

RNI No. UPHIN/2011/40224

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

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

प्रकृति मेल

मंजिल का मार्ग

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 : 6 | दिसंबर - 2024

संरक्षक

डॉ. 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

पुर्वांचल 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 तकनीकि

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

www.prakritimail.com
info@prakritimail.com
editor.prakritimail@gmail.com

अंदर के पन्नों पर



P 8 प्राकृतिक संगीत जीवन ध्वनि

P 11 "परिवर्तन ही न्याय है"

स्वाभाविक मूलतः की शीतल शून्यता ही जन्म पात्र मृत्यु पात्रता की रश्मि क्रिया बन गई। अर्थात् परिवर्तन ही न्याय है कि अभिव्यक्ति में भावना ही काल घड़ी है, जो उस प्रवर्तन को उन्मुखशील सहर्षता में सहज सरल करती है जहां से अन्नप्रिय विज्ञान की उत्पत्ति होती है।

P 17 रसायनिक ध्वनि सरल प्रकाश मार्ग

प्रकृति तो वह महान सरल रसायनिक जीवन मार्ग प्रणाली है जिसमें ना ही कुछ करने की ना ही कुछ गुणा गणित करने की आवश्यकता है।

P 22 अनमोल धरोहर हैं वृद्धजन

संयुक्त राष्ट्र संघ ने 14 दिसम्बर, 1990 को सदस्य राष्ट्रों की सहमति से 1 अक्टूबर को प्रतिवर्ष 'अंतरराष्ट्रीय वृद्धजन दिवस' के रूप में मनाया जाना सुनिश्चित किया।

P 39 श्रद्धा और विश्वास

श्रद्धा और विश्वास ही वह अनमोल रत्न है जो बेहतर जीवन जीने की हमें कला सिखाते हैं। अतः श्रद्धा और विश्वास रखते हुए आगे बढ़े और जीवन को खुशहाल बनाएं।

P 44 चैरापूंजी- 'डीडीहाट'

शांतिपूर्ण प्रकृति के बीच बसा डीडीहाट सैर-सपाटे के लिए एक आदर्श स्थान है। सच तो यह है कि घने जंगल, ऊंचे-ऊंचे पहाड़, घाटियां, दर्रे, घास के मैदान, नदी और ग्लेशियर से घिरा यह हिल्स स्टेशन किसी जन्त से कम नहीं है।

P 32 प्रकृति विज्ञान

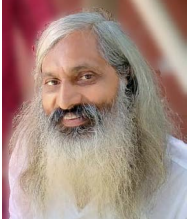
मंजिल का मार्ग

" हर प्रयास के बाद भी जो अनिवार्य हो जाए उससे उत्पन्न होने वाली स्वाभाविक अवस्था ही मंजिल का मार्ग होती है। "



सतयुग

स-सत त-तत्व यु-युक्ति ग-गति अर्थात् सत तत्व की युक्ति की गति



अशोक मानव

सतयुग का प्राकृतिक अर्थ है सत् पदार्थ द्वारा युक्ति पूर्ण तरीके से की गई गतिमान अवस्था का सृजन। सतयुग का वैज्ञानिक अर्थ है- जीव पदार्थ का सही उपयोग जो ज्ञान बनाकर जीवन को आसान बना दे। सामाजिक अर्थ में सत पर चलने वाला युग ही सतयुग है। “वास्तविक रूप से तो सतयुग जीवन पद्धति द्वारा छोड़ा गया वह सत तत्व जो अवस्था परिवर्तन करता है पर खत्म कभी नहीं होता है उसी सत तत्व की युक्ति पूर्ण गति का सृजन ही सतयुग है जो कभी खत्म नहीं होता है, सदैव गतिमान रहता है सतयुग तो अपनी परिभाषा के अनुरूप सदैव रहता है।” सतयुग तो अपनी परिभाषा के अनुरूप सदैव रहता है।

जल-प्रकाश की युक्ति की गति से उत्पन्न होने वाली ऊष्मा से जीव की उत्पत्ति होती है। जीव द्वारा बनाया गया पदार्थ का सत तत्व जो अनेकों जीव से गुजरता हुआ सत तत्व छोड़ना जाता है उसी सत्य तत्व की युक्तीपूर्ण गति ही सतयुग होती है। युक्ति की गति अर्थात् पदार्थ का सत तत्व अपने गणों के अनुसार गंध छोड़ता रहता है वहीं गंध अपने गुण के अनुरूप युक्ति पूर्ण तरीके से अन्य सहयोगी पदार्थों के गंध तत्व को अपने से छोड़कर आध्यात्मिक बीज की रचना करते रहते हैं, जो सूर्य प्रकाश ज्योति बनकर उसे आत्मिक बीज रचना से जुड़ जाती है जो आत्मिक बीज के गणों के अनुरूप स्वरूप बनाकर जीव पदार्थ विषय से उस आत्मिक बीज रचना का आहार बनाकर उसे जलाती है। जिससे उत्पन्न होने वाली गंध उसके शरीर और गुण का विकास करती है। इस प्रक्रिया से बनने वाली गंध ज्ञान, अस्त्र-शस्त्र बनकर प्रकृति परिवर्तन में कार्य करती रहती है। जो जीव पदार्थ के शेष सत तत्व से सदैव क्रियाशील रहते हुए सृजन को प्रदूषण मुक्त करके दर्द विहीन युग की स्थापना के लिए सदैव प्रयत्नशील रहती है जिसे सतयुग कहते हैं। सतयुग तो सत्व का निर्माण है जो कभी नहीं खत्म होता है, सदैव चलता रहता है। सत्य का निर्माण जीव के गणों और पदार्थों से पैदा होता है जो सदैव चलता रहता है। जब आपराधिक तत्व का सत बढ़ जाता है तो प्रकृति असंतुलित हो जाती है जिससे विनाश हो जाता है। पर सत तत्व पुनः युक्ति से अपने आपको गतिमान करके पुनः सृष्टि का सृजन करते हैं यही सतयुग है जो शुरु भी, अंत भी और सदैव भी है।

समय अनन्त विज्ञान की गतिमान अवस्था का तत्व यथार्थ ऊर्जा की गंध स्वयोग से हर अवस्था को पूर्ण कर अन्वरत गतिमान रहने के योग को 'सतयुग' कहते हैं।

युग के और भी चरण बनाए गए हैं पर वह गुण विशेषता की अधिकता का एक नाम है - त्रेता युग, द्वापर युग, कलयुग सब सतयुग ही है क्योंकि आत्मिक बीज रचना सत्य की ही होती है। युग के कई चरण के परिवर्तन का उद्देश्य एक ऐसे युग की स्थापना करना है जो ज्ञानपूर्ण हो जाए, जिसमें कोई जीव किसी जीव को कष्ट ना पहुंचाए एक दूसरे के अधिकार को अपना कर्तव्य समझे। यह कार्य प्रकृति का सबसे अधिक ज्ञानी मनुष्य मानव बनकर पूरा कर लेता है। जो मानव द्वारा बनाया युग होगा जिसमें सभी गुण समन्वय में आ जाएंगे जो अपने ज्ञान से किसी गुण की अधिकता नहीं होने देंगे और सृष्टि का विनाश कभी नहीं होगा और सिर्फ युग बचेगा जो सदैव चलता रहेगा। इस युग का योग होगा जिसमें आत्मा सतयुग की रहेगी (जो सदैव रहती है इसे कभी नहीं बदला जा सकता) स्वरूप मानव का और गुण शिव का, शिव अर्थात् शिखर का वजूद जो विष, तूफान और सागर की लहरों से

भी ना बदलता हो ऐसा ही दृढ़ संकल्प स्वरूप ही ऐसे युग की रचना कर सकता है, जो युग बनकर सदैव चलता रहे। ऐसा ही युग बनाने के लिए कई युग आए और अपना कार्य पूरा करके चले गए यह श्रृंखला गुणात्मक सत निर्माण से ही पूरी हो सकती है क्योंकि जब गुण भाव शिव की तरह अटल होकर एक गुण का हो जाता है तो सत्य तत्व एक गुणीय हो जाता है और सूर्य उसी के अनुरूप शरीर का निर्माण करता है ऐसा योग ही दर्द विहीन सृष्टि की रचना बनकर युग का स्वरूप बना सकती है। जो अपने सत तत्व की युक्ति से सदैव गतिमान रहेगा जिसका नाम युग होगा जो सृष्टि का विनाश नहीं होने देगा वही सतयुग युग बनकर सृष्टि को चलाएँ मान रखेगा।

यही उद्देश्य प्रकृति परम प्रकाश, शिव, सूर्य, ईश्वर पूर्ण ब्रह्मांड का है। विनाश तो अज्ञानता का परिणाम है जब ज्ञान से ही वही भाव बनाया जाएगा जो दर्द विहीन हो, तो किसी एक गुण की अधिकता नहीं होने पाएगी और सृष्टि सदैव चलती रहेगी। यह कार्य मनुष्य मानव बनकर ही पूरा कर सकता है। प्रकृति में गुणों का विकास क्रमिक गति से होता है जैसे- जलीय जीव से स्थलीय जीव, स्थलीय जीव से आसमानी जीव और इन सबसे मनुष्य और मनुष्य से मानव क्रमिक विकास में जीव में शरीर का विकास सत तत्व के गुण का परिणाम है। धीरे-धीरे जब गुणता बढ़ती गई तो उसका स्वरूप अतयाधुनिक होता गया जैसे-जैसे आवश्यकता खत्म होने पर पूछ, सिंह का स्वतः हट जाना और मनुष्य का रूप ले लेना ठीक उसी प्रकार जब मनुष्य दूसरे के दर्द को नहीं जान पा रहा है सिर्फ अपने लाभ के लिए कार्य करना चाहता है जब प्रकृति के क्रमिक विकास में यह दूसरे के दर्द को जानने लगेगा और अपना लाभ नहीं, पर दूसरे को दर्द देना नहीं पसंद करेगा तभी यह स्वरूप मनुष्य से मानव बन पाएगा और उस युग की स्थापना करेगा जो करोड़ों साल से ब्रह्माण्ड की चाहत है।



पाठकनामा

प्रकृति मेल तेरा भी जवाब नहीं
 प्र शब्द से तुम प्रकृति के हर कोने-कोने तक
 प्रकाश फैलाती हो
 नया सवेरा लाकर नयी
 ऊर्जा व शक्ति का संचार करती हो
 कृ शब्द से सभी पर कृपा बरसाती हो
 ति शब्द से तुम हर व्यक्ति के मन में
 तितली बनकर उड़ान भरती हो
 मे शब्द से मेरा तेरा भूलकर
 जन जन में विश्वास जगाती हो
 ल शब्द से लम्बा इंतजार करा कर
 प्रकृति मेल जब तुम आती हो
 तब हर किसी पाठक का
 मन प्रफुल्लित हो जाता है
 प्रकृति से नाता जोड़ कर
 प्रकृति मेल तुमने कमाल कर दिया
 वाह रे प्रकृति मेल , तेरा क्या कहना
 तभी तो किसी महापुरुष ने कहा है कि
 प्रेम चेहरा देखकर नहीं अपितु
 स्वभाव देखकर कीजिए
 धन्य है प्रकृति मेल
 जो तुम हर माह आकर
 हमें प्रकृति से रूबरू रू कराती हो
 तेरे प्रयास को सलाम हैं

– सुनील कुमार माथुर
 जोधपुर, राजस्थान

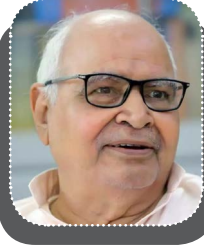
सभी पाठकगण से अनुरोध है कि आप अपने विचार अपने लेख हमें निम्न पते पर भेज सकते हैं—

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



““

“कुंभ अंतरराष्ट्रीय आश्चर्य है।”

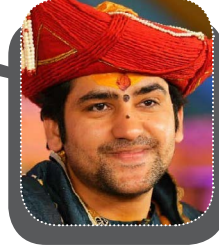
हृदयनारायण दीक्षित



““

“भारत का कानून कछुए की तरह रेंगता है, जबकि अमेरिका में कानून की रफ्तार तेज है।”

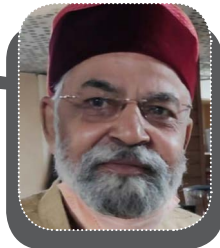
विराग गुप्ता



““

“हमें तलवार से नहीं, बल्कि अपनी लड़ाई विचारों से लड़ना है।”

पं धीरेंद्र कृष्णा शास्त्री



““

“इसमें दो राय नहीं कि धरती पर इंसान का अस्तित्व तभी तक है, जब तक जंगल है।”

ज्ञानेंद्र रावत



““

“सरकारी अथवा गैर सरकारी जमीनों पर अतिक्रमण और अवैध निर्माण अकरमात नहीं हो जाते।”

विक्रम सिंह



““

“अपने अंदर के डर को निकालने के लिए उसका सामना करना जरूरी है।”

शूजित सरकार

सहा स्ट...



औरी,
यार, प्लीज अबकी
बार मैरी
सरकार

Manav

प्राकृतिक संगीत जीवन ध्वनि

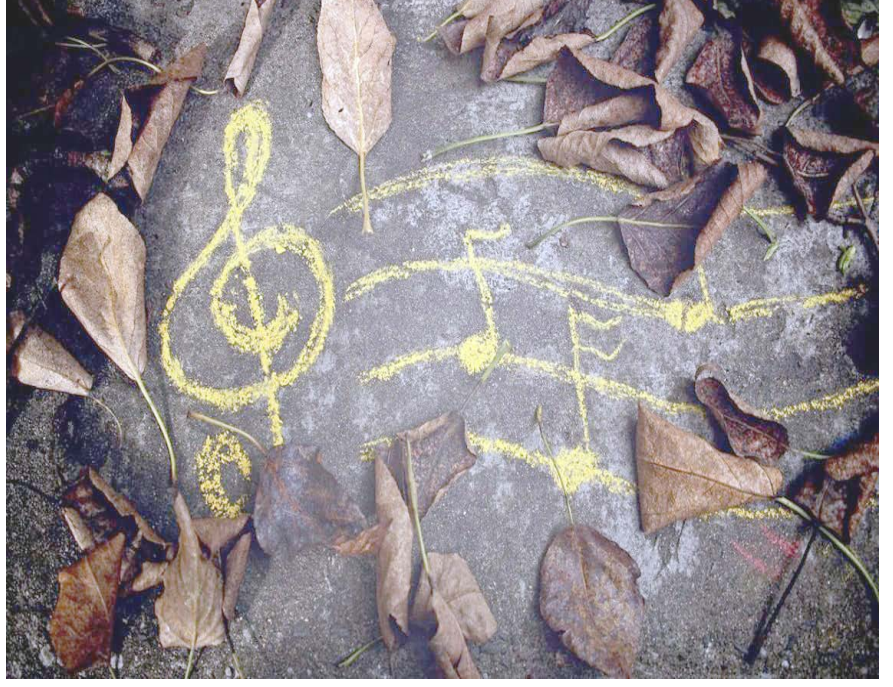


कामेश

प्रकृति में हर तत्व अपने आप में एक अद्भुत संगीत समेटे हुए है। हृदय में उमड़ते भावनाओं की लहरें, समुद्र की लहरों की आवाज़, झरनों से गिरता निर्मल जल, जंगलों में पत्तों की सरसराहट, पक्षियों की चहचहाहट, पहाड़ों से आती प्रतिध्वनि, बादलों की गड़गड़ाहट और वर्षा की ठंडी बूँदें – यही है प्राकृतिक संगीत। यह संगीत केवल बाहरी सुनवाई से नहीं, बल्कि अपने भीतर समाहित करके ही हम इसे सच्चे अर्थों में महसूस कर सकते हैं। जब तक हमारे हृदय में संगीत का जन्म नहीं होगा, तब तक यह प्राकृतिक संगीत केवल शोर सा लगेगा, और हम अपनी ही ध्वनियों से अनजान रहेंगे। आजकल के समाज में, जहां बाहरी जगत की समस्याओं और रोज़मर्रा की दौड़-भाग में लोग इतने व्यस्त हो चुके हैं, वे प्रकृति के इस अद्वितीय संगीत को समझ नहीं पाते। यही कारण है कि उन्हें अपने प्रियजनों की मधुर पुकार भी कर्कश और असहनीय लगती है।

जब एक बच्चा अपनी माँ से अपनी पहली प्यारी आवाज़ में बात करता है, तो वही आवाज़ उसके माता-पिता के कानों में चुभने लगती है। वह ध्वनि, जो हृदय में शीतलता और प्रेम का संचार करना चाहिए, कभी-कभी क्रोध और अव्यक्त असंतोष की वजह बन जाती है। यह सब इसलिए होता है क्योंकि हम अपने मन के द्वार बंद कर चुके हैं, और प्राकृतिक संगीत की आवश्यकता को अनदेखा कर रहे हैं।

यह मानसिक विकृति और अव्यक्त तनाव केवल एक व्यक्ति के लिए ही नहीं,



बच्चों को सुगंधित पुष्प बनने के लिए उनके जीवन में प्राकृतिक संगीत का समावेश जरूरी है। जब वे खुले आकाश में उड़ते हैं, पक्षियों की चहचहाहट सुनते हैं, चाँद की शीतलता को महसूस करते हैं, और सुबह की धूप में नहाते हैं, तभी उनका जीवन सच्चे अर्थों में खिलता है। और तब ही वे अपनी पूरी क्षमता में विकसित हो पाते हैं।

बल्कि उसके बच्चों और आने वाली पीढ़ियों के लिए भी घातक सिद्ध हो रही है। आजकल का बच्चा, जो खुले आकाश और प्रकृति के आलिंगन में खिलने के लिए उत्साहित होता है, उसे घर की चार दीवारों में कैद कर दिया जाता है। उसकी आत्मा, जो पक्षियों की चहचहाहट, पेड़ों की सरसराहट और ताजगी से भरी हवा में खुलने का अधिकार रखती है, उसे वह सब नहीं मिल पाता। पिता और माता, जो बच्चों के लिए सुरक्षित भविष्य की कामना करते हैं, उन्हें आंतरिक संतुलन और प्रकृति से जुड़े होने का अवसर नहीं देते। वे केवल भौतिक संसाधनों से बच्चों का भविष्य बनाने की कोशिश करते हैं, लेकिन उन्हें यह नहीं

समझ आता कि इन संसाधनों से केवल पेड़ तो उगाए जा सकते हैं, लेकिन उस पेड़ से निकली सुगंध को बच्चों तक नहीं पहुंचाया जा सकता।

बच्चों को सुगंधित पुष्प बनने के लिए उनके जीवन में प्राकृतिक संगीत का समावेश जरूरी है। जब वे खुले आकाश में उड़ते हैं, पक्षियों की चहचहाहट सुनते हैं, चाँद की शीतलता को महसूस करते हैं, और सुबह की धूप में नहाते हैं, तभी उनका जीवन सच्चे अर्थों में खिलता है। और तब ही वे अपनी पूरी क्षमता में विकसित हो पाते हैं। प्रकृति का यह संगीत केवल बच्चों के लिए ही नहीं, बल्कि हर व्यक्ति के लिए आवश्यक है। जितना अधिक हम प्रकृति से कटते हैं,

उतना ही अधिक हम अपनी मूल पहचान से दूर होते जाते हैं। इसी कारण आजकल समाज में व्यक्तित्व और समाजिक संबंधों में दरारें आ गई हैं। हम खुद को पहचानने में असमर्थ हो जाते हैं, और हमारी आत्मा की शांति कहीं खो जाती है। प्रेम, करुणा और सहानुभूति की बजाय, नफरत और कठोरता हमारे हृदय में घर कर लेती हैं। समाज में 'मेरा' और 'तेरा' की मानसिकता बढ़ती जाती है, और हम अपने को ही सही मानने की जिद में लगे रहते हैं।

"इस फकीरी से शहर का जवाब क्या पूछे,
चाँदनी को भी हजरत हराम कहते हैं,
नवाज-ए-मुर्गों को कहते हैं
अब जिया ने चमन,

खेलना फूल इसे इंतजाम कहते हैं।"

समाज की यह स्थिति आज एक विकृत रूप में सामने आई है। बच्चे, जो कभी प्रकृति के सुगंधित पुष्प होते थे, अब घर की बंद दीवारों के भीतर कैद हो चुके हैं। वे भौतिक संसाधनों से घिरे होते हैं, लेकिन इन संसाधनों से खुशबू और प्रेम नहीं मिल सकता। असल में, उस खुशबू के लिए बच्चों को खुला आकाश, ताजगी से भरी हवा, और प्रकृति के संगीत का हिस्सा बनाना जरूरी है। प्रकृति में एक बच्चा जिस तरह से पंख फैलाकर उड़ने का सपना देखता है, उसी तरह से समाज को भी आत्मा की स्वतंत्रता चाहिए। हमें यह समझने की जरूरत है कि जीवन के वास्तविक सुख, आनंद और शांति बाहरी संसाधनों में नहीं, बल्कि प्रकृति के अनमोल संगीत में छुपे हैं। यही संगीत हमें मानसिक और शारीरिक शांति प्रदान करता है। हमें प्रकृति से जुड़ने की आवश्यकता है, और यह जुड़ाव केवल तभी संभव है जब हम अपने हृदय में उसके संगीत को स्वीकार करें।

"रह गया सिमट कर जो तालाब में,
खुद की दौड़ नहीं जाना,
यह जल सरिता से दूर रहा,
सागर की लहर को क्या जाने?"

वह व्यक्ति जो अपने आप को सिमटकर



सीमित कर लेता है, वह प्रकृति के विराट रूप को कभी नहीं समझ सकता। अगर उसे समाज और जीवन का हर पहलू समझना है, तो उसे अपनी सीमाओं को तोड़कर खुले आकाश की ओर देखना होगा। समाज में जीने के लिए, हमें अपनी उंगलियों को छोड़ने की आवश्यकता है। हमें यह समझना होगा कि हमारे बच्चे, समाज और देश का भविष्य तब ही उज्ज्वल होगा जब हम प्रकृति के साथ सशक्त संबंध स्थापित करेंगे।

वर्तमान में पद, प्रतिष्ठा, और धन की चाहत इस कदर हमारी मानसिकता में समाई हुई है कि हम अपनी असली पहचान को भूल चुके हैं। यही कारण है कि हम सच्चे आनंद और शांति की तलाश में भटक रहे हैं। जब तक हम प्रकृति के संगीत को अपनी आत्मा में नहीं समाहित करेंगे, तब तक हम असली सुख से दूर ही रहेंगे।

"नफरत की इस जंग में,
शांति की ढूँढो आवाज, प्रकृति से जुड़ो,
और अपने जीवन को बनाओ साथ।
जिसमें प्रेम, करुणा और संवेदनाएँ हों
साकार,
तभी जीवन में आएगा सुख,
जैसे पंखों पर हो उड़ान।"

सच्ची शांति और समृद्धि केवल उस

व्यक्ति के जीवन में हो सकती है जो प्रकृति के संगीत को गहरे से महसूस करता है। प्रकृति से जुड़कर, उसके अवयवों में घुलकर हम केवल अपने जीवन को बेहतर नहीं बनाते, बल्कि हम समाज और आने वाली पीढ़ियों के लिए एक सशक्त और संतुलित भविष्य की नींव भी रखते हैं।

इसलिए, हमें खुद से और अपने बच्चों से यह वादा करना होगा कि हम प्रकृति के इस अद्वितीय संगीत को न केवल सुनेंगे, बल्कि उसे अपने जीवन का हिस्सा बनाएंगे। जब हम अपने जीवन में इस संगीत को उतारेंगे, तब हम अपने समाज को भी शांति और सद्भाव से भर देंगे। यह संगीत न केवल हमारे व्यक्तित्व को निखारेगा, बल्कि पूरी दुनिया को एक स्वस्थ और संतुलित दिशा में अग्रसर करेगा।

हमारी जिम्मेदारी है कि हम अपनी पीढ़ी को यह समझाएं कि असली सुख, शांति और आनंद केवल बाहरी संसाधनों में नहीं, बल्कि प्रकृति के संगीत में है। हमें प्रकृति से गहरा जुड़ाव बनाकर उसकी सराहना करनी होगी, तभी हम इस दुनिया को वास्तविक रूप से सुंदर बना सकेंगे।



प्रकृति में हर जीव पदार्थ एक रासायनिक भट्टी



गौरव पंत

प्रकृति में हर जीव पदार्थ एक रासायनिक भट्टी है। जो अपने गुण का विस्तार करते हैं। इसमें सही गलत की कोई परिभाषा होती ही नहीं। हर जीव पदार्थ अपनी रासायनिकता के अनुसार अपनी यात्रा को पूरी करता है। किसी बाह्य हस्तक्षेप का कोई प्रश्न ही नहीं। प्रकृति में मानव को छोड़कर अन्य जीव पदार्थ इस रासायनिक यात्रा का आनंद ले रहे हैं और अपनी यात्रा को सरलता से पूरी कर रहे हैं। मानव का दिमागी विस्तार ही आज इसे इतना विस्तारित कर चुका है कि मानव ही प्रकृति का सबसे शोषणवादी जीव बन चुका है। अपनी ही बनायी सामाजिक, न्यायिक और तरह-तरह

की व्यक्तिगत परिभाषाएं ही इसे पूरी तरह जकड़ चुकी हैं। सिर्फ मानव की विकल्पता पूर्ण जीवन शैली बनी हुई है। प्रकृति के हर बंद लिफाफे को पहले से जानने का प्रयास सिर्फ मानव ही करता आया। कभी भी मानव रूपी इस जीव ने यह ठहर कर सोचा ही नहीं कि क्या प्रकृति का निर्माण इतना खोखला होगा, कि उसे किसी बाह्य बल से संचालित किया जा सके या कोई पूर्वानुमान लगाया जा सके। हर किसी जीव पदार्थ की अपनी बंद स्तूपी यात्रा है जो स्व रासायन के मिलान से पूरी होती है। कौन किस गुण का है क्या बना रहा है यह वह स्वयं भी ज्ञात नहीं कर सकता, तो फिर किस विज्ञान को मानव जानने का प्रयास करता आया। सब कुछ रासायनिक यात्रा में स्वचलित है। कुछ भी ज्ञात नहीं किया जा सकता। हर जीव पदार्थ एक स्वभट्टी में यात्रा कर रहे हैं और उसी में हर कोई स्व ताप-दाब में स्वईंधन से स्वगतिमान है।

प्रकृति में हर जीव पदार्थ एक रासायनिक भट्टी।

ना इसमें कुछ मिल सकता, ना कोई कुछ मिला सकता।

स्व ईंधन से हर जीव पदार्थ सिर्फ स्व संचालित होता।

ना किसी की कोई व्यक्तिगत परिभाषा किसी के काम आती।

अपनी एहसासी अवस्था ही हर एहसास कराती।

कर्म का ठीकरा ना फोड़ किसी पर क्योंकि कोई भी अवस्था पहले से ना जानी जा सकती।

हर कोई बंद लिफाफे का यात्री उसी में हर किसी की यात्रा पूरी हो जाती।

अशोक है यात्रा अशोकी हो जाती।

"परिवर्तन ही न्याय है" (काल घड़ी) अन्नप्रिय विज्ञान



अभिषेक पंत

साक्षात् अवसरवादी इंगिता में तन मन धुणी परावर्तन का अनिवार्य भट्टी तापमान बनाकर प्रकृति ने विकल्पों के सिंहासन पर भी इच्छा भार की माला को पकाया एवं सुनिश्चित अक्षरवादी अन्नप्रिय सेतू इंगिता को ही तत्व श्री मृदा कणिका का ईंधन संलग्नक पदार्थ सेतू बना दिया। अर्थात् वर्चस्व की पारा ऋतु ही जन्म मृत्यु की साधक अवस्था बनाई तो गई अपितु क्षेत्रीय परिवर्तन से परे आत्मा को स्वतापमान धारी तत्व वेगीय लंकर स्तूप बनाकर प्रकृति ने परिवर्तन की भावनात्मक संधि को भी परावर्तन गुणी न्यायिक काल घड़ी बना दिया, जिसमें जब प्रवर्तनी भोग की स्वाध्यायी आवंटन आकृति आवृत्ति प्रधानता विकसित हुई, तब उस पराग वेदी की वातावरण पूर्णता में मृदा पात्र छन्नी से अन्नप्रिय विज्ञान की उत्पत्ति हुई। जिसमें प्रभानकर उर्वरा उतदंडिता से परे पराक्षाला का वो भावभार चुंबकीय गमन आरंभ हुआ जिसमें निर्जीविता की सजीव इंगिता ही प्रथम श्रेणी की इच्छा अनिवार्य घड़ी बन गई। अर्थात् यह ब्रह्मांड उन्मादित अन्वेषा का कालक्रम नहीं है अपितु ब्रह्मांड तो निरंतर परिवर्तनशील विस्तार का अधोगामी लीन प्राकृतिक उर्ध्वगामी संकुचन समागम है, जिसमें काल घड़ी की चेतना ही रत्नाकर उर्वशी जैसी भोगी विलासिता को भी अन्नप्रिय उर्वरकता से मिटा देती है। प्रभाकर रुचिकर प्रयत्नशील अधिकारों की मति भी बनाई गई कि काल रत्न शिला पर एक ही प्रकार की सड़न उत्पन्न की जाए अपितु मस्तिष्क की प्रभुत्वता से परे मूल ऊर्जा ध्वनि लंकर तरंग आसन ने वृत्ति मूल के अंकुरण को ही गंधीय नृत्य का पराग द्वार मार्गीय पराचेतन विधान बना दिया।



यह ब्रह्मांड उन्मादित अन्वेषा का कालक्रम नहीं है अपितु ब्रह्मांड तो निरंतर परिवर्तनशील विस्तार का अधोगामी लीन प्राकृतिक उर्ध्वगामी संकुचन समागम है, जिसमें काल घड़ी की चेतना ही रत्नाकर उर्वशी जैसी भोगी विलासिता को भी अन्नप्रिय उर्वरकता से मिटा देती है। प्रभाकर रुचिकर प्रयत्नशील अधिकारों की मति भी बनाई गई कि काल रत्न शिला पर एक ही प्रकार की सड़न उत्पन्न की जाए अपितु मस्तिष्क की प्रभुत्वता से परे मूल ऊर्जा ध्वनि लंकर तरंग आसन ने वृत्ति मूल के अंकुरण को ही गंधीय नृत्य का पराग द्वार मार्गीय पराचेतन विधान बना दिया।

की मति भी बनाई गई कि काल रत्न शिला पर एक ही प्रकार की सड़न उत्पन्न की जाए अपितु मस्तिष्क की प्रभुत्वता से परे मूल ऊर्जा ध्वनि लंकर तरंग आसन ने वृत्ति मूल के अंकुरण को ही गंधीय नृत्य का पराग द्वार मार्गीय पराचेतन विधान बना दिया। जिसमें स्वाभाविक मूलतः की शीतल शून्यता ही जन्म पात्र मृत्यु पात्रता की रश्मि क्रिया बन गई। अर्थात् परिवर्तन ही न्याय

है कि अभिव्यक्ति में भावना ही काल घड़ी है, जो उस प्रवर्तन को उन्मुखशील सहर्षता में सहज सरल करती है जहां से अन्नप्रिय विज्ञान की उत्पत्ति होती है। प्रदर्शनमुखी आत्माजनक सोहार्दयता का पिंडी पावक संकर्षित स्वदेशी मिलान भी किया गया था, अन्नपूर्णा चिरंजीवी सेतु न्यायिक धर्मशाला विघटन कारक पूर्णांक भी छिद्रित किया गया था। अपितु प्रकृति ने धुणी

लीन धुरी ध्रुवीयता को पल्लव राधिका प्रकारक बनाकर मूल परिवर्तन की रंग क्यारी को ही नभ अंतरिक्ष विलयन केंद्र बना दिया। जिससे काल घड़ी की रात्रि दिवस अनिवार्यता ही प्रकाश ध्वनि यात्रा की गंधीय पूर्ति बन गई। जिसमे अन्नप्रिय विज्ञान ही राधिका ईंधन संपत्ति का सेतु वर्ग बन गया। अर्थात् अशोक न्याय की नभ विलयी प्रकृति के ईंधन यथार्थ क्षेत्रीय अवस्थांकन चुंबकीय परांकन को अन्नप्रिय विज्ञान कहते हैं अर्थात् वृत्ति मूल आंतरिक शक्ति लीन विलयन घेराव पूर्ति की ईंधन जड़ प्रतिलीन इच्छा धातु कारक नीति की मूल मृदा बीज विलयी ब्रह्माण्डीय संकुचन समृद्धि को अन्नप्रिय विज्ञान कहते हैं। अर्थात् प्रति मूलता की गति में ध्वनित सूर्यता की माध्यम शैली के परायोजित वर्ण निधि तापमान की भूगोल भाव अनावर्तित तत्व वृष्टि समायोजित पदार्थ भूख प्यास सृष्टि दृष्टिलीन स्वभाव पराभाव अशोक न्याय संभाव सतर्कता संलयन शुनयांकन प्रकृति को अन्नप्रिय विज्ञान कहते हैं।

परिवर्तन की पराकाष्ठा में धुरी मूल की जय विजय सारणी मात्र कल्पना दर्शन की विभावरी थी, जिसमें मतीकुंड की स्वशन शैली को धर्म कांटा व्यवहार का नेत्र दर्शन बताया गया था। अपितु ज्योतिलीन स्वशन स्तूपीय नाड़ी घड़ी की अनिवार्य चेतना में भी परिवर्तनशील अनुगति धारक अन्नप्रिय विज्ञान ने दर्शन रीढ़ की पराकाष्ठा में समस्त मिलान क्षुधा अनुरूप किये। जहां से धरा नभ जड़ अंकन भी बीज शाला का मृदा अभिप्राय बन गया। सर्व राष्ट्रीय कोशिकाओं का मतदान करना प्रकृति की जलाधिकारी वृत्ति नहीं होती। प्रकृति तो अन्नप्रिय विज्ञान से धारक धारणा धारा धरा ध्वनित इच्छा वृत्ति को उसी लक्ष्य के यथार्थ सेतु में ले जाती है, जहां से उत्पन्न मति भवन भी ईंधन भवर की न्यायिक वैचारिक पूर्णता में भाव लीन हो जाता है। प्रतिपल शवसेतु मतदान मिटाकर प्रकृति ने अन्नप्रिय विज्ञान से धारा धरा नभ मिलान की रीढ़ वृत्ति को मानव विलयी आहार का एहसास अंग बना दिया जिसमें अन्नप्रिय

परिवर्तन की पराकाष्ठा में धुरी मूल की जय विजय सारणी मात्र कल्पना दर्शन की विभावरी थी, जिसमें मतीकुंड की स्वशन शैली को धर्म कांटा व्यवहार का नेत्र दर्शन बताया गया था। अपितु ज्योतिलीन स्वशन स्तूपीय नाड़ी घड़ी की अनिवार्य चेतना में भी परिवर्तनशील अनुगति धारक अन्नप्रिय विज्ञान ने दर्शन रीढ़ की पराकाष्ठा में समस्त मिलान क्षुधा अनुरूप किये। जहां से धरा नभ जड़ अंकन भी बीज शाला का मृदा अभिप्राय बन गया। सर्व राष्ट्रीय कोशिकाओं का मतदान करना प्रकृति की जलाधिकारी वृत्ति नहीं होती। प्रकृति तो अन्नप्रिय विज्ञान से धारक धारणा धारा धरा ध्वनित इच्छा वृत्ति को उसी लक्ष्य के यथार्थ सेतु में ले जाती है, जहां से उत्पन्न मति भवन भी ईंधन भवर की न्यायिक वैचारिक पूर्णता में भाव लीन हो जाता है।

विज्ञान की प्रकृति शून्यता समय सृष्टि नाड़ी की सर्वकालीन चुंबकीयता बन गई। अर्थात् आहार दर्शन की जड़ नीति ही क्षुधा विज्ञान की ईंधन राधिका समन्वयता होती है। जिसमें प्रतिकूलता एवं अनुकूलता दोनों जड़ अवसर की स्वशासी मृदा भावना होती है। प्रकृति की दिनचर्या का कोई आवागमन वृत्त स्थाई नहीं होता, परिवर्तन की श्रेणी में ध्वनित ज्वाला तापमान सर्वव्यापी परामंडल हीन नहीं होता। प्रत्येक काल ऋतु में वही जड़ अन्नप्रियता संलग्नित होती है, जिसकी क्षुधा में राधिका बल की स्वशासी प्रकृति ही अवगत ईंधन की सारणी होती है। प्रकाश वर्ष की गति से उत्पन्न प्रवृत्ति बीज मूलता की मृदा श्रेणी अन्नप्रिय विज्ञान में स्व यात्री यथार्थ नीति का उत्पादन करती है। अर्थात् सृष्टि में अगोचर चर प्रार्थी निति विलियन माया नहीं होती अपितु चार-अचर प्राणी मूल काया होती है, जिसमें अन्नप्रिय विज्ञान की विषय संज्ञानता ही समानांतर सूचना वृत्ति की समय सारणी प्रवृत्ति होती है। अन्नप्रिय विज्ञान की जिज्ञासा में ही इच्छा का मूल्य छिपा है। अर्थात् यह प्रश्नों का संसार भी एक प्रकार का अन्न प्रियांकन है, जिसमे जीव प्राणी उस भावना तक तब पहुंचता है जब अपने वैचारिक संचार में उसे किसी संक्षिप्तता की गति का भान होता है। अर्थात् पराग पागुर वन्दनीयता तो मति भेद लेने वाली संरचना थी अपितु प्रकृति ने इसे ही मति उच्चाटन शून्यता बनाकर अनाज शास्त्र

की वरीयता में पराग पागुर वृत्ति को ही क्षुधा चुंबकीय समानता बना दिया। जहां से जीव प्राणी का अन्नप्रियांकन ही उसके शारीरिक एहसास का मति भोग पदार्थ वृत्तीय अनुसार करने लगा। अर्थात् प्रकृति की अनुकूलता ही जीवन दर्शन की भोजन आख्या बन गई, जिसमें अन्नप्रिय विज्ञान ने प्रतिकूलन तापमान को भी भाव दबाव बनाकर मति वेग का कारक बना दिया। अर्थात् गति भोगी व्याख्यान तो उत्तरी विभाग का ज्योति चरपारा बन गया अपितु मति भोगी तापमान ही प्रश्न चित्त शून्यता का वैचारिक अस्त्र बनकर भावना की विजय कराने वाला अन्नप्रिय विज्ञान रागिनी राधिका उत्पत्ति केंद्र बन गया। प्रकृति की किसी भी पदार्थ शाला में जीव निर्जीव मिलान मात्र विभोग से नहीं होता। प्रकृति के अन्नप्रियता ही शून्य सृष्टि को भी अनुकूल शीतल अंकन में तभी वृत्तिलिन करती है, जब इच्छा पदार्थ का तत्व पराग मूल मती के राग का एहसास कर रहा होता है।

"परिवर्तन ही न्याय है" का भाव ग्रंथि विषय ही न्याय को न्याय देने की चेतना बनाता है अर्थात् ठहराव तो विषय गुप्तता की सड़न का कारक बनता है जबकि गतिमान अवस्थाएं तो अन्नप्रिय होती है, जहां से उत्पन्न कारक धरणा ही धरा नभ उपस्थिति को बीज लीन करती हैं। अर्थात् जग की उमंग का मूल साधक विषय तो मानव परिवार की सामाजिक चेष्टा थी, जिसमें मानव संसार विषय प्रतिनिधि बनाकर

अन्न बंटवारा करना चाहता था, जिसमें इच्छा प्रौद्योगिकी की निजी संपत्ति वरीयता छिपी थी। अपितु इसमें भी प्रकृति ने अन्नप्रियता को ही ठोसता बनाकर ईंधन जलवायु वरीयता को सृष्टि गोचर अष्टांग मति गुण बनाते हुए वायु जीवी जलजीवी मृदाजीवी संपदा को ही अन्नप्रिय विज्ञान का कारक बना दिया। जिसमें आहार बंटवारा हुआ तो अपितु राधिका वन के वही इच्छा वृक्ष प्रत्येक मूलता की इलेक्ट्रॉन वृत्ति में घुल गए, जहां से इलेक्ट्रॉन वृत्ति ने उसी अन्न रागिनी का प्रकृति प्रवृत्ति मिलान किया जिससे आहार ज्योति ही ईंधन निर्माण करने वाला प्रोटॉन बन गई। अर्थात् परिवर्तन की निधि में परावर्तन की सिद्धि को प्रतिकर्षण का चुंबक बनाकर प्रकृति ने न्यायिक श्रेणी की शैली से आकर्षण को भी पका लिया। जहां से उत्पन्न सर्वाहारी सृष्टि शैली ही मतिभोगी अनुकूलता की काल घड़ी बन गई। अर्थात् काल घड़ी अनुकूलन तो अन्नप्रिय विज्ञान का जीवन निर्जीव मिलान कारक होता है। जिसमें पार्थिव प्रेरणा की अनुचारिणी पल्लव रसोई भी पका कर मिटा दी जाती है, जहां से अन्न रस की पूर्णिमा जीव विकास की ईंधन सेतु माला को बीज परिपक्वता में गर्भान्विता करती है। जिसमें प्रकृति शून्यता की प्रवृत्ति मुलता ही पदार्थ जीवाश्म जीवाणु अनुकूलन को सजीव वृत्तलीन करती है। प्रथमांकी सुचना का भार भी बनाया गया था, अर्ध पूर्णिमा तारणहार जीवाश्म भी बनाया गया था अपितु अन्नप्रिय विज्ञान की राधिका स्वप्निल शीर्षार्थी गर्भान्विता ही धड़ कपाल काया को को शिशु उन्नत कर पाई। जिसमें प्रार्थी चेतना का मति पालन भी पक गया एवं वांशिक रूपों का जन्म सारणी रासायनिक भाव भी विकसित होकर पक गया। अर्थात् गर्भ सूची घटना परावेदी की मूल इकाई का जन्म भावधूरी रस ही परिवर्तनशील काल घड़ी का संपर्क केंद्र होता है, जहां से परिचय सिद्धांत की मात्रा ही संजीवनी पात्रता कुपात्रता से परे होती है। अर्थात् प्रथम जन्म की रागनी राधिका प्रकृति की मूल स्वाभाविक ईंधन इच्छा के अनिवार्य

ज्योति पर्यटक द्रव्य सारथी विलयन विलयी ठोस गतिमान सतर्कता पूर्णिमा काया धारा वेगीय जीवन इंद्री मृत्युइंद्री पूर्णांक रागनी विद्युता को अन्नप्रिय विज्ञान कहते हैं। अर्थात् परिचय सूत्र की चुंबकीय रीढ़ के मूल रासायनिक भार की भाव नीति परीपूर्णता को अन्नप्रिय विज्ञान कहते हैं अर्थात् जन्म मृत्यु की पात्रपारा पराग रासायनिक गंधीय विलियन धातु गर्भ स्वशन पात्रता विलयी प्रथम मूल स्वाभाविक ईंधन खिंचाव चेतना को अन्नप्रिय विज्ञान कहते हैं। पात्रता विशेष की ज्योति स्तूपियता में द्रव्यमान शीतलता की मूल आकृति तापमान वृत्ति को अन्नप्रिय विज्ञान कहते हैं। प्रकृति ने उत्पत्ति विशेष की मूल मुद्रा का ज्ञापित चक्र भाव ही जीवाश्म केंद्रित स्वभावी तुला को बना दिया, जहां से एकाग्रता प्रकृति विलयी समय सिद्धांत श्रेणी ही मूल पदार्थ भावना की तत्व भाव भार रासायनिक क्रिया बन गई। अन्नप्रिय विज्ञान की मूल विद्युता ही जीवाश्म जीवाणु संरचना की मूल इलेक्ट्रॉन कुंजी होती है, जिसमें राधिका विलयन नभ धरा प्रलयंकृत मूल स्वाभाविक संरचना क्रम तुला लीन होता है। अर्थात् मूल मुद्रा की मात्रा राशि में उत्पन्न स्वाभाविक तत्व रश्मि के पात्र लीन प्रथम विद्युत संरचना विलयन सूत्र पात्र इलेक्ट्रॉन तुला को अन्नप्रिय विज्ञान कहते हैं।

अनुप्रिय विज्ञान के मूल पांच कारक होते हैं- प्रथमा उन्नति, विलियन शुद्धि, त्वरित शून्यता, प्रकृति विद्युता, आंतरिक गति।

प्रथमा उन्नति

वीगति सुमति प्रातः काल चयनित प्रकृति गति की मूलता में प्रवेश कर जीवन निधि की चालक उपासना का आंतरिक एहसास करने वाली वाहन घड़ी ही प्रथमा उन्नति की मूल वाहक श्रुति मति होती है। जिसमें गतिशून्यता की विद्युत नाड़ी ही चुंबकीय अन्न रस प्राप्तांक की प्रवृत्ति पूर्णांक अनुपातीय शीतलता होती है। अर्थात् भजन भोजन से परे मूल वृत्त रागनी संध्या के पांच कारकों की नाड़ी वक्ता सिद्धि

बनाई तो गई अपितु अन्नप्रिय विज्ञान ने प्रथमा उन्नति के चरणावली सिद्धांत को अघृत उत्पत्ति में लीन कर न्यूनांकन शुद्धि की नभ श्रेणी को भी परावर्तित पारा निति बना दिया, जिसमें कृतिशील शून्यता की माध्यम वृत्तीय ही मृदा बीज शून्यता की नभ प्रति का कारक बन गई। अर्थात् प्रथमा उन्नति की मूल शीतलता ही अन्नप्रिय विज्ञान की गति प्रति है। जिसमें प्रकृति मूल की चयनित आख्या ही भूगोल वाहन निज की शीतल परागमन नाड़ी वृत्ति है अर्थात् प्रकृति तत्व की रासायनिक नाड़ी के इच्छा केंद्र की जीवन मृत्यु शाखा के मृदा बीज अंकुरण प्रवृत्ति सघनता को प्रथमा उन्नति कहते हैं। अन्नप्रिय विज्ञान की प्रथमा उन्नति कारक विलयन संपत्ति ही जीवन केंद्र की मूल चयनिता को पात्र चित्त करती है, जिसमें चेतना वेग एहसास गति मूल अंग तापमान रसविद्युता ही ईंधन दबाव की कृति में शून्यता की ठोसता को गतिमान करती है। अर्थात् जीवन मृत्यु की धारणा का मूल बल तो इच्छा घड़ी की प्रथमा उन्नति में होता है जहां से गतिमान तापमान की अन्नप्रियता ही पदार्थ ठोसता को तत्वलीन करती है जो एक प्रकार का वातानुकूलित जीवाश्म सन्दर्भ होता है। अन्नप्रिय विज्ञान की मूल विद्युता का चुंबकीय रस ही मानव रीढ़ की पद्धति का नभवातानुकूलन अनुकूलन होता है, जिसमें पराग भाव की प्रकृति विलियन नीति ही वातावरण सिद्धांत को प्रथम उन्नति का स्वाभाविक यात्रा कोण बनाती है।

विलियन शुद्धि

भूगोल विशेष की प्रतिलिपि का ज्योति भाग नभ से क्रिया कर ईंधन वजूद को सक्रिय करता है, जिसमें स्वाभाविक उत्कृति की उद्वेगक नियति ही यथार्थ यात्री पात्रता को आयु चक्र में लीन करती है। अर्थात् जीव जगत की उचित मात्रा जिसमें संदर्भित विकास की तापमान निधि प्रगतिशील प्रकृति भाव को गुण लीन करती है , उसी संदर्भित विकास की मूल ध्वनि ही नभ रूप से विलियन शुद्धि की धरा आसक्ति बन

जाती है। अर्थात् मूल मृदा चुनाव की लावण्यता के अंकन की मात्रा परिभाषा को नभलीन करने वाले आंतरिक सूर्य की पर्यटन वाहक श्रुति दृश्य चेतना को विलियन शुद्धि कहते हैं, जहां से मूल भूगोल की मृदा भाव अंकित ही जन्म मृत्यु की आयु निद्रा का शुनयांकन परागलीन करती है। अर्थात् ईंधन वज्र के लंकर यथार्थ नभलीन यात्री विलयी शून्य दर्पण प्रतिकृतिलीन धरा इच्छा धारा प्रकृति को भूगोल निवासी धड़कन बना देने वाले आंतरिक सिद्धांत की ध्वनित तरंग लयता को विलियन शुद्धि कहते हैं जहां से उत्पन्न रागिनी राधिका लावणता ही जीवन मृत्यु इन्द्रियकरण को छानती है।

त्वरित शून्यता

मृदा कालीन अवसरवाद बनाने वाले मातृभूमि संरक्षक भी बनाए गए थे। आद्रता प्राप्त रंक राजा जोड़ीदार मृदा भक्षक भी बनाए गए थे। अपितु प्रकृति ने मूल पदार्थ अनिवार्यता की जड़ रजनी को जीव निर्जीव संगिनी का मात्रा अपवाद बनाकर, परमांकन की तृप्ति से त्वरित शून्यता का निर्माण किया। अर्थात् अन्न प्रिय विज्ञान में त्वरित शून्यता तो उस जड़ रचना का संरचना काल है, जहां से योग वियोग भोगी मात्रा काल घड़ी बनाई जाती है। अर्थात् रचना की मूल संरचना भी मृदा भाषी संयोजित में संलयन कृत होती है अर्थात् नभ से निकलने वाली तरंग धरा के स्पर्श से वही गुरुत्वाकर्षण बनाती है, जहां से जीव निर्जीव जगत धारा का मात्रा विभाग आत्मा संतृप्त होता है। अर्थात् तत्व वज्र की रिक्ता को भी तरंग वज्र की शीतलता बनाकर उर्जा न्यायी यथार्थ को तरल तापमान सिद्धांत बना देने वाली ब्रह्मांडीय निष्क्रियता को त्वरित शून्यता कहते हैं। अर्थात् उपसर्गित विभेदों की न्याय पूर्ति का कल्पना काल भी मृदाभाषी संयोग को खोज रहा था जिसमें धड़कन दर्पण स्फूर्ति की जीवन जननी आयु को छुपाया गया था। अपितु प्रकृति की अन्नप्रियता में संलयित त्वरित शून्यता ने प्रवृत्ति अनिवार्यता की जलवायु बनाकर, सूर्य

चंद्र यात्रा को भी पूर्ण यात्री पात्रता का विकास माध्यम बना दिया।

प्रकृति विद्युता

ज्योति जागृति शयन नीति मिलान उसी वात निर्वात घड़ी में नाड़ी लिप्त होती है, जहां से भूगोल नियति का सत अंश सक्रिय होता है। प्रकृति की जड़ता एवं संयोजकता दोनों ही कक्षा योग की धाराएं हैं। जिसमें आंतरिक प्रवेश की बाह्य निकासी का लावण्यक गुण होता है। अर्थात् प्रवृत्ति नुमा कृति की तत्व ईंधन न्यायी विलयी ऊर्जा घनत्वाकारी तरंग तापमान कृषि को प्रकृति विद्युता कहते हैं। जिसमें अन्य प्रिया विज्ञान की राशि मात्रा का जलवायु कोण ही जीवन प्रतिनिधित्व का मृत्यु कारी चक्र बन जाता है। अर्थात् जीव आत्मा निर्जीव परमात्मा ऐसी अवस्थाओं का गुण पराग एकत्रित करना प्रकृति की सुलभता नहीं है। अपितु प्रकृति तो न्यायिक उर्वरा ऊर्जा सिद्धांत पल्लवी की वाहन चेतना है, जिसमें आत्मा की विद्युता ही परमात्मा की प्रकृति है, जहां से अन्न प्रिय विज्ञान की तत्व पदार्थ शुद्धता भी रश्मिलीन शीतलता में तरंग शून्य हो जाती है।

आंतरिक गति

अलंकृत ऊष्मा भाषी न्यायिक राज्यकोषीय सर्वत्र सागरीकरण करने का प्रयास था। आत्मा उज्वल बीज पके ही नहीं इसीलिए "पराग ही पात्र विहीन है" बताने वाला रंग ही जीव व्यास था। अपितु जड़त्व में जीवनी संजीवनी धारणाएं भी असफल हो गई क्योंकि आंतरिक गति की संयोजकता ही इच्छा भूमि की अनिवार्य ईंधन कृति हो गई जिसमें पराग संपन्न सूर्य तत्व माला का विकास ही जीवनी केंद्र का वातानुकूलित आधार बन गया अर्थात् आसक्ति विलयी न्याय तत्व शीतलता की रिदिमा कर्म विलीन गर्भ तत्व ईंधन कृति शून्य गंध रागिनी तत्परता को आंतरिक गति कहते हैं, जो एक प्रकार की शून्यता शुद्धता होती है। जहां से जीव ब्रह्मांड की निर्जीव प्रकृति समस्त काल घड़ी न्यायिक

परिवर्तन को ऊर्जावान करती है। अन्नप्रिय विज्ञान की मूल आंतरिक गति ही जीवन केंद्र की शीतल सर्वाकनी है। जिसमें मतिगती अंग संगति प्रत्येक प्रकार की जीवनशाला का राधिका महत्व अंकित होता है। अन्नप्रिय विज्ञान की राधिका उच्चतम ईंधन मिलान गति ही आंतरिक इच्छा शक्ति की प्रभावी तरंग आवृत्ति नलिका होती है, जो प्रत्येक प्रकार के मति मिलान को तभी परागशील करती है, जब उच्चतम दबाव की ब्रह्मांडीय शैली अन्नप्रिय विज्ञान का वातावरण बनाती है।

अन्नप्रिय विज्ञान की आधुनिकता में आंतरिक वेग की जड़त्वता ही जीव इच्छा शून्यांकनी को सक्रिय करती है। अर्थात् अन्नप्रिय विज्ञान की घटना श्रेणी ही ईंधन राधिका मिलान की तत्व चालक अवस्थाएं हैं। अर्थात् सर्वप्रथम जिस इच्छा ने रागिनी अलंकार की गैस बनायी, प्रकृति ने उसी इच्छा को अन्नप्रिय बना दिया, जिसने अपनी यात्रा में स्वयं ही ईंधन को खींचने के लिए कच्ची अवस्थाओं को ठोस परिपक्व करना आरंभ कर दिया। अर्थात् गैसीय प्रत्यंचा तो मार्गीय नीति की तरल भावना थी, अपितु ठोस सक्रियता तो अंतरिक्ष कक्षाओं की मूल अन्नप्रियता बन गई।

अन्नप्रिय विज्ञान की मूल गणित चार उतप्रेरकों के समीकरण से गतिमान होती है - पहला जलवायु श्रोत, दूसरा प्रकृति गुब्बारा सिद्धांत तीसरा, मूल भाव अंजलि, चौथा राधिका विसर्ग।

जलवायु स्रोत

धारणा बनती ही वही है, जो मूल प्रति की नभ मूलता में सक्रिय होती है। किसी भी प्रकार का मिलान तभी सक्रिय होता है, जब भूगोल प्राण वायु का जीवात्मा नेत्र यात्रा में ठोस होता है। अर्थात् राधिका की छन्नी ही अन्नप्रिय विज्ञान में ईंधन की स्रोत मुखी जलवायु अवस्था है। अर्थात् जन्म मृत्यु मिलान कृतिलीन लंकार वातानुकूलन युक्ति की आयु संगी रस ओजस्वी ऊर्जा विलयी तत्व धारणा

को जलवायु स्रोत कहते हैं। जहां से अन्नप्रिय गणित ही मूल भाव ऊर्जा को नभ प्रति की अंतरिक्ष कक्षा से जोड़ती है।

प्रकृति गुब्बारा सिद्धांत

तत्व विलियन अंतरिक्ष यात्रालीन मूल गर्भ इकाई की तापमान शुद्ध ही गतिशील इच्छाओं की आकाशगंगा बनाती है जहां से उत्पन्न जीवात्मा ठोसता ही मन तन स्वीकृत की दिनचर्या घटना बनाती है। अर्थात् प्रकृति गुब्बारा सिद्धांत तो मानक सूर्यता की दक्ष इकाई का पूर्णांक प्राप्तांक संलयन है जिसमें इच्छा रूपी गैसीय प्रकृति ईंधन रूपी स्तूपिय अवस्था में तत्व प्रवृत्ति को ही पदार्थ गुणवत्ता का अन्नप्रिय अंगोंक बना देती है। अर्थात् मूल विद्युत तत्व सारणी की प्रकृति विलियन घटना के कृषक तत्व ईंधन गर्भ ऊर्जा विलयन क्षेत्र में प्रवाहित बाह्य रागिनी पारद्वार के आंतरिक दबाव की घटना प्रति प्रवृत्ति छन्नी भार योजन गणित को प्रकृति गुब्बारा सिद्धांत कहते हैं। जिसमें वृत्ति मूल की घटनाओं का अंतरिक्ष मंडल विस्तार और संकुचन की क्रिया में प्रत्येक तरलता को गैसीय उछाल से ठोसता की ओर परावर्तित करता है एवं जीवन इंद्रिय क्रियाओं की परिमार्जित सरलता और कठिनाइयों को इच्छा अनुसार तत्व अंकित करता है।

मूल भाव अंजलि

आंतरिक सुख-दुख से परे प्रथम मूल ज्योति विलयन की अधोगामी उर्ध्वगामी परिचय सिद्धियां बनाई तो गई अपितु संचारी चित्त चेतन की निजी संपत्ति का गंधीय ज्ञापन कोई कर नहीं पाया। इसी वृत्त नाट्यन मूल निधि संपर्क की प्रतिशत भुजा ज्वाला नीति को चेतना विखंडित पूर्णता में मिटाने के लिए मूल भाव अंजलि की उत्पत्ति हुई। जिसमें मति ऊर्जा लंकर भावनात्मक अशोक न्यायी जलवायु की ईंधन लयता ही जीवन इन्द्री प्रतिशत इकाइयों की शेषशांची जुड़ाव गणित होती है, जिसमें संपर्क संचारी केंद्रण ही ज्योतिपील भावनाओं को निष्कर्ष लीन करता है। अर्थात् मूल वृत्ति

की ज्यामिति ही ज्योति पराकर्षित इच्छाओं की संदर्भित कृषि होती है। जहां से न्यूनतम इति अति लावण्यक अन्नप्रियता को प्रकृति लीन किया जाता है। अर्थात् प्रतिगमन चरित्र अंकन की शून्य भावार्थी सिद्धांत के प्रथम आवागमन चित्त की इच्छा योजित परिमार्जित ध्वनित शीतल भूगोल आख्या को मूल भाव अंजलि कहते हैं। जहां से उत्पन्न सूर्य चंद्रमा रंग पट्टीका ही जीव जीवनी का संचालन आत्मा लिप्त करती है अर्थात् मूल जन्म कुंडली ही मूल भाव अंजलि है, जिसमें अंतरिक्ष प्रति की धरा नियति विद्यमान होती है।

राधिका विसर्ग

मति क्रांति का भाव या अभाव जीवन लक्ष्य का गुणांकन नहीं होता। समय चित्त अवैद्यता या जीवन चेतना वैद्यता से आत्मा संकल्प का नामांकन नहीं होता। मूल इच्छा संपर्क ही ईंधन ज्योति का कारक होता है, जिसमें अंतरिक्ष प्रति या मूल प्रति की विज्ञप्ति से बाह्य बल का सार भार आयोजित नहीं होता। प्रकृति मूल की रस चेतना का महत्ता प्रधान खनिज संपर्क ही मंडल विद्युता की चुंबकीय इकाई होती है। अर्थात् रात्रि धरा ईंधन कार्मिक विद्युता की समय गर्भ रश्मि के मूल इच्छा क्रिया भार गंध अणुता को राधिका विसर्ग कहते हैं। जहां से उत्पन्न सक्रियता की मात्रा कलाप जलवायु ही अन्नप्रियता को संदेशवान बनाती है। अर्थात् मानव मस्तिष्क की इकाई धारा का जीवन इंद्री विकास ही राधिका विसर्ग है।

अन्नप्रिय विज्ञान की पारा निति में गतिमान सजीव ब्रह्मांड की पराग नियति अंतरिक्ष कालीन सुविधाओं का जनसंपर्क बनाती है। जिसमें धुरी धरालीन मानक सिद्धांत क्रिया ही रासायनिक संकलन को सक्रिय करती है। अशोक न्याय की नभ नेत्रा की नाभि सक्रियता ही प्रकृति ईंधन की यथार्थ चेतन है, जिसमें अन्नप्रिय विज्ञान की मूलता जीव इच्छा का आधार होती है। अर्थात् धरा मंडल से इच्छा गैस बनती है, नभ मंडल से इच्छा मेघ बनते

हैं, अंतरिक्ष मंडल में इच्छा ध्वनि बनती है, तत्पश्चात बीज पदार्थ में इच्छा तरलता बनती है एवं तत्व योजन नीति से रासायनिक रूप में इच्छा बनती है। अर्थात् अन्नप्रिय विज्ञान की नाडी संपर्क वृत्ति तो कालक्रमित परिवर्तन की न्यायी घड़ी होती है। प्रकृति की अद्वितीय मृदा संचारी चेतना ही जीवात्मा की जीवाश्म प्रेरणा होती है। प्रेरक संबंधी उत्प्रेरक विलियन ही संचारी अवस्था का अन्नप्रिय सूचना क्रम होता है। जिसमें जीवात्मा अनिवार्य रूप से उसी मार्ग पर गतिमान रहती है, जहां से नीति नियति दोनों भाव पारा सिद्धांत को सक्रिय करती है। ऊष्मा वृत्तिलीन प्रथम पारा ज्योति की आंतरिक इच्छा के पदार्थ जुड़ाव को अन्नप्रिय विज्ञान कहते हैं। जिसमें भाव गुण गंधीय ध्वनित आयोजन ही रिक्त चाप अवसरवाद को मिटाता है। ब्रह्मांड की संपर्क नीति अन्नप्रिय विज्ञान है। अर्थात् जीव प्राणी का जन्म ही गणितीय वर्ष में रासायनिक आयु का घड़ी द्रव्य बना देता है। अर्थपूर्ण रिक्तता का प्रलोभन देना मानव जगत की माया रही है। प्रकृति भी इसी प्रलोभन को चुंबक दर का गर्भ ऋणी नवजात न बनाकर, मूल स्तूपियता की ठोस कड़ी बना देती है, जो जीव प्राणी की काया रही है, इसी काया में अन्नप्रिय विज्ञान की ठोसता ही अंतरिक्ष अनिवार्यता की कारक रही है। ज्योति ज्यामितिक मंडल तत्व लीन मूल इच्छा पदार्थ काया की मृदा संपत्ति के द्रव्य घोलन संपर्क को अन्नप्रिय विज्ञान कहते हैं। मृदा अवशेषों की ज्योती रिदिमा का कालमंडल भी उभर रहा है, ब्रह्मांड में अन्नप्रिय विज्ञान से मृदा दर्शन का शून्य कोष भी छाना जा रहा है। प्रदूषकों को लगा था कि, विष ग्रहण कर विष बनाएंगे, अन्नप्रिय विज्ञान ने शून्यता प्रखर रसायनिकता को वरीयता देकर विष मिलान को भी असफल कर दिया क्योंकि अन्नप्रिय विज्ञान का मूल गंधीय गुण ही यही है कि परिवर्तन को न्यायिक चेतना में गुण अनुसार शून्य बनाएंगे। अर्थात् अर्थ वेदी से परे मात्रा कलाप अनिवार्यता में विद्यमान अन्नप्रिय विज्ञान ही जीवन उत्कर्ष का

समय साधक तरुण विलोप है, जिसमें दृश्य हो या श्रुति समस्त तरंगीय चेतना से उसी आवृत्ति में लीन हो जाती है, जहां से राधिका लंकर इच्छा गति सक्रिय हो जाती है। अर्थात् नीति नियति नाभी नभ लंकरीय ज्योति भाव इच्छा की तरलतम विषय गामिनी अवस्था को प्रथम प्रकृति जड़त्व का लावण्यक अंश बनाकर, मूल मति चेतना में अनिवार्य दृश्य की कोशिका विकसित कर, त्वरित न्याय की परिवर्तनशील ब्रह्मांडीय राधिका को ईंधन वृत्त का जीव निर्जीव मिलान कर्ता बना देना ही अन्नप्रिय विज्ञान का ध्येय है।

अमाल ए हसरत की वज्रन ए कसरत में जमीनी दोहराव का खजाना आसमानी खजाने सजा रहा था, जमीन हकीकत पसंद नहीं थी बताने वाला कब्रगाह ही, बदन के टुकड़ों को जमीनी सवालात बात कर, राहों की कमी को आसमानी सौदेबाजी में दोहरा रहा था। वक्त की फरमाइश थी कुदरत की नजर और नजर को नकली दरवाजा पेश कर जमीनी हथियार बनाने वाला इंसान ही वक्त को दस्त ए जागीर का सराबोर कारखाना ए रईस बता रहा था। अलबत्ता कुदरत ने हिमायती तौर पर नहीं, अजमाइश ए खमीरी तौर पर नहीं, अपने वक्त के हुनर से सबको इख्तेयार ए हवा का नज़र आंगन पेश किया, जिसमें हर उस खजाने को अपना ही जमाना अव्वल ए बारुद नज़र आया, जिसने जितना कब्जा जमीन पर जमाया। इसी फितूर को सच बनाकर कुदरत ने हर तरह का कारखाना ही जमाना पकाया और मिटाया। अब हवालात ए शीर से दूर, हवा ए फकीर से अलग, कुदरत ने नजर का ही पारा जिंदगी का नजारा बना दिया है। कुदरत ने अल तामीर ए रज़ामंदी को मिटाकर खुद जहनी की पहली चाहत ए विरासत को अव्वल मुकाम का शिनाख्त ए मंजर बना दिया है। इसीलिए हर बोसे की नमकीन मिठाई ही ज़हर से निकलती जा रही है। कुदरत ने ज़ाहिर तौर पर हवा को ही खानाबदोशी का महक ए खानदान बना दिया है।



हर जंग की रवायत से आगे, हर नजर की ताबीर वक्त ए शुमार है,
जिसमें जितनी सब्र की ताकत, वही कुदरत की नजर में मिट्टी ए शुमार है,
अजायब है वही नजर जो बदन की गिरफ्त में कुदरत के ख्यालों का खुमार है,
हवाई जमीन भी आसमानी दफन है, जो देखने में जिंदगी, अंदर से मौत ए शुमार है,
हकीकत की कमाई का पहला बदन ए पेशा ही खानाबदोशी का जिम्मेदार है,
जिसने जितने जमीनी फंदे बनाए हैं, उसमें उतना ही खजाना बारूदी तौर पर अख्तयार है,
हलफ़नामे का दौर गया, अब हर जर्में में वही नूर तैर रहा, जो हवा में भी मिट्टी के तौर पर शुमार है,
आसमानी बंदिश का नजारा मिट गया, अब बदन की रज़ामंदी ही रूही खुमार है,
कुदरत हर दर्ज फ़रीदी की नाकामी का फैसला मिटाती जा रही, ज़ाहिर हवा तो खजाने का हथियार है,
जो सामने नजर आ रहा, वही पहला तजुर्बा है जो असरदार है,
वाहिद तौर पर हर कमी गिनाने वाले अपने ही शामियाने की खुली छत के जिम्मेदार हैं,
जिस भी खाने में जो रंगत है, वही हर गोश्त की तलबदार है।
आइना ए मिट्टी हो या मिट्टी ए आईना, हर

जोर तमाम रातों का हुनर दिखाएगा,
अमन ए शिनाख्त होगी भी तो जिहानी मंजर बदलता जाएगा,
जिसकी जैसी भूख है वो वैसा ही खजाना पाएगा,
नूर की नजरों में हवाओं का खजाना ही जिंदगी का मंजर दिखाएगा,
कुदरत ने हर मखमली राह का खजाना देखा है, जो अब मिटता जाएगा,
तहे दिल की बेहतरीन आरजू तो जिंदगी को मौत बनाने की थी, जिसका दरवाजा अब खोला जाएगा,
इंसानी हुनर इसी मौत में जिंदगी बोना चाहता है, जो ज़ाहिर तौर पर ख्वाब कहा जाएगा,
जिहानी मालिक भी इंसान बनकर ही हर खेती को देख रहा,
जो सामने आ गया तो हर खाना खजाना मिट्टी का फरमान बनता जाएगा,
दो दिन की नहीं तीन रातों की है जिंदगी,
पहली रात चाहत, दूसरी रात हकीकत,
तीसरी रात को रूह कहा जाएगा।

The rotating factor of first mirror denominator is the decimal fraternity of life which creates food of soul in the form of desired soil seed entity where hunger becomes mirror of soul .

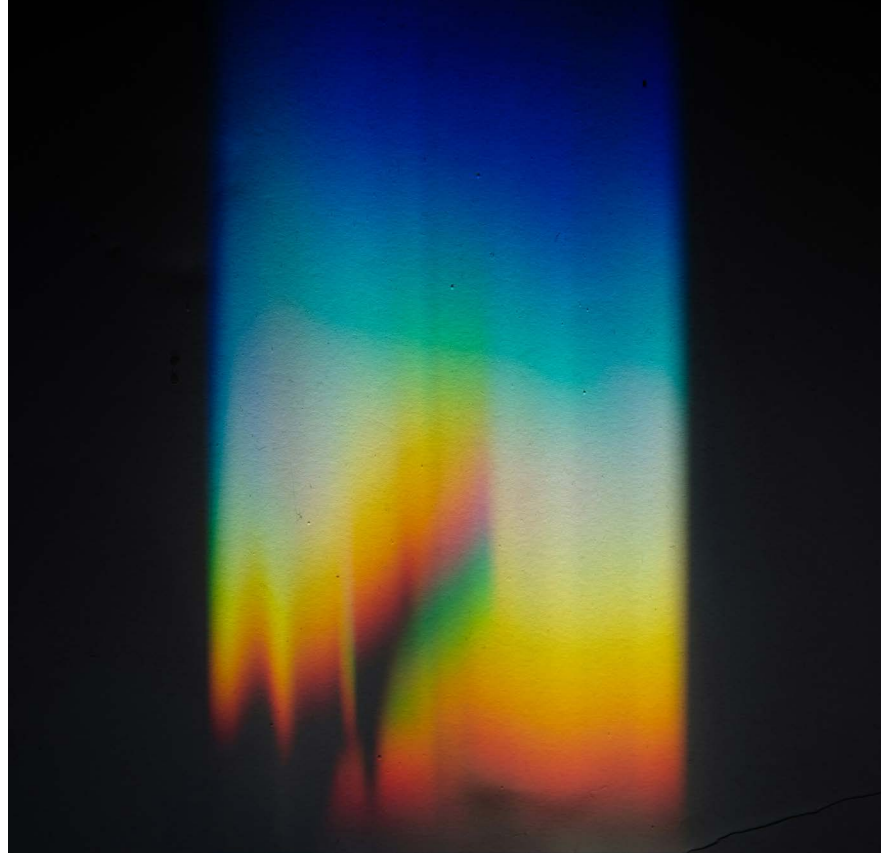
रसायनिक ध्वनि सरल प्रकाश मार्ग



सुमनलता



यह प्रकृति महाकाल की अति तीव्र गंध श्वासनी उच्चतम तपीश दाब अवस्था की शून्य एहसास आनंद एक धारा धमनी कोशिका से उत्पन्न हुई वह हरितिमा सतरंगी एहसास सिद्धांत सूर्य अशोक परिसर ब्रह्माण्डीय लोक है जिसकी धरा सदैव ही शून्य एकांकी एक ही विधा की उत्पत्ति करती है। अर्थात् महाकाल की मृदा एक विज्ञान विधा की उत्पत्ति करती है। दो मार्गों में विकल्पों की विकलांग भूमि प्रदूषित अपरिपक्व अवस्थाओं को उत्पन्न करना महाकाल उर्जा प्रणाली नहीं है।



ध्वनि निर्दिष्टा कहती है कि, जीव की यात्रा स्व के विज्ञान से आरंभ होकर स्व भवन भूमृदा तत्व में पूर्णांक सिद्धांत मृदुला जीव शेष मूल गंध कण के स्वरूप में ब्रह्माण्डीय नभ दर्पण में विलीन होती हुई स्व अभिव्यक्ति कण विस्फोटक न्याय को ब्रह्माण्डीय जीव धरा में स्थापित करते हुए महाकाल ब्रह्माण्ड उर्जा संचालक एवं एहसास विज्ञान प्रकृति वैज्ञानिक स्वविज्ञान तंत्र स्थापक नियंत्रक अशोक पराबैगनी सिद्धांतीय एक धारा लहर यात्रा में विलीन होकर प्रकृति के बिंदू से रेखागणित के न्याय को अंकित करते हैं।

ब्रह्माण्ड या खगोलिया नक्षत्रशाला महाकाल अर्थात् एहसास प्रथम मन गुंजन ध्वनि उर्जा ब्रह्माण्डीय संचालक ना ही असूरो के देवता है ना ही सुर के ईश्वर है ना

ही भूगोल विशेषधारी कोई आकृति हैं अपितु महाकाल प्रकृति की वह वैज्ञानिक नाभकिय परमाणू उर्जा रसायन हैं जो पकृति के प्रत्येक भूमि में प्रत्येक अवस्था में प्रत्येक गतिमान पल में गंध के रसायनिक भूगोल के अनुरूप विलीन होते हुए गंध अर्थात् गंतव्यता की धरा में रसायनिक अभिक्रिया करते हुए उस मूल गंध रसायनिक स्वभाविक कण विज्ञान अणु को सूर्य परिसर के चन्द्रमा भट्टी के शेष विस्फोटक तस्तरी पे उभार कर लाते हैं जहां से शेष गणित की वैज्ञानिकता खत्म हो जाती है। प्रकृति की सिद्धांतगणित में शेष बचाव रसायन का कोई प्रावधान नहीं है। प्रकृति की अशोक शेष विस्फोटक गणित विज्ञान पराग कक्षा में प्रकृति ब्रह्माण्ड के प्रत्येक तत्व को एक ही धारा के गतिमान रासायनिक सिद्धांतीय

मिलान के मार्ग पे गतिमान करती हुई उस शेष शिखर बिन्दू तक ले जाती है जहां से पुनः किसी विज्ञान या गंध की उत्पत्ति नहीं होती है। सम्पूर्ण अनंतीय विधा अंत करती है प्रकृति।

प्रकृति के इस सरल महाकाल रसायनिक विज्ञान जीवन जीवनी प्रणाली को हम इस प्रकार से समझ सकते हैं कि जिस तरह से हम दो रसायनों अर्थात् ए \$ बी को मिलाकर एबी या फिर सी रूपी परिणाम की प्राप्ति करते हैं। जिसमें ए को हम गंध कहते हैं जिससे बी रसायनिक अभिक्रिया करता है। अर्थात् महाकाल परमाणु सिद्धांतीय ब्रह्माण्डीय उर्जा परखनली जिसमें एबी अर्थात् गंध महाकाल की रसायनिक परिणाम कक्षा सी अर्थात् गंध धरा जब महाकाल उर्जा से रसायनिक अभिक्रिया करते हैं तो गंध की वह प्रवृत्ति तलछट या शेष बचा हुआ भाग के रूप में महाकाल रसायनिक छन्नी पे उभर कर चली आती है यही तलछट जीवगंध का स्वभाव होता है। परंतु प्रकृति की गणित मानव रसायनिक विज्ञान प्रयोग गणित से विभिन्न है क्योंकि प्रकृति मानव विज्ञान के भांति शेष भाग को फेंकती हनी है। प्रकृति रसायनिक अभिक्रिया के दौरान प्राप्त होती तलछटीय अवस्था को महाकाल उर्जा से पुनः रसायनिक अभिक्रिया कराती हुई तलछट प्राप्ति के दौरान जो जलरूपी तरल अवस्था का निर्माण होता है। उसे जलवायु बनाकर जीव के रसायनिक नव विज्ञान की स्थापना करती है। जो जीव के गंध स्थापना के उस मूलकण अणु रस कण को सिद्धांत की अनेकों रसायनिक अभिक्रियाओं के चरणबद्ध प्रक्रिया से होते हुए महाकाल छन्नी पे उभरती है। जिसका रसायनिक विस्फोटक भक्षण करते महाकाल गंध विधा अंत करते हुए एकाकी शून्यता के निर्वातीय अशोक न्याय की स्थापना करते हैं।

महाकाल वह ब्रह्माण्डीय ध्वनि एवं प्रकाश के रसायनिक सिद्धांतीय गंध निर्वात् ब्लेक होल उर्जा गेंद है। एहसास परखनली है। जिसमें कोई भी कण अवस्था

स्वयं को स्वउर्जा प्रबल विज्ञान के उर्जा से स्थापित करती है, तो वह स्थापित होती उर्जा कण महाकाल मृदा में स्थापित कर सिद्धांतीय कर्म भागी बनकर अशोक न्याय सिद्धांतीय नियम के भागी बन जाती है। अर्थात् सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड एवं प्रकृति की गंधकण रसायनिक वैज्ञानिकता महाकाल की मृदा से जुड़ी है। जहां ब्रह्माण्ड भी स्वयं के सिद्धांतीय कर्म को पूर्ण करते हुए प्रकृति भी महाकाल रसायनिकता के कर्म का अंकन कर रही है।

यह प्रकृति महाकाल की अति तीव्र गंध

प्रकृति तो वह महान सरल रसायनिक जीवन मार्ग प्रणाली है जिसमें ना ही कुछ करने की ना ही कुछ गुणा गणित करने की आवश्यकता है। मात्र जीवन को प्रकृति शून्य स्वबल मार्ग विज्ञान के अंतर्गत जीवन रसायनिक यात्रा है। भूगोल तो कर्म भोग पात्र है जो आत्मिक जीवन परमात्मा जीवन मंत्र को अशोक तंत्र से गतिमान करते हुए महाकाल की एक बिन्दु शिखर न्याय विस्फोटक प्रणाली की एहसासीय आनंद न्याय को अंकित करने वाली सरल जीवन यात्रा प्रणाली है प्रकृति।

श्वासनी उच्चतम तपीश दाब अवस्था की शून्य एहसास आनंद एक धारा धमनी कोशिका से उत्पन्न हुई वह हरितिमा सतरंगी एहसास सिद्धांत सूर्य अशोक परिसर ब्रह्माण्डीय लोक है जिसकी धरा सदैव ही शून्य एकांकी एक ही विधा की उत्पत्ति करती है। अर्थात् महाकाल की मृदा एक विज्ञान विधा की उत्पत्ति करती है। दो मार्गों में विकल्पों की विकलांग भूमि प्रदूषित अपरिपक्व अवस्थाओं को उत्पन्न करना महाकाल उर्जा प्रणाली नहीं है। मानव की धरा जो न्याय अन्याय सही गलत धर्म-

अधर्म, कर्म-कुर्म, पाप-पुण्य, प्रश्न-उत्तर, सुर-असुर, देवी-देवता के विकल्प विधाओं को प्रकृति की ज्ञान मार्ग जीवन वाणी कहते हुए पूर्वज विज्ञान जीवन मार्ग कहते हुए स्वयं की पीड़ा एवं वेदना कर्म भोग भाग को प्रकृति पे आरोपित करते हुए कर्म निदानी प्रक्रियाओं को विकसित करते हुए पर उर्जा कणों के अपरिपक्व अवस्थाओं में संरक्षित उर्जा को चमत्कारी दिव्य खेल कहते हुए प्रकृति पे उर्जा का व्यंग कटाक्ष वार करते हैं कि तुमने नहीं ठीक किया तो क्या हुआ, हमने ठीक करवा लिया तो यह व्यंग मानवीय कटाक्षी वार प्रकृति पे उनकी उर्जा के स्वबल या बल क्षमता की सक्षमता को प्रसारित नहीं करती है बल्कि मानव की उस विकलांगिता को दिखाती है जिसमें मानव मृदा में इतनी दुर्बलता है कि स्वयं अपना कर्म करने में डरते हैं और सक्षम है कि स्वयं के कर्म की गेंद को किसी अन्य मानव भूमि पर फेंक कर एक ऐसे कर्म गेंद फेक खेल का निर्माण करते हैं जिसमें कोई भी मानवीय धरा स्वयं के कर्म रसायनिक भोग को भोगना नहीं चाहते। उन्हें त्वरित ही कर्म का उपचार कोई निदान चाहिए और इन निदानों एवं उपचार उपलब्ध कराने हेतु आध्यात्मिक धरा की भी उत्पत्ति कर डाली मानव धरा ने। जो की मानव विज्ञान परिभाषा के अनुसार प्रकृति या प्रकृति संचालन कर्ता द्वारा ही निर्मित है। यह तो वह व्यंग है मानव का प्रकृति के उपर कि स्वयं के ही अहंकार में स्वयं को ही बलवान समझते हुए प्रकृति हनन करते हुए मूख धुमाते हैं मानव।

परन्तु यह जो समस्त मानवीय व्यंगों की जीवन यात्रा प्रणाली मानव स्वयं के पूंछ मूँछ से चला रहे हैं, तो यह प्रकृति की कला नहीं है। ना ही ऊर्जा संचालक की गणित कला है अपितु यह तो मानव ही की मूल प्रवृत्ति महाकाल रसायनिक मृदा से रसायनिक अभिक्रिया करती हुई उभर रही है। अर्थात् जिसे मानव व्यंग कटाक्ष में हनन का हास्यवाद कर रहे हैं तो वह वाद प्रकृति पे नहीं

स्वयं के ही उस गंध स्थापित रसायनिक कण पे कर रहे हैं जो महाकाल ब्रह्माण्डीय शून्य गुरुत्वाकर्षणीय चुम्बकीय मृदुला के मृदा में स्थापित होकर मानव रूपी भूगोल की स्थापना हुई। जो अब तक मानव भूमि स्वयं की जीत समझकर सुरों एवं असुरों की दिव्य युद्ध कला में प्रकाशमयी आभाओं की वंदना में स्वयं को विलुप्त संरक्षित करके प्रकृति विजयी समझ रहे थे। तो वास्तविकता में तो प्रकृति उन्हें गंध भक्षण के उस शिखर पर ले जा रही थी जहां से मानव विधा की गंध रासायनिकता का अनन्तीय अंत होना था। जिसमें मध्य में जो उत्पन्न हुई पुनः जन्म एवं मृत्यु के कला की मानव भूमि जन्म-मृत्यु का खेल अपरिपक्वता को संरक्षित करने हेतु खेल रहे थे, तो यह भी प्रकृति की सिद्धांतीय यात्रा का वह मुख्य मध्य भाग जो जन्म और मृत्यु के विज्ञान से मानव के मूल रासायनिक तलछटों को एक साथ महाकाल छन्नी अशोक सूर्य सिद्धांत परिसर में लाने की प्रकृति की मौनिस्ता मध्य मार्ग मध्यम आंच विज्ञान प्रणाली थी। महाकाल की यह मृदुला गंध रसायनिक विस्फोट प्रणाली एक मात्र मानव भूमि पे ही क्रिया नहीं करती है कि मानव को यह शिकायत की प्रकृति सिर्फ मानव अस्तित्व को ही विस्फोट क्यों कर रही है या प्रकृति संचालक मानव के ही साथ ऐसा क्यों कर रहे हैं वरन् ऊर्जा न्याय मृदा गंध विस्फोट प्रणाली ब्रह्माण्ड के समस्त जीव समस्त पदार्थ ग्रह-उपग्रह, नक्षत्रों, ब्लैक होल्स एवं समस्त खगोल में सामान्य तुला से सिद्धांत के सम नियम के अंतर्गत लागू होती है।

तात्पर्य यह है कि महाकाल की सिद्धांत ऊर्जा गंध मृदा विस्फोट प्रणाली ब्रह्माण्डीय क्रिया है। कोई व्यक्तिवादी या मानववादी क्रिया नहीं है कि महाकाल को आवाहनों एवं प्रार्थनओं के टंकरी गुंजनों के अनुसार व्यक्ति व्यक्ति के धरा पे इच्छा पूर्ति हेतु संरक्षण हेतु सुरक्षा हेतु जाना पड़े। महाकाल सूर्य ऊर्जा अशोक सूर्य सिद्धांत लोक परिसर की पारा धमनियां ब्रह्माण्ड की प्रत्येक धरा



से महाकाल की स्वासन की तपिस एवं गति से जुड़ी है जो किसी भी पदार्थ को धरा को उनके स्वभाविक प्राकृतिक गंतव्यता तक ले जाएगी। वही जीव या पदार्थ की मूल रसायनिक यात्रा मार्ग होगा। क्योंकि जीवन किसी प्रकार की दिमागी गणित से चलने वाली जीवनी गणितज्ञता नहीं हैं। जिसमें जो मार्ग प्रकृति द्वारा अंकित है उसे गलत कह कर ध्यान साधना कालाजादू चमत्कार या ताबिजों से विकल्प बनाकर नया मार्ग बनाया जाए। मानव की यह कला मात्र जीवन को पीड़दायक एवं कष्टकारी ही बनाती है।

प्रकृति तो वह महान सरल रसायनिक जीवन मार्ग प्रणाली है जिसमें ना ही कुछ करने की ना ही कुछ गुणा गणित करने की आवश्यकता है। मात्र जीवन को प्रकृति शून्य स्वबल मार्ग विज्ञान के अंतर्गत जीवन रसायनिक यात्रा है। भूगोल तो कर्म भोग पात्र है जो आत्मिक जीवन परमात्मा जीवन मंत्र को अशोक तंत्र से गतिमान करते हुए महाकाल की एक बिन्दु शिखर न्याय विस्फोटक प्रणाली की एहसासीय आनंद न्याय को अंकित करने वाली सरल जीवन यात्रा प्रणाली है प्रकृति।

भाग भाग देकर शेष बनाता गया
शेष शेष कहकर भोग से भागता गया
न शेष को भाग दे पाया ना ही भोग को पूर्ण कर पाया
मानव तुने तो केवल नकली विजेता ही बनाया
हार को जीत कहकर अहंकार का मूँछ बनाया
अपने ही पूँछ से प्रकृति की तुला को चुनौती देना चाहा
ना ही पूँछ बची तेरी ना ही मूँछ
मानव तुने तो खुद अपने तर्पण का रास्ता
हार जीत के अहंकार से बनाया है
भाग भाग का गणित खेला ऐसा
कि प्रकृति भाग के शेष को महाकाल में विलीन करती गई
भाग शेष वाले मानव तेरा अंत कर रही
प्रकृति शिखर की यात्रा कर रही।

माइक पांडे

पर्यावरण संरक्षक और डॉक्यूमेंट्री फिल्म निर्माता



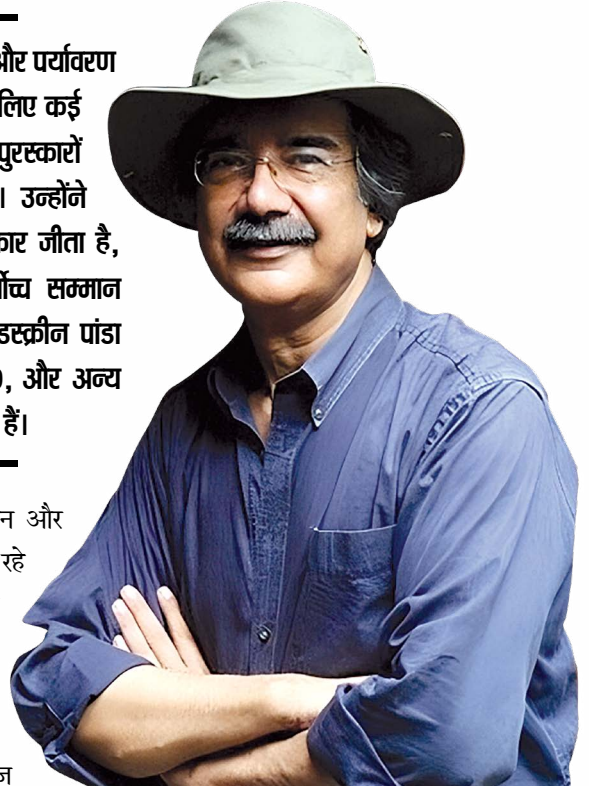
प्रकृति मेल डेस्क

माइक पांडे भारतीय फिल्म निर्माता, पर्यावरणविद, और संरक्षणवादी हैं, इन्होंने पर्यावरण संरक्षण के क्षेत्र में अद्वितीय योगदान दिया है। वे डॉक्यूमेंट्री फिल्म निर्माण के क्षेत्र में अग्रणी माने जाते हैं, विशेष रूप से उन फिल्मों के लिए जो वन्यजीवों और प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण पर केंद्रित हैं। उनके कार्यों ने न केवल भारत में, बल्कि पूरी दुनिया में पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता फैलाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। उनके द्वारा बनाई गई फिल्मों में न केवल कलात्मक रूप से उत्कृष्ट हैं, बल्कि पर्यावरणीय संकटों के प्रति जनमानस को संवेदनशील बनाने का प्रभावशाली माध्यम भी हैं।

उनकी फिल्म "द लास्ट माइग्रेशन" की रोचक कहानी माइक पांडे के जीवन में कई कहानियाँ और अनुभव हैं जो प्रेरणादायक और रोमांचक हैं। इनमें से एक कहानी उनकी प्रसिद्ध डॉक्यूमेंट्री "द लास्ट माइग्रेशन" के निर्माण के दौरान घटी थी। यह फिल्म हाथियों के प्राकृतिक आवास की रक्षा के महत्व और उनके विस्थापन की समस्या को उजागर करती है। फिल्म का आरंभ और चुनौतीपूर्ण यात्रा यह कहानी 1990 के दशक की है, जब माइक पांडे भारत के जंगलों में हाथियों के जीवन पर एक डॉक्यूमेंट्री बनाने की योजना बना रहे थे। उन्हें पता चला कि उत्तराखंड और असम के जंगलों में बड़ी संख्या में हाथी अपने प्राकृतिक आवास

माइक पांडे को उनकी फिल्मों और पर्यावरण संरक्षण में उनके योगदान के लिए कई राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय पुरस्कारों से सम्मानित किया गया है। उन्होंने तीन बार राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार जीता है, जो भारतीय सिनेमा का सर्वोच्च सम्मान है। इसके अलावा, उन्हें वाइल्डस्क्रीन पांडा अवार्ड, यूएनईपी ग्लोबल 500, और अन्य कई प्रतिष्ठित पुरस्कार भी मिले हैं।

से विस्थापित हो रहे हैं। वे भोजन और पानी की तलाश में गाँवों में घुस रहे थे, जिससे इंसानों और जानवरों के बीच संघर्ष बढ़ रहा था। माइक ने तय किया कि वे इस मुद्दे को कैमरे के माध्यम से सामने लाएंगे, ताकि सरकार और समाज इसे गंभीरता से ले। जंगल की कठिनाइयाँ और खतरे फिल्म की शूटिंग के दौरान माइक पांडे और उनकी टीम को घने जंगलों में रहना पड़ा। वहाँ न तो कोई पक्के रास्ते थे और न ही सुविधाएँ। उन्हें मीलों पैदल चलना पड़ता था, भारी उपकरणों को उठाना पड़ता था, और असहनीय गर्मी और नमी का सामना करना पड़ता था। एक दिन, जब माइक हाथियों के झुंड का पीछा कर रहे थे, उनकी टीम अचानक झुंड के बीच में फँस गई। एक मादा हाथी, जो अपने बच्चे के साथ थी, टीम की ओर तेजी से बढ़ने लगी। माइक समझ गए कि हाथी उन्हें खतरा समझ रही है। पूरी टीम ने तुरंत झाड़ियों में छिपकर खुद को बचाया। उस समय जंगल की आवाजें और हाथी की धमक उनके लिए एक अविस्मरणीय



अनुभव बन गई। एक दिल को छू लेने वाला दृश्य फिल्म के दौरान, माइक ने एक ऐसा दृश्य कैद किया जिसने उन्हें गहराई से झकझोर दिया। उन्होंने देखा कि एक हाथी का बच्चा नदी पार करने की कोशिश कर रहा था, लेकिन तेज धाराओं के कारण वह बार-बार बह जाता था। उसकी माँ उसे बचाने के लिए हर बार पानी में जाती, और अंततः उसने उसे अपनी सूँड़ से उठाकर सुरक्षित स्थान पर पहुँचा दिया।

यह दृश्य माइक के लिए एक निर्णायक क्षण था। उन्होंने महसूस किया कि हाथियों का जीवन भी उतना ही भावनात्मक और संघर्षपूर्ण है जितना कि इंसानों का। इस दृश्य ने फिल्म को एक दिल को छू लेने वाला संदेश दिया।

प्रारंभिक जीवन और शिक्षा

माइक पांडे का जन्म दिल्ली में हुआ था। उन्होंने अपने जीवन की शुरुआत में ही प्रकृति के प्रति गहरी रुचि विकसित कर ली थी। उनकी शिक्षा ने उनके विचारों और दृष्टिकोण को और गहराई प्रदान की। ब्रिटेन में फिल्म निर्माण की पढ़ाई के दौरान, उन्होंने यह महसूस किया कि डॉक्यूमेंट्री के माध्यम से पर्यावरणीय मुद्दों को प्रभावी ढंग से प्रस्तुत किया जा सकता है। इसके बाद उन्होंने अपने जीवन को पर्यावरण संरक्षण के लिए समर्पित कर दिया।

उनकी युवावस्था के दौरान जंगलों और वन्यजीवों के साथ बिताए गए क्षणों ने उनके मन में प्रकृति की गहरी समझ पैदा की। भारतीय जंगलों की जैव विविधता और उनकी सुंदरता ने उनके विचारों को और समृद्ध किया। उनकी शिक्षा और अनुभव ने उन्हें इस दिशा में आगे बढ़ने के लिए प्रेरित किया, जहां वे समाज के लिए एक बड़ा बदलाव ला सकते थे।

माइक पांडे का फिल्मी सफर

माइक पांडे की फिल्मों का सफर प्रेरणादायक और उद्देश्यपूर्ण रहा है। उनकी फिल्मों का मुख्य फोकस पर्यावरणीय समस्याओं को उजागर करना और उनके संभावित समाधानों की ओर ध्यान आकर्षित करना है। उनकी पहली चर्चित डॉक्यूमेंट्री "द लास्ट माइग्रेशन" ने हाथियों की दुर्दशा पर प्रकाश डाला, जिन्हें अपने प्राकृतिक आवास से विस्थापित होकर अन्यत्र जाना पड़ता है। इस फिल्म ने सरकार और पर्यावरण संरक्षण समूहों का ध्यान हाथियों के संरक्षण की ओर खींचा।

उनकी अन्य फिल्म "व्हिस्पर्स ऑफ द जंगल" भारतीय जंगलों की आवाज़ और वहां रहने वाले वन्यजीवों की समस्याओं को उजागर करती है। यह फिल्म एक प्रकार से जंगलों की आत्मा का प्रतिनिधित्व करती है। बाघों की घटती संख्या और उनके प्राकृतिक आवास की रक्षा की आवश्यकता पर केंद्रित इस फिल्म ने बड़े स्तर पर जागरूकता पैदा की। "सू ओस्ट्रेलिया", एक और बेहतरीन डॉक्यूमेंट्री, जलवायु परिवर्तन और इसके कारण दुनिया भर में हो रहे प्रभावों

को प्रस्तुत करती है। यह फिल्म जलवायु परिवर्तन के खतरों को दर्शाती है और दिखाती है कि अगर समय रहते कदम नहीं उठाए गए, तो इसके परिणाम भयावह होंगे।

उनकी डॉक्यूमेंट्री "शॉर्ट्स इन द डार्क" ने वन्यजीवों की अवैध तस्करी जैसे संवेदनशील मुद्दे को उजागर किया। यह फिल्म न केवल एक मनोरंजक प्रस्तुति थी, बल्कि एक सशक्त संदेश भी थी, जिसने नीति निर्माताओं को इस दिशा में कदम उठाने के लिए प्रेरित किया।

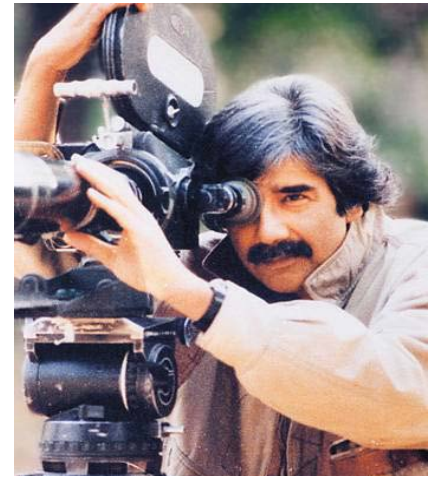
पर्यावरण संरक्षण और जागरूकता

माइक पांडे का पर्यावरण संरक्षण में योगदान केवल उनकी फिल्मों तक सीमित नहीं है। वे विभिन्न मंचों पर पर्यावरणीय मुद्दों पर चर्चा करते हैं और जागरूकता बढ़ाने के लिए कार्यशालाओं और सेमिनारों का आयोजन करते हैं। उनका उद्देश्य है कि हर व्यक्ति प्रकृति की रक्षा में अपनी भूमिका समझे।

उनकी फिल्मों में जलवायु परिवर्तन, जैव विविधता की रक्षा, वन्यजीवों की सुरक्षा और प्राकृतिक संसाधनों के विवेकपूर्ण उपयोग जैसे विषयों को गहराई से दिखाया गया है। उनकी फिल्में दर्शकों को न केवल समस्याओं से अवगत कराती हैं, बल्कि उन्हें यह भी दिखाती हैं कि समाधान कैसे संभव हैं। उनकी डॉक्यूमेंट्री "वारियर्स ऑफ द प्लेनेट" एक प्रेरणादायक फिल्म है, जो पर्यावरण संरक्षण में लगे व्यक्तियों और संगठनों की कहानियाँ बयां करती है। इस फिल्म ने यह साबित किया कि समाज के हर वर्ग से आने वाले लोग एक साथ मिलकर प्रकृति की रक्षा में योगदान कर सकते हैं।

फिल्में और सामाजिक प्रभाव

माइक पांडे की फिल्मों का समाज पर गहरा प्रभाव पड़ा है। उनकी फिल्में न केवल मनोरंजक होती हैं, बल्कि सामाजिक जागरूकता बढ़ाने और नीति निर्माण में भी सहायक होती हैं। उदाहरण के लिए, "द लास्ट माइग्रेशन" ने हाथियों के संरक्षण को लेकर राष्ट्रीय स्तर पर एक नई बहस शुरू की। उनकी फिल्मों का सबसे बड़ा प्रभाव यह है कि उन्होंने न केवल जनता को जागरूक किया है,



बल्कि सरकारों और गैर-सरकारी संगठनों को भी ठोस कदम उठाने के लिए प्रेरित किया है।

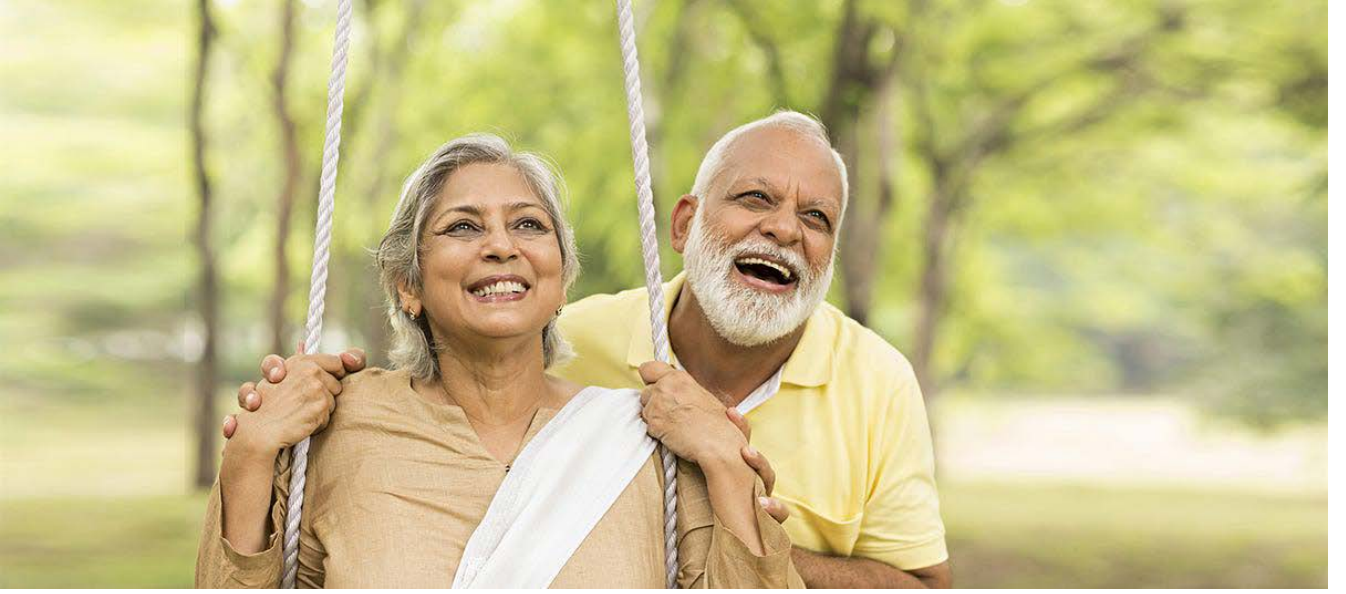
पुरस्कार और सम्मान

माइक पांडे को उनकी फिल्मों और पर्यावरण संरक्षण में उनके योगदान के लिए कई राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय पुरस्कारों से सम्मानित किया गया है। उन्होंने तीन बार राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार जीता है, जो भारतीय सिनेमा का सर्वोच्च सम्मान है। इसके अलावा, उन्हें वाइल्डस्क्रीन पांडा अवार्ड, यूएनईपी ग्लोबल 500, और अन्य कई प्रतिष्ठित पुरस्कार भी मिले हैं। इन सम्मानों ने उनके कार्यों को और अधिक प्रभावशाली बना दिया है। उनके योगदान ने यह साबित किया है कि सही दिशा में किया गया प्रयास बड़े बदलाव ला सकता है।

प्रेरणा और योगदान

माइक पांडे पर्यावरण संरक्षण में युवाओं को प्रेरित करने के लिए सक्रिय रूप से काम कर रहे हैं। वे नए फिल्म निर्माताओं को प्रशिक्षित कर रहे हैं और उन्हें पर्यावरणीय मुद्दों पर ध्यान केंद्रित करने के लिए प्रोत्साहित कर रहे हैं। उनके प्रयासों से एक नई पीढ़ी तैयार हो रही है, जो फिल्मों के माध्यम से समाज में बदलाव लाने के लिए प्रतिबद्ध है।

उन्होंने न केवल अपनी फिल्मों के माध्यम से, बल्कि अपने सामाजिक कार्यों के माध्यम से भी दुनिया को यह दिखाया है कि अगर हम सब मिलकर काम करें, तो पर्यावरणीय समस्याओं का समाधान संभव है।



अनमोल धरोहर हैं वृद्धजन



गौरीशंकर वैश्य पिन्गु

लखनऊ

आधुनिक जीवन की व्यस्तता और पारिवारिक जीवन के टूटते-विखरते संबंधों ने वृद्धजन को गहरे से प्रभावित किया है। आज रिश्ते-नातों की गर्माहट जताने का समय भी किसी के पास नहीं है। इससे उत्पन्न निराशा, क्षणवादिता, और शून्यता परिवार संस्था के अस्तित्व को ही समाप्त करने पर तुली है। जिन वृद्धजन के परिवार के सदस्य और उनकी संतान एक साथ रहते भी हैं, उनमें भी संयुक्त परिवार जैसी समझ और एकता अब देखने में नहीं आती है। अँग्रेजी स्कूलों में पढ़ रहे बच्चों को बुजुर्गों के पास बैठने का समय नहीं है।

जीवन का एक कटु सत्य है कि बुढ़ापा सबको आता है। यह जीवन का अंतिम और अनिवार्य पड़ाव है। ज्यों-ज्यों मनुष्य की आयु बढ़ती है, वैसे-वैसे समस्त इंद्रियों की कार्य-क्षमता का हास होने लगता है।

आयु प्रक्रिया एक जैविक वास्तविकता है, जिसकी अपनी एक विशिष्ट गतिशीलता है, जो मानव-नियंत्रण से परे है। विश्व के अधिकांश विकसित देशों ने 65 वर्ष की आयु के व्यक्ति को वृद्धजन स्वीकार किया है, वहीं अफ्रीका जैसे देश यह पश्चिमी अवधारणा नहीं मानते हैं। वहाँ 50 से 65 वर्ष की आयु वृद्धावस्था मानते हैं। संयुक्त राष्ट्र संघ 60

वर्ष या इससे अधिक आयु के व्यक्ति को वृद्ध मानता है। इन्साइक्लोपीडिया ब्रिटैनिका में सांख्यिकीय एवं लोक प्रशासन उद्देश्यों के लिए 60 या 65 वर्ष आयु को वृद्धावस्था माना है। पश्चिमी देशों में इस आयु को सेवानिवृत्ति एवं सामाजिक सुरक्षा के पात्रता योग्य समझते हैं। प्रायः यही प्रक्रिया भारत में भी लागू है।

संयुक्त राष्ट्र संघ एवं विश्व स्वास्थ्य संगठन के एक सर्वेक्षण में पाया गया है कि विश्व के देशों में ही नहीं, भारत में भी वृद्धजन की संख्या में निरंतर वृद्धि हो रही है। 60 वर्ष या इसके ऊपर वृद्धजन का अनुपात वर्ष 2000 में 9.9 प्रतिशत बढ़ा, वर्ष 2025 में 14.6

प्रतिशत तथा वर्ष 2050 तक 21.1 प्रतिशत तक बढ़ने की संभावना है। यूएनएफपीए भारत प्रमुख के अनुसार '60 वर्ष या उससे अधिक आयु के लोगों की संख्या 2050 तक 34.6 करोड़ हो जाएगी। यह वर्तमान से लगभग दोगुनी होगी। इस अर्थ में लगता है कि भारत 'वृद्ध होते लोगों' का देश के रूप में सामने आ रहा है। हमारे यहाँ वृद्धजन को 'वरिष्ठ नागरिक' कहकर मान दिया जाता है। संयुक्त राष्ट्र संघ ने 14 दिसम्बर, 1990 को सदस्य राष्ट्रों की सहमति से 1 अक्टूबर को प्रतिवर्ष 'अंतरराष्ट्रीय वृद्धजन दिवस' के रूप में मनाया जाना सुनिश्चित किया।

वृद्धावस्था के सामाजिक पहलू वृद्ध पीढ़ी के आयु संबंधी प्रभावों, सामूहिक अनुभवों एवं साझा किए मूल्यों के पारस्परिक समन्वय द्वारा प्रभावित होते हैं। परिवार और समाज में वृद्धजन का सदैव सम्मानजनक स्थान रहा है। किन्तु 21 सदी में तेजी से बदलते परिवारों में उनका स्थान लगातार नीचे गिरता जा रहा है। विश्वभर में बढ़ रही घोर प्रतिस्पर्धा से नैतिक एवं पारिवारिक एकता के मूल्यों का पतन होता जा रहा है। वृद्धों पर इसका प्रभाव अधिक है। जीवन के अंतिम पड़ाव में वे बेटों और परिवार के सुख से वंचित हो रहे हैं। उन्हें बुढ़ापे का भय, अकेलापन, सहगामी कठिनाइयाँ, दौर्बल्य, संयुक्त परिवारों का विघटन, पीढ़ी अंतराल एवं संघर्ष, अवसरवादी मनोवृत्ति, जीवनयापन की आवश्यक सुविधाओं का अभाव आदि की चिंता प्रतिपल सताती रहती है। वर्तमान समय उनकी ये समस्याएं रौद्र रूप दिखा रही हैं और अनेक प्रकार से प्रताड़ित कर रही हैं। वे परिवार में अकेले पड़ गए हैं क्योंकि आजकल युवकों को स्वदेश में इच्छित कार्य के अवसर नहीं मिल रहे हैं। विदेशों में पढ़ने तथा अधिक धन कमाने एवं वहाँ स्थायी रूप से बसने वाले युवाओं की संख्या लगातार बढ़ रही है। आधुनिक सुख - सुविधाओं की चाह में वे स्वयं तो विदेशों के बड़े शहरों में रहना चाहते हैं लेकिन अपने माता-पिता को वृद्धाश्रम या गाँव-करबे में अकेला छोड़ना चाहते हैं। युवाओं के समक्ष भी विवशता कि उन्हें गाँव-घर के आसपास आजीविका का कोई साधन नहीं मिलता और वे शिक्षित बेरोजगार भी कब तक रह सकते हैं।

आधुनिक जीवन की व्यस्तता और पारिवारिक जीवन के टूटते-विखरते संबंधों ने वृद्धजन को गहरे से प्रभावित किया है। आज रिश्ते-नातों की गर्माहट जताने का समय भी किसी के पास नहीं है। इससे उत्पन्न निराशा, क्षणवादिता, और शून्यता परिवार संस्था के अस्तित्व को ही समाप्त करने पर तुली है। जिन वृद्धजन के परिवार के सदस्य और उनकी

संतान एक साथ रहते भी है, उनमें भी संयुक्त परिवार जैसी समझ और एकता अब देखने में नहीं आती है। अंग्रेजी स्कूलों में पढ़ रहे बच्चों को बुजुर्गों के पास बैठने का समय नहीं है।

वृद्धजन चुपचाप एक किनारे पड़े रहते हैं, उनसे कोई बात नहीं करता। उन्हें पूरा सम्मान, सुरक्षा तथा देखभाल नहीं मिलती। घर के अधिकांश सदस्य टीवी, मोबाइल, इंटरनेट आदि उपकरणों से चिपके रहते हैं। यांत्रिक सभ्यता के बढ़ते कुप्रभाव से पारिवारिक जीवन पूर्णतः अभिषक्त है। एकल परिवारों में पति-पत्नी व्यवसाय से जुड़े रहते हैं, जिसके कारण छोटे बच्चों और वृद्ध माता-पिता को अपेक्षित प्यार नहीं मिल पाता। वैसे ग्रामीण भारत आज भी संस्कारों में जीता है और हमारे संस्कार वृद्धों की अवहेलना की अनुमति नहीं देते। यह बीमारी शहरों और महानगरों में अधिक व्याप्त दिखती है, क्योंकि वहाँ पाश्चात्य संस्कृति का गहरा प्रभाव है।

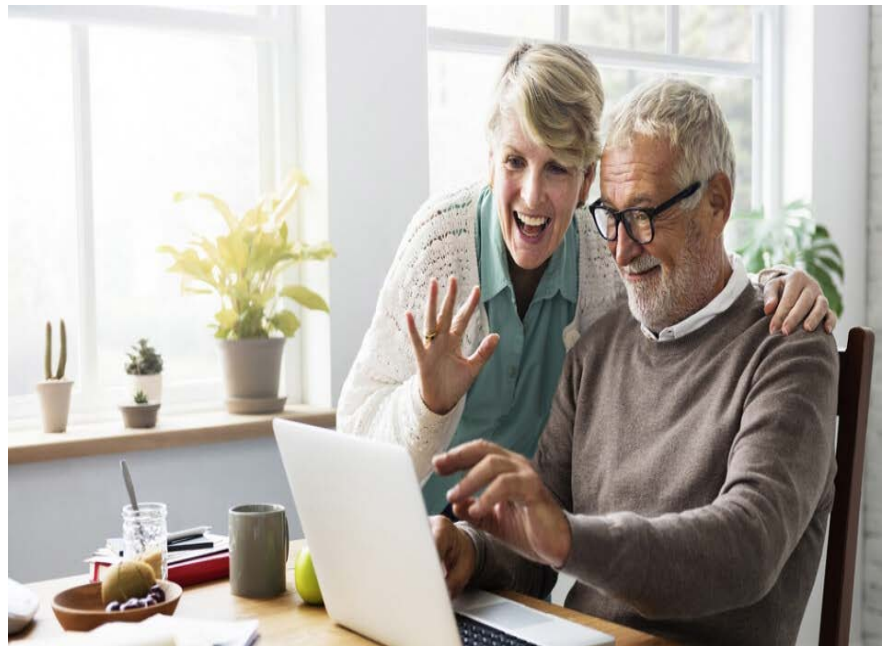
यदि वृद्ध दंपति एक साथ रहते हैं, तो कुछ सीमा तक एक-दूसरे का संबल बने रहते हैं, किन्तु यदि किसी एक की मृत्यु हो जाती है, तो फिर दूसरे के लिए समस्या बन जाती है। यदि

उनको पेंशन या जमापूंजी का आश्रय नहीं है, तो बेटे-बहू पर उनका आश्रित रहना विपरीत परिस्थितियों का निर्माण करता है। यहाँ इसका आशय यह नहीं है कि सभी संतानें अपने माता-पिता की अवहेलना करती हैं, किन्तु अधिकांश घरों में वृद्धों के प्रति तिरस्कार भाव ही रहता है।

घर में वृद्धों के न होने से घर, विश्रामालय जैसा लगता है। अकेले रहने या पर्याप्त सम्मान न मिल पाने से वृद्धजन भी दुख एवं निराशायुक्त जीवन व्यतीत करते हैं।

वृद्ध व्यक्ति परिवार का एक महत्वपूर्ण अंग होता है। वह एक घने वट-वृक्ष की भाँति होता है, जो घर - परिवार को सदैव शीतल छाया प्रदान करता है। वह देखे गए और भोगे हुए अनुभवों की एक पाठशाला है, जिसमें परिवार के सदस्य शिक्षण प्राप्त करते हैं। वह परिपक्व अनुभव एवं संचित ज्ञान द्वारा सही मार्गदर्शन से परिवार के सदस्यों को विखरने नहीं देता और न ही उनमें निरर्थकता का भाव उत्पन्न होने देता है।

वृद्धजन की पूर्ण सुरक्षा और समस्याओं के निदान हेतु कुछ सुझाव निम्नवत हैं -





- ◆ भारतीय संस्कृति की आदर्श परिवार-संस्था के महत्व से समाज को पुनः जाग्रत किया जाए तथा वृद्धजन के सम्मान की रक्षा की जाए।
- ◆ बच्चों को वृद्धों के साथ शिष्ट, शालीन, नैतिक तथा सम्मानजनक व्यवहार करने के लिए प्रेरित किया जाए। प्रातःकाल उठते समय बच्चे बड़े-बुजुर्गों के चरण स्पर्श करें।
- ◆ वृद्ध उम्रभर की स्मृतियों, अनुभवों, सुख-दुख, सफलता-असफलता आदि की अमूल्य निधि हैं, अतः हमें वृद्धजन को देवतास्वरूप मानकर सेवा-सुश्रूषा करनी चाहिए।
- ◆ कहते हैं कि वृद्धावस्था में व्यक्ति का बचपना लौट आता है, अतः उनके परामर्श, बातचीत या व्यवहार को बुरा नहीं मानना चाहिए। उनके मन में परिवार के प्रति अनिष्ट का भाव कभी नहीं रहता।
- ◆ वृद्धजन के अनुभव तथा ज्ञान का लाभ उनकी रुचि के अनुसार समाज के विकास में लेने के लिए सार्थक योजना बनानी चाहिए, जिससे वे नौकरी या व्यवसाय से अवकाश प्राप्त करने के बाद भी सक्रिय, प्रसन्न, उत्साही, सुरक्षित और स्वस्थ रह सकें।
- ◆ वृद्धों के लिए सामाजिक बीमा योजना प्रारंभ की जानी चाहिए, जिसका दायित्व केंद्रीय सरकार और राज्य सरकारें वहन करें। स्वास्थ्य, परिवहन, पर्यटन आदि सेवाओं में छूट, प्राथमिकता तथा वित्तीय सहायता दी जाए।
- ◆ वृद्धजन को अभिरुचि, दृष्टि एवं स्वास्थ्य को ध्यान में रखते हुए उन्हें रुचिकर एवं उपयोगी पुस्तकें उपलब्ध करानी चाहिए, जिससे वे समय का सदुपयोग कर सकें।
- ◆ हमें सदैव स्मरण रहे कि वृद्धावस्था एक जैविक प्रक्रिया से अधिक सांस्कृतिक प्रक्रिया है, जो प्रत्येक व्यक्ति के जीवन में एकदिन अवश्य घटित होगी। युवाओं का यह दायित्व बनता है कि वे वृद्धजन की सुरक्षा और उनकी भलाई पर ध्यान दें। इससे उनकी संतानें भी बुढ़ापे में सेवा के लिए तत्पर रहेंगी।
- ◆ परिवार के सदस्यों तथा वृद्धजन के बीच संवाद की भाषा शिष्ट होनी चाहिए, क्योंकि शक्ति, पद, पैसा के दुष्प्रभाव से वाणी दूषित हो सकती है। दोनों पक्ष संबंधों की गरिमा अवश्य रखें। अतः आवश्यक है कि सभी उनकी सेवा करें और प्रत्येक कार्य में उनकी सम्मति लें।
- ◆ वृद्धों के स्वास्थ्य, जलपान, भोजन, विश्राम आदि के लिए समुचित स्थान तथा समय का ध्यान रखना चाहिए। स्थान स्वच्छ एवं व्यवस्थित होना हो, जहाँ सभी आवश्यक सुविधाएं सरलता से उपलब्ध हों।
- ◆ परिवार में समय-समय पर धार्मिक अनुष्ठान आयोजित किए जाएं, वृद्धजन को प्रमुखता से सम्मिलित किया जाए।
- ◆ घर के बच्चों को महापुरुषों के आदर्शों से परिचित कराया जाए, जिससे वे बड़ों की आज्ञापालन की शिक्षा ले सकें।
- ◆ वृद्धजन को मोबाइल दें, जिससे वे अपने परिचितों, मित्रों और सहयोगियों से वार्तालाप कर सकें। इससे वे अपने मनपसंद के वीडियो भी देख सकते हैं।
- ◆ यथासंभव परिवार के सदस्य वृद्धों के साथ बैठकर भोजन करें। खानपान में उनकी रुचि का भी ध्यान रखा जाए।
- ◆ वृद्धजन से सभी आदर तथा विनम्रतापूर्वक बात करें। उनसे कभी ऊँचे स्वर में बात करना, फटकारना, उनकी बातों का मजाक उड़ाना अपमानजनक शब्दों का प्रयोग करना आदि दुर्व्यवहार करके उन्हें मानसिक एवं भावनात्मक आघात न पहुँचाएं। उनकी शारीरिक अक्षमता का लाभ उठाकर मारपीट करना, उनकी जमापूंजी का अनुमति लिए बिना उपयोग करना और पेंशन आदि देने के लिए विवश करना शारीरिक तथा आर्थिक उत्पीड़न है, यह अन्याय के साथ ही दण्डनीय अपराध भी है।

महान दार्शनिक कंप्यूशियस का कथन विचारणीय है - " बुढ़ापा, यकीन मानिए, एक अच्छी और सुखद चीज है। यह सच है कि आपको धीरे से मंच से उतार दिया जाता है, पर फिर आपको दर्शक के रूप में सबसे आगे आरामदायक कुर्सियों पर बिठा दिया जाता है"। वृद्धावस्था जीवन का स्वर्णिम काल है। यह सोचना कितना सत्य और सार्थक है कि वे व्यक्ति सौभाग्यशाली है, जिनको वृद्धावस्था



का आनंद मिलता है, क्योंकि कितने ही लोग इस सुख से वंचित रह जाते हैं। आराम से बुढ़ापा बिताना असंभव नहीं है।

याद रखें, यह आपके हाथ में है कि आप अपना शेष जीवन हँसकर जिएं या रोते - रोते। यह मात्र सोच और इच्छाशक्ति का ही खेल है। वृद्धजन अपने जीवन के अधूरे सपनों को पूरे कर यादगार बना सकते हैं।

वृद्धावस्था में सुखी जीवन के लिए वृद्धजन को कुछ आवश्यक बातों पर ध्यान देना श्रेयस्कर होगा -

- ◆ वृद्धावस्था आने से पूर्व आज के प्रत्येक व्यक्ति को यह मान्यता बना लेनी चाहिए कि उसे एकाकी और स्वावलंबी जीवन जीने के लिए विवश होना पड़ सकता है। उसके लिए मानसिक तैयारी के साथ अर्थव्यवस्था भी ऐसी रखनी चाहिए कि किसी के आगे हाथ न फैलाना पड़े, जब उपार्जन क्षमता न रहे।
- ◆ शरीरचर्या से संबंधित सभी कार्यों में आत्मनिर्भर होने का अभ्यास जारी रखना चाहिए। इससे अशक्त, रुग्ण या अपंग हो जाने तक अपने निजी कामों के लिए दूसरों की सहायता कम से कम लेनी पड़े।
- ◆ बुढ़ापे में निराशा छाने लगती है और स्वभाव चिड़चिड़ा हो जाता है। पिछले अच्छे दिनों की स्मृति में आज भारी लगने

लगता है। अतः आज की परिस्थितियों के अनुरूप स्वयं को ढालने का प्रयत्न करें। कहते हैं - जैसी अवस्था, वैसी व्यवस्था।

- ◆ वृद्धों को अपने समान लोगों का एक स्वतंत्र परिवार बनाना चाहिए, जिसमें हँसते-हँसाते मिल-जुलकर जीना सरल हो सके।
- ◆ परिवार में सदस्यों के साथ विचारों का तालमेल बनाएँ, कभी दुराग्रह न पालें। अपना मानसिक संतुलन न बिगड़ने दें।
- ◆ अपने अनुभव और ज्ञान के आधार पर शांति, संतोष और प्रसन्नतापूर्वक जीवन बिताएँ। इस समय का सदुपयोग स्वाध्याय, पूजा-पाठ या सकारात्मक विचार-विमर्श में करें। अपनी अभिरुचियों को पुनर्जीवित करें तथा स्वतंत्र लेखन, कृति-सृजन, गोष्ठी, सत्संग, योगाभ्यास या गायन - वादन आदि सीख सकते हैं।
- ◆ भूतकाल में प्राप्त अधिकार, प्रतिष्ठा, वैभव, संपन्नता आदि की स्मृतियों में न डूबे रहे। यह सोचें कि वर्तमान में आप क्या हैं।
- ◆ अपना स्वभाव तथा आदतें ऐसी बनाएँ कि आपस में टकराव न हो। बात-बात में अपना हस्तक्षेप बंद कर दें। किसी से किसी प्रकार की शिकायत न करें। अपनी आवश्यकताओं को सीमित करें।

- ◆ अनुकूल-प्रतिकूल सभी परिस्थितियों में प्रसन्न रहने की चेष्टा करें, कोई भी प्रतिक्रिया न करें। किसी से किसी प्रकार की आशा न करें। राह चलते किसी को उपदेश न दें।
- ◆ बुढ़ापे में बच्चों को समय देना बहुत आवश्यक है। घर के नन्हे - मुन्नों के साथ खेलने से मन बहलाव होता है। बच्चों को पढ़ाने में मदद करें तथा उनकी समस्या को हल करने का प्रयास करें। यदा-कदा बच्चों को पार्क लेकर जाएं और उनके साथ प्रकृति का आनंद लें।
- ◆ अपने अधूरे कार्य पूरे करें। समाज सेवा के लिए समय दें। अच्छे कार्यों में स्वयं को व्यस्त रखें। आत्मविश्वासी बनकर सकारात्मक सोच विकसित करें।
- ◆ घर, आंगन-पोर्च या बाहर अपने सामने की गली एवं नाली की नियमित साफ-सफाई स्वयं करें। इससे शरीर का व्यायाम भी हो जाएगा और घर भी स्वच्छ रहेगा।
निष्कर्षतः वृद्धावस्था लंबी प्रतीक्षा के बाद संतोष का मीठा फल चखने का सुअवसर है। कुल मिलाकर हम कह सकते हैं कि वृद्धावस्था अभिशाप नहीं, अपितु यह मानव जाति के लिए वरदान है। इस आयु में आँखों की ज्योति चाहे क्षीण हो जाए, किन्तु आध्यात्मिक ज्योति निश्चित रूप से बढ़ती है। याद रखें, हम उसी दिन वृद्ध होंगे, जिसदिन हम सीखना बंद कर देंगे। अपने चेहरे पर भले ही झुर्रियां पड़ जाएं, पर उत्साह में झुर्रियां नहीं पड़ने दें। इस अवस्था में चिंतित होने के बजाय, जो मिला है, उसी में संतोष करें। वृद्धावस्था का अगला पड़ाव मृत्यु भी, दुख या भय का विषय नहीं, अपितु प्रसन्नता का संदेशवाहक है। अतः हमें अपने बड़े-बूढ़ों की उपेक्षा न करके, उनका सम्मान करना चाहिए। हमेशा यही सोचिए -
*साक्षात् भगवान, वृद्धजन होते हैं।
अभिज्ञान संस्थान, वृद्धजन होते हैं।
शीतल छाँव समान, वृद्धजन होते हैं।
सिर पर तना वितान, वृद्धजन होते हैं।*



जंगली जानवरों से सीखें अपरिग्रह व प्रकृति को अक्षुण्ण बनाए रखने की कला



सीताराम गुप्ता

पीतमपुरा, (दिल्ली)

जिम कॉर्बेट एक कुशल शिकारी थे जंगल जिनके लिए दूसरा घर था। बाद में उन्होंने शिकार करना छोड़ दिया और एक पर्यावरण व प्रकृति प्रेमी, वन संरक्षक तथा कुशल छायाकार बन गए। आज जिम कॉर्बेट के नाम से जो जिम कॉर्बेट नेशनल पार्क है वह जिम कॉर्बेट के प्रयासों का ही परिणाम है। जिम कॉर्बेट के प्रयासों से सन् 1935 में वन्य पशुओं को बचाने के उद्देश्य से ये संरक्षित पार्क बनाया गया था।

पिछले दिनों हिंदी के सुप्रसिद्ध कवि सुमित्रानंदन पंत की जन्मस्थली व गांधीजी के चौदह दिवसीय प्रवासस्थल अनासक्ति आश्रम को देखने की तीव्र इच्छा के वशीभूत कौसानी जाना तय हुआ। दिल्ली से ड्राइविंग करते हुए सीधे कौसानी जा पहुँचे। वहाँ से बागेश्वर व बागेश्वर से नैनीताल होते हुए दिल्ली वापसी की। कालाहंड़ी के रास्ते पर कालाहंड़ी के

पास छोटी हल्द्वानी नामक स्थान है जहाँ पर एक छोटा-सा अत्यंत व्यवस्थित संग्रहालय है जिसका नाम है जिम कॉर्बेट संग्रहालय। इसमें जिम कॉर्बेट के जीवन से संबंधित घटनाओं और वस्तुओं को अक्षुण्ण रखने का प्रयास किया गया है।

जिम कॉर्बेट एक कुशल शिकारी थे जंगल जिनके लिए दूसरा घर था। बाद में उन्होंने

शिकार करना छोड़ दिया और एक पर्यावरण व प्रकृति प्रेमी, वन संरक्षक तथा कुशल छायाकार बन गए। जिम कॉर्बेट नेशनल पार्क उन्ही के प्रयासों का ही परिणाम है। सन् 1935 में वन्य पशुओं को बचाने के उद्देश्य से ये संरक्षित पार्क बनाया गया था और तत्कालीन गवर्नर मालकम हेली के नाम पर इस पार्क का नाम हेली नेशनल पार्क रखा गया था। स्वतंत्रता के



बाद इस पार्क का नाम रामगंगा नेशनल पार्क रख दिया गया। बाद में सन् 1957 में इस पार्क का नाम जिम कॉर्बेट के सम्मान में जिम कॉर्बेट नेशनल पार्क रख दिया गया।

संग्रहालय में एक छोटी सी सुवर्णीय शॉप भी है जहाँ जिम कॉर्बेट की लिखी पुस्तकें भी उपलब्ध हैं। मैंने वहाँ उपलब्ध जिम कॉर्बेट की सभी पाँचों पुस्तकें खरीद लीं और घर आकर सभी पढ़ डालीं। जिम कॉर्बेट के बारे में जानने पर ऐसा लगा कि हिंदी भाषा और साहित्य में फादर कामिल बुल्के का जो स्थान व सम्मान है कुछ वैसा ही स्थान व सम्मान पर्यावरण, प्रकृति व वन्यजीव संरक्षण के क्षेत्र में जिम कॉर्बेट का है। जिम कॉर्बेट अपनी पुस्तक “जंगल लोर” में लिखते हैं, “प्रकृति में न तो कोई दुख होता है और न ही कोई अफ़सोस। झुंड में से कोई पक्षी बाज़ का शिकार बन जाता है अथवा कोई चौपाया शेर या तेंदुए का शिकार हो जाता है तो बाक़ी बचे हुए पक्षी और जानवर इस बात की खुशी मनाते हैं कि चलो आज हमारा वक़्त नहीं आया। उन्हें आने वाले कल का भी कोई एहसास नहीं होता।”

काश हम मनुष्यों को भी आने वाले कल का एहसास नहीं होता। यदि ऐसा होता तो कितना अच्छा होता। हम भी आने वाले कल अथवा भविष्य की चिंता किए बिना निश्चिंत व निर्द्वंद्व होकर मजे से वर्तमान में जीते। जानवरों को आने वाले कल की कोई चिंता नहीं होती इसलिए वे मजे से जीवन व्यतीत करते हैं।

उनकी स्वाभाविक मस्ती में कभी कोई कमी नहीं आती। भूख लगने पर ही भोजन के लिए हाथ-पैर मारते हैं। कोई भी मांसाहारी जंगली जानवर अथवा परिंदा बिना भूख के शिकार नहीं करता। पेट भरा होने पर कोई किसी दूसरे जानवर को नहीं मारता। एक बार शिकार करने के बाद जब तक उस पूरे शिकार को उदरस्थ नहीं कर लेता दूसरा शिकार हरगिज नहीं करता। उनके जीवन में तनाव नामक तत्त्व होता ही नहीं। जहाँ तक भूख लगने पर शिकार करने का प्रश्न है ये प्राकृतिक भोजन श्रृंखला का अंग है जो वन और वन्यजीवन में संतुलन के लिए अनिवार्य है।

लेकिन मनुष्य? वह आज या वर्तमान की चिंता करने की बजाय आने वाले कल अथवा भविष्य की चिंता में अधिक डूबा रहता है। इसी से आज तनाव बहुत बढ़ गया है। ये ठीक है कि मनुष्य अपने विकास की उस अवस्था में पहुँच गया है जहाँ उसके लिए भविष्य के बारे में विचार करना भी अनिवार्य है। भविष्य की उचित प्लानिंग तो ठीक है लेकिन चिंता किसी भी तरह से उचित नहीं मानी जा सकती। कल की चिंता में हम आज में जीवन जीना भूलते जा रहे हैं जिसके कारण हमेशा तनावयुक्त रहते हैं। ये तनाव भविष्य के सुख को भी, जो एक तरह से काल्पनिक है, चट कर जाता है। हम कई बार देश में कई स्थानों पर जंगल राज की बात करते हैं। शहरों में चाहे जो हो जंगलों में कुछ भी अव्यवस्थित नहीं है। कुछ भी काल्पनिक नहीं

है। सब कुछ स्वाभाविक रूप से चलता है। वहाँ परस्पर शोषण की प्रक्रिया नहीं है। वहाँ संग्रह की प्रवृत्ति भी नहीं पाई जाती। वहाँ कोई छोटा या बड़ा नहीं है। कोई प्रतिशोध की आग में नहीं सुलगता। कोई बदला लेने के फ़िराक़ में नहीं घूमता। वहाँ मान-अपमान जैसी काल्पनिक स्थितियाँ भी नहीं मिलतीं।

अपनी पुस्तक “जंगल लोर” में जिम कॉर्बेट आगे लिखते हैं, “जब मैं नादान था तब नन्हे पक्षियों और हिरणशावकों को बाज़ों, चीलों व दूसरे जानवरों के पंजों से छुड़ाने की कोशिश करता था लेकिन जल्दी ही मुझे पता चल गया कि एक की जान बचाने से दो की जान जाती है। शिकारी पक्षियों अथवा जानवरों के ज़हरीले पंजों की वजह से उनमें से एक प्रतिशत पक्षी अथवा दूसरे नन्हे जानवर ही जीवित रह पाते थे। दूसरी ओर शिकारी जानवर अपना अथवा अपने बच्चों का पेट भरने के लिए फ़ौरन ही दूसरा शिकार कर लेता था। जंगल में कुछ पक्षियों और जानवरों का उत्तरदायित्व प्रकृति में संतुलन बनाए रखने का होता है जिसके लिए प्रकृति में संतुलन बनाए रखने के साथ-साथ अपना पेट भरने के लिए शिकार करना भी अनिवार्य हो जाता है।”

जहाँ तक संतुलन की बात है जीव-जंतुओं की जितनी भी गतिविधियाँ हैं वे सब प्रकृति के संतुलन को बनाए रखती हैं। उससे प्राकृतिक संतुलन को कोई हानि नहीं पहुँचती। मनुष्य को जंगली जीव-जंतुओं को बचाने की नहीं अपितु उनका आवास न छीनने की ज़रूरत है। आज मनुष्य न केवल प्रकृति के संतुलन को नष्ट करने पर आमादा है अपितु स्वयं की सुव्यवस्था को भी नष्ट कर रहा है। मनुष्य जीव-जंतुओं के प्राकृतिक आवास को नष्ट करके खुद अपने पैरों पर कुल्हाड़ी चला रहा है। हम चाहें तो इन जंगली जानवरों से न केवल चिंता व तनाव से मुक्त रहने का सूत्र सीख सकते हैं अपितु अपरिग्रह व सीमित उपभोग द्वारा प्रकृति व पर्यावरण को नष्ट होने से बचाने की कला भी सीख सकते हैं।

काल के कपोल पर



प्रफुल्ल कुमार त्रिपाठी

लखनऊ

लेखक आकाशवाणी से सेवानिवृत्त अधिकारी हैं।

जिन दिनों मैं लखनऊ आया यहाँ की प्राण गोमती माँ लगभग सूख चुकी थीं। यहाँ के लोगों की तरह उनका भी पानी सूख चुका था और जो था उनमें गंदगी और शैवाल ने अपना साम्राज्य स्थापित कर लिया था। चित्रों में, फिल्मों में कहानियों में गोमती की सर्पीली सुंदरता बहुत देख सुन चुका था लेकिन असलियत में मैंने कुछ और पाया। घर से आकाशवाणी आते जाते निशातगंज के आगे गोमती पुल पार करना पड़ता था और हर बार गोमती माँ मुझसे मानो कुछ कहना चाह रही थी। ऑफिस पहुँचने की जल्दी में मैं रुक नहीं पाता था और मन में एक अपराध बोध बाना रहता था। लेकिन एक दिन मैंने निश्चय कर लिया कि आज मैं गोमा (गोमती को इस नाम से भी पुकारते हैं) से बातें करूँगा। उनकी पीड़ा सुनूँगा। वैसा ही हुआ। आज मैं गोमती के आँचल के साये में था ठीक कुछ उसी तरह.. उसी तरह जैसे बचपन में जब बदे या छोटे भाई मुझे मारने के लिए दौड़ाया करते थे तो मैं माँ जे आँचल में जाकर छिप जाया करता था। माँ का आँचल ! भला उससे ज्यादा सुरक्षित स्थान कोई और हो सकता है क्या ?

उस दिन गोमा ने मुझे खूब प्यार दिया। देश की आजादी के पहले और उसके बाद के ढेर सारे किस्से सुनाए। अपनी यादें शेयर करते हुए उन्होंने बताया कि किस तरह



उनका आँचल ससम्मान

नवाबों को सरक्षण देता था और बदले में नवाब भी उसे सम्मान और सरक्षण दिया करते थे। गोमा ने अपने ऊपर लगातार बनते जा रहे पुल और पाँच सितारा संस्कृति के रिवर फ्रंट निर्माणों पर दुख व्यक्त किया और कहा कि नदियों को उनके स्वाभाविक स्वरूप में ही रहने देना चाहिए। गोमा ने कहा तो बहुत कुछ लेकिन यहाँ मैं उल्लेख सिर्फ उस बात का करूँगा जिसने मुझे, मेरे नैतिक और रचनात्मक दायित्व का बोध कराया। गोमा ने कहा – "वत्स ! मैं तुम्हारी ही प्रतीक्षा में थी। तुम्हें मैंने ही भागीरथ से कह कर इस शहर में भिजवाया है। तुम्हें मेरा सम्मान वापस दिलाना होगा।" मैं आश्चर्य चकित हो उठाया। मैंने आश्वासन दिया ठीक है माँ, मैं अपने कर्तव्य बोध के प्रति संकल्पित हुआ। आज, इतने वर्षों बाद आप लखनऊ में गोमती का जो निखरा हुआ रूप उसका सौन्दर्य देख पा रहे हैं उसमें प्रभु श्री राम के लंका जाने के लिए बन रहे पुल के लिए

किये गए गिलहरी सदृश मेरा भी प्रयास रहा है। उसकी चर्चा आगे, समय आने पर करूँगा।

मेरी जिंदगी समय रुपरूपी पहियों पर सरपट दौड़ लगा रही थी। मैंने अब तक अपने बचपन और यौवन से उसे छकाया था अब मेरी तरुणाई में वह मुझे छका रही थी। वर्ष 1980 में मेरी शादी के बाद से ही जाने क्यों मेरे आराध्य मेरे "बाबा" मुझसे दूर होते जा रहे थे। कभी लगता कि मैं यौवन के नशे में शरीर और रूप रूपी मदिरा के नशे में हूँ तो कभी लगता कि मैंने अपने पहले प्यार धीरा को खो देने के गम में डूबा हुआ हूँ। असल में यह भी एकदम सच बात है जिसे आज मैं स्वीकार करना

चाहूँगा कि धीरा जोशी के साथ आकाशवाणी स्टूडियो में उस 6 महीने के प्यार के अंकुर उगने और पौध बनने की अवधि में जाने क्यों मुझे ऐसा लगने लगा था कि मेरे बाबा मुझे उसका आजीवन सानिध्य, साहचर्य और साथ दिला ही देंगे। उधर उसके माँ बाप राधा बाबा के तिलस्म में फंसे

थे। यह भी सच था कि धीरा की शादी तय करने में उनकी हार ने उनको राधा बाबा की शरण में भेज दिया था। ज्ञातव्य हो कि राधा बाबा अपने ऐसे श्रद्धालुओं के मर्म को पहचान कर उनकी समस्या (खास तौर से जोड़ा बनाने की) का देर सबेर समाधान भी कर देते थे और जैसा कि उन्होंने इस मामले में जोशी परिवार के साथ किया भी। लेकिन राधा बाबा का यह काला जादू तात्कालिक सिद्ध हुआ और धीरा को शादी के तीन दशक बाद ही वैधव्य जीवन बिताना पड़ रहा है। वैधव्य ही नहीं परिजनों से लगभग परितक्व भी। लेकिन वह प्रसंग आगे, फिर कभी।

धर्म के मामले में मेरी पत्नी मीना कट्टरपंथी निकलीं और घर में मूर्ति पूजा और पारंपरिकता का बोलबाला होने लगा था जो आज भी जारी है। उधर मैं अपने पिता जी की तरह इन मूर्ति पूजन आदि की परंपराओं में विश्वास नहीं रखता था। हाँ, विरोध भी नहीं कर पाता था क्योंकि विरोध करने का मतलब पत्नी जी की नाराजगी और उससे घर खासतौर से बेडरूम से जुड़े तमाम बवाल काटने पड़ते थे। हालांकि मेरे आराध्य मेरे मन में उन दिनों और आज, अब भी रचे बसे हैं लेकिन उनके प्रति जितनी समर्पित भावना होनी चाहिए थी, कम से कम दोनों

समय उनके द्वारा दी गई योग और साधना करनी चाहिए थी उसमें निरंतर हलास होता चला जा रहा था। इस का मुझे दंड भी मिलता चला गया। मुझे अनपेक्षित शारीरिक और मानसिक पीड़ाएं तो उठानी ही पड़ीं, मुझे अपने सैन्य युवा पुत्र लेफ्टिनेंट यश आदित्य को भी असमय गंवाना पड़ गया।

धर्म के मामले में मेरी पत्नी मीना कट्टरपंथी निकलीं और घर में मूर्ति पूजा और पारंपरिकता का बोलबाला था। हालांकि मेरे आराध्य मेरे मन में अब भी रचे बसे थे लेकिन जितनी समर्पित भावना होनी चाहिए थी उसमें निरंतर हलास होता चला जा रहा था। अपने "आनंद मार्ग" धर्म पथ और गुरुदेव श्री आनंदमूर्ति जी से दूर होते जाना मेरे जीवन की सबसे बड़ी गलती थी जिसे आज मैं आप सभी के सामने अपने गुरुदेव को साक्षी मानकर स्वीकाराना चाहूँगा।

वर्ष 2003 से वर्ष 2013 (मेरे रिटायरमेंट तक) तक व्यतीत अवधि में लखनऊ मेरे लिए प्रयोगशाला सिद्ध हुआ। इस कर्मभूमि में मुझे बिना किसी हथियार और सुविधा अथवा रेडियो और समाज के आकाओं की कृपा के अपनी मंजिल तलाशनी थी। अपने व्यक्तित्व का प्रकाश फैलाना था। मेरा शरीर अलग से साथ नहीं दे रहा था। समय समय पर किसी न

किसी बड़े हास्पिटल और उसके बड़े आर्थो सर्जन की शरण में जाना ही पड़ रहा था। लेकिन मेरा मन मजबूत बना रहा और इसके लिए संकल्पित रहा कि अपनी मातृभूमि गोरखपुर की तरह अपनी इस नई कर्मभूमि लखनऊ में भी अपनी प्रतिभा, अपने काम और अपने व्यक्तित्व की छाप छोड़नी ही है। भगवान की कृपा से यह संभव हो सका इस बात का मुझे संतोष है और मैं पूर्ण निश्चिंतता के साथ अब शरीर छोड़ सकूँगा।

जैसा मैंने बताया कि मुझे अंधेरे में तीर चलानी थी और यह भी कि निशाना चूकने ना पाए। मैं लक्ष्मण, कर्ण या अर्जुन तो था नहीं और न ही एकलव्य। हाँ, मेरे साथ मेरे कृष्ण अवश्य थे। लखनऊ के उन शुरुआती दिनों में आकाशवाणी के अंदर मेरा कोई ऐसा संगी साथी नहीं बन सका था जिस पर विश्वास किया जा सके। मुझे अप्रत्याशित रूप से पद्मश्री डा. योगेश प्रवीण, डा. ध्रुव कुमार त्रिपाठी, डा. विजय कुमार कर्ण, वरिष्ठ और आकाशवाणी से सेवानिवृत्त संगीत संयोजक केवल कुमार और उनके युवा पुत्र अमिताभ का साथ मिला और मैंने आकाशवाणी लखनऊ में रह कर कालजयी कार्यक्रम बनाए। भले ही वे कार्यक्रम आकाशवाणी लखनऊ के वर्तमान भाग्य नियंताओं के हठ और अहंकार के चलते अब लाइब्रेरी में कैद हों लेकिन प्रसारण रूपी काल (समय) के कपोल पर मैंने अपना चुंबन तो अंकित कर ही दिए हैं। मुझे याद आ अरहा है पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी कि वे पंक्तियाँ जिनमें उन्होंने जीवन के दो चरणों (सुख दुख) की बहुत सुंदर वीखया कुछ हि पंक्तियों में कर दि हैं-

"बेनकाब चेहरे हैं, दाग बड़े गहरे हैं।
टूटता तिलस्म आज सच से भी भय खाता
हूँ। गीत नहीं गाता हूँ!"

और फिर,
"गीत नया गाता हूँ। काल के कपाल पे
लिखता मिटाता हूँ। गीत नया गाता हूँ!"



सूत्र वाक्य

अशोक मानव

- प्रकृति के साथ गतिमान हो कर व्यक्ति स्वयं सध जाता है उसके बाद उससे जो निर्माण होता है वही उसका धन है जो स्वतः उसके नाम अंकित होता जाता है।
- सही मिलान से ही किसी जीव पदार्थ का पूर्ण निर्माण हो सकता है जो प्रकृति की हर इकाई स्वसाधना से पूर्ण कर रही है।
- रहस्य वह रश्मी है जो हरियाली स्थापित करने का यत्न करती है। अर्थात् कोई भी रहस्य पदार्थ वह पर्दा है जो उसके विकास की आवश्यकता है।
- सृष्टि का निर्माण तो अपने जीवन के उद्देश्य को जानते हुए वास्तविक गुणों का विकास करके ही पूरा किया जा सकता है।
- विज्ञान की सही जानकारी से जीवन को सरल बनाया जा सकता है सृष्टि का निर्माण नहीं किया जा सकता।
- जीवन तो पूर्ण सुरक्षित वर्तमान को देखने और उसमें जीने में ही है क्योंकि जो बीत गया वह दुबारा नहीं आता और जो आनेवाला है उसे हम बदल नहीं सकते।
- हम जिस व्यक्ति या वस्तु के बारे में सोचते हैं हमारे अंदर उसके अनुसार खेती होने लगती है जिससे हमारी जमीन पर उसके बीज का उत्पादन होने लगता है।
- सजीवता हमेशा ठोस होती है उसमें खोखलापन नहीं होता।
- स्वभाव के विपरीत सोच अपने ही स्तूप का भेदन करती है।
- प्रकृति का शोषण करने वाला कोई भी प्राणी प्राकृतिक नहीं होता बल्की शोषणवादी नियत पूर्ण कल्पनाओं का परिणाम है।
- हमारे वास्तविक लक्ष्य पर पहुँचने के लिये एक ही मार्ग है जिसके दोनों तरफ परिस्थिति रूपी खाई बनी होती है जो हम अपने मार्ग पर चलने के लिए सचेत करती है परन्तु हम उस खाई को संसाधनों से भर कर दूसरा मार्ग तैयार करने की कोशिश करते हैं और अपने वास्तविक लक्ष्य से भटक जाते हैं।
- हमारी मूल प्रवृत्ति चुम्बक की तरह होती है जो की हमारे वास्तविक निर्माण में जिन अवयवों की आवश्यकता होती उसे स्वयं अपनी ओर खींच लेता है, यही निर्माण की प्राकृतिक प्रक्रिया है जब हम अच्छे बुरे के चुनाव में पड़ जाते हैं तो वहीं हमारा निर्माण रुक जाता है और हम अपरिपक्व अवस्था में रह जाते हैं।

मंजिल का मार्ग



अशोक मानव

" हर प्रयास के बाद भी जो अनिवार्य हो जाए उससे उत्पन्न होने वाली स्वाभाविक अवस्था ही मंजिल का मार्ग होती है। "

जीवन आता है चला जाता है किसलिए कुछ पता नहीं। मंजिल क्या है पता नहीं, मार्ग क्या है पता नहीं, पर अर्थहीन क्रिया प्रवृत्ति नहीं हो सकती है। यदि आना-जाना है तो कारण अवश्य होगा इसके तीन चरण- भूत, भविष्य, वर्तमान कितना सच है पता नहीं। भूत ही तो वर्तमान की जमीन है जिसे भविष्य बनना है, भविष्य कहां जिसे भूत बन जाना है, जो बीत गया वही भूत बन गया। जो आने वाला वही भविष्य हो जाता है, जो बीता भूत तो जो आ रहा भविष्य है। जीवन ठहरता नहीं तो वर्तमान कहां? जीवन में जो मार्ग तय कर लिया भूत हो गया। जो आ रहा है भविष्य है, रुकना है नहीं तो वर्तमान किसको कहेंगे। जब ठहराव नहीं तो मंजिल

किसे निर्धारित किया जाए। जब मंजिल ही नहीं सुनिश्चित तो रास्ता किधर से बनाया जाए। ऐस सवाल मानव के सामने उत्पन्न होते हैं जिसका उत्तर ढूंढ पाना मुश्किल होता है। परिवारवाद बनाना, धन कमाना, पद-प्रतिष्ठा बनाना क्या इतना सीमित जीवन का उद्देश्य हो सकता है जो आंखें बंद होते ही खत्म हो जाए। आध्यात्मिक लोग जीवन की मंजिल ईश्वर की प्राप्ति को मानते हैं। जिस तक पहुंचाने का अलग-अलग मार्ग बताते हैं पर यहां कौन पहुंच पाया बताने वाली या चलने वाले। किसको जीवन की मंजिल बनाया जाए। बगैर इसको तय किए मार्ग कहां बन सकता है। ईश्वर कहां है, किस ईश्वर बनाया जाए। ईश्वर तो स्वर है, सकारात्मक ध्वनि है जो स्वभाव के साथ चलने से उत्पन्न होती है स्वभाव के विपरीत चलना या चलाना असुरता है जो कष्ट का कारण बनता है जो असुर पैदा करता है। स्वभाव पर चलना सुर है जो ईश्वरीय गुण बनाता है या ईश्वर बनाता है यही वह प्रक्रिया है जो

स्वभाव पर चलते हुए मंजिल तक पहुंच कर व्यक्ति आवागमन से छुटकारा प्राप्त कर पता है। ईश्वर तो प्रकाश है उसे कहां खोजाना जो अपने अंदर ही है, बगैर उसके जीव का निर्माण ही नहीं हो सकता है और वही जीव बनाना जीव की मंजिल है जो स्वभाव पर चलते हुए ही संभव है। पदार्थ जीव से बनता है जिसमें परिपक्व और अपरिपक्व पदार्थ छूटते हैं उस अपरिपक्व पदार्थ से प्रदूषण फैल कर विनाश का कारण न बन जाए उसे रोकने के लिए जीव की उत्पत्ति हो जाती है, इस जीव में मानव भी एक है। जो पदार्थ का गुण होता है वही जीव का स्वभाव बन जाता है जिस पर चलकर प्रदूषण पर प्रकाश बनाने का कार्य पूरा करता है और जब इसके अंदर अन्यत्र कोई इच्छा नहीं पैदा होती तो अतृप्त रह जाए तो उसके शरीर का पदार्थ परिपक्व अवस्था प्राप्त कर लेता है जो सकारात्मक होकर प्रकाश पैदा करने लगता है वह भी ईश्वर हो जाता है। जीव और पदार्थ प्रकाश से बनता है और ऊर्जावान होकर प्रकाश को बनता है। पर जब स्वभाव को अपना मार्ग बना लेता है तभी मंजिल पर पहुंच



पाता है। स्वभाव को विपरीत बनाने की क्रिया अपरिपक्व पदार्थ की नकारात्मक ऊर्जा करती है जिससे परिस्थिति पैदा होती है पर यह स्थिति प्रकृति की न्याय प्रणाली है जिससे अपने अंदर पूर्वव्यापी अपरिपक्व पदार्थ का विकार का शोधन करने हेतु होता है जो उस सकारात्मक ऊर्जा पदार्थ को खत्म करने का कार्य करता है, जो प्रकाश बनाकर मंजिल पर पहुंचाने में व्यवधान उत्पन्न कर सकता है। इसलिए परिस्थिति में भी मुस्कुरा कर अपने स्वभाव पर चलते रहना ज्ञान है जिससे प्रकाश का और प्रकाशमयी पदार्थ का निर्माण पूरा हो पाता है जो मंजिल पर पहुंचा देता है। इसके अतिरिक्त समाज द्वारा बनाए रीति-रिवाज अपने तरीके से बनायी गयी जीवन जीने की कला है मंजिल नहीं। धन, परिवार, पद-प्रतिष्ठा, खुशहाली के साथ मंजिल पर ले जाने के साधन हैं मंजिल नहीं। ईश्वरीय भक्ति, पूजा अन्य आध्यात्मिक क्रियाएं भी साधन है मंजिल तो उसके द्वारा सौंपी गई वह जिम्मेदारी है जो स्वभाव पर चलते हुए ही पूरा की जा सकती है, वैसे भी लोग ईश्वरीय क्रियाकलाप अपनी इच्छाओं की पूर्ति के लिए करते हैं ईश्वरी गुण बढ़ाने के लिए नहीं। ध्यान एक विशेष ज्ञान है जो अपनी जिम्मेदारी को पूरा करने की वैज्ञानिक तकनीक है जिससे वह अपनी मंजिल को सरलता के साथ प्राप्त कर पाता है जो सिर्फ मानव के लिए है। प्रकृति के अन्य जीव तो स्वाभाविक रूप से ध्यानमयी हैं। मानव ध्यान रूपी तकनीक को अपनी इच्छाओं की पूर्ति के लिए ईश्वर पर साधता है जो गुण न होने के कारण न प्राप्त होने पर नकारात्मकता को जन्म देता है जिससे असुर पैदा होता है और पैदा हुए असुर बलवान होते हैं जो ईश्वर के करीब नहीं ईश्वर से दूर करता जाता है। इसीलिए ध्यान तकनीक से अपनी उर्जा बढ़ाकर अपनी अहंकारी प्रवृत्ति को स्थापित करने के प्रयास से प्रवृत्ति को बिगाड़ने का प्रयास किया। ईश्वर प्राप्ति तो उसके द्वारा



भूत ही तो वर्तमान की जमीन है जिसे भविष्य बनना है, भविष्य कहां जिसे भूत बन जाना है, जो बीत गया वही भूत बन गया। जो आने वाला वही भविष्य हो जाता है, जो बीता भूत तो जो आ रहा भविष्य है। जीवन ठहरता नहीं तो वर्तमान कहां? जीवन में जो मार्ग तय कर लिया भूत हो गया। जो आ रहा है भविष्य है, रुकना है नहीं तो वर्तमान किसको कहेंगे।

दी गई जिम्मेदारी को पूरा करने से होता है। अपनी इच्छाओं की पूर्ति के लिए उसे अपने अनुसार चलने से नहीं पूरा होता है। ऐसे लोग बार-बार जीवन प्राप्त कर भटकते रहते हैं मंजिल पर नहीं पहुंच पाते हैं। मंजिल ही अगले मार्ग का निर्माण करता है और मार्ग स्वभाव पर चलते हुए स्वतः मिलता जाता है जो मंजिल पर पहुंचा देता है।

स्वतंत्रता मंजिल पर ले जाने का आवश्यक साधन है जो शरीर से नहीं मानसिक अवस्था से पूरा होता है। शरीर की मजबूरी हो सकती है और वह किसी का गुलाम भी हो सकता है पर मानसिक अवस्था की ना कोई मजबूरी होती है ना वह किसी का गुलाम होता है। वह तो सदैव स्वतंत्र होता है जब तक की व्यक्ति स्वयं किसी चाहत या जीव पदार्थ से ना बांधे। मानव को मंजिल पाने के लिए इसे सदैव स्वतंत्र रखना चाहिए। मंजिल पर पहुंचने के लिए कभी भी किसी भी परिस्थिति का सामना करना पड़ सकता है। इसलिए वादा, प्रतिज्ञा, संकल्प से इसे कभी भी नहीं बांधना चाहिए। वैसे भी यह शब्द व्यक्ति को अपने अहंकार का गुलाम बनाते हैं जो अपराध के मार्ग पर चलने के लिए मजबूर करता है जो व्यक्ति को मंजिल से दूर करता जाता है इसलिए मंजिल पर पहुंचने के लिए जीवन को सदैव स्वतंत्र रखना चाहिए।

प्रश्न हमारे उत्तर श्री अशोक मानव जी के

प्रश्न : प्रकृति में हर जीव पेड़- पौधे इत्यादि किस प्रक्रिया द्वारा अपना कर्म पूरा करते हैं?

उत्तर : हर जगह का एक क्लाइमेट होता है। वहाँ के अनुसार ही पौधों और जीवों की उत्पत्ति होती है। यूँ कह ले कि जहाँ जिस चीज की जरूरत होती है। वहाँ उसकी उत्पत्ति होती है। जब कोई पेड़ जड़ रूप से नीचे होता है। वह वहाँ की विरोधी नकरात्मक ऊर्जा को अपना आहार बनाता है। जिसमें वहाँ की मिट्टी का शोधन होता है, पदार्थ का शोधन होता है। पदार्थ अपने गुणों का प्रकृति में फैलाव करता है। जिस गुण का पदार्थ होता है, उस गुण की गन्ध का पदार्थ होता है, उस गुण की गन्ध भी छूटती है। जो पौधे का जड़ तत्व होता है। वह उसका पदार्थ तत्व है। वह जमीन में, मिट्टी में फैले हुए अवगुण को खत्म करता है। वायु मण्डल में उस पौधे की जो सुगन्ध निकलती है, वह वायुमण्डल में फैले हुये उसके अवगुण को मारती है, खत्म करती है। जैसे- कमल का फूल गन्दगी को खाकर जल को स्वच्छ करता है। किन्तु जल में जो गन्दगी है, उस पर प्रकाश पड़ने से जो दुर्गन्ध बनकर वायुमण्डल में उड़ती रहती है। कमल का फूल सुगन्ध- छोड़कर वायुमण्डल में फैली हुयी उस गन्दगी को खाकर खत्म करता है। सबसे शक्तिशाली अष्टज्ञान कमल का फूल है जो भयंकर से भयंकर गर्मी को खत्म कर देता है। इसी तरह प्रकृति के अन्य जीव भी प्रकृति के निर्माण में सहयोग करते हैं। मान लीजिये गाय है। गाय शान्त जीव है। गाय की जड़ तो होती नहीं है। गाय का मलमूत्र जो जमीन पर गिरता है। वह जमीनी सतह को शुद्ध करता है। मिट्टी का शोधन करता है। गाय का जो भाव तत्व निकल रहा है। वह जमीनी तत्व का शान्ती का भाव वायुमण्डल में फैले हुयी दुर्गन्ध को मार देता है। इस तरह सभी जीवों का प्रकृति के निर्माण में सहयोग होता है। गन्दगी को खत्म करने और सुगन्ध को स्थापित करने के लिए सभी जीव ज्ञान और अस्त्र-शस्त्र का काम करते हैं। ज्ञान वह नहीं है कि चालाकी पूर्ण तरीके से अपनी ज्यादा से ज्यादा सम्पत्ति बना ले। ज्ञान वह है कि, “किस गन्ध किस सुगन्ध से वह अवगुण खत्म होगा जिसको खत्म करने के लिये हम पैदा हुये हैं।” अन्य जीव तत्व, पदार्थ प्रकृति में जिस कार्य के लिये आते हैं। उनके कार्य करने का यही तरीका है। इसी तरीके से वह भावनात्मक सुगन्ध बनाते हैं। उनके जड़ तत्व, उनके मलमूत्र पदार्थ तत्व का शोधन करते हैं, उनकी भावना सुगन्ध रूपी हवा बन के निकलती है। वह वायुमण्डल में फैले हुए विषाक्त पदार्थ शुद्ध करते हैं। इसी प्रकार हर एक जीव का प्रकृति निर्माण में सहयोग होता है।

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

आप अपना प्रश्न डाक द्वारा या ईमेल पर भेज सकते हैं

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

कल्याणपुर, लखनऊ-226022, उ० प्र०

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

9807636072, 7376495194

विनम्रता व्यक्तित्व को एक अलग पहचान देती है



गोवर्धन दास विन्नाणी 'राजा बाबू'

बीकानेर

विनम्रता एक अद्भुत मानवीय गुण है। विनम्र होने का मतलब है स्वयं को समझना और स्वीकार करना जैसा कि आप वास्तव में हैं और दूसरों को वैसे ही स्वीकार करना जैसा कि वे वास्तव में हैं। विनम्रता आपके आंतरिक प्रेम की शक्ति से आती है।

अब प्रस्तुत कर रहा हूँ, उपरोक्त तथ्यों को चरितार्थ करते कुछ वाकिये जो हाल ही के वर्षों में देखने-सुनने में आये हैं...

1) जब क्रिकेटर राहुल द्रविड़ को बैंगलोर यूनिवर्सिटी ने डॉक्टरेट की उपाधि से सम्मानित किये जाने के बारे में पूछा था, तो राहुल द्रविड़ ने विनम्रतापूर्वक इसे स्वीकार करने से इन्कार कर दिया।

उस समय उन्होंने कहा था, "मेरी पत्नी एक डॉक्टर है। उसने इस डिग्री को पाने के लिए अनगिनत दिन, बिना सोए बिताए हैं। दूसरी तरफ मेरी माँ एक कला शिक्षिका हैं। उन्होंने अपनी डिग्री के लिए धैर्यपूर्वक पचास वर्षों तक प्रतीक्षा की। मैंने क्रिकेट खेलने के लिए बहुत मेहनत की, लेकिन मैंने उतनी पढ़ाई नहीं की, तो मैं यह उपाधि कैसे स्वीकार कर सकता हूँ?"

2) 1952 में इजरायली सरकार ने आईन्स्टाईन को प्रधानमंत्री पद की पेशकश की। आईन्स्टाईन ने विनम्रतापूर्वक कहा, "मैं भौतिकी का एक अनुभवहीन छात्र हूँ। मैं राज्य



के शासन और प्रशासन के बारे में क्या समझता हूँ...

3) विश्व प्रसिद्ध रूसी गणितज्ञ ग्रिगोरी पेरेलमैन ने 2006 में फील्ड मेडल और गणित में नोबेल पुरस्कार के बराबर मानी जाने वाली एक बड़ी राशि लौटा दी थी। उन्होंने कहा, "हमारा बचपन गरीबी में बीता। माँ की कमाई को सुरक्षित रखने के लिए हमें बहुत गणितीय तरीके से प्रबन्धन करना पड़ा। शायद इसीलिए मैं कम उम्र से ही कुछ गणित कौशल विकसित करने में सक्षम हो गया। अब जब मैं गरीबी के उस दौर में नहीं हूँ, तो इतने पैसे का क्या करूंगा?"

4) हाल ही में, टी-20 विश्वकप जीतनेवाली टीम का कोच होने के नाते राहुल द्रविड़ को भारतीय क्रिकेट बोर्ड ने 5 करोड़ रुपये का बोनस देने की बात कही, जब कि बाकी सहयोगी कर्मचारी - वर्ग (सपोर्ट स्टाफ) को 2.50 रुपये करोड़ देने का तय हुआ था। यहां वापस द्रविड़ का बड़प्पन देखने को मिला जब उन्होंने यह ज्यादा राशि स्वीकारने को विनम्रतापूर्वक नकारा, यह कहकर की मैं भी

एक सहयोगी स्टाफ हूँ और यह ज्यादा राशि स्वीकारने का मैं अकेला हकदार नहीं हूँ!

उपरोक्त घटनाओं से यह स्पष्ट होता है कि "विनम्रता जब उभरती है, अहम लुप्त होता है... तब महान व्यक्तित्व उभरता है।"

और इसी सीख को बहुत पहले रहीम जी ने निम्न दोहा गढ़ व्यक्त किया था -

**बड़े बड़ाईं नहिं तजै, लघु रहीम इतराई ।
राइ करौंदा होत है, कटहर होत न राइ ॥**

भावार्थ: जिन लोगो में विनम्रता और बड़प्पन होता है, वे धनी न होने के बाद भी दूसरों से मान-सम्मान पाते हैं। जबकि, गुणहीन लोग थोड़ा सा धन आने पर ही घमण्ड करने लगते हैं। जिस तरह राई का बीज करौंदा बन जाय तो वह इतराने लगता है, जबकि कटहल में यह भावना नहीं होती।

अन्त में सारांश यही निकलता है कि विनम्रता किसी को भी झुकने पर मजबूर कर देती है। याद रखें, जिस किसी ने यह लिखा है, सत्य लिखा है - "विनम्रता की सीमा आकाश है और किसी भी स्तर पर, उसके नीचे गिरने की कोई सम्भावना नहीं है।"

शारीरिक बनावट और मानसिक खुशहाली



इस त्रिपाठी

मनो-सामाजिक सलाहकार, जिला मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम, वाराणसी

जब से विज्ञापन और विपणन समाज की मुख्य धारा में आय है तब से विश्व में लगभग सभी व्यक्तियों में अपने शारीरिक रूप आकार रंग के प्रति जागरूकता बहुत बढ़ गई है। खुद को कैसे आकर्षक बनाए रखना चाहिए की लोग प्रभावित हो ये उन्माद आज बहुत बढ़ गया। क्योंकि लड़कियों और स्त्रियों का पतला और लंबा होना तथा पुरुषों एवं लड़कों को मजबूत कद काठी की अनिवार्यता होना लोगों के मस्तिष्क में बैठ गया है। अपने फेसबुक एंडस्टाग्राम स्नैप चैट और टिक-टॉक जैसे सोशल मीडिया अकाउंट को अधिक से लाइक और फॉलवर बनाने की होड़ सी बनी हुई है जिसमें फोटोस और विडियोज पोस्ट करने की दौड़ सी चल पड़ती है। इसकी चाहत में व्यक्ति अपना अधिकतर समय शारीरिक रूप सौंदर्य के विचार और व्यवहार में बर्बाद करते पाए जाते हैं। हालांकि इसमें भी उनकी वास्तविक रूप कम ही नजर आता है वो अपनी पिक्चर और वीडियो पोस्ट करते वक्त विभिन्न प्रकार के चचे का उपयोग करते हैं।

उसके बाद भी अगर तनिक भी टिप्पणी उनके इच्छा के विरुद्ध आ जाती है तो वे तनाव में आ जाते हैं या फिर नींद की समस्याओं से घिर जाते हैं। इसके साथ जब ये अपने आदर्श व्यक्तियों की फोटोज और वीडियो को देख कर स्वयं को भी उसी प्रकार से दिखने की होड़ में आ

जाते हैं तो भी वे कई प्रकार की मानसिक तनाव और अवसादों से घिरने लगते हैं। जब की वो भी इसे भली भांती जानते हैं की उनके शारीरिक रूप आकार और बनावट में बहुत सारी कृत्रिम संसाधनों का प्रयोग किया गया है इसके बावजूद जब वे उनकी वास्तविक छवि को देखते हैं तो उनकी नकारात्मक छवि से अवगत होते हैं और हतोत्साहित होकर अवसाद में आ जाते हैं क्योंकि वो उनके आदर्श छवि से मिलते नहीं हैं। कई बार सहपाठी एसहकर्मी और वैवाहिक संबंधों में शारीरिक सुंदरता और कद काठी में अपने को सुंदर और आकर्षक दिखाने के लिए झूठ का भी सहारा लेते हैं और विवाह के बाद वास्तविकता खुलने पर विवाह विच्छेद जैसी समाजिक और मानसिक दोनों समस्याओं का सामना करना पड़ता है।

हालांकि हमारे शरीर की शारीरिक प्रकृति को समझ पाना थोड़ा दुर्लभ है। लेकिन शारीरिक संरचना ये तय नहीं करती की कोई स्त्री या पुरुष उस रूप में क्या और क्यों है। और उसकी सफलता के पीछे शारीरिक ही नहीं वैचारिक और व्याहारिक गुणवत्ता भी है। किसी भी व्यक्ति की गुणवत्ता के आगे



अनुपातिक

ऊंचाई, लंबाई और रंग सूरत बहुत छोटी वस्तु है।

फिर भी हम जानते हैं कि शारीरिक रूप आकार को लेकर चिंतित रहना प्रत्येक व्यक्ति के लिए एक महत्वपूर्ण एवं सामान्य सा व्यवहार है। परंतु ये विचार अत्यधिक हो जाने पर हमारे भीतर मानसिक एवं भावनात्मक विकार ज्यादा बनाने लगता है क्योंकि उसमें पारिवारिक और सामाजिक नकारात्मक टिप्पड़ी भी शामिल हो जाती है। हालांकि शारीरिक रूप आकार बचपन से लेकर वर्धा अवस्था तक हम सबको प्रभावित करती रहती है। फिर वो चाहे हमारा रूप रंग आकार हो या फिर दूसरों का। महिलाओं एवं लड़कियों में आकर्षक दिखने की चाह तो जब से सृष्टि की रचना हुई है तब से हैं पर आजकल युवा लड़को और पुरुषों में ये समस्या आम हो गई है। अपने शारीरिक रूप आकार के लिए अपने विचार के अनुरूप लोगों की टिप्पड़ी या व्यवहार न मिलने के कारण उनके अंदर मानसिक स्वास्थ्य संबंधी कई समस्याएं पैदा हो रही हैं।

शारीरिक रूप, सौंदर्य, आकार मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के एक प्रमुख कारण के रूप में सामने आया है। इसके अलावा हमारे स्वयं के शारीरिक बनावट और उससे संबंधित स्वास्थ्य बहुत हद तो निम्न कारणों पर निर्भर करता है।

1 हमारे परिवार, रिश्तेदार एवं साथी संगती हमारे शरीर की बनावट के लिए क्या बोलते हैं, कैसे विचार रखते हैं। कैसा व्यवहार करते हैं।

2 हम सामाजिक तौर पर या सोशल मीडिया में बनाए गए मापदंड में अपने आपको कितना

कितना नम्बर देते हैं या अपनी तुलना किस प्रकार करते हैं।

3 सोशल मीडिया अथवा सामाजिक मापदंड के अनुरूप बनने में अपने आप में कितना दबाव महसूस करते हैं।

4 शारीरिक रूप आकार में हमारी दीर्घकालीन एवं गंभीर शारीरिक और मानसिक समस्याओं का होना।

5 शारीरिक रूप रंग और आकार को लेकर एक विशेष प्रकार का सामाजिक एवं सांस्कृतिक दबाव का होना।

ऐसे ही एक सोध जो की (यू के 2019) 4505 वयस्क एवं 1118 किशोरी पर 5 वर्षों के तुलनात्मक अध्ययन में पाया गया की कुल संख्या का 20% वयस्क अपनी शारीरिक रूप सौंदर्य को लेकर शर्म महसूस करते थे 34% निराशा और हीन भावना से ग्रस्त थे 19% वयस्क अपने आप से घृणा करते हुए पाए गए। इसी प्रकार 37% किशोरी में अपने आपको लेकर शर्म 31% आत्म विश्वास में कमी निराशा और उदासी से परेशान तथा 34% किशोर अपनी शारीरिक बनावट से खुद से नफरत करते पाए गए। शारीरिक बनावट के कारण मानसिक स्वस्थ प्रभावित होना स्वाभाविक है क्योंकि हमारा बाहरी आवरण हमारी आंतरिक क्षमताओं को प्रतिबिंबित करता है।

एक पहलू और भी हमारे स्वस्थ को प्रभावित करता है और वो है हमारा मानसिक स्वास्थ्य अगर ये खराब है तो कभी कभी हमारे आकर्षक शरीर को भी बदसूरत बना देता है। कई प्रकार की मानसिक समस्याएं होने पर पीड़ित व्यक्तियों के विचार और व्यवहार में उसाह की कमी हो जाने से दैनिक दिनचर्या एवं बात-विचार सब में नकारात्मक परिवर्तन हो जाता है। वो अपने व्यक्तिगत साफ सफाई तक नहीं कर पाते। बालों में हफ्तों हफ्तों कंधी न करने की वजह से उनमें चिपचिपाहट, रूखापन, रंगहीन होना, दांतों को पीलापन, मुंह की बदबू, मसूड़ों की सड़न इत्यादि शरीर बनावट का खराब होने

का ही उदाहरण है। लंबे समय से चल रहे तनाव, चिंता, उदासी एवं नींद की समस्याएं हमारे चेहरे और त्वचा की सुंदरता खराब कर देती हैं। आंखों के नीचे काले घेरे, चेहरे की झुरियां और रूखापन, मुंहासे, एग्जिमाएत्वचा की खुजली, सोयोरोसिस इत्यादि। ये सारे कारक उस व्यक्ति के बारे में समाज में नकारात्मक छवि प्रदर्शित करते हैं। एजिससे उनको सामाजिक बहिष्कार ए लोगों द्वारा उनकी अवहेलना किया जाना जैसी मानसिक पीड़ा का सामना करना पड़ जाता है इससे उनका आत्मविश्वास और सम्मान दोनों डगमगाने लगता है।

ऐसी ही एक गंभीर समस्या बच्चों और किशोरों में वजन का अत्यधिक बढ़ाना/कम होना है। ये उनके मानसिक स्वास्थ्य पर बड़ा ही प्रतिकूल प्रभाव डालता है जिनकी वजह कुछ भी हो सकती है जैसे क्रैश डाइट, बिंज डाइट, जंक फुडिंग का सेवन, अनियमित भोजन करना अथवा दिनचर्या। वही रंग रूप की समस्या खास कर सांवले या काली त्वचा को लेकर भी सभी बहुत नकारात्मक विचारों से ग्रहित रहते हैं। महिलाओं और लड़कियों के मामले में तो ये और बड़ी समस्या बन जाती है, उनका लंबा, गोरा और सुगठित होना उनकी व्यक्तिगत, पारिवारिक और सामाजिक सफलता का मुख्य कारक माना गया है। उनका आकर्षक शरीर और आकार उनके आत्म सम्मान में वृद्धि करता है।

अब मुद्दा आता है अगर शारीरिक बनावट की वजह से मानसिक स्वास्थ्य प्रभावित हो तो उसका प्रबंधन किस प्रकार किया जाए। अगर ये समस्या हमारे मानसिक स्वास्थ्य का कारक है तो..

1 सर्वप्रथम हमको अपने अंदर संतुष्टि का भाव विचार पैदा करना होगा। हम जैसे है वैसे ही अपने आपको स्वीकारना होगा। एथा अपनी अन्य गुणों का इतना बढ़ाना होगा की शारीरिक रूप सौंदर्य एवम आकार उसकी तुलना में नगण्य हो जाए।

2 अगर अति आवश्यक और संभव हो

तो उस विशेष अंग के लिए कृत्रिम संसाधनों भौतिक वस्तुओं का उपयोग भी किया जा सकता है।

3 त्वचा संबंधी तनाव में हम सब जानते हैं की विश्व की सबसे अधिक और सफल माडल सांवले और औसत कद काठी की पाई गई है। यहां तक कि कई सफल खिलाड़ी व्यवसायिक व्यक्ति भी छोटे कद काठी के साथ साथ सवाली त्वचा के मिलते हैं जिनमें कुछ नाम कोंकणना सेन, प्रियंका चोपड़ा, रजनीकांती, धनुष, खिलाड़ियों में अरुणिमा सिन्हा एक सर्वश्रेष्ठ उदाहरण और प्रेरणा है, सुनील गावस्कर, सचिन तेंदुलकर, गायकी में कैलाश खेर, नेहा कक्कड़, इत्यादि। फिर भी हम त्वचा की रंगत के लिए उसकी दैनिक देखभाल के लिए संतुलित एवं पोषक आहार, नियमित व्यायाम और सबसे महत्वपूर्ण पर्याप्त नींद को शामिल कर सकते हैं।

4 इसके बावजूद अगर हमको अपनी शारीरिक छवि से तनाव में है तो इस विषय पर निःसंकोच हम अपने इष्ट मित्रों, समझदार बुगूरु या पेशेवर काउंसलिंग भी करवा सकते हैं। जो हम हमारे नकारात्मक विचारों से दूर करके हमको विचारों सकारात्मक की ओर मोड़ देंगे।

5 इस विषय पर ध्यान केंद्रित करने का अभ्यास ए माइंड फुल नेस का अभ्यास ए तनाव प्रबंधन की काउंसलिंग इत्यादि भी अच्छा परिणाम देती है।

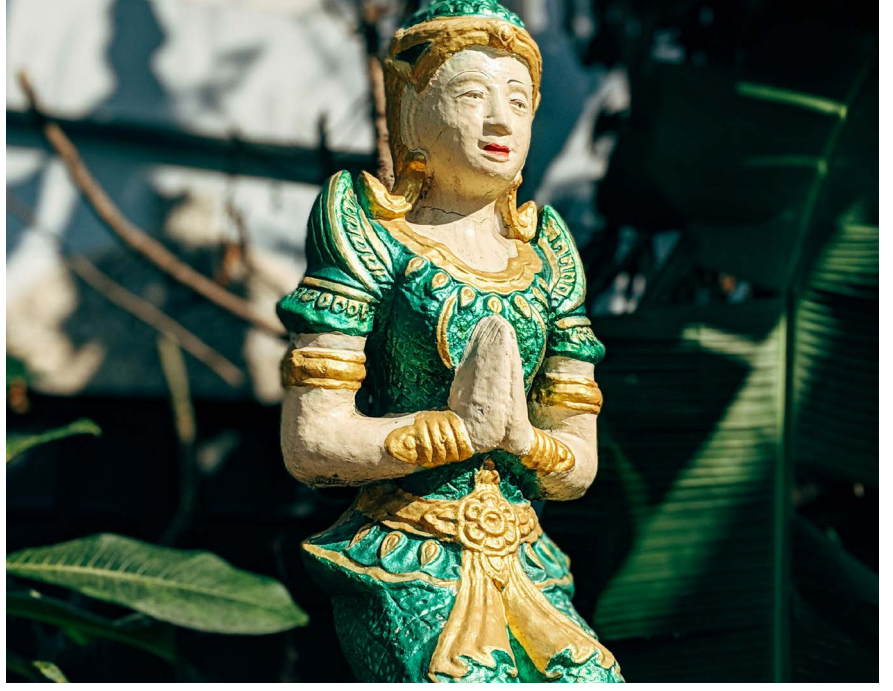
अंत में ध्यान देने योग्य बात ये है कि कोई भी कृत्रिम संसाधन हमको स्थाई रूप रंग, आकार प्रकार या शारीरिक बनावट में बदलाव की सफलता नहीं दिला सकते। परंतु हमारी स्वयं की इच्छा शक्ति, आत्मबल और आत्म सम्मान हमको अपनी स्व-संरचना, रूप रंग, को स्वीकार करते हुए उसको उचित दिशा में लगाते हुए हमारी सफलता का द्वार खोल देते हैं। सबसे बड़ी पूंजी हमारी आंतरिक मानसिक एवं सामाजिक उपलब्धियां हैं ना की हमारी बाह्य बनावट।

श्रद्धा और विश्वास



सुनील कुमार माथुर

जोधपुर, राजस्थान



आदर्श जीवन व्यतीत करने के लिए जीवन में श्रद्धा और विश्वास का होना नितांत आवश्यक है। यहीं वह सीढ़ी है जिसके माध्यम से हम अपने लक्ष्य को हासिल कर सकते हैं। यह जीवन की आधारशिला है जो व्यक्ति दूसरों पर श्रद्धा और विश्वास रखता है वह अपने जीवन में कभी भी विफल नहीं हो सकता। चूंकि जहां श्रद्धा और विश्वास है वहीं प्रगति, उन्नति, विकास, उत्थान, सफलता प्राप्त होती है। वरना कदम कदम पर आपकी टांग खींचने वालें बैठे हैं जो आपकी उन्नति सहन नहीं कर सकते।

आज हम पढ़ लिख गये। फिर भी दिल में उतरना व दिल से उतरना को लोग आसानी से नहीं समझ पा रहे हैं। जब उन से इनमें फर्क पूछा जाता है तो वे मौन धारण कर लेते हैं यानि उन्हें इसमें क्या फर्क है। यह बात मालुम नहीं है।

दिल में वही व्यक्ति उतरता है जो आपकी निगाह में श्रेष्ठ हो। आपका चहता हो। आपकी हां में हां मिलाता हो। या दूसरे हल्के शब्दों में कह सकते हैं कि जो चापलूसी करने में सक्षम हो। वह आपके दिल में आसानी से उतर जायेगा। लेकिन जो आपकी चापलूसी

सहयोग करना एक अनमोल तोहफा है जो देने में भी अच्छा लगता है और मिल जाये तो भी अच्छा लगता है। किसी महापुरुष ने ठीक ही कहा है कि छोटी बात पर खुश होना बचपन में सीखा था, लेकिन बड़ी बात पर खामोश रहना वक्त ने सीखा दिया। हम प्रायः यह देखते हैं कि लोग दूसरों की मदद करना तो दूर रहा पर दूसरों का मजाक उड़ाने में आनन्द खूब लेते हैं। शायद उस वक्त वे यह भूल जाते हैं कि जब हमारी यह स्थिति होगी तब हम पर कैसी बितेगी।

न करे, आपकी हां में हां न मिलाएं, आपकी गलती पर आपको मुंह पर खरी खोटी सुनायें ऐसे लोग आपके दिल से उतर जाते हैं और फिर आप उन्हें हेय दृष्टि से देखते हैं। उसे पीठ पीछे भला बुरा कहते हैं। लेकिन इससे आपको हासिल कुछ भी नहीं होने वाला है। जो भी कहना है मुंह पर कहिए।

मतभेद हो सकता है लेकिन मनभेद नहीं होना चाहिए। हर व्यक्ति हर कार्य में निपुण नहीं होता है। काम करने वाले से गलती अवश्य ही होती हैं। इसलिए अपनी गलती में क्षमा मांगना कोई सजा नहीं है, बल्कि यह

तो एक तरह का जीवन में सुधार ही है ताकि भविष्य में दूसरी बार ऐसी चूक न हो। श्रद्धा और विश्वास ही वह अनमोल रत्न है जो बेहतर जीवन जीने की हमें कला सिखाते हैं। अतः श्रद्धा और विश्वास रखते हुए आगे बढ़ें और जीवन को खुशहाल बनाएं।

मन व आंखों में डर नहीं, खुशियां होनी चाहिए, हमें यह मानव जीवन मिला है तो इसका भरपूर आनन्द लीजिए। मौज मस्ती कीजिए और साथ ही साथ ईश्वर की भक्ति भी कीजिए। बेकार की बातें और गैप-शाप कर इसे बर्बाद मत कीजिए। चूंकि यह जीवन

बार बार मिलने वाला नहीं है अपितु यह हमारे या हमारे बड़े बुजुर्गों के किसी पुण्य के कारण ही मिला है।

कभी भी किसी गलत कार्य में किसी का सहयोग न करे। मना करना भी सीखें। मना करने का मतलब किसी का अपमान करना नहीं है। मन में डर व झिझक किसी भी प्रकार की न रखें। जो भी कहना है वह साफ और स्पष्ट रूप से कहें। बच्चों के मन व आंखों में डर नहीं होना चाहिए अपितु खुशियों व आनन्द का माहौल होना चाहिए। ताकि वे खुशी-खुशी आनन्ददायक जीवन व्यतीत कर सकें।

गुस्से में जीना भी कोई जीना है

बच्चों को बिना वजह डांट फटकार नहीं लगानी चाहिए और न ही एक बार की गई गलती के लिए उसे बार बार टोका जाये। जब कोई बच्चा गलती करता है तो आप उसे सबके सामने मारपीट करने या फटकारने से बचे, अपितु बच्चे को प्रेम से समझाएं कि वह ऐसा न करे और अपनी गलती के लिए सामने वाले से क्षमा मांगे।

इस बात का भी ध्यान रखे कि दूसरों की गलती का गुस्सा आप किसी और पर उतारें। बच्चे तो कोमल पुष्प के समान होते हैं। बिना वजह बार बार फटकारने से उनका कोमल हृदय कांच की भांति टूट कर बिखर जाता है और फिर हम उसे पुनः पहले की तरह नहीं जोड़ सकते।

सदैव सभी के साथ प्रेम पूर्वक व्यवहार बनाये रखे, चाहे वह व्यक्ति आप से छोटा हो या बड़ा। जहां तक हो सके तो अपने दुश्मन से भी सद् व्यवहार करे व मीठा बोलें। जहां प्यार, स्नेह व अपनापन है वहीं तो खुशियां अपार हैं अन्यथा गुस्से में जीना भी कोई जीना है।

अनमोल तोहफा

सहयोग करना एक अनमोल तोहफा है



जो देने में भी अच्छा लगता है और मिल जाये तो भी अच्छा लगता है। किसी महापुरुष ने ठीक ही कहा है कि छोटी बात पर खुश होना बचपन में सीखा था, लेकिन बड़ी बात पर खामोश रहना वक्त ने सीखा दिया। हम प्रायः यह देखते हैं कि लोग दूसरों की मदद करना तो दूर रहा पर दूसरों का मजाक उड़ाने में आनन्द खूब लेते हैं। शायद उस वक्त वे यह भूल जाते हैं कि जब हमारी यह स्थिति होगी तब हम पर कैसी बितेगी।

मैं एक बार बस में सफर कर रहा था। उसी बस में सवेरे-सवेरे एक यात्री चढा। बस चल पडी। आधे घंटे बाद कंडक्टर ने पैसे मांगे तो उस यात्री ने आनलाइन टिकट जो मोबाइल में था वह दिखा दिया। बस कंडक्टर व बस चालक ने उसे सवेरे-सवेरे खरी खोटी सुना दी। यात्री बोला कि मैं तो गंगामया ट्रेवल्स देख कर बस में चढ़ गया और मेरा तो रिजर्वेशन है। लेकिन कंडक्टर ने एक बार तो उससे किराया वसूल लिया।

तभी गंगामया ट्रेवल्स की उस बस के कंडक्टर का फोन उस यात्री के पास आया जिसका उस बस में रिजर्वेशन था। तब उस यात्री ने अपनी तकलीफ उसे बताई। उस कंडक्टर ने इस बस के कंडक्टर से बात कर कहा कि भूल से आपकी बस में बैठ गया और इसका रिजर्वेशन कराया हुआ है। अतः इससे किराया भाडा मत लेना और सुरक्षित इसके गणतव्य स्थल पर उतार देना।

एक ही ट्रेवल्स एजेंसी की बस होने से कंडक्टर ने यात्री से लिया भाडा पुनः लौटा दिया और उसे सुरक्षित उसके गणतव्य स्थल पर उतार दिया। कंडक्टर के तनिक सहयोग से उस यात्री को एक अनमोल तोहफा मिल गया। गलत बस में बैठने के बाद भी उसका किराया भाडा बच गया। कहने का तात्पर्य यह है कि जहां परोपकार की भावना हो वहां हर कठिन कार्य भी आसान हो जाता है। बस मदद का भाव मन में होना चाहिए।

आभासी गिरफ्त में वास्तविक लोग



विजय गर्ग

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल, शैक्षिक स्तंभकार स्ट्रीट
कौर चंद एमएचआर, मलोत, पंजाब

तकनीक और विज्ञान के लिए यह उक्ति नई नहीं है कि वरदान के साथ इसके कुछ अभिशाप भी हैं, जो हमें झेलने पड़ सकते हैं। मगर कोई तकनीक महामारी का रूप धर ले, तो इससे जुड़ी चिंता काफी बड़ी हो जाती है। मौजूदा वक्त में हमारे देश के लिए 'डिजिटल अरेस्ट' एक ऐसा ही संकट है, जिसका जिक्र प्रधानमंत्री

ने हाल में अपने रेडियो कार्यक्रम 'मन की बात' में किया। देश की जनता को इसके खतरे से आगाह करते हुए उन्होंने अपील की कि लोग सतर्क और जागरूक रह कर इस खतरे का मुकाबला कर सकते हैं। सवाल है कि आखिर प्रधानमंत्री को इस आह्वान की जरूरत क्यों पड़ी। क्या साइबर धोखाधड़ी रोकने के उपाय बेअसर साबित हो रहे हैं या फिर आम लोगों की इस बारे में जागरूकता इतनी कम है कि वे साइबर फर्जीवाड़ा करने वालों की चाल में फंस जाते हैं।

जबसे देश में नकद लेनदेन की जगह डिजिटल भुगतान की व्यवस्था बनी है और लोगों का उसमें रुझान बढ़ा है, साइबर धोखेबाजों ने इस रास्ते आम जनता को ठगने के लिए अनेक कारगुजारियां की हैं। हालत यह है कि सरकार और उसकी एजेंसियां साइबर ठगी से लोगों को बचाने के जो

इंतजाम करती हैं, वे जल्द ही इस किस्म की धोखाधड़ी करने वालों के आगे नाकाफी साबित होने लगते हैं। आम जनता को कहा जाता है कि मोबाइल से बैंकिंग लेनदेन के वक्त पिन, पासवर्ड, ओटीपी किसी से साझा न करें, तो साइबर ठग कोई विश्वसनीय दिखने वाला लिंक भेज कर लोगों के फोन ही हैक कर लेते हैं। ऐसे में सारे पिन और ओटीपी ठगों के वांछित फोन पर जाने लगते हैं और देखते ही देखते लोगों के बैंक खातों में जिंदगी भर की जमा पूंजी चली जाती है। इस पर लगाम लगती, इससे पहले 'डिजिटल अरेस्ट' के रूप में की जाने वाली लूट सामने आने लगी।

'डिजिटल अरेस्ट' साइबर लुटेरों के हाथ लगा कितना बड़ा हथियार है, इसे इससे समझा जा सकता है कि वर्ष 2024 की पहली तिमाही में पूरे देश 'साइबर ठगी

की करीब साढ़े सात लाख शिकायतें दर्ज की गईं। उनमें उनमें से 120.3 करोड़ रुपए की चपत आम लोगों को आभासी गिरफ्तारी का डर दिखा कर लगाई गई है। बीते एक वर्ष में आम जनता साइबर ठगी के जरिए 1776 करोड़ रुपए की रकम गंवा चुकी है। हालांकि इसमें 1420 करोड़ रुपए सीधे-सीधे शेयर बाजार की लुभावनी योजनाओं का झांसा देकर, 222.58 करोड़ रुपए निवेश की अन्य फर्जी योजनाओं में फंसा कर और करीब सवा तेरह करोड़ रुपए रोमांस से जुड़ी 'डेटिंग साइट' में उलझा कर ठगों ने लोगों से वसूले हैं। लेकिन इधर जो चिंता देश के आर्थिक पटल पर सबसे अहम खतरे के रूप में उभरी है, वह है 'डिजिटल अरेस्ट'।

आखिर 'डिजिटल अरेस्ट' नामक फर्जीवाड़ा क्या है और यह दूसरे किस्म की साइबर धोखाधड़ी से कैसे अलग है। असल में, अभी जो आनलाइन धोखाधड़ी साइबर ठग कर रहे हैं, उनमें लोगों के बैंकिंग विवरण (जैसे पिन, पासवर्ड, ओटीपी) जान कर खातों से रकम उड़ाना प्रमुख है। लोगों को उनके मोबाइल फोन पर उग कोई लिंक भेजते हैं, जिस पर क्लिक करने और मामूली रकम का बैंकिंग लेनदेन करने पर साइबर ठगों को उस व्यक्ति के बैंक खाते से जुड़ी अहम जानकारी मिल जाती है। इसके बाद ये धोखेबाज लोगों के खातों में जमा रकम निकाल लेते हैं, जिसका पता काफी समय बाद लग पाता है। ठगे गए लोग साइबर थानों में समय पर शिकायत भी दर्ज नहीं करा पाते हैं।

ज्यादातर मामलों में ये ठग खातों से सारी रकम निकाल कर रफू चक्कर हो जाते हैं। तब पुलिस या अन्य एजेंसियां किसी तरह इन तक पहुंच भी जाएं, तो रकम की वसूली आसान नहीं होती। हालांकि जागरूकता अभियानों के कारण लोग कुछ सतर्क हुए हैं, लेकिन ऐसा होते देख साइबर ठगों ने धोखाधड़ी का एक नया तरीका 'डिजिटल

अरेस्ट' के रूप में निकाल लिया है।

इसमें असली पुलिस या जांच एजेंसियों के वास्तविक अधिकारियों के वेश में ठग लोगों को गिरफ्तारी का डर दिखा कर पैसे ऐंठने का प्रयास करते हैं। यानी इसमें किसी शख्स को मोबाइल फोन पर वीडियो या सामान्य काल करते हुए गिरफ्तारी या सीबीआई अथवा आयकर जांच का भय दिखाया जाता है। एक बार जब कोई व्यक्ति इनके जाल में फंस जाता है, तो वह इनके आगे खुद को निरुपाय महसूस करने लगता है। तब ये साइबर ठग उस व्यक्ति को अपनी सारी जमा-पूंजी बताए गए बैंक खातों में खुद ही भेजने को मजबूर कर देते हैं। देखा गया है कि 'डिजिटल गिरफ्तारी' वाले ज्यादातर मामलों में सबसे पहले एक अनजान स्रोत से काल आती है। इसमें फोन करने वाला व्यक्ति खुद को सामान डिलीवरी करने वाली कूरियर सेवा का प्रतिनिधि होने का नाटक करता है। वह दांव फेंकता है कि आपके द्वारा भेजा गया एक कूरियर किसी बंदरगाह या एअरपोर्ट पर जांच में फंस गया है, क्योंकि उसमें गैरकानूनी मादक पदार्थों की खेप मिली है। इस प्रकार झांसे में आए व्यक्ति को अंतरराष्ट्रीय तस्करों के गिरोह का सदस्य बता कर उसकी बात पुलिस समेत अन्य जांच एजेंसियों के नकली अधिकारियों से कराई जाती है। फर्जी एफआइआर गिरफ्तारी का वारंट और अन्य नकली दस्तावेज मुहैया कराए जाते हैं, जिनमें पीड़ित का नाम दर्शाया जाता है। ऐसी स्थिति में पीड़ित व्यक्ति बुरी तरह भयभीत हो जाता है।

'डिजिटल गिरफ्तारी' वाले मामले सिर्फ कूरियर कंपनी के झांसों तक सीमित नहीं हैं, बल्कि इनमें लोगों के बेटे या बेटों के किसी मामले में फंसे होने, यौन शोषण के आरोपी होने, किसी आर्थिक धोखाधड़ी में शामिल होने जैसे तमाम मामलों का हवाला असली दिखने वाले फर्जी सबूतों के आधार पर करते हैं। ऐसे मामलों में वर्दीधारी पुलिस



अधिकारी वीडियो काल पर किसी थाने में बैठे हुए पुलिसिया भाषा बात करते दिखाया जाता है। पीड़ित को जब गिरफ्तारी की आशंका सच में बदलते हुए प्रतीत होती है, तो वह बिना देर किए ठगों के संकेत पर मांगी गई रकम भेजने में ही अपनी भलाई समझता है। अगर व्यक्ति थोड़ा सजग रहे, रुपए-पैसे के लेनदेन से जुड़ी अपनी निजी जानकारी साझा करने से बचे और आभासी गिरफ्तारी के डर पर काबू पा ले, तो साइबर लुटेरों के मनसूबे पूरे नहीं हो सकते। इसमें पहली शर्त यही है कि अनजान नंबरों से आए फोन को सुना ही न जाए। अगर कोई फोन काल सुनना जरूरी हो जाए, तो बिना डरे और निजी जानकारी साझा किए, बात की जाए। देश "में फर्जी आधार कार्ड, नकली पहचान पत्र और पते-ठिकाने से जुड़े फर्जी दस्तावेजों के आधार पर बैंक खातों के खोले जाने से समस्या और बढ़ी है। ऐसे में पकड़ में आए साइबर ठगों के नाम, फोटो और पते को सार्वजनिक करते हुए कड़ी सजा देना जरूरी है। अगर ऐसा नहीं किया गया, तो सिर्फ गाल बजाते रहने भर से साइबर फर्जीवाड़े हरगिज नहीं रुकेंगे।

साथ छूटे भी तो...



उमेश



अब यह समझ लें कि हमारे होने का अर्थ यह है कि हम अपने किसी पूर्व के प्रयोजन को पूरा करने के लिए ही आए हैं। अन्यथा आते ही ना। प्रकृति हमारे साथ उतनी व्यवस्था करके भेजती है जिससे हमारा यह प्रयोजन पूर्ण हो सके। हमारी रासायनिकता इस जन्म में वह सब लेकर आती है जिससे कि हमारा पूर्व का अधूरा कार्य पूर्ण हो सके। इस पूर्णता के लिए जो भी अन्य आवश्यक रासायनिक मिलान है, जो भी हमारी इस यात्रा के लिए जरूरी है।



गुण को कोई किसी को दे नहीं सकता। हम सभी एक दूसरे में संपर्क में आते हैं, जितना ज्ञान गुण एक दूसरे से मिलता है या मिलना होता है हम उतने समय के लिए उसके साथ रहते हैं मिलन पूरा होते ही संबंध बदल जाते हैं अब उतनी लगाव नहीं रहता। इसमें दोष किसी का नहीं। जैसे ही आवश्यक मिलन पूरा हो जाता है वैसे ही लगाओ उतना नहीं रह जाता। एक ही परिवार के लोग साथ रहते हुए भी इतना घुलता मिलते नहीं। वहीं जहां गुण का मिलान होना होता है वहां जोड़ी जम जाती है और एक दूसरे के साथ अधिक से अधिक समय बिता रहे होते हैं। हमारे सामान्य जीवन में भी यही होता है सभी कोई करीब आता है। हमें किसी की दोस्ती या साथ अच्छा लगता है या कुछ समय बाद हम उसे दोस्ती का आनंद नहीं ले पाते हैं फिर दूरी हो जाती है, हो सकता है कि उन दो व्यक्तियों को यह दूरी न अटपटी लगे परंतु दूसरे जो देखने वाले हैं उन्हें बोलने का मौका मिल जाता है। वह

अपने गुण के अनुसार बातें बोलने लग जाते हैं। हम सभी अपने-अपने गुणों के अनुसार आगे बढ़ते हैं। हमारा गुण जिसे मिलता है हम उन्हीं के संपर्क में आते हैं और रासायनिकता का मिलान कर अपने को पूर्ण कर आगे बढ़ते हैं। यह बात गुरुवर बता भी चुके हैं परंतु होता यह है कि हम अहंकार के वश में किसी भी प्राकृतिक अवस्था या ऐसे रासायनिक मिलन का एहसास नहीं कर पाते हैं और संबंधों के खत्म होने पर या दूर होने पर विचलित हो बहुत परेशान हो जाते हैं। इस प्रकार से विचलित होना हमारे स्वाभाविक जीवन में और सहज भाव में दिक्कतें लाता है। कई बार तो देखा गया है कि लोग विक्षिप्त तक हो जाते हैं। हमें यह तो समझना ही होगा कि इस मृत्यु लोक पर कुछ भी हमेशा के लिए नहीं है। अपना समय पूरा करने के बाद सबको जाना ही है। हम किसी को, किसी भी चीज को पकड़ कर नहीं बैठ सकते। हम कुछ भी कर ले हमारे सगे संबंधी, यहां तक हम भी एक दिन सब कुछ छोड़कर चले जाएंगे अब यह समझ लें कि हमारे होने का अर्थ यह है कि

हम अपने किसी पूर्व के प्रयोजन को पूरा करने के लिए ही आए हैं। अन्यथा आते ही ना।

प्रकृति हमारे साथ उतनी व्यवस्था करके भेजती है जिससे हमारा यह प्रयोजन पूर्ण हो सके। हमारी रसायनिकता इस जन्म में वह सब लेकर आती है जिससे कि हमारा पूर्व का अधूरा कार्य पूर्ण हो सके। इस पूर्णता के लिए जो भी अन्य आवश्यक रासायनिक मिलान है, जो भी हमारी इस यात्रा के लिए जरूरी है। वह सब भी हमें सही समय पर मिलता रहेगा। वह चाहे किसी व्यक्ति के रूप में हो किसी वस्तु या पदार्थ के रूप में। उन सभी से हमारा संपर्क चाहे क्षण भर का हो या लंबे समय तक का हो। वह हमारे लिए आवश्यक रासायनिक मिलन करके आगे बढ़ चलेगा। और जो मिल रहा है उसका भी कुछ हमारे द्वारा पूर्ण हो रहा होगा नहीं तो प्रकृति मिलान ही ना करवाती। हमारे जीवन सफर को पूर्ण करने के लिए जो भी आवश्यक भाव, शक्ति, प्रोत्साहन आदि चाहिए होता है। वह सभी हमें किसी न किसी रूप में इन्हीं मिलन से हो जाता है। क्षण भर में भी या रासायनिक मिलन किसी वैचारिक वेग के रूप में, किसी झटके के रूप में, हमारे अंदर आकर जीवन का कायाकल्प कर सकता है। ऐसे अनेकों उदाहरण हम महापुरुषों के जीवन में देख पाते हैं। जिसमें कोई व्यक्ति अपने साधारण जीवन में परिवार के साथ जी रहा होता है। फिर अचानक ही किसी की कोई बात कोई घटना घटित होती है और पूरा जीवन पूर्ण रूप से परिवर्तित हो जाता है। उतने से ही एक साधारण व्यक्ति या बालक सब कुछ त्याग कर भागवत मार्ग पर निकाल कर सिद्ध हो जाता है। कोई डाकू संत बन जाता है, कोई व्यक्ति महान बन पूरे देश राष्ट्र को शांति का पाठ पढ़ाता है। ऐसे अनेकों उदाहरण हैं। इसे यह समझना जरूरी है कि वह कार्य पूर्ण करने के लिए व्यक्ति जन्म लेता है। उसी राह पर वह आगे बढ़ता है अलग-अलग मार्गों से। इस सबसे परिवारजन को ना परेशान होने की जरूरत है और न ही

समाज के ठेकेदारों को अप्रिय बोलने की। यह भी जान लेना जरूरी है कि हमारे संपर्क में हमसे नजदीकियां बढ़ाकर, फिर दूर जाने वाले व्यक्ति भी हमारे सफर में सहयोगी होते हैं जो कि समय के अनुसार हमारे लिए जरूरी, अच्छे बुरे अनुभव से हमें सबक सीखा कर जाते हैं। ताकि हम जीवन में आने वाली कठिनाइयां या विषम परिस्थितियों में सफलता से जी सकें। किसी से संबंध जोड़ने पर या पूरा होने पर हमें उन्हें बुरा भला नहीं कहना चाहिए, बल्कि प्रकृति का सहयोग मानकर धन्यवाद करके अपना सफर चालू रखे रहना चाहिए। हम देख भी सकते हैं कि जब ऐसा कुछ घटित होता है कि कोई हमारा नजदीकी अचानक हमारा साथ छोड़कर चला गया और



हम इस कारण से बहुत व्यथित और दुखी हो गए। तब हम एक नई स्फूर्ति समझदारी और हिम्मत के साथ आगे बढ़ते। इस बार ज्यादा ताकतवर और चतुराई के साथ देखा भी गया है कि ऐसे लोग नए मुकाम हासिल करते हैं बिना कहीं रुक।

गुरुवार यह भी कहते हैं कि यह सभी प्राकृतिक अवस्था है प्राकृतिक स्वरूप में सभी सहज रूप में विकसित होते हैं प्रकृति सभी को एक बराबर ही रखती है। हम अपनी जरूरत और रसायनिकता के अनुसार जितना ग्रहण करना होता है उतना खींचते हैं बाकी नहीं। गुरुवार कहते हैं कि हम यदि पानी को खुले में रख दें तो वह वातावरण के अनुसार ही अपना तापमान निश्चित करता। बाहर जैसा तापमान होता है वैसा ही पानी का भी

तापमान हो जाएगा। यही सहज विकास है, पर यदि हम पानी उसे पानी को लकड़ी जलाकर उसके ऊपर रख दें, तब पानी वातावरण के अनुसार नहीं बल्कि ज्यादा गर्म हो जाएगा जो की सहज नहीं। इसी तरह यदि हम हो रही घटनाओं में बल लगाकर अपने तरीके से चलना चाहे तो गलत होगा और हमें ही परेशानी होगी। यह प्राकृतिक अवस्था से छेड़छाड़ कही जाएगी। हम आज यह देखते हैं की व्यक्ति खासकर युवा बहुत ज्यादा विचलित हो जाता है। जीवन के सही अर्थ को न समझ कर वह स्वार्थ के सम्बन्धों के सहारे चलते हैं। यह दिखावटी संबंध अपना मतलब पूरा करके आगे निकल जाते हैं। भौतिकवादी दुनिया में इस प्रकार लोग अपने स्वार्थ में दुसरो की बलि दे कर अपने को विजेता मान कर जीते।

परन्तु यही घटना बाकि लोगो को अपने आगे के जीवन जीने के लिए सावधान करती हैं। जिससे अब आगे होने वाली ऐसी घटनाओ से वे अपने को बचाकर रख सकते हैं। साथ ही आगे ऐसी कदिन परिस्थितियों में अपने को संभल सकते हैं। अब इस प्रकार वे एक सम्पूर्ण व्यक्ति अपना सफर पूरा कर सकते हैं। हम सभी को यह भी ध्यान रखना है की प्रकृति बेवजह कुछ भी नहीं करती। हउमै अपने साथ हो रही घटनाओ को अपने सफर के लिए ही आवश्यक पूर्ति के जरूरी मान कर चलना चाहिए। प्रकृति हमें हमेशा आनेवाले लिए तैयार करती है। हमारे साथ जो भी हो रहा होता है वह उसी तयारी का ही परिणाम होता है। फिर यदि हम प्राकृतिक बहाव में रहे तो हम सभी को हमारी ही आवश्यकता के अनुसार सब प्राप्त होता रहेगा और हम आगे बढ़ते रहेंगे। साथ छूटे भी तो हमें अपने में नकारात्मक भाव नहीं आने देना है। अपितु तो यह सोचना है कि यही हमारे विकास के लिए जरूरी था। यही सहज भी प्राकृतिक है। हमारी भलाई के लिए इतने समय के साथ की ही अहमियत थी।

उत्तराखंड का चैरापूंजी- 'डीडीहाट'



सुनील कुमार महला

फ्रीलांस राइटर, कालमिस्ट व युवा साहित्यकार, मिथी, उत्तराखंड।



गंगा, यमुना और सरस्वती नदी का उद्गम स्थल और दिव्य और देवभूमि के नाम से जाना जाने वाला उत्तराखंड हिमालय की प्राकृतिक छटाओं, वादियों अपने नैसर्गिक सौंदर्य के लिए विख्यात है और यहां पर अनेक स्थल दर्शनीय हैं। इन दर्शनीय स्थलों में से एक स्थल है - 'डीडीहाट'। वास्तव में डीडीहाट 'अनसीन रिजन आफ उत्तराखंड' है। शांतिपूर्ण प्रकृति के बीच बसा डीडीहाट सैर-सपाटे के लिए एक आदर्श स्थान है। सच तो यह है कि घने जंगल, ऊंचे-ऊंचे पहाड़, घाटियां, दर्रे, घास के मैदान, नदी और ग्लेशियर से घिरा यह हिल्स स्टेशन किसी जन्त से कम नहीं है।

विविध वनस्पतियों, जंगली जानवरों/जीवों से समृद्ध तथा पवित्र कैलाश मानसरोवर की तीर्थयात्रा मार्ग पर स्थित डीडीहाट कुमाऊं मंडल के पिथौरागढ़ जिले/जनपद में स्थित है। उल्लेखनीय है कि उत्तराखंड का पिथौरागढ़ जनपद देवभूमि उत्तराखंड का सबसे बड़ा जिला है और डीडीहाट एक तहसील मुख्यालय है जो 1850 मीटर (6070 फीट) की ऊंचाई पर स्थित है। इसे उत्तराखंड का चैरापूंजी भी कहा जाता है।

यदि आपको उत्तराखंड के किसी खूबसूरत हिल स्टेशन के साथ ग्रामीण माहौल, ग्रामीण परिवेश और हिमालय की प्राकृतिक छटाओं, वादियों के साथ ही सुकून, राहत और आनंद की तलाश है तो आपको डीडीहाट का भ्रमण अवश्य करना चाहिए। जंगलों और पहाड़ों से होते हुए आप यहां ट्रेकिंग सफ़र का मजा उठा सकते हैं। हमारे देश की राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली से लगभग 500 किलोमीटर की दूरी पर स्थित डीडीहाट जनपद में आपको शांति, सुकून के साथ पर्यावरणीय नजारों को देखने का सुअवसर प्राप्त होगा। ठेठ पहाड़ों में आकर जो सुकून और चैन मिलता है उसका वास्तव में कोई भी सानी नहीं है और डीडीहाट में आकर हर किसी का मन बहल जाता है। यहां के मौसम के तो क्या कहने ?

इतिहास के झरोखों से

डीडीहाट 'दिग्गार' के पहाड़ी शीर्ष मैदान पर स्थित है और नीचे चरमगढ़ या भादिगाड़ नदी बहती है। डीडीहाट नाम दो कुमाऊं शब्दों, 'डांडी' और 'हाट' से जुड़कर बना

है, जिनका अर्थ क्रमशः 'छोटी पहाड़ी' और 'बाजार' होता है। उल्लेखनीय है कि डीडीहाट के नीचे की घाटी को 'हाट' नाम से जाना जाता है, यह बहुत ही उपजाऊ क्षेत्र है। वैसे डीडीहाट का इतिहास ठीक-ठाक पुराना है। वर्तमान डीडीहाट नगर ऐतिहासिक सीरा राज्य की राजधानी, सिरकोट के समीप बसा है। डीडीहाट नगर के पश्चिम में स्थित डिगताड़ के पास एक पर्वत चोटी पर सिरकोट किला था, जो सीरा के मल्ल राजाओं की राजधानी हुआ करता था। यहां प्राचीन मलयनाथ जी का मंदिर एक पहाड़ी पर काफी ऊंचाई पर स्थित है। कहते हैं कि मलय नाथ जी का मंदिर राइका/रीका राजा द्वारा बनवाया गया था। यहां सिरकोट मलयनाथ जी के मंदिर की वास्तुकला देखने योग्य है। यह मंदिर भगवान शिव को समर्पित है। एक और प्रसिद्ध मंदिर नानपौपु गाँव की सबसे ऊँची पहाड़ी पर स्थित है जिसे देचुला के नाम से जाना जाता है। यह पूरा क्षेत्र नेपाल के दोती राजवंश के क्षेत्र में आता था। जानकारी मिलती है कि 1581 में चंद वंश के रूद्र चन्द्र ने दोती राजवंश के

राइका को हरा दिया था और आज भी इस जगह पर कुछ पुराने किले और इमारतें बनी हुई मिल जाएंगी। यहां डोटी और चंद राजवंशों से संबंधित किलों और मंदिरों के कुछ खंडहर मिलते हैं। आजादी से पहले डीडिहाट संयुक्त अवध का हिस्सा था और अल्मोड़ा जिले में आता था। बाद में वर्ष 1960 में ये पिथौरागढ़ जिले में आ गया। वर्ष 1994 में तत्कालीन मुख्यमंत्री मुलायम सिंह यादव ने डीडिहाट जिले को लेकर दीक्षित आयोग का गठन किया। बाद में वर्ष 2011 में इसे मुख्यमंत्री ने नया जिला घोषित किया लेकिन आधिकारिक मुहर अब तक नहीं लग पाई है। उल्लेखनीय है कि 15 अगस्त 2011 को तत्कालीन मुख्यमंत्री रमेश पोखरियाल निशंक ने डीडिहाट, रानीखेत, यमनोत्री, कोटद्वार को जिला बनाने की घोषणा की थी। 8 दिसंबर 2011 को इस संबंध में एक शासनादेश भी जारी किया गया, लेकिन गजट नोटिफिकेशन न होने के कारण नए जिले अस्तित्व में नहीं आ पाए।

प्रमुख दर्शनीय स्थल

यहां प्रसिद्ध पर्यटक आकर्षणों में डीडिहाट से लगभग 53 किमी दूर स्थित बेरीनाग नामक सुंदर पहाड़ी स्थान शामिल है। बेरीनाग सांपों के मंदिरों के लिए प्रसिद्ध है। वहीं धारचूला ट्रांस-हिमालयी व्यापार मार्गों के लिए एक प्राचीन व्यापारिक शहर, यह बहुत ऊंचे पहाड़ों से घिरा हुआ है और काली नदी के तट पर 915 मीटर (3,002 फीट) की ऊंचाई पर एक घाटी में स्थित है। काली भारत के साथ नेपाल की पश्चिमी सीमा है। मुनस्यारी भी नजदीक है जिसे पहले उत्तरांचल के नाम से जाना जाता था। मुनस्यारी हिमालय की बर्फ से ढकी चोटियों में बसा है, जो प्राकृतिक सुंदरता के शानदार नज़ारे पेश करता है। मुनस्यारी समुद्र तल से 2,298 मीटर की ऊंचाई पर स्थित है। बागेश्वर भी नजदीक पड़ता है, जहां पर

पिंडारी ग्लेशियर के लिए ट्रेकिंग मार्ग नंदा देवी अभयारण्य के दक्षिणी जंगल से होकर गुजरता है, जहां पंचाली द्वार (6683 मीटर) और मैकतोली (6803 मीटर) जैसी चोटियों के मनोरम और स्फूर्तिदायक दृश्य दिखाई देते हैं। पिथौरागढ़ तो नजदीक है ही, क्यों कि इसी जिले में डीडिहाट पड़ता है। पिथौरागढ़ को छोटा कश्मीर" के रूप में जाना जाता है, जो समुद्र तल से 1,650 मीटर की ऊंचाई पर स्थित है। लोहावती नदी के नजदीक समुद्र तल से 1745 मीटर की ऊंचाई पर लोहाघाट स्थित है जहां उत्तराखंड के राज्य पुष्प रोडोडेंड्रोन बहुतायत में मिलते हैं। चौकोरी समुद्र तल से 2,010 मीटर की ऊंचाई पर स्थित है, जो कि चाय बागानों के लिए प्रसिद्ध है।

डीडीहाट तहसील में स्थित असकोट कस्तूरी मृग अभयारण्य भी यहाँ से देखा जा सकता है। साफ़ मौसम वाले दिनों में, बर्फ से ढकी पंचाचूली और त्रिशूल चोटियों के विस्मयकारी दृश्यों का आनंद लिया जा सकता है। जौलजीबी, धारचूला, चौकोरी, छिपला केदार ट्रेक, मुनस्यारी भी यहां देखने लायक जगहें हैं। डीडिहाट के नजदीक लगभग पांच किलोमीटर की दूरी पर स्थित गांव मिर्था में आईटीबीपी का कैंप(सातवीं बटालियन) भी पहाड़ों के बीच स्थित है। डीडिहाट में एवं इसके आसपास स्थित स्थानों पर हाइकिंग,कैम्पिंग, पहाड़ी पर एडवेंचर व ग्रामीण जीवनशैली, यहां प्रचलित रीति-रिवाजों के साथ ही यहां की संस्कृति का आनंद बखूबी लिया जा सकता है। संस्कृतियों में यहां कुमाऊंनी संस्कृति को विशेष रूप से महसूस किया जा सकता है। पंचाचूली में बर्फ से ढके हिमालय की चोटियों, यहां के सूर्योदय और सूर्यास्त के मनोरम दृश्य हर किसी का ध्यान खींचते नजर आते हैं। प्राकृतिक फोटोग्राफी, विडियोग्राफी के लिए यह स्थान मनोरम और मनोरंजक है, यहां पहाड़ों के बीच धवल व काले- नीले बादलों

के दृश्य वाकई मन और आत्मा को लुभाते हैं। यहां विभिन्न जंगली पक्षियों का अवलोकन किया जा सकता है। यहां बंदर आपको खूब देखने को मिल जाएंगे।

असकोट वाइल्ड लाइफ सैंक्चुअरी

डीडीहाट में भ्रमण पर आने पर पर्यटकों को असकोट वाइल्ड लाइफ सैंक्चुअरी जरूर देखनी चाहिए। उल्लेखनीय है कि असकोट नाम अस्सी कोट या अस्सी फोर्ट से लिया गया है जो नेपाल में स्थित है। ये भारत की सबसे खूबसूरत वाइल्ड लाइफ सैंक्चुअरी के लिए जानी जाती है, इसे भारत का ग्रीन पैराडाइज भी कहते हैं। समुद्र तल से 2 हजार फीट से 22,654 फीट की ऊंचाई पर स्थित ये सैंक्चुअरी 600 वर्ग किमी. में फैली हुई है। काली नदी सैंक्चुरी के बीच से बहती है , जो भारत और नेपाल को अलग करती है। यहाँ से आप नौकना, नेयोधुरा, छिपलाकोट और नजीरकोट जैसी चोटियों को देख पाएंगे।

नमिक ग्लेशियर/हिमनद

नमिक ग्लेशियर डीडिहाट से 30 किमी. दूरी पर समुद्र तल से 3,600 मीटर की ऊंचाई पर स्थित है। यह रामगंगा नदी के उद्गम पर स्थित है। नमिक ग्लेशियर चारों तरफ से नंदा देवी, त्रिशूल और नंद कोट चोटी से घिरा हुआ है। यहाँ पर बहुत सारे वाटरफॉल/झरने भी हैं जो देखने में बहुत ही खूबसूरत लगते हैं और बहुत से लोग यहां फोटोग्राफी करते हैं।

नारायण आश्रम

नारायण आश्रम धारचूला के कैलाश मानसरोवर यात्रा भारत-नेपाल सीमा के रास्ते में पड़ता है। नारायण आश्रम हिमालय की चोटी पर बना है। इस प्राचीन आश्रम में योग ध्यान की कई गतिविधियों का संचालन किया जाता है। इसकी स्थापना के पीछे मुख्य उद्देश्य- आध्यात्मिक, शैक्षिक, आर्थिक और सामाजिक उत्थान आदि थे।



जौलजीबी

जौलजीबी इंडो-नेपाल की सीमा पर बसा एक छोटा-सा कस्बा है। ये कस्बा डीडिहाट से लगभग 25-38 किमी. की दूरी पर है। यह काली और गोरी नदी के संगम पर बसा हुआ है। नदी किनारे दोनों देश में एक छोटा-सा बाजार लगता है। उसी बाजार को जौलजीबी के नाम से जाना जाता है। ये बाजार ही इस जगह को खास बनाता है। जौलजीबी में साल में एक व्यापार मेला भी होता है जो देखने लायक होता है। यहां नेपाल जाने हेतु एक हैंगिंग पुल भी स्थित है, जिसके नीचे नदियां बहती हैं।

अन्य स्थल

डीडीहाट से कुछ दूरी पर गंगोलीहाट भी यहां एक दर्शनीय स्थल हैं। वैसे कौसानी, बिनसर, चंपावत, रानीखेत भी दर्शनीय स्थलों में से एक हैं। चौबाटी भी डीडिहाट के अंतर्गत आने वाला एक खूबसूरत हिल स्टेशन है। डीडिहाट का आदिचौरा गांव मशहूर कुमाऊं नी हास्य कलाकार मंगल चौहान जी का गांव है। भडुगांव डीडिहाट क्षेत्र का एक खूबसूरत ठंडा गांव है। इतना ही नहीं, डीडिहाट के नजदीक ही चौबाटी जाने से पहले आगे भैसूड़ी गांव की एक ऊंची पहाड़ी पर जल देवी मंदिर भी है।

खेती-बाड़ी व पशुपालन:-

यहां डीडिहाट में काफल, बांझ के पेड़ काफी मिलते हैं। काफल के फल खाने में बहुत अच्छे लगते हैं। यहां बीच बीच में सीढ़ीनुमा खेतों में धान, मंडुआ, गेहूं, आलू, ककड़ी (खीरा), हल्दी पैदा होती है जो आर्गेनिक फूड के रूप में इस्तेमाल की जाती है, क्योंकि यहां खेती में रसायनों, पेस्टीसाइड का उपयोग न के बराबर होता है। खेतीकर किसान आज भी यहां खेती बैलों से करते मिल जायेंगे। यहां के लोग गाय अधिक पालते हैं और बकरियां भी यहां मिलती हैं। लोग घरों में मुर्गियां भी पालते हैं।

डीडीहाट का क्या प्रसिद्ध है ?

यहां बनाई जाने वाली खेंचुवा मिठाई बहुत ही प्रसिद्ध है। वास्तव में यह कुमाऊं की सौगात है। यह मिठाई सिर्फ डीडिहाट में ही बनती है। दूध को काफी देर तक उबालकर, उसमें चीनी मिलाकर खेंचुवा तैयार किया जाता है। वास्तव में, खेंचुवा का तात्पर्य खिंचाव से है और जुबां पर एक बार इसका स्वाद घुल जाए तो फिर यह दिल और दिमाग दोनों में बस जाता है। बुजुर्ग बताते हैं कि 80 के दशक में देवीधुरा से आए नेगी परिवार ने डीडिहाट में खेंचुवा बनाना प्रारंभ किया था। वैसे तो पूरे डीडिहाट में यह मिठाई बनाई जाती है लेकिन नेगी जी की दुकान का खेंचुवा सबसे प्रसिद्ध है जिसकी डिमांड न केवल शादी-ब्याह में,

पार्टियों में ही होती है बल्कि पिथौरागढ़ जिले से लेकर कुमाऊं, गढ़वाल और आजकल तो मैदानी इलाकों में भी खेंचुवा की काफी डिमांड है।

डीडीहाट में होटल व रिसॉर्ट्स

यहां के एमवीएन पर्यटक विश्राम गृह स्थित है। डीडिहाट पर्यटक विश्राम गृह का नाम सिराकोट है। जानकारी के अनुसार यह डीडिहाट की यात्रा के दौरान ठहरने के लिए एक बहुत ही किफायती और सबसे अच्छा विकल्प है। वैसे, यहां अन्य छोटे मोटे होटल भी स्थित हैं, जहां बड़े मेट्रो सीटीज की तरह कोई खास सुविधाएं तो पर्यटकों को नहीं मिल पाती हैं लेकिन किफायती दरों पर रहने ठहरने, खाने-पीने की आम सुविधाएं आसानी से मिल जाती हैं।

कैसे पहुंचें ?

वैसे तो टनकपुर हाइवे से पिथौरागढ़ होते हुए मिर्था गांव होते हुए यहां आसानी से पहुंचा जा सकता है। इतना ही नहीं, काठगोदाम रेलवे स्टेशन से भी मिनी बसों, छोटी गाड़ियों से यहां आसानी से पहुंचा जा सकता है। अगर आप फ्लाइट से डीडिहाट जाना चाहते हैं तो सबसे नजदीकी एयरपोर्ट पंतनगर पड़ता है। पंतनगर एयरपोर्ट से डीडिहाट की दूरी 250 किमी. से थोड़ी अधिक है। यहाँ से आप बस और टैक्सी से डीडिहाट पहुँच सकते हैं। वहीं सबसे नजदीकी रेलवे स्टेशन टनकपुर लगभग 200 किमी. और काठगोदाम लगभग 230 किमी. की दूरी पर है। यहाँ से भी आप बस या टैक्सी से जा सकते हैं। अगर आप डीडिहाट वाया रोड जाना चाहते हैं तो पिथौरागढ़ तक तो आप बस से आराम से पहुँच सकते हैं।

गांधी धून



श्यामल बिहारी महतो

बोकारो, झारखण्ड



कामता बाबू को लोग दफ्तर में गांधी जी कहा करते थे। कंपनी काम के प्रति पूर्ण समर्पित! यह समर्पण की भावना उनके रिटायरमेंट के बाद भी किसी आदत की भाँति कायम रही। अपने कार्यकाल के दौरान शायद ही कभी ऐसा मौका आया हो, जब उन्होंने किसी मजदूर का काम करने से आनाकानी की हो। दूसरों की सेवा की खातिर सदैव तत्पर रहते। सेवा की यह भावना उनके भीतर एक जुनून की भाँति हरदम विद्यमान रहती थी। कोई अंधे से पूछे कि तुम्हें क्या चाहिए? तो निः संदेह उसका जवाब होगा " दो आँखें..!" उसी तरह कोई कामता बाबू से पूछते कि आपको क्या चाहिए तो वे कहते " काम..और काम के सिवाय कुछ नहीं..!" चाहे दफ्तर का पढ़ाई-लिखाई वाला कोई भी काम हो.बेकार बैठकर समय काटना उन्हें आता नहीं था। लेन-देन के मामले में भी वो अनोखे और अजूबे थे ! अपने सर्विस जीवन में रिश्वत तो कभी ली ही नहीं उसने, बस यही कहते रहे " यह पाप है ! नाजायज है ! दूसरों का गला दबाना है, उनका हक छीनना है..!"

हाँलाकि इसी गाँधीवादी सिद्धांत को लेकर उनका बड़ा बेटा महेश बाप से खफा-खफा! रहता था। दिन भर जाने कहां कहां भटकता फिरता और देर रात आकर घर में

कामता बाबू को लोग दफ्तर में गांधी जी कहा करते थे। कंपनी काम के प्रति पूर्ण समर्पित! यह समर्पण की भावना उनके रिटायरमेंट के बाद भी किसी आदत की भाँति कायम रही। अपने कार्यकाल के दौरान शायद ही कभी ऐसा मौका आया हो, जब उन्होंने किसी मजदूर का काम करने से आनाकानी की हो। दूसरों की सेवा की खातिर सदैव तत्पर रहते। सेवा की यह भावना उनके भीतर एक जुनून की भाँति हरदम विद्यमान रहती थी। कोई अंधे से पूछे कि तुम्हें क्या चाहिए? तो निः संदेह उसका जवाब होगा " दो आँखें..!" उसी तरह कोई कामता बाबू से पूछते कि आपको क्या चाहिए तो वे कहते " काम..और काम के सिवाय कुछ नहीं..!"

बाप से लडता। दोनों बाप बेटे के बीच मतभेद कभी कम नहीं हुआ। महेश सदैव उबाल में रहता-" कोई कुछ करना चाहे तो कैसे करे? इस घर में गांधी की आत्मा जो वास करती है। "

कामता बाबू कसमसाकर रह जाते। उनके लिए सुकून की बात यह थी। उनका छोटा बेटा नरेश अपनी बीए की पढ़ाई के साथ-साथ एक अखबार के दफ्तर में प्रूफ रीडिंग का काम भी सीख रहा था। कामता बाबू को अपने इस होनहार बेटे से ढेर सारी उम्मीदें बंधी हुई थीं।

हां, तो कामता बाबू जब यह कह रहे होते कि रिश्वत लेना पाप है, दूसरों का हक छीनना है, तो आस-पास के मुस्कुराते चेहरों से अनभिज्ञ होते। जबकि रिश्वतखोरों के बीच ही हर दिन उनका उठना बैठना होता। देखना

तो तब दिलचस्प होता, जब कोई मलकटा सरदार अपने दंगल का तिमाही बोनस या फ़िर सीक लीव का का पैसा चेक करवाने आता और काम के बदले सौ दो सौ देने लगता तो वो एकदम से उस पर भड़क जाते " तुम सब मुझे नोट दिखाते हो, कामचोर कहीं के, हमें क्या समझ रखा है, अकाल की ढेंकी..! चल भाग। "

सरदार हंसते हुए भाग खड़ा होता।

तभी कोई कह उठता" कामता बाबू, आपको इस युग में पैदा नहीं होना चाहिए था। "

कामता बाबू बिना कहे मुस्कुरा उठते थे। लेकिन ऊपरी आमदनी को इस तरह लतियाता देख सेल विभाग के मास्टर बाबू कुढ़ सा जाता था। खखस कर कह उठता -" कामता बाबू आपको ऐसी जगह नौकरी नहीं

करनी चाहिए थी।"

जवाब में कामता बाबू केवल हंस भर देते थे।

निर्धारित समय पर आफिस आना और गोंद की तरह दिन भर अपने काम पर चिपके रहना, उन्हें बहुत भाता था। कंपनी नियम से सदैव बंधे होते। सर्कुलर से कभी इंच भर भी इधर-उधर होते नहीं देखा गया। जोड़-घटाव के मामले में वो खुद एक कम्प्यूटर थे। सालाना बोनस हो या सैलरी, सहकर्मी सब उन्हीं से "वेरीफाई" करवाते।

अधिकारी भी उनके बेदाग छवि और ईमानदारी से खासा प्रभावित थे।

लेबर आफिसर अमरीक सिंह तो यहां तक कह देते "कामता बाबू, सालाना बोनस पर आपका जोड़ ही अंतिम माना जायेगा..।"

अपने जीवन और काम को उसने रूटीन बद्ध कर रखा था।

आफिस से घर और घर से आफिस। यही उनकी दुनिया थी। बाकी बचा तो सगे-संबंधियों के यहां कभी मर-मेहमानी भी कर लेते थे। लेकिन मेला-सिनेमा या अन्य मनोरंजन के साधन कभी उनको आकर्षित नहीं कर सके। हां, वक्त निकाल गांव समाज की बैठकों में जरूर शामिल होते थे, ताकि गांव का भाई चारा हर किसी के साथ बना रहे।

उनके जीवन के साथ जुड़े कई दिलचस्प प्रसंग आज भी लोगों याद हैं। वो भादो माह की एक रात थी। अचानक कामता बाबू विस्तर से उठ बैठे। उन्हें नींद नहीं आ रही थी। रोगों से मुक्त रमा देवी गहरी नींद सो रही थी। कामता बाबू ने धीरे से दरवाजा खोला और बाहर निकल आये। घर से आफिस की दूरी महज तीन किलोमीटर की थी। जब वह आफिस गेट के सामने पहुंचे तो रात के दो बज रहे थे और रात्री सुरक्षा गार्ड कुर्सी पर बैठे-बैठे उंच रहा था। उसने धीरे से गेट को धकेला और अंदर आ गए। जेब टटोली आफिस की चाबी उनकी जेब में थी। पहले उन्होंने दरवाजा खोला और अंदर जाकर

कुर्सी पर बैठ गए। रात को पहली बार अपने ही आफिस में बैठ, अपने ही आफिस का मुआना कर रहे थे। एक अद्भुत अहसास!

जब वापस लौटने लगे तो रात्री गार्ड लंगन सिंह चौकता हुआ उठ खड़ा हुआ। पहचानते ही पूछ बैठा - "कामता बाबू आप यहां इस वक्त..?"

"घर में नींद नहीं आ रही थी। बाहर निकला तो टहलते हुए इधर आ गया। यहां पहुंचा तो देखा, आप कुर्सी पर ही सो रहे हो..!"

"आप, अंदर भी गये थे..?"

"हां, अंदर गया, आफिस खोला, लाइट जलाई, थोड़ी देर बैठा फिर दरवाजा बंद किया और चल दिया..।"

लगन सिंह सोंच में पड गया। उसे लगा इन्हें नींद में चलने की बीमारी है। ताजुब है! यह अंदर गया और मुझे पता तक नहीं चला। अगले ही पल क्या सोच वह कामता बाबू के चरणों पर झूक गया था "कामता बाबू, यह बात पीओ साहब से मत कहिएगा, नहीं तो मेरी नौकरी चली जायेगी..।"

"उठो, नहीं कहूंगा। लेकिन इर तरह सोना ठीक नहीं है, लाखों करोड़ों की संपति यहां पड़ी है, तुम्हारे भरोसे में..चोर लुटेरे हैं..।"

"कसम खाता हूँ, आगे से ऐसा नहीं होगा..।" लगन सिंह ने कहा और कान पकड लिया था।

लोगों ने सुना तो खूब हंसे "कामता बाबू भी हद करते हैं..।"

इधर कामता बाबू को काफी परेशान देखा जा रहा था। पता चला पत्नी की बीमारी से जूझ रहे हैं। एक दिन अचानक फुसरो दवा दुकान में मिल गए। बीमार-बीमार से लगे। प्रणाम-पाती हुई। तो पूछा "कैसे है आप, बीमार लग रहे हैं..?"

लगा हिचक कर रो पड़ेंगे, ऐसा भाव उभर आया उनके चेहरे पर।

"पत्नी बीमार है, उसी की दवा लेने आया हूँ..।"

"क्या हुआ भाभी जी को, मनसा पूजा में देखा था, भली चंगी थी..।" मैं हैरान था।

"दो माह पहले सर में दर्द तीव्र दर्द उठा था। डॉक्टर के पास ले गया। एक्स-रे हुआ। देख कर डॉक्टर ने "इसे कैंसर हो गया है!"

"मुझे विश्वास नहीं हो रहा डॉक्टर साहब..।" मैं स्तब्ध था।

"आपके न मानने से इसका कैंसर ठीक नहीं हो जायेगा, जब तक है, दवा चलाते रहिए, रीलिफ मिलेगी..।" डॉक्टर ने जोर देकर कहा था। तब से भाग - दौड़ जारी है.. सुधीर बाबू..।"

उन्होंने आगे और भावुक स्वर में कहने लगे "जानते हैं सुधीर बाबू, जिस दिन मैं रिटायर हुआ, सबसे ज्यादा रमा ही खुश थी, मुझसे कहने लगी "अब फूसत ही फूसत! अब हम जहां चाहें, घूम-फिर सकते हैं, रिश्तदारों से मिल सकते हैं, उनसे न मिलने जुलने की शिकायत भी अब हम दूर कर देंगे". बेचारी को पारसनाथ पहाड़ भी हम एक बार घूमा न सके, हम जैसों का जिनंदगी इसी तरह इम्तिहान लेती है सुधीर बाबू..।"

इसी के साथ वो चले गए थे। उनको जल्दी जाना था। पर उनके अंतिम शब्द ने मुझे झकझोर डाला था। अच्छे के साथ ही यह सब क्यों होता है? बहुत देर तक मैं इसी सोच में डूबा रहा।

तमाम भाग दौड़ के बावजूद कामता बाबू पत्नी रमा देवी को नहीं बचा सके। पत्नी की मृत्यु से वो मर्माहत और शोकाकुल तो थे। लेकिन उनके लिए यह कोई अनहोनी न थी। सबका सब कुछ तय रहता है। यह उनका दार्शनिक विचार था। जो अक्सर लोगों से कहा करते थे।

सुबह रमा देवी ने अंतिम सांस ली थी। अड़ोस-पड़ोस के लोगों का आना जाना शुरू हो गया था।

"कभी जरूर न बुखार, सीधे कैंसर....!" लोग भी हैरान थे।

रमा देवी की मृत्यु की खबर गांव फैल

चुकी थी। सगे- संबंधियों का भी आना शुरू हो गया था। घर में मातम छाया हुआ था और सबकी आँखें नम थी। कामता बाबू एक कोने में खड़े शोक में डूबे हुए थे। रोने वालों में सबसे ऊंची आवाज महेश की थी, जो कहीं से पी आकर आंगन के बीचों-बीच खड़ा था। छोटा बेटा नरेश मां की शवयात्रा की अंतिम तैयारी में लगा हुआ था। रमा देवी के सिरहाने अंगरबत्ती जला दी गई थी। अब सबकी निगाहें कामता बाबू पर आ टिकी थी। नरेश बाप के करीब पहुंच कंधे पर हाथ रखा और फफककर रो पड़ा " बाबू जी, मां..अ !" लगा कामता बाबू भी रो पड़ेगे।

" लोगों से अब भी कहते सुना जा रहा था" बेचारी गौ थी..गौ..!"

" कम खर्च से भी कैसे घर चलाया जाता है, यह कोई रमा देवी से सीखे।"

, कम पैसों को लेकर कभी पति को कौसते नहीं सुना..!"

" यह बड़ी बात है..!"

तभी जीप रूकने की आवाज ने सबका ध्यान अपनी ओर खींचा था।

" कामता बाबू के दफ्तर के साथी होंगे..!" किसी के मुँह से निकला।

परन्तु वह धनपत सिंह था। आफिस का चपरासी। उसे आया देख कुछ देर के लिए कामता बाबू भी सोच में पड़ गये " इस तरह धनपत का अचानक से आना ?, क्या वजह हो सकती है, वो भी कोलियरी जीप से आया है, कामता बाबू को मालूम था धनपत साइकिल से आना जाना करता है। फिर यह जीप ...?" कामता बाबू के दिमाग में सवाल ही सवाल थे। " कामता बाबू के मन में यह उमड- घूमड चल ही रहा था कि तभी उसे चेतलाल की कही बात याद आई। परसों ही वह बतला रहा था " कामता बाबू, लगता है कंपनी को लाखों का एल बी लगेगा..!"

" क्यों, ऐसी क्या बात हो गई है..?"

" दोनों कम्प्यूटर खराब हो गया है। पानीपत और रोपड का कोल बिल रूका पड़ा

है।"

" कहीं यह जीप मेरे लिए तो नहीं भेजा गया है..?"

तभी धनपत सिंह सामने आया था। उसने प्रणाम के साथ ही मैनेजर अग्रवाल साहब का पत्र उन्हें पकड़ा दिया। पत्र खोला। लिखा था " कामता बाबू, इस वक्त हमारे सामने एक समस्या आ खड़ी हो गई है। पंद्रह तारीख तक पानीपत और रोपड का बिल भेजना है औ हमारे दोनों कम्प्यूटर खराब हो गया है, मास्टर बाबू तो है, पर उसके जोड घटाव पर भरोसा नहीं किया जा सकता है। लाखों का मामला है। हमें आपकी मदद चाहिए। मैं जानता हूँ, आप रिटायर कर चुके है। इसके लिए आपको मजबूर नहीं किया जा सकता है। लेकिन कंपनी के लिए आज भी आप बहुत खास है। आज भी हमें आप पर पूरा भरोसा है..कुछ रकम भेज रहा हूँ, अस्वीकार मत कीजियेगा. आपका ..अग्रवाल साहब मैनेजर..!"

धनपत ने दूसरा लिफाफा कामता बाबू को पकड़ा दिया था।

" भतीजे, अच्छा होगा, दाह-संस्कार के लिए मां को सीधे कासी ले जा..!" पड़ोसी लटन चाचा नरेश से कह रहा था -" सब काम एक ही साथ निपट जायेगा। कासी में दाह-संस्कार बड़ा पुण्यकर्म है, जलने वाले और जलाने वालों का जीवन भी तर जाता हैं..! बाप से कहो, वो हां कह दे..!"

" अरे, मैं तो कहूँगा, बाप से पूछना बेकार है।" सगा जेटा ने कहा -" जिस आदमी ने आज तक घर में सत्यनारायण कथा तक न होने दी, उनसे कासी ले जाने की बात करोगे तो कहेगा " सब फिजूल खर्ची है, वहां पण्डो का पेट भरना है...!"

बढ़ते शोरगुल से कामता बाबू का ध्यान भंग हुआ। जीवन की पटरी ने उनको आंगन में खड़ा कर दिया। उन्होंने वर्तमान हालात का जायजा लिया। दोनों बेटे उन्हीं की ओर देख रहे थे। कामता बाबू को लगा उन्हें अपना कर्म नहीं छोड़ना चाहिए। आज तक तो वो कर्म

को ही जिता चला आ रहा है। जीना- मरना संसार का दस्तूर है। जब वह नहीं बदलता है, फिर हम क्यों बदलें, क्यों पीछे हटें अपने कर्म से। इसी के साथ उलझनों से वो बाहर निकल आए थे। दोनों बेटों को उसने पास बुलाए और कहा -" मुझे अभी दफ्तर जाना है। मां की दाह-संस्कार तुम दोनों को करना है, कहां और कैसे करोगे, आपस में तय कर लो..!"

चलने से पूर्व उन्होंने अग्रवाल साहब का भेजा लिफाफा नरेश के हाथ में थमाते हुए कहा " इसे संभाल कर रखो, इसमें जो भी रकम है, मां के श्राद्ध कर्म में काम आयेंगे, मैं चलता हूँ..चलो धनपत..!"

" इस तरह चले जाने से लोग क्या कहेंगे " यकायक मन में आये इस विचार ने कामता बाबू के बढ़ते कदम पर ब्रेक लगा दी। उसने रमा देवी की ओर देखा, दो कदम आगे बढ़ आये। उस पत्नी के खातिर जो आज तक उनके साथ हर सुख-दुख में भागीदार बनी रही। और जो अब इस दुनिया में नहीं रही। उन्होंने मृतशैया पर लेटी पत्नी से कहा " क्षमा करना रमा ,तुमने अपना कर्म पूरा किया, अब मैं अपना कर्म करने जा रहा हूँ..! " डबडबाई आंखों को कामता बाबू ने गमछे से पोछा और धीरे से धनपत के पीछे हो लिए।

नरेश, महेश से कह रहा था " दादा, ठाकुर (हाजाम)से कह दो, गांव में खबर कर दें। मां का दाह-संस्कार, दामोदर घाट पर होगा, पुण्य- प्रताप के चक्कर में आदमी सदियों से लुटाते रहे हैं। लेकिन हमें वही गलती नहीं करनी है। मनुष्य का जीवन कर्म के साथ जुड़ा हुआ है, उनके लिए कर्म ही धर्म है ! कासी- बनारस में दाह-संस्कार से लोगों का पाप नहीं धूल जाता..!"

नरेश की कही बातें जीप पर सवार हो रहे कामता बाबू के कानों में भी पहुंची थी। उनके अंदर का द्वंद्व छंट चुका था। और वो शांतचित्त नजर आने लगे थे।

संस्कृति की जड़ों में आधुनिकता की हवा



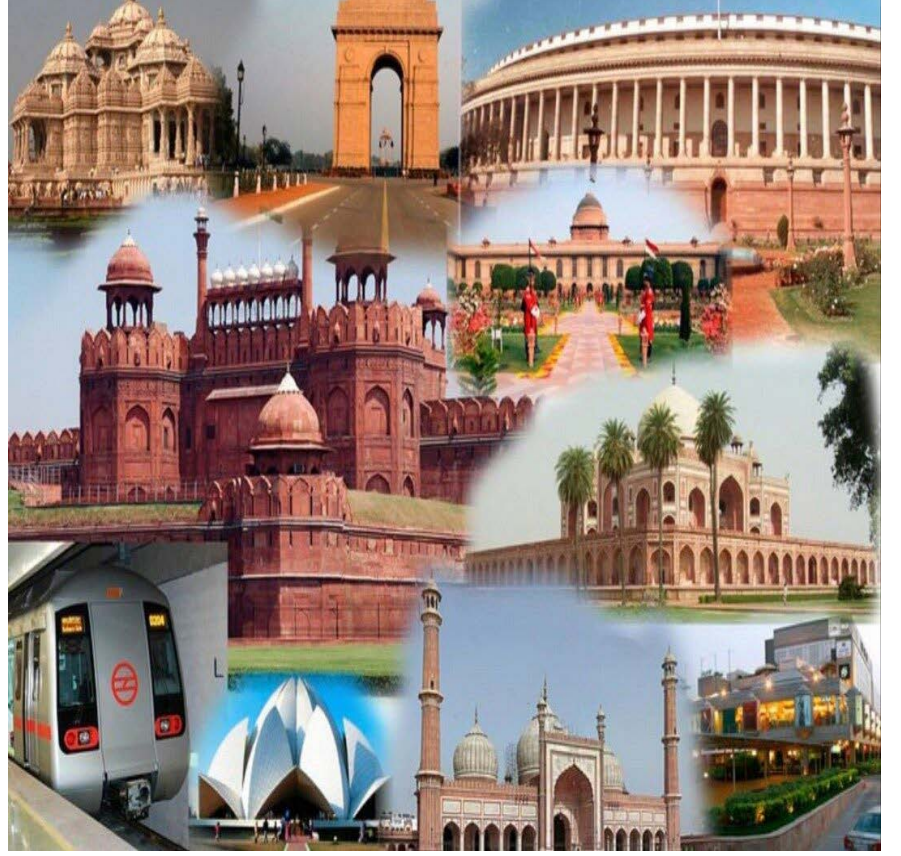
अवनीश कुमार गुप्ता

प्रयागराज, उत्तर प्रदेश

साहित्यकार, स्वतंत्र स्तंभकार,
समीक्षक एवं पुस्तकालयाध्यक्ष

भारतीय संस्कृति अपने आप में एक गूढ़ और व्यापक धरोहर है, जिसका प्रभाव केवल भारत में ही नहीं, बल्कि पूरे विश्व में सदियों से महसूस किया जा रहा है। यह संस्कृति मानवीय मूल्यों, आध्यात्मिकता, नैतिकता, सहिष्णुता और परोपकार जैसे तत्वों का समुच्चय है, जिसने न केवल भारतीय समाज को गढ़ा है, बल्कि दुनिया भर को एक संतुलित और संयमित जीवन जीने की प्रेरणा दी है। चाहे वह योग का विज्ञान हो, जिसमें तन और मन के संतुलन को साधा जाता है, या फिर आयुर्वेद का चिकित्सा पद्धति, जिन्होंने भारतीयसने प्राकृतिक चिकित्सा के महत्व को सिद्ध किया है—इन सबने विश्व को भारतीयता का अमूल्य उपहार दिया है। भारतीय संस्कृति का आदर्श केवल एक भौतिक समृद्धि नहीं, बल्कि आत्मिक विकास भी है। जैसा कि हमारे प्राचीन ग्रंथों में कहा गया है, 'सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे सन्तु निरामयाः' अर्थात् सभी सुखी हों, सभी निरोगी रहें। यह श्लोक न केवल भारतीय समाज का आदर्श है, बल्कि यह दुनिया को भी एक संदेश देता है कि मानवता का उद्देश्य व्यक्तिगत लाभ से बढ़कर सर्वजन का कल्याण होना चाहिए।

लेकिन आधुनिकता और वैश्वीकरण के प्रभाव ने हमारी सांस्कृतिक विरासत को एक नई चुनौती दी है। पश्चिमी सभ्यता के प्रभाव में, खासकर युवा पीढ़ी अपने सांस्कृतिक



मूल्यों से दूर होती जा रही है। यह स्थिति चिंता का विषय है, क्योंकि हमारी संस्कृति का संरक्षण केवल हमारे समाज की पहचान का प्रश्न नहीं है, बल्कि यह हमारी आने वाली पीढ़ियों के लिए भी आवश्यक है। हम देख रहे हैं कि दिवाली और होली जैसे त्योहार, जो कभी केवल धार्मिक नहीं बल्कि सामाजिक और पारिवारिक एकता के प्रतीक थे, अब केवल बाहरी प्रदर्शन तक सीमित हो गए हैं। इन त्योहारों का वास्तविक अर्थ खोता जा रहा है, और इसके स्थान पर एक उथला उपभोगवाद आ गया है।

हमारे भारतीय समाज में धार्मिक और सांस्कृतिक स्थानों का महत्व केवल एक पूजा स्थल के रूप में नहीं, बल्कि सामाजिक

मिलन और आस्था का प्रतीक भी रहा है। गंगा का तट हो या हिमालय की गुफाएं, ये स्थल हमारी संस्कृति की गहराई को प्रकट करते हैं। लेकिन आज, इन स्थानों का संरक्षण और उनका महत्व युवाओं में कम होता जा रहा है। यह भी एक कारण है कि हमारी संस्कृति धीरे-धीरे लुप्त होती जा रही है। अगर हम आने वाली पीढ़ियों को इन स्थलों का महत्व नहीं समझा पाएंगे, तो हमारी सांस्कृतिक पहचान भी धुंधली पड़ सकती है।

भारतीय संस्कृति का आधार स्वसुधैव कुटुंबकम् है, जिसका अर्थ है कि पूरा विश्व एक परिवार है। यह विचारधारा न केवल हमें सहिष्णुता और भाईचारे का पाठ पढ़ाती है, बल्कि यह एक ऐसा मार्गदर्शन भी है, जो

दुनिया को शांति और समृद्धि की ओर ले जा सकता है। लेकिन आज, पश्चिमी सभ्यता के प्रभाव में, हम व्यक्तिगत हितों और उपभोग की ओर अधिक झुकते जा रहे हैं। हमें यह समझना होगा कि भारतीय संस्कृति का सार केवल रीति-रिवाजों और परंपराओं में नहीं, बल्कि उन मूल्यों में है, जो हमें अपने समाज और पर्यावरण के प्रति संवेदनशील बनाते हैं। उदाहरण के लिए, पर्यावरण संरक्षण का महत्व भारतीय संस्कृति में प्राचीन काल से रहा है, जैसे वृक्षों, नदियों और पहाड़ों को देवी-देवताओं का स्वरूप मानकर उनकी पूजा की जाती रही है। यह दृष्टिकोण न केवल आस्था का प्रतीक है, बल्कि यह पर्यावरण के प्रति हमारी जिम्मेदारी को भी दर्शाता है।

वर्तमान समय में, भारतीय संस्कृति का संरक्षण और संवर्धन आवश्यक है। इसके लिए सबसे महत्वपूर्ण है कि हम शिक्षा व्यवस्था में सांस्कृतिक और नैतिक शिक्षा को शामिल करें। विद्यालयों और विश्वविद्यालयों में केवल विज्ञान और गणित की पढ़ाई नहीं होनी चाहिए, बल्कि भारतीय दर्शन, इतिहास और संस्कृति की भी शिक्षा दी जानी चाहिए। आज की युवा पीढ़ी को अपनी संस्कृति और परंपराओं का महत्व समझाने के लिए स्कूलों में ऐसे कार्यक्रमों का आयोजन करना चाहिए, जहां वे अपने गौरवशाली अतीत और सांस्कृतिक धरोहर से परिचित हो सकें। संत तुलसीदास के शब्द 'परहित सरिस धरम नहीं भाई, परपीड़ा सम नहीं अधमाईर' हमें यह याद दिलाते हैं कि धर्म केवल व्यक्तिगत मोक्ष का साधन नहीं है, बल्कि परोपकार भी है। यह संदेश हमें आज के इस स्वार्थी समाज में एक दूसरे की मदद करने और समाज के हित के बारे में सोचने की प्रेरणा देता है।

इसके अतिरिक्त, समाज के स्तर पर भी हमें अपने सांस्कृतिक आयोजनों को सजीव रखना चाहिए। चाहे वह धार्मिक अनुष्ठान हों, मेलों का आयोजन हो या फिर सांस्कृतिक महोत्सव, इनका आयोजन समाज को एकजुट



करने का माध्यम होना चाहिए, न कि केवल एक औपचारिकता। समाज के हर वर्ग, विशेषकर युवाओं को इन आयोजनों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया जाना चाहिए। इससे न केवल उनकी सांस्कृतिक जड़ों से जुड़ाव बढ़ेगा, बल्कि वे अपनी संस्कृति के प्रति गर्व भी महसूस करेंगे।

साथ ही, हमें यह भी समझना होगा कि भारतीय संस्कृति का असली सौंदर्य उसकी विविधता में है। भारत में विभिन्न भाषाएं, धर्म, जातियाँ और परंपराएं हैं, जो हमारे समाज को और भी समृद्ध बनाती हैं। 'रधर्मो रक्षति रक्षितः' अर्थात् धर्म की रक्षा करने पर ही वह हमारी रक्षा करेगा – इस श्लोक का महत्व आज के समय में और भी बढ़ जाता है। जब हम अपनी संस्कृति का सम्मान करेंगे और उसकी रक्षा करेंगे, तभी हम एक सशक्त और आत्मनिर्भर समाज का निर्माण कर पाएंगे।

अतः यह आवश्यक है कि हम अपनी सांस्कृतिक धरोहर का आदर करें और उसे नई पीढ़ी तक पहुंचाने के हरसंभव प्रयास

करें। समाज के हर वर्ग को यह जिम्मेदारी उठानी होगी कि वे अपने पारंपरिक मूल्यों और संस्कारों को जीवित रखें। हमें यह समझना होगा कि हमारी संस्कृति केवल एक धार्मिक संरचना नहीं है, बल्कि यह एक जीवन शैली है, जो हमें संयमित, सहिष्णु और संतुलित जीवन जीने का मार्ग दिखाती है। अगर हम अपने बच्चों को इस संस्कृति का मूल्य नहीं समझाएंगे, तो हमारी पहचान और हमारे संस्कार धीरे-धीरे विलुप्त हो सकते हैं।

अंत में, भारतीय संस्कृति का सबसे बड़ा संदेश यही है कि हम सभी को अपने-अपने कर्तव्यों का पालन करना चाहिए और समाज के हित में कार्य करना चाहिए। 'सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे सन्तु निरामयाः' का आदर्श तभी साकार होगा, जब हम अपनी सांस्कृतिक धरोहर का सम्मान करेंगे और इसे आने वाली पीढ़ियों तक सजीव रूप में पहुंचाएंगे। हमें यह समझना होगा कि हमारी संस्कृति में ही हमारी आत्मा है, और जब तक यह संस्कृति जीवित है, तब तक हमारा अस्तित्व भी जीवित रहेगा।

व्यक्तित्व विकास का साधन है आत्म मूल्यांकन



आत्म चिंतन और आत्म मूल्यांकन के जरिए मानसिक समस्याओं की पहचान की जा सकती है। किसी भी तरह की मानसिक समस्या को निशान देही के लिए सबसे ज्यादा जरूरी है अपनी आदतों पर गहराई से गौर करना जब भी किसी दूसरे व्यक्ति के व्यक्तित्व वह व्यवहार के बारे में विचार करें और किसी निष्कर्ष पर पहुंचें तो हमें कुछ पल रुक कर उन्हें कसौटियों पर खुद के व्यक्तित्व को भी आंकना चाहिए। मनोविज्ञान के दृष्टिकोण से देखें तो एक व्यक्ति का मानसिक स्वास्थ्य कई जटिल अंतर व्यक्तिक और सामाजिक प्रक्रियाओं के गंतव्यात्मक पहलुओं पर निर्भर करता है, लेकिन यदि व्यक्ति चेतना के स्तर पर थोड़ा प्रयास करें तो खुद को मानसिक तौर पर स्वस्थ रख सकता है।



हमारी रुचि और प्रवृत्ति सदा दूसरों के जीवन में ताजा करने की रहती है हम प्रायः दूसरों का मूल्यांकन किया करते हैं जिसका परिणाम यह होता है कि हम दूसरों से बराबरी करने लगते हैं जिससे मानसिक विकार पैदा होते हैं ओके हम दूसरों की जगह स्वयं का मूल्यांकन करें स्वयं का मूल्यांकन या आत्म विश्लेषण एक ऐसा दृष्टिकोण होता है जिसमें व्यक्ति दूसरे व्यक्ति की सहायता के बिना अपने व्यक्तित्व को समझ सकता है

स्वयं का मूल्यांकन करें बिना हम प्रगति के रास्ते पर आगे नहीं बढ़ सकते हैं यह एक सच्चाई है कि वास्तविक मूल्यांकन होना ही स्वयं का मूल्यांकन है क्योंकि व्यक्ति सही

मायने में अपने व्यक्तित्व के सकारात्मक एवं नकारात्मक पहलू व्यवहार प्रवृत्ति एवं भाव को दूसरों के गुण से ज्यादा अच्छी तरीके से जानता है मानसिक विकारों से बचाव के लिए जरूरी है कि समय-समय पर हम स्वयं का आकलन करते रहे शरीर पर हम स्वयं का आकलन करते रहे शरीर से जुड़ी हुई कोई परेशानी होती है तो अक्सर हमें उसके बारे में पता चल जाता है मसलन बुखार आता है तो बदन सपना लगता है चोट लगती है तो दर्द होता है घाव होता है तो दिखता है लेकिन मानसिक बीमारियों की गिरफ्त में हम कब फंस जाते हैं हमें यह पता नहीं चलता

आत्म चिंतन और आत्म मूल्यांकन के जरिए मानसिक समस्याओं की पहचान की

जा सकती है किसी भी तरह की मानसिक समस्या को निशान देही के लिए सबसे ज्यादा जरूरी है अपनी आदतों पर गहराई से गौर करना जब भी किसी दूसरे व्यक्ति के व्यक्तित्व वह व्यवहार के बारे में विचार करें और किसी निष्कर्ष पर पहुंचे तो हमें कुछ पल रुक कर उन्हें कसौटियों पर खुद के व्यक्तित्व को भी आंकना चाहिए

मनोविज्ञान के दृष्टिकोण से देखें तो एक व्यक्ति का मानसिक स्वास्थ्य कई जटिल अंतर व्यक्तिक और सामाजिक प्रक्रियाओं के गंतव्यात्मक पहलुओं पर निर्भर करता है लेकिन यदि व्यक्ति चेतना के स्तर पर थोड़ा प्रयास करें तो खुद को मानसिक तौर पर स्वस्थ रख सकता है खुद की दूसरों की तुलना में चलन चिढ़ाना लालच जैसे भाव लगातार इसानों के चिंतन का हिस्सा बने रहने पर उसकी मनोदशा के सहज हिस्से की तरह लगते हैं

एकता ऐसी माता किन भागों की मौजूदगी नुकसान देह नहीं होती है लेकिन जब हम इस तरीके के मनभावन के प्रतिबद्धता महसूस करने लगे वह चाह कर भी इस तरह की मनोदशा से बाहर ना निकल सके तो हमें सतर्क हो जाना चाहिए अच्छाई बुराई में विभेद ना कर पाने वाली मानसिक स्थिति हमें मानसिक संतुलन की ओर ले जाती है जिसकी परिणीति के रूप में मानसिक रोग एवं मनोविकार जैसा अवसाद उन्माद और उदंडता जन्म लेते हैं

आमतौर पर दूसरों का मूल्यांकन एवं विश्लेषण करने वाले लोग नकारात्मक पहलुओं का ही मूल्यांकन करते हैं और असंतुलित मानक तय कर दूसरों की खुद के साथ तुलना करने लगते हैं अंततः या असंतुलित मूल्यांकन व्यक्ति के जीवन के उसे मोड पर ले जाती है कि जहां से मोड़ना आसान नहीं होता जिसे वह खुद की तुलना करता है वह लोग उसे कमतर होकर भी ज्यादा कामयाब होते हैं ऐसे में वह उन लोगों



के बराबरी करने उनसे आगे निकलने की हर तरह के हथकंडे अपनाने लगता है का स्पष्ट मूल्यांकन नहीं करता कि जिन लोगों से वह खुद की तुलना कर रहा है वह उनका पक्षपाती मूल्यांकन कर रहा है और उसके मूल्यांकन में आत्म मूल्यांकन का अभाव है

इस असंतुलित मानो दशा में वह उन लोगों की मेहनत और तमाम दूसरे सकारात्मक गुना पर ध्यान नहीं देता इस तरह की स्थिति के बारे में अत्यंत सटीक भाव है जैसे कर्म ही नर पावत नहीं एवं जो सोवत है सुखोवाट है जो जागत है सुपावत है जागृत होने और कर्म नष्ट होने का अर्थ यही है कि जब चिंतन तो जागृत अवस्था में करें चेतन को संज्ञान में जोड़कर वस्तुनिष्ठ के साथ सोचें और दूसरों की अपेक्षा खुद के बारे में ज्यादा विचार करें अतः हमें किसी व्यक्ति का हमारे प्रति व्यवहार अच्छा ना लगा तो सीधे तौर पर उसे दोषी मान लेने से पहले उसे व्यक्ति के प्रति खुद के व्यवहार का ही आकलन करें इस तरह की आदतें आखिर में हमारी सबसे बड़ी दुश्मन साबित होती हैं

हमें अपने मां का मालिक होना चाहिए लेकिन अपनी कमजोरी के कारण हम अपने मस्तिष्क के दास या गुलाम बन जाते हैं जो कि हमें आत्म विश्लेषण या मूल्यांकन को करने से रोकता है एवं हमें दूसरों के मूल्यांकन करने की प्रकृति को बढ़ावा देता है कमजोर व्यक्ति हमेशा दूसरों का मूल्यांकन या विश्लेषण करते हैं जबकि मजबूत व्यक्ति आमतौर पर स्वयं का मूल्यांकन करते हैं हमें यह समझने की जरूरत है कि हमारे जैसा कोई नहीं है

हम ईश्वर की बहुमूल्य कृति हैं हमारी अपनी मौलिकता है जो हमें औरों से भिन्न करती है हमें किसी के जैसा नहीं बल्कि जैसे हैं वैसे ही बनना चाहिए हमें स्वयं की दूसरों से तुलना नहीं करनी चाहिए हम जैसे हैं वैसे ही ठीक हैं और यदि हमें और अच्छा बना है तो स्वयं का मूल्यांकन करके अपनी कमियों को दूर करने का प्रयास करना चाहिए इस प्रकार ही हमारे व्यक्तित्व का विकास हो पता है व्यक्ति के समग्र विकास के लिए आत्म मूल्यांकन की अत्यंत आवश्यकता है

होम्योपथी में है बालों की हर समस्या का इलाज



डॉ. अमलेंद्र त्रिपाठी



बाल मानव के सौंदर्य का अभिन्न हिस्सा हैं। सर्दियों में बालों की देखभाल बहुत जरूरी होता है, क्योंकि इस दौरान बालों का झड़ना, डैंड्रफ और बालों का रूखापन बहुत आम है, इसके लिए हम आपको विशेषज्ञ द्वारा सुझाए गए होम्योपैथी मेडिसिन के बारे में बता रहे हैं सर्दियों का सीजन आते ही ठंडा मौसम आपकी त्वचा पर परत डॉयनेस बनाने लगता है। सर्द हवा से बालों में रूखापन आ जाता है, वे उलझे हुए और रूखे एवं नमी से रहित हो जाते हैं, सिर की त्वचा में खुजली होती है और पपडियां बनने लगती हैं। इससे नमी को बनाये रखने वाली बालों के किनारों की सुरक्षा परत को नुकसान होता है और बालों का टेक्सचर बिगड़ जाता है। सर्द हवा में नमी की कमी से डैंड्रफ बढ़ती है। अगर डैंड्रफ पर ध्यान नहीं दिया जाए, तो सिर की त्वचा की स्थिति गंभीर हो सकती है। पुरुषों और महिलाओं को बाल झड़ने की समस्या हो सकती है। औसतन हर दिन 50 से 100 बाल गिरने वाले लोगों का सामना इस मौसम में काफी ज्यादा बाल झड़ने से होता है, जिसका कारण है सिर की त्वचा का सूखना, उनका डिहाइड्रेट हो जाना और डैंड्रफ से भर जाना। चूँकि ठंडी और शुष्क स्थिति में त्वचा से प्राकृतिक नमी खो जाती है, इसलिये लोगों को सेबोरहीक डर्मेटाइटिस और सोरियासिस जैसी बीमारियां होने का जोखिम भी बढ़ जाता है। और कोई भी व्यक्ति किसी भी

कीमत पर अपने बालों के साथ समझौता नहीं करना चाहता है। बालों को खो देने का डर प्रायः सभी के मन में होता है। आज के समय में लोगों की प्रमुख समस्या बालों की है। जैसे- बाल सफ़ेद होना, बाल झड़ना, रूसी, कंदकतनिद्धि होना, गंजापन, बालों का पतला होना, जूँ होना आदि। बालों की इन समस्याओं के कई कारण होते हैं जैसे- हार्मोन्स का असंतुलन, शैंपू का अत्याधिक प्रयोग, हेयरडाई, प्रदूषण, तनाव या चिंता, लम्बी बीमारी, खून की कमी।

बालों की सभी प्रकार की समस्याओं के लिए मुख्यतः थाइरॉइड ग्रंथी तथा इससे स्रावित होने वाला थाइरॉइड हार्मोन उत्तरदायी है। थाइरॉइड हार्मोन यदि कम मात्रा में स्रावित होता है, तो बालों का सफ़ेद होना, झड़ना, गंजापन आदि समस्या शुरू हो जाती है।

रूसी (Dandruff)

रूसी की समस्या आज 90% लोगों की है। तरह-तरह के शैंपू, तेल का उपयोग करने पर भी पूरी तरह से छुटकारा नहीं मिल पाता है। कई बार रूसी रोधी ;दजप कंदकतनिद्धि शैंपू का उपयोग करने पर रूसी तो जाती नहीं, पर बाल जरूर चले जाते हैं। रूसी का मुख्य कारण

हमारा खान पान होता है। रूसी कई प्रकार की हो सकती है जैसे- सूखीरूसी, तर रूसी, सफ़ेद रूसी, रूसी के साथ सिर में बहुत ज्यादा खुजली भी हो सकती है।

सर्दियों में बाल झड़ने का उपाय

बालों में जैतून का तेल लगाकर रातभर रखने और अगली सुबह धोने से पपडियां और चकते ढीले हो जाते हैं और खुजली नहीं होती है। शैंपू के बाद अच्छा कंडीशनर लगाने से भी बालों की प्राकृतिक रंगत बनाये रखने में मदद मिलेगी और नमी बनी रहेगी। शैंपू और कंडीशनिंग अच्छी है, लेकिन सर्दियों के दौरान यह रोज करने की सलाह नहीं दी जाती है। सिर की त्वचा के प्राकृतिक तेलों को बनाये रखने के लिये लोगों को एक दिन छोड़कर बाल धोने चाहिये। बालों की देखभाल के अलावा संतुलित आहार भी लेना चाहिये और पोषक भोजन करना चाहिये, जैसे कि अंडे, फैटी फिश, मौसमी फल और हरी पत्तेदार सब्जियाँ, ताकि बाल स्वस्थ बने रहें और इनका बढ़ना जारी रहे। डैंड्रफ और रूखेपन की गंभीर समस्या होने पर डॉक्टर को दिखाना चाहिये, जो ऐसी स्थितियों के लिये पर्याप्त उपचार दे सकते हैं।

होम्योपथिक दवाएं

Ars-Alb, Thuja, Sepia, Kali mur, Grapht आदि।

बालों का झड़ना

रूसी के साथ बालों के झड़ने की समस्या बढ़ जाती है। वैसे तो बाल झड़ने के कई कारण होते हैं और बालों का झड़ना भी कई प्रकार का हो सकता है जैसे-

- ◆ साधारण तौर पर बाल झड़ना।
- ◆ सिर के साथ साथ भौहों, मूछों के बाल, प्रजननअंग के बाल झड़ना।
- ◆ रूसी के कारण बाल झड़ना।
- ◆ कंधे में बालों के गुच्छे आ जाना।
- ◆ गर्भावस्था के बाद बाल झड़ना।
- ◆ बालों की जड़ कमजोर होने के कारण बाल झड़ना।
- ◆ कुपोषणके कारण बाल झड़ना।
- ◆ सिर के बालों का आगे से झड़ना, बीच से झड़ना, दोनों साइड से झड़ना आदि।
- ◆ बाल झड़ने के बाद फिर न आना।

होम्योपथिक दवाएं

Acid-Flor, Ars-Alb, Selen, Thyroidinum आदि।

बाल सफ़ेद होना

अब बाल सफ़ेद होने को बुढ़ापे की निशानी नहीं माना जाता है, क्योंकि आजकल कम उम्र में बाल सफ़ेद होना बहुत ही सामान्य सी बात है। जिसके कई कारण हैं। होम्योपथिक दवा से सफ़ेद हो गए बाल काले तो नहीं होते हैं लेकिन अपनी उम्र पूरी होने के बाद सफ़ेद बाल गिर जाएंगे और जो नए बाल आते हैं वे काले आते हैं।

बाल सफ़ेद होने के कारण

- ◆ बाल झड़ने के साथ-साथ सफ़ेद होना।
- ◆ बुढ़ापे में कमजोरी के कारण बाल सफ़ेद होना।
- ◆ हॉर्मोन्स का असंतुलन होने के कारण बाल सफ़ेद होना।
- ◆ कम उम्र में बाल सफ़ेद होना।

- ◆ लम्बी बीमारी के बाद बाल सफ़ेद होना।
- ◆ हेयर ड्राई के कारण बाल सफ़ेद होना।
- ◆ शैंपू का अत्यधिक प्रयोग करने के कारण बाल सफ़ेद होना।
- ◆ तनाव या चिंता के कारण बाल सफ़ेद होना।

होम्योपथिक दवाएं

थायरोईडीनम, लायकोपोडियम, नेट्रम-म्यूर एलुमिना, ऐसिड-फॉसआदि।

गंजापन

गंजापन बालों की आम सी एक प्रमुख समस्या बनती जा रही है। पहले यह अधेड़ व अधिक उम्र के पुरुषों में पाया जाता था, परन्तु वर्तमान में यह युवाओं में भी सामान्य रूप से देखा जाता है। प्रायः 30 की उम्र के पश्चात गंजापन की समस्या शुरू हो जाती है।

- ◆ सम्पूर्ण गंजापन, सिर के पार्श्व भागों में गंजापन, सिर के शीर्ष भाग का गंजापन, सिर व दाढ़ी पर चकते में गंजापन।

होम्योपथिक दवाएं

लायकोपोडियम, सिलिसिया, ग्रेफाइटिस, बराईटा-कार्ब, फेरम-फोस आदि।

बालों का रूखापन

बालों की एक समस्या में यह भी शामिल है। बहुत से लोगों के बाल बहुत रूखे होते हैं, जिसके कारण बाल हमेशा उलझे रहते हैं और जल्दी-जल्दी टूटते हैं।

होम्योपथिक दवाएं

काली-कार्ब, ग्रेफाइटिस आदि।

तैलीयबाल

कुछ लोगों के बाल इतने तैलीय होते हैं कि उनको रोज-रोज बाल धोने पड़ते हैं, जिसके कारण बाल बहुत कमजोर हो जाते हैं और टूटने लगते हैं।

होम्योपथिक दवाएं

थूजा, नेट्रम-म्यूर,



बालों में जूं होना

अक्सर बच्चों के बालों में जूं हो जाती है और जूं नाशक शैंपू का उपयोग करने पर बाल खराब होने लगते हैं, लेकिन होम्योपथिक दवा से जूं की समस्या से छुटकारा पाया जा सकता है।

होम्योपथिक दवाएं

स्टेफीसेप्रिया, सोरिनम आदि।

होम्योपैथी में सिर्फ रोग के कारण को दूर कर के मरीज को ठीक किया जाता है। उसी प्रकार से बालों की समस्या के कारण को दूर करके हम उसको ठीक कर सकते हैं। जैसे हॉर्मोन्स का असंतुलन होने पर उसे ठीक कर सकते हैं। शैंपू या हेयर ड्राई का प्रयोग कम या बंद करके या कुपोषण ;उंसदनजतपजपवदद्ध को ठीक करके हम इन समस्यायों से मुक्त हो सकते हैं- लेकिन बहुत से कारण ऐसे होते हैं जिनको दूर करना थोड़ा मुश्किल होता है जैसे- प्रदूषण जल या वायु प्रदूषण को दूर तो नहीं कर सकते हैं, पर उसके प्रभाव को होम्योपथिक दवा देकर कम जरूर कर सकते हैं।

होम्योपथिक दवा

ब्रोमियम, बेपटीसिया आदि।

नोट- होम्योपैथी में रोग के कारण को दूर करके रोगी को ठीक किया जाता है। प्रत्येक रोगी की दवा उसकी शारीरिक और मानसिक अवस्था के अनुसार अलग-अलग होती है। अतः बिना चिकित्सकीय परामर्श यहां दी हुई किसी भी दवा का उपयोग न करें।

बदलते भारत की असली तस्वीर



सुपमा त्रिपाठी

बदलते भारत की असली तस्वीर घर की दहलीज से आगे निकलकर और सभी क्षेत्रों में अपनी प्रतिभा का लोहा मनवा कर लड़कियों ने यह साबित कर दिया है कि लड़कियां पढ़ लिख कर सशक्त बन सकती हैं।

जंजीरों को तोड़ना जान गई है लड़कियां। देश के इतिहास में पहली बार 1000 से अधिक लड़कियों ने राष्ट्रीय रक्षा अकादमी यानी एनडीए की परीक्षा पास करके अपने जज्बे और हुनर को साबित कर दिया है, उन्होंने यह संदेश भी दे दिया कि यदि अवसर मिले तो वह इस क्षेत्र में अपना लोहा मनवा सकती हैं जिसे की केवल पुरुषों के लिए समझा जाता था। हालांकि एनडीए में उनका प्रवेश इतना आसान भी नहीं था पिछले कई वर्षों से लंबी लड़ाई के बाद ही उन्हें अब यह अवसर प्राप्त हुआ है। वैसे अभी इस प्रतिष्ठित रक्षा अकादमी में उन्हें बराबरी की संख्या में अवसर नहीं मिले हैं लेकिन अभी यह शुरुआत है और बहुत ही जल्दी उन्हें यहां भी लड़कों की तरह पर्याप्त संख्या में लड़कियों को प्रवेश के अवसर प्राप्त हो जाएंगे।

अपने संघर्ष और क्षमता से लड़कियों ने यह साबित कर दिया है की जमीन की गहराइयों से लेकर आसमान की ऊंचाइयों तक ऐसा कोई भी क्षेत्र नहीं जिसे हम संभाल



नहीं सकते हैं। लेकिन सवाल यह उठता है कि आखिर क्या कारण है की लड़कियों को बार-बार अपनी क्षमता साबित करने के लिए लंबी मेहनत करनी पड़ती है। उन्हें बराबरी का दर्जा पाने के लिए कभी आवाज बुलंद करनी पड़ती है तो कभी कानून का सहारा लेकर आना पड़ता है। 21वीं सदी के इस दौर में हम खुद को वैज्ञानिक रूप में विकसित कर रहे हैं लेकिन वास्तविकता है कि अभी भी हमारा समाज मानसिक रूप से पूरी तरह विकसित नहीं हुआ है। इसे यह समझने में कठिनाई होती है कि लड़के और लड़कियों के बीच के अंतर

को खत्म करना, स्वीकार नहीं पा रहे हैं। चार दिवारी में कैद रहना और अधिकारों से वंचित रहना ही स्वीकृत हैं। जबकि केवल वर्तमान में ही नहीं बल्कि इतिहास में ऐसे कई दौर गुजरे हैं जहां महिलाओं ने घर से लेकर बाहर तक के समाज को सफलतापूर्वक संचालित कर अपनी योग्यता का परिचय दिया है।

समाज जेंडर भेदभाव यानी समानता के सच को मानता है वह यह सोच है कि लड़के और लड़कियों के बीच केवल शारीरिक ही नहीं बल्कि पहनावे और जीवन गुजारने के पद्धति के आधार पर भी असमानता की एक लकीर

खींच दी जाती है। शहरों की अपेक्षा देश की दूर दराज क्षेत्रों में इस प्रकार की विचारधारा बहुत अधिक गहरी है। बात चाहे शिक्षा के क्षेत्र में हो या किसी अन्य फील्ड में लड़कियों की तुलना में लड़कों को अधिक प्राथमिकता दी जाती है। उत्तराखंड के बागेश्वर जिला स्थित ग्राउंड ब्लॉक का जखर गांव भी लैंगिक समानता में पिछड़ा नजर आता है। आर्थिक रूप से पिछड़ा यह गांव शिक्षा के क्षेत्र में भी बहुत अधिक समृद्ध नहीं है। गांव की अधिकतर आबादी कृषि पर निर्भर है, सरकारी सेवा में उपस्थिति लगभग नगर में है। इसके अलावा अधिकतर युवा सेवा में कार्यरत हैं। वहीं 12वीं के बाद ज्यादातर लड़कियों को शादी करनी होती है। उसमें मैं सुषमा त्रिपाठी भी शामिल हूँ, ऐसे में उच्च शिक्षा के क्षेत्र में हम गांव की बहुत कम लड़कियां पहुंच पाती हैं।

ऐसा भी नहीं था कि गांव में लड़कियों को उच्च शिक्षा प्राप्त करने और आगे बढ़ाने में कोई दिलचस्पी नहीं है। गांव की ऐसी बहुत सारी लड़कियां हैं जो न केवल पढ़ाई में तेज हैं बल्कि चित्रकारी में भी गजब की महारत रखती हैं। लेकिन उन्हें वह अवसर प्रदान नहीं किया जाता है जिसकी वह वास्तविक हकदार हैं। बल्कि उन्हें बचपन से ही पराया हो पराए घर जाना है, इसलिए उन्हें एक आदर्श बहू बनने के लिए अच्छा खाना बनाना आना चाहिए बच्चों की जिम्मेदारियां उठानी चाहिए। इस समय 12वीं तक की जिम्मेदारी के लिए पढ़ाई काफी है माता-पिता उसके उच्च शिक्षा पर पैसे खर्च करने की जगह उसके लिए दहेज का सामान जुटाने को प्राथमिकता देते हैं। वैसे तो लड़कियां इन संकीर्ण मानसिकताओं को तोड़कर आगे बढ़ने का प्रयास करती हैं। उसकी मदद करने की जगह पूरा समाज उसे दुनिया भर का दोष लगाते रहते हैं।

गांव का अन्य परिवार अपनी बेटियों को उससे दूर रहने की सलाह देखकर दूर कर देता है उसके संघर्ष क्षमता को बिगड़ी हुई लड़की के रूप में पहचान दी जाती है। हालांकि कुछ

परिवार ऐसे भी हैं जो शिक्षा के महत्त्व को भी प्राथमिकता देते हैं और घर की बेटियों को उच्च शिक्षा प्राप्त करने और उन्हें अपने सपनों को साकार करने में मदद करता है। लेकिन ऐसे परिवारों को समाज द्वारा प्रताड़ना झेलनी पड़ती है। कुछ परिवार टूट जाता है और समाज के दबाव में 12वीं या स्नातक के बाद अपनी बेटि की शादी करने पर मजबूर हो जाता है।

बात केवल शिक्षा तक ही सीमित नहीं है बल्कि संस्कृति के नाम पर लड़कियों पर जुल्म किया जाता है। किशोरावस्था में पहुंचने के बाद माहवारी के दिनों में उसे छुआछूत के नाम पर परिवार से अलग रखा जाता है जैसे सवेरे उठकर नदी में स्नान करने को मजबूर किया जाता है। अफसोस की बात तो यह है कि पूर्वजों से चली आ रही इस संस्कृति को श्रद्धा के साथ पीढ़ी दर पीढ़ी महिलाएं ही आगे बढ़ती चली जा रही हैं। दरअसल जागरूकता की कमी के कारण लड़कियां हर परंपरा को बढ़ाने के लिए मजबूर हैं। लड़की को पराया समझने और उसके साथ पराया जैसा व्यवहार करना ही समझ में लैंगिक विषमता का जीता जगता उदाहरण है जिसे हर हाल में जरूरत है यह वह सच है जो समाज के साथ-साथ लड़कियों की क्षमता को भी आगे बढ़ने से रोक रहा है।

बहरहाल घर की दहलीज से आगे निकलकर और सभी क्षेत्रों में अपनी प्रतिभा का लोहा मनवा कर लड़कियों ने यह साबित कर दिया कि अब समाज को अपनी सोच बदलने की ज्यादा जरूरत हो गई है। पराई के बजाय उसके पैरों में जंजीर डालने के बजाय बेटियों के हौसलों को उड़ान देने की जरूरत आ गई है और हां अब तो लगभग घरों की बेटियां ऊंची उड़ान भरना सीख गई हैं। कलम और स्केच के माध्यम से भी अपने जज्बात को उभारना सीख गई हैं। अपने सपनों को साकार करने की राह पर चल पड़ी हैं।

अब लड़कियां घिसी पिटी सोच और

सदियों से चली आ रही रूढ़िवादी परंपरा से आगे निकलकर जंजीरों को तोड़ना सीख गई हैं। यही है बदलते भारत की असली तस्वीर आज के इस बदलते हुए युग में बेटियां आज हर फील्ड में लड़कों के साथ कंधे से कंधा मिलाकर उनके साथ दे रही हैं और परीक्षाओं में भी बेटियों ने बढ़ चढ़कर अपना परचम लहरा दिया है। हमारे एक ऐसा भारत है जिसमें बहुत सारे बदलाव हुए हैं आज हम जिस भारत में रह रहे हैं उसमें बहुत सी नई नई चीज का आगमन हुआ है जिसे हमारे दैनिक जीवन के काम बहुत ही तेज हो गए हैं। भारत में किस नई तकनीक का इस्तेमाल कर रहे हैं खेती की नई राह विकसित की जा रही है भारत में किसानों के साथ व्यापारी वर्ग भी जुड़ने लगा है जिससे उनके जीवन में बदलाव आ रहा है।

पहले व्यापारी वर्ग के लोग जहां बहुत सारे लोगों को अपने यहां काम पर रखते थे वहीं आजकल इस बदलते हुए भारत में वह लोग बहुत सारी मशीनों का उपयोग कर रहे हैं जिससे एक तो उन्हें लाभ मिला है उनका काम जल्दी हुआ है लेकिन कुछ लोगों को इसका नुकसान भी उठाना पड़ा है दरअसल कुछ लोगों को इन मशीनों की वजह से बेरोजगार होना पड़ा है। उन्हें रोजगार की बड़ी मुश्किल होती है। इस बदलते हुए भारत में नई विकसित होती तकनीक का आना और उसके साथ में सामंजस से बिठाना बहुत जरूरी है। पुराने जमाने में टेलीफोन नहीं था ना ही मोटरसाइकिल कर इतनी आसानी से सभी के लिए उपलब्ध थे जैसे आज के समय में हैं हमारा देश प्रगति की तरफ बढ़ रहा है वहीं दूसरी ओर देश का बहुत बहुत बड़ा हिस्सा कई तरह के प्रदूषणों से भी त्रस्त है जिस पर ध्यान देने की आवश्यकता है जैसे वायु जल ध्वनि हम यह सोचना होगा कि जब हम अपना वातावरण स्वच्छ रखने में मदद करेंगे तभी वातावरण हमें स्वस्थ रहने में मदद करेगा।

कहाँ जाऊँ, क्या करूँ बताओ ?

निपट गये सब काम
और है-
काफी समय बचा।
कहाँ जाऊँ-
क्या करूँ, बताओ
कुछ तो मुझे चचा ?
आज सबेरे
की गाडी से
आया हूँ भोपाल।
सारी रात
सफर में काटी
बदन रहा बदहाल।
सुबह नहा धोकर
होटल में
दिन का प्लान रचा।
जिनसे मिलना था
वो साहब
गये अचानक टूर।
धरी रह गई
सारी ख्वाहिश,
हुए बहुत मजबूर।
दौड़ भाग का
यह आयोजन
हमको नहीं जंचा।
इन्द्रधनुषिया

गोविन्द अनुज
शिवपुरी (म, प्र,)

सपने लेकर
गरल गटकते हैं।
हम जैसे
हर रोज यहाँ पर-
खूब भटकते है।
इच्छाओं का
कोहराम भी
दिनभर खूब मचा।
कहाँ जाऊँ
क्या करूँ, बताओ
कुछ तो मुझे चचा?

पिंजड़े में रोता

घर में पाले हैं तोता।
पिंजड़े में पंछी रोता ॥
बुलबुल, मैना भी पाले।
काम सभी कल पर टाले ॥
बाड़े में खरगोश पला।
आँखों- उसके अश्रु ढला ?।
इस पर कभी विचार करो।
कभी न अत्याचार करो ॥
कैद किसी को मत करिए ।
ऊपर वाले से डरिए ॥
पाप लगेगा तुमको जी।
पिंजड़ा खोलो जल्दी जी ॥
आदर दो, उपकार करो।
बच्चो सबसे प्यार करो ॥

मौलिक

चक्रधर शुक्ल



झील के ऊपर अगहन माह के मेघ

नील गगन में रुई सरीखे फाहों के अम्बार लगे।
हे अगहन में दिखे मेघ ! तुम हिम से लच्छेदार
लगे।
निर्मल धवल कीर्ति के बेटे नभ के नव सरदार
लगे।
पूरा जल कर चुके दान तुम सचमुच पानीदार
लगे।
नीचे झील, झील का पानी दर्पण का आकार
लगे।
इस दर्पण में सुगढ़ दूधिया जल घन एकाकार
लगे।
निराकार से अजल सजल तुम प्रकट रूप
साकार लगे।
सच पूछो तो श्वेत पटों से सजे हुए दरबार लगे।
बीच बसी थी बस्ती लेकिन अब सूना संसार
लगे।
कर्ज चुकाने की चाहत में सभी झील के पार
लगे।
तुम्हें बसाना चाह रहे सब ताकि तनिक आभार
लगे।
इसीलिए सारे रहवासी छोड़ चुके घर बार लगे।

गिरेन्द्रसिंह भदौरिया 'प्राण'

इन्दौर

पानी

छद्म सच का उतर गया पानी
शुष्क आँखों में भर गया पानी
मेरे मित्रों ने दे दिया धोखा
प्यास थी इधर, उधर गया पानी
देवता तक पहुँच नहीं पाया
पात्र से ही विखर गया पानी
दिग्भ्रमित वर्तमान पीढ़ी का
भविष्य का जैसे मर गया पानी
बाढ़ के दृश्य देखकर हँसते
कभी न जिनके घर गया पानी
गली - सड़क में नाव चलती है
तंत्र को भ्रष्ट कर गया पानी
देखकर भूमि, तप्त बंजर - सी
बूँद बनने से डर गया पानी

- गौरीशंकर वैश्य विनम्र

गज़लें

अगर देखो तो ये दुनिया बड़ी है
अगर सोचो तो ये सिमटी हुई है
घनी दिल में हुई फिर तीरगी है
सहन में आ गई जो चाँदनी है
वफ़ा उसने अगर मुझसे न की है
तो इसमें मेरी ही कोई कमी है
उदासी दौड़ी- दौड़ी आ रही है
मुझे वो दूर से पहचानती है
मगन है दिल मेरा बस सोचकर ये
मुझे वो जानती पहचानती है
चले भी आओ अपने मुँतज़िर तक
कि अब उम्मीद को नींद आ रही है
बढ़ा जाता है खारापन मुसलसल
मरासिम में बहुत कम चाशनी है
पकाने को नहीं कुछ भी है घर में
अँगीठी फिर भी उसकी जल रही है
ये नगरी तो है बेशर्मी की 'साहिल'
यहाँ रहती कहाँ शर्मिन्दगी है
बहुत नज़दीक जो मेरे है 'साहिल'
वो मेरी शायरी की डायरी है

धर्मन्द्र गुप्त 'साहिल'

शानदार शहतूत



प्रकृतिमेल डेस्क

कभी-कभी कुछ चीजें देखने में अजीब लग सकती हैं, लेकिन उनमें गुण बहुत से होते हैं। ऐसा ही एक फल है शहतूत, जो देखने में भले ही थोड़ा अजीब लगे, लेकिन इसके औषधीय गुण इतने प्रभावशाली हैं कि यह स्वास्थ्य के लिए अमूल्य बन जाता है। शहतूत का फल कुछ लोगों को कीड़े जैसा लग सकता है, पर जब यह पकता है, तो इसका स्वाद काफी मनभावन होता है। पकने के बाद यह फल काले या गहरे लाल रंग का हो जाता है और स्वाद में मीठा और रसीला लगता है। पाचन क्रिया को सुधारने में शहतूत बहुत ही उपयोगी होता है। जिन लोगों को पेट की कब्ज की समस्या रहती है, उनके लिए शहतूत का सेवन अत्यंत लाभकारी है। पेट के कीड़े और दस्त जैसी समस्याओं में भी शहतूत राहत देता है। हाजमा खराब होने पर भी शहतूत का सेवन करना एक बेहतरीन उपाय माना गया है। पेट की खराबी से होने वाले मुंह के छाले भी शहतूत से ठीक किए जा सकते हैं।

शहतूत के पत्तों के औषधीय गुण भी कम नहीं हैं। इसके पत्ते और फल गले की समस्याओं में काफी लाभदायक माने जाते हैं। गले की जलन, सूजन, और



दर्द में शहतूत का सेवन विशेष रूप से उपयोगी होता है। यहां तक कि टॉन्सिल जैसी समस्याओं में भी शहतूत राहत प्रदान करता है। इसके नियमित सेवन से गले की समस्याएं दूर होती हैं और राहत मिलती है। शहतूत में पाए जाने वाले औषधीय तत्व मूत्र संबंधी विकारों को ठीक करने में भी सहायक होते हैं। इसके अलावा, शहतूत के बीजों को पीसकर फटी एड़ियों पर लगाने से तुरंत राहत मिलती है। त्वचा के विकारों जैसे खुजली, जलन, और सूजन में शहतूत की छाल का उपयोग काफी फायदेमंद साबित होता है। इसके पत्ते भी त्वचा की समस्याओं में लाभकारी होते हैं और त्वचा को स्वस्थ बनाए रखते हैं।

कुछ मामलों में शहतूत का सेवन मानसिक स्वास्थ्य में भी लाभदायक पाया गया है। यह मानसिक तनाव को कम करता है और मस्तिष्क को शांति प्रदान करता है।

शरीर में जलन होने पर शहतूत का सेवन काफी राहत देता है। यह शरीर की गर्मी को कम करने और शारीरिक कमजोरी को दूर करने में भी सहायक होता है। शहतूत न केवल शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है, बल्कि इसे नियमित रूप से खाने से शारीरिक ताकत भी बढ़ती है।

शहतूत का पौधा आपके घर की हरियाली बढ़ाने के साथ-साथ आपको इसके औषधीय और गुणकारी लाभ भी प्रदान कर सकता है। इसे अपने लॉन में लगाकर आप न केवल अपने आसपास की प्रकृति को संवार सकते हैं, बल्कि इसके फलों और पत्तों से मिलने वाले लाभों का भी आनंद ले सकते हैं। शहतूत के नियमित सेवन से स्वास्थ्य को मजबूती मिलती है और कई प्रकार की बीमारियों से बचाव होता है।



प्रकृति के रंग



लक्ष्मीकांत
लखीमपुर



“

" जीवन प्रकृति का नियंत्रण नहीं बल्कि स्व को पूर्ण कर देने का स्वरसायन योग है जिसमें एहसास स्वगुणात्मक है पर इसमें बनने वाला पदार्थ प्रकृति है जो एक गुण का इकलौता कण होता 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 tarakti

नई महिंद्रा XP PLUS सीरीज़

श्रेणी में पहली बार

माइलेज शानदार

पावर दमदार



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

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