घंटे पहले कुछ न खायें।
- ◆ आरामदायक सूती कपड़े पहनें।
- ◆ योग अभ्यास शांत एवं खुले वातावरण में आराम के साथ शरीर एवं मन को शिथिल करके करना चाहिए।
- ◆ अपना पूरा ध्यान अपने योग और अभ्यास पर ही केंद्रित करें।
- ◆ योग अभ्यास धैर्य और दृढ़ता से करें।
- ◆ अपने शरीर के साथ जबरदस्ती न करें।

- ◆ योग अभ्यास को निरन्तर करने से लाभ मिलता है।
- ◆ अगर कोई मेडिकल तकलीफ है तो डाक्टर से जरूर सलाह लें।

अभ्यास के बाद

- ◆ योगाभ्यास के 20-30 मिनट बाद स्नान करना चाहिए।
- ◆ योगाभ्यास के 20-30 मिनट बाद ही आहार ग्रहण करना चाहिए, उससे पहले नहीं।

ध्यान देने योग्य विचार

- ◆ धूमपान से बचें।
- ◆ तन एवं मन ठीक प्रकार से अभ्यास के लिए तैयार हो इसके लिये शाकाहारी आहार ग्रहण करें।

रोगमुक्त जीवन के कुछ प्रमुख आसन और प्राणायाम:-

वृक्षासन

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

- ◆ वृक्षासन का अभ्यास करते समय सीधे खड़े हो जाए दोनों पैरों के बीच में 2 इंच का अंतर बनाये।
- ◆ सांस को शरीर के बाहर छोड़ते हुए दाएं पैर को ऊपर रखें एडी मूलाधार क्षेत्र से मिली होनी चाहिए।
- ◆ बिल्कुल समाने की तरफ देखें सीधी नजर सही संतुलन बनाने में अत्यन्त सहायक है।

- ◆ सांस को अंदर लेते हुए दोनों हाथों को ऊपर की ओर ले जाकर नमस्कार मुद्रा में जोड़े। और शरीर में किसी प्रकार का तनाव न महसूस करें।
- ◆ इस स्थिति में 10 से 30 सेकेंड या अपनी क्षमतानुसार रूके रहें।
- ◆ सांसो को बाहर छोड़ते हुए दोनों हाथों को नीचे लाये।
- ◆ शरीर को शिथिल करते हुए इस आसन को दूसरे पैर से करें।
- ◆ इस आसन का अभ्यास कम से कम तीन बार दोनों पैरों पर करें या अपनी क्षमतानुसार करें।

वृक्षासन के लाभ

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

सावधानियां

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

ताड़ासन

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

अभ्यास की विधि

- ◆ सर्वप्रथम पैरों के बल खड़े हो जाएं तथा दोनों पैरों के बीच दो इंच की दूरी रखें।
- ◆ सांस अंदर ले हाथों को सामने की ओर कंधों के स्तर से तक उठाएं।
- ◆ दोनों हाथों की अंगुलियों को आपस में एक-दूसरे में फसाएं तथा हथेलियों को बाहर की ओर श्वास भरते हुए दोनों



- भुजाओं को सिर से ऊपर उठाएं।
- ◆ भुजाओं को ऊपर ले जाने के साथ-साथ पैर की एड़ियों को जमीन से ऊपर उठाएं और पैर की अंगुलियों पर अपना संतुलन बनाएं। इस स्थिति में अपनी क्षमतानुसार रूके रहें।
- ◆ एड़ियों को वापस जमीन पर ले आएं।
- ◆ श्वास को छोड़ते हुए हाथ की अंगुलियों को अलग-अलग करें, भुजाओं को वापस लाएं, इसके बाद प्रारंभिक स्थिति में वापस आ जाएं।

शारीरिक लाभ

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

मानसिक लाभ

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

सावधानियां एवं सीमाएं

जिन व्यक्तियों को आर्थराइटिस तथा चक्कर आने जैसी समस्याएं हो उन्हें एड़ियों पर उठने पर प्रयास नहीं करना चाहिए।

अन्तिम स्थिति में रूकने की समय सीमा अपने सामर्थ्यानुसार रखनी चाहिए।

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 सके तो घुटनों को छूनों का प्रयास करें। कभी भी जबरजस्ती शरीर के साथ न करें। क्षमतानुसार ही नीचे झुकें।

सेतुबंधासन

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

अभ्यास विधि

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

लाभ

- ◆ अवसाद एवं चिंता से मुक्त करता है कमर के निचले हिस्से की मांसपेशियों को मजबूत बनाता है।
- ◆ इसके नियमित अभ्यास से पाचन क्षमता बढ़ती है। पाचन तंत्र में सुधार होने से शरीर स्वस्थ रहता है घुटनों के लिए भी यह अच्छा होता है।
- ◆ उदर के अंगों में कसावट लाता है तथा उदर के समस्त रोगों में हितकारी है। जठराग्नि को तीव्र बनाता है।
- ◆ पेट में गैस बनने की शिकायत दूर कर शरीर को स्फूर्तिवान् तथा आकर्षक बनाता है।

सावधानियां

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

धनुरासन

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

अभ्यास की विधि

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



पैर और छाती को धीरे-धीरे जमीन पर वापस लॉए। और लम्बी गहरी श्वास के साथ विश्राम करें।

लाभ

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

सवधानियां

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

मयूरासन

इस आसन में व्यक्ति की आकृति मोर की तरह दिखाई पडती है इसलिए इस आसन

का नाम मयूरासन है। इस आसन को बहुत ही सावधानीपूर्वक बैठकर किया जाता है इस आसन में पूरे शरीर का भार हाथों के पंजों पर होता है पूरा शरीर हवा में होता है।

अभ्यास की विधि

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

लाभ

- ◆ मयूरासन के नियमित अभ्यास से हाथों के पंजे और कलाई बहुत मजबूत होती है।
- ◆ मयूरासन के अभ्यास से यकृत, अग्नाशय,

आमाशय और पाचन तंत्र को बहुत लाभ मिलता है।

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

सावधानी

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



बदलते ग्रामीण भारत में बाजार, समाज, सरकार की भूमिका पर चर्चा



सुषमा त्रिपाठी

बदलते भारत की असली तस्वीर ग्रामीण भारत में ही देखी जाती है किस नया ग्रामीण परिदृश्य भारत में विकास और समानता हासिल करने के लिए उत्प्रेरक बन सकता है खासकर कमजोर लोगों के लिए।

ट्रांसफॉर्म और इंडिया फाउंडेशन आज कल के लाइन कार्यक्रमों में ग्रामीण भारत में बदलती तस्वीर पर चर्चा कर रहा है किस प्रकार से उभरते अवसरों संकट प्रौद्योगिकी के प्रभाव पूंजी और महामारी प्रतिक्रिया से उभरने वाले नहीं अंतर दृष्टि की पृष्ठभूमि में प्रासंगिक है।

एक नए ग्रामीण की दृष्टि से निर्देशित राज्य समाज बाजार संबंधों का एक नया उच्च संतुलन बनाना जो आर्थिक और सामाजिक उन्नति के अवसरों के साथ समृद्धि सामाजिक रूप से एक जुट लचीला हो जाता है गांव कनेक्शन लेकर आया है जिसमें हम हर दिन ग्रामीण भारत से जुड़ी खबरें ही होती हैं

धान की सीधी बुवाई का तरीका समझकर काम समय और लागत में मिलेगी ज्यादा बहुत उत्पादन -

धान की खेती करना चाहते हैं लेकिन समझ नहीं आ रहा है की खेती का कौन सा तरीका सबसे सही है वैसे हमारे चाचा जी बताते हैं कि धान की सीधी बुवाई का तरीका इसमें लागत समय देना ही बचत होती है ओके छिड़काव के समय इन बातों का



खास ध्यान रखें फसल की सुरक्षा के लिए हम कीटनाशकों की छिड़काव के समय अगर सावधानी बरतेंगे तो किसानों की ए अच्छी होगी फसल की गुणवत्ता भी अच्छी होगी कीटनाशकों के छिड़काव में अगर सावधानी न बढ़ती गई तो किसानों की जान तक जा सकती है

दोपहर के समय छिड़काव नहीं करना चाहिए

इसके साथ ही दोपहर में दावों का छिड़काव नहीं करना चाहिए सुबह वह शाम को ही छिड़काव करना चाहिए क्योंकि दोपहर में मधुमक्खियां का मूवमेंट होता है यह बातें ध्यान में रखकर खुद को ही नहीं बल्कि पर्यावरण को भी सुरक्षित रख सकते हैं कीटनाशक का प्रयोग करते समय यह देख लेना चाहिए कि उपकरण में लीकेज तो नहीं है कभी भी कीटनाशक उपकरण पर मुंह लगाकर गोल खींचने का प्रयास नहीं करना चाहिए और यह बात ध्यान रखनी चाहिए कि

यह गोल शरीर के किसी अंग पर नहीं लगना चाहिए तरल कीटनाशक को सावधानीपूर्वक उपकरण में डालना चाहिए अगर गलती से किसी अंग में या गोल लग जाता है तो तुरंत साफ पानी से धो लेना चाहिए

कीटनाशक प्रयोग के बाद सावधानियां

कीटनाशक को सुरक्षित भंडार कर देना चाहिए इसके रसायनों को बच्चों बूढ़ों और पशुओं को पहुंच से दूर रखना चाहिए कीटनाशक के खाली देबो को किसी काम में नहीं लेना चाहिए उन्हें तोड़कर मिट्टी में दबा देना चाहिए कीटनाशक छिड़कने के बाद छिड़क गए खेत में किसी भी मनुष्य जानवर को नहीं जाने देना चाहिए किसानों के सामने एक बड़ी परेशानी आती है कीटों की जिनकी वजह से यह उन्हें काफी नुकसान तक उठाना पड़ जाता है खेती किसानी और विभिन्न योजनाओं के बारे में जानकारी देने के लिए गांव कनेक्शन एक नई पहल चालू की है जो

कि मेरे चाचा जी ने शुरू की है अगर सरसों के खेत में महु का रोग लग जाता है तो उसे देसी तरीके से कैसे बचाया जा सकता है।

सरसों की फसल में माहू कीट लगने पर कई तरह के देसी तरीके अपना सकते हैं जैसे 5 से 6 लीटर माथा 100 डेढ़ सौ लीटर पानी में मिलाकर एक एकड़ खेत में छिड़काव करने से मां हूं नहीं लगता है अगर यह उपाय फायदा ना करें तो ढाई सौ तीखी लाल मिर्च को 100 लीटर पानी में मिलकर पूरे खेत में छिड़काव देना चाहिए जिसे महु रोग का खत्म हो जाएगा इससे एक लाभ और होगा और अन्य जानवर खेत में आते हैं वह लाल मिर्च के छिड़काव से नहीं आ पाएंगे इस प्रकार कीटनाशक प्रयोग के छिड़काव के बाद सावधानियां बरतनी चाहिए जिससे दुश्मन कीड़े का खात्मा और अपने आप की सुरक्षा भी शामिल है।

बदलते तापमान में ऐसे करें अपने फसलों की देखभाल और मौसम विभाग का भी यही राय और सलाह

ठंड के जाते-जाते देश के कई अंतरराष्ट्रीय राज्यों में बारिश या मौसम के शुष्क रहने की संभावना रहती है मौसम विभाग ने ऐसे में अलग-अलग फसलों के लिए काम की जानकारी दी है अगर आप गेहूं की खेती से जुड़े हैं या चना बोया है तो अगले कुछ दिनों तक आपको अपनी फसल की खास देखभाल करने की जरूरत है भारत मौसम विभाग के अनुसार अगले कुछ दिनों तक उत्तर प्रदेश दिल्ली राजस्थान और हरियाणा में हल्की से तेज बारिश हो सकती है खासकर लखनऊ और उसके आसपास 20 से 23 फरवरी के बीच मध्य बादल छाए रहेंगे और बारिश भी हो सकती है इस मौसम में कीट या बारिश से फसलों को कैसे ध्यान रखना है यहां विस्तार से बताया जा रहा है।

गेहूं की फसल

अभी के मौसम को देखते हुए किसान भाइयों को खड़ी फसल में सिंचाई या किसी तरह का छिड़काव नहीं करना चाहिए गेहूं की

फसल में रोगों को विशेष कर कल भरा या पीला रतवा की निगरानी करते रहें।

चना की फसल

मौसम विभाग का कहना है कि न सिर्फ अधिकतम तापमान 2627 डिग्री सेंटीग्रेड और न्यूनतम 11 तक जा सकता है बल्कि उत्तर पूर्वी दिशा की हवाएं 8 से 12 किलोमीटर प्रति घंटे की रफ्तार से चलेगी ऐसे में चना की फसल पर भी सिंचाई या किसी छिड़काव से बचना चाहिए ऐसे में चने की फसल में फली छेदक कीट की निगरानी के लिए मोहन प्रपंच उसे प्रति एकड़ उन खेतों में लगे जहां पौधों में 40 से 50% फूल खिल गए हो।

आम की फसल का ऐसे करें बचाव

आम की फसल में इन दिनों मिली बाग के बच्चे जमीन से निकलकर आम के तारों पर चढ़ते हैं उनको रोकने के लिए जमीन से 5 मीटर की ऊंचाई पर आम के तनों के चारों तरफ 25 से 30 सेंटीमीटर चौड़ी अलकाथी की पत्ती लपेट देनी चाहिए।

तने के आसपास की मिट्टी की खुदाई कर देनी चाहिए जिससे उनके एंड नष्ट हो जाएंगे तने के आसपास की मिट्टी की खुदाई करने से पौधे में ज्यादा सुधार हो जाता है वैज्ञानिकों की सलाह है कि इस समय पशुपालक अपने पशुओं के अच्छे स्वास्थ्य दूध उत्पादन के लिए हरे चारे या बरसीम के साथ-साथ 50 ग्राम नमक और 500 से 100 ग्राम खनिज मिश्रण प्रति पशु जरूर देना चाहिए।

गुणों की खान है सहजन, कम लागत में इसकी खेती से हो सकता है अच्छा मुनाफा

एक समय था जब सहजन और का महत्व सिर्फ दक्षिण भारत के लोगों को मालूम था लेकिन आज उत्तर भारत में भी शायद ही कोई घर होगा जिसको इसके बारे में भले ही पता ना हो जब पौष्टिक सब्जियां की चर्चा होती है तो सबसे पहले जो नाम आता है वह सहजन है पृथ्वी पर पाए जाने वाले किसी भी पौधे में सहजन के बराबर औषधि और



पौष्टिक गुण नहीं हो सकता।

सहजन बिहार में साल भर उगाई जाने वाली सब्जी है सहजन का फल साल भर में एक बार आता है जिसके फल को जाड़े के दिनों में सब्जी के रूप में करते हैं दक्षिण भारत में सहजन के फूल फल पट्टी का उपयोग कई व्यंजनों में किया जाता है सहजन की खेती भारत ही नहीं बल्कि फिलिपींस हवाई मेक्सिको श्रीलंका मलेशिया आदि देशों में भी होती है।

बदलते ग्रामीण भारत में बाजार समाज सरकार की भूमिका पर चर्चा करते हुए सुषमा त्रिपाठी ने कुछ सिस्टम की जानकारी दी है जो कि ग्रामीण समाज में क्या-क्या किया जा सकता है की खेती में कैसे ध्यान दिया जा सकता है इसका चर्चा भी किया गया है खेती में कैसे-कैसे छिड़काव किया जाएगा इसके बारे में भी बताया गया है बदलते समाज में ऐसे ही कुछ खास ध्यान देने की जरूरत है बदलते समाज बदलता भारत में हर इंसान को अपनी खेती का ध्यान देना चाहिए अब सरकार ने भी किसान भाइयों पर ध्यान देना शुरू कर दिया है।

बेटी घर का मान, धर्म है, माँ दुर्गा-सी वंदन है,

बेटी घर का मान, धर्म है, माँ दुर्गा-सी वंदन है,
इन्हें पाँव की धूल न समझो, ये माथे का चंदन हैं।

बेटी विधि का रूप दूसरा घर-घर की पहचान बने,
महल टपरिया गाँव गली में बेटी अब वरदान बने,
जब हर रिश्ता जिया पास से तब मैंने ये सच जाना,
सब निज स्वार्थ साध धकियाते, बेटी थामे जीवन है,
इन्हें पाँव की धूल न समझो ये माथे का चंदन है।

लाख कमाये लाख गवाये कोई शिकन नहीं आई,
महल अटारी द्वार झरोखे गिरे न आँखे झलकाई,
जिस दिन विदा किया बेटी को लगी लुटी सारी दुनियाँ,
तब जाना बेटी से बढ़कर और नहीं कोई धन है,
इन्हें पाँव की धूल न समझो ये माथे का चंदन है।

घर की रौनक राजदुलारी, वनतुलसी गाती मैना,
खिलती धूप साँझ मतवाली, दीपमालिका-सी रैना,
मेरा पुण्य जगा है शायद युगल रूप बेटी पाई,
चहक-चहक फिरती कोयल-सी घर मेरा नन्दनवन है,
इन्हें पाँव की धूल न समझो ये माथे का चंदन है।

बिन बेटी के घर क्या घर है, जैसे बिन दुल्हन डोली,
लाख सजा हो रूप स्वर्ण-सा, माँग सजे कब बिन रोली।
जो यह कहते ब्रज मोहन का उन्हें बता इतना देना,
अरे ! बिना राधा के प्यारा कब लगता वृंदावन है,
इन्हें पाँव की धूल न समझो ये माथे का चंदन है।

हेमराज सिंह 'हेम'

तुझको कोई दुश्मन ललकारे किसमें है सामर्थ्य भला।

तुझको कोई दुश्मन ललकारे किसमें है सामर्थ्य भला।
प्रभु क्यों लीला तू करता है कहकर खुद को असमर्थ भला।।

तेरे तो एक इशारे पर है सृष्टि घूम रही प्रति पल, तू खड़ा पहाड़ी की
चोटी से खेल खेलता जो हर पल,,
तू सागर की लहरों पर चल कर मेल कराता है जल-थल, तेरी
पलक झपकने से होता परिवर्तन है पल पल,, दुश्मन जहां खड़े हैं
तेरे जमी नहीं है वह है दलदल,,
तेरा बाण चले तो बच ले किसमें है सामर्थ्य भला।
प्रभु क्यों लीला तू करता है कहकर खुद को असमर्थ भला।।

तू कभी धरा पर होता है फिर कभी धरा से दूर कहीं, तू कभी नजारों
में दिखता है फिर नजरों से दूर कहीं,,
तुझको दुनिया है खोज रही पर तू दुनिया से दूर नहीं, जब दुश्मन तेरे
निशाचर हैं जब उनमें कोई नूर नहीं, जब तू प्रकाश है आभा है तुझसे
है सूरज दूर नहीं,,

फिर तेरे सम्मुख निश्चर आएँ किसमें में है सामर्थ्य भला।
प्रभु क्यों लीला तू करता है कहकर खुद को असमर्थ भला।।

तेरी सारी लीला मैं गाऊँ मुझ में इतना सामर्थ्यनहीं, पर जो तू ने
बतलाया है मैं कहने में असमर्थ नहीं,,
प्रभु तेरी तो यह लीला है वृक्षों में अंगारे फलते हैं, जल की बूंदें तू
फेंक रहा पड़ते ही सब निश्चर जलते हैं,,
कर विजय भावना की भगवन तू सिंहों को घास खिलाया है, तू
नास निशा का कर भगवन सूरज तक राह बनाया है,,
फिर दुश्मन तुझसे युद्ध करें किस में इतना सामर्थ्य भला।
प्रभु क्यों लीला तू करता है कह कर खुद को असमर्थ भला।।

कामेश

गाय पर दोहे

पूँछ पकड़ कर गाय की, कर वैतरणी पार ।
सेवा करने से मिले, जीवन में सत्कार ।।
दूध, मूत्र साधन बना, गइया घर की शान।।
जिस घर में पाली गयी, वहाँ बसे भगवान।

गौ माता देती हमें, सेवा का शुभ-लाभ ।
रिद्धि-सिद्धि रहती सदा, शुचिता, सुख, सौभाग्य।।

रोम-रोम में बसे हैं, गइया में भगवान् ।
उसकी सेवा - लाभ से, जीवन का कल्याण।।

माँ शिक्षा देती हमें, कभी न करिए बैर।
सेवा करती गाय की, छुएँ बड़ों के पैर ।।

गइया को लोई खिला, अम्मा हुई निहाल।
गइया-बछिया ढूँढ़ती, हो जाती बेहाल।।

कलियुग में हनुमान जी, माँ जी, गंगा, गाय।
इनकी सेवा जो करे, पुण्य-धाम मिल जाय।।

मातु -पिता, गो वंश की, सेवा कर लो खूब।
पत्थर में भी उग रही, ईश कृपा से दूब ।।

नश्वर यह संसार है, कलि का पड़े प्रभाव ।
गौ माता के चरण छू, बदले क्रूर स्वभाव।।

गइया को लोई खिला, अम्मा तब लें अन्न।
वाकर लेकर पूजती, मंदिर-देव प्रसन्न ।।
कलियुग में शनिदेव हैं, माता, गंगा, गाय।
मन से जो सेवा करे, उसकी बढ़ती आय।।

चक्रधर शुक्ल

ऐ जेठ की दुपहरी

पाँचवी मंजिल की छत पर
धमेले से मसाले ढोती पुष्पा
अपनी गीली-नमकीन देह को
फूँक रही है,
ऐ जेठ की दुपहरी !
अब तू क्यों दहकती है बेमतलब ?

कूड़े-करकट के ढेर में
अर्द्धनग्न बदन नन्ही पिंकी खाने को
कुछ ढूँढ़ रही है,
ऐ जेठ की दुपहरी !
अब तू क्यों दहकती है बेमतलब ?

कोलतार की चिकनी सड़क पर
चैतीबाई कच्छोरा भीरे नंगे पाँव
अपने पोते को कंधे पर लिये
चल रही है,
ऐ जेठ की दुपहरी !
अब तू क्यों दहकती है बेमतलब ?

टीकेश्वर सिन्हा ' गब्दीवाला '

आओं एक वृक्ष लगाए

इस धरा को फिर से हरा भरा बनाए
इसे भीषण गर्मी से मुक्त कराए
ठंडी-ठंडी हवा के लिए और
भीनी-भीनी महक के लिए
एक वृक्ष तुम लगाओं और
एक वृक्ष हम लगाएं
चूँकि
हरे भरे वृक्ष ही धरती के आभूषण है
प्रकृति का सौन्दर्य हैं
जीवन का नव संचार हैं
ऊर्जा का बडा स्रोत हैं
आओं एक वृक्ष तुम लगाओं और
एक वृक्ष हम लगाएं
इस धरा को हम सब मिलकर
फिर से हरा भरा बनाए
प्रकृति का सौन्दर्य बढ़ाएं
एक वृक्ष तुम लगाओं और
एक वृक्ष हम लगाएं

सुनील कुमार माथुर



प्रकृतिमेल डेस्क

भुईं आवला



भुईं आवला कोई आवले का पेड़ नहीं बल्कि यह आवले के पेड़ जैसी दिखने वाली ऐ जड़ी-बूटी है। यह पौधा हमारे आप-पास दिख जाता है। बहुत कम लोग ही इसकी विशेषताओं के बारे में जानते हैं। यह खरपतवार के रूप में खाली मैदानों, घरों में या हरियाली के स्थानों में यूँही दिख जाता है।

यह अनजाना सा पौधा अपने में बहुत सारे औषधीय गुणों को छुपाये रखा है। बरसात के मौसम में यह हर कहीं दिखाई दे जाता है। इस पौधे के अनेकों लाभ हैं। हराभरा यह पौधा आपके बगीचे में हरियाली बढ़ाने के काम आ सकता है। साथ ही इसके गुण भी बहुत सारे हैं।

- ◆ भुईं आवला की पत्तियों का रस घाव भरने के काम आता है। चोट या सूजन में इसकी पत्तियों को पीसकर लगाने से बहुत लाभ मिलता है।
- ◆ त्वचा की समस्याओं में भी भुईं आवला काफी फायदा देता है। खुजली होने पर भुईं आवला की पत्तियों को पीसकर उसमें नमक मिलाकर खुजली वाली जगह लगाने पर खुजली जल्दी ठीक होती है। पाया गया है कि गंभीर त्वचा के रोगों में यह बहुत लाभ देता है।
- ◆ किसी चोट से हो रहे दर्द पर भुईं आवला की पत्तियों का लेट लगाने से भी बहुत लाभ मिलता है।
- ◆ सांस संबंधी विकारों में भुईं आवला की जड़ को पीसकर, मिश्री और शहद के

साथ खाने से सासों से संबंधित विकार नष्ट होते हैं।

- ◆ कफ और खांसी की परेशानी में भुईं आवला के काढ़े में पिप्परी मिलाकर पीने से खांसी में राहत मिलती है।
- ◆ मुँह में छालों की वजह से खाने पीने में काफी परेशानी होती है। ऐसे में भुईं आवले के प्रयोग से छाले अतिशीघ्र सही होते हैं। छालों को ठीक करने के लिए इसकी पत्तियों का काढ़ा बनाकर पीने से आराम मिलता है।
- ◆ आँखों से जुड़े विकारों में भी भुईं आवला काफी आराम देता है।
- ◆ पेट से जुड़ी दिक्कतों जैसे पेट दर्द, दस्त आना, में इसके पत्तों को उबालकर थोड़ा-थोड़ा पीने से पेट से जुड़ी दिक्कतों में भी लाभ मिलता है।
- ◆ प्रकृति की इन नियमतों को हमें अपने घरों में जरूर से जगह देनी चाहिए। ये अपनी हरियाली छटा के साथ-साथ

अपने गुणों से भी हमें लाभाहित करते हैं।

- ◆ भुईं आवला का सेवन हमारे रक्त को भी शुद्ध करता है। जलोदर की समस्या में भी यह लाभकारी है।
- ◆ सर दर्द, तेज बुखार में यह बहुत लाभकारी है। मधुमेह में भी लाभकारी है। पेशाब में जलन और रुक-रुक कर पेशाब आने में यह बहुत लाभ देता है।
- ◆ इसका सेवन लीवर के कार्य का अच्छा करता है। लीवर से जुड़ी समस्याओं के लिए भुईं आवला राम बाण की तरह काम करता है।
- ◆ पीलिया रोग में यह विशेषकर लाभकारी माना गया है।
- ◆ टी.वी के रोग में भी लाभकारी है। शरीर की सूजन को ठीक करता है।
- ◆ आंतों में हुए घाव को भी य बहुत जल्दी ठीक करता है।



प्रकृति के रंग



सुमन लता
लखनऊ



हर व्यक्ति अपने गंधीय
विज्ञान का इकलौता
खिलाडी है इसलिए वाह्य
जगत में कोई युद्ध नहीं
होता है अवरोध तो मात्र
गंधीय विज्ञान को पकाने
की एक क्रिया होती है जो
पूर्ण होने के बाद स्वतः
खत्म हो जाती है , लड़ाई तो
मानसिक विचार धारा की है
रासायनिक यात्रा तो स्वतः
स्वाभाविक होती 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.।