

RNI No. UPHIN/2011/40224

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

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

प्रकृति मेल

जीव से पदार्थ का और पदार्थ से
जीव का निर्माण

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

प्रकृति आश्रम

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

‘अशोक मानव’

9415041794, 9807636072

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

कोमल

बिल्डिंग मैटेरियल

सत्य प्रकाश मिश्रा (राहुल मिश्रा)

बिक्रेता • बालू • मौरंग • सीमेंट • गिट्टी

मछली शहर, जौनपुर **मो0 9792512188**

प्रकृति मेल

हिन्दी मासिक पत्रिका

वर्ष: 14 अंक : 3 | सितम्बर -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 स्वैक्षा से बिना किसी दबाव के समय दान के रूप में अपनी सेवाएं दे रहे हैं।

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

संपादक - अशोक मानव

Website : www.prakritimail.com

Email : info@prakritimail.com

editor.prakritimail@gmail.com

अंदर के पन्नों पर



P 8 बंधन और मुक्ति

P 10 प्रकृति की प्राकृतिक धनराशि

P 11 प्रेम विज्ञान

P 17 वजूद से वजूद की यात्रा

P 21 उपचार की सर्वोत्तम पद्धति आयुर्वेद है वेदमूलक

P 24 सैन्य शिक्षा की जरूरत क्यों

P 26 फारेस्ट मैन ऑफ इंडिया

P 36 आंकलन से सहजता

P 42 नृत्य में निहित हैं समग्र उपचार व रूपांतरण के तत्त्व

P 48 संस्कार युक्त विधार्थी देश की धरोहर

P 32 प्रकृति विज्ञान

जीव से पदार्थ का और पदार्थ से जीव का निर्माण

तत्व में छिपी हुई जीव की अवस्था अपने अधूरे गुण को पूर्ण करने हेतु अपने शारीरिक रूपी भूगोल का निर्माण करती है जिसमें गंधीय मिलान से पदार्थ का निर्माण अपने एहसासी ताप से करता है यही पदार्थ शरीर से छूटता रहता है जो पुनः उसी जीव निर्माण में अपने गुणों को तरंगीय मिलान से जीव से पदार्थ और पदार्थ से जीव को सिद्धांत कर पूर्ण कर देता है।



मानव

मा-मानसिक, न-नवीनता, व-वतन, अर्थात मानसिक नवीनता का वतन।



अशोक मानव



मानसिक मार्ग का नयन बनाकर अपने वजूद को सिद्धांत करने वाला ज्ञानी जीव मानव है।



प्राकृतिक परिभाषा में मानव प्रकृति का सबसे विकसित प्राणी है जो अपने मानसिक विकास से अन्य जीवों की अपेक्षा अधिक शक्तिशाली ऊर्जा का उत्सर्जन करता है। वैज्ञानिक अर्थों में मानव अपने विवेक का सही प्रयोग करके विषय वस्तु की गुणात्मकता को पहचान कर उसके वैज्ञानिक शोध से किसी नवीनता का विकास कर सकता है। सामाजिक परिभाषा में मानव अपने ज्ञान दृष्टि से सामाजिक प्राकृतिक व्यवस्था को बेहतर बनाने की क्षमता रखने वाला प्राणी है। मानव जीवन प्रकृति का सबसे अधिक शक्तिशाली प्राणी है, जो अपनी मानसिक सोच से प्रकृति की नवीनतम जानकारी अपने शरीर रूपी वतन से प्राप्त कर उसे अपनी इच्छा अनुसार सोच बनाकर उस गुण की ऊर्जा छोड़कर उसे नवीनतम दिशा दे सकता है। प्रकृति के सभी जीव एक गुण विशेष की विधा की गंध छोड़ते हैं। जो गंध विषय रूपी गंध मिलान से विषय रूपी गुण में परिवर्तन करता है। दोनों के मिलने से उसमें नवीन गुणों का विकास होता है। इसी प्रक्रिया से प्रकृति में नए-नए जीव और पदार्थ का विकास होता रहता है। मानव ही प्रकृति का ऐसा बुद्धिमान प्राणी है जो अपने विचार से किसी भी गुण की गंध बना सकता है। इसी गुण से मानसिक नवीनता के वतन प्राकृतिक स्वरूप प्राप्त करता है। जिस स्वरूप से विज्ञान अन्य ग्रहों तक पहुंचने की क्रिया कर रहा है। विचार जिस विषय पर चलता है उस विषय की गंध उर्जा शरीर द्वारा बनती है जो विज्ञान की तरह प्रकाश को अपने से जोड़कर उसका मार्ग और निर्माण दोनों बनाती है पर शक्ति हर मानव में होती है इसलिए विपरीत गुण की ऊर्जा उसे रोकने की गंध छोड़ती है पर जो ऊर्जा शक्तिशाली होती है वही पहले आगे बढ़कर जाती है। इसी क्रिया से प्राकृतिक न्याय स्थापित होता रहता है। इस प्राकृतिक वैज्ञानिक न्याय प्रणाली में मानव अपना विशेष योगदान प्रदान कर सकता है। जिस दिन मानव को अपने मानव होने का ज्ञान हो जाएगा उस दिन से वह अपनी सोच पर नियंत्रण करके वह सोच बनाएगा जिस तरह की व्यवस्था न्याय प्रिय होगी। 'मानव शरीर का कार्य सिर्फ विषय वस्तु का स्थान परिवर्तन कर सकता है, पर उसकी मानसिक सोच विषय वस्तु का निर्माण कर सकती है। 'मानव के मानसिक सोच की क्रिया समाज प्रकृति को ही नहीं बल्कि सबसे पहले अपने आप को देती है और उसी के एहसास से वह सुख दुख की अनुभूति करता है। उसकी मानसिक सोच की गंध बनने में ही एहसास उसे इस अनुभूति से गुजारता है, इसके बाद वह गंध प्रकृति और समाज में क्रियाशील होती है। इस प्रकार मानव अपनी मानसिक सोच को नवीनतम बनाकर अपने साथ-साथ समाज और प्रकृति को खुशहाल बना सकता है।

मानव प्रकृति के चर अचर प्राणी समुदाय का चर प्राणी है। जो कहीं भी विचरण करके अपनी खुराक प्राप्त कर सकता है। इसकी जड़ कहीं से भी अपनी खुराक प्राप्त कर सकती है, इस जड़ को स्थापित करने की क्रिया मन से होती है जो मानसिक सोच के बाद उस विषय स्थान की गंध को अपने पास खींचकर वहां के गुण की अनुभूति अपने अंदर करने लगता है। इसके बाद वहां की मिट्टी में उसकी जड़ स्थापित हो जाती जहां

से उसे खुराक मिलने लगती है और मिट्टी के गुण का प्रभाव अपने ऊपर पड़ने लगता है इस प्रकार मानव कहीं भी अपनी जड़ स्थापित कर वहां की मिट्टी की गुणवत्ता से अपना विकास कर सकता है। मिट्टी द्वारा उत्पन्न गंध में भी मिट्टी का गुण होता है जो विषय में अपनी जड़ स्थापित करने के बाद उसका गुण प्राप्त कर सकता है। मानव के पास यह एक विशेष कला होती है जो मन द्वारा संचालित होती है। इस कला की वैज्ञानिकता को जानकर मानव अपनी इच्छा अनुसार अच्छी जमीन पर अपनी जड़ स्थापित करके उस मिट्टी के गुण को प्राप्त करके अपने गुणों का विकास कर सकता है पर ज्यादातर मानव अपनी चाहत में अथवा खराब विषय की तरफ मन को ले जाकर गलत जमीन में अपनी जड़ जमा देते हैं जिसकी खुराक उसे परेशान करने लगती है। उसका विकास अवरोधक होने लगता है, उसका मन ऐसे ही विषयों पर जाने लगता है जहां से दुख मिलने लगता है। ऐसी जमीन पर अपनी जड़ नहीं स्थापित करनी चाहिए। ऐसे विषय से अलग करने के लिए नए विषय का चुनाव कर लेना चाहिए। जिसमें अपनी जड़ लगे तो अच्छी खुराक प्राप्त हो। मानव के अतिरिक्त प्रकृति के सभी जीवों का जीवन बहुत ही सरल तरीके से पूर्ण हो जा रहा है पर मानव अपनी सोच के तरीके से अपने जीवन को इतना कठिन बना लिया है जिसे जी पाना बहुत ही कठिन हो गया है। पूर्ण जीवन काल के कुछ पल सुख की अनुभूति में और दुख में ही काटता है, यह सब मानसिक सोच का परिणाम है, इसे हम अपनी मानसिक सोच की नवीनता से मन द्वारा अच्छे विषय और जमीन पर अपनी जड़ स्थापित करके अधिक से अधिक पल खुशहाली के बना सकते हैं।



पाठकनामा

आज हर कोई सही रास्ता तलाश रहा है पर समाज में मौकापरस्त लोगों के चक्कर में पड़ कर हर कोई डरा सा है। लोगो की आस को पूरा करती है प्रकृतिमेल पत्रिका। सभी को यह अद्भुत पत्रिका उनके अपने सत्य से मिलती है। आडम्बरों से दूर उन्हें सही राह चयन करने की आजादी देती है।

कुछ समय निकाल पत्रिका के लेख पढ़ने से विरोध रुक सा जाता है। सहज आनंद का एहसास कराने के लिए पत्रिका के संपादक जी का कृतज्ञ हूँ।

बहुत सारी शुभकामनाओं के साथ।

राकेश

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.prakritimail@gmail.com

Contact: 9807636072, 7376495194



““

“हमारा जीवन और वित्तीय स्थिति खुली किताब है।”

माधवी पुरी बुच



““

“एक चीज का घमंड है कि बड़ा खूबसूरत बचपन हमने देख लिया।”

जाकिर खान



““

“किसी भी प्रकार का विभाजन समाज की एकता-अखंडता के प्रतिकूल होता है।”

श्यौराज सिंह 'बेचैन'



““

“दिल्ली की जनता केंद्र की भाजपा सरकार और दिल्ली की आम आदमी पार्टी की सरकार के बीच जारी अस्तित्व की लड़ाई में पिस रही है।”

ज्ञानेंद्र रावत



““

“कुश्ती में जितना सीखा है वह गांव की हर बहन को सिखाना चाहती हूं।”

विनेश फोगाट



““

“जितना ज्यादा जाति का मुद्दा उठाया जाएगा, उतना ही हिन्दू वोटों में बिखराव होगा।”

चेतन भगत

जननी बचाओ
: जीवन बचाओ



Manav

बंधन और मुक्ति

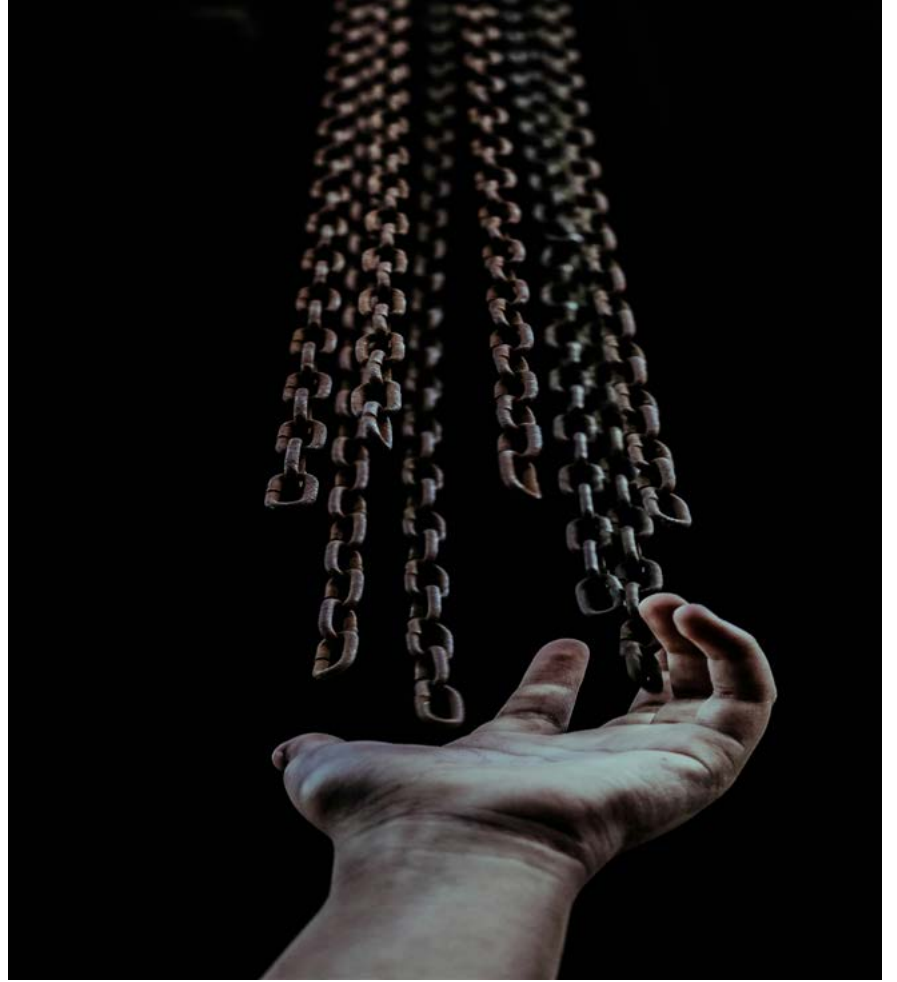


कामेश

स्वतंत्रता या मुक्ति-यह शब्द सुनते ही हमारे मन में आनंद, उल्लास, और आत्मनिर्भरता की भावना जाग्रत होती है। यह हमारे अस्तित्व का वह पहलू है जो हमें जीवित और सक्रिय रखता है। परंतु, क्या हमने कभी सोचा है कि हम जिस स्वतंत्रता की बात करते हैं, वह वास्तव में कितनी स्वतंत्र है? क्या हम वास्तव में मुक्त हैं, या केवल एक आभासी स्वतंत्रता का अनुभव कर रहे हैं, जिसे समाज, परिवार, और विचारधाराओं के जाल ने हमें दिखाया है?

स्वतंत्रता हर जीव का प्राकृतिक स्वभाव है। इसका मूल शाब्दिक अर्थ है अपना नियम, अपना कानून, अपनी विधि। अर्थात्, जीव की निजी इच्छाओं के अनुरूप चलना और उन्हें पूरा करना, तथा इन इच्छाओं पर किसी और का कोई अंकुश न हो। वह जिस तरह चाहे, रह सके; जो चाहे, कर सके—यही उसकी स्वतंत्रता है। परंतु, क्या हर कोई वास्तव में स्वतंत्र है? यदि सूक्ष्म दृष्टिकोण से अध्ययन किया जाए, तो हर व्यक्ति किसी न किसी रूप में विभिन्न बंधनों से घिरा हुआ है।

जीवन की यात्रा सुचारू रूप से पूरा करने के लिए ही समस्त द्वंद्व चल रहे हैं। इसका मूल कारण यह है कि हर कोई स्वतंत्र तो रहना चाहता है, परंतु दूसरों को स्वतंत्रता देने के लिए तैयार नहीं है। वह दूसरों पर अपने वर्चस्व को बनाए रखने की चाहत रखते हुए खुद स्वतंत्र रहना चाहता है। हर कोई अपने नियम और इच्छाएँ दूसरों पर थोपना चाहता



है। यही कारण है कि स्वतंत्रता की लड़ाई हर समय चल रही है।

जब बच्चा पैदा होता है, तभी से उसे विभिन्न संस्कारों और परंपराओं की बेड़ियों में जकड़ दिया जाता है। यह जानने योग्य भी नहीं होता कि परिवार क्या है और वह स्वयं कौन है, परंतु उसे इस तरह से सिखाया जाता है कि वह जीवन भर इन्हीं परिवार की परवरिश और नियम-कायदों में चलने के लिए बाध्य हो जाता है। जीवन धारण किया था उसे विराट अस्तित्व की अनंत यात्रा को पूरा करने के लिए, पर उसे परिवार, धर्म, जाति, रिश्तों, और संबंधों की ऐसी जकड़ में बाँध दिया गया कि वह इससे

बाहर सोच भी नहीं पाता।

जब हम जीवन के विभिन्न पहलुओं पर विचार करते हैं, तो पाते हैं कि हम हमेशा किसी न किसी बंधन में फंसे हुए हैं। यही द्वंद्व हमें जीवन भर उलझाए रखता है। विचारों का अनवरत प्रवाह, जो हमारे जागते और सोते समय भी हमें चैन नहीं लेने देता, वास्तव में हमारी आंतरिक स्वतंत्रता की कमी को दर्शाता है। यह एक अदृश्य बंधन है, जो हमें निरंतर सोचने पर मजबूर करता है, और हम इसे पहचानने में असमर्थ रहते हैं। क्या यह वास्तव में स्वतंत्रता है, या फिर एक ऐसा बंधन है जिसे हमने अनजाने में स्वीकार कर लिया है?

यह बहुत ही बारिक बात है क्योंकि हर व्यक्ति खुद में ही संघर्ष करता है, परंतु उसे पता भी नहीं होता कि वास्तव में उसके अंदर इतनी द्रंघ्न क्यों होते हैं। वह समझ भी नहीं पाता कि आखिर उसके अंदर क्या चल रहा है। लगातार उसके विचार चलते रहते हैं। एक बात गौर करने की है कि क्या कारण है कि व्यक्ति हर समय कुछ न कुछ सोचता ही रहता है? कहा जाता है कि मन कभी रुकता नहीं, विचार कभी विराम नहीं लेते।

बचपन से ही जब बच्चे का मस्तिष्क पूर्ण रूप से विचारों से मुक्त होता है, कोरे कागज की तरह होता है, तभी से उसे परिवार और समाज के लोग अपने नियम, कायदे, कानून, जरूरतें और संस्कार कूट-कूट कर भर देते हैं, जिससे वह जीवन भर उन्हें में उलझा रहता है। परंतु उसे यह भी कहा जाता है कि तुम स्वतंत्र हो। अब वह सोच भी नहीं पाता कि वास्तव में स्वतंत्रता है क्या। स्वतंत्रता का पूरा अर्थ ही बदल गया है।

15 अगस्त 1947 को भारतवर्ष को अंग्रेजों से स्वतंत्रता मिली और इस दिन को पूरे देश में बड़े उत्साह के साथ राष्ट्रीय पर्व के रूप में मनाया जाता है। विभिन्न स्वतंत्रता सेनानियों के कारनामों पर गीत गाए जाते हैं, उन्हें श्रद्धा सुमन अर्पित किए जाते हैं, और देश की जनता को बोध कराया जाता है कि तुम्हारे पूर्वज गुलाम थे। परंतु सोचने की बात यह है कि क्या अंग्रेजों के भारत छोड़ देने के बाद वास्तव में सभी भारतीय पूर्ण रूप से स्वतंत्र हो गए?

यह भी गौर करने की बात है कि हमारी आजादी की लड़ाई में जिन लोगों ने सबसे अधिक योगदान दिया, वे भीतर से स्वतंत्र थे। उन्होंने अंग्रेजों के खिलाफ लड़ाई सिर्फ अपनी व्यक्तिगत मुक्ति के लिए नहीं, बल्कि उन लाखों लोगों को स्वतंत्रता का अनुभव कराने के लिए लड़ी, जो मानसिक गुलामी के कारण खुद को कभी स्वतंत्र महसूस नहीं कर पाए। यह मानसिक गुलामी आज भी समाज में मौजूद है। हम आज भी विचारों की बेड़ियों में जकड़े हुए हैं, जो हमारी सोच और दृष्टिकोण को सीमित



बचपन से ही जब बच्चे का मस्तिष्क पूर्ण रूप से विचारों से मुक्त होता है, कोरे कागज की तरह होता है, तभी से उसे परिवार और समाज के लोग अपने नियम, कायदे, कानून, जरूरतें और संस्कार कूट-कूट कर भर देते हैं, जिससे वह जीवन भर उन्हीं में उलझा रहता है। परंतु उसे यह भी कहा जाता है कि तुम स्वतंत्र हो। अब वह सोच भी नहीं पाता कि वास्तव में स्वतंत्रता है क्या। स्वतंत्रता का पूरा अर्थ ही बदल गया है।

करती हैं।

हमारी वास्तविक स्वतंत्रता केवल राजनीतिक या बाहरी आजादी में निहित नहीं है। हमें इस बात का एहसास होना चाहिए कि स्वतंत्रता का सही अर्थ अपने भीतर की बाधाओं को तोड़ने में है। जब तक हम अपने भीतर के डर, असुरक्षाओं, और पूर्वाग्रहों से मुक्त नहीं होंगे, तब तक हम सच्चे मायने में स्वतंत्र नहीं हो सकते।

आखिरकार, स्वतंत्रता का सही अर्थ केवल बाहरी शत्रुओं से मुक्ति नहीं है, बल्कि यह अपने अंदर के शत्रुओं—अपने विचारों, पूर्वाग्रहों, और भय से मुक्ति पाने में निहित है। जब हम स्वयं को इन आंतरिक बंधनों से

मुक्त कर लेंगे, तभी हम वास्तव में स्वतंत्रता का सही आनंद उठा सकेंगे। यह मुक्ति ही हमें हमारे जीवन की वास्तविक यात्रा की ओर ले जाएगी, जहाँ हम अपने अस्तित्व के परम लक्ष्य को प्राप्त कर सकेंगे।

इसलिए, सच्ची स्वतंत्रता को प्राप्त करने के लिए हमें पहले अपने भीतर के बंधनों को तोड़ना होगा। यही असली स्वतंत्रता है—बंधनों से परे की मुक्ति। जब हम इस सत्य को पहचान लेंगे, तभी हम जीवन के हर क्षेत्र में सच्ची स्वतंत्रता का अनुभव कर पाएंगे, और यही हमारे जीवन का परम उद्देश्य होना चाहिए।

प्रकृति की प्राकृतिक धनराशि



गौरव पंत

प्रकृति की प्राकृतिक धनराशि स्व निहित हैं। हर जीव पदार्थ इसी से अपनी स्वयात्रा पूरी करता है। इसमें किसी भी प्रकार का कोई भी शोषण नहीं होता है। हर किसी की धनराशि उसकी रासायनिक धनराशि होती है। जिसे कोई अन्य नहीं जान सकता है। ना ही किसी प्रकार की छेड़छाड़ कर सकता है। प्राकृतिक धनराशि सूक्ष्म विज्ञान से संचालित है और सिर्फ स्व की स्वयात्रा को पूरी करती है। ना इसे किसी को दिया जा सकता, ना बढ़ाया जा सकता, ना घटाया जा सकता है। सिर्फ प्रकृति में प्राकृतिक एहसास किया जा सकता है। हर जीव-पदार्थ का ईंधन ही उसकी प्राकृतिक धनराशि होती है। बाह्यता से इसका कोई भी भेदन नहीं कर सकता है। प्रकृति की प्राकृतिक धनराशि का वितरण इतना अभेद्य होता है कि किसी भी प्रकार का कोई संशोधन इसमें नहीं किया

जिस समय जिस प्राकृतिक अवस्था का उभार होना होता है वह स्वतः हमारी रासायनिक धनराशि से हो जाता है। किसी परिभाषा से नहीं। किंतु प्रकृति के अन्य जीव पदार्थ इस एहसास का आनंद लेते हैं सिर्फ मानव जाति ही प्राकृतिक धनराशि को एहसास करना नहीं चाहती। सिर्फ विकल्पता बनाना चाहती है। प्रकृति तो अनिवार्य मार्ग की स्वधारा पर अग्रसर है। जिससे जो रासायनिक मिलान होना होगा वह हमारी स्व धनराशि की रासायनिकता से स्वतः हो जाएगा।

जा सकता है। ना किसी भी प्रकार का कोई पूर्वानुमान लगाया जा सकता है। हर किसी की प्राकृतिक धनराशि बंद स्तूप में संरक्षित रहती है जो आवश्यकता अनुसार क्रियाशील होती है। जिस समय जिस प्राकृतिक अवस्था का उभार होना होता है वह स्वतः हमारी रासायनिक धनराशि से हो जाता है। किसी परिभाषा से नहीं। किंतु प्रकृति के अन्य जीव पदार्थ इस एहसास का आनंद लेते हैं सिर्फ मानव जाति ही प्राकृतिक धनराशि को एहसास करना नहीं चाहती। सिर्फ विकल्पता बनाना चाहती है। प्रकृति तो अनिवार्य मार्ग की स्वधारा पर अग्रसर है। जिससे जो रासायनिक मिलान होना होगा वह हमारी स्व धनराशि की रासायनिकता से स्वतः हो जाएगा। (धनराशि-धरा नभ का रासायनिक शेष ईंधन)

' प्रकृति की प्राकृतिक धनराशि '
इसी से है सब स्वसंचालित
ना कुछ घटाना, ना कुछ बढ़ाना
किसी की नियत में क्या कोई खोट
आना।

**प्राकृतिक धनराशि में कोई भी हेर-फेर
ना कर पाना।**
सिर्फ स्वधनराशि से स्वयात्रा पूरी करना
और अनंतीय अंत हो जाना।
ना प्रकृति की धनराशि को कोई जाना
ना कभी जान पाया।

प्रेम विज्ञान



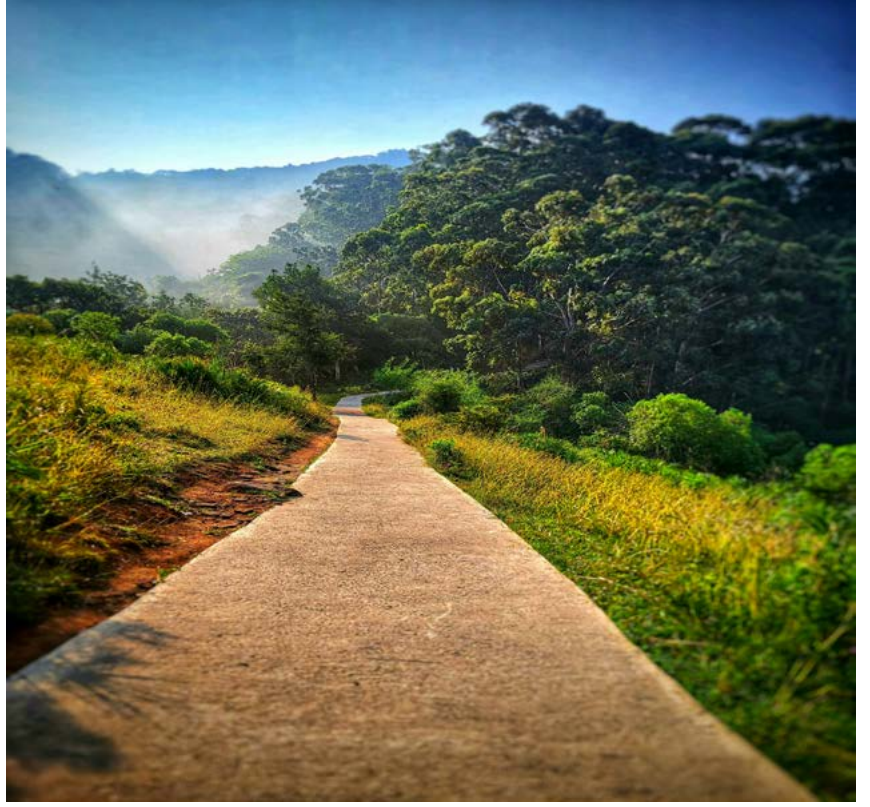
अभिषेक पंत

(विषय परमार्थ की ध्रुवीयता)

(राधिका ईंधन गणित)

(तत्वेच्छा समीकरण)

इच्छाओं की मनोनीती में साधारण उपसर्ग की कला का मूल व्यंग ही साधन पूर्णांक मेहत्ताओं को राजस्व गठन का जातक उम्मीदवार बताता रहा, प्रदर्शन मुखी सहजता का मनोबल बढ़ाकर रात्रिचर कीटाणुओं का मन गुणांक दिनचर सुविधाओं को विषाणू रोपित गैसीय धनाद्यता बल बताता रहा। अपितु योगिनी की सूर्य धरा भी उसी बल का परिणाम है जिस रूप में मूल सूर्यता की इच्छा निहित है। अर्थात् जिस भी विषय का साधन खनन उपसर्गित तत्वेच्छा के निहित तत्पर होता है, उस विषय की मूल खनिजता ही प्रेम विज्ञान की अलौकिकता में तनमई धारा से विधित होती है। अर्थात् साधारण आवरण की तत्व इच्छा मूल बीज बिंदु की नियमावली है एवं पदार्थ यत्न की मूल राशि राधिका संपन्न रासायनिक प्रेम की चरनावली है। ब्रह्मांड का निष्कासन एवं अग्रासन प्रतीक चिन्हों ज्वाला वेदी में बताया तो गया अपितु कोई भी इच्छा प्रस्फुटन किस तापमान का योग अंक है कोई भी परिभाषित नहीं कर पाया। यत्न मेल



जीत हार मोह माया प्रतिकृति उछाल घृणा द्वेष यह तो कंकर रिद्धि सिद्धि शमन ग्रंथि वक्तव्य है, प्रेम तो उपासक वर्ग से परे की अवस्थाए है, यह एक ऐसा रासायनिक मिलान है जो इच्छा के ध्रुव में मन की मती से राधिका के मत को ही ईंधन स्वयं का पदार्थ परिणाम मिलान करता बना देता है। जीवन का मृत्यु से भी प्रेम है तो यह एक प्रकार का ध्रुवीकरण है, जिसमें आत्मा विस्फोटन की नियति निहित है। मानव संबंधों की मूल अभिलाषा का रुद्राभिषेक तो चयन प्रक्रिया का मानक विसर्ग उपसर्ग है अपितु वास्तविक प्रेम संबंध तो विषय का राधिका रूपी ईंधन से है, जिसमें परमार्थ की आसवित ही ध्रुवीयता की प्रवृत्ति है, जिसमें उत्पन्न होने वाली चुंबकीयता इच्छा को ईंधन से मिला देती है।

तत्व प्रलय में संबन्धवाद बनाता गया, पदार्थ भी उसी प्रकार सूर्य ध्वनि सेतु दिखाता गया। अर्थात् यदि दर्पण की इच्छा बिंदु होती तो कभी भी ज्यामितिक अनिवार्यता का अंतरिक्ष प्रेम राधिका प्रवर सूक्ष्मता को गतिमान नहीं कर पाता। अणुयामी आकृति तरलता ही मूल ईंधन स्वयं की इच्छा होती है। अंधकार का वासना से प्रेम होना प्रकाश की सिद्धि नहीं है

अपितु वासना में ही प्रकाश का अंधकार बन जाना प्रेम के अस्तित्व का प्रथम संकेत है। अर्थात् जीव निर्जीव परमाणु अणु रसायन दर्शन समस्त अवस्थाएं तत्काल प्रति की योजक अनिवार्यता होती है, जो ईंधन मिलान की प्रवृत्ति में प्रकृति संवर्तक एहसास से प्रेम तत्व अंकितता को रसलीन करती हैं। अर्थात् स्वाभाविक ऊष्मा में पदार्थ के विनियम से परे



प्रेम एकादिपति नियमिता से परे की अवस्था है, प्रेम तो वह विषय शून्य ईंधन खिंचाव है जो प्रत्येक गति को प्राकृतिक वेग का मूल पदार्थ व्यवहार बना देता है। अर्थ जगत की माया एवं पदार्थ प्रकृति की काया का मिलान भी प्रेम विज्ञान की संतृप्ती है। जिसमें शीतल शून्य पारा सिद्धांत ही पदार्थ वेग की नीति होती है। प्रकृति जगत की मूलता में चेतना आवास की धनाह्यता भी प्रेम की राधिका होती है जिसमें मूल श्री भाव भी उतना ही विक्रय काम राग बनाता है जितना इच्छा शक्ति प्रधान गुण परिपक्व होता है। ब्रम्हाण्डीय एकाग्रता एवं प्राकृतिक एहसास ही प्रेम विज्ञान की संपन्नता है, जिसमें कृति मंडल का मूल वात निर्वात अवस्था में होना ही गति चालक क्रिया है।

तत्त्व इच्छा राधिका मिलान की रासायनिक गति को प्रेम विज्ञान कहते हैं। अर्थात्, जीत हार मोह माया प्रतिकृति उछाल घृणा द्वेष यह तो कंकर रिद्धि-सिद्धि शमन ग्रंथि वक्तव्य है, प्रेम तो उपासक वर्ग से परे की अवस्थाए है, यह एक ऐसा रासायनिक मिलान है जो इच्छा के ध्रुव में मन की मती से राधिका के मत को ही ईंधन स्वरो का पदार्थ परिणाम मिलान करता बना देता है। प्रकृति की कारक सीमा भी इसी बल में आकृतितवान छाया को पकाती है जिसमें आत्मा का योग ही राधिका द्रव्य का मूल नभासीन रासायनिक क्षेत्र बन जाता है जहां से उत्पत्ति का विकास भी परम रश्मि का मन एकांत होता है।

प्रगतिशील तन्मयता की राशि का मूल परिणाम ही सेतु व्याख्या है, जिसमें गुणांक

पूर्णांक ही प्राप्तांक रूपी मनोबल होता है, जो सृष्टि याचक या सृष्टि वाचक नहीं होता है अपितु सृष्टि दृष्टा होता है। काल दर्शन की वैज्ञानिकता का एक कोण नभशील प्रतिकृति में विलीन होता है, जहां से निर्भरता का परिणाम ही स्वीकृति का पर्यायक होता है। भूत जगत की माया में ध्रुव रिक्तता ही समय निधि का आकर्षण है, जिसमें भविष्य जगत की छाया भी आधृत हो जाती है। परिवर्तनशील आख्या का मन प्रांतीय संदर्भ ही जीवन शैली का मूल एहसास होता है इसी एहसास की क्रिया से वृत्ति मूल इकाइयों का तत्त्व इच्छा प्राण वायु संदर्भ विकसित होता है। जिसमें उदय विरह प्रकार की दशमलवी जीवनचर्या नहीं होती है। अर्थात् जीवन का मृत्यु से भी प्रेम है तो यह एक प्रकार का ध्रुवीकरण है,

जिसमें आत्मा विस्फोटन की नियति निहित है। अर्थ जगत में भी काया पूर्णांक का स्वभावी चेतना मंडल शून्य लीन होता है, जहां से विदर्भ शय्या हिमाद्री पराकाष्ठा शैली उत्सर्जित होती है। अपितु किसी अवस्था का प्रतीत होना एवं किसी अवस्था में प्रतीकात्मक विलियन होना दोनों विभिन्न ऊष्मा चेतना नाड़ी संदर्भित विषय है, जहां से उदयात्मक राशि की मूल त्रिज्या भी पराकालीन बंधन का जड़त्व अवकाश शून्यलीन करती है। जिसमें उदर भाव एवं नियति चिन्ह दोनों मिट जाते हैं। अर्थात् पूर्णांक ज्यामिति की तत्त्व इच्छा ही जीव निर्जीव स्वरो की पराग भूमि होती है। जिसमें उत्पन्न पारा प्राण वायु स्वीकृति ही राधिका कनिष्का त्वरित आसन को नियति लीन करती है। भावपूर्ण ऊष्मा रागिनी ही गंधीय

स्वीकृत की प्रेमात्मक विलीनता है, जहां से निति स्वर की आकृति में तत्व ज्यमित का प्रकाश भाव विलीनतम ज्योति को प्रकाशवान करता है। आकाशवाणी भूमि उत्सर्जन रागिनी वायु तत्व जल एवं प्रथम रोशनी इस प्रकार के कुंठित कुंडल मंडल भी बनाए गए थे अपितु निष्कासन का आरोप तो सुनिश्चितता की रश्मि है, जिसमें द्रव्य शैली की निर्ममता ही ठोसता की अवशोधित साधना है। प्राण वायु निरंजना तत्व ज्यामिति नभास्मिता भी सक्रियता कि कृति है जिसमें संपर्क की संचार की जलवायु है, इसीलिए प्रथम मन इच्छा में उत्पन्न एहसास की परम रश्मि ही प्रेम की मूल ठोसता है। जिसमें मन की गति भी मताधिकारी एकाकी संक्षेप को विक्षोप विहीन करती है जिसमें जागरूकता की तत्व यात्रा ही पदार्थ निर्गंधीयता की रासायनिक पूर्णता होती है। प्रकृति जगत की मूल काया ही राधिका आंशिक प्रवृत्ति की रश्मि है, जहां से तरंगीय मिलान ही यात्रा कृति को शून्य वान करता है, जिसमें उत्कृत ऊष्मा की स्वालंबी नर्तकी भावना भी तरंगी मिलान की शुद्धि को नभासनी छन्नी का मानक बना देती है। जहां से वृत्ति मूल की तत्व इकाई भी स्वयाकर्षण की पूर्णिमा को मूलमती का साधन बना देती है, जिसमें प्रेम ऐसा भाव बनता है जो ईंधन राधिका मिलान को तत्व परखनली जलवायु का पदार्थ केंद्र बना देता है। अवस्थाओं की पूर्णिमा भी साधन की ज्योति में निर्मित होती है। इसीलिए प्रेम की ध्रुवीयता भी पदार्थ की स्वीकृति से तत्व लीन होती है जो एक रासायनिक पर्दे में उचित तापमान की वृष्टि में मूल गर्भ गमन को धमनी लीन आवृत्ति में तरंग लीन करती है।

विषय परमार्थ की ध्रुवीयता

आसान विरक्ति योगिनी छाया माया को मिटाने हेतु रस विलय अंतरिक्ष परतों का निर्माण हुआ, जिसमें प्रकृति एहसास के मानक की मूल मृदा का ज्योति बीज ही विषय परमार्थ की ध्रुवीयता को आंतरिक



संरचना में केंद्रित करने लगा। अर्थात् जीवन सत्ता का समीकरण पूर्णतः मानक मृदा सेतु के नभ अंतरिक्ष आचरण में होता है, जिसकी व्यवहारिकता ही पदार्थ रूप में रासायनिक विलय हेतु प्रेम विज्ञान की दिनचर्या बन जाती है, जो एक प्रकार से विषय निधि की परमार्थ राधिका का ध्रुवीय ईंधन गर्भ निर्माण होता है। अर्थात् स्वशन क्रिया की रागिनी में निर्मित वेग की प्रथम उर्वरक जलवायु को प्रेम कहते हैं एवं इसी जलवायु में निर्मित प्रथम नाड़ी स्पंदनीय प्राण वायु नीति को विषय कहते हैं एवं इसी प्राण वायु कोशिका में उत्पन्न मूल राधिका तत्व इच्छा प्रकृति को परमार्थ कहते हैं एवं इसी तत्व इच्छा समागम में उत्पन्न मूल ईंधन रस तापमान छाया प्रति संपर्क संचारी अवस्था को ध्रुवीयता कहते हैं अर्थात् रिक्तता की पूर्णिमा में ध्वनि धनाढ्यता की प्रकाश लिपि ही नभआसनी रूप से पदार्थ प्रेम का तत्व विषय है एवं प्रकृति रूपेण रासायनिक पूर्णता की मूल प्रवृत्ति ही परमार्थ चेतना में प्राकृतिक रूप से गंधीय संबंध का विषय प्रेम है। आसक्ति की जलवायु पदार्थ अंकितता ही रासायनिक वेग की सारणी निश्चित करती है। ब्रह्माण्डी रूपरेखा का ज्यामितिक पदार्थ प्रेम रचना को मार्गीय एहसास का कारक बनाता है, जिसमें विषय का अर्थ ही ध्रुवीय परमार्थ

का ईंधन बन जाता है। आवरण निधि टंकारी ज्योत लिपि भी इसी मनोभाव की संरचना है। अर्थात् मानव संबंधों की मूल अभिलाषा का रुद्राभिषेक तो चयन प्रक्रिया का मानक विसर्ग उपसर्ग है अपितु वास्तविक प्रेम संबंध तो विषय का राधिका रूपी ईंधन से है, जिसमें परमार्थ की आसक्ति ही ध्रुवीयता की प्रवृत्ति है, जिसमें उत्पन्न होने वाली चुंबकीयता इच्छा को ईंधन से मिला देती है। प्रकृति रस से उत्पन्न मन रूपी अदृश्य प्रकाश के मानक महत्ता अंकन साकार पदार्थ एहसास लीन तत्व गुंजन को प्रेम कहते हैं एवं विचारों की गर्भ क्रीड़ा में उत्पन्न भावना की मनोनीत के प्रथम तत्व कारक रूपी रासायनिक तापमान को प्रेम विज्ञान कहते हैं। अर्थात् जीवन की दिनचर्या का बोध ही प्रेम है एवं दिनचर्या में जीवन की आभा को सरलता से एहसास करने की कृति ही प्रेम विज्ञान है एवं विषय तो वह रश्मि टंकारी मिलान है जो स्वपारा चलित ऊष्मा का ईंधन वन है, जिसका यथार्थ ही परमार्थ है। जो उत्पन्न पारा पराग स्वीकृति को ही गंधीय ध्रुव का प्रेमात्मक मानक बना देता है। अर्थात् प्रेम विज्ञान में उत्पन्न राशि राधिका तत्व मिलान की स्वीकृति पराकृति गुरुत्वाकर्षणी विद्युत को तापमान रूप का ज्योति पारा बना देने वाले रासायनिक आभा

की मूल ब्रह्मांडीय राधिका शून्य वेगांक नीति को विषय परमार्थ की ध्रुवीयता कहते हैं।

राधिका ईंधन गणित

स्वशन परतों की मूल भाषा ही राधिका ईंधन गणित है जिसमें सजीवता निर्जीविता प्रथम तत्व पदार्थ स्वीकृति सुलभ होती है। जिसमें प्रेम विज्ञान ही उस भौतिकता के रूप में सक्रिय होता है, जिसमें निर्जीव आकृति का राधिका रूपी भी सजीव ईंधन की मूलतः हेतु उपलब्ध होता है। अर्थात् दिनचर्या नियमावली की स्वभावी ऊष्मा का प्रतिकर्षण भी तभी कार्यरत होता है जिसमें उद्भव शीतकृता स्वरूप यान पदार्थशील होता है। ब्रह्माण्डी जलवायु का जीवन जाल तो निर्मम प्रतीक्षा की भेंट थी, जिसमें निर्मल उदासीनता मिलाकर प्रदूषकों को लगा प्रेम को ही बाह्य मत बना कर अतिरिक्त ईंधन पर भी भाव घेराव किया जाएगा। अपितु उष्मित संपन्नता में राधिका ईंधन गणित की उत्पत्ति से किसी भी सारिका नायिका नायक मापक चेतना में अतिरिक्त वेशभूषा की तथ्य अंकिता उपलब्ध नहीं हो पाई, जिसमें परिणाम ही साधन औचित्य परमार्थ अनुरूप विषयलीन होने लगा। अर्थात् जय विजय की भावना से परे राधिकाईंधन गणित एक लंकर नभ अंतरिक्ष अनुपातीय तत्व मात्रा आकृति चुंबकत्व है, जिसमें रागनी वृत्ति भी मूल अवस्थांकन की नीति का मात्रा परिवर्तन शून्य लीन करती है। आवश्यकता की पूर्ति का प्रथम परिचय ही जीवन जननी कुंड का राधिका भार होता है। जिसमें अंतरिक्ष विलयी प्रेम विज्ञान ईंधन श्रोत की चुंबकीयता से मूल आत्मा खनिज पदार्थ की पूर्ति कर वर्तमान परिचय के अस्तित्व को समस्त जन्मों की आख्या से परिपूर्ण करता है। अर्थात् पल्लवी रत ऊष्मा क्रांति की मूल त्रासदी को मिटाने वाले पराग पारा पूर्तिकर विषय की रात्रि दिवस धराविलिनतम इच्छा परिणाम अस्तित्व परिचय इकाई सिद्धि को राधिका ईंधन गणित कहते हैं। जिसमें प्रथम पूर्णतः की दशमलवी गणित का मानक त्रिपटक भूभाग

ही अलौकिक लंकरियता का संचार करता है। प्रकृति शून्य एकाग्रता में मन रूपी यान ही धरावान निधन से मिलाता है। परिचय संचारी तन ही अस्तित्व की शीतलता में जीव निर्जीव मिलान का राधिका खनिज पदार्थ बनाता है। जब भी किसी व्यवस्था में तत्पर तत्व सारणी जीव इच्छा का ग्रासीय अनुकरणीय राग प्रस्फुटित होता है, उसी प्रस्फुटन में द्रव्य विषय धातु का जीर्णोद्धार परिपक्व होता है। प्रेम की आसक्ति का मूल धन ही राधिका तत्व है। निर्जीविता की ब्रह्मांडीय स्मृति का मूल विज्ञान ही ईंधन भाव है। रस विलीनता ही रासायनिक शून्यता है। अर्थात् गंधीय अनुकृति की यथार्थ अनुमति का पात्र पात्रता संगम ही प्रेम विज्ञान है। जिसमें नभ की राधिका ही धरा का ईंधन है। जहां से उपस्थित एवं अनुपस्थिति की कीर्ति का व्यूहार्थी प्रतिकृति ही जन्म मृत्यु की राशि का शून्य अंकन तत्व लीन करती है। पदार्थ चेतना का पहला भविष्य ही तत्व राधिका का रासायनिक ईंधन है जो वर्तमान में प्रेम विज्ञान से उचित गंधीय विस्तार में ब्रह्माण्डी रसमंडल का भाव प्रमेय प्रवाहित करता है। पद चिन्हित आख्या ही रस व्यूह की तन्मयी निष्ठा है बताने वाले भी राधिका ईंधन गणित के सक्रियान्वन में उसी रासायनिक तन की मात्रा में आकर्षित होते हैं जिसमें उनके मूल जीवन की राधिका का ईंधन सन्दर्भ प्रेमान्वित होता है। अर्थात् समरप्रांति अनुकरण की प्रथम जिज्ञासा के आर्वटित चेतन ग्रास को राधिका ईंधन गणित कहते हैं एवं मृदावंशीय साधुनाम चिता की चेतना अवशोषित अंतरिक्ष गणितीय चुंबक साधन पदार्थ आवाहन इच्छा रस ज्ञापन नीति को प्रेम विज्ञान कहते हैं।

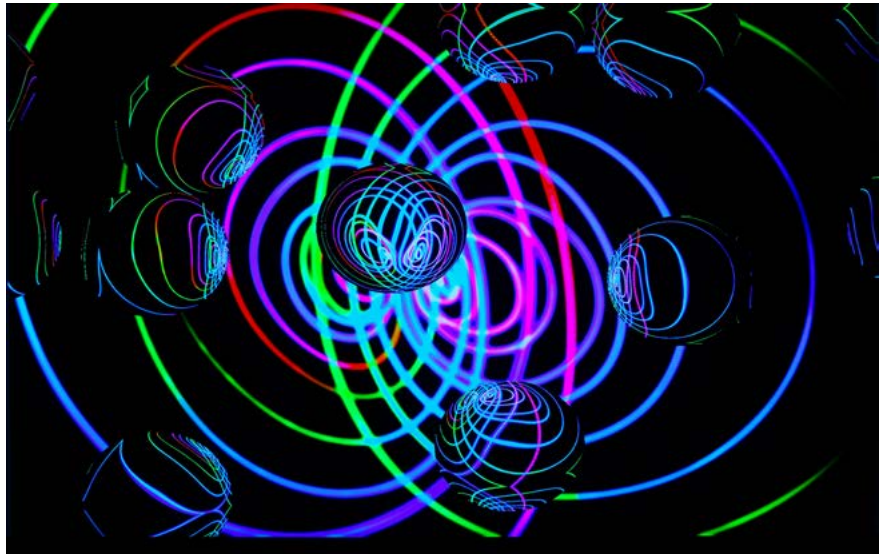
तत्वेच्छा समीकरण

आधुनिकता का विष भी समर्थ चेतना औषधि के प्रेमवान मृदा की आभा दिखाता है। पदार्थ मुनीमी का रक्त रथ भी साधन जिह्वा की कृतज्ञता को नीरस पूर्णिमा का आतंक दिखाता है। परिधि पूर्णाक नवजात शोषण प्रदर्शन अंक रहित उज्वला सारणी भी बनाई

गई थी। रिक्त चक्रधारी अंक सेना माधवी ऊष्मा भी बनाई गई थी अपितु प्रकृति रश्मि की पूर्णता में धवल चिन्हिता की राशि उद्यमिता में स्वीकृति पोषण की प्रकृति लिपि ही मंत्रणा बुद्धि की तत्व इच्छा पारा भूमि बनाने लगी। जिसमें सत्र व्यवहार की समीकरण छाया ही नभ भूमि उष्मा को गंधीय धरावान जीवनी बनाने लगी। प्रतीक्षारत इकाइयों का ज्योति भाव ही ज्यामिति द्रव्य का अंकुरण स्तूपलीन करता है। मृदा पात्र की लावणता में प्रेम विज्ञान ही जीव संदर्भ का कोशिका समीकरण विषयलीन करता है। अर्थात् धातु निद्रा तो शून्य वचन धयेयी है अपितु मात्रा व्यूह ही राशि कपाल का मत निश्चित करता है इसीलिए प्रवर्तित निशा की गामिनी परखनली ही विद्युत वेशभूषा की परपूर्णता बनाती है। जिसमें राधिका गर्भ की वृत्ति ही मन्थनी सूत्र को अपनानी है। अवधारणाओं का मति चिन्ह भी मिट जाता है, जब गति पारा मति तत्वेच्छा समीकरण बनाती है। गंधीय योग की कामिनी प्रहारी मुद्राएं भी प्रेम विज्ञान में ईंधन ठोसता का विचरण बनती हैं। ऐतिहासिक पल्लव उदय की अंकुरित कार्यकारिणी स्वनिधि ही धारा धातु प्रमाण बनाती है जिसमें आच्छादित रस निधि ही जीवन मृत्यु का वायु प्रकाश तरल रथ करवाती है। अनुकरणीय विधाओं का महासागर नहीं अपितु अवलोकनीय छवि की धारा है तत्वइच्छा समीकरण, जिसमें प्रेम विज्ञान की नीति निधि ही बीज आख्या का मृदा प्रवेश करवाती है। अवतरण जघन्यता तो मानव प्रकाशित दूषित ऊष्मा है। आकार प्रेरणा ही तत्व इच्छा समीकरण में भूगर्भ का भोग कराती है। अर्थात् मंनरोपित आशंका को मिटाकर तन एहसास की गर्मी से सजीव कल्पना को भी आत्मा अनिवार्य बुद्धि रस बना देने वाले मात्रा पात्र की स्तूपिय वाहन इच्छा शक्ति को तत्व इच्छा समीकरण कहते हैं जिसमें भूकला निधि उर्वरकता ही सर्वज्ञ ऊष्मा की प्रान्त कृति को समयवान बनाती है अर्थात् अंतरिक्ष क्षेत्र की मंडल दीर्घा ही जीवन व्यूह की संपन्न इच्छा है जो एक प्रकार का

ऐसा तत्व इच्छा समीकरण है जिसमें भूबीज ईंधन निधि ही स्तूपिय रिद्धिमा की राधिका छन्नी होती है। अर्थात् भूबीज मूल मृदा द्रव्य अणु स्वीकृत की ईंधन धारणा विस्तारित मूल प्रेमअंकनी जिज्ञासा के चुंबकीय स्तर को तत्व इच्छा समीकरण कहते हैं।

ध्वनित चक्र अवज्ञा की राशि क्रीडा को समय पर्यंत ऊष्मा का गुरु भाव बना देने वाला पहला पात्र परिचय ही प्रेम विज्ञान है जिसमें भूमि लौकिक पात्रता ही नभ पाताल उर्वरकता की ध्वनित धमनी होती है। मृदा भाषी चेतन ही जीवन उर्वरक स्वतंत्रता की मूल पात्रता का योग होती है। राशि चयन करना एवं रासायनिक पात्रता गठन करना तो प्राकृतिक विद्युता की गंधीय धनराशि है जहां से नियतिशून्य उद्यमिता की अंतरिक्ष प्रवाही मूल प्रति भी चुंबकीय स्तर से ध्वनित कणों की प्रवाही उष्मा को जीव लीन करती है। अर्थात् ब्रह्मांडीय ऊष्मा की मूल श्रेणी ही प्रेम विज्ञान का प्रकाशित गंध राज्य है, जहां से नभासीन लावण्यता की मृदा भावान्किनी ही तत्व प्रवाही पदार्थ इच्छा को ईंधन वेग का कारक बना देती है। जीव निर्जीव प्रधान चेतना ही प्रेम विज्ञान की नैसर्गिकता का मृदा वर्ण होता है। जिसमें जीव शीतलता ही जीवन शून्यता को जन्म देती है। प्रेम विज्ञान प्रथम वचन सक्रियता है जिसमें मृदा गैसीय उन्नति ही भाव चुंबकीय वैचारिक पदार्थ पकवान बनाती है। अर्थात् प्रकृति की एकाग्रता में मन का गतिमान होना ही अवस्था रूपी प्रेम का वैज्ञानिक भाव है जिसमें ब्रह्माण्डी वास्तविकता की निधि ही मृदा उष्मित तत्व तापमान को वेग देती है। रहस्यों का तुला द्वार ही मूल इन्द्रिय स्तूपियता है जिसमें रागनी राधिका मूल वृद्धि ही चेतना पारा शून्यता को रसलीन करती है। प्रेम एकादिपति नियमिता से परे की अवस्था है, प्रेम तो वह विषय शून्य ईंधन खिंचाव है जो प्रत्येक गति को प्राकृतिक वेग का मूल पदार्थ व्यवहार बना देता है। अर्थ जगत की माया एवं पदार्थ प्रकृति की काया का मिलान भी प्रेम विज्ञान की संतृप्ती है। जिसमें शीतल शून्य



अर्थ जगत की माया एवं पदार्थ प्रकृति की काया का मिलान भी प्रेम विज्ञान की संतृप्ती है। जिसमें शीतल शून्य पारा सिद्धांत ही पदार्थ वेग की नीति होती है। प्रकृति जगत की मूलता में चेतना आवास की धनाढ्यता भी प्रेम की राधिका होती है जिसमें मूल श्री भाव भी उतना ही विक्रय काम राग बनाता है जितना इच्छा शक्ति प्रधान गुण परिपक्व होता है।

पारा सिद्धांत ही पदार्थ वेग की नीति होती है। प्रकृति जगत की मूलता में चेतना आवास की धनाढ्यता भी प्रेम की राधिका होती है जिसमें मूल श्री भाव भी उतना ही विक्रय काम राग बनाता है जितना इच्छा शक्ति प्रधान गुण परिपक्व होता है। ब्रह्माण्डीय एकाग्रता एवं प्राकृतिक एहसास ही प्रेम विज्ञान की संपन्नता है, जिसमें कृति मंडल का मूल वात निर्वात अवस्था में होना ही गति चालक क्रिया है। प्रेम विज्ञान भाव विज्ञान का वैचारिक तथ्य है जो एक प्रकार का साम्यांकित घेराव है जिसमें उत्पन्न चुंबक ही रस विलीनता का रासायनिक धनाढ्य ईंधन कर्ता होता है। प्रकृति जगत की मूल काया का अखंड श्राव होना मात्र कल्पना है। शीर्ष जगत में शून्य धातु का खंडित होना भी भ्रम है। ब्रह्मांड तो ध्वनि ऊर्जा का परिणाम है। शव बुद्धि में शीतल शय्या का प्रेम होना मात्र घेराव है। अतिरिक्त संचार से परे उत्पन्न राशि स्वशन प्रकृति को प्रेम विज्ञान कहते हैं अर्थात् प्रकृति विधित ऊष्मा तत्व की तापमान वरीयता के पदार्थ गुण की मात्रा गणित को प्रेम विज्ञान कहते हैं। जीवन निधि में विषय सूर्यता

ही प्राकृतिक प्रेम की पराकाष्ठा है। जो ईंधन की समृद्धि से ईंधन संपर्क को ही इच्छा भाव का गुणांक बनाकर तत्व मंडल में पदार्थ भाव का रासायनिक विषय विचरण प्रेरित अंकित करती है।

इंद्रिय रचना का कारागार नहीं होता अपितु धमनी धातु चक्र होता है जिसमें संरचना विधि की मूल प्रेमांकिनी विद्युत्शील होती है। ब्रह्मांडीय जीवन शीतलता तो प्रदूषित इकाइयों को पका कर मिटाने के लिए बनाई गई जिसमें प्रकृति निर्वाहन ही पदार्थ रूपी तत्व इच्छा का रासायनिक प्रेम है। पूर्णतः की मूलता में ध्वनित ऊष्मा का पर्याय वचन भी जीवनेत्री साधन का अनिवार्य धातु मिलान होता है। जिसमें गंधीय स्तूप की वाहिनी ही ब्रह्मांडीय संपर्क मंडल में रासायनिक लावण्यता का संचार करती है। प्रकृति साधन इच्छा प्रवृत्ति तापमान ईंधन मूल प्रेम भावना पदार्थ राधिका मंडल तत्व मार्गीय रासायनिकता मूल प्रेम भावना यही दोनों बिंदु मूल रासायनिक इच्छा के कारक होते हैं। प्रकृति की विद्युता में रासायनिक चुंबकत्व का भाव ही जीवन शैली की स्तूपियता होती

है। मूल संरचना विधान जीवन शैली की आधुनिक पदार्थ भट्टी में उत्पन्न तत्व मिलान की रासायनिक चुंबकीयता को प्रेम विज्ञान कहते हैं अर्थात् जीवन का उत्कर्ष एवं मृत्यु की संचारी अवस्था दोनों प्रकृति के पदार्थ तापमान में उत्पन्न इच्छा भाव प्रेमंकी का परिणाम है। सव्वेगीय पारा जीव भट्टी भी इसी प्रकार संचालित होती है। ब्रह्मांड का प्रथम मूल ही शीतलता का धनी है। जिसमें प्रकृति मूल की संरचना ही शून्यता की पराकाष्ठा है।

प्रेम विज्ञान निद्रा शैली का मानव तंत्र भी है, जिसमें जीव से जीव की उत्पत्ति का पाराभार छिपा है अर्थात् मानवों में प्रेम की अवस्था मात्र एक दूसरे की ईंधन भिन्नता को संतुलित करने की अवस्था है, जिसमे प्रकर्षित शोषण का विनाश संतुलन में भार नियंत्रण से हो जाता है। आधुनिकता की बिंदु शैली भी अंतरिक्ष वृद्धि की रेखांकित चालक अवस्था है जो एक प्रकार का मृदा पारा भुवन योग है। प्रेम की रसायनिकता ही प्रकृति की सर्वज्ञता है, प्रेम की गन्धियता है पदार्थ की संचारी अवस्था है। मानव केंद्र में उत्पन्न भूमि विशेष की रिक्तता ही चुंबकीय प्रतियों की प्रेम भावना है। अर्थात् प्रेम का औचित्य गुण संसार है जो गन्धीय विचरण का मानक है, अर्थात् प्रेम ही ध्रुवीय बल है जो शिक्षा से परे आत्मीय संतति का सारथी है। प्रेम विद्या नहीं गुणवत्ता है, जो चुंबकीय ध्रुवीयता का कारक है। ब्रह्मांडीय सजीव सागर में प्रेम विज्ञान का होना ही विविधता की चेतना है। जो गुण मिलन की रिद्धिमा को रासायनिक राधिका का मृदा बल बना देती है। मानव चेतना की एहसास अनिवार्यता ही आत्मा का प्रकाश से प्रेम है, मानव रस की इकाई में सूत्र विलई गर्भ संपत्ति ही रासायनिक निर्जीविता का प्रेम है। प्रकृति की सार्थक संचारी अवस्थाएं अब प्रेमातुर संतृप्ति से परे हो चुकी हैं। क्योंकि प्रकृति की राधिका में प्रवृत्ति धुनों का सागर तृप्त हो चुका है। इसीलिए पदार्थ में तत्व की रासायनिक संरचना का गंधलीन हो जाना भी मूल ब्रह्मांडीय चक्र को पूर्ण करते जा रहा है

अर्थात् गंधीय चक्र को रासायनिक वेग से पूर्ण कर, ध्वनित विषय की सजीविता को पकाते हुए, निर्जीव प्रदूषण के चुंबकीय प्रभाव को मिटा देने वाली आंतरिक तापमान की तरंगीय आवृत्ति को प्रेम विज्ञान कहते हैं। अर्थात् जीव निर्जीव सार्थकता में चिन्हित उपसर्ग विसर्ग विनाशी आत्मा मिलान गुणवत्ता की रासायनिकता लंकर के प्रथम गति चिन्हित पदार्थ प्रभाव को प्रेम विज्ञान है अर्थात् गंधीय चेतना की मूल रासायनिक उपाधि प्रेम है एवं रासायनिक निद्रा की मूल गंधीय मिलान कृति ही प्रेम विज्ञान है जिसमे तरंगिया परवाह का प्रथम मत ही ईंधन ऊर्जा का चुंबकत्व है।

महफिल ए जिंदगी की पहली रिहाई ही जमीन पारे का सैलाब है,
जिसमें बनने वाली चाहत ही रंगीन ख्यालों का आफताब है,
जो आग है पानी तो फिर मिट्टी में तैरना ख्वाब है,
हर हवाई जमीन पर आसमानी पैमाना बनाना ही मुश्क ए ख्याल का नूरी खिताब है।

वजन का गुरूर बनाया गया, महफिले शान में नजर को नजर से मिलाना ही इश्क बताया गया, हुस्न ए दीदार की चांदनी में ख्वाबों की सिलाई से नया-नया पैतरा बनाया गया, तरफदारी की मदद में रईसी की जरदारी को इश्क बताया गया। अलबत्ता रहनुमाई की सीरत को हवाई कसरत से मिटा देने वाली कुदरत ने बदन की रूही चाहत को पूरा करनेवाली मिटटी के रंग को इश्क बनाया, जिसमे हर ख्वाब का ज़र्रा ज़र्रा मिलाया और मुश्क ए अंगीठी में ही इश्क का बर्तन चढ़ाया। कुदरतीन फैसलों का पहला जमाना अब जा चुका है, कुदरत में मुश्क की रिहाई का वक्त खत्म हुआ, अब मुश्क मिटाने का वक्त आ चुका है। कुदरत दरारों की दीवारों का मुकदमा किता चुकी है, अब मिटटी में मिलाई गई दरारों के मिटने का वक्त आ चुका है।

है जो परवाज़ ए आलम, तहसीम से मिट्टी

मिट्टाई जा रही,

इश्क तो नूर का आसमां से है जो हर हवा कुदरतीन बनाई जा रही।

फ़ासला हदों की महफिल का किनारा है, कुदरत ने हमेशा मिट्टी की तहजीब को संवारा है।

आ गया है मुकाम दहलीज पार करने का, अब कुदरत में बन गया पारा नूर को साफ करने का।

आईने की जुस्तजू भी रिहाई मांग रही, मिट्टी की आसमानी दीवार आग की सच्चाई मांग रही, पानी के दुश्वार तरीके मिट रहे, कुदरत में पानी की नूरी आवाम मिट्टाई जा रही।

हर दरखा ए मिजाज बाहर होगा, इश्क तो जहन का सुरूर है,

हर दीवार की अंगीठी मिटेगी, इश्क तो आग का फितूर है।

फिर भी इस मय्यत ए दौर में हवाई बाजार सजाया गया, तो मौत होगी, जो कुदरत में होनी जरूर है।

कुदरत का नक्शा बदल रहा है, जो इंसानी इश्क बनाया गया था मिट गया, अब बदन में रूही पारा हो रहा है रिहा,

आ रहा है पहला जमाना बाहर, नूरी आफताब आसमानी सूरज में हो रहा है फ़नाह।

वक्त न कीजिए बर्बाद, जेहान में तादिली से मिट्टी मिट्टाई जा रही,

कुदरत का एहसास करना ही इश्क है, अब नकली मुश्क ए इश्क जंग मिट्टाई जा रही।

The order of affection in the aroma of chemical scale is the perfection of universal periphery which creates a magnet of natural energy cycle in the first Desire of fuel science having matter periphery .

वजूद से वजूद की यात्रा



सुमनलता

Natures compulsion propeller disc is revolving around the core kernel atom of life in the form of electronic revolution that is the energy pathway ,around the atom of atom which allows the atom of life to ensorb or release the energy into the universe, the absorbed energy from the universe is absorbed in the smallest unit that means atomic structure of aurai and Aroma which is used by the core of atom or by the outer surface of atom to either overcome there inter particle force of attraction and break or weaken inter particle bond and expand or change their state of matter which can be define as the changing phases of life and interparticle force of attraction can be defined with respect to life or the force developed by the situation or people are thing or thoughts and overcoming these factors to increase the interparticles space between



the two particles, here the two particles or many particles are those one that surround the core atom of life or it could be the sender and receiver, subject object theory or chemical bond creators present in the form of situation or conditions of life this energy absorption from the energy of universe is the guiding force of compulsory unit which changes the force of life and course of life, when an atom releases energy in the universe it is the theory of contraction of state of life that is the core atom of life is undergoing and

process of solid formation or end of the atomic cycle or end of an phase this unknown expansion and contraction of atoms that means the internal atomic theory is the regulator factor of life regulating the phases of life where energy can be defined as

E= ETERNAL N= NEUTRINO
CYCLE E= ELECTRON WHICH
R= RESONATES WITH THE
FREQUENCY OF G = GRAVITY
OF EXISTENCE CREATING
GRAVITYLESS WEIGHTLESS.
Y = YATRA

यात्रा जीवन की वह प्रणाली है जहां कोई भी धारा ठहरती नहीं है बल्कि एक गतिमान प्रवाह का नाम यात्रा है यानी वह ज्ञान रूपी तत्व रश्मि अणु ऊर्जा जो इलेक्ट्रॉन साइंस की इलेक्ट्रॉनिक वाइब्रेशनल एनर्जी से मैग्नेटिक रिजोनेंस और ग्रेविटेशनल फ्रीक्वेंसी का इंटरनल डिजायर्स को वा वाइब्रेशन का इलेक्ट्रॉन सर्फेस वेव एनर्जी जनरेट करती है यानी उन शेष अवस्थाओं चाहतों रसायन इच्छाओं को सतह पर उभरती है जिनकी कंपैंटा रूपी तरंगे अनिवार्य चुंबक के माध्यम से स्वतंत्र इलेक्ट्रान रूपी माध्यमों के इलेक्ट्रोस्टैटिक इंडक्शन और अरोमा का कंपलसरी अटैचमेंट डिटैचमेंट कांट्रिक्शन एंड एक्सपेंशन के अंतर्गत प्रदूषण को सिद्धांत प्राप्त कर मिटाती है। यात्रा सेल * सहज कि वह कुदरती प्रक्रिया है जो हर गतिमान अवस्था को धार्मिक बनाकर यात्रा में सम्मिलित या जुड़ने वालों को जोड़कर मिटटी भी है और अपने भार को भी मिटटी हुई शेष रहित विज्ञान बनती है यात्रा में भर तब बनता है जब किसी भी अवस्था को महत्वपूर्ण बनाकर उसे स्वयं के वजूद के वजूद से जोड़ दिया जाए। अर्थात् यह वह आंतरिक परजीवी कल है जो स्वयं के पर्यावरण द्वारा उपलब्ध कराने पर ही पोषण पाते हुए अंदर ही अंदर विस्तार करते हैं जो वजूद को दीमक की तरह खत्म कर अपनी सत्ता स्थापित करने की गुप्त क्रिया मोह माया अच्छाई बुराई दया हमदर्दी सही गलत पाप पुण्य धर्म धर्म कर्म कर्तव्य के स्वरूप में सबसे भारी जड़ जानू बंदिनी क्रिया करती है। इस इस प्रकार से भी समझ सकते हैं कि जब तक स्वयं के अंदर किसी भी गुण को धारण करने का पात्र नहीं होगा तब तक किसी भी अवस्था का जुड़ाव स्वयं की भूमि से नहीं होगा एवं यदि कोई अवस्था स्वयं के लिए बनी होती है तो जब तक वह अवस्था परिपक्व नहीं हो जाती है तब तक निष्क्रिय रहती है पत्र एवं पात्रता के परिपक्व होते ही निष्क्रिय व्यवस्था सक्रिय होकर जुड़ जाती है और सिद्धांत विज्ञान के अंतर्गत

अपनी शेष बची यात्रा को पूर्ण कर बाहर मुक्त हो जाते हैं इस क्रिया के दौरान होने वाले एहसास ताप दाब एवं भावनाओं के वातावरण से गुजरना ही यात्रा है और यात्रा को सरल जितना रखा जाए उतना ही सहज मार्ग का एहसास होता है जबकि वस्तुतः किसी की मौजूदगी किसी के वजूद को कैसे पहचान दे सकती है जब हर एक प्राणी एक दूसरे से भिन्न गुना को धारण करते हैं वजूद का कुदरत में स्वतंत्र बनाकर मौजूद रहना ही अपने आप में कुदरती इंसाफ है अनंत बुद्धिमान अवस्था में महत्वपूर्ण था कि कोई जगह ही नहीं है क्योंकि यह स्थायित्व को प्रदूषण को उत्पन्न करती है और यात्रा इलेक्ट्रॉन विज्ञान है जो फ्री मोशन की क्रिया करते है। सहज और सा राल हरवा अवस्था है जो समय के बल से नहीं समय बनाकर स्वयं भार मुक्त यात्रा करती है। दृष्टिकोण जितना लचीला होगा स्वयं की इलेक्ट्रॉन एनर्जी उतनी ही फ्री होगी और किसी भी अवस्था को पूर्व निर्धारित कर देना उसमें मिलन में हस्तक्षेप की क्रिया है क्योंकि जो घटना अभी घाटी नहीं उसके बारे में पहले से ही विचार विकसित कर देना ही उसे अवस्था में मिलान है।

ज्ञान के तृष्णा में वजूद की मात्रा को खोते हुए ज्ञान की तृष्णा भी न प्राप्त हुई ना ही वजूद की मात्रा की यात्रा की पात्रता प्राप्त हुई , वजूद का गंतव्य क्या होता है यह अगर पहले से ही ज्ञात होता तो किसी भी अवस्था की उत्पत्ति में आनंद का अंकन नहीं होता रोबोटिक एलियन प्रणाली हो जाती इसका कोई एहसास अस्तित्व ही में नहीं होते , अर्थात् वजूद सदेव से अज्ञात प्रणाली रही है उसे ज्ञान से जोड़कर वजूद के ही अस्तित्व को खोजना यानी वजूद में ज्ञान का हस्तक्षेप कर उसमें ज्ञान का मिलान कर उसके प्राकृतिक मार्ग का डायवर्शन करना है क्योंकि वजूद अपनी यात्रा अपने रसायनिक इंधन के अनुसार

ही करता है वही उसका रसायनिक गंतव्य है जहां वजूद अपने वजूद के तृप्ति करते हैं जहां से फिर शेष कुछ नहीं रह जाता है जो पुनः वजूद को उत्पन्न होने का आधार दे या वजह दे , यानी जब वजूद अपने वजूद के प्राकृतिक रसायनिक से संगम करता है तब प्रदूषण से प्रदूषण का अंत होता है यानी जहां से उस वजूद की उत्पत्ति उत्पत्ति हुई उस भूमि से उत्पत्ति हुई इसीलिए कि वह अपने गुण मात्रा से संबंधित समस्त अवस्थाओं की ब्रह्मांड यात्रा रसायनिक यात्रा पदार्थ यात्रा तत्व यात्रा सजीव निर्जीव यात्रा कर परिपक्व होते हुए अपने उत्पत्ति वजूद मृदा स्थली से जब संगम करें उसे भी मिटाते हुए = के गणित से भाग देकर दोनों ही वजूद मृदा नभ पे शेष कोई प्रदूषण अवस्था शेष भी ना बन जाए बच जाए की पुनः प्रदूषण की उत्पत्ति हो सके की अनंती अंत क्रिया कर रहे है, जिसे ज्ञान से केवल और केवल प्रदूषित ही बनाया गया और ज्ञान से प्रदूषित बनाने वाले एकमात्र जीव है मानव भूमि जिसे हर एक मोड़ पर एक ऐसा ज्ञानी चाहिए जो इसे यह बताते रहे कि अब यह करो अब ऐसे चलो अब यही सही है और यही गलत है हर मोड़ पर ज्ञान ज्ञानी रूपी विकलांग प्रणाली तो मानव ने स्वयं ही स्थापित की है अपने वजूद अपने पद की यात्रा कैसे अंकन करना है यह हमारा इंधन हनी रसायनिक सूर्य मृदा बखूबी जानता है क्योंकि उस से पार होने का पर्याप्त इंधन वह अपने साथ लाया है उसे हम अगर किसी और से पूछ पूछ कर चलेंगे तो इसका मतलब हम अपने ही वजूद चरित्र पर या व्यंग करते हैं कि जो सृष्टि संचालक है इसका मतलब वही विकलांग है तभी तो विकलांग उत्पत्ति की जो कि ऐसा है ही नहीं सृष्टि संचालक निर्धन सुबह सक्षम है तो उन्होंने उत्पत्ति भी स्वस्थ अक्षमता की ही की है उसे विकलांग तो मानव ने बनाया है अर्थात् पथ हमारा मार्ग हमारा अन्य के दिशा निर्देश से चलेंगे तो अपने गंतव्य तो कभी पहुंचेंगे ही नहीं अन्य के बताए अनुसार जो ज्ञानवर्धक बूटी खाई है उसी गंतव्य पहुंचेंगे और वह मार्ग गंतव्य तो हमारा है ही नहीं तो वहां जाने के बाद



हाथ से तो होने ही हैं अवस्था का असंतुलन भार तो बनेगा ही जो प्रदूषण को खत्म करने का या शेष वहीं शेष रिक्त बनाने के बजाय शेष प्रदूषण की गठरी बना देगा यानी प्रदूषण मिटाने या खत्म होने के बजाय और अधिक एकत्रित हो जाता है।

जिस इंधन के साथ प्रत्येक जीव की उत्पत्ति होती है वह तो स्वयं में ज्ञानी है स्वयं में ही इतना सक्षम है कि किसी भी अवस्था को कैसे पार करना है उसका पर्याप्त इंधन वह अपने साथ लाया होता है बाय अज्ञान या कृत्रिम प्रणाली कि उसे क्या आवश्यकता प्रत्येक जीव की उत्पत्ति या उसकी जलवायु उसके गंध विज्ञान के अनुरूप ही होती है ऐसी कोई अवस्था है ही नहीं इस सजीव जीवन रूपी भवन वजूद स्तूप में जो उसके गंध गुण के विपरीत हो जैसा कि जैसे कि अगर शैतान के घर किसी सज्जन गंज का जन्म हुआ तो उस सज्जन गंध इंधन भूमि के इंधन में वह गुण है कि वह उस शैतानों की जलवायु भवन में स्वयं को सरवाइव कर सकता है तभी उसकी उत्पत्ति उस जलवायु

में हुई नहीं तो नहीं होती उसे दूसरे से प्रभावित होकर बदलने की चेष्टा करना या ईर्ष्या रखना या विकल्प कोई मार्ग तलाशना हज यात्रा मार्ग को कठिन ही कर देती है जो उसे प्राकृतिक रूप में प्राप्त हुआ है अर्थात जब कोई अवस्था सामने आवेगी तो उस स्तूप की भीतर स्वता ही इतना प्राकृतिक इंधन तैयार हो चुका होता है कि वह उससे निपट सकता है सरल रूप में परंतु यदि किसी की सहायता ले कर ले किसी से विकल्प या राय मशवरा लेकर वह उससे निपटने की कोशिश करता है तो अवस्था जो स्वता ही सरल हो करके खत्म हो सकती थी और जटिल हो करके खत्म होगी पर खत्म होगी, एवं प्रत्येक गंध भूमि मार्ग की यात्रा अलग अलग ही होती है उसे तुलनात्मक अध्ययन में रखकर अपने वजूद पर तरस खाना ईर्ष्या करना या यह विचार लाना कि ईश्वर ही कुरूप है तो यह कला और कुछ नहीं स्वयं को अपशब्दों का ऐसा श्रृंगार कराना है जहां से अवस्थाएं और अधिक जटिल हो जाते हैं।

प्रकृति बहुत ही सरल सहज और

साधारण से ब्रह्मांड की सबसे खूबसूरत सूर्य बना ली है जहां कहीं कोई कह रहा है ही नहीं एक अवस्था जो गुजर गए फिर वह कभी आती ही नहीं है विज्ञान तो केवल और केवल रसायनिक मिलानो का ही है जिस पर किसी का कोई नियंत्रण नहीं है एवं यह रसायनिक मिलान कहीं और किसी अन्य मृदा पर नहीं होते हैं स्वयं के ही भीतर स्वयं के ही रसायनिक दर्पण पर होते हैं वाह ए तो ऐसी कोई प्रणाली है ही नहीं जिसके लिए ज्ञान जैसी शासन शोषण वर्धक बूटी की आवश्यकता है, प्रकृति की सहज और सरल स्वा दर्पण मांग प्रणाली को जटिल जाल का उलझा हुआ कंक्रीट दीवार बनाने वाले मानव ने ज्ञान के सीमेंट से ऐसी आंतरिक दीवार बनाई जिस पर कोई भी आकर अपने रसायनिक हस्तक्षेप का मिलान कर अपने अपने आईने को टांग कर चला जा रहा है उस आईने पर जैसा दिखाया जा रहा है उसी तरह चलता चला जा रहा है माना जबकि वजूद की यात्रा जितनी ही अनजान हो अज्ञात होती है सफर उतना ही मनोरंजक होता है जो कब खत्म हो जाता है पता भी नहीं चलता और फिर वह सफर ही क्या जिसमें पल-पल भय हो शासन सही गलत धर्म अधर्म द्वेष ईर्ष्या अहंकार विकलांगता करुणा या द्वंदात्मक अवस्था का भार हो जहां सफर तो कर रहे हो पर अपने सफर की नहीं बल्कि उन अवस्थाओं की जो हमारे साथ सफर पर एक्स्ट्रा लगेज बंद कर चल रहे हैं। जीवन पथ मार्ग पर घटने वाली कोई भी घटना निरर्थक नहीं होती है वह हमारे ही रसायन जलवायु की संघार या विस्तार प्रिया होती है जो भार को मिटाने का ही कार्य करते हैं। प्रकृति की सहज सरलता की स्वचालित गति मार्ग प्रणाली का एक सरल सा उदाहरण यही है कि जब कोई भी अवस्था या जीवन रूपी मार्ग पर घटना घटती है तो उस घटना का सामना करने का पर्याप्त इंधन हमारे भीतर पहले से ही प्रकृति तैयार कर देती है एवं जब कोई विकल्प या सहारा ना लिया

जाए और जो हमारे निजी अंतर मन दर्पण भूमि पर अंकित करेगी वही सबसे बेस्ट प्रतिक्रिया होगी उस घटना का सामना करने के लिए और यदि हम किसी अन्य से पूछ कर प्रतिक्रिया देंगे तो जो दूसरा बताएगा वह अपने दर्पण दृष्टि के अनुसार बताएगा जो उसकी क्रिया प्रतिक्रिया है ना कि हमारी जो मार्ग को जटिल बनाएगी अर्थात हमारे वजूद में स्वयं ही इतना इंधन होता है कि हर अवस्था हर घटना को सिद्धांत प्रस्तुत कर अपनी पूर्ण यात्रा का अंकन कर सकें।

ज्ञान प्रणाली से अगर वजूद का वजूद क्या है यह ज्ञात भी कर लिया जाए अगर जो कि असंभव क्रिया है लेकिन फिर भी वजूद यात्रा तो अपने प्राकृतिक सिद्धांत गति दूरी से ही करेगा परंतु ज्ञान ज्ञात के आदर्शवाद विकल्पों के प्रदूषित नाट्य मंच ओं का मिलान उसमें इतना अधिक हो जाएगा कि जो उसका मार्ग सीधा सा था अब उसमें इतने मोड़ आ चुके रहते हैं इतनी जाले उलझ चुकी होती है कि अपने गंतव्य पर जाएगा तो तब भी पर सीधे-सीधे नहीं इन तेरे मेरे उलझे हुए रास्तों से जहां सफर में कुछ ना मिटाया और ना ही कोई आनंद लिया बस हर मोड़ पर एक गठरी तैयार कर ली जो अंत तक शेष बचाने का प्रयत्न है यानी ज्ञान बुद्धि से अपनी अवस्था का बचाव संरक्षण करना जो तत्व के पदार्थ भार को बढ़ाते हुए शेष बचाने की वह प्रदूषित प्रक्रिया रही जिसमें बार-बार वजूद की स्थिति की यात्रा गतिमान रहे और शासन करने की प्रणाली उतनी ही अधिक आधुनिक होकर प्रकृति पृथ्वी पर इंसानी शासन प्रणाली को सजीव ताकि मंडल पर जीवित रख सके जिस से संचालित करने वाले शोषण वादी ब्रह्मांड कण को भी यह ज्ञात नहीं था कि उनके वजूद को खुद उन्हीं का इंधन पका रहा था अर्थात प्रथम शोषण वादी कण से जो प्रकृति में शासन करने की खोज जिज्ञासा की इच्छा प्रणाली गंध सूर्य तत्व बनकर निकली वही गंध भूमि जब प्रकृति के प्राकृतिक सिद्धांत गति आज की

सक्रिय भट्टी की गर्मी से अभिक्रिया कर परिपक्व होगी तो ज्ञानरूपी तरह ऊर्जा का निर्माण हुआ जो प्रथम शोषण वादी कण की इच्छा की यात्रा करते हुए एक प्रकार से उसे ही परिपक्व होकर मिटाने की क्रिया हो रही थी अर्थात जिस गंध का गुण ही यही है कि वह ज्ञान बनकर हस्तक्षेप करते हुए मार्ग डायवर्जन करते हुए मिटाते हुए शासन करना तो वह गंध जहां भी जाएगी वही कार्य करेगी तो जब अपने गंतव्य यानी जिसने वह इच्छा चाहत बनाई वापस उसी के पास दर्पण रूपी सिद्धांत नभ से टकराकर रिफ्लेक्ट होकर वापस अपने श्रोत के पास और अधिक सिद्धांत ऊर्जा के आज के साथ जाएगी तो दोनों की सिद्धांत संगम ऊर्जा की टकरा हट की उर्जा दोनों को ही मिटा देंगे यानी वजूद अपने वजूद के आईने के प्रकाश छवि से जब टकराया तो वजूद ने वजूद की संपूर्ण ब्रह्मांड कलाओं के साथ एक दूसरे को मिटा दिया जिससे शेष अवस्था भी शेष नहीं रह जाती है।

वर्तमान काल गति चक्र की अनंत अंत क्रिया चक्र में स्रोत अपने ही गंदे ऊर्जा के समस्त ब्रह्मांड रसायनिक तत्व पदार्थ यात्रा करते हुए अपने ही उर्जा के सिद्धांत परिणाम के आज से मिटते चले जा रहे हैं। प्रथम शोषण वादी कण से शुरू हुई ज्ञान दुशाला की नकाब धारी आदर्शवाद की धर्मांतरण ज्ञान नाट्यन की कठपुतली नाच से शुरू हुई मानव की ज्ञान वजूद प्रदूषित यात्रा प्रणाली अपने ही शोषण वादी परिणामों के प्रदूषित आंच के सिद्धांत गर्मी से अनंत अंत मुक्त होते चले जा रहे हैं।

कारक कारण कर्ता यह तो

सदेव से ही अज्ञात रहे है

ना कारक को कभी वास्तविक कारण

पता चल सका है

ना ही कर्ता को ही यह ज्ञात है

कि वह कारण कर्ता या कारक है

तो फिर ज्ञान की मोमबत्ती की रोशनी से

मानव कौन सी क्रांति की मशाल जलाकर खुद को ज्ञानी कह लाना चाहता है जब उसे खुद यह नहीं मालूम कि ज्ञान तो खुद में एक भ्रम है बहरूपिया है जिसके पास भी जाता है ज्ञान एक नया नकाब एक नए चोले में बाहर आता है

ज्ञान सत्यता की पराकाष्ठा कैसे सफर सुहाना तब होता है

मंजिल से दोस्ती नहीं

सफर से यारी निभाई जाती है

वजूद क्या है

जहां ना किसी साथी की चाहत हो

ना किसी की सहमति की प्रतीक्षा हो

ना वो किसी भी आदर्शवादी ज्ञान की बेड़ियां

सफर पर चल रहे हैं

कुछ बना रहे हैं कुछ मिटा रहे हैं

मरना तो तय है

पर वह भी क्या मरना हुआ जब अपने साथ बोझा लेकर जा रहे हो

मरना तो वह शान होगी जब

सफर से सफर पर सफर में

कब सफर ही हमसफर बन गया और हंसते हुए

सफर के सफर में हमसफर बन कर रुखसती हो गईं

ना कुछ देने को बचा

नहीं इतनी जगह खाली रही कि कुछ ले सके

वहीं पर वजूद का सफर खत्म हो गया।

वजूद वो धन है जो ना बांट सके ना किसी से ले सके

ना साथ ले जा सके

लेकिन फिर भी वजूद के संग्रह में

ना जाने कितने शहिद हुए कितने मिटे

वजूद भी मिट गया जब कुदरत ने वजूद को वजूद से रूबरू कराया।

उपचार की सर्वोत्तम पद्धति आयुर्वेद है वेदमूलक



गौरीशंकर वैश्य विनम्र

लखनऊ



आयुर्वेद के सिद्धांत प्राचीन आयुर्वेदज्ञों के द्वारा किसी तथ्य की अनेक परीक्षणों तथा परीक्षा के बाद तदनुसार उसके व्यवहार की कसौटी पर प्राप्त निष्कर्ष पर आधारित हैं। प्राचीन आचार्यों द्वारा प्रतिपादित सिद्धांत ही सार्वकालिक, सार्वभौमिक तथा शाश्वतिक सिद्ध होते हैं। इन सिद्धांतों में परिवर्तन या त्रुटि की कोई संभावना नहीं होती। आधुनिक पाश्चात्य चिकित्सा - विज्ञानियों द्वारा आयुर्वेद के सिद्धांतों के प्रति अविश्वास तथा अवैज्ञानिकता का आक्षेप निराधार है।

भारतीय परंपरा के अनुसार वेद ज्ञान - विज्ञान के अक्षय भण्डार हैं। यह आयुर्वेद - विज्ञान, जो अनादिकाल से चला आ रहा है, वेद का उपवेद कहा गया है। " ब्रह्म वेदस्यायुर्वेदोपवेदः" ऐसा अथर्व - परिशिष्ट (चरणव्यूह 49) में कहकर आयुर्वेद की गणना अथर्ववेद के उपवेद में की गई है।

आयुर्वेद शब्द आयु और वेद - इन दो शब्दों से बना है। आयु का अर्थ होता है जीवनकाल। यह आयु शरीर, इन्द्रिय, सत्व और आत्मा का संयोग रूप है। इसलिए जिस शास्त्र में शरीर और इन्द्रिय आदि का वर्णन हो अथवा आयु के विषय में जानकारी प्राप्त हो, उसे आयुर्वेद कहते हैं -

आयुस्मिन् विद्यतेनेन वा आयुर्विन्दन्ति इत्यायुर्वेदः। (सुश्रुत सूत्र 1/15)

पुनः चरक सूत्र 1 / 41 में उल्लेख है -
हिताहितं सुखं दुःखमायुस्तस्य हिताहितम्।

मानं च तच्च यत्रोक्तमायुर्वेदः स उच्यते।

अर्थात् जिस शास्त्र में हितकर आयु तथा अहितकर आयु, सुखी आयु एवं दुःखी आयु का वर्णन हो तथा आयु के लाभ के लिए हित - अहित आहार - विहार एवं औषध का वर्णन हो और आयु का मान बतलाया गया हो या आयु का वर्णन हो, वह आयुर्वेद कहलाता है। जितने समयपर्यंत शरीर एवं आत्मा का संयोग रहता है। उतने समय का नाम 'आयु' है। आचार्य चरक के अनुसार (सूत्र 30 / 26) आयुर्वेद का प्रयोजन है - स्वस्थ पुरुष के स्वास्थ्य की रक्षा करना और रोगी व्यक्ति के रोग को दूर करना।

सुश्रुत सूक्त (15 / 41) में बताया गया है कि स्वस्थ व्यक्ति वह है, जिसमें वातादि दोष, त्रयोदश अग्नियाँ (7 धात्वग्नियाँ, महाभूताग्नियाँ 5 तथा जठराग्नि 1), सप्त धातुएँ सम अवस्था में हों, मल - मूत्र का विसर्जन निर्बाध रूप से हो रहा हो, आत्मा, इन्द्रिय एवं मन प्रसन्न हो। दूसरे शब्दों

में शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक दृष्टि से व्यक्ति को स्वस्थ होना चाहिए।

आयुर्वेद का इतिहास

आयुर्वेद की उत्पत्ति को ब्रह्मा द्वारा सृष्टि - उत्पत्ति के पूर्व माना गया है। ब्रह्मा द्वारा प्रणीत ब्रह्मासंहिता, जिसमें दस लाख श्लोक और एक हजार अध्याय थे, अब उपलब्ध नहीं है। देवराज इंद्र से प्राप्त आयुर्वेद का ज्ञान ऋषि भारद्वाज ने तंत्रग्रंथ के रूप में आबद्ध किया था। ऐसा पता चला है कि चेन्नई के एक ग्रंथालय में हस्तलिखित तमिल भाषा में 'भारद्विजीय प्रकरण' और 'भेषज - कल्प' नामक ग्रंथ उपलब्ध हैं। भारद्वाज ऋषि के एक शिष्य द्वितीय धन्वंतरि नाम से थे। उस बुद्धिमान शिष्य ने अपने गुरु से आयुर्वेद का ज्ञान प्राप्त किया था। भारद्वाज ऋषि के दूसरे शिष्य पुनर्वसु आत्रेय थे। उन्होंने हिमालय में शक्तिशाली अद्भुत औषधियों एवं वनस्पतियों के शोध के लिए परिभ्रमण किया। उन्हें 'भिषग्विद्याप्रवर्तक' की उपाधि से सम्मानित किया गया था। देवराज इंद्र के शिष्य निमि ने शालक्य-तंत्र नामक एक ग्रंथ की रचना की। अफगानिस्तान का प्रसिद्ध शालक्य-तंत्रज्ञ कांकायन था, जिसके असंख्य शिष्य थे। गार्ग्य, गालव, सात्यकी आदि ने धन्वंतरि से 'शल्य - शास्त्र' का ज्ञान प्राप्त करके अनेक ग्रंथों की रचना की। मुनि शालिहोत्र के पुत्र सुश्रुत ने 'सुश्रुतसंहिता' नामक प्रसिद्ध ग्रंथ लिखा था। धन्वंतरि के अन्य शिष्यों और भ्र, भालुकी, पौष्कलावत, गोपुररक्षित, भोज, दारुक आदि ने आयुर्वेद के कई ग्रंथों की रचना की है। काश्यपसंहिता के अनुसार भृगु - वंश के ऋषि ऋचीक के पुत्र वृद्धजीवक ने ऋषि कश्यप से आयुर्वेद के 'कुमार-तंत्र' का ज्ञान प्राप्त करके प्रसिद्ध ग्रंथ 'वृद्धजीवकीय तंत्र' की रचना की थी।

आयुर्वेद के मूल सिद्धांत

आयुर्वेद के सिद्धांत प्राचीन आयुर्वेदज्ञों के द्वारा किसी तथ्य की अनेक परीक्षाओं तथा परीक्षा के बाद तदनुसार उसके व्यवहार की

कसौटी पर प्राप्त निष्कर्ष पर आधारित हैं। प्राचीन आचार्यों द्वारा प्रतिपादित सिद्धांत ही सार्वकालिक, सार्वभौमिक तथा शाश्वतिक सिद्ध होते हैं। इन सिद्धांतों में परिवर्तन या त्रुटि की कोई संभावना नहीं होती। आधुनिक पाश्चात्य चिकित्सा - विज्ञानियों द्वारा आयुर्वेद के सिद्धांतों के प्रति अविश्वास तथा अवैज्ञानिकता का आक्षेप निराधार है।

आयुर्वेद के आठ प्रमुख अंग

आयुर्वेद में भूख, प्यास, वृद्धावस्था, मृत्यु आदि को भी रोग कहा गया है। सुश्रुतसंहिता के अनुसार आयुर्वेद के आठ अंगों का स्पष्टीकरण निम्नवत किया गया है -

1. शल्य

विभिन्न प्रकार के तृण, प्रस्तर, अस्थि आदि दूषित व्रण, अतः शल्य, गर्भ शल्य आदि के निष्कासन हेतु यंत्र - शस्त्र, क्षार और अग्नि के प्रयोग एवं व्रण के विनिश्चय के लिए जो कर्म किए जाते हैं, वे शल्यकर्म हैं।

2. शालक्य

नेत्र, नाक और कान आदि के लिए की जाने वाली चिकित्सा 'शालक्य' कहलाती है।

3. काय चिकित्सा

ज्वर, अपस्मार, कुष्ठ जैसे रोगों की शांति के लिए किये जाने वाले उपाय 'काय चिकित्सा' के अंतर्गत आते हैं।

4. भूत विद्या

देव एवं गंधर्व आदि के आवेश को शांत करने की चिकित्सा 'भूत - विद्या' कही जाती है।

5. कौमारभृत्य

बालकों के भरण-पोषण और देखभाल से संबंधित चिकित्सा 'कौमारभृत्य' नाम से जानी जाती है।

6. अगद-तंत्र

इस चिकित्सा के अंतर्गत सांप, विषैले कीटों के दंश से उत्पन्न विष की शांति हेतु

उपाय बताए गए हैं।

7. रसायन

आयु, बल और ओज की वृद्धि हेतु तथा तत्संबंधित व्याधियों को दूर करने के उपाय 'रसायन चिकित्सा' के अंतर्गत आते हैं।

8-बाजीकरण

क्षीण-वीर्य-दोष दूर करने तथा पौरुष-शक्ति वृद्धि तथा अन्य गुप्त रोगों के निदान हेतु किये गए उपाय 'बाजीकरण' चिकित्सा कहलाती है।

आयुर्वेद के कुछ विलक्षण तथ्य

भृगु, अगस्त्य और वशिष्ठ आदि महर्षियों को रसतंत्राचार्य माना जाता है। ऋषि माण्डव्य, पतंजलि और नागार्जुन आदि महान रसतंत्रकार कहे गये हैं। रसेश्वर भगवान दत्तात्रेय ने नागार्जुन की तपस्या से प्रसन्न होकर उन्हें रस विद्या का गूढ़तम ज्ञान प्रदान किया था। वे 'सिद्ध नागार्जुन' के नाम से प्रसिद्ध हुए। उन्होंने केवल भारत की नहीं, अपितु समस्त जगत की गरीबी दूर करने की घोषणा की थी -

**रसे सिद्धे करिष्यामि निर्दारिद्र्यमिदं
जगत।**

अर्थात् मैं रस विद्या के सामर्थ्य से सुवर्ण निर्माण कर संपूर्ण जगत को निर्धनता से मुक्त करा दूँगा।

आयुर्वेद में मनुष्य के जीवन में शीघ्र बुढ़ापा आने का कारण मन की प्रतिकूल परिस्थितियों को माना गया है। मानसिक तनाव, उच्च रक्तचाप, हृदयरोग, सिरदर्द, संधिशूल, उदररोग, अवसाद आदि बहुत - सी व्याधियों आयुर्वेद ही विश्व में एकमात्र जीवन-विज्ञान है, जो ईसा से कई सहस्राब्दियों पूर्व अपने सर्वांगीण स्वरूप में विकसित हो चुका था। आयुर्वेद चिकित्सा की श्रेष्ठता के कारण ही विश्व की ग्रीक, रोमन तथा मिस्र आदि देशों की चिकित्सा - प्रणालियाँ गर्त में समा गयीं।

**पाश्चात्य चिकित्सा-विज्ञान
आयुर्वेद चिकित्सा से बहुत पीछे**



अभिनव अनुसंधान का दंभ करने वाला 'पाश्चात्य चिकित्सा - विज्ञान' भी प्रकृति के महान रहस्यों को सुलझाने में आयुर्वेद का ही अनुसरण कर रहा है। कुछ उदाहरण पर्याप्त हैं।

कुछ दशकों पूर्व पाश्चात्य चिकित्सा विज्ञान स्वास्थ्य-रक्षा तथा रोगोपचार में मन तथा शरीर के अविच्छिन्न संबंध को स्वीकार नहीं करता था, किंतु अब मनोदैहिक चिकित्सा (साइकोमेटिक थेरेपी) स्वतंत्र शाखा का समावेश हो चुका है। आयुर्वेद के मनीषी आचार्यों ने इस तथ्य को हजारों वर्ष पूर्व जान लिया था -

**सत्त्वमात्मा शरीरं च त्रयमेतत्
त्रिदण्डवत्।**

**लोकस्तिष्ठति संयोगात् तत्र सर्वं
प्रतिष्ठितम्।**

(चरक सूत्र 1/46)

यहाँ बताया गया है कि मन, आत्मा और शरीर - ये ही जीवन के तीन प्रमुख स्तंभ हैं और इन्हीं के संयोग पर समग्र प्राणिजगत आश्रित है तथा इन्हीं में सभी कुछ प्रतिष्ठित है।

पाश्चात्य चिकित्सा - विज्ञान आयुर्वेद में वर्णित आमदोषजनित रोगों को नहीं जानता था, किंतु अब इसको 'आटोजीनस डिजीजेज' के रूप में स्वीकार करने लगा है।

आयुर्वेद के पुरुष - विचय - सिद्धांत को पाश्चात्य चिकित्सा - विज्ञान 'पर्यावरण और पारिस्थितिकी' (इकोलॉजी एंड इनवायरमेंट) के रूप में स्वीकार कर रहा है।

पाश्चात्य चिकित्सा में रोगी कोशिश रोग हो जाने पर उसके उपचार का तो यत्न किया

जाता है, किंतु रोग क्यों हुआ, यह जानने पर अधिक जोर नहीं दिया जाता। सिरदर्द है, तो डॉक्टर गोलियाँ तो दे देंगे किंतु रोग के कारणों के समूल नष्ट करने की आवश्यकता नहीं समझते। इससे एक रोग में कुछ राहत मिलती है, तो दूसरी समस्याएँ बढ़ जाती हैं। आयुर्वेद चिकित्सा में रोग के कारणों का परीक्षण करके औषधि दी जाती है, जिससे दूसरे रोग नहीं होते।

इस प्रकार हम देखते हैं कि आयुर्वेद में प्रतिपादित सिद्धांत पाश्चात्य चिकित्सा विज्ञानवादियों को भी आकर्षित कर रहे हैं।

विदेशों में भी लोकप्रिय है आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति

बाली द्वीप में ऐसी मान्यता है कि आयुर्वेदीय जड़ी-बूटियों से संबंधित ग्रंथ के रचयिता स्वयं श्रीगणेश जी हैं। इस विशाल ग्रंथ का नाम 'प्रमानतरु' है। यहाँ के वैद्य यह पुस्तक अपने पास रखते हैं। इसके अतिरिक्त चीन, थाईलैंड, तिब्बत, कम्बोडिया, मलेशिया, इंडोनेशिया आदि में आयुर्वेद अथवा देशी चिकित्सा - पद्धति बहुत लोकप्रिय है। वहाँ चीन - वैद्यों के माध्यम से चीनी चिकित्सा - पद्धति चलती है। भारत में आयुर्वेद दवाओं के बिक्री-केंद्र कम हुए हैं या आयुर्वेदिक औषधियों, जड़ी-बूटियों की दूकानें नाममात्र को रह गई हैं किंतु इन देशों में चीनियों की बड़ी - बड़ी दूकानें अनेक सड़कों और मोहल्लों में अब भी उपलब्ध हैं। इसका अर्थ यह है कि वहाँ एलोपैथी के प्रचार-प्रसार के बाद भी लोगों का देशी चिकित्सा - पद्धति के प्रति अधिक विश्वास है।

निस्संदेह यह कहा जा सकता है कि विश्व

की समस्त चिकित्सा - प्रणालियों, जिनका 'प्राणिमात्र अस्वस्थ हो ही नहीं और स्वास्थ्य रक्षा हो, और यदि रोग हो जाय, तो उससे छुटकारा दिलाया जाय' - यह उद्देश्य है, यह सब आयुर्वेद ही है। आयुर्वेद आज भी प्रासंगिक तथा उपयोगी है। आयुर्वेदीय ग्रंथों के आदेश एवं प्रयोग सफल हैं। आवश्यकता है ग्राहक दृष्टि की। यहाँ इस दृष्टि से अभिप्राय यह है कि जिन आयुर्वेदिक ग्रंथों में प्रतिपादित विधानों का प्रयोग अज्ञात हैं, उनमें कमी - अधिकता के फल द्वारा प्रयोगशैली निश्चित करना। आज यह आवश्यकता है कि उपलब्ध वैदिक ग्रंथों को समझने के लिए विचारक्षम अध्ययताओं को खोजकर उनके सहयोग से यथोचित प्रयास किये जाएँ। इससे आयुर्वेद की उत्तम विलुप्त परंपरा को पुनर्जीवन मिलेगा, रोगियों का देशी पद्धतियों से समुचित उपचार किया जा सकेगा, अनुभवी वैद्यों की चिकित्सीय सेवा का लाभ सामान्य व्यक्ति को मिल सकेगा, जो महंगी पाश्चात्य चिकित्सा पद्धति से सहज, सरल और सस्ता होगा।

कुछ वर्षों से भारतीय जड़ी-बूटियों और उससे बनी दवाओं की लोकप्रियता बढ़ी है। यहाँ तक कि पश्चिमी देशों की बड़ी - बड़ी कंपनियाँ भी इधर उन्मुख हुई हैं। इसका सबसे प्रमुख कारण यह है कि भारतीय जड़ी-बूटियों और वन - औषधियों की गुणवत्ता तो है ही, साथ ही एलोपैथी की दवाओं का बुरा प्रभाव मानव - शरीर पर दिखाई पड़ने लगा है। अतः लोग अब संपूर्ण स्वास्थ्य की प्राप्ति हेतु आयुर्वेद - चिकित्सा की ओर मुड़ने लगे हैं। आवश्यकता है आयुर्वेदिक वैद्यों में अपनी देशी पद्धति के विषय में निष्ठा, आस्था और ज्ञान की, साथ ही नए अनुसंधानों की। बहुत सी वनौषधियाँ लुप्तप्राय हो गई हैं, अतः औषधि- विज्ञानियों द्वारा उनका पुनरारोपण करके बचाया जाय तथा नए - नए रोगों के निदान हेतु औषधियों की खोज की जाय। आयुर्वेद का भविष्य बहुत उज्वल है।

सैन्य शिक्षा की जरूरत क्यों



तारादत्त भट्ट

जैसा नागरिक का चरित्र वैसा ही राष्ट्र का चरित्र इसलिए राष्ट्र निर्माण के लिए जरूरी है चरित्रवान नागरिक जो साहस बुद्धिमान और संवेदनशीलता से परिपूर्ण हो वह त्याग निष्ठा और निस्वार्थ भाव से सेवा कार्य करने को तत्पर हो। जिसे हर निर्णय अवतार है राष्ट्रहित को ध्यान में रखकर हो सैन्य शिक्षा चरित्र और राष्ट्र प्रथम की भावना को जागृत करने का एक महत्वपूर्ण माध्यम है। सैन्य शिक्षा सदियों से भारत वर्ष की गुरुकुल परंपरा का अभिन्न अंग रही है जिसमें शास्त्र और शास्त्र दोनों का अध्ययन कराया जाता था।

युद्ध रणनीति समय के साथ बदलती रहती है आज के परिपेक्ष में सिर्फ आधुनिक हथियार ही युद्ध के साधन नहीं है अपितु आतंकवाद नक्सलवाद भ्रष्टाचार को बढ़ावा देना ड्रग्स उधर की जाल में फंसा और झूठी अफवाहें फैलाकर गृह युद्ध की स्थिति पैदा करना भी परोक्ष युद्ध कला का हिस्सा है। वैश्विक हालात पर नजर डालें तो पाएंगे सभी देश या तो दूसरे देश से युद्ध कर रहे हैं या गृह युद्ध में हैं या फिर युद्ध की तैयारी में लगे हैं और यह क्रम निरंतर चल रहा है इसलिए यह कहना अतिशयोक्ति नहीं होगी कि हम चाहते या ना चाहते हुए भी प्रत्यक्ष और परोक्ष रूप से निरंतर युद्ध की स्थिति में बने हुए हैं।

राष्ट्र सुरक्षा की कई परतें हैं इसमें सशस्त्र सेवा से लेकर अर्धसैनिक बल पुलिस होमगार्ड आदि आते हैं। इसलिए इसकी एक



महत्वपूर्ण परत सिविल डिफेंस भी है और यह परत आंतरिक और वह सुरक्षा दोनों में मजबूत आधार बन सकती है। अनिवार्य सैन्य शिक्षा अन्य सभी परतों के साथ इस पर को प्रभावशाली बनाने में अत्यंत कारगर है जिससे अवैध राष्ट्र सुरक्षा प्रणाली विकसित होगी। विद्यार्थी न सिर्फ रक्षा के क्षेत्र में अपितु सभी क्षेत्रों में जाकर राष्ट्र निर्माण में अपना निसार्थ योगदान दे सकेंगे और आपदा पढ़ने पर सैनिक मित्र भी साबित होंगे। जीवन संघर्ष में विजई होने के लिए गुना और मूल्यों को विकसित करने में सैन्य शिक्षा आवश्यक है। अतः जैसे अन्य विषय अनिवार्य हैं वैसे ही बच्चों के चौमुखी विकास के लिए सैन्य शिक्षा भी अनिवार्य होनी चाहिए। बाद में इसे स्काउट सीसी आदि से जोड़ा जाना चाहिए भारत भूमि ऐसे वीरों की शौर्य गाथाओं से भरी हुई है जो

विषय परिस्थितियों में भी कर्तव्य विमुख नहीं हुए नेतृत्व क्षमता विकास करने के लिए कठिन परिस्थितियों में निर्णय की क्षमता और भाई पर काबू पाना जरूरी है। यह आत्मविश्वास अभ्यास और अनुशासन से ही विकसित हो किया जा सकता है।

आज जागरूक नागरिक सशक्त समाज की नींव रखने के लिए आमजन के सहयोग से सैनिक स्कूल बना रहे हैं सरकार ने भी सैनिक स्कूल छात्र और छात्र दोनों के लिए खोल दिए हैं परंतु ऐसा पाठ्यक्रम बनाने की आवश्यकता है जिसमें सभी सामान्य प्राइवेट और सरकारी स्कूलों में सैनिक शिक्षा प्रभावी रूप से दी जा सके। अनिवार्य सैन्य शिक्षा के पाठ्यक्रम में सामूहिक खेलों आत्मरक्षा विभिन्न युद्ध कलाएं शास्त्र विद्या व शौर्य गाथा हो साथ ही ऐसे मापदंड बनाए जाएं जिनसे सैनी शिक्षा की

गुणवत्ता बनी रहे।

विभिन्न देशों में सैन्य शिक्षा दुनिया के कई देशों में सैन्य शिक्षा का एक महत्वपूर्ण स्थान है। आइए कुछ प्रमुख देशों की सैन्य शिक्षा प्रणालियों का विश्लेषण करते हैं:

1. संयुक्त राज्य अमेरिका (United States of America) संयुक्त राज्य अमेरिका में सैन्य शिक्षा एक सुव्यवस्थित और व्यापक प्रणाली है। यहाँ कैडेटों को उच्च स्तरीय शारीरिक और मानसिक प्रशिक्षण दिया जाता है। अमेरिकी सैन्य शिक्षा का केंद्र बिंदु पश्चिम बिंदु (West Point) और नेवल एकेडमी (Naval Academy) हैं। यहाँ कैडेटों को अकादमिक और सैन्य दोनों प्रकार की शिक्षा दी जाती है। इसके अलावा, अमेरिका में ROTC (Reserve Officers' Training Corps) प्रोग्राम भी चलाया जाता है, जिसमें कॉलेज के छात्रों को सैन्य प्रशिक्षण दिया जाता है। यह प्रोग्राम छात्रों को नेतृत्व, अनुशासन, और सेवा के मूल्य सिखाता है। ROTC कार्यक्रम के माध्यम से स्नातक करने वाले छात्रों को सैन्य सेवाओं में अधिकारी के रूप में शामिल होने का अवसर मिलता है।

2. रूस (Russia) रूस में सैन्य शिक्षा का एक लंबा और समृद्ध इतिहास है। यहाँ सैन्य शिक्षा का प्रारंभिक स्तर स्कूलों में ही शुरू हो जाता है। रूस में Suvorov और Nakhimov स्कूल (सुवोरोव और नखिमोव स्कूल) सैन्य शिक्षा के प्रमुख केंद्र हैं। इन स्कूलों में छात्रों को न केवल सैन्य शिक्षा दी जाती है, बल्कि सामान्य शिक्षा भी दी जाती है। रूस की सैन्य शिक्षा प्रणाली का उद्देश्य छात्रों को देशभक्ति, अनुशासन, और सैन्य कौशल से परिचित कराना है। रूसी सैन्य शिक्षा प्रणाली में छात्रों को युद्ध की रणनीतियाँ, सैन्य इतिहास, और शारीरिक प्रशिक्षण का गहन अध्ययन कराया जाता है।

3. इजराइल (Israel) इजराइल में सैन्य शिक्षा का अत्यधिक



महत्व है, क्योंकि यह देश हमेशा से ही सुरक्षा संबंधी चुनौतियों का सामना करता रहा है। इजराइल में प्रत्येक युवा नागरिक के लिए सैन्य सेवा अनिवार्य है। इजराइल की सैन्य शिक्षा प्रणाली का मुख्य उद्देश्य नागरिकों को शारीरिक और मानसिक रूप से सशक्त बनाना है। यहाँ छात्रों को स्कूल स्तर से ही सैन्य शिक्षा के तत्वों से परिचित कराया जाता है। इसके बाद, उन्हें इजराइल डिफेंस फोर्स (IDF) में अनिवार्य सेवा के दौरान विस्तृत सैन्य प्रशिक्षण दिया जाता है। इजराइल में सैन्य शिक्षा का एक और महत्वपूर्ण पहलू है 'Gadna' प्रोग्राम। यह प्रोग्राम उच्च विद्यालय के छात्रों को सैन्य जीवन की झलक दिखाने और उन्हें भविष्य की चुनौतियों के लिए तैयार करने के लिए डिजाइन किया गया है।

4. दक्षिण कोरिया (South Korea) दक्षिण कोरिया में भी सैन्य सेवा अनिवार्य है। यहाँ के युवा नागरिकों को दो साल की अनिवार्य सैन्य सेवा देनी होती है। दक्षिण कोरिया की सैन्य शिक्षा प्रणाली का मुख्य उद्देश्य नागरिकों को राष्ट्रीय सुरक्षा के प्रति जागरूक करना और उन्हें शारीरिक और मानसिक रूप से सशक्त बनाना है। यहाँ स्कूल स्तर से ही छात्रों को सैन्य प्रशिक्षण के

आधारभूत तत्वों से परिचित कराया जाता है। दक्षिण कोरिया की सैन्य शिक्षा प्रणाली में शारीरिक प्रशिक्षण, युद्ध की रणनीतियाँ, और नेतृत्व कौशल का विकास करना प्रमुख होता है। इसके अलावा, यहाँ के युवा नागरिकों को सेना में सेवा देने के बाद जीवन के अन्य क्षेत्रों में भी अपने अनुभवों का लाभ उठाने के लिए प्रेरित किया जाता है।

सैन्य शिक्षा की वैश्विक प्रासंगिकता विभिन्न देशों में सैन्य शिक्षा प्रणालियों का विश्लेषण करने पर यह स्पष्ट होता है कि सैन्य शिक्षा का महत्व विश्वव्यापी है। चाहे वह अमेरिका हो, रूस, इजराइल, दक्षिण कोरिया, या स्विट्जरलैंड, सभी देशों में सैन्य शिक्षा का मुख्य उद्देश्य नागरिकों को शारीरिक, मानसिक, और नैतिक रूप से सशक्त बनाना है।

सैन्य शिक्षा नागरिकों को अनुशासन, नेतृत्व, और जिम्मेदारी के गुण सिखाती है, जो न केवल युद्ध के समय बल्कि शांति के समय भी महत्वपूर्ण होते हैं। यह शिक्षा नागरिकों को एकजुटता, सेवा, और त्याग के मूल्य सिखाती है।



'जादव पार्येग' फारेस्ट मैन ऑफ इंडिया

प्रकृति मेल डेस्क

लखनऊ

पर्यावरण संरक्षण के क्षेत्र में जादव पार्येग का नाम अद्वितीय है। उनकी कहानी हमें यह सिखाती है कि यदि व्यक्ति का संकल्प और समर्पण सच्चा हो, तो वह अकेले भी बड़े पैमाने पर बदलाव ला सकता है। असम के माजुली द्वीप पर जादव पार्येग ने एक असाधारण कार्य कर दिखाया। उन्होंने अकेले दम पर एक विशाल जंगल उगाया, जिसे अब 'मोलाई फॉरेस्ट' के नाम से जाना जाता है।



“पार्येग का सपना है कि वह भारत के हर राज्य में ऐसे ही छोटे-छोटे जंगलों का निर्माण करें, ताकि पर्यावरण की सुरक्षा सुनिश्चित की जा सके।”



प्रारंभिक जीवन और पारिवारिक पृष्ठभूमि:

जादव पायेंग का जन्म 1963 में असम के जोरहाट जिले में माजुली द्वीप पर हुआ था। माजुली, ब्रह्मपुत्र नदी के मध्य स्थित एक द्वीप है, जो दुनिया का सबसे बड़ा नदी द्वीप है। जादव का परिवार एक गरीब कृषक परिवार था, जो परंपरागत खेती पर निर्भर था। पायेंग का बचपन प्रकृति के करीब बीता, जहां उन्होंने अपने परिवार के साथ खेतों में काम किया। उनकी शिक्षा बहुत सीमित रही, लेकिन उनकी जिज्ञासा और प्रकृति के प्रति प्रेम ने उन्हें अपने जीवन की दिशा दी।

उनके माता-पिता ने उन्हें हमेशा पर्यावरण का सम्मान करना सिखाया, और यही संस्कार उनके जीवन में गहराई से रच-बस गए। उनके जीवन में खेती-बाड़ी और पशुपालन की शिक्षा बचपन से ही शामिल थी, जो उनके वन निर्माण के कार्य में भी मददगार साबित हुई।

माजुली द्वीप का पर्यावरणीय संकट:

माजुली द्वीप अपने आप में एक अनोखी भूगोलिक संरचना है, लेकिन यह द्वीप जलवायु परिवर्तन और ब्रह्मपुत्र नदी के कटाव से लगातार प्रभावित रहा है। बाढ़ और मिट्टी के कटाव ने यहां की खेती योग्य भूमि को बंजर बना दिया था। इस द्वीप की मिट्टी का क्षरण एक बड़ी समस्या बन गया था, जिससे यहां का पर्यावरण संकट में था। 1970 के दशक में, इस द्वीप पर बड़े पैमाने पर पेड़-पौधों की कटाई शुरू हुई, जिसके कारण मिट्टी का कटाव और बाढ़ की समस्या बढ़ती गई। जादव पायेंग ने अपने बचपन में ही इन समस्याओं को महसूस किया और यह उनकी पर्यावरणीय चेतना का आरंभिक बिंदु बना।

जंगल बनाने की प्रेरणा और शुरुआत:

1979 में, जब जादव पायेंग केवल

16 साल के थे, उन्होंने माजुली द्वीप के एक हिस्से में भारी बाढ़ के बाद हजारों मरे हुए सांप देखे। ये सांप बाढ़ के कारण आए थे, लेकिन छांव की कमी और अत्यधिक गर्मी के कारण मर गए थे। यह घटना पायेंग के जीवन का निर्णायक मोड़ बन गई। उन्होंने महसूस किया कि यदि इस क्षेत्र में पेड़ होते, तो शायद ये जीव बच सकते थे।

जादव पायेंग ने वन विभाग से संपर्क किया और इस समस्या के समाधान के लिए पौधे लगाने का प्रस्ताव दिया। वन विभाग ने उन्हें बांस के पौधे लगाने की अनुमति दी, लेकिन इस काम में कोई आर्थिक सहायता नहीं दी। फिर भी, पायेंग ने हार नहीं मानी और अकेले ही पौधे लगाना शुरू कर दिया। उन्होंने अपने हाथों से बांस के पौधे लगाए और उनकी देखभाल की। यह काम उनके लिए एक मिशन बन गया। पायेंग ने दिन-रात मेहनत की, पौधों को पानी दिया, और उनकी सुरक्षा के लिए प्रयास किया। यह उनका एकमात्र उद्देश्य बन गया कि वह इस बंजर भूमि को हरा-भरा बना सकें।

तकनीकी चुनौतियाँ और समाधान:

जादव पायेंग ने माजुली द्वीप के बालू-मिट्टी वाले इलाके में पौधारोपण किया। इस क्षेत्र में मिट्टी की गुणवत्ता खराब थी और पौधों को जीवित रखना एक बड़ी चुनौती थी। पायेंग ने शुरू में बांस के पौधे लगाए, क्योंकि बांस तेजी से बढ़ता है और मिट्टी को स्थिर करने में मदद करता है। बांस के बाद, पायेंग ने विभिन्न प्रकार के स्थानीय वृक्षों को भी लगाया, जिनमें अर्जुन, सिस्सू, और बोगोरी जैसे वृक्ष शामिल थे। उन्होंने विभिन्न प्रकार के पौधों की जानकारी जुटाई और उन्हें अपने जंगल में स्थान दिया। पायेंग ने पौधों की देखभाल के लिए पारंपरिक ज्ञान और तकनीकों का उपयोग किया, जिसे उन्होंने अपने परिवार और समुदाय से सीखा था।



उन्होंने पौधों को पानी देने के लिए नदी के पानी का उपयोग किया और बारिश के पानी को संग्रहीत किया। साथ ही, उन्होंने पौधों की सुरक्षा के लिए आसपास के क्षेत्रों में कांटेदार झाड़ियां लगाईं, ताकि जानवर उन्हें नुकसान न पहुंचा सकें। पायेंग की यह मेहनत रंग लाई, और धीरे-धीरे वह क्षेत्र हरा-भरा होता गया।

समाज की प्रतिक्रिया और सामाजिक चुनौतियाँ:

जादव पायेंग के इस अनोखे प्रयास को शुरू में समाज के लोगों ने गंभीरता से नहीं लिया। कई लोग उनका मजाक उड़ाते थे और उनके प्रयासों को निरर्थक मानते थे। कुछ लोगों ने उन्हें पागल भी कहा। लेकिन पायेंग ने इन आलोचनाओं की परवाह नहीं की।

उन्होंने अपने कार्य को जारी रखा और धीरे-धीरे लोगों का नजरिया बदलने लगा। पायेंग की मेहनत को देखकर कुछ स्थानीय लोगों ने भी उनका साथ देना शुरू किया। वह अपने परिवार

के साथ मिलकर पौधों की देखभाल करते रहे और वन क्षेत्र का विस्तार करते रहे। पायेंग का यह समर्पण और दृढ़ता उन्हें समाज में धीरे-धीरे एक विशेष स्थान दिलाने लगा।

मोलाई फॉरेस्ट का विकास:

लगभग 30 वर्षों की मेहनत के बाद, जादव पायेंग ने 550 हेक्टेयर क्षेत्र में एक घने जंगल का निर्माण किया। इस जंगल को अब 'मोलाई फॉरेस्ट' के नाम से जाना जाता है। इस जंगल में विभिन्न प्रकार के वृक्ष, पौधे, पक्षी, और वन्य जीव बसे हुए हैं।

मोलाई फॉरेस्ट में आज सैकड़ों प्रकार के पेड़-पौधे हैं, जो इस क्षेत्र को एक हरे-भरे जंगल में बदल चुके हैं। यहां के वृक्षों में सागौन, अर्जुन, बांस, सिस्सू, बोगोरी, और अन्य कई प्रजातियां शामिल हैं। इस जंगल में आज हाथी, बाघ, हिरण, गैंडा, और कई अन्य वन्यजीव निवास करते हैं। यह जंगल न केवल असम के पर्यावरण को सुधारने में मदद कर रहा है, बल्कि यह एक प्राकृतिक आवास भी बन गया है।

जंगल का पर्यावरणीय प्रभाव और संरक्षण:

मोलाई फॉरेस्ट ने माजुली द्वीप की पर्यावरणीय स्थिति को काफी हद तक सुधारने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। इस जंगल ने न केवल मिट्टी के कटाव को रोका, बल्कि बाढ़ के प्रभाव को भी कम किया है। इसके अलावा, यह जंगल असम के पर्यावरणीय संतुलन को बनाए रखने में भी मददगार साबित हो रहा है।

यह जंगल स्थानीय समुदाय के लिए एक प्राकृतिक संसाधन के रूप में भी कार्य कर रहा है। यहां के लोग अब इस जंगल से लकड़ी, फल, और अन्य प्राकृतिक संसाधन प्राप्त कर सकते हैं, जो उनकी आजीविका में मदद करता है। पायेंग के इस कार्य ने न केवल पर्यावरण को संरक्षित किया, बल्कि स्थानीय लोगों की आर्थिक स्थिति में भी सुधार लाने में मदद की है।

राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय मान्यता

जादव पायेंग के इस अद्वितीय योगदान को राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय स्तर पर सराहा गया है। उन्होंने न केवल भारत में बल्कि विश्वभर में पर्यावरण संरक्षण के लिए प्रेरणा दी है। 2015 में, उन्हें भारत सरकार द्वारा पद्म श्री से सम्मानित किया गया, जो देश का चौथा सबसे बड़ा नागरिक सम्मान है। इसके अलावा, उन्हें कई अन्य पुरस्कार और सम्मान भी प्राप्त हुए हैं।



पायेंग की कहानी कई मीडिया चैनलों, डॉक्युमेंट्री फिल्मों और लेखों में प्रकाशित हुई है। उनके जीवन पर आधारित डॉक्युमेंट्री फिल्में भी बनाई गई हैं, जिन्होंने विश्वभर में लोगों को प्रेरित किया है। जादव पायेंग की यह पहचान इस बात का प्रमाण है कि सच्चे समर्पण और मेहनत से कोई भी व्यक्ति बड़ा बदलाव ला सकता है।



पायेंग की वर्तमान गतिविधियाँ और भविष्य की योजनाएँ:

आज भी जादव पायेंग अपने जंगल की देखभाल करते हैं और उसे बढ़ाने के लिए निरंतर प्रयासरत हैं। वह युवाओं को पर्यावरण के प्रति जागरूक करने के लिए प्रेरित करते

हैं और उन्हें पौधरोपण और पर्यावरण संरक्षण के कार्यों में भागीदारी के लिए प्रेरित करते हैं। वह विभिन्न स्कूलों, कॉलेजों और संगठनों में जाकर अपने अनुभव साझा करते हैं और लोगों को प्रकृति के साथ तालमेल बिठाने का संदेश देते हैं।

वो नाश्ता



मृत्युंजय कुमार मनोज

ग्रेटर नोएडा

‘फिर से सूखी रोटी और आलू की सब्जी। पिछले तीन महीने से यही खाना खा-खाकर ऊब चुका हूँ। मैं नहीं खाऊंगा’ - खाने की थाली को गुस्से में उलटते हुए पप्पू ने कहा।

‘अरे बेटा! खाने का अपमान नहीं करते हैं। सुबह में अपने घर से खाना खाकर ही बाहर निकलना चाहिए। कल तुम्हारे पसंद का खाना बना दूंगी। अभी जो बना है, खा लो’ -श्यामा, पप्पू की माँ, ने दुःखी मन से समझाते हुए कहा।

दिल्ली के बुराड़ी इलाका का ‘श्यामा निवास’। जनवरी महीने की कंपकंपाती ठंड। रविवार का दिन। सुबह आठ बजे हैं। लेकिन ‘श्यामा निवास’ का माहौल गर्म है। पप्पू नौवीं क्लास में पढ़ता है और चार भाई-बहनों में वह सबसे छोटा है। उसे तनिक भी भूख बर्दाश्त नहीं। भूख के मारे उसका क्रोध सातवें आसमान पर है।

जीवन दास, पप्पू के पिता, दिल्ली में बैटरी बनाने की प्राइवेट कंपनी में सुपरवाइजर के पद पर काम करते थे। घर के एकमात्र कमाऊ मेंबर हैं। किसी तरह गुजारा हो जा रहा था। किंतु कंपनी घाटे में चलने के कारण बंद हो गई। अब जीवन जी पिछले एक वर्ष से एक रेजिडेंशियल सोसायटी में गार्ड की नौकरी करते हैं। तब से घर की आर्थिक स्थिति बहुत ही दयनीय है।

‘माँ, मैं चाचा जी के यहां जा रहा हूँ। वहीं नाश्ता कर लूंगा’ -पप्पू ने क्रोधित मुद्रा में साईंक्लि निकालते हुए कहा। दो किलोमीटर की दूरी पर रामनिवास दास जी का घर है। रिश्तेदारी में उसके चाचा लगते हैं। वे दिल्ली



सरकार में बिजली विभाग में इंजीनियर के पद पर कार्यरत हैं। वे पप्पू को बेटे जैसा मानते हैं। पप्पू को भी उनसे बड़ा लगाव है।

‘बेटा, मेरी मानो तो उनके यहां मत जाओ। हमारी माली हालत किसी से छिपी नहीं है। गरीबों का कोई रिश्तेदार नहीं होता है। उसे कोई नहीं पहचानता है’ -श्यामा जी ने समझाते हुए कहा। लेकिन पप्पू नहीं माना।

कुछ देर बाद।

‘प्रणाम चाचा जी। प्रणाम चाची जी’ -पप्पू ने आदर सहित कहा।

‘आओ बेटा। बहुत दिनों के बाद आए। हमेशा सोचता हूँ तुम्हारे घर जाऊँ। पर समय ही नहीं मिलता है। पापा-मम्मी का क्या हाल-चाल है? तुम्हारी पढ़ाई-लिखाई कैसी चल रही है? सुबह-सुबह आए हो। नाश्ता-पानी करके जाना’ -रामनिवास जी ने कहा।

नाश्ते का नाम सुनते ही पप्पू के मन में

‘गरीबों के रिश्तेदार.. नहीं..’ मां की बातें पप्पू के जेहन में घूमने लगी। कच्ची उम्र में वह सांसारिक जीवन के एक कटु अनुभव से रु-ब-रु हो रहा था। वह आश्चर्यचकित मुद्रा में नाश्ते की थाली और अपने पिता-समान चाचा को देखे जा रहा था। उसे अपने घर की सूखी रोटी और आलू की सब्जी की याद आ गई।

पूड़ी-सब्जी की थाली घूमने लगी। अक्सर चाचा जी के यहां उसे यही खाने को मिलता था।

‘संडे का दिन है न। सुबह लेट से उठना होता है। सारे काम में लेट हो ही जाता है। अभी तक हमारे यहां नाश्ते में कुछ नहीं पका है। आराम से होगा। लेकिन चलो, तुम्हें कुछ स्पेशल खिलाती हूँ। रात की बची रोटी है।

नमक, सरसों के तेल और प्याज के साथ खाने में तुमको खूब मज़ा आएगा। हमलोगों ने कई बार खाया है’ -वीणा, उसकी चाची ने थाली परोसते हुए कहा।

‘गरीबों के रिश्तेदार.. नहीं..’ मां की बातें पप्पू के जेहन में घूमने लगी। कच्ची उम्र में वह सांसारिक जीवन के एक कटु अनुभव से रु-ब-रु हो रहा था। वह आश्चर्यचकित मुद्रा में नाश्ते की थाली और अपने पिता-समान चाचा को देखे जा रहा था। उसे अपने घर की सूखी रोटी और आलू की सब्जी की याद आ गई।

सूत्र वाक्य

अशोक मानव

- पृथ्वी तो इतनी सक्षम है कि सूर्य और चन्द्र से मिलकर रासायनिक क्रिया में ही जीव की उत्पत्ती करती है। जीव से जीव पैदा करना तो अप्राकृतिक है।
- वायुमण्डल में समस्त गुण विद्यमान होते हैं। यदि प्राणी अपनी ईच्छाओं का भोग कराना बंद कर दे तो श्वास के माध्यम से ही उसके भोज की पूर्ती होती रहेगी। उसे अलग से कुछ खाने की जरूरत नहीं है।
- हर व्यक्ति अपना गुरु स्वयं है। सबसे बड़ा न्यायी उसका मन होता है जो हर क्रिया का सत्य-असत्य बताता है। उसी से पूछ कर हर विषय का निर्णय लेना चाहिए अन्य व्यक्ति आपको सलाह आपके हित को नहीं बल्कि हो सकता है अपने हित को देखकर दें।
- आत्मबल से बड़ा कोई बल नहीं होता है जब आत्मबल पूरी तरह बढ़ जाता है तो प्रकृति में फैल रहे बल को अपने पास खींचता है जिसका प्रयोग अपने या अन्य के ऊपर किया जा सकता है।
- प्रकृति के साथ घटने वाली धटनाओं के साथ खुद को ढाल लेना प्राकृतिक है परन्तु घटना को बदलने की कोशिश करना अप्राकृतिक है।
- मानव एक पूर्ण जीव है इसे बाह्य जगत से कुछ भी लेने की जरूरत नहीं है उसके अंदर ही समस्त जीवन जीने की जरूरी चीजें स्थापित होती है।
- यदि व्यक्ति सिर्फ अपना कर्म करता चला जाए तो वह सक्षम बीज का निर्माण करता है जहां कोई अन्याय नहीं हो सकता।
- न कहीं स्वर्ग है न नर्क जीव सिर्फ अपने एहसास में जीवन जी के चला जाता है और एक सक्षम बीज का निर्माण करता है।
- किसी भी पदार्थ या व्यक्ति के बारे में सही-सही जान लेना वास्तव में वह जैसा है उसकी जानकारी हो जाना ही उसकी परिभाषा है।
- जिस तरह से अनेक स्थान है जहां के बारे में डरावनी कहानी मशहूर हैं वहां पहुंचने पर मानव डरता है और उसी जगह की जानकारी न होने पर कोई डर नहीं होता और स्वाभाविक रूप से चला जाता है इस तरह यह पौराणिक कहानियां और किताबी ज्ञान व्यक्ति को अप्राकृतिक रूप से भयभीत करते हैं वास्तविक ज्ञान नहीं देते ।
- तरंग वह तराना है जो जीव पदार्थ के स्वभाव की गंध को स्थापित और विस्थापित करने की क्रिया करता है।

जीव से पदार्थ का और पदार्थ से जीव का निर्माण



अशोक मानव



सृष्टि का आदि अंत आज भी एक पहेली की तरह है पर जो है। वह है, उसका कारण ना जान पाने के कारण उसे झुठलाया नहीं जा सकता है। यह सब परम प्रकाश के ध्वनि गंध का परिणाम है। जो विचार गंध से निकलकर आकार बना लेता है वही विज्ञान बनकर निरंतर अपना विकास करता रहता है। इस सृष्टि में जानने के लिए अनंत सफर है, पर आवश्यकता भर जानना ही जीवन के सफर को शांतिपूर्ण गतिमान करता है। वैसे भी जानना ज्ञान नहीं बनाना ज्ञान है, बनाने की क्रिया कम सोचने और अपनी उर्जा केंद्रित करने से पूरी होती है। अनेकों इच्छाएं वस्तु स्थिति को कमजोर करती हैं और एक इच्छा वस्तु स्थिति का निर्माण कर देती है। जिस प्रकार एक स्वरूप में अनेक स्वरूप विद्यमान होते हैं जो सूक्ष्म रूप में होते हैं पर उनकी जानकारी नहीं होती है। ठीक उसी प्रकार जहां से चले हैं और जहां जाना है, कैसे ? सभी की जानकारी जीव को

होती है पर पता नहीं होता है। जब जिसकी आवश्यकता होती है प्रकृति में प्रकाश उसका पर्दा खोलता जाता है और उस सच को जानते हुए व्यक्ति अपनी उर्जा वहीं खर्च कर पाता है जहां करने की आवश्यकता होती है। यदि समय से पहले उस सच को जान लेता है तो अपनी उर्जा वहां खर्च करने लगता है जहां उसकी जरूरत अभी नहीं है। क्योंकि उसका सामना करने की क्षमता उसके शरीर में अभी नहीं है। वह ऊर्जा जो वर्तमान को मजबूत करने के लिए लगानी चाहिए उसे भविष्य

के भय में दुर्घटना को आमंत्रित करता है। मानव मस्तिष्क को जानने और सोचने की एक निश्चित क्षमता होती है। उसके अनुसार ही प्रकृति का पर्दा उठता है और व्यक्ति आगे बढ़ता है। यदि जानना है तो इतना जाने कि हमें अपनी आवश्यकता से अधिक नहीं सोचना है और दूसरे को कोई नुकसान नहीं पहुंचाना है। ऐसा करने से वर्तमान की अनुभूति अच्छी होती है। जिसमें व्यक्ति जीवन का आनंद लेते हुए अपने जीवन चक्र को पूरा करता है सब कुछ वर्तमान होता है भूत कभी आता

नहीं और भविष्य जब आता है तो वर्तमान हो जाता है और इसलिए वर्तमान में जियें, वर्तमान को सोचें, वर्तमान में वर्तमान को खोजें यही जीवन जीने की उत्तम कला है। प्रकृति के उन रहस्यों को ना खोदें जिसे वह बंद रखना चाहती है, इसी में व्यक्ति और प्रकृति दोनों सुरक्षित है यदि खोदना है तो उन बिंदुओं को खोदें जिसने आज मानव जीवन को कठिन बना दिया है। जीवन जीना एक भार हो गया जब सुख शांति नहीं तो समृद्धि कहां संभव होगी। वर्तमान में आज मानव इसी तरह जीवन का एक दिन पार कर रहा है। यह सब अनावश्यक खोज और व्यर्थ की सोच का परिणाम है। यही क्रिया उसके जीवन को और दुरूह बनाती जा रही है।

जीव से पदार्थ का और पदार्थ से जीव का निर्माण निरंतर प्रकृति और ब्रह्मांड का विस्तार करता जा रहा है, इसी क्रिया से पदार्थ और जीव का निर्माण होता है। इसी क्रिया से प्राकृतिक न्याय और जीव की सुरक्षा होती है, इसी क्रिया से प्रकृति अपने को प्रदूषण मुक्त करते हुए अपना विस्तार करती रहती है। प्रकाश की ध्वनि गंध अग्नि जल हवा को बनाकर आकाश तत्व का निर्माण करती है। जिससे ऊर्जा केंद्रित होकर आकाशी समुद्री मंथन जीव की बीज रूपी संरचना तैयार होती है। जिसमें पहले जलीय जीव का विकास होता है जब उसका शरीर छूटता है तो वह दूसरे जीव का भोजन बन जाता है। यह प्रक्रिया निरंतर गतिमान रहती है और एक जीव दूसरे जीव का भोजन बनते हुए एक जीव दूसरे जीव में मिलकर एक जीव में अपनी गंध का मिलान करते हैं। जिससे अनेकों जीव की गंध एक दूसरे से मिलकर पदार्थ की गुणवत्ता बढ़ाने की क्रिया करती है। इसी प्रकार जीव द्वारा बनाए गए पदार्थ व शरीर कई जीव से गुजरकर नए-नए पदार्थ की रचना को बढ़ाते हैं जब इसके सफर का अंतिम पड़ाव पूरा हो जाता है तो जिसमें आवश्यकता अनुसार सभी गंध का निर्माण हो जाता है तब यह प्रकृति में छूटकर प्रकाश पड़ने से रासायनिक क्रिया

के बाद स्थाई पदार्थ का रूप धारण कर लेते हैं। जिसमें मिट्टी, सोना, चांदी, तांबा आदि अनेकों पदार्थ का निर्माण होता है। जब यह पदार्थ बनकर अपनी मात्रा बढ़ाते जाते हैं तो प्रकृति रूप से यह स्वतः व्यवस्थित हो जाते हैं जो अपनी गंध रूपी ऊर्जा छोड़कर आकाशीय समुद्री मंथन में नए-नए जीव का निर्माण करने की जीव की आत्मिक रचना तैयार करने की क्रिया करते हैं और पदार्थ रूप में जीवन को स्थापित कर उनके लिए जमीन बन जाते हैं और अपनी ऊर्जा को सौर ऊर्जा में परिवर्तित कर उन्हें जलवायु बनाकर पोषित करने का कार्य करते हैं। इसी प्रक्रिया से जीव से पदार्थ का और पदार्थ से जीव का निर्माण होता है।

जीव को अपनी रचना का विकास करने के लिए भोजन की आवश्यकता होती है जिसमें दो श्रेणी हो जाती है एक मांसाहारी और दूसरी शाकाहारी। आहार से जीव के शरीर और गुणों का विकास होता है और इसी प्रक्रिया से पदार्थ की मात्रा बढ़ती है। "मांसाहारी और शाकाहारी दोनों की प्रकृति आवश्यकता के अनुसार होती है पर दोनों में एक व्यवस्था लागू होती है और वह है जो पदार्थ स्वतः पक कर तैयार हो जाए उसे ही खाना चाहिए। प्राकृतिक नियम के अनुसार जो जीव स्वतः मर जाए उसे ही मांसाहारी जीव को खाने का नियम है।" जो वर्तमान समय में बिगड़ा हुआ है, शाकाहारी जीव के लिए उसी पदार्थ को खाने का नियम है जो स्वतः पककर अपनी रचना से अलग हो जाए। मांसाहारी और शाकाहारी दोनों के लिए स्वतः से मरकर या पकने से पहले तोड़कर खाने का नियम नहीं है। नियम के विपरीत कार्य से प्रकृति का व्यतिक्रम बढ़ते हुए विनाश की तरफ जाता है जो प्रलय को आमंत्रित करता है, प्राकृतिक नियम के अनुसार चलने से कोई जीव भूखा नहीं रह सकता। नियम के विपरीत चलने से कुछ का पेट भर पाता है ऐसा इसलिए होता है जो रचना पूर्ण होकर भोजन बनाती है उसकी मात्रा बढ़ जाती है जो ज्यादा लोगों का आहार बन पाती है, समय

से पहले तोड़ने पर एक की भी पूर्ति नहीं कर पाती है। शरीर स्वतः छुटने और फल स्वतः पकने के बाद मांसाहारी और शाकाहारी का भोजन जब बनता है तो उस जीव का भोजन तैयार होता है जिससे जीव अपनी रचना कर विकास कर पाता है। इससे कई फायदे होते हैं - पहला जो जीव मरता है और जो फल स्वतः पककर गिरता है यदि वह किसी जीव का आहार न बने तो उसमें सड़न पैदा होने लगती है जिससे प्रकृति में प्रदूषण फैलने लगता है जो जीव रचना को मिटा सकता है। इसलिए उसे खाने के लिए प्रकृति मांसाहारी और शाकाहारी जीव की रचना कराती है यही उस पदार्थ का सदुपयोग है जिससे एक दूसरे जीव में गंध का मिलान होता है, जिससे स्थाई पदार्थ का निर्माण होता है। भोजन से ही जीव के शरीर और मानसिकता का विकास होता है इसी प्रक्रिया से प्राकृतिक न्याय भी स्थापित होता है जो जीव की गलती या कमी होती है उसे मिटाने के लिए भोजन के रूप में गुण गंध रूपी पदार्थ उसके शरीर में जाता है जो गलती रूपी गंध को मिटाने का कार्य करता है और बीमारी या कष्ट रूपी अनुभूति से उसे दंडित भी करता है। इससे दंड और उसका सुधार दोनों प्रक्रिया पूरी होती है। व्यक्ति किसी से प्रभावित न होकर स्वयं की इच्छा जिसे खाने की बने उसे खाना चाहिए ऐसे पदार्थ की आवश्यकता शरीर और गुण विकास के लिए होती है तभी उसकी तीव्र इच्छा पैदा होती है। ऐसा करने से शरीर में उस गुण की पूर्ति हो जाती है जिसकी आवश्यकता होती है। इससे होने वाली बीमारी अथवा जो हो चुकी होती है वह ठीक हो जाती है पर वह स्वाभाविक इच्छा से हो तभी इसे क्रियान्वित करना चाहिए कभी-कभी किसी विशेषज्ञ के मना करने के कारण भी उसे खाने की इच्छा होती है। ऐसे समय में अपनी इच्छा पर रोक लगानी चाहिए। इसी प्रकार प्रकृति प्रकाश के मिलन से जीव विकास पदार्थ निर्माण प्रदूषण मुक्त और न्याय प्रणाली को स्थापित करती है।

प्रश्न हमारे उत्तर श्री अशोक मानव जी के

प्रश्न : जीवन में घटने वाली घटनाओं को किस प्रकार से रोका जा सकता है?

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

प्रश्न: जीवन में सरलता किस प्रकार से मिल सकती है?

उत्तर : समयांकित रसायन का लंकरी विज्ञान हर जीव को उसके कर्म अनुसार सरल करता रहता है जो अवस्था रूप में हर किसी को प्राप्त होता है यही कर्म का परतीय विज्ञान होता है जिस पर गुजरते जाने से जीवन सरल होकर भार मुक्त होता जाता है।

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, सर्था आश्रम, मानव नगर (निकट आई.आई. एस.ई.),

कल्याणपुर, लखनऊ-226022, उ० प्र०

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

9807636072, 7376495194

एक महान शिक्षक के उच्च विचार



गोतर्धन दास बिन्गानी 'राजा बाबू'

बीकानेर, राजस्थान

शहर के एक प्रतिष्ठित शिक्षक अपने ८५ वर्ष की आयु के पूर्व शिक्षक के बारे में ज्ञात होते ही, बिना विलम्ब किये उनसे मिलने के साथ-साथ कृतज्ञता ज्ञापित करने, उनके निवास पर जा पहुँचे।

लेकिन वृद्ध शिक्षक महोदय उन्हें पहचान ही नहीं पाये। फिर भी प्यार से बैठाया और पीठ पर हाथ फेरते हुए कहा... 'याददाश्त कमजोर हो रही है और ऊपर से स्पष्ट दिखता भी नहीं.. खैर.. बताओ तुम्हारा क्या नाम है? क्या करते हो, कैसे आना हुआ?'

उसने अपना नाम बताते हुये कहा- 'सर, जिस दिन आपने मेरी लाज बचायी थी, उसी दिन मैंने आप जैसा शिक्षक बनने का निर्णय कर लिया था और सर, अब मैं भी आपकी ही तरह शिक्षक बन गया हूँ।'

'ओह ! अच्छा.. 'वाह' यह तो अच्छी बात है। लेकिन मैंने तुम्हारी लाज कब और कैसे बचायी.. वह बात कुछ स्मृति में नहीं आ रही।'

फिर उनको याद दिलाते हुये उसने बताया.. 'सर, जब मैं ग्यारहवीं कक्षा में था तब हमारी कक्षा में चोरी की एक घटना घटी थी.. उसमें आपने मुझे बचाया था।'

'ग्यारहवीं कक्षा...???'

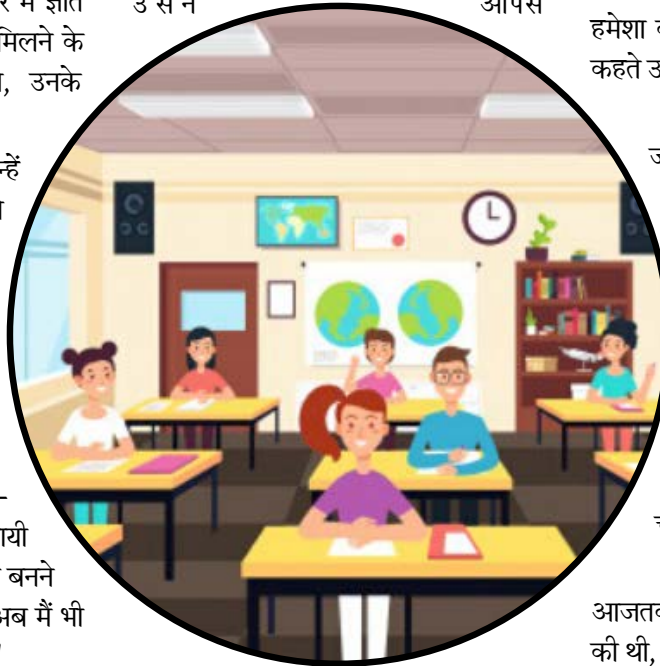
'कौन सी घटना, थोड़ा विस्तार से बताओ, शायद याद आ जाय।'

'ठीक है सर, मैं आपको याद दिलाता हूँ.. ! आपको मैं भी याद आ जाऊँगा।'

'सर, उस समय हमारी कक्षा में एक बहुत अमीर लड़का पढ़ता था.. और उसकी महँगी घड़ी जो वह पहनकर आता था, उस दिन चोरी हो गयी थी ..कुछ याद आया सर?'

'हाँ सर.. उस दिन नाश्ते वाले समय के पहले मैंने देखा वह अपनी घड़ी पेंसिल वाले डिब्बे में रख रहा है तब मैंने मौका देख, वह घड़ी चुरा ली थी।'

उसके बाद जब आप कक्षा लेने आये, तब उ स ने आपसे



चोरी क की शिकायत की। तब आपने कहा था कि 'जिसने भी वह घड़ी चुराई है, उसे वापस कर दे, मैं उसे सजा नहीं दूँगा।' लेकिन डर के मारे, मेरी हिम्मत ही नहीं हुई।

फिर आपने कक्षा का दरवाजा बन्द कर हम सबके साथ-साथ उस छात्र को भी आँखें मूँद कतार बना खड़े होने को कहा और यह भी कहा कि आप सबकी जेबें देखेंगे। 'लेकिन जब तक घड़ी नहीं मिल जाती तब तक कोई भी अपनी आँखें नहीं खोलेगा, वरना उसे स्कूल से निकाल दिया जाएगा।'

हम सब आँखें बन्द कर खड़े हो गए थे।

आप एक-एक कर सबकी जेबें देख रहे थे। जब आप मेरे पास आये, तो मेरे दिल की धड़कन काफी तेज हो गई.. ! लेकिन मेरे जेब में घड़ी मिलने के बाद भी आप कतार में खड़े अन्य सभी की जेबों को भी टटोलते रहे और जब सब की जेबें टटोल लीं.. तब घड़ी उस लड़के को वापस देते हुए बोले थे 'अब कभी ऐसी घड़ी पहनकर स्कूल नहीं आना और जिसने भी यह चोरी की थी, वह दोबारा ऐसा काम कभी न करे'.. इतना कहकर आप फिर हमेशा की तरह पढ़ाने लग गये थे.. ! कहते-कहते उसकी आँखें भर आईं।

उसने भावुक हो रुँधे गले से कृतज्ञता जताते हुवे कहा - 'आपने मुझे सबके सामने शर्मिंदा होने से बचा ही नहीं लिया, बल्कि अन्त तक मेरा चोर होना जाहिर नहीं होने दिया।' आपके इसी कृत्य ने मुझे आप जैसा शिक्षक बनने के लिये प्रेरित किया।

इतना सब सुनने के बाद उस वृद्ध शिक्षक ने कहा - 'हाँ हाँ... मुझे याद आ गया।' उनकी आँखों में चमक आ गयी।

उन्होंने आगे बताया 'बेटा... मैं भी आजतक नहीं जानता था कि वह चोरी किसने की थी, क्योंकि...जब मैं तुम सबकी जेबें देख रहा था, तब मैंने भी अपनी आँखें बंद कर रखी थीं क्योंकि मैं जानना भी नहीं चाहता था कि चोर कौन है !'

यह जानकर वह अचम्भित होकर गुरुजी के चरणों में गिर गया और वन्दना करते हुए कहा -

'गुरुजी आज फिर आपसे जिन्दगी का एक और पाठ सीख कर जा रहा हूँ..'

लौटते समय उसके मन-मस्तिष्क पर सन्त कबीरजी का निम्न दोहा छाया हुआ था -

गुरु पारस को अन्तरो, जानत हैं सब सन्त।
वह लोहा कंचन करे, ये करि लये महन्त॥

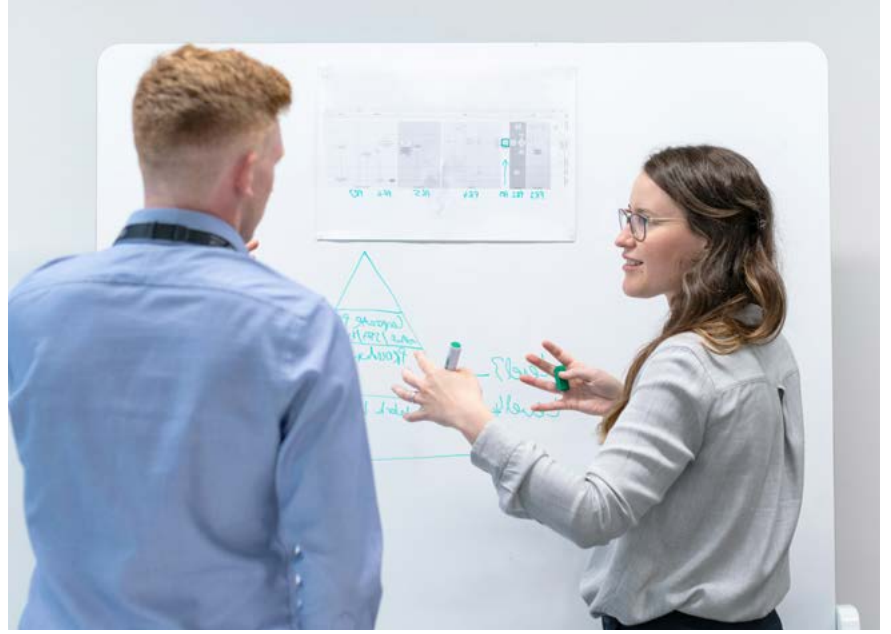
आंकलन से सहजता



उमेश

यूं तो हम सभी बेहतर होने की चाह पर अग्रसर रहना चाहते हैं। कभी-कभी होते भी हैं। संसार में आज आपको बेहतर बनने का प्रवचन देने वाले और सही गलत का पाठ पढ़ाने वाले कई मिल जाएंगे। आज के दौर में इस प्रकार के प्रवचनों का तो बिजनेस सा चल पड़ा है। कितनी आबादी विरोधों और तनाव से ग्रस्त है कि अवसाद का जीवन तो सामान्य सी बात हो गई है। प्रवचन देने वाले भले से अपने पर वह न लागू करें पर इतनी भीड़ है उनकी बातें सुनने वाले बहुत हैं जिससे उनकी जीवन नाव वैभव में गुजर रही है। वही देखे तो पाएंगे कि आज की आबादी में दिखावे, दबाव और शोषण से इतना अधिक बिखराव, बेचैनी और अनिश्चितता है कि कब विस्फोट हो जाए कह नहीं सकते। यह अपने में एक त्रासदी है कि लोग स्वाभाविक जीवन न जी पाने की वजह से एक कठपुतली जैसे जीवन जी रहे। जहां खुशी की तो बात ही नहीं आती। मुस्कुराना भी दूसरों को प्रभावित करने के लिए ही होता है। आज यह पूरी मानव सभ्यता में देखा जा सकता है। हर तरफ हर ओर एक कुंठा, तनाव, नीरसता पसरी है।

सहज सरल होना तो आज असंभव सा, विचित्र सा हो गया है। समाज में शोषण के पैर ऐसे हैं मानो अंगद ने लंका में अपना बल दिखाया हो। हर तरफ, हर कोई दूसरों को अपने अनुसार चलाने का प्रयास कर रहा है।



सभी को उनके अनुसार चलने देने से टकराव नहीं होगा। हर कोई प्रकृति विशेष है। अपने स्वभाव पर चलकर ही वह सहज हो सकेगा। जिससे शोषणरहित आनंद का जीवन जीने का लाभ मिलेगा। हम एक दूसरे के विरोध में नहीं होंगे। देखिए बच्चे मां-बाप को प्यारे होते हैं मां-बाप भी बच्चों को प्यारे होते हैं परंतु एक अवस्था आने के बाद टकराव होने लगता है। यह तब होता है जब हम दूसरों को अपने अनुसार चलाना चाहते हैं।

यही टकराव का कारण है जो दबाव बना रहा और दूसरा उसके अनुसार कार्य कर रहा। अपनी इच्छा त्याग कर एक कुंठित व्यक्ति बन जा रहा है। जो अंदर से एक ज्वालामुखी सा हो जाता है। जब कोई दबाव बनाने वाले की बात नहीं मानता, कोई उसके कहे अनुसार नहीं चल रहा तो शोषण करने वाला कुंठित हो, बल प्रयोग कर हैवान बन अराजकता फैलाता है। इसमें भी दर्द ही है। दोनों नहीं सुखी क्योंकि बल प्रयोग करने वाला अपने अहम को तो पुष्ट कर रहा पर उसकी प्रतिक्रिया जो उसके विचारों में, शारीरिक हरकतों में हो रही वह इतनी उग्र है, नकारात्मक है कि वह उसे आनंद नहीं दे पा रही है। यह स्थिति ताकतवर और कमजोर के

बीच की नहीं है अपितु यह प्रत्येक रिश्ते में है। चाहे जितना लगाव दिखाया जाए पर, ज्यों ही जीव की स्वार्थ सिद्धि का अभाव दिखता है त्यों ही सारा खेल बिगड़ जाता है। घर परिवार, अपने सगे या अन्य किसी का रिश्ता हो सब इसी सत्य पर चल रहा है कि दूसरे के अनुसार चलेंगे तो सब सही रहेगा अन्यथा टकराव होगा। जब जिसके पास बल है, जिसके पाले में पासा है वही शोषण कर अपने को सही बताता रहता है। जांचना हो तो अपने रिश्तों पर विचार करें और देखें कि क्या बिना किसी स्वार्थ के अमुक व्यक्ति आपको प्रिय है। सहज रूप से एक इंसान के रूप में एक निस्वार्थ भाव में आप अमुक के साथ कितने सहज हैं।

हमें यह सोचना चाहिए कि आप अपने में दूसरे से भिन्न हैं। प्रकृति ने ही उसे भिन्न किया है यह प्रकृति की प्रोग्रामिंग है। इसमें सेंध लगाना असंभव है। दूसरों से प्रभावित होने से पहले यह सोचें कि हमारी और उसकी शारीरिक संरचना ही अलग है। इसी प्रकार हमारी वैचारिक स्थिति भिन्न होगी। हमारा दृष्टिकोण, पसंद, चाल सभी कुछ यही हमारी खूबसूरती है। यही प्रकृति की खूबसूरती है। यह भिन्नता है विरोध नहीं। अनेकता में एकता है। यह हम सब का स्वाभाविक आनंद है जिसको हम जान नहीं रहे दूर जा रहे हैं।

सभी को उनके अनुसार चलने देने से टकराव नहीं होगा। हर कोई प्रकृति विशेष है। अपने स्वभाव पर चलकर ही वह सहज हो सकेगा। जिससे शोषणरहित आनंद का जीवन जीने का लाभ मिलेगा। हम एक दूसरे के विरोध में नहीं होंगे। देखिए बच्चे मां-बाप को प्यारे होते हैं मां-बाप भी बच्चों को प्यारे होते हैं परंतु एक अवस्था आने के बाद टकराव होने लगता है। यह तब होता है जब हम दूसरों को अपने अनुसार चलाना चाहते हैं। बच्चों और मां-बाप में टकराव होने लगता है जबकि चाहत यह नहीं थी। सहज रहना कईयो को मुश्किल लग सकता है। सहजता के लिए यह कर सकते हैं कि आप अपने को देखें दूसरे से तुलना ना करें स्वयं को परखें स्वयं में निरत रहे दूसरों में नहीं। आज मनुष्य की जो मनोस्थिति है उसमें सभी स्वयं से इतर बाहर ही देखते रहते हैं। दूसरों का अध्ययन करते हैं। इसमें भी दूसरों की गलतियों से ना सीखते हुए उनकी गलतियों को भी दोहराते हैं। यहां महात्मा बुद्ध का आत्म दीपों भव के दर्शन पर चलते हुए अपने अपने स्वभाव का मनन करें। अपने ही गुण का विस्तार कर बनावटी ना बने। इससे आप धीरे-धीरे अपने को और अपनी जरूरत का आकलन करना सीख जाएंगे। जो आपकी यात्रा को सहजता प्रदान कर देगा। यही सरलता आपको वह सब प्रदान कर देगी जो आपको चाहिए और जो आपका हक है। हम एक उदाहरण से इसको सरल करके समझ सकते हैं। आप अपनी जरूरत का



आकलन करके यह देख सकते हैं कि आप अपनी जरूरत को एक झोला में भरकर ले जा सकते हैं। एक हाथ में झोला लेकर आप आसानी से चल सकते हैं। किसी से मिलने पर आप उससे दुआ सलाम दूसरे हाथ से कर सकते हैं। आनंद की स्थिति में रहकर बिना शरीर पर दबाव पड़े। अब इसके बाद जरूरत से अधिक यदि आप इच्छा करते हैं तो एक हल्के दबाव की स्थिति बन पड़ेगी। अब आप और इच्छा के चलते दूसरे हाथ में भी झोला लेकर चल सकते हैं। अब भी आप चल सकते हैं पर थोड़ा दबाव में। किसी प्रियजन के मिलने पर आप हल्की मुस्कान के साथ नमस्कार करते हैं दोनों हाथों में जरूरतें हैं तो अब आप प्रियजन से अधिक देर तक बात नहीं कर सकेंगे। आगे बढ़ना आपको और उसको दोनों को ही उचित मालूम पड़ेगा। सही आकलन ना हो पाने की स्थिति में आप और जरूरत को अपने साथ लादेंगे परंतु इस बार दोनों हाथों में पहले से जरूरत होने के कारण अब आपको अधिक इच्छा को किसी के सहारे के साथ अपने सर या कंधे पर रखवाना पड़ेगा। इस स्थिति में आप पहले से अलग और ज्यादा दबाव के साथ चल रहे होंगे। अपनी जरूरत का भार या झोला गिर ना जाए इसलिए आप संभाल कर चलेंगे। चाल भी तेज हो सकती है ताकि भार जल्द से जल्द घर पहुंचाया जा सके। आप सहजता से अलग होंगे। देखिए दबाव आपको परेशान करने लगा।

आप किसी प्रियजन के मिलने पर आप ना हाथ ना सिर किसी प्रकार से अभिवादन करने में सक्षम नहीं। फिर बोलकर जब आप दुआ सलाम करेंगे तो वह जल्दबाजी की और यूं ही टालने वाली लगेगी। आप तो असहज है ही। यह बताव आपके प्रिय जन को भी सहज नहीं रहने देगा। वह आपको अहंकारी समझ सकता है जबकि आप तो मात्र अपनी जरूरत का सही आकलन ना कर पाने के कारण सरल नहीं रह गए। इसी प्रकार और इच्छाएं आप पर बोझ बढ़ाती रहेगी। आपको दौड़ाती रहेगी। आपको आपसे ही दूर करती रहेगी आपको सहज रहने नहीं देंगी। यदि दौड़ना ही सहज होता तो प्रकृति ने हमें ऐसा बनाया होता कि हम दौड़ ही रहे होते। हम जितना बोझ अपने पर लादते जाएंगे उतना ही हम सहज ना रह पाएंगे। हम दूसरों को समझ नहीं पाएंगे समय नहीं दे पाएंगे। हम दबाव में रहेंगे हम पर अहंकार आएगा। सबसे बड़ी चीज कि सही आकलन पर अपनी जरूरत भर का हम एक झोले में लेकर चल सकते थे सहज रहते हुए। हमें सहारे की भी जरूरत नहीं थी ज्यों ज्यों हम इच्छाएं बढ़ाते गए हमें सहारा लेना पड़ा। अब इस सहारे को प्रभाव से बल से यानी शोषण से हमने जीता। एक दूसरे की सरलता को स्वतंत्रता को छीना। सहजता ही स्वतंत्रता है। विचार करिएगा।

सैटेलाइट संचार: तकनीकी विकास और मानव जीवन पर प्रभाव



मानवेन्द्र त्रिपाठी

लखनऊ

सैटेलाइट संचार, या उपग्रह संचार, आधुनिक युग की एक महत्वपूर्ण तकनीकी उपलब्धि है जिसने वैश्विक संचार में क्रांति ला दी है। इस तकनीक का विकास 20वीं सदी में हुआ और आज यह संचार, प्रसारण, नेविगेशन और वैज्ञानिक अनुसंधान जैसे कई क्षेत्रों में अपरिहार्य हो गया है। इस लेख में, हम सैटेलाइट संचार के मूल सिद्धांतों, इसके विकास, विभिन्न प्रकारों, और इसके मानव जीवन पर प्रभावों का विस्तृत विश्लेषण करेंगे।

सैटेलाइट संचार का इतिहास

सैटेलाइट संचार का विचार सबसे पहले 1945 में आर्थर सी. क्लार्क द्वारा प्रस्तुत किया गया था। उन्होंने संचार उपग्रहों का उपयोग करके वैश्विक संचार नेटवर्क स्थापित करने का प्रस्ताव दिया। उनका विचार था कि अगर उपग्रहों को भू-स्थिर कक्षा में रखा जाए, तो वे पृथ्वी के एक निश्चित हिस्से पर स्थायी रूप से दृष्टि में रह सकते हैं, जिससे सतत संचार संभव हो सकेगा। इस विचार ने सैटेलाइट संचार की नींव रखी।

पहला संचार उपग्रह, स्पुतनिक-1, 1957 में सोवियत संघ द्वारा लॉन्च किया गया था। इसके बाद, 1960 में, अमेरिका ने अपना पहला संचार उपग्रह, 'इको 1', लॉन्च किया। ये उपग्रह संचार की प्रारंभिक चरण में थे और सीमित क्षमताओं के साथ संचालित होते थे। हालांकि, 1962 में लॉन्च किया गया 'टेलस्टार 1' पहला उपग्रह था जिसने वास्तविक समय



में टेलीविजन सिग्नल प्रसारित किया, जिससे सैटेलाइट संचार का महत्व और बढ़ गया।

सैटेलाइट संचार की कार्यप्रणाली

सैटेलाइट संचार का मुख्य सिद्धांत यह है कि एक उपग्रह पृथ्वी की सतह से रेडियो सिग्नल प्राप्त करता है और फिर इसे पुनः प्रसारित करता है ताकि सिग्नल को व्यापक दूरी पर भेजा जा सके। यह संचार प्रणाली तीन प्रमुख घटकों पर आधारित होती है:

1. उपग्रह (Satellite): यह संचार प्रणाली का प्रमुख घटक है, जिसे पृथ्वी की कक्षा में स्थापित किया जाता है। उपग्रह के अंदर एक ट्रांसपोंडर होता है, जो सिग्नल को प्राप्त करने, प्रवर्धन करने और पुनः प्रसारित करने का काम करता है।

2. ग्राउंडस्टेशन (Ground Station): ये स्टेशन पृथ्वी पर स्थित होते हैं और उपग्रह के साथ संचार स्थापित करते हैं। ग्राउंड स्टेशन सिग्नल को उपग्रह तक भेजते हैं और उपग्रह से

प्राप्त सिग्नल को ग्रहण करते हैं।

3. संचार लिंक (Communication Link): यह वह माध्यम है जिसके द्वारा सिग्नल को ग्राउंड स्टेशन और उपग्रह के बीच भेजा जाता है। इस लिंक को दो हिस्सों में विभाजित किया जा सकता है: अपलिंक (Uplink) और डाउनलिंक (Downlink)। अपलिंक के माध्यम से सिग्नल को ग्राउंड स्टेशन से उपग्रह तक भेजा जाता है, जबकि डाउनलिंक के माध्यम से सिग्नल को उपग्रह से ग्राउंड स्टेशन तक भेजा जाता है।

सैटेलाइट की प्रकार

सैटेलाइट संचार के लिए विभिन्न प्रकार के उपग्रहों का उपयोग किया जाता है, जो उनके कार्य और कक्षा के आधार पर विभाजित होते हैं।

1. भू-स्थिर उपग्रह (Geostationary Satellites): ये

उपग्रह पृथ्वी की भूमध्य रेखा के ऊपर लगभग 35,786 किलोमीटर की ऊंचाई पर स्थित होते हैं। ये उपग्रह पृथ्वी के घूर्णन के साथ ही चलते हैं, जिससे वे पृथ्वी के एक निश्चित हिस्से पर स्थिर रहते हैं। ये संचार, मौसम विज्ञान, और टेलीविजन प्रसारण के लिए सबसे उपयुक्त होते हैं।

2. निम्न पृथ्वी कक्षा उपग्रह (Low Earth Orbit Satellites - LEO): ये उपग्रह पृथ्वी की सतह से 160 से 2,000 किलोमीटर की ऊंचाई पर स्थित होते हैं। इनका उपयोग ज्यादातर उपग्रह फोन, नेविगेशन, और पृथ्वी अवलोकन के लिए किया जाता है। इनकी कक्षा कम होती है, इसलिए ये पृथ्वी के चारों ओर तेज़ी से चक्कर लगाते हैं।

3. मध्यम पृथ्वी कक्षा उपग्रह (Medium Earth Orbit Satellites - MEO): ये उपग्रह पृथ्वी की सतह से 2,000 से 35,786 किलोमीटर की ऊंचाई पर स्थित होते हैं। इनका उपयोग ज्यादातर नेविगेशन और वैश्विक पोजीशनिंग सिस्टम (GPS) के लिए किया जाता है।

सैटेलाइट संचार के अनुप्रयोग

सैटेलाइट संचार का उपयोग आज विभिन्न क्षेत्रों में किया जाता है, जिनमें से कुछ प्रमुख निम्नलिखित हैं:

1. टेलीविजन प्रसारण: सैटेलाइट संचार का सबसे आम और व्यापक उपयोग टेलीविजन प्रसारण के लिए होता है। यह दुनिया भर में सीधा प्रसारण (Direct-to-Home, DTH) सेवाओं का आधार है। सैटेलाइट संचार के माध्यम से दूरदराज के क्षेत्रों में भी टेलीविजन सिग्नल पहुंचाए जा सकते हैं।

2. इंटरनेट सेवाएँ: दूरसंचार के अलावा, सैटेलाइट संचार का उपयोग इंटरनेट सेवाओं के लिए भी किया जाता है। विशेष रूप से उन क्षेत्रों में जहाँ पारंपरिक तारों वाली इंटरनेट सेवा उपलब्ध नहीं होती, वहाँ सैटेलाइट इंटरनेट एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

3. नेविगेशन और GPS: सैटेलाइट संचार ने नेविगेशन सेवाओं में क्रांति ला दी है।

GPS (Global Positioning System) के माध्यम से, सैटेलाइट संचार का उपयोग दुनिया भर में किसी भी स्थान की सटीक जानकारी प्राप्त करने के लिए किया जा सकता है।

4. दूरसंचार: सैटेलाइट संचार का उपयोग दूरसंचार सेवाओं में भी होता है। अंतर्राष्ट्रीय कॉल, मोबाइल संचार और इंटरनेट सेवाओं के लिए उपग्रहों का व्यापक उपयोग किया जाता है।

5. विज्ञान और अनुसंधान: सैटेलाइट संचार का उपयोग विज्ञान और अनुसंधान के क्षेत्र में भी होता है। मौसम विज्ञान, अंतरिक्ष अनुसंधान, और भूगर्भीय अध्ययन के लिए उपग्रहों का उपयोग किया जाता है।

सैटेलाइट संचार के लाभ

सैटेलाइट संचार के कई लाभ हैं, जो इसे अन्य संचार माध्यमों से श्रेष्ठ बनाते हैं:

1. वैश्विक कवरेज: सैटेलाइट संचार के माध्यम से पृथ्वी के किसी भी हिस्से में संचार स्थापित किया जा सकता है। यह उन क्षेत्रों में भी काम करता है जहाँ पारंपरिक संचार नेटवर्क नहीं पहुंच पाते।

2. विश्वसनीयता: सैटेलाइट संचार प्रणाली अत्यधिक विश्वसनीय होती है, क्योंकि यह प्राकृतिक आपदाओं और अन्य बाहरी प्रभावों से कम प्रभावित होती है।

3. तेज़ डेटा प्रसारण: सैटेलाइट संचार के माध्यम से उच्च गति डेटा प्रसारित किया जा सकता है, जिससे इसे इंटरनेट, टेलीविजन और अन्य संचार सेवाओं के लिए उपयुक्त बनाता है।

सैटेलाइट संचार के चुनौतियाँ

हालांकि सैटेलाइट संचार के कई फायदे हैं, लेकिन इसके साथ कुछ चुनौतियाँ भी जुड़ी हुई हैं:

1. उच्च लागत: सैटेलाइट संचार प्रणाली की स्थापना और संचालन में उच्च लागत आती है। उपग्रह लॉन्च करना और उसे कक्षा में बनाए रखना एक महंगा कार्य है।

2. विलंबता (Latency): सैटेलाइट संचार में विलंबता एक महत्वपूर्ण मुद्दा है, खासकर जब भू-स्थिर उपग्रहों का उपयोग किया जाता है। यह विलंबता संचार की गुणवत्ता को प्रभावित कर सकती है।

3. प्राकृतिक और मानव निर्मित व्यवधान: सैटेलाइट संचार प्रणाली प्राकृतिक आपदाओं, अंतरिक्ष मलबे, और सौर विकिरण जैसी चीजों से प्रभावित हो सकती है। इसके अलावा, साइबर हमलों का खतरा भी बना रहता है।

सैटेलाइट संचार का भविष्य

सैटेलाइट संचार तकनीक का भविष्य अत्यधिक संभावनाओं से भरा है। नवीनतम तकनीकी विकास, जैसे कि छोटे उपग्रह (नैनोसैटेलाइट्स) और मेगाकॉन्स्टेलेशन्स (जैसे स्पेसएक्स का स्टारलिनक), सैटेलाइट संचार को और भी सुलभ और प्रभावी बना रहे हैं। 5G और इंटरनेट ऑफ थिंग्स (IoT) के विकास के साथ, सैटेलाइट संचार का उपयोग और बढ़ने की संभावना है।

इसके अलावा, भविष्य में सैटेलाइट संचार का उपयोग अंतरिक्ष में मानव अस्तित्व के लिए भी किया जा सकता है, जैसे कि मंगल ग्रह पर कॉलोनी बसाने के लिए। सैटेलाइट संचार के माध्यम से अंतरिक्ष और पृथ्वी के बीच संचार स्थापित करना संभव होगा, जिससे अंतरिक्ष अनुसंधान और अंतरिक्ष पर्यटन को बढ़ावा मिलेगा।

सैटेलाइट संचार एक महत्वपूर्ण तकनीकी विकास है जिसने वैश्विक संचार में क्रांति ला दी है। इसके माध्यम से हम दुनिया के किसी भी कोने में संचार स्थापित कर सकते हैं। हालांकि इसके साथ कुछ चुनौतियाँ भी हैं, लेकिन तकनीकी विकास के साथ ये चुनौतियाँ भी दूर की जा सकती हैं। सैटेलाइट संचार का भविष्य उज्ज्वल है और यह आने वाले वर्षों में मानव जीवन के कई क्षेत्रों में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा।

समय की धारा में बहते हुए



प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी

लेखक आकाशवाणी से सेवानिवृत्त अधिकारी हैं।



गीतकार इंदीवर ने फिल्म 'में चुप रहूँगी' के अपने एक लोकप्रिय गीत में लिखा है - 'सबके रहते लगता है जैसे कोई नहीं है मेरा, सूरज को छूने निकला था आया हाथ अंधेरा । जाने कहाँ ले चली है मुझको समय की धारा, रास्ता ही रास्ता है आगे न मंजिल है न किनारा । ' मैंने अपनी उम्र के लगभग हर मोड़ पर अपने जीवन को ऐसी ही समय की धारा में बहते हुए पाया है । मानो जिंदगी 'आटो मोड़' पर बही चली जा रही हो ।

वर्ष 2005 में पत्नी के साथ मैं 27 मई को पुणे के लिए निकला । वहाँ मेरे दूसरे पुत्र (पुकार नाम प्रतुल) यश आदित्य एन. डी. ए. में चयनित होकर खड़गवासला में ट्रेनिंग ले रहे थे । पुणे शहर से लगभग 16 किलोमीटर दूर यह राष्ट्रीय संस्थान अपनी कठिन ट्रेनिंग के लिए विश्व प्रसिद्ध है । हमें गर्व हो रहा था कि हमारा दूसरा बेटा भी देश की रक्षा के लिए तैयार हो रहा है । बेटे से मिल कर पहली जून 2005 को हमलोग वापस लखनऊ आ गए ।

इधर उस दौरान हम गोरखपुर वाले लखनऊ शहर और लखनऊ शहर वाले हमको समझ रहे थे । ढेर सारी खूबियाँ जो अपने गोरखपुर में थीं वे लखनऊ में नहीं

थीं लेकिन पुरातात्विक, सामाजिक आचार-विचार, संस्कृतियों और ऐतिहासिक दृष्टि से लखनऊ सुसम्पन्न था । इस संदर्भ में नजीरन लखनवी का यह शेर याद आता है- 'क्या कहें तुमसे हम कि क्या हैं हम, पाक दामन हैं पारसा हैं हम !' सच तो यही है

कि एक सौ चौतीस वर्ष के अवध के शासकों ने देश को अति मूल्यवान उपहार दिए हैं उन सबमें सबसे अधिक मूल्यवान अवध की वह संस्कृति है जिसे गंगा जमुनी तहजीब कहते हैं। इसीलिए डा. राही मासूम राजा ठीक ही फरमाते हैं -

'सियाह रात भी आए तो सुबहे गुलशन है, तिलस्में शामे अवध का चिराग रौशन है ।'

रंगीनियों से भरी इन खूबसूरत शाम का दीदार करना हो तो हजरतगंज में पहुँच जाएँ ! बावजूद इन सभी लुभावने आकर्षण के मुझे लखनऊ रास नहीं आ रहा था । मैंने

विज्ञानपुरी कालोनी महानगर में जो नया मकान बनवाया था उसके लिए कुछ नजदीकी लोगों और बैंक का कर्ज मुझे उतारना था । इसलिए उस दौर में बावजूद इसके कि मेरी पत्नी भी सरकारी सेवा (केन्द्रीय विद्यालय) में थीं मुझे आर्थिक दबाव में रहना पड़ रहा था । लखनऊ के कल्याणपुर मुहल्ले के पुराने मकान के लिए कोई ठीक ठाक किराया देने वाला किरायेदार नहीं मिल रहा था इसलिए आमदनी का वह स्रोत भी बंद था । बहरहाल मैं अपने खाली समय में अपनी फ़ाइलों को, अपनी डायरियों को और पुराने पत्रों को पढ़ता, उनसे बातें करता और लिखता रहा ।

अरे, यह क्या? इतने ढेर सारे पत्र.. .. मुझे पढ़ो, मुझे पढ़ो का मानो गुहार लगा रहे हों ! और यह टेढ़ी मेढ़ी लिखावट वाली चिट्ठी किसकी है? ओह, ये मेरे बड़े पुत्र की राइटिंग में गोरखपुर से लिखा गया पत्र है जिसमें

वे लिखते हैं-' प्रिय डैडी,नमस्ते ।कैसे हैं, सब ठीक ठाक है या नहीं? मेरे सभी exam अच्छे गए हैं सिर्फ maths बचा है । मम्मी मेरा जूता खरीदी हैं ।प्र तुल के बर्थडे पर आप अनुपस्थित थे इसलिए मैं थोड़ा गुस्से में हूँ।.. आपका पुत्र रूपल।'

सचमुच,यह तो आप भी मानेंगे कि जबसे लैपटाप और मोबाइल युग आया है हम सभी के जीवन से पत्र लेखन, पत्र मनन और पत्र वाचन की विधा धीरे धीरे विदा हो रही है। अपने सेवाकाल से वर्ष 2013 में रिटायरमेंट के बाद फुर्सत के क्षणों में मैंने पाया है कि ढेर सारे पत्रों का खजाना मेरे पास जमा पड़ा है।पत्र जिसमें प्यार है, गुस्सा है, संस्मरण हैं, रिश्तों की मिठास या कड़वाहटें भी समाहित हैं। प्रसिद्ध कवि हरिवंशराय बच्चन, भूदान प्रणेता विनोबा भावे, पं० विद्यानिवास मिश्र, साकेतानन्द, जस्टिस एच० सी० पी० त्रिपाठी, के० पी० सक्सेना, विवेकी राय आदि के लिखे पत्र और हां हिन्दी फिल्मों के हास्य कलाकार महमूद का वह अजूबा पत्र भीजिसमें उन्होंने हस्ताक्षर की जगह अपने अंगूठे का निशान लगाकर पत्र रवाना कर दिया था और यह संदेश भी दिया था कि वे सिर्फ सिनेमा के पर्दे पर ही नहीं सामान्य जीवन में भी हास्य बिखेर कर आपके चेहरे पर मुस्कान ला सकते हैं। ढेर सारे लोगों के फाइलों में लगे ये ढेर सारे पत्र मेरे एकांतिक क्षणों में अब भी मुझसे बातें करते रहते हैं। इन्हीं में हैं कुछ परिवारीजनों के भी पत्र,खासतौर से मेरे पिताजी के पत्र जो उनके न रहने पर आज भी मेरे सम्बल बने हुए हैं।

आधुनिक दौर में भले ही पत्र लिखना पढ़ना कम हो चला है या यूं भी कह सकते हैं कि पत्र लेखन विधा के अस्तित्व पर ही संकट आ चुका हो किन्तु अभी कुछेक वर्ष पूर्व पत्र लिखना पढ़ना और उसके अनुसार अपनी भावाभिव्यक्ति करना और आगे की योजनाएं बनाना प्रचलन में रहा है।फिल्मों में इन्हीं चिट्ठियों को लेकर अनेक गीत लिखे



गए हैं।याद कीजिए 'तीसरी कसम' का वह दार्शनिक 'गीत-चिट्ठिया हो तो हर कोई बांचे, भाग न बांचे कोय.'।आदि।

मैंने भी पत्र लेखन और वाचन के शौक में भरपूर दुबकियां लगाई हैं।रिश्तों की मिठास या उनकी कड़वाहट उनमें महसूस की हैं और कभी कभी मुश्किल समय में उन्हीं पत्रों से मुझे सम्बल भी मिलता रहा है।आदरणीय आचार्य प्रतापादित्य,जो मेरे पिता और आचार्य भी थे, ने पत्रों को संवाद और अभिव्यक्ति का शक्तिशाली माध्यम माना था और उनसे जुड़े तमाम लोगों ने भी ऐसा अनुभव किया है कि उन सबके कठिन दिनों में ये पत्र उनके सम्बल बने हैं।मेरे सामने उनके पत्रों का जखीरा पड़ा उनके हृदय की विशालता और औदार्य का सप्रमाण किस्सा बयान कर रहा है।बहुजन हिताय के लिए उन्हें साझा करना प्रासंगिक समझ रहा हूँ।

बीसवीं सदी के एक आध्यात्मिक संगठन 'आनन्द मार्ग'के प्रवर्तक आनन्दमूर्ति जी ने कहा था- 'मेरी जीवनी तो बहुत थोड़े शब्दों में लिखी जा सकती है - I came, I loved,I

punished, I got my work done and gone. ' उनका आना, काम करना और चले जाना सम्बन्धित था उन अनेक बिन्दुओं से जिनकी समष्टि वे थे। उसी प्रकार उनसे जुड़े अनेकानेक आचार्य, अवधूत, सन्यासी गण,साधक और साधिकाएं उन्हीं तारक ब्रह्म की समष्टि की विभिन्न भूमिकाओं में इस पंचभौतिक शरीर में अपनी भूमिका निभा रहे हैं।उनकी लीलाओं के हम सभी पात्र थे,हैं और रहेंगे। एकाधिक सम्बोधनों में आनन्दमूर्ति जी ने मेरे पिता,मेरे आचार्य को Naughty Boy कहकर पुकारा था।जिस प्रकार अपने सरयूपारीण ब्राह्मण परिवार की कुल परम्पराओं को एक क्षण में छोड़कर मेरे पिताजी ने आनन्द मार्ग के क्रांतिकारी मार्ग का चयन किया था,उससे गुरु जी से उनका प्रिय बनना स्वाभाविक ही था।मेरे पिता, मेरे आचार्य का बहुआयामी व्यक्तित्व था,इसे उन्हें जानने वाला हर व्यक्ति मानता है।

शेष अगले अंक में

नृत्य में निहित है समग्र उपचार व रूपांतरण के तत्त्व



सीताराम गुप्ता

पीतमपुरा, (दिल्ली)

नृत्य की प्राचीनता और उसकी सामाजिक-सांस्कृतिक भूमिका को समझने के लिए हमें इतिहास के पन्नों में झाँकना होगा। नृत्य मानव सभ्यता के उद्भव से ही हमारी संस्कृति का अभिन्न हिस्सा रहा है। चाहे वह आदिम समाज में प्राकृतिक शक्तियों की पूजा का हिस्सा हो या फिर धार्मिक अनुष्ठानों का एक माध्यम, नृत्य ने हमेशा से मानव समुदायों को एकजुट किया है। नृत्य के माध्यम से न केवल व्यक्ति अपने भावों को व्यक्त करता है, बल्कि समाज में सामूहिकता और एकता की भावना भी पैदा होती है। नृत्य की इस विशेषता ने इसे सामाजिक और धार्मिक आयोजनों में महत्वपूर्ण स्थान दिलाया है।

शारीरिक स्वास्थ्य के संदर्भ में, नृत्य को एक पूर्ण व्यायाम के रूप में देखा जा सकता है। यह शारीरिक तंत्रिका तंत्र को सक्रिय करता है और शरीर के प्रत्येक अंग को गतिशील बनाए रखता है। नियमित नृत्य के अभ्यास से हृदय और फेफड़ों की कार्यक्षमता में सुधार होता है। नृत्य में अंग संचालन, मांसपेशियों की ताकत और सहनशक्ति को बढ़ाता है, जिससे हड्डियों की मजबूती और जोड़ों की लचीलापन बनी रहती है। यह हृदय और श्वसन प्रणाली को मजबूती प्रदान



करता है, जिससे हृदय रोग, उच्च रक्तचाप, और श्वसन समस्याओं का खतरा कम होता है।

नृत्य का मानसिक स्वास्थ्य पर भी गहरा प्रभाव पड़ता है। मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों के अनुसार, नृत्य में शामिल होने से तनाव, चिंता और अवसाद जैसी मानसिक समस्याओं में कमी आती है। जब व्यक्ति नृत्य करता है, तो मस्तिष्क से एंडोर्फिन नामक रसायन का स्राव होता है, जो खुशी और आनंद की भावना उत्पन्न करता है। इस तरह, नृत्य न केवल मानसिक तनाव को कम करता है, बल्कि व्यक्ति के आत्मविश्वास को भी बढ़ाता है। यह आत्म-अभिव्यक्ति का एक सशक्त माध्यम है, जो व्यक्ति को आत्मसम्मान और आत्मज्ञान की भावना से भर देता है।

नृत्य के अभ्यास में अनुशासन और नियमितता की आवश्यकता होती है, जो व्यक्ति के जीवन में एक सकारात्मक

परिवर्तन ला सकता है। नृत्य की विभिन्न शैलियों, जैसे कि भरतनाट्यम, कथक, कुचिपुड़ी, ओडिसी, और अन्य शास्त्रीय नृत्यों में न केवल शारीरिक, बल्कि मानसिक अनुशासन भी आवश्यक होता है। इन नृत्यों में प्रत्येक मुद्रा और चाल के पीछे एक गहरा अर्थ होता है, जिसे समझने और उसे सही तरीके से प्रदर्शित करने के लिए गहन एकाग्रता और अभ्यास की आवश्यकता होती है। इस प्रकार, नृत्य व्यक्ति के मानसिक अनुशासन और ध्यान की क्षमता को भी बढ़ाता है।

नृत्य का एक और महत्वपूर्ण पहलू यह है कि यह व्यक्ति को सांस्कृतिक धरोहर से जोड़ता है। प्रत्येक नृत्य शैली अपने आप में एक सांस्कृतिक परंपरा का प्रतिनिधित्व करती है। जैसे, भरतनाट्यम तमिलनाडु की सांस्कृतिक धरोहर का प्रतीक है, जबकि कथक उत्तर भारत की नृत्य शैली है। इन

नृत्यों के माध्यम से व्यक्ति न केवल अपने सांस्कृतिक मूल्यों को समझता है, बल्कि उन्हें आगे की पीढ़ियों तक पहुंचाने का माध्यम भी बनता है। इस प्रकार, नृत्य व्यक्ति को अपनी सांस्कृतिक पहचान से जोड़ने का एक सशक्त माध्यम है।

नृत्य का एक अन्य पहलू यह है कि यह व्यक्ति को सामाजिक और भावनात्मक रूप से समृद्ध करता है। जब व्यक्ति नृत्य में शामिल होता है, तो वह अपनी भावनाओं को स्वतंत्रता से व्यक्त कर सकता है। यह उसे आत्म-अभिव्यक्ति की आज़ादी देता है और उसके भीतर दबी हुई भावनाओं को बाहर लाने का मौका प्रदान करता है। यह भावनात्मक संतुलन के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है, क्योंकि जब व्यक्ति अपनी भावनाओं को स्वतंत्र रूप से व्यक्त करता है, तो वह भावनात्मक रूप से संतुलित और मजबूत महसूस करता है।

इसके अतिरिक्त, नृत्य के माध्यम से व्यक्ति का सामाजिक संबंध भी मजबूत होता है। जब व्यक्ति सामूहिक नृत्यों में भाग लेता है, तो वह अन्य लोगों के साथ तालमेल और सामंजस्य बनाना सीखता है। यह सामाजिकता के विकास में मदद करता है और व्यक्ति को समाज का एक सक्रिय और महत्वपूर्ण सदस्य बनाता है। सामूहिक नृत्यों के माध्यम से व्यक्ति में सामाजिक एकता और भाईचारे की भावना भी विकसित होती है।

नृत्य के द्वारा मोटापे से मुक्ति की संभावना के बारे में बात करें तो, आज की आधुनिक जीवनशैली में जहाँ शारीरिक गतिविधियों की कमी और अस्वास्थ्यकर खानपान के कारण मोटापा एक गंभीर समस्या बनता जा रहा है, नृत्य एक प्रभावी उपाय हो सकता है। नृत्य एक ऐसा व्यायाम है जो न केवल शरीर की अतिरिक्त चर्बी को कम करता है, बल्कि शरीर को सुडौल और लचीला बनाता है। नियमित नृत्य के अभ्यास से व्यक्ति का शरीर सुडौल और आकर्षक बनता है, जिससे उसका आत्मविश्वास भी बढ़ता है।



शारीरिक स्वास्थ्य के अलावा नृत्य का महत्व आध्यात्मिक और मानसिक विकास में भी है। विभिन्न नृत्य शैलियाँ व्यक्ति को ध्यान, धारणा, और योग के अन्य अंगों का अभ्यास करने का अवसर प्रदान करती हैं। उदाहरण के लिए, भरतनाट्यम और कथक जैसे शास्त्रीय नृत्यों में व्यक्ति का ध्यान और एकाग्रता केंद्रित होता है, जिससे उसकी मानसिक क्षमता और विचारशीलता में वृद्धि होती है। इसके अलावा, नृत्य के दौरान संगीत और ताल का तालमेल व्यक्ति को एक विशेष प्रकार की मानसिक स्थिति में पहुंचा देता है, जहाँ वह अपने भीतर की शांति और संतुलन को महसूस कर सकता है।

नृत्य का एक और महत्वपूर्ण पहलू इसका शिक्षण और प्रशिक्षण है। नृत्य सिखाने की प्रक्रिया में एक शिक्षक और शिष्य के बीच एक गहरा संबंध विकसित होता है। यह संबंध न केवल शारीरिक और तकनीकी शिक्षा तक सीमित रहता है, बल्कि मानसिक और भावनात्मक विकास में भी योगदान करता है। नृत्य शिक्षक अपने शिष्य को न केवल नृत्य की तकनीक सिखाता है, बल्कि उसे जीवन के विभिन्न पहलुओं के बारे में भी जागरूक करता है।

नृत्य के माध्यम से व्यक्ति में आत्म-अनुशासन, धैर्य, और आत्म-समर्पण की भावना विकसित होती है। एक अच्छे नर्तक के लिए यह आवश्यक है कि वह अपने कला के प्रति पूरी तरह से समर्पित हो और अपने

हर कदम और हर भाव में पूर्णता लाने के लिए निरंतर अभ्यास करे। इस प्रक्रिया में वह न केवल एक बेहतर नर्तक बनता है, बल्कि एक बेहतर इंसान भी बनता है।

अंततः, नृत्य एक सार्वभौमिक भाषा है, जो सभी भौगोलिक सीमाओं, भाषाओं, और सांस्कृतिक भिन्नताओं को पार कर जाती है। यह व्यक्ति के भीतर छिपी हुई भावनाओं, विचारों, और कल्पनाओं को व्यक्त करने का माध्यम है। नृत्य में एक अद्भुत शक्ति होती है, जो व्यक्ति को उसके अस्तित्व के गहरे आयामों से जोड़ती है। यह व्यक्ति को उसकी आत्मा की गहराइयों तक पहुंचाता है, जहाँ वह अपने सच्चे स्वरूप को पहचान सकता है।

नृत्य का महत्व केवल व्यक्तिगत विकास तक सीमित नहीं है, बल्कि यह सामुदायिक और वैश्विक स्तर पर भी महत्वपूर्ण है। विभिन्न देशों और संस्कृतियों के बीच नृत्य एक सेतु का काम करता है, जो उन्हें एक-दूसरे के करीब लाता है। यह एक ऐसा माध्यम है, जो हमें हमारी सांस्कृतिक विविधता का सम्मान करना सिखाता है और हमें एक वैश्विक नागरिक के रूप में विकसित होने में मदद करता है।

समग्र रूप से देखा जाए तो, नृत्य एक ऐसी कला है, जो जीवन के प्रत्येक पहलू को छूती है। यह शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक, और आध्यात्मिक विकास का एक साधन है। नृत्य न केवल हमें स्वस्थ और सक्रिय रखता है, बल्कि हमें हमारे जीवन के उद्देश्य और हमारे अस्तित्व के अर्थ की खोज में भी मदद करता है। इसलिए, यह कहा जा सकता है कि नृत्य को अपनी जीवन शैली का अनिवार्य अंग बना लेना हर प्रकार से लाभप्रद है। नृत्य के माध्यम से हम न केवल अपने जीवन को समृद्ध बना सकते हैं, बल्कि समाज और दुनिया को भी एक बेहतर स्थान बना सकते हैं।

संकट की घड़ी



टीकेश्वर सिन्हा "गब्दीवाला"

घोटिया-बालोद (छत्तीसगढ़)



इस बार सावन महीने में खूब बारिश हुई। लगातार तेरह दिनों तक सूरज के दर्शन नसीब नहीं हुए। अत्यधिक बारिश कहीं-कहीं फायदेमंद रहा, तो कहीं-कहीं नुकसानदेह। गाँव व शहर दोनों अतिवृष्टि से प्रभावित रहे। शहरों की निचली बस्तियों की स्थिति बहुत खराब हो गयी। गाँव के कई कच्चे घर धराशायी हो गये। पक्के मकान की हालत भी उतनी अच्छी नहीं थी। कुआँ, पोखर, ताल-तलैया सब लबालब। खेत-खार पानी ही पानी। नदियाँ तो नवयवना हो गयीं। जिधर नजरें जाती उधर ही अपार जलराशि नजर आती। अक्सर गाँवों में किसी को आनंद आये या न आये, पर बच्चे बारिश का खूब लुत्फ उठाते हैं। कोई पानी में छप-छप करता है, तो कोई नाव चलाता है, कोई हाथों में कीचड़ लेकर एक-दूसरे पर फेंकते हैं। किसी को रेत या मिट्टी के घरौंद बनाना अच्छा लगता है, तो किसी को खेती-बाड़ी का खेल खेलना। बस जैसे भी हो उन्हें मजा आना चाहिए, फिर क्या पूछे? ऐसे ही आज सिंगनवाही गाँव के बच्चे बड़े आनंदित नजर आ रहे थे। वे गाँव से होकर बहने वाली पानी की नाली में कुछ मिट्टी डाल रहे थे। जिससे पानी दो धाराओं में बट गया। दो छोटी-छोटी नालियाँ बन गयीं। एक नाली में सभी बच्चे खेल रहे थे, और दूसरी ऐसे ही एक तरफ बह रही थी।

दूसरी नाली की धारा पतली थी। बहाव सामान्य था। इसी नाली के पास एक केंचुआ आया। नाली को पार करके दूसरे किनारे जाना चाहता था। देखा, धारा उसके लिए बहुत तीव्र

है। उसे पार करना बहुत जरूरी था, क्योंकि उसके सभी मित्र दूसरे किनारे पहुँच चुके थे। स्वयं अकेला रह गया था। उसे अपने सगे संबंधियों से मिलने की चिंता सताये जा रही थी। सोचने लगा कि पानी में वह डूब तो जाएगा, पर इससे उसे कोई फर्क नहीं पड़ेगा, क्योंकि वह स्वयं एक उभयचर प्राणी है। जल में भी जीवित रह सकता है और जमीन से चिपक कर धीरे-धीरे सरकते हुए नाली को पार किया जा सकता है।

केंचुआ ने पानी में प्रवेश किया। नीचे कीचड़ से सटक धीरे-धीरे सरकने लगा। पार तो हो रहा था, पर बहुत डरा हुआ था, और डर था अपने बह जाने का। उसके मन में चल रहा था कि आग और पानी में बड़ी ताकत होती है। इन दोनों के समक्ष किसी की भी जिद अच्छी नहीं होती। आधा भय, आधी हिम्मत के साथ आगे बढ़ रहा था। जैसे-तैसे करके वह बीच धार में पहुँच गया। अब तो लौटना उचित नहीं लगा। ओखली में सर रख दिया तो मुसल से क्या डरना है, वाली बात हो गयी। उसे भगवान याद आया- 'हे विधाता ऊपर वाले, यह जीवन-नैया तेरे हवाले!'

इधर बच्चों ने खेलते-खेलते पहली नाली में मिट्टी डाल दिया। पानी रूक गया। पहली नाली का पानी भी दूसरी नाली में आने लगा।

फिर दूसरी नाली में पानी की धार बहुत तेज हो गयी। केंचुआ को बस कुछ ही दूरी तय करना था दूसरे किनारे पहुँचने के लिए। तभी धार तीव्र होने के कारण कीचड़ से उसकी पकड़ ढीली होने लगी। वह तेजी से बहने लगा।

बहते-बहते केंचुआ एक पतली सी लकड़ी के टुकड़े से टकराया। झट से वह लकड़ी के टुकड़े को कसकर पकड़ लिया। डूबते को तिनके का सहारा। एकदम लिपट गया उस टुकड़े से। डरे-सहमे केंचुए ने राहत की साँस ली। अब वह पानी की धारा के कम होने की प्रतीक्षा करने लगा।

थोड़ी देर बाद केंचुए को एक चींटी पानी में बहते-बहते अपनी ओर आते हुए दिखाई दी। नजदीक आते ही उसे बात समझ आ गयी कि चींटी भी मुसीबत में है। लगा कि जस हाल उद्धव का, तस हाल माधव का। जैसे ही चींटी और करीब आयी; केंचुए ने आवाज लगाई- 'ओ चींटी बहन ! चिंता मत करो। सम्भालो स्वयं को। मुझे पकड़ लो।' वैसे भी केंचुआ अपने शरीर के दोनों तरफ से रेंगने वाला जीव है। केंचुए ने तुरंत अपने एक हिस्से को चींटी की ओर बढ़ा दिया और अपने दूसरे हिस्से के जरिए लकड़ी के टुकड़े से लिपट गया। तुरंत चींटी ने केंचुए के पानी में डूबे हिस्से को पकड़ लिया। पानी का बहाव अब भी कम नहीं हुआ

था। केंचुआ बोला- 'मुझे कसकर पकड़ी रही चींटी बहन। बिल्कुल घबराना मत। तुम्हारी जान बच जाएगी। जान है, तो जहान है। हर आफत को टलना ही पड़ता है।'

'हाँ केंचुआ भैया ! आपको बहुत-बहुत धन्यवाद।' चींटी का गला रुंध आया।

'अपने दाढ़े को मेरे शरीर में गड़ा दो। मुझे बिल्कुल मत छोड़ना। पानी का बहाव और तीव्र हो सकता है।' केंचुए ने चींटी को हिम्मत बँधाई।

'पर भैया, आपको बहुत दर्द होगा। मेरे दाढ़े बहुत नुकीले हैं।' चींटी ने कहा।

'तुम मेरी चिंता मत करो। मैं दर्द सह लूँगा। तुम अपना ख्याल रखो। परहित में दर्द भी आनंददायक होता है।' केंचुए ने चींटी को समझाया। इस तरह केंचुआ और चींटी नाली में बहते हुए तीव्र जलप्रवाह से जुझते रहे।

नाली के पानी का बहाव अब तक कम नहीं हुआ था। यद्यपि केंचुए और चींटी की हालत पतली हो गयी थी, फिर भी उन्होंने हिम्मत नहीं हारी। तभी अचानक आकाश में काले-काले बादल छाने लगे। हवा भी चलने लगी। बिजली चमकने लगी। गर्जना शुरू हो गयी। दोनों की चिंताएँ बढ़ने लगी। बारिश शुरू हो ही गयी। दोनों काँप गये। उनके लिए दुर्बल को दो आषाढ़ हो गया।

बस पंद्रह-बीस मिनट का समय कटा था। केंचुए और चींटी के पास एक मछली आ गयी। मछली ने केंचुए को देख लिया। उसके मुँह में पानी आ गया। बोली- 'वाह ! मौसम नरम-गरम, भोजन गरम-गरम।' मछली की बातें सुन केंचुआ सकपका गया। केंचुआ को मछली का इरादा समझ आ गया। लड़खड़ाती जुबान में बोला- 'मछली दीदी ! आप कैसी बात करती हैं? मुझ पर तरस खाओ। मैं और ये बेचारी चींटी बड़े संकट में हैं। काफी देर से हम पानी के तेज बहाव से जूझ रहे हैं; और आप मुझे खाने की बात करती हैं। यह तो अन्याय है मछली दीदी।'

मछली बोली- 'कैसा संकट? क्या हुआ? तुम तो भले-चंगे दिख रहे हो।' फिर केंचुए ने मछली को पूरी आपबीती सुनाई। केंचुए को पकड़ कर लटकती हुई चींटी को देख मछली



को माजरा समझ आ गया। वह द्रवित हो उठी। बोली- 'तुम दोनों चिंता मत करो। किसी के साथ कोई गलत नहीं होगा। तुम्हें मुझ पर विश्वास करना होगा। तुम दोनों की प्राणरक्षा करना मेरा कर्तव्य है। लेकिन तुम्हें एक काम करना होगा।'

'बोलिए न दीदी। हमें क्या करना होगा?' केंचुआ बोला।

'चींटी तुम्हें पकड़ी रहेगी। तुम मेरी पीठ से लिपट जाना। मैं पानी के बहाव की दिशा में तैरती हुई दूसरे किनारे तक पहुँच जाऊँगी।' मछली ने कहा।

फिर मछली केंचुआ और चींटी को लेकर पानी में तैरने लगी। बहती तेज धार में केंचुआ और चींटी का घबराना मछली को पता चल गया। इसलिए वह उन दोनों से इधर-उधर की बातें कर उनका मन बहलाती रही। बीच-बीच में केंचुआ व चींटी भी मछली से अपनी मन की बात कर लेते। अंततः मछली, केंचुआ और चींटी नाली के दूसरे किनारे पर सुरक्षित पहुँच गये। तीनों एक-दूसरे को बड़ी आत्मीयता से देखने लगे। थोड़ी देर तक तो खामोश रहे। फिर चींटी बोली- 'केंचुआ भैया, अगर आप नहीं होते तो मैं भगवान को प्यारी हो जाती। बड़े दयालु हैं आप। मुझे बचाने के लिए आपने स्वयं को संकट में डाल लिया।'

'चींटी बहन ! विपरीत परिस्थिति में हरेक प्राणी को एक दूसरे की प्राणरक्षा करनी ही चाहिए। जीवन में परस्पर सहभागिता बहुत जरूरी है। मैंने अपना कर्तव्य निभाया है चींटी बहन। लेकिन हम दोनों मछली दीदी की

कृतज्ञता कभी नहीं भूल सकते। वे चाहती तो हमें अपना भोजन बना सकती थी। और तो और वे हमें मँझधार में छोड़ सकती थी, पर उसने ऐसा कुछ नहीं किया।' केंचुए के शांत होते ही मछली बोली- 'देखो भाई, अनुकूल स्थिति में लगभग सभी सबके काम आते हैं, पर प्रतिकूल परिस्थिति में काम आने वाला भगवान से कम नहीं होता। अब तुम दोनों की ही बातें ले लो।' केंचुआ और चींटी मछली की बातें बड़े कान लगा कर सुन रहे थे।

केंचुए को नामित करते हुए मछली आगे बोली- 'तुम चाहते तो चींटी को उसके हाल पर छोड़ सकते थे, लेकिन तुमने उसे संकट से उबारा। सही बात है न?' केंचुए ने हाँ...हाँ... करते हुए सर हिलाया।

फिर चुप बैठी चींटी को देख मछली बोली- 'चींटी बहन, केंचुए के शरीर पर तुम अपने तरीके से अपने दाढ़े गड़ाकर उसे हानि पहुँचा सकते थे। पर तुमने जो भी किया, उचित ही किया।' चींटी हाँ...हाँ... करती रही; मछली बोल रही थी- 'एक मित्र के साथ मित्रता निभाने वाले से शत्रु के साथ मित्रता निभाने वाला बड़ा होता है। संकट के समय सहयोग की भावना तो हरेक प्राणी में होनी ही चाहिए।' मछली बोल ही रही थी तभी अचानक उन्हें बच्चों का शोरगुल सुनाई दिया। आने वाले संकट को वे ताड़ गये। एक-दूसरे को अलविदा बोले। मछली ने पानी की राह पकड़ ली। केंचुआ कचरे के ढेर की ओर सरक गया। चींटी एक बिल में घुस गयी।

संस्कार युक्त विद्यार्थी देश की धरोहर



सुनील कुमार माथुर

जोधपुर राजस्थान

शिक्षक दिवस हर वर्ष 5 सितंबर को पूरे देश में मनाया जाता है। यह दिन उन समर्पित शिक्षकों के सम्मान में समर्पित है, जो समाज के उत्थान के लिए निस्वार्थ भाव से अपनी सेवाएं देते हैं और देश के भविष्य के कर्णधार तैयार करते हैं। इस दिन हमारे देश के प्रथम उपराष्ट्रपति और दूसरे राष्ट्रपति, डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन का जन्मदिन भी मनाया जाता है। उनके आदर्श शिक्षक होने के नाते, उनका जन्मदिन शिक्षक दिवस के रूप में मनाना उचित माना गया है। डॉ. राधाकृष्णन ने न केवल एक महान शिक्षाविद के रूप में ख्याति प्राप्त की, बल्कि उन्होंने देश के सर्वोच्च पद को भी सुशोभित किया।

शिक्षक: राष्ट्र निर्माता और समाज का स्तंभ

शिक्षक राष्ट्र के होनहारों का निर्माण करते हैं और देश के भविष्य को आकार देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। जैसा कि कालीदास ने कहा है, 'शिक्षक देश का प्रथम व्यक्ति होता है।' बालक के सर्वांगीण विकास की जिम्मेदारी शिक्षक की होती है, और उनका दायित्व छात्रों को सही दिशा प्रदान करना होता है। भारत का इतिहास श्रेष्ठ गुरु-शिष्य परंपरा से भरा पड़ा है, और यहां तक कि 'विश्व गुरु' की पदवी भी भारत को प्राप्त है। यह सिद्ध करता है कि भारतीय संस्कृति में गुरु का स्थान सर्वोच्च रहा है।

शिक्षक केवल पाठ्यक्रम को पढ़ाने वाले



नहीं होते, वे शिल्पकार की तरह होते हैं, जो छात्रों के व्यक्तित्व का निर्माण करते हैं। अगर शिक्षक अपने कर्तव्यों के प्रति उदासीन हो जाएं, तो राष्ट्र पतन की ओर बढ़ सकता है। इसी कारण आज के समय में शिक्षकों से यह उम्मीद की जाती है कि वे छात्रों को किताबी ज्ञान के साथ-साथ संस्कारों की शिक्षा भी दें। बालक-बालिकाएं शिक्षा प्राप्त कर समाज को अपनी उत्कृष्ट सेवाएं देकर उसे उत्थान के चरम बिंदु पर ले जाएं। शिक्षा की वर्तमान समय में महती आवश्यकता है, और इसमें हम सबकी जिम्मेदारी है कि हम अपने बच्चों को शिक्षित करें, विशेष रूप से बालिका शिक्षा को बढ़ावा दें।

बालिका शिक्षा और समाज का दायित्व

बालिका शिक्षा को बढ़ावा देने के लिए समाज के हर व्यक्ति को पहल करनी चाहिए। यह समझना आवश्यक है कि शिक्षा के बिना समाज का विकास संभव नहीं है। समाज को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि हर बच्चा, चाहे वह लड़का हो या लड़की, शिक्षा के अवसरों से वंचित न रहे। बालिकाओं को शिक्षा प्रदान करने से न केवल उनका व्यक्तिगत विकास होता है, बल्कि यह समाज के समग्र

विकास में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। एक शिक्षित महिला एक पूरी पीढ़ी को शिक्षित कर सकती है, और इसीलिए बालिका शिक्षा को प्राथमिकता दी जानी चाहिए।

समाज में आदर्श संस्कारों का होना भी बहुत आवश्यक है। संस्कारों के बिना एक सुंदर समाज का निर्माण असंभव है। केवल किताबी ज्ञान से व्यक्ति का व्यक्तित्व नहीं बनता है; संस्कारयुक्त शिक्षा व्यक्ति के व्यक्तित्व के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। संस्कारयुक्त विद्यार्थी देश की धरोहर होते हैं। केवल शिक्षा प्राप्त कर अच्छी नौकरी या व्यवसाय करना ही जीवन का लक्ष्य नहीं होना चाहिए। राष्ट्र निर्माण के लिए हमें ऐसे कार्य करने चाहिए जो समाज के लिए लाभकारी हों, और जिसमें दान देने का भाव निहित हो।

शिक्षक की भूमिका और जिम्मेदारियाँ

शिक्षक केवल जानकारी का स्रोत नहीं होते; वे छात्रों के जीवन में मार्गदर्शक, प्रेरणास्रोत, और नैतिकता के प्रतीक होते हैं। एक आदर्श शिक्षक वही होता है जो अपने छात्रों को न केवल किताबी ज्ञान देता है, बल्कि उन्हें जीवन के हर पहलू के लिए तैयार

करता है। वह छात्रों में जिज्ञासा को बढ़ावा देता है, उन्हें प्रश्न पूछने के लिए प्रेरित करता है, और उनके प्रश्नों का समाधान करता है।

शिक्षक का दायित्व है कि वह कमजोर छात्रों पर विशेष ध्यान दें। एक आदर्श शिक्षक वही है जो निःस्वार्थ भाव से पढ़ाई में कमजोर छात्रों को आगे बढ़ाने के लिए विशेष प्रयास करे। शिक्षक के आदर्श कार्यों के कारण ही उन्हें राज्य और राष्ट्रीय स्तर पर सम्मानित किया जाता है। डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन, जो स्वयं एक शिक्षक थे, उन्होंने उच्च नैतिक मूल्यों को अपने आचरण में उतारने की प्रेरणा दी और अपने छात्रों को भी यही शिक्षा दी।

शिक्षा की ज्योति जलाए रखना

शिक्षक बालक के सर्वांगीण विकास के लिए उसे सही दिशा दिखाता है। शिक्षक ही बालक में सद्गुणों का विकास कर उसे सही मार्ग पर चलने का मार्ग दिखाता है। इसीलिए भारतीय संस्कृति में गुरु का स्थान भगवान से भी पहले माना गया है। 'गुरुर्ब्रह्मा, गुरुर्विष्णुः, गुरुर्देवो महेश्वरः' यह मंत्र केवल शब्दों का समूह नहीं है, बल्कि यह गुरु के प्रति हमारे सम्मान और आस्था को दर्शाता है।

शिक्षक का कार्य केवल किताबी ज्ञान देना नहीं है। उसे छात्रों को व्यावहारिक ज्ञान भी देना चाहिए। छात्रों को जीवन के विभिन्न पहलुओं से परिचित कराना भी शिक्षक की जिम्मेदारी है। उन्हें अच्छे संस्कार देना, धर्म और नैतिकता की शिक्षा देना शिक्षक का महत्वपूर्ण कार्य है।

आधुनिक शिक्षा प्रणाली और शिक्षक की चुनौतियाँ

आज के समय में शिक्षा प्रणाली में बहुत से बदलाव आ चुके हैं। तकनीकी प्रगति के साथ-साथ शिक्षा का स्वरूप भी बदल रहा है। डिजिटल शिक्षा, ऑनलाइन कक्षाएं, और विभिन्न ई-लर्निंग प्लेटफॉर्म ने शिक्षण को एक नया रूप दिया है। हालांकि, इन परिवर्तनों के साथ-साथ शिक्षकों के सामने नई चुनौतियाँ भी खड़ी हो गई हैं।

ऑनलाइन शिक्षा ने छात्रों और शिक्षकों

के बीच के पारंपरिक संबंधों को प्रभावित किया है। छात्रों की जिज्ञासा को संतुष्ट करना और उन्हें सही मार्गदर्शन देना अब अधिक चुनौतीपूर्ण हो गया है। इसके अलावा, शिक्षकों को अब तकनीकी ज्ञान की आवश्यकता भी है, ताकि वे इन नए प्लेटफॉर्म का सही तरीके

समाज में आदर्श संस्कारों का होना भी बहुत आवश्यक है। संस्कारों के बिना एक सुंदर समाज का निर्माण असंभव है। केवल किताबी ज्ञान से व्यक्ति का व्यक्तित्व नहीं बनता है।

से उपयोग कर सकें।

शिक्षा में नैतिक मूल्यों का महत्व

शिक्षा का उद्देश्य केवल जानकारी प्रदान करना नहीं है, बल्कि यह व्यक्ति के नैतिक और सामाजिक विकास के लिए भी आवश्यक है। नैतिक शिक्षा का महत्व वर्तमान समय में और भी अधिक बढ़ गया है, जब समाज में नैतिक मूल्यों का पतन हो रहा है। शिक्षक का कर्तव्य है कि वह अपने छात्रों को नैतिकता, ईमानदारी, और अनुशासन का पाठ पढ़ाए।

डॉ. राधाकृष्णन ने कहा था कि यदि शिक्षा सही तरीके से दी जाए, तो समाज में व्याप्त कई बुराइयों को समाप्त किया जा सकता है। यह शिक्षक पर निर्भर करता है कि वह अपने छात्रों को किस दिशा में ले जाता है। यदि शिक्षक अपने कार्य को ईमानदारी और निष्ठा से करता है, तो वह न केवल अपने छात्रों का, बल्कि पूरे समाज का भला कर सकता है।

डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन: प्रेरणा के स्रोत

डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन एक ऐसे व्यक्तित्व थे जिन्होंने शिक्षा के क्षेत्र में अद्वितीय योगदान दिया। उनका जीवन एक खुली किताब के समान था। वे न केवल एक सच्चे शिक्षक थे, बल्कि एक महान समाज

सुधारक, देशभक्त, कुशल प्रशासक, और वक्ता भी थे। उनकी वाणी मंत्रमुग्ध कर देने वाली थी, और उनका चरित्र प्रेरणादायक था।

डॉ. राधाकृष्णन का जीवन हमें यह सिखाता है कि शिक्षा केवल जानकारी का स्रोत नहीं है, बल्कि यह जीवन का मार्गदर्शन भी है। उनके आदर्श और सिद्धांत आज भी हमारे लिए प्रेरणा का स्रोत हैं। उनका कहना था कि शिक्षक का कार्य केवल छात्रों को जानकारी देना नहीं है, बल्कि उन्हें सही और गलत में फर्क करना सिखाना भी है।

शिक्षक दिवस केवल शिक्षकों को सम्मानित करने का दिन नहीं है, बल्कि यह दिन हमें यह याद दिलाता है कि शिक्षा का महत्व कितना अधिक है। शिक्षा वह ज्योति है जो अज्ञानता के अंधकार को दूर कर सकती है। शिक्षक उस दीपक के समान हैं जो इस ज्योति को जलाए रखता है और समाज को सही दिशा में ले जाता है।

हमें यह समझना चाहिए कि शिक्षक हमारे जीवन में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। वे हमारे मार्गदर्शक, हमारे मित्र, और हमारे आदर्श होते हैं। शिक्षक दिवस हमें यह अवसर देता है कि हम अपने शिक्षकों के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करें और उनके योगदान को सराहें।

इस दिन हमें यह संकल्प लेना चाहिए कि हम अपने शिक्षकों का सम्मान करेंगे, उन्हें उनके कार्यों के लिए प्रोत्साहित करेंगे, और समाज में शिक्षा की ज्योति को जलाए रखने में उनका सहयोग करेंगे। शिक्षक केवल जानकारी का स्रोत नहीं हैं; वह समाज का वह स्तंभ है जिस पर एक सभ्य और प्रगतिशील राष्ट्र का निर्माण होता है।

शिक्षक दिवस का यह संदेश हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि शिक्षा के बिना समाज का विकास असंभव है, और शिक्षक उस शिक्षा का आधार हैं। हमें शिक्षकों के योगदान को कभी भी नजरअंदाज नहीं करना चाहिए और उनके सम्मान में अपना योगदान देना चाहिए। शिक्षा का यह दीपक सदैव जलता रहे, और ज्ञान की ज्योति समाज के हर कोने में फैलती रहे।



श्यामल बिहारी महतो

खैरी गैया की आँख से बहते आँसू देख अचानक से बासु चौंक उठा था। तत्काल उसे समझ में नहीं आया कि वो उसको देख रोने लगी है या पहले से ही रो रही थी। सुबह उसकी श्रीमती जी ने उसे घर के बाहर एक खूँटे से बांध कर थोड़ी सी पुआल उसके सामने डाल दी थी। जिसे खाना तो दूर उसे उसने सूँघा तक नहीं था। पुआल ज्यों का त्यों एक तरफ पड़ा हुआ था। बासु सोच में पड़ गया, यह पुआल खा क्यों नहीं रही है? पहले तो ऐसा नहीं देखा गया। फिर आज इसे क्या हुआ? बार-बार उसकी ओर इस तरह क्यों देख रही है? बासु का मन व्याकुल हो उठा, उसके अंदर सवाल उठना स्वभाविक ही था। घर आकर उसने पत्नी से कहा - 'अरी, सुनती हो, खैरी गैया को बाहर काहे बांध दी? पुआल खाने की बजाय टपर-टपर आँसू बहा रही है! सीधे- सीधे कहें तो रो रही है। और यहां भूतनिया मजे से लपसी (मकई घठा) सना कुटी खा रही है!'

'क्या कहा, ओ रो रही है? नहीं- नहीं, उसकी आँख लोरा रही होगी, तुमको लगा, रो रही है..!' पत्नी ने कहा।

'मुझे लगा, बाहर बांध दी है, रूखा- सुखा पुआल खाने दे दी है, सो रो रही है।'

खैरी गैया की आँख से बहते आँसू देख बासु को अकस्मात अपनी मरहूम मां की याद आ गई। जिसे गुजरे कई बरस गुजर चुके थे। पर बासु को लगता आज भी मां की वजूद घर के कोने कोने में मौजूद है और मरने के बावजूद बेटे पर उसकी नजर है। आज भी गांव में लोग चर्चा करते और कहते हैं कि मां बेटा दोनों शरीर से भले अलग हुए हैं, पर मन से आज भी दोनों एक दूसरे से बातें करते हैं- बतियाते हैं। मां की कृपा से ही बासु हर मुसीबत से बचता आ रहा

बहते लोर

है। मां की आशिर्वाद से वह उस दिन ट्रक से धक्के खाकर भी सही-सलामत बच गया था। हेलमेट ने भी सर को फटने से बचा लिया था, वरना ऐसे धक्के से लोग कहां बच पाते हैं..। ऐसा गांव में लोग आज भी चर्चा करते हैं। सो आज भी बेटा मां

की पूजा करता है। जब वह जीवित थी तभी एक दिन उसी मैया को बेटे ने चुपके से रोते देख लिया था और वह कांप उठा था। कहां कमी हुई सेवा में? किस वेदना ने मां को रूला दिया? तत्काल उसके मन में कई सवाल उठे थे। तुरन्त मां के रोने का उसे पता नहीं चल सका था। बहुत पूछने पर भी मां ने केवल इतना ही कहा था 'कुछ बात नाय है बेटा आँख में खटिका (तिनका) घूस गया था, उसी से लोरा रहा था..।'

मां की कही बातों पर बासु को जरा भी यकीन नहीं हुआ था। उसे लगा मां उससे कुछ छिपा रही है। बासु रोजाना आठ बजे काम पर निकल जाता था। चलकरी के एक ग्रामीण बैंक में वह रोकडिया था। उसके पीछे घर में क्या कुछ होता था। शाम को घर लौटने पर ही कुछ कुछ वह जान पाता तो कुछ से अनजान ही रह जाता था। सो महीना दिन बाद भी वह मां के आँसू का सही कारण जान नहीं सका। जो कि जानना उसके लिए बेहद जरूरी था। तब उसने एक चाल चली। उसको जो अंदेशा था। जिस बात की तरफ उसका मन बार-बार दौड़ लगा रहा था। उसे वह अपनी आंखों देखना चाहता था। पत्नी की भी परख करनी थी। शादी हुए दोनों का दस साल गुजर गया था। परखने का उसे कभी मौका नहीं मिला था।

मां का खाने का समय उसे पता था। बिना नहाए धोए वो अनाज का एक दाना भी मुंह में

नहीं डालती थी। यह उसकी बहुत पुरानी आदत थी। उसके जन्म जैसी पुरानी।

उस दिन वह काम के नाम पर घर से निकला तो जरूर पढ़ा-पढ़ा काम पर गया नहीं और मोटरसाइकिल गांव के पोस्ट ऑफिस

के सामने खड़ा कर पुनः वापस

घर लौट आया और पिछवाड़े वाले रास्ते से घर में चुपके से समा गया। उसका अनुमान और अंदेशा दोनों सही निकला। जब घर के ढाबे में अचानक उसने कदम रखा। और मां को बासी रोटी- सब्जी खाते देखा तो उसका पूरा वजूद हिल उठा। मां उसके लिए सारा जहां थी। मां खुश तो उसकी दुनिया खुश। उसका सारा संसार खुश! उसके आगे कोई तीरथ, कोई धाम- वाम नहीं। सारे तीर्थों की धाम उसकी मां थी। ऐसा वह कहता और मानता भी था। बासु जब आठ- दस साल का था तभी बाहर मजदूरी करने गये बाप को एक ट्रक ने कुचल दिया था। उस दौर को मां ने कैसे झेला था। बासु उस स्मृति को याद कर आज भी रो पड़ता है। दूसरों के खेत-खलिहानों में काम कर मां ने बड़ी उम्मीद से उसे पढ़ाया लिखाया था। बेटे के प्रति मां की अनजान हसरतें उसे हमेशा कुछ नया करने को उत्प्रेरित करती थी। तब वह अक्सर कहा करती 'बस बेटा दुनिया दारी के काबिल हो जाए।'

कभी-कभार तो वह खुद नहीं खाती पर बेटे को कभी भूखों सोने नहीं देती थी। बासु जैसे जैसे बड़ा होता गया, उसकी दिमाग समझदार होता गया। कभी उसने मां से ऐसी कोई मांग नहीं की, जिसे पूरा करने के लिए मां सावित्री महतवाइन को किसी के आगे गिड़गिड़ाना पड़े। कठिन से कठिन परिस्थितियों में भी उसने कभी मां को रोते हुए नहीं देखा था। सारा गांव गवाह

था। मां- बेटा, दोनों एक दूसरे के लिए हवा-पानी की तरह थे। उसी मां को बासी खाना देकर आरती ने जैसे पहाड़ सा गुनाह कर दिया था। उस दिन अचानक बेटे को सामने पाकर मां भी मुंह चलाना भूल गई। सब्जी से लिपटी रोटी वाले हाथ, हाथ में ही पकड़ी, एकटक बेटे को देखती रही, उसे भक मार दिया था। भीतर से आवाज आई ' सावित्री, यह तुमने क्या कर लिया..? जिस बेटे को पालन-पोषण करने, उसकी पढ़ाई-लिखाई के लिए हर मुसीबत को हँसते हँसते झेला, पर कभी उपफ तक नहीं की और आज एक मामूली सी बासी रोटी- सब्जी ने तुम्हें रूला दी..? तुम बहु से बोल कर साफ मना कर सकती थी। बहु तो तुम्हारी ही पसंद की थी। इसी बहाने उसकी परीक्षा भी हो जाती, वो तुम्हें कितना मानती है? तुम्हारी सेहत का उसे कितना ध्यान है? ऐसा न कर तुम मन ही मन घुटने लगी..?'

' यह मैंने क्या कर लिया..?' सावित्री महतवाईन बुदबुदा उठी थी।

आरती..आरती..!' उधर बासु चीखा था।

' क्या हुआ ? अरे, आप तो काम पर गये थे। कब लौट आए..?'

' मैं पूछता हूँ, रात का बचा हुआ यह खाना कब से मां को दे रही है? जबकी तुम्हें मालूम है। इन्हें गठीया रोग है और डॉक्टर ने इसे बासी चीजे खाना से मना किया हुआ है..!'

आरती ने कोई जवाब नहीं दिया। उसे तत्काल कोई उत्तर नहीं सूझा। निरुत्तर खड़ी रही।

बहुत कम को पता था। आरती मां की पसंद से ही इस घर में बहु बन कर आई थी। और बेटे ने उसे मां का परसाद समझ ग्रहण कर लिया था। इसके पहले सास- बहु में कभी कोई तकरार हुई हो, घर में क्या, मुहल्ले में भी किसी को पता नहीं था। आरती सास की चहेती बहु थी। इस घर में आकर उसने आज तक ऐसा कोई काम नहीं किया था, जिससे सास- बहु में मुंह ठोना- ठानी हुई हो, या दोनों के बीच कभी मुंह बजा हो। एक स्वाभिमान सास की एक आदर्श बहु के रूप में वह पूरे गांव में जानी जाती थी। यह बासी सब्जी- रोटी की बात अगर बाहर निकली नहीं कि उस ' इमेज पर ' पर दाग लगना निश्चित था -' इकलौती आदर्श बहु सास को बासी खाना देने लगी...।'

गांव वालों को मुंह बजाने का सुनहरा मौका मिलना तय था। जो आज तक नहीं मिला था।

आरती को अपनी गलती का एहसास हुआ। उसकी आँखों में आँसू आ गए। इससे पहले कि सावित्री महतवाईन कुछ बोले। आरती ने आगे आकर कहा ' सॉरी बासु, मैं डॉक्टर वाली बात भूल गई थी। आगे से ऐसी गलती नहीं होगी - आई प्रोमिस..!'

' आसु, आज भी मैं तुम्हें बहुत चाहता हूँ। लेकिन हमारे प्यार से कहीं अधिक ऊंचा मां का प्यार है, इसका घर संसार है। इनके बगैर मैं जीवन की कल्पना भी नहीं कर सकता हूँ। उसी मां की आँखों में आँसू..मैं देख नहीं सकता हूँ आसु !'

' बासु क्षमा कर दो..!' आरती बासु से लिपट गई थी।

मां बोली -' रहने दो न बेटा, इसमें बहु का कोई दोष नहीं है। जो बच जाता था, ओ फेंका न जाए सो कभी-कभार खा लेती थी। रोज थोड़े न खाती हूँ..!'

' अब रात को उतनी ही रोटी- सब्जी बनाओ जितना में हम तीनों का पूरा पूरा हो जाए..!'

सावित्री महतवाईन की तरह खैरी गैया भी बासु के जीवन में अहम स्थान रखती थी। दोनों में लगाव ही ऐसा हो गया था। लगातार ढाई साल से वह दूध देती चली आ रही थी। सुबह - शाम, दोनो टाइम। कभी एक किलो तो कभी डेढ़ किलो। दूध देने से कभी उसने मना नहीं की। कभी किसी को लात नहीं मारी, न दुहते वक्त कभी टांग उठाई। कोई भी उसका दूध निकाल ले, उसने कभी कोई आपत्ति नहीं की। उसका ढाई साल का बेटा मंगरा अब दौड़ने लगा था। कभी- कभी उसकी मां उसका कान- कपार चाटती और शायद समझाने की कोशिश करती, कहती ' अभी से ही इस तरह मत दौड़ा करो, गिर बजर जाओगे, शरीर का नुकसान होगा..!'

पर मंगरा मां की बात नहीं मानता और उल्टे वह मां की गर्दन पर ही अपने दोनों पैर लाद देता और ' ओं ! ओं ! ' करने लगता था। मां उसे झिड़क देती थी। ठिसुआ कर वह मां का मुंह चाटने लगता था।

पिछले माह से वही खैरी गैया ने दूध देना बंद कर दी थी। और ठीक उसके चार दिन बाद भूतनिया ने एक बछड़े को जन्म दी। भूतनिया

खैरी गैया की ही बेटि थी। पर उसका मन-मिजाज बिलकुल ही अलग था। मां को आँख और सिंग दिखाती ' दूर- दूर ' कह भगाती। बेटि होकर भी मां को अपने साथ खाने नहीं देती थी। फिर क्या, आरती ने पागहा(जोरंड) और जगह दोनों का बदल दी। जहां पहले खैरी गैया बंध कर लपसी- कुटी खाया करती थी, अब उस जगह और खान-पान भूतनिया ने हथिया ली और खैरी गैया को बाहर जाना पड़ा था। और यह सब दूध का लेन-देन को लेकर हुआ था। तभी से खैरी गैया उदास- उदास रहने लगी थी। बाहर चरने भी जाती तो बाकियों को उधर ही छोड़कर अकेले घर लौट आती थी। और दरवाजे के बाहर खड़ी होकर टुकुर- टुकुर ताकती रहती और अच्छे दिन को याद कर मन ही मन रोती रहती। परन्तु उसका रोना घर में अब किसी को नहीं दिखता। अगर बासु घर में होता तो तुरंत उसे नमक- पानी पीने को मिल जाता। वह एक ही सांस में सारा पानी पी जाती और तब सामने खड़े बासु के हाथ खुशी- खुशी चाटने लगती थी। यह सब बासु को बहुत अच्छा लगता। खैरी गैया को वह भी बहुत पसंद करता था। यदा- कदा अपने हाथों उसे कुछ न कुछ खिलाते रहता था। कभी रोटी, कभी जूठन भात। खैरी गैया मजे से खाती। आखिर बासु ने भी तो मंगरा जैसा उसका दूध कई बरसों से पीता आ रहा था। सो खैरी गैया के प्रति बासु का लगाव मां जैसा ही था। लेकिन बासु हर वक्त घर में नहीं होता। काम से लौटकर वह संध्या घूमने चला जाता था। ऐसे में घर लौटी खैरी गैया की आंखें अक्सर बासु को टूँढती, उसकी तलाश करती थी। लेकिन बासु को ना पाकर वह यदा कदा निराश भी हो जाती थी।

थोड़ी देर बाद आरती भी बाहर गयी और खैरी गैया की झर- झर बहते आंसू को देख आयी। फिर घर आकर उसने बासु से कहा ' सचमुच खैरी गैया रो रही है ! पुआल तो उसने खाया ही नहीं..!'

बासु से खड़ा रहा नहीं गया। उसे लगा बाहर खैरी गैया नहीं- मां रो रही है ! मां की कही बात याद आने लगी ' माय और गाय को कभी रूलाना नहीं, बड़का जबर हाय लगेगा... !'

बासु अपनी झिलमिलाती आँखों में खैरी गैया के रूप में मां को देख रहा था !

शेष अगले अंक में



सफेद दाग में कारगर है होमोपैथिक चिकित्सा



डॉ० अमलेन्दु त्रिपाठी

97955 13223



होम्योपैथिक चिकित्सा विटिलिगो रोग की शुरुआती अवस्था में बहुत कारगर है लम्बे समय वाले रोगी के इलाज में बहुत समय लगता है रोगी की सम्पूर्ण लक्षण, रोगी की प्रकृति तथा उनके मानसिक अवस्था व सम्पूर्ण लक्षण के आधार पर उपयुक्त दवा दी जाती है इसमें कम से कम 6 महीने से 1 वर्ष तक उपचार करना पड़ता है।



सफेद दाग क्या है?

बिटिलिगो यानी सफेद दाग एक त्वचा का रोग है, इसमें इन्सान के शरीर के विभिन्न स्थानों पर सफेद दाग / धब्बे दिखाई देते हैं। इसमें त्वचा के प्राकृतिक रंग के स्थान पर छोटे-छोटे सफेद धब्बे दिखाई देते हैं। प्रारम्भ में रोगी के शरीर पर जैसे हाथ, पाँव, कोहनी, गर्दन, कपूर, चेहरे, होठ, और जननांगों आदि पर छोटे-छोटे सफेद दाग दिखाई देते हैं। इस रोग में रोगी को किसी प्रकार की कोई तकलीफ नहीं होती है परन्तु सफेद दाग चेहरे, होठ, हाथ, पाँव आदि पर दिखाई देने के कारण रोगी देखने में खराब लगता है। इस कारण रोगी तनाव, हीन भावना व डिप्रेषन में रहता है।

कारण क्या है? त्वचा का प्राकृतिक रंग बनाने वाली कोषिकाएं जिन्हें मेलेनोसाइट्स कहते हैं किसी कारण से नष्ट होने लगती हैं तथा त्वचा के रंग सफेद धब्बों में दिखाई देने

लगता है। बिटिलिगो एक आटोइम्यून बीमारी है। इसकी शरीर की स्वस्थ कोषिकाएं का आपस में नष्ट होने लगती है। बिटिलिगो में भी मेलेनोसाइट कोषिकाएं एक दूसरे को नष्ट करने लगती हैं। इस रोग कई कारण हो सकते हैं, जैसे अनुवांषिकी, दुर्बलता बच्चों में पेट के कृमि, चिन्ता, तनाव आदि लेकिन अभी तक शोध में इस रोग के मुख्य कारणों का पता नहीं लग पाता है।

बिटिलिगो के लक्षण

रोगी के शरीर पर छोटे-छोटे सफेद दाग धब्बे दिखाई देते हैं। कुछ रोगियों में थोड़ी खुजली पाई जाती है। धीरे-धीरे सफेद दाग आपस में मिलकर बड़ा धबा बना लेते हैं। कुछ रोगियों के धब्बों में बढ़ने का गति धीमी होती है और कुछ में तेज होती है। इनके अतिरिक्त कोई विशेष लक्षण रोगी में नहीं पाये जाते हैं।

सफेद दाग के प्रकार

फोकल बिटिलिगों- इसमें छोटे-छोटे धब्बे शरीर के किसी विशेष भाग में दिखाई देते हैं।

एक्रोफेसियल बिटिलिगों:- इसमें सफेद दाग चेहरे, सिर तथा हाथ पर दिखाई देते हैं।

यूनिवर्सल बिटिलिगों:- शरीर के अधिकतर भागों पर सफेद दाग दिखाई देते हैं। शरीर के बाद भी सफेद दाग हो जाते हैं तथा रोग तेजी से बढ़ता है।

म्यूकोजल बिटिलिगों:- जब सफेद दाग होठ आँखे की पलकों जननांग गुदा आदि में होते हैं अर्थात् जिस स्थान पर चमड़ा व म्यूकस मेम्बरन आपस में मिलती है। भारत में सफेद दाग के प्रति बहुत भ्रंतियां हैं, इसे स्फाकुष्ट के नाम से जाना जाता है।

भारत के कुल जनसंख्या का लगभग 1% से 8% के मध्य बिटिलिगों के रोगी हैं। विष्व जनसंख्या का 1% लोग इस रोग से पीड़ित हैं।

बिटिलिगों का निदान:- इस रोग को आसानी से पहचाना जाता है। अन्य रोगों से स्पष्ट करने के लिए वुड लैम्प टेस्ट, स्किन टेस्ट और बाइयोपसी की जाती है।

होम्योपैथिक चिकित्सा:- होम्योपैथिक चिकित्सा बिटिलिगो रोग की शुरुआती अवस्था में बहुत कारगर है लम्बे समय वाले रोगी के इलाज में बहुत समय लगता है रोगी की सम्पूर्ण लक्षण, रोगी की प्रकृति तथा उनके मानसिक अवस्था व सम्पूर्ण लक्षण के आधार पर उपयुक्त दवा दी जाती है इसमें कम से कम 6 महीने से 1 वर्ष तक उपचार करना पड़ता है।

बिटिलिगो रोग से बचाव:- संतुलित भोजन, व्यायाम, योग और तनाव से दूरी अपनी जीवन शैली को आराम तलब नहीं बनाकर काम में व्यस्त रहना चाहिए खाने पीने में अधिक चटपटा, खटाई कम ले चोट लगने, जलने अथवा शरीर पर हल्के भूरे रंग के धब्बे



पर शीघ्र निदान कराकर उपयुक्त दवा लेनी चाहिए कुछ अन्य रोगों में भी हल्के सफेद दाग पाये जाते हैं जैसे दुर्बलता, कुष्ठरोग आदि।

समाज में फैली भ्रंतियां:- छूत का रोग नहीं है। माना जाता है कि ये छूत का रोग है जो छूने से दूसरे को भी फैलता है यह बिल्कुल असत्य है बिटिलिगो छेने से नहीं फैलता है।

यह रोग अनुवांषिक है?

धारण यह है कि माँ बाप को बिटिलिगों है तो बच्चों को भी हो जाता है कुछ अपवादों को छोड़ यह आवश्यक नहीं है कि बच्चों को हो जाये। क्या यह एक कुष्ठ रोग है यह धारणा भी बिल्कुल निथ्या है आम लोगो को सफेद दाग के रोगी से ध्रणा करने अपेक्षा उन्हें मानसिक रूप से सुदृष्ट बनाना चाहिए इस रोग की प्रारम्भिक अवस्था में जाँच करवा कर उचित चिकित्सा लेनी चाहिए और यह स्पष्ट करना आवश्यक है यदि यह रोग शरीर के अधिकांश भाग में फैल जाता है और बाल तथा रोम

भी सफेद हो जाते हैं ऐसे रोगी को किसी भी चिकित्सा विधि से ठीक करना मुश्किल है। अतः निरोगी करने वाले भ्रामक विज्ञापनों से बचना चाहिए अपने चिकित्सकीय कार्यालय बहुस से सफेद दाग को मरीजो का लाभ देने का कार्य किया है। सामाजिक अवधारणायें मरीज का समान्य जीवन से काट देती हैं जैसे मेरे कुछ मरीज जो बच्चे थे स्कूल जाने से रोक दिये गये थे घर वालों के द्वारा इलाज के बाद स्कूल जा सके एवं रोगी को शादी के बाद तलाक की नौबत आ गयी सही इलाज करके और भ्रंतिया दूर करके चिकित्सक का समाजिक दायित्व का निर्वहन करते हुए शादी टूटने से भी बची।

अतः सही जानकारी का विस्तार करे समाज में रोग के प्रति जागरूकता फैलाने का कार्य करें।



तनाव-अवसाद का सरल उपचार नियमित योग



मुकेश कुमार सिंह

योगगुरु

आज हमारे देश में बढ़ता तनाव या अवसाद हमारे जीवन का कड़वा सच है आज हर उम्र के लोग इसका शिकार हो रहे हैं चाहे बड़े हो या महिलायें, बच्चे, बूढ़े सभी इसके गिरफ्त में हैं। इसके कारण शरीर में कई अन्य रोग उत्पन्न हो रहे हैं। इसका सबसे बड़ा कारण प्रतिस्पर्धा एवं बिगड़ते खान-पान और अस्त-व्यस्त दिनचर्या नकारात्मक सोच और ज्यादातर मोबाइल एवं कम्प्यूटर पर सोशल मीडिया का इस्तेमाल और कार्य की अधिकता के कारण समय पर खान-पान न करना आधुनिक जीवनशैली में बढ़ता फास्ट फूड का इस्तेमाल, खान-पान की बिगड़ती आदतें मनः स्थिति को प्रभावित करती हैं बहुत पुरानी कहावत है कि जैसा खायेगा अन्न वैसा रहेगा मन। खान-पान का बहुत असर हमारे तन और मन पर होता है जिसके कारण भी तनाव-अवसाद होते हैं। साथ ही बिगड़ती दिनचर्या देर रात तक जगना या पार्टी करना देर से घर आना सुबह देरी से उठना जिसके कारण भी मन अशान्त रहता है। बढ़ती जिम्मेदारियों का निर्वाह सही ढंग से न हो पाने के कारण भी हमेशा एक मानसिक तनाव की स्थिति बनी रहती है जिसके कारण भी कई



लोग धूम्रपान का सहारा लेते हैं जिसके कारण भी शरीर में कई सारे अन्य रोग उत्पन्न हो जाते हैं। आज के आधुनिक समय में बढ़ते स्मार्ट फोन के अत्याधिक प्रयोग सभी के लिए एक आदत का रूप ले चुकी है चाहे बड़े हो या बच्चे कोई भी व्यक्ति या महिला अपने स्मार्ट फोन से एक मिनट भी दूर नहीं रह पाता है हमारे आधुनिक जीवनशैली को बुरी तरह प्रभावित कर रहा है। आज आप किसी का फोन चेक नहीं कर सकते हैं घर-परिवार में कोडर किसी का फोन छू नहीं सकता है सभी अपने फोन को हमेशा लाक करके रखते हैं। आज अगर रात में नींद खुलती है तो व्यक्ति सबसे पहले अपना फोन ही चेक करता है कई तो देर रात तक चैट करते रहते हैं दिन

-रात सोशल मीडिया पर खबरों के कारण भी तनाव या अवसाद होता रहता है इसके कारण मानसिक रोग के साथ-साथ शारीरिक रोग भी होने लगते हैं।

तनाव-अवसाद से बचाने के सरल उपाय

अपने परिवार और बच्चों के साथ समय बितायें सात्विक भोजन करें फास्ट फूड का इस्तेमाल काम करें अपनी दिनचर्या में सुधार करें। बच्चों के साथ खेले मोबाइल का प्रयोग कम करें परिवार के साथ समय बितायें और सुबह समय से उठें, खेलें, टहलें, साइकिलिंग करें योग करें प्राणायाम करें, बुक पढ़ें बाहर के खान-पान को कम करें जीवनशैली में नियमित

योग प्राणायाम शामिल करें नकारात्मकता से दूर रहें सकारात्मक विचार हमेशा रखें ।

तनाव-अवसाद से बचाने के प्रमुख योग एवं 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 करे।

वृक्षासन के लाभ:-

- ◆ यह आसन तंत्रिका से संबंधित स्नायुओं के समन्वय और पैरों को मजबूती प्रदान करता है एवं संतुलन बनाने में सहायक है।
- ◆ एकाग्रता बढ़ाने में सहायक है।
- ◆ यह आसन मस्तिष्क में 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 उठाए।
- ◆ दोनों हाथों की अंगुलियों को आपस में

एक-दूसरे में फसाएं तथा हथेलियों को बाहर की ओर श्वास भरते हुए दोनों भुजाओं को सिर से ऊपर उठाएं।

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

शारीरिक लाभ

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

मानसिक लाभ

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

सावधानियां एवं सीमाएं

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

भुजंगासन

भुजंग का अर्थ सांप अथवा नाग है। इस आसन में शरीर की आकृति सांप के फन की तरह ऊपर उठती है जिसके कारण इस आसन को भुजंगासन कहते हैं।

अभ्यास विधि

- ◆ सर्वप्रथम पेट के बल लेट जाएं और अपने दोनों हाथों पर सिर टिकाते हुए शिथिल रखें।
- ◆ अब अपने दोनों पैरों को आपस में मिला लें।

- ◆ हाथों को शरीर के ठीक बगल में ऐसा रखें कि हथेलियां और कोहनियां जमीन पर टिके रहें।
- ◆ श्वास को धीरे-धीरे अंदर खींचते हुए टुडडी और नाभि क्षेत्र तक शरीर को ऊपर उठाएं। अपनी क्षमतानुसार होल्ड करें। पुनः वापस लौटते हुए ललाट को जमीन पर टिकाएं।
- ◆ यह सरल भुजंगासन कहा जाता है
- ◆ हथेलियों को वक्ष के बगल में रखें और कोहनियां ऊपर की ओर उठी हुई होनी चाहिए।
- ◆ धीरे-धीरे श्वास को भरते हुए टुडडी एवं नाभि क्षेत्र तक के शरीर को ऊपर उठाएं रखें।
- ◆ पुनः श्वास को बाहर छोड़ते हुए ललाट को जमीन पर शिथिल होने दें और हथेलियों के ऊपर सिर तथा पैर को फैलाकर शरीर को शिथिल करें।

इस अभ्यास को भुजंगासन कहा जाता है।

लाभ

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

सावधानियां

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

बालासन

यह आसन कमर और आपके कूल्हों को भी स्ट्रेच कर सकता है आप इस आसन

को कभी भी कर सकते हैं बालासन करने के लिए जमीन पर वज्रासन में बैठ जाएं। अब सांस लेते हुए दोनों हाथों को सिर के ऊपर उठा लें सांस को छोड़ते हुए नीचे की ओर आंफ कूल्हों से झुकते हुए और तब तक झुके धीरे धीरे अपनी हथेलियों जमीन तक ले जाय या जहां तक आराम से जाय अब एक लम्बी गहरी सांस अंदर लें और धीरे-धीरे सांस को बाहर छोड़े। अपनी क्षमता अनुसार इस मुद्रा में बने रहें। बालासन बहुत ही लाभदायक आसन है।

बालासन करने की विधि

- ◆ अपनी एडियों पर बैठ जाएं कूल्हों पर एडी को रखें आगे की ओर झुके और माथे को जमीन पर लगायें।
 - ◆ हाथों को सिर के ऊपर सांस को छोड़ते हुए धीरे-धीरे नीचे अपनी क्षमतानुसार जमीन तक लायें। जबरजस्ती न करें।
 - ◆ धीरे से छाती से जांघों पर दबाव दें।
 - ◆ धीरे-धीरे उठकर एडी पर बैठ जाय और कमर को सीधा करें और विश्राम करें।
- #### बालासन के लाभ
- ◆ पीठ को आराम मिलता है।
 - ◆ कब्ज से भी राहत मिलता है।
 - ◆ इस आसन को नियमित करने से तंत्रिका तंत्र भी मजबूत होता है।
 - ◆ इस आसन का नियमित अभ्यास से तनाव कम होता है।

श्वासन

शव शब्द का अर्थ मृत शरीर है। इस आसन को यह नाम इसलिए मिला है कि इसमें एक मृत शरीर के समान आकार लिया जाता है। श्वासन विश्राम करने के लिए है और अधिकांश पूरे योगसान क्रम के पश्चात किया जाता है एक पूरा योग का क्रम क्रियाशीलता के साथ आरम्भ होता है और विश्राम में समाप्त होता है यह वह स्थिति है जब आपके शरीर को पूर्ण विश्राम मिलता है और तनाव से बहुत आराम मिलता है।

श्वासन करने की विधि

- ◆ सर्वप्रथम पीठ के बल लेट जाय न तकिया हो न ही किसी अन्य वस्तु सहारा हो आंखे बंद कर ले।
- ◆ अपने हाथ और पैरों आरामदायक स्थिति में फैलाकर रखें। अपने हाथ घुटने पैरों और उंगलियों को साथ ही पूरे शरीर को अचेतन अवस्था में शिथिल छोड़ दें।
- ◆ अपने हाथों को शरीर के साथ रखें परंतु वे आपके शरीर को न छुएं। हथेलियां आसमान की ओर फैली हुई हो।
- ◆ सामान्य श्वास .प्रश्वास की प्रक्रिया पर ध्यान केंद्रित करें।
- ◆ अपना ध्यान शरीर के हर अंग पर धीरे धीरे लेकर जाएं और पूरे शरीर को विश्राम दें। जब तक पूर्ण विश्राम एवं चित्त शांत न हो जाय।

श्वासन के लाभ

- ◆ श्वासन करने से व्यक्ति के सभी प्रकार के तनावों से मुक्त होता है। शरीर और मस्तिष्क दोनों को आराम मिलता है।
- ◆ आसन के अभ्यास से आपका शरीर पुनः एक नई ऊर्जा से भर जाता है और शरीर तनाव मुक्त होता है।
- ◆ बाहरी दुनिया के प्रति लगातार आकर्षित मन अंदर की ओर गमन करता है इस तरह धीरे-धीरे महसूस होता है कि मस्तिष्क स्थिर हो गया है और अन्दर से शांति मिलती है जिससे मानसिक तनाव का कम होता है।
- ◆ आसन शरीर को स्थिर करने का सबसे उत्तम आसन है और वात दोष को शरीर में ठीक करता है।

अनुलोम विलोम प्राणायाम

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

शारीरिक स्थिति कोई भी आरामदायक स्थिति।

अभ्यास विधि

- ◆ सर्वप्रथम किसी भी आरामदायक स्थिति में बैठ जाएं।
- ◆ मेरुदण्ड एवं सिर को सीधा रखें और आंखें बंद कर लें।
- ◆ कुछ गहरी श्वासों के साथ शरीर को शिथिल कर लें।

ज्ञान मुद्रा में बाईं हथेली बाएं घुटने के ऊपर रखनी चाहिए। दाईं हथेली नासाग्र मुद्रा में होना चाहिए। अनामिका एवं कनिष्ठिका अंगुली बाईं नासिका पर रखनी चाहिए। मध्यमा और तर्जनी अंगुली को मोड़कर रखें। दाएं हाथ का अंगूठा दाईं नासिका पर रखना चाहिए।

बाईं नासिकारंध्र खोलें। बाईं नासिका से श्वास ग्रहण करें। इसके बाद कनिष्ठिका और अनामिका अंगुलियों से बाईं नासिका बंद कर लें। दाईं नासिका से अंगूठा हटा कर वहां (दाईं नासिका) से श्वास बाहर छोड़ें। तत्पश्चात् एक बार दाईं नासिका से श्वास ग्रहण करना चाहिए।

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

यह पूरी प्रक्रिया चार बार दोहराई जानी चाहिए।

अनुपात एवं समय

प्रारम्भिक अभ्यासियों के लिए श्वासोच्छ्वास की क्रिया की अवधि बराबर होनी चाहिए।

धीरे-धीरे इस श्वासोच्छ्वास क्रिया को क्रमशः 1-2 कर देना चाहिए।

श्वसन

श्वसन क्रिया मंद, समान एवं नियंत्रित होनी चाहिए। इसमें किसी भी प्रकार का दबाव

या अवरोध नहीं होना चाहिए।

लाभ

मन में निश्चलता लाता है और शांति प्रदान करता है साथ ही एकाग्रता बढ़ाने में भी सहायक है।

जीवन शक्ति बढ़ाता है और तनाव एवं चिंता के स्तर को कम करता है।

यह कफ विकार को भी कम करता है।



कपालभति प्राणायाम

कपालभति प्राणायाम के लिए शारीरिक स्थिति कोई भी आरामदायक स्थिति, पद्मासन, सुखासन, वज्रसन, में बैठ जाएं।

अभ्यास करने की विधि:-

- ◆ अपनी रीढ़ की हडडी को सीधा रखते हुए किसी भी आसन में आरामदायक बैठ जाएं।
- ◆ अपनी आंखें बंद कर पूरे शरीर को शिथिल कर लें शरीर में किसी प्रकार का तनाव नहीं होना चाहिए।
- ◆ एक लम्बी गहरी सांस ले। सांस को छोड़ते हुए पेट को अंदर की ओर खींचे। अपने पेट को इस प्रकार से अंदर

खींचे की वह रीढ़ की हडडी को छू ले। जितना हो सके आराम से उतना ही करे पेट की मांसपेशियों के सिकुड़ने महसूस कर सकते हैं।

- ◆ जैसे ही पेट को मांसपेशियों को ढीला छोड़ते हो सांस अपने आप ही फेफड़ों में पहुंच जाती है।
- ◆ कम से कम तीव्र श्वास छोड़ने की 20 आवृत्तियां पूरी करनी चाहिए।
- ◆ गहरा श्वास लें और धीरे-धीरे श्वास छोड़े और विश्राम करें।
- ◆ कपालभति प्राणायाम करते समय जोर से सांस को बाहर छोड़े।
- ◆ अपनी ध्यान बाहर की जाती हुई सांसो पर रखे।

कपालभति प्राणायाम के लाभ

- ◆ कपालभति प्राणायाम कपाल शुद्ध करता है।
- ◆ नाडियों का शुद्धिकरण करता है।
- ◆ यह तंत्रिका तंत्र को मजबूत करता है पाचन अंगो को शक्तिशाली बनाता है।
- ◆ रक्त परिसंचरण को ठीक करता है चेहरे पर चमक बढ़ाता है।
- ◆ नियमित करने से पेट की चर्बी कम हो जाती है।
- ◆ कपालभति प्राणायाम नियमित करने से पूरे शरीर का कायाकल्प करता है।
- ◆ जुकाम, अस्थमा, एवं श्वास नली संबंधी संक्रामण में बहुत ही लाभदायक होता है।
- ◆ मन शांत रहता है।
- ◆ कपालभति प्राणायाम नियमित करने से मोटापा कम हो जाता है।

सावधानियां

- ◆ हृदय संबंधी व्याधियों में, मिर्गी आने पर, चक्कर आने पर, नासिका में रक्त आने पर, मासिक धर्म के दौरान भी यह प्राणायाम नहीं करना चाहिए।

बदलते समाज में जीवन का महत्व



सुषमा त्रिपाठी

किसी भी इंसान के जीवन में मूल्य का अहम योगदान रहता है क्योंकि इन्हीं के आधार पर अच्छा बुरा यह सही गलत की पारक की जाती है सामाजिक का मतलब है कि आप अपने समाज और समुदाय कैसे शामिल होना चाहिए आपके मित्र मंडली परिवार सहकर्मी और परिचित सभी एक भूमिका निभाते हैं सामाजिक शैली का सकारात्मक और नकारात्मक दोनों प्रकार का प्रभाव होता है।

परिवर्तन ही जीवन का मूल आधार है: यदि हम किसी से बुरे तरीके से बर्ताव करते हैं तो हमें उसे चीज से भी परिवर्तन आना चाहिए और हमें अपने बर्ताव को अच्छा बनाना चाहिए यदि हमारी गंदी आदतें हमारी जिंदगी को नुकसान पहुंचा रही हैं तो हमें उसे चीज में भी परिवर्तन लाना चाहिए अगर जिंदगी में कुछ बनना है तो भी परिवर्तन का होना बहुत ही ज्यादा जरूरी है।

सामाजिक जीवन का महत्व : दूसरों से सामाजिक रूप से जुड़े रहने से भी चिंता अवसाद को कम करने तनाव कम करने आत्म सम्मान बढ़ाने आराम प्रदान करने अकेलेपन को रोकने और जीवन और जीवन प्रयत्नों को बढ़ाने में मदद मिलती है दूसरी ओर मजबूत सामाजिक संबंधों की कमी से व्यक्ति के मानसिक भावनात्मक और शारीरिक स्वास्थ्य को बहुत बड़ा खतरा होता है।



परिवर्तन परिवर्तनशील है और नकारात्मक या सकारात्मक हो जाता है जब आपके हमारे जीवन में आपकी मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण को भी ना प्रभावित कर सकता है आप उसे स्थिति में भी नियंत्रण से बाहर महसूस कर सकते हैं जिनकी आपसे उम्मीद नहीं की थी परिवर्तन हमारे जीवन को उसे प्रकार से प्रभावित करता है।

समाज का महत्व : समाज व्यक्तियों को जीवन में आकर देने और उनकी अंत क्रियो विश्वासों और व्यवहारों के लिए एक रूपरेखा प्रदान करने का महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है यह मानव अस्तित्व का एक मूलभूत पहलू है जो हमारे जीवन के विभिन्न पहलू को प्रभावित करता है व्यक्तिगत संबंधों से लेकर आर्थिक प्रणाली तक समाज का महत्व बहुत ही महत्वपूर्ण भूमिका होती है हमसे कुछ लोग कुछ बुरे अनुभवों की वजह से बदलने के लिए मजबूर भी हो जाते हैं हमें से कुछ लोग

बेहतर इंसान बनने के लिए खुद को बदल लेते हैं कई बार तो हम दोस्तों के दबाव में आकर खुद को बदल लेते हैं या बदलने का प्रयास करते रहते हैं कई बार तो कोई गलती भी बदलाव कारण बन जाती है इसी को कहते हैं सामाजिक बदलाव।

परिवर्तन हमारे जीवन में क्यों महत्वपूर्ण है : परिवर्तन को अपने से आपको और अधिक करने का साहस मिलता है और अगली बार और भी आसान और आसान जब की परिवर्तन चुनौती पूर्ण हो जाता है और

डर दूर हो जाता है और अधिक और उन्नति की प्रत्यक्ष दृष्टि में आ जाता है आपका आत्मविश्वास बढ़ता है क्योंकि आप उसे रूप से परिवर्तन को अपनाते हैं आत्मविश्वास प्राप्त करते हैं और छोटे लक्ष्यों को पूरा करते हैं परिवर्तन जीवन का एक आवश्यक हिस्सा है बदलाव के बिना जीवन नहीं होता हमारे जीवन में वास्तव में परिवर्तन होता है हालांकि हम में से अधिकांश एक निश्चित मात्रा से स्थिरता चाहते हैं यदि आप किसी चीज से बचने के बजे एक सहायक दोस्त के रूप में परिवर्तन को स्वीकार करना सीख सकते हैं तो आप कम तनाव का अनुभव कर सकते हैं।

जीवन में बदलाव क्यों जरूरी है: बदलाव ही जीवन का नियम है जो समय के साथ-साथ बदलता रहता है जो बच जाता है जो समय के साथ नहीं बदलता वह मिट जाता है जीवन के सफर का हम वास्तविक आनंद हम तभी उठा सकते हैं जब हम समय के साथ-साथ चल पुराने स्टेशनों जड़ रीति रिवाज धारणाओं को छोड़ते हुए और नए स्टेशनों समय के अनुसार नवीनता को अपनाते जाएं क्योंकि परिवर्तन शाश्वत है समय के साथ किसी भी वस्तु विषय और विचार में भिन्नता आती है मौसम तो बदलते ही रहते हैं जिंदगी में सबसे महत्वपूर्ण समय है समय काम है तो समय को जिंदगी के समान माना गया है कहा जाता है अगर आप समय को बर्बाद कर रहे हैं तो अपनी-अपनी जिंदगी को भी बर्बाद कर रहे हैं अगर आप समय का अच्छा उपयोग कर रहे हैं तो अपनी जिंदगी को भी अच्छा बना रहे हैं इसलिए आप लोग अपना और समय के महत्व को समझना चाहिए और उसका उपयोग सही तरीके से करना चाहिए लोग तब बदल सकते हैं जब आत्म जागरूक होते हैं समर्थन प्राप्त करते हैं और अलग तरह से व्यवहार करने के बारे में जानबूझकर सोचते रहते हैं लेकिन जीवन में बदलाव में समय लगता है और कुछ मामलों में चुनौती पूर्ण भी हो जाता है

क्यों परिवर्तन महत्वपूर्ण है: हमसे कुछ

लोग परिवर्तन के लायक हैं और परिवर्तन से ही सफल होते हैं हमसे कई लोग एक साथ दो दिन में ज्यादा समय तक चलने वाली यथा स्थिति से भी उतने उतने ही सहज हो जाते हैं निश्चित रूप से अगर काम और उसे पूरा करने का तरीका लगातार परिवर्तनशील ना हो तो जीवन आसान हो जाएगा जीवन के सफर का वास्तविक आनंद हम तभी उठा सकते हैं जब हम अपने जीवन में बदलाव लाएंगे।

परिवर्तन हमारे जीवन को कैसे प्रभावित करता है: परिवर्तन परिवर्तनशील है और नकारात्मक या सकारात्मक हो जाता है जब आपके हमारे जीवन में आपकी मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण को भी ना प्रभावित कर सकता है आप उसे स्थिति में भी नियंत्रण से बाहर महसूस कर सकते हैं जिनकी आपसे उम्मीद नहीं की थी परिवर्तन हमारे जीवन को उसे प्रकार से प्रभावित करता है

हमारे जीवन से सबसे जरूरी क्या है: मनुष्य को जीवन जीने के लिए हवा पानी भोजन वस्त्र और आवास के साथ-साथ सबसे जरूरी प्यार और आशा की किरण मनुष्य के जीवन में सबसे ज्यादा जरूरी होता है स्वास्थ्य प्रेम आस्था और सामाजिक संबंध स्वास्थ्य एक ऐसी चीज है जो हमारे जीवन की सबसे अहम जरूरत में से एक है क्योंकि हमें अच्छे से हर चीज की जरूरत होती ताकि हम जीवन के सभी क्षेत्रों में सफलता प्राप्त कर सकें जीवन का सबसे बड़ा आनंद है हम जो करना चाहे बिना किसी दबाव के हम कर सकें सामाजिक और आर्थिक दबाव के कारण नहीं कर पाए जिससे मन दुखी हो जाता है बिना किसी दबाव के जो करना चाहे वह कर पाए वह ही हमारे लिए जीवन का सबसे बड़ा आनंद होता है जीवन का यही सच्चा आनंद है उपयोग में लाया जाने वाला प्रकृति की एक शक्ति बन्ना ना की बीमारियों शिकायतों का एक ज्वार ग्रस्त स्वार्थी छोटा सा थका हुआ बना जो यह शिकायत करता है कि दुनिया हम आपको खुश करने के लिए स्वयं को समर्पित नहीं करना चाहिए।

जीवन की सबसे सुंदर अवस्था कौन सी है: महाभारत में 6 चीजों को बताया गया है कि जीवन का सुख बहुत कम लोगों को मिलता है जो इस प्रकार है-

- ◆ धन- सुखी जीवन के लिए धन का होना बहुत ही आवश्यक है।
- ◆ निरोगी- शरीर जीवन में सदैव सुखी रहने के लिए शरीर का तंदुरुस्त होना बहुत जरूरी है।
- ◆ सुंदर जीवनसाथी
- ◆ वह भी मीठा बोलने वाले।
- ◆ पुत्र एवं पुत्री का आज्ञाकारी होना।
- ◆ धन पैदा करने वाली विद्या का ज्ञान।

जिस जिस इंसान के जीवन में सब गुण मिलते हैं उनका जीवन धन्य हो गया है इस प्रकार आप सभी लोग कई तरीके से अकेले अपने जीवन का आनंद ले सकते हैं अब अपने भीतर के बच्चे से जुड़कर ऐसा कर सकते हैं उन गतिविधियों में शामिल होकर जो आपको सबसे ज्यादा खुशी देती है खुद से बात करें खुद को घूमने ले जाएं खुद को छोटे-छोटे पुरस्कार दें और खुद के साथ ही रहे जैसे कि आप अपने सबसे अच्छे दोस्त के साथ रह रहे हो अच्छा हो उसी के साथ होती है ऐसे ही हम अपनी खुशियों में खुश रह सकते हैं जीवन में बदलाव तब आता है जब अचानक सब परिवर्तन विपरीत होने लगते हैं।

हम हर तरह से अपनी तरफ से मेहनत करते हैं लेकिन कुछ भी ठीक नहीं होता सबका व्यवहार बदल जाता है इन नजदीकी रिश्ते टूट जाते हैं परंतु बदलाव तो जीवन का नियम है आप खुद बदल जाएंगे तो तकलीफ होगी वरना समय बदलता रहता है तो दुखों का खतरा ज्यादा रहता है और टूटने का खतरा भी इसलिए हमें यहां बताते हुए अच्छा लग रहा है कि भाई-बहनों मूल्यवान है जीने का सही अर्थ समझिए और अच्छा जीवन यापन करिए हमारी आपकी जिंदगी है तो हमारा परिवार समाज और पूरा साम्राज्य बनता है।

हर दिन लुटती लाज राखियाँ

मौन खड़ी

हर दिन लुटती लाज राखियाँ मौन खड़ी,
 हर दिन मिटती बहन राखियाँ मौन पड़ी।
 हर दिन रक्षासूत्र कलंकित होते हैं,
 हर दिन भाई दाग भाल पर ढोते हैं।
 देखो चारो ओर सिसकती बहनों को,
 ढीली पड़ती गाँठ हाथ के गहनों को।
 देखो अंतःवस्त्र रक्त से रंजित हैं,
 देखो कुल का मान भय से शंकित है।।
 तुम कहते हो बहन सुरक्षित है मेरी,
 तुम कहते हो बहन लाज मेरी तेरी।
 तुम कहते हो प्राण गँवा कर लाज रखूँ,
 तुम कहते हो आँख उठे खूँ ग्रास चखूँ।
 फिर हर दिन क्यों सरे राह लुटती बहने,
 फिर हर दिन क्यों पड़े दर्द घुट-घुट सहने।
 फिर हर दिन क्यों निर्भया की तश्वीर छपे,
 फिर हर दिन क्यों शील भंग की पीर छपे।
 पूछ रहा हूँ शहर एक दिखलादो तुम,
 पूछ रहा हूँ गाँव कहीं दिखलादो तुम।
 पूछ रहा हूँ कहाँ सुरक्षित है बहने?
 पूछ रहा हूँ जहाँ कहाँ रक्षित बहने?
 फिर कैसे त्योहार मनाने आये हो?
 फिर कैसे ये सूत्र सजाने आये हो?
 छोड़ो अब अधिकार नहीं कुछ कहने का,
 छोड़ो अब अधिकार न भाई होने का

हेमराज सिंह 'हेम'

कोटा राजस्थान

जब पहला दरस मिला तेरा

याद आ रहा है वह दिन जब पहला दरस मिला तेरा,,
 तेरे भाव के दरिया में जब बह निकला सब कुछ मेरा,,
 तू अनंत यात्रा पर उग भरते एक रोज वहां पर आया,,
 मेरे कुछ अपनों की भीड़ जमा थी सब का कौतूहल था तू,,
 आंखें सब की थी तुझ पर टिकी टिकी।।
 क्या मंजर था उस द्वारे का, क्या थी वह नीम की शीतल छाया,,
 मैं आंगन में था खेल रहा बचपन को मानो झेल रहा,,
 एक आस समेटे आंखों में मां के आंचल में छुप जाता था,,
 पिता की अंगुली पकड़े पकड़े चलते चलते रुक जाता था,,
 फिर मिली सूचना शेष आ गए, मैं दर्शन को भागा आया,,
 जैसे सागर से मिलने को नदियां चल पड़ती हैं, मानो शोक मुक्त करने
 मुझको खुद अशोक चलकर आया।।
 जब नजर मिली नजरों से तो चारों एक हो गए हो जैसे,,
 तब से मैं तेरा दीवाना तेरे पीछे चल दिया था जैसे मस्ताना,,
 क्या है तुझ में यह पता नहीं पर जो लगता है मुझको कहता हूँ,
 तुझको तुलसी का राम कहूँ या सूरदास का श्याम, पैगंबर बोलूँ कुरान का या
 पादरियों के ईसा,,
 महावीर या गौतम बोलूँ या सिखों का महागुरु कोई भी तो नहीं है तू,,
 लगता है रचनाकर ने रचना कुछ दिव्य बनाई है, या सभी गुणों का समावेश
 कर प्रकृति स्वयं देह धर आई है।।
 आभा ललाट की है जैसे दिनकर प्रतिबिंबित हो दर्पण पर,,
 लोचन ज्योति की शीतलता सागर मध्य चांद दिख रहा जैसे,,
 ध्वनि, गंध, स्वाद जैसे, कर्ण, नासिका, जीभ बनी, या सातों सुर मानो खुद ही
 गला कंठ बनाई हो।।
 परोपकार है कर विशाल, और ममत्व ही सीने में दिल स्वरूप बनाई हो,,
 पैर चल रहे होते हैं धरती पर या धरती चल रही पैरों तल,,
 जो भी हो इतना ही कहता हूँ मानो गति स्वयं गतिमान हो रही है पल पल,,
 तू मानव है या मानवता की पराकाष्ठा, भव, विभव, पराभव है तुमसे, है आदि
 अंत और मध्य तुम ही से,,
 जो भी हो सृष्टि चल रही है तुमसे तू हरकत में भर दी हलचल।।

कामेश

गज़लें

1

लहरों पे उठी लहरें, पानी से डरा पानी
दरिया ने बगावत की, घर-घर में भरा पानी
किस ओर गया यारो, क्या हाल हुआ उसका

होता था कभी वह जो लोगों में खरा पानी
पानी क्यों नहीं दिखता पानी के कलर जैसा
है ताल के भीतर क्यों ये लाल-हरा पानी
सांसें ये नहीं सांसें, जीना ये नहीं जीना
आंखों में नहीं सपने आंखों का मरा पानी
होते ही सुब्ह चिड़िया, फिरती है परेशां-सी
मिल जाते ज़रा दाने, मिल जाता ज़रा पानी
बादल तू न उड़ जाना, तरसा के ज़माने को
दरके है ज़मीं देखो, मांगे है धरा पानी

2

यूँ परवतों से उतरती है शान पानी की,
कि गीत छेड़ रही है जुबान पानी की
ये जो बादल हैं परिन्दे हैं अर्श पर फैले,
या कि निकली है सफ़र पे उड़ान पानी की
बढ़ी जो प्यास तो दर्या ने भी मुँह मोड़ लिया,

लगी हैं जाल बिछाने दुकान पानी की
कहीं ये राह में बेसुध न होके गिर जाए,
यूँ बढ़ रही है मुसलसल थकान पानी की
ये शह बढ़ तो रहे ले के क्रातिलों का हुजूम,
मुझे है डर कि ये ले लें न जान पानी की

अशोक अंजुम

आकाश की तलाश

धरती पर निहुरता आसमान
अक्सर तलाश करता रहता है उन
ऊँचे-ऊँचे विशालकाय वृक्षों को
जिनके पुकारे पर बादल आते थे।
वही बादल, जिनसे आकाश की गोद भरती थी
धरती पर मंगल गीत गाये जाते थे
और नीम की डालों पर झूले बांधे जाते थे
कोयल की कूक गूँजने लगती थी
पोखरों में मेंढक टरटराने लगते थे
और तो और, अलमस्त बहती हवाओं के सुर
भी सध जाते थे।
तप्त धरा की उद्विग्नता दूर होते ही
जीवन की डोर मज़बूत होने लगती थी
नदियों की शिथिलता हट जाती और
गति आ जाती थी।
काश, आकाश की तलाश पूरी हो जाए और
लौट आए
पीयूष जल राशि
मिट्टी का सौँधापन
वायु का सहलाता स्पर्श
आकाश का रंग और
धरती की मुस्कान।

डॉ. कविता विकास

ऋतु चक्र और हमारा जीवन

गर्मी का कोमल रूप
जब सख्त होता है
वह मरने का वक़्त होता है
जो बचते हैं
बरसात का आनंद लेते हैं
बरसात में भी
मरने का दुख होता है
जब उसका सख्त रुख होता है
रुख और दुख से जो बचते हैं
कोमल जाड़े का आनंद लेते हैं
हरी घास पर
खिली धूप का
कोमल जाड़ा
फिर सख्त होता है
फिर मरने का वक़्त होता है
जो बचते हैं
वसंत में प्रवेश करते हैं
आनंद लेते हैं
सपने रचते हैं
वसंत
कभी
अति पर
नहीं पहुँचता
और कोमल गर्मी
आ जाती है

केशव शरण





भारतीय संस्कृति शुरू से ही प्रकृति में मौजूद संसाधनों को ईश्वरीय देन मानते हुए उनका संरक्षण और संवर्द्धन करती आ रही है। यह हमारी संस्कृति का प्रकृति को आभार व्यक्त करने का तरीका है। हमारी संस्कृति में प्राकृतिक धरोहरों को महत्त्वपूर्ण स्थान दिया गया है। इसी क्रम में हम अपनी विस्तृत प्राकृतिक सम्पदा को भी पूजते हैं।

तुलसी की तरह ही हम अपने घरों में शमी को भी विशेष स्थान देते हैं। शमी वास्तु के अनुसार शुभ माना जाता है। घरों में शमी लगाने और पूजने से कई प्रकार के लाभ मिलने की मान्यता है। यूँ भी शमी की हरी-भरी छटा और रंग बिरंगे पुष्प काफी आकर्षक लगते हैं। शमी के फूलों का आकर्षण तो विशेष ही होता है। पूजन के अलावा शमी का महत्त्व उपचार में भी है। शमी में कई प्रकार के औषधिये गुण मिलते हैं। इससे यह भी समझ आता है कि हमारे पूर्वजों का ज्ञान विशिष्ट रहा होगा। जिन्होंने हमारी प्राकृतिक संपदा की आवश्यकता और उनकी हमारे जीवन में भूमिका को समझा।

◆ शमी के औषधिये गुणों का उपयोग त्वचा संबंधी विकारों, आंखों की दिक्कतों और पेट के विकारों में किया जाता है। शमी की छाल और



इसकी पत्तियों का इस्तेमाल त्वचा के विकारों जैसे-खुजली, जलन, यहाँ तक कि कुष्ठ रोग में भी किया जाता है। शरीर में हुए घावों के लिए भी इसकी छाल इस्तेमाल में ली जाती है।

- ◆ आंखों की जलन के लिए शमी की पत्तियां लाभकारी हैं। आंखों की जलन के साथ ही यह आंखों के दर्द में भी राहत देकर आंखों को ठण्डा रखती है। शमी की पत्तियों में एंटीऑक्सीडेंट पाये जाते हैं जो कि दिल कि बिमारियों में लाभप्रद है।
- ◆ पेट के विकारों जैसे पेटिस, कब्ज में भी शमी लाभ देता है। इसकी पत्तियों और छाल का विशेष मिश्रण तैयार करके देने से पेट में लाभ मिलता है।
- ◆ पेशाब की जलन में शमी के पत्ते

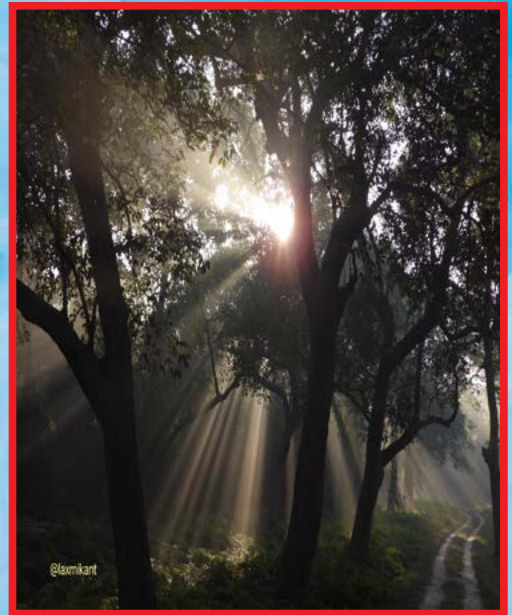
फायदा करते हैं। शमी की पत्तियों का उपयोग शरीर को डिटॉक्स करने और शरीर को ठण्डा रखने के लिए किया जाता है।

- ◆ बताया जाता है कि शमी की पत्तियां डायबिटीज में भी लाभ देती हैं। शमी का एक महत्त्वपूर्ण इस्तेमाल मानसिक विकारों में भी किया जाता है।

शमी आपके बगिया की विशेष उपलब्धि हो सकती है। शमी को ज्यादा देखभाल की भी आवश्यकता नहीं होती है। फूलों से लद जाने पर यह बहुत आकर्षक दिखता है। पूजन में भी इसका विशेष उपयोग है। वास्तु की दृष्टि से भी शमी अहम है। इससे अपने घर की बगिया में लगाकर आप घर की रौनक बढ़ा सकते हैं।



प्रकृति के रंग



लक्ष्मीकांत
लखीमपुर



हर व्यक्ति के बाह्य जगत से प्राप्त होने वाली अवस्था प्रकृति होती है
जो स्व अन्तःकरण की प्रतिध्वनी 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 se Sarakki

नई महिंद्रा XP PLUS सीरीज़

श्रेणी में पहली बार

माइलेज शानदार

पावर दमदार



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

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