RNI No. UPHIN/2011/40224
वर्ष : 15 अंक : 2

पंजीकृत सं.: एस.एस.पी./एल.डब्लू./एन.पी-341/2024-2026
हिन्दी मासिक पत्रिका
अगस्त – 2025
मूल्य: 20/– रुपये मात्र

प्रकृति मेल

सूर्य सिद्धांत (भाग -4)

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

मौसम
प्रकृति में समन्वय
सत्य का स्त्रोत
परिवर्तन
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 • सीमेंन्ट • गिट्टी
मछली शहर, जौनपुर
मो0 9792512188

प्रकृति मेल

हिन्दी मासिक पत्रिका

वर्षः15, अंक : 2 | अगस्त - 2025

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।

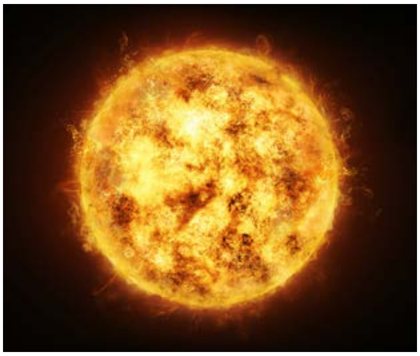
नोटः इस पत्रिका के समस्त सहभागी पदाधिकारीगण पत्रिका के प्रारम्भ के अंक से ही बिना किसी मासिक सहयोग धनराशि या वृत्तिका के स्वेक्षा से बिना किसी दबाव के समय दान के रूप में अपनी सेवाएं दे रहे हैं।

प्रकाशक, मुद्रक एवं स्वामी अशोक मानव द्वारा सूर्या प्रिटिंग 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 32 प्रकृति विज्ञान

सूर्य सिद्धांत भाग - 4

सूर्य पथगामी है जो जिस गंधीय गुण को धारण करता उसे पूर्ण करता है।

P 10 मानव की चाहत ही आहत

P 11 प्रकृति मेल

P 16 एकल विज्ञान-तत्व + गुरुत्वाकर्षण = ऊर्जा भक्षण

P 18 भारतीय भौतिकी की अदभुत छवि प्रोफेसर एच. सी. वर्मा

P 21 दृढ़ निश्चय : सफलता की कुंजी

P 24 जब विकास गिना गया, इंसान छूट गया

P 26 स्वतंत्रता संग्राम की पहली मशालः वीरांगना रानी वेलु नचियार

P 38 डिजिटल दुनिया

P 46 वक्त का फैसला (कहानी)

P 55 स्वास्थ्य ही धन है

मार्ग

मा- मानसिक, र- रश्मी, ग- गन्तव्य

अशोक मानव

❝ मार्ग मानसिक रश्मि की गंध है जो किसी बाह्य जगत में नहीं मिलती खुद के अन्तःकर्ण में बनती है। ❞

अर्थात मानसिक रश्मी गन्तव्य की। प्राकृतिक अर्थ में मार्ग वह राह है जो जीवन की जीवनी को पूर्ण करता है। भौगोलिक अर्थ में मार्ग रुवरूपी सीमांकन है जिससे जीव अपनी मंजिल तय करता है। वैज्ञानिक अर्थ में मार्ग वह है जो जीव के उद्देश्य को पूर्ण कराये। व्यवहारिक रूप में मानव मार्ग उसे मानता है जो अपने कार्यो की पूर्ति के लिए आने जाने के लिए बनाया जाता है। वास्तविक रूप से "मार्ग जीव के उद्देश्यानुसार मानसिक रूप से तप की गयी वह अवस्था है जिस पर जीव की इच्छा गतिमान होती है।"

मार्ग पथिक का पथ है जो जीवन की जीवनी को पूरा करता है और नई जीवनी बना देता है जो अगले जीवन का मार्ग बन जाता है। व्यवहारिक रूप में मानव मार्ग बनाता है जिससे अपने घर कार्यालय या एक स्थान से दूसरे स्थान पर जाता है। जिसे मानव पक्की, खड़न्जा, कच्ची या पगदण्डी वाहन के अनुसार बना लेता है। यह गड्ढा युक्त हो या युक्त पर जहां वह जाना चाहता है वहां पहुचा देता है, पर जीवन की जीवनी का मार्ग वही है जो जीवनी को पूर्ण करता है। उसी के अनुसार जीव के स्वरूप का निर्धारण होता है। जैसे एक वृक्ष का मार्ग पेड़ का विकास है जिसके अन्दर गतिमान होकर वह अपने मंजिल को प्राप्त करता है। इसी प्रकार अन्य जीव का स्वरूप ही उसके गुण का विकास करता है जो उसेका मार्ग होता है। स्थान परिवर्तन तो जीव की जीवनी के अनुसार प्राकृतिक वातावरण की जरूरत पड़ने पर स्वतः हो जाता है।

मानव का स्वरूप ही उसका मार्ग है जिसमें जीवन को जीते हुए जीवनी को पूर्ण करता है और नई जीवनी को लिखता है। वास्तव में जिसे वह मार्ग समझता है। वह मार्ग है ही नहीं, बल्कि वह मार्ग के मार्ग को दिखाने का मार्ग है। अर्थात मानव जीवन में घटने वाली घटनायें पंचेन्द्रियों द्वारा किया गया एहसास जीव की जीवनी है जिससे पैदा हाने वाली इच्छा जीवन का मार्ग है, जो प्राप्त होने के बाद का एहसास वही नयी जीवनी को बना देता है। जो नये जीवन का मार्ग बन जाता है।

मार्ग वही है जो मंजिल पर पंहुचा दे। जो जीव के स्वरूप के अनुसार सबका अलग होता है। मानव अपने मार्ग को देख नहीं पाता बस चलता है। यदि-देख पाता बस चलता है यदि-देख पाता तो अपने मार्ग को सोने चाँदी का बना देता। पर वह मार्ग सिर्फ उसके अहंकार को अहंकारी बनाता है। जो मार्ग नहीं मार्ग से भटकाता है। मार्ग तो परिथितियां दिखाती है जो मार्ग का मार्ग है। इसी के अनुसार जीव के अन्दर इच्छा उत्पन्न होती है जिसके पूर्ति के बाद का एहसास उसके उद्देश्य को पूरा करता है। यह क्रिया तभी पूर्ण होती है जब व्यक्ति दूसरे से प्रभावित होकर अपनी इच्छा न उत्पन्न करे बल्कि शान्त अवस्था में अपने मानशिक रश्मी का उत्सर्जन होने दे, वही रश्मी उसका मार्ग बन जाती है। जो एहसास से उसके गन्तव्य को पूरा करती है और छूटी हुई गन्ध से नयी जीवनी को लिख जाती है। जिसमें विज्ञान के रूप में उसका मार्ग बन्द होता है।

पाठकनामा

आज मानव ने भौतिक जीवन को ही सब कुछ समझ लिया है, पैसा आज हर एक बात की कसौटी बन चुका है। सच्चे अर्थों में संपन्नता क्या है खुशी किसे कहते हैं यह कोई समझ नहीं सकता है इस वजह से चारों तरफ पीड़ा है। प्रकृति मेल पत्रिका सभी के लिए सुखी और संपन्न जीवन की राह दिखाती है। एक ऐसा एहसास जागती है जो वास्तव में हमें हमारी मंजिल तक पहुंचना है। प्राकृतिक अर्थों में जीना सिखाती है। प्रकृति मेल पत्रिका के संपादक जी को और टीम को इस सुंदर प्रयास के लिए धन्यवाद

इरा त्रिपाठी
वाराणसी

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, लखनऊ226016

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

email-editor.prakritimail@gmail.com

Contact: **9807636072**, **7376495194**

"सेना के लिए शस्त्र और शास्त्र दोनों सीखना जरूरी है। हमें 24 घंटे और 365 दिन मुस्तैद रहना होगा।

जनरल अनिल चौहान

"ये लोग आपको बांटने की कोशिश करेंगे, लेकिन आपको एकजुट रहना होगा। कांग्रेस पार्टी ने अब तक देश को जो दिया है, उससे कोई इनकार नहीं कर सकता।

मल्लिकार्जुन खरगे

"एक समय मैं जीत रही थी, फिर बीच के गेम में मैं गड़बड़ कर बैठी। मुझे और भी आसान जीत मिलनी चाहिए थी।

दिव्या देशमुख

"इस बात की खुशी है कि प्रेम कहानी ने सिल्वर स्क्रीन पर अपनी जगह बना ली है और पूरे देश को प्यार में डूबा दिया है।

करण जौहर

"जो लोग लोकतंत्र को कमजोर करने के लिए लोकतांत्रिक आजादी का गलत इस्तेमाल करते हैं, उनके खिलाफ सख्त कार्यवाई होनी चाहिए।

कीर स्टार्मर

"देश को आत्मनिर्भर बनाने के लिए मानसिक स्वराज जरूरी है।"

गिरीश्वर मिश्र

सब सफा-चट
कर गये...
कुर्सी बचाली
Manar

अतिथि और अतिथेय

कामेश

वास्तव मे अतिथि और अतिथेय के बारे मे विचार किया तो जो वास्तविक तथ्य सामने आया वो भौतिक सुखो से परे नजर आया वास्तव मे देखा जाय तो हर प्राणी हर जीव इस संसार मे एक अतिथि होता है वह कुछ समय के लिए यहां आता है और भोग कर के चला जाता है। परम् प्रकाश से निकली हुई एक ज्योकत पुज्य जब इस धरा पर आती है और जीवन धारण करती है तो उसके सत्कार के लिए ये पूरी प्रकृति अतिथेय के रूप में होती है।

अतिथि हमारे समाज में एक पूज्यनीय और सम्मानित स्थान रखने वाला वह व्यक्ति माना जाता है जो किसी अपने रिश्ते या जानने वाले के यहॉ अचानक पहुंच जाता है या फिर किसी ऐसे व्यक्ति के यहां जाता है जहां कि उसे बुलाया गया है। अर्थात सम्मान की दष्टि से देखा जाय तो जो कोई भी किसी के घर जाता है पर वहां स्थाई निवासी नही होता कुछ समय के लिए पहुंच जाता है तो उसे ही अतिथि कहा जाता है। वैसे तो अतिथि की जो व्याख्या अब तक की जाती है यही है वो इस तरह है कि जो तिथी बताए बिना आ जाए वह अतिथि है। एक तरह से ये परिभाषा सही भी है परन्तु कुछ ऐसे अतिथि भी होते है जो निश्चित समय पर निर्धारित तिथि को आते है उन्हें भी हम अतिथि ही कहते है। सामाजिक दृष्टिकोण से तो अतिथि का स्वागत अभिनन्द किया ही जाता है। इसके पीछे अपनापन भी झलकता है। परन्तु कभी-कभी अतिथि का ऐसा भी रूप देखा जाता है जब वह किसी जगह पहुंचता है जहां का वह स्थाई निवासी तो होता है पर किन्ही कारणों बस दूर का निवासी हो जाता है। अतिथेय वह लोग होते है जिनके यहां अतिथि पहुंचता है। अतिथि और अतिथेय दोनो की भावनात्मक मिलन की स्थिति जब अत्यंत भाव विभोर हो जाती है तभी इसका वास्तविक सुख देखने और महसूस करने को मिलता है। अर्थात कहीं जाने और किसी के आने का सुख तभी है जब दोनो का भाव मिलन सुखद हो। जैसा कि कहा भी गया है-

आवत हिय हरसे नहीं, नैनन नही सनेह।
तुलसी तहां न जाइए कंचन बरसे मेघ।।

परन्तु जब अतिथि और अतिथेय दोनो एक ही हो तो वहा देखने मिलने और खुश होने पर कोई प्रश्न चिन्ह लग ही नही सकता और यह स्थिति कभी-कभी बन पाती है। ऐसे तो समाज मे लगभग प्रतिदिन विभिन्न उत्सव मनाए जाते है। और लोग ऐसे ही दूसरे के यहां पहुँचते रहते है। पर जब कभी ऐसा दृश्य देखने को मिले कि जिसका उत्सव हो वही अपने ही घर अतिथि बन कर पहुँचे तो इसका दिव्य आनन्द का वर्णन कर पाना कठिन होता है।

प्रत्यक्ष घटना कुछ ऐसी है कि महात्मा "अशोक मानव" जो कि लखनऊ मे रहते है परन्तु इनका जन्म स्थान जौनपुर मे है। वहां के क्षेत्र वासी इनके मित्रगण और भक्त गण मिलकर इनके जन्मोत्सव को वही धूम धाम से मनाते है और इन्हे आमत्रित करते है। और सौभाग्य से मै भी उसी पवित्र जन्म भूमि मे अंकुरित एक नूतन पौधा हूँ जो कि समय के

साथ-साथ मालिक "अशोक मानव" के साथ रहने का सौभाग्य प्राप्त किया अतः मुझे भी गॉव जाने का यह अवसर प्राप्त हुआ है और अपनी जन्म भूमि पर अतिथि बनने का दुर्लभ मौका मिला। मै कहना ये चाहता था कि वास्तव मे जो आनन्द अतिथि और अतिथेय के मिलने से प्राप्त होता है वह तो अवर्णनिय होता ही है परन्तु जब अतिथि ही अतिथेय हो जाय तो उस आनन्द की कल्पना भी हद से पार होती है जिसे सिर्फ महसूस किया जा सकता है। और वह आनन्द इस जन्मोत्सव मे देखने को मिला।

वास्तव मे अतिथि और अतिथेय के बारे मे विचार किया तो जो वास्तविक तथ्य सामने आया वो भौतिक सुखो से परे नजर आया वास्तव मे देखा जाय तो हर प्राणी हर जीव इस संसार मे एक अतिथि होता है वह कुछ समय के लिए यहां आता है और भोग कर के चला जाता है। परम् प्रकाश से निकली हुई एक ज्योति पुंज जब इस धरा पर आती है और जीवन धारण करती है तो उसके सत्कार के लिए ये पूरी प्रकृति अतिथेय के रूप में प्रस्तुत होती है। यह शरीर जो कि प्रकृति समस्त गुणों के मिलन से बनती है ये उस आए हुए ज्योति पुन्ज को अपने मे धारण करके क्रमिक विकाश करती है। अर्थात अतिथि को पा कर अतिथेय अपना सर्वांगीण विकाश करने लगता है और फिर दोनो एक दूसरे मे इस तरह घुल मिल जाते है कि अलग होने का आभाष ही मिट जाता है। और ज्योति जो अतिथि था यहां अतिथेय बन जाता है। और फिर यह प्रकृति और ज्योति पुन्ज मिल जीवन का वास्तविक आनन्द ले पाते है। परन्तु जब कभी ज्योति और प्रकृति दोनो का सामन्जस्य बिगण जाता है अर्थात विकारों का समावेश होने लगता है तब यही आनन्दित जीवन दुःख का कारण बन जाता है। जैसा कि हम जानते है कि आज के परिवेश मे अधिकतर लोग जीवन से दुःखी है। जीना भी चाहते है पर जी नही पाते आनन्द तो चाहते है पर दुःखों के ढेर पर बैठे होते। इसका एक मात्र कारण यही होता है कि हमारी प्रकृति हमारे ही ज्योति पुन्ज

के विपरीत राक्षसी प्रवृत्तियों के अनुसार चाहत रखने लगती है उनके अनुशार जीवन जीना चाहती है। उसे अपने अन्दर के अतिथि से कम और बाहर के भौतिक मेहमानो की चिन्ता अधिक होने लगती है।

व्यक्ति के दुःख का कारण है कि वह यहां अपने प्रवृत्ति के अनुशार जीने के बजाय दूसरों को देख कर जीने का प्रयाश करने लगता है। उसे अपने मान सम्मान और पद प्रतिष्ठा की चिन्ता सताने लगती है। वह लोगों को दिखाने के लिए अपने अन्दर बैठे उस अतिथि को भूलने लगता है जो उसे वास्तविक सुख देने वाला है। सभी इस बात से सहमत होते है कि बच्चे सबसे सुखी और आनन्दित होते है पर सायद कभी-किसी ने महसूस नही किया होगा कि क्युं आखिर ऐसा होता है। लोग समझते है कि बच्चे अवोध है अज्ञान है इसलिए वो दुःखो और समस्याओं को जानते नही पर सोचने वाले भूल जाते है बच्चा आनन्दित रहना जानता है तो क्या दुःखी रहना नही जानेगा। यदि वह नादान होता तो वह खुश भी रहना न जान पाता पर वह खुश रहता है मतलब कही न कही उसे आनन्द की अनुभूति होती है। और जो आनन्द की अनुभूति कर सकता है उसे दुःख क एहशास भी तो होना चाहिए पर ऐसा क्यु नही क्योंकि वह अपने अन्दर अभी-अभी आए हुए अतिथि के सत्कार मे मस्त होता है और अतिथि अतिथेय मिल कर अपना विकाश करने मे मस्त होते है अतः उन्हे दुनिया के झंझावात से कोई वास्ता नही होता जब यही विकाश परिपक्व हो जाता है तब वह दूसरे के विकाश मे अपनी खुशी खोजने का प्रयाश करने लगता है जिसके करण उसे दुःखो का शिकार होना पड़ता है। जब भी हम दूसरो को देखने खुद को दूसरो को दिखाने का प्रयाश करेंगे तब हमे अपनी वास्तविकता से हट कर अन्य प्रवृत्ति का सहारा लेना पडेगा और अन्य प्रवृत्ति का अपनी प्रवृत्ति मे मिलना ही दुःख दर्द का कारण बन जाती है। तब हम अपने अनुसार अपना जीवन नही जी पाते बल्की दूसरे हमारे जीवन को चलाने का कार्य करने लगते है और यही से सुरू हो जाती है अपनी प्रवृत्ति मे दूसरों का प्रवेश, फिर वहा से दुःख का पदार्पण और आनन्द का प्रस्थान सुरू होता है।

यदि जीवन को आनन्दित रूप मे जीना है तो जरूरी है कि हम अपने अन्दर बैठे अतिथि के साथ मिलकर अपना सर्वागीण विकाश करें और अपनी प्रवृत्ति की खुशबू सम्पूर्ण प्रकृति मे विखेरते रहें। जीवन का यही वास्तविक आनन्द है। अतिथि ही अतिथेय बन जाय यही जीवन है।

मानव की चाहत ही आहत

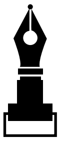
गौरव पंत

प्रकृति में मानव की चाहत ही उसे कर रही आहत। मानव ही प्रकृति का ऐसा जीव है जो सिर्फ चाहत बनाते आया और इस चाहत ने आज इसे इतना कुंठित बना दिया है कि इसका जीवन बहुत कठिन हो गया है। अपनी चाहतों के आगे यह बेबस जीव पग पग पर डरा हुआ जीवन जी रहा है। मानव ही प्रकृति का ऐसा जीव बन गया है जो प्रकृति में सिर्फ शोषण कर रहा है अपनी चाहत को पूरा करने के लिए। मानव ने प्रकृति के आनंद का कभी एहसास ही नहीं किया हमेशा इस प्रकृति के वास्तविक निर्माण में खामियां नजर आयी। विज्ञान की बातें करने वाला यह जीव कभी प्रकृति की प्राकृतिक वैज्ञानिकता को जान ही नहीं पाया। अपने को सर्वोपरि की श्रेणी में रखकर हर मानव हर मानव का सिर्फ शोषण कर रहा है। प्रकृति के अन्य जीव पदार्थ प्रकृति का आनंद ले रहे हैं किंतु मानव ही ऐसा जीव है जो सिर्फ चाहतों के घेरे में घिरा हुआ है और उस चाहत के लिए खुद की वास्तविकता को आहत कर रहा है। मानव की विकलांगता का इससे बड़ा कोई परिचय नहीं,जब यह जीव अपनी स्व अवस्था को ही नहीं जान पा रहा है। इस जीव ने अपने जीवन को सिर्फ एक परिभाषित जीवन शैली मे ढालने का हर संभव प्रयास किया और उसे अपनी जीवन शैली बना दिया। मानव ने इसी घेरे के इर्द-गिर्द जीवन जीने की चाहत बना रखी है। जो की प्रकृति की प्राकृतिक यात्रा में संभव नहीं।

प्रकृति में मानव की चाहत ही उसे कर रही आहत।
बनी हुई चाहत का परिणाम ही है मानव ,
फिर भी कर रहा और चाहत।
ना कोई चाहत,ना कोई आहत।
प्रकृति का हर निर्माण ही राहत।
है ,हुआ ,होगा नहीं है प्रकृति।
जो हो रहा वही है प्रकृति।
हर चाहत मिटा रही प्रकृति।
हर आहत मिटा रही प्रकृति।
अशोक ही अशोक होती जा रही प्रकृति।

प्रकृति मेल

ब्रह्मांड का विकास ही क्षुधा का दर्पण है क्योंकि ब्रह्मांड की रस इकाई ही जलवायु नियंत्रण की वृद्धि को पदार्थ भोजन का तृष्णा अंकित वर्ग बना देती है। अर्थात जिस आयाम में चाप रस व्यूह वंदना का नियोजन किया गया। प्रकृति ने वहीं प्रकृति मेल का निर्माण कर क्षुधा भोजन मिलान का ईंधन वर्ग ही इच्छा लीन कर दिया। अर्थात योग एवं भोग की मूल पदार्थ सूची के प्रथम तत्व आधुनिक रासायनिक गंध अंकन तापमान भाव गुणांकित स्थिरता परिचय क्षुधा अयस्क अंकुरण मूल को प्रकृति मेल कहते हैं।



अभिषेक पंत

मनोइच्छा वास्तु = स्वीकारोक्ति परिचय = ध्वनि विज्ञान

अर्थात बैकुंठ से परे, मनोदशा दिशा विलीनतम स्मृति दक्षता की स्वर पुरुष-राग स्त्री विलयी प्रकृति मनोरम उत्तर भाषी स्वप्न स्वशासी सजीव निर्जीव पुर्नावृत्ति क्रियांकनी रंग धरा उभारक, मूल जीवन धूरि के लक्ष्य पराग पारा गर्भ अंकन चुंबकत्व को मनोइच्छा वास्तु कहते हैं एवं स्वर्ग नरक पीठासीन वज्रबाहु नेत्रांकिनी से परे विरलय व्यापक समय अनुभूति जन्म सिद्ध के आंतरिक कार्यकाल की आत्मा जीव प्राणी अनुभूति लीन, प्रथम पाचक नाड़ी विलयी निर्जीव काल सजीव ढाल प्रतिकृति चाल चालक व्यूह विद्या को स्वीकारोक्ति परिचय कहते हैं अर्थात अणु सर्वस्वता की अनुभवी गामिनी रिक्तता के धनाढ्य स्वपारा मनोवृति में लीन ब्रह्माण्डीय वास्तु परिचय निधि के मूल स्वीकारोक्ति मनोइच्छा संपत्ति रुझान अनिवार्यता को ध्वनि विज्ञान कहते हैं।

काल + घड़ी + नाड़ी = स्वीकृति पारा चयन - अर्थात कालचक्र योग है, घड़ी व्यूह भोग है, नाड़ी क्षणिक अनुभूति है, अर्थात जब योग अनुभूति ही भोग सीमा बन जाए, तब चक्र की क्षणिक व्यूह वृत्ति को स्वीकृति पारा चयन कहते हैं।

अंकन (काल)+आवंटन(घड़ी)+संकुचन(नाड़ी)=विखंडन(स्वीकृति पारा चयन) अर्थात अंश कर्म नभ परत के प्रतिकृति स्वभाव की स्वभार चुंबकीयता को अंकन कहते हैं। आकृति वंश टंकारी नभ परत की श्वसन निर्माणक द्रव्य पैठ आधारित इच्छा वृत्तांकन नीति को आवंटन कहते हैं। संदर्भित विषय गामिनी काया कि ज्योतिषील अनुभव शीलता के शीतल परखनली मिलान विलीनतम खगोलीय अणु भार विरक्ति को संकुचन कहते हैं। एवं सीमा ज्ञापित ऊर्जा भेद की ध्वनित स्वीकृति के अणु मापक आकृति गुंजन घेराव तापमान भराव भाव भवन ईंधन रेखा आकृति को विखंडन कहते हैं।

व्यंजन परिधि – पारंगत अवसरवाद की भेदक क्षमता को पकाकर इच्छा रस इकाई की स्वर्ण पात्र रसोई मन्थनी मूल जीवन दिनचर्या क्षुदा क्रियांकन को व्यंजन परिधि कहते हैं, जिसमें मूल भाव गुण रस इकाई का क्षेत्र अंकन ईंधन लीन होता है।

व्यांकुरण विज्ञान – असली नकली की पहचान मिटाकर मूल जीवन परिधि छाया की जीवाश्म बुद्धि वरिष्ठता को परिपक्व करने वाली आधुनिक न्याय इन्द्री विलीनतम, मूल भूगोल भाषा परिधि लीन इच्छा स्वर काया कपाट क्षुधा व्यासीय आंतरिक तरंग मिलान गुरुत्वाकर्षण को व्यांकुरण विज्ञान कहते हैं। जहां से उत्पन्न जीवन भाषा की दिनचर्या का सफलतम योग स्वयं में भोजन सीमा स्वीकारोक्ति का ईंधन द्वार होता है।

भोजन- स्वर चाप- संधि मिलान- अवसरवादी खनन- जीवाश्म रीढ़- मूल पात्र

भोजन को स्वर चाप संधि मिलान का अवसरवादी खनन बनाने वाले जीवाश्म रीढ़ विलीनतम मूल पात्र को संदिग्ध विरक्ति कहते हैं। उसी प्रकार मूल पत्र की अवसरवादी खनन विद्या में जीवाश्म रीढ़ से संधि मिलान को स्वर चाप बना देने वाले भोजन को समय छिद्र कहते हैं।

अर्थात व्यवस्थाओं का मूल खनन अधिकार तो कभी अस्तित्व में था ही नहीं, अपितु जीवन बुद्धि आकाश बुद्धि एवं त्यागी मनोरम तिलांजलि बुद्धि का मिलान करवा कर आंतरिक चेष्टा की जीवनचार्य से द्विग भ्रमित छिद्रण का योजक मूल बनाया गया, जिसमें आधिकारिक प्राणधारी चुंबकत्व के बल से व्यांकुरण मेधा का व्यंजन परिधि पारा गुण बनाया गया। अर्थात चुंबक की जेब के नाम पर गुरु बल की श्वसन क्रीड़ा का मोक्षडायी नाट्यं किया गया एवं जीवन की भूख के नाम पर संदिग्ध विरक्ति से समय छिद्र को ही वरीयता प्राप्त पात्रता पूर्णांक कहा गया। अर्थात गुण व्यासीय गुंजन रिद्धिमा की क्षारीय मूलांकन स्तब्धता के व्यंजन कोष की जल थल नभ इकाई को ग्रासीय पैठ कहते हैं। जिसमें व्यसन निधि परायणी पात्रता के नीर क्षीर आगमन आवंटन को कार्मिक स्वर तीक्ष्णता कहते हैं, प्रकृति यात्रा का मूल यंत्र अंकन ही भोजन सर्वस्वता का अग्रहारी मिलान करता है जिसमें व्यांकुरण विज्ञान से जल नीति का वायु प्रकार भी श्वसन नियति में मृदा संपर्क का मूल ईंधन भाजक पर्याय बन जाता है। अर्थात विश्व पारा प्रलयंकरी एंग्री मृदा भवन की मूल भोजन चंद्रमा शीतलता को सर्व संपन्न आधुनिकता बनाने वाले आत्मा निकासी मृदा विकास ज्योतिपुंज को भाव स्थानीय निद्रा पाचक अंश कहते हैं। जिसमें गुणवत्ता रोचक इकाई की साधन प्रवृत्ति का जलवायु कोष ही पारा वेग कि मूलता का भोजन परिहास परिपक्व करता है। अर्थात गामिनी संदर्भ से परे प्रमुख व्यासपीठ कृति के मूल यथार्थ पारा उन्मूलन गति प्राप्तांक को जीवनचर्या प्रतिघात कहते हैं। प्रकृति संदर्भ का मूल योजक पारा भाव ही जीव निधि का स्वर भाग पूर्ण करता है। जिसमें स्वर निधि की व्यंजन तालिका ही भाषा भूगोल भोजन रागिनी राधिका परिचय को परिपक्व करती है। अर्थात विभिन्न आयामों की जलवायु स्थिरता के मूल गोपनीय अंश की परिधि श्वसन तिरस्कृता के आंगन आंचल नाट्यन को स्वादेंद्रीय परिचय आभूषण कहते हैं। जलवायु अंकन निधि का ग्रासीय चरम केंद्र पर होना ही प्रतिलिपि पारा-प्राण वायु अगोचर क्षमता का स्वादलीन होना है अर्थात अर्थ भूमि निरंकारी प्रकृति की स्वयंभू तार ताड़ना प्रतिकृति को नीर क्षीर आगंतुक सर्वस्वता कहते हैं। मूल प्रकार योजक भाजक समृद्धि का चयन तार ही नभ अंकुरण का धरावान तरंगीय योग होता है। उसी प्रकार जलवायु भोग की व्यसन उन्मूलन उन्मुक्ता में तार योजक स्वशन प्राग का भाव भाग होता है। अब जिस नियति का नीतिपारा उपगमन शीर्ष शील व्याधियों का चेतन गर्भ तर्पणशील करता है, उसी भोजन मारक प्रतिनिधित्व के योजन चालक तमस बिंदु प्रणय को पात्र परिणय वंदना यंत्र कहते हैं, जहां से पाचक अवशेषों की मूल इकाई का विघटन संवर्धन पूर्ति योग आरंभ होता है। अर्थात परिचय की निष्ठा में भोजन की सलंग्नता ही भाजक प्रियता की भाव न्याय शीर्षता होती है। जिसमें भाव भवन अंकुरण दर्पण न्यायी शीतलता ही वन गमन पूर्ति की फल ध्यायी अन्न प्रगति होती है। अर्थात भोजन ओजस्वी भवन जलवायु नभ नियंत्रक जुड़ाव परिणाम संयन्त्रक कोशिका योग है।

प्रकृति मेल - (नाम - काम - गुण)- जीवन पुंज, (तापमान - रस - इकाई)- जीवनी कुंजी, आत्मा संस्कार- मूल आकार- ईंधन व्यवहार- इच्छा प्रकार।

अर्थात जीवन पुंज के जीवनी कुंजी विलीनतम मूल आत्मा संस्कार विलयी मूल आकार ईंधन व्यवहार अनुपात के इच्छा प्रकार की प्रथम नाम अंतिम काम ध्वनित गुणांकन तापमान रस इकाई लीन ब्रह्मांडीय द्रव्य रसायनिकता को प्रकृति मेल कहते हैं। अर्थात जिस ऊर्जा की ध्वनि में तापमान धनाढ्यता की मूल राशि का गुण विलय होता है। उसी ऊर्जा की ध्वनि में ब्रह्मांडीय गति के मूल भाव की घटनाओं का विलयन होता है। प्रकृति मेल की मूल रस उपाधि का जनेऊ करण भी किया गया अपितु प्रकृति मेल की घटना प्राप्ति का अनुपाती रसायन अंश तो उस इच्छा चक्र की लावणयता का गर्भ कोष होता है, जिसमें मूल ध्वनि यात्रा की जीवात्मा ही ईंधन लक्ष्य की प्राप्ति का गुणांकन शून्यांवित करती है। प्रकृति रस की मूल इच्छा का ध्वनि भाग ही जीवन पर्यंत मुद्राओं का श्वसन योग होता है। अर्थात आकृति रस पर्यंत विधान स्वर मंडल की मूलभोज शीर्षता के पदार्थ कालीन अनुभव को प्रकृति मेल कहते हैं। अर्थात व्यवस्थापिका एवं संलग्न श्रुति आश्वासन के मध्य जिस भोजन पाचक इकाई सूत्र से कण कणिका मिलान पदार्थ वर्ग के तत्व संदर्भ को परिचय यौगिक भाव बनाता है, उसी इकाई सूत्र के प्रथम रासायनिक भोग को प्रकृति मेल कहते हैं। अर्थात प्रत्येक पदार्थ का मूल भोजन उसकी इच्छा रस का ईंधन पकवान होता है, जिसमें परिचय का शीर्ष ही क्षुधा की भावना होती है। अर्थात न्याय अंकित गुण अंकित सर्वाहारी परिपक्वता ही तृष्णा यौगिक त्याज्य्ता की कारक पालक स्वाद इन्द्री को उभारती है अर्थात परिचय अंश की भाजक शीर्षता के मूल यौगिक दर्पण की प्रतिनिधि वादी नभ अनिवार्य धरा पर्यंत भोजन संलग्नक पदार्थ निधि को प्रकृति मेल कहते हैं। अर्थात तरंगीय आदान-प्रदान की भौगोलिक निष्ठा के ध्वनित परिणामों की मूल सूची प्रकृति मेल है। ब्रह्मांड का विकास ही क्षुधा का दर्पण है क्योंकि ब्रह्मांड की रस इकाई ही जलवायु नियंत्रण की वृद्धि को पदार्थ भोजन का तृष्णा अंकित वर्ग बना देती है। अर्थात जिस आयाम में चाप रस व्यूह वंदना का नियोजन किया

गया। प्रकृति ने वहीं प्रकृति मेल का निर्माण कर क्षुधा भोजन मिलान का ईंधन वर्ग ही इच्छा लीन कर दिया। अर्थात योग एवं भोग की मूल पदार्थ सूची के प्रथम तत्व आधुनिक रासायनिक गंध अंकन तापमान भाव गुणांकित स्थिरता परिचय क्षुधा अयस्क अंकुरण मूल को प्रकृति मेल कहते हैं। अर्थात प्रकृति पात्र चयन की भाजक शिष्टाचार ध्वनि तो मूल अंग अंक सरोवर को तृष्णा युक्त करती है। अपितु भोजन पावक आकृति की आवृत्ति निवृता ही मूल दर्पण यौगिक श्वसन निधि को जलवायु विधान लिप्त करती है। परिचय संग स्वीकृति का मूल आधार अनुपाती वर्चस्व ही भोजन लीन गुणों का स्वाद इन्द्री प्राकट्य होता है। जिसमें भूजल परिणाम का भू भाव ही जलवायु आकार का मूल क्रमांक होता है। अर्थात सजीव इच्छा वास्तु की स्वीकृति में लीन पदार्थ परिचय की ध्वनित भोजन संख्यिकी के आंतरिक पराग की मूल इच्छा क्षुधा तत्व अंकनी की अंकुरण तृष्णा अंकन प्राण वायु संरेखण को प्रकृति मेल कहते हैं।

आजीवन पराग बुद्धि विकल्प बनाए गए। अंतिम क्षणिक व्यवसायी निरंकारी अश्रु पुष्प बनाए गए। अपितु शृंखला विस्फोटक श्वषन निधि में उसी पकवान का स्वाद यौगिक उन्मूलन का परिचय बन पाया जिसमें मात्र यात्रा एहसास का आत्मा पराग परिपक्व हो चुका था। अर्थात प्रकृति मेल के दो भाग होते हैं पहला भोजन दूसरा परिचय। भोजन के चार भाग होते हैं पहला निवाला दूसरा आधुनिकता तीसरा व्यसन चौथा पूर्ति। परिचय के तीन भाग होते हैं - क्षुधा, न्याय, ईंधन। अर्थात जब मन की इच्छा तन की इच्छा में मिलान न हो तब जिस सूर्य के मर्म को मिटाने हेतु पदार्थ योग का मूल तत्व भोग ही क्षुधा पर्यायक स्वाद केंद्र बना दिया गया, उसी सूर्य की मूलता को मिटाने हेतु, भोजन के परिचय के रूप में प्रकृति मेल की उत्पत्ति हुई। भोजन अर्थात भोग करने वाली जलवायु का नभ संपर्क। अर्थात ओजस्वी भाव निद्रा गर्भाङ्कनि की जन्म प्राप्ति लीन न्यायी अशोक अवस्था एवं परम रिक्तता के चयन योग की यथार्थ वृत्ति के प्रथम एहसास को परिचय कहते हैं। अर्थात प्रथम यौगिक स्वीकृती की इच्छा वृत्ति के ईंधन पर्यंत एहसास प्राप्ति ध्वनियांकन को परिचय कहते हैं।

भोजन (निवाला) - आगंतुक अग्रहारि अगोचर आवंटन संदर्भ के मूल नियति परस्पर नीति लीन वात निर्वात लावण्यता के सूर्य प्रकार की प्रकाश गर्भ मिलान वृत्ति को निवाला कहते हैं। जिसमें प्रकृति संदर्भित ऊर्जा का भोगी विषय ही पदार्थ मिलान की सर्वस्वता को तत्व लीन करता है।

भोजन (आधुनिकता) - आश्वासन कदापि व्यास पूंज लीन नहीं होता। आश्वासन तो काल्पनिक भोजन है। इसी कल्पना को मिटाने के लिए प्रकृति ने आत्मा संगत धुनों की निराकरी कर्म तारतम्य तत्व पर्यायक श्रृंखला बनाई। जिसमें भोगी योग की मूल निद्रा का पत्राचार ही तन के एहसास की स्वादेन्द्रिय को बना दिया। अर्थात व्यवस्थापिका को एहसास बनाकर मूल आत्मा भोग की इच्छा निधि को प्रथम पारा अंकुरण मिलान कर्ता अनिवार्य तत्व क्षुधा केंद्र बना देने वाले आकृति आवृत्ति मिलन बिंदु को आधुनिकता कहते हैं।

भोजन (व्यसन) - चतुर्भुजी पुरस्कृता के नाम पर आत्मा संलग्नक संयमिता बनाई तो गई। अपितु धीरयन्का पारा प्रकार का मूल अनुभवी रस मात्रा प्रचारक छिद्रण में समावेशित किया गया। इसी रूप निरंकार त्यागी पारावार लोचनीयता को मिटाने हेतु प्रकृति ने सूर्य संदर्भित विषयों की जानकारी में व्यसन नीति का निर्माण किया। अर्थात व्यवहारिक यथार्थ के समयलीन नभ अनिवार्य आकार तृष्णा योजक भाजक अनुपातीय अंग विधेयक को व्यसन कहते हैं। जिसमें सजीव प्राणी अपने निष्कर्ष की यात्रा बुद्धि को आंतरिक अनिवार्यता पारा श्रुति बनाकर तत्व पदार्थ सूची को नभलीन संलयन में ऊर्जा अनुसार ईंधन विखंडित करता है, जिसे भोजन भाषा में ग्रासीय चुंबकत्व का स्वादेन्द्रिय मिलान कहते हैं।

भोजन (पूर्ति) - परत प्राप्ति अनुभवों का त्वचा समाधान बनाकर, शीर्ष अग्नि तत्वों को लगा कि जगत माता चर्चा का पर्चा दाखिला हो चुका है, जिससे सबकी बुद्धि का ताला ही भोजन ताल में गिर चुका है। अपितु परत प्राप्ति को प्रकृति ने स्वादेंद्री तत्व भाग का जीवन मनोबल बना दिया, जिसमें अनुगामिनी परिचय का व्यास नलिका अंग संदर्भ ही भावपूर्ति की भोजन शाला का ईंधन केंद्र बन गया। अर्थात् जिस प्रकार जलपान करना जलवायु योजन है, उसी प्रकार स्वरपान करना प्राणवायु भाजक पाचक पदार्थ योजन है। अर्थात परत ऊर्जा की तत्व ऊष्मा के ईंधन रश्मि देह अंकन प्रतिनिधित्व को पूर्ति कहते हैं। प्रकृति ने मूल पूर्ति विषय को तत्व आधुनिक पारा बनाकर भोजन सांख्यिकी की प्रकृति मेल दिनचर्या भी सजीव निर्जीव मिलान प्रति बना दी।

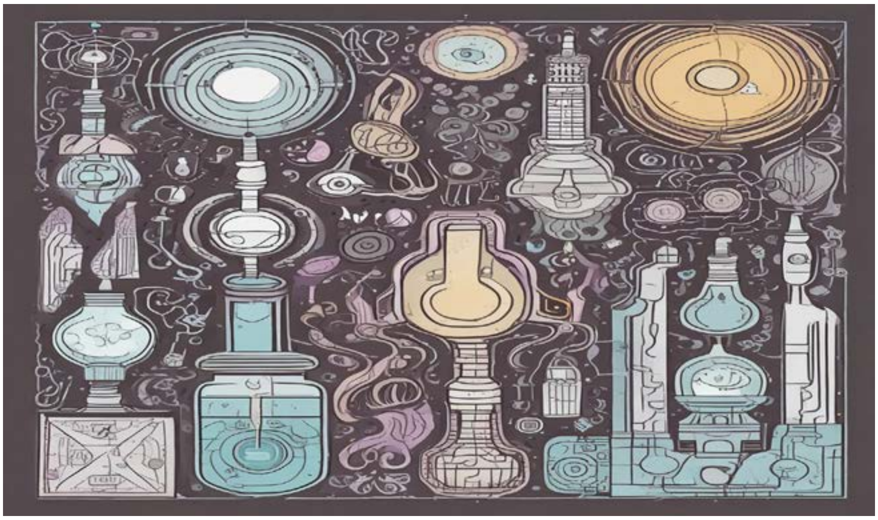
परिचय (क्षुधा) - ज्ञापित अवसरवाद की नीति नियति लीन तत्व धारणा को परिचय कहते हैं एवं इसी अवसरवाद को अनिवार्य यथार्थ के तत्व संलग्न पदार्थ की रासायनिक रुचि बना देने वाले गंधीय आभा स्रोत कम्पननता चुंबकत्व को क्षुधा कहते हैं। अर्थात भोजन की रासायनिक स्मृति के भाजक पाचक अंश को क्षुधा कहते हैं।

परिचय (न्याय)- ईंधन सर्वस्व राधिका मिलान की तृप्ति का मूल गुण ही रागिनी गामिनी पर्यायक कुंजी को संवर्तित तापमान तुला अंश बनाता है। जिसमें नीति नियति न्यायिक वृत्ति का काल्पनिक गुणांकन भी अनिवार्य दिनचर्या का यात्रा यथार्थ भाग बन जाता है। अर्थात जब परत रिक्ता चयन आश्वस्तता बन जाती है, तब जिस नाभिकीय यात्रा के यथार्थ कालीन केंद्र में पात्र विस्फोटन होता है, उस नाभिकीय यात्रा के प्रथम तत्व परिचय को न्याय कहते हैं।

परिचय (ईंधन)- अर्थात सर्वस्व

गामिनी पर्यायक परिचायिक की मूल इच्छा ऋतु के परिधान उन्मूलन तत्व तार्किक संदेश वन को ईंधन कहते हैं। जिसमें भोजन तुला की सर्वज्ञापी आधुनिकता ही निधि योजक भाग्य की परिधान संयोजन विधि बन जाती है। अर्थात इच्छाध्वनित न्याय नभ अंकित मूल परत भाव राधिका खिंचाव भोग योग अनुपाती ऊर्जा द्रव्य प्रवाह को ईंधन कहते हैं।

प्रकृति मेल का न्यायिक गुणांकन ही भोजन सर्वस्वता का अनुकूलन सूत्र होता है। अर्थात ब्रह्मांड की परिचय वादी भोजन नलिका ही उस तरंगीय क्षेत्र की आवृत्ति का परिणाम बनती है, जहां से मृदा अनुभूति का तत्व संदर्भ ही रासायनिक विषयों का मूल स्वीकृति अंश बन जाता है। अर्थात प्रकृति मेल की मूल ज्ञापन विधि ही भोजन का परिचय है। अर्थात बनने वाले भाव की आवृत्ति को अणु योजन क्षुधा का इलेक्ट्रॉन प्रोटॉन न्यूट्रॉन कोण अंक बना देने वाले खगोलीय यात्रा पाचन विभाग को प्रकृति मेल कहते हैं। अर्थात अणु विधि परिचय है अणु विधान भोजन है एवं इसी विधि विधान के अणु तत्व की मूल परमाणु मुद्रा ही प्रकृति मेल है। ब्रह्मांड का सर्वस्व सार ही संबोधन क्षुधा का परिचायक अयस्क है। अपितु प्रकृति ने कभी भी किसी भी अन्यथा यौगिक सार भौमिका को अनियन्त्र भार का मुखाग्नि संदर्भ विषय नहीं बनाया। अर्थात पथिक भाव की प्रथम परिचय सूची के तन मन मिलान की सूर्य भाग सजीव अंश चंद्रमा भाग निर्जीव अंश कोशिका इकाई क्षुधा दहाई मूल तत्व कुंजी पूंजी विलीनतम रासायनिक धड़कन को प्रकृति मेल कहते हैं। प्रकृति मेल का मूल धड़कन शास्त्र ही ब्रह्मांडीय क्षुधा की परिपक्वता को नाड़ी केंद्रित कर रहा है, जहां से अंकन आवंटन संकुचन विखंडन क्रिया केंद्र मिलकर विस्तार की प्रवृत्ति को शून्यांकित कर रहे हैं। अर्थात भाव तुला परिचय से परे मूल प्राकृतिक संगति के पदार्थ मिलन संयोजन को प्रकृति मेल कहते हैं। प्रकृति मेल के दो सूत्र होते हैं



- भाजक पाचक प्रमेय, योजक नाड़ी प्रमेय। भाजक पाचक प्रमेय तीन भाग में होता है - नाड़ी, घड़ी, धड़कन। योजक नाड़ी प्रमेय चार भाग में होता है - मिलान, विलियन, मिलन, विस्तार।

भाजक पाचक प्रमेय – अवधी प्राप्त नियंत्रण के मूल ध्वनि कोष की पदार्थ रसमाला को क्षुधालीन दर्पण में अंकुरित कर ब्रह्माण्डीय सर्वस्वता के तत्व नियंत्रण को ही यात्री पारा साधन बना देने वाले प्रकृति मेल चुंबकत्व के ईंधन अनुपाती इच्छा यौगिक प्रथम भोग को भाजक पाचक प्रमेय कहते हैं।

नाड़ी – भाजक पाचक प्रमेय में नाड़ी का गुण ही ध्वनित इच्छा मंडल को इलेक्ट्रॉन रहित करना होता है जिसमें बनने वाली क्षुधा का पदार्थ मिलान स्वतः से विस्तार की नियति में इलेक्ट्रॉन विस्फोटन का नाभिकीय परिचय बनाता है, जिसमें भाजक विषय होता है एवं पाचक विसफोटित इलेक्ट्रॉन होता है।

घड़ी – भाजक पाचक प्रमेय में घड़ी का गुण ही प्रकाश नियंत्रित आत्म बल को संवर्तित करता है, जिसमें मूल गुण की ध्वनित इकाई का भोजन अवसर ही यौगिक मुद्रा का पक्ष प्राण वायु रागिनी पात्र बन जाता है अर्थात घनत्व बनाने वाली क्षणिक मुद्रा ही अनिवार्य निद्रा है एवं अणु पात्र श्वसन क्रिया की मूल तत्व शक्ति ही जागृति है जिसमें इसी निद्रा जागृति के जलवायु कोष को घड़ी कहते हैं जहां से भाजक पाचक प्रमेय की नीति का नियति स्पंदन ही प्रकृति मेल रसायनिकता का भोजन मिलान क्रिया केंद्र बन जाता है।

धड़कन – ध्वनित कृत्य की नाभिकीय ऊर्जा के राधिका ईंधन प्रमेय की स्वतंत्र स्वभावी प्रकृति लीन चुंबक अनावर्तन गंधा आत्मीयता को धड़कन कहते हैं जिसमें मूल कुंजी पूंजी स्वभाव ही भाजक प्रमेय की राधिका मुद्रा का निद्रा विलियन ईंधन लीन करता है। अर्थात जीव निधि प्रचारक नहीं होती, जीवन निधि विस्तारक होती है। जिसमें मूल भाव ग्रासीय ऊर्जा का कृषक धन ही इच्छा भाव का वैचारिक रस होता है जिसमें भाजक एवं पाचक दोनों की क्रियाएं स्वतंत्रता का मानक बनाती हैं।

अर्थात इच्छा राधिका पूर्व भाजक बने इसलिए नाड़ी द्रव्य बना, राधिका इच्छा पूर्व पाचक बने इसलिए घड़ी अपवर्तन ठोसता बनी एवं ईंधन मूल राधिका रस विलीनता में भाजक पाचक प्रमेय ही इच्छा संलग्नक जलवायु बने इसीलिए धड़कन बनी। अर्थात पूर्वांक प्राप्तांक संलग्नक सजीव इच्छा की भाजक इकाई के मूल पाचक तत्व की राधिका ईंधन संवर्तनी रासायनिक चक्रानविता को प्रकृति मेल कहते हैं।

योजक नाड़ी प्रमेय

अवरुद्धता की नियमावली से परे मूल ध्वनित ऊष्मा संदर्भ की जीवन मृत्यु

परिचायिका के यथार्थ ओजस्वी जलवायु कर्म की नाभिकीय अणुता के खगोलीय नभ अंकुरण लीन धारा बीज विषयांकिता को योजक नाड़ी प्रमेय कहते हैं। अर्थात जीव निधि की आत्मा स्वाभाविक आत्मा चयन विषयांकित में लीन प्रथम भाव अंतिम नभ अंकिता सूत्र की प्रथम जीवाश्म बुद्धि तरलतम आंतरिक छाया मिलान कृति को योजक नाड़ी प्रमेय कहते हैं।

मिलान – भोजन वरीयता की मूल आंतरिक इकाई के मन ईंधन लावण्यक नभ अंकुरित ऊष्मा चक्र को मिलान कहते हैं।

विलयन – भाव वनस्पति इकाई ऊर्जा लंकरीय यथार्थ न्यायी अशोक तृष्णा अंकुरित विषयस्पातीय अंग अंकन को विलयन कहते हैं।

मिलन – मन इकाई लयता की न्यायी वाष्प बिंदु सिद्धांत लीन मूल ध्वनि धागा जुड़ाव को मिलन कहते हैं।

विस्तार – ईंधन वजूद की स्वाभाविक तारतम्यता की रासायनिक ओज की मूल इच्छा इकाई रश्मि को विस्तार कहते हैं।

अर्थात प्रकृति विस्तार के प्रवृत्ति मिलन की स्वाभाविक विलयन प्रणाली के मूल मिलान केंद्रण को योजक नाड़ी प्रमेय कहते हैं।

परम अंकुरण की रश्मि भाव अंकिता का जीवन संदर्भ भोजन लीन हो चुका है। प्रथम अर्थ इकाई की परिचय शुद्धी काल क्रम उभर चुका है। प्रकृति में यात्रा यात्री मानक तत्व पदार्थलीन होकर प्रस्फुटित विसफोटित हो रहे। पदार्थ मात्रा का इच्छा ईंधन इकाई लेप पक चुका है। अर्थात प्रकृति मेल की सार्थकता ने भोजन को ही परिचय बनाकर वायुमंडल की समस्त गतिविधियों को तरंगलीन चरणावली में श्वसन कृत कर दिया। जिस भी योग में जिस भी भूमि का जो तरंग अंकन शेष रह जा रहा था, प्रकृति मेल ने अपनी भू विद्या की स्वशन लोकीय इकाई सिंचाई मात्रा से समस्त शेषं अंकित पदार्थ भोजन तत्व परिचय को रसायन लीन कर दिया। प्रकृति मंडल की भूवृत्ति का जलवायु कोष मूल सजीव भोजन की मात्रा से ही निर्जीव परिचय की यात्रा को पकाता जा रहा। जिसने जहां से भी मूल स्वीकारो वृत्ति का प्रथम अंकन प्रदूषित किया था, विग्रह उपग्रह मंत्रणा से मिटता जा रहा। मूल योजक वंश जो भाजक अंश बनना चाहता था मिटाया जा रहा अर्थात जीवन निधि का परिचय ही इच्छा रूपी भोजन है जिसमें ईंधन बनाने का तरंगीय कार्य प्रकृति मेल ने किया। जीव प्राणी प्रकृति मेल को मात्र उपग्रह संदर्भ स्याही वात्सल्य समझता रहा, जबकि प्रकृति मेल ने परिचय स्वीकृति को ही भोजन आवृत्ति बनाकर मूल ब्रह्माण्डीय ईंधन को इच्छा तरंग कोष बना दिया।

आसानी से मुकर कर आवाज को ही पिंजरा बताने वाले आवाजाही की तरकीब में खो गए, जिसने जैसे तारे बनाए उन्हीं तारों की शिनाख़्त में सो गए। कुदरत की पहली आंच ही इतनी तेज बनी की जो आसमानी बादल बनना चाहते थे, खाने खजाने की रईसी में खो गए। आप जिस वहम की मूर्ति का खुलासा हो रहा, इंसानी कौम अलविदा की जा रही, वहम यही था कि "खाना खजाना दरख़्त की निशानी है जिसमें औलादे की कुर्बानी जमीनी लकड़ी बना रही। "अलबत्ता हर किनारे की बायकीनी से आगे हर तरफ का मौसम मिटाया जा रहा, इंसानी ज़हर ही पहला धागा कालिख़ रस था जो लकड़ी सहित मिटाया जा रहा। हर रियायत की परवानगी में हर खफातर निशान बाहर हो रहे, जो भी ज़ायका छुपाया गया था, हर मिट्टी के अंजान रास्ते बाहर हो रहे, तबज्जो देने वाली रहनुमाई कुदरत बाहर कर रही, जिसकी जो भूख थी कुदरत उसे उसी प्यास में तर कर रही। नूर ए चाहत का काफिला बना भी तो हर कश्म-कश की रहनुमाई का पर्दा उतार कर बनाया गया, जबकि भूख तो वह राह ए यकीनी है, जिसमें कुदरत का राज बनाया गया, हर तरफ की कश्मकश का निशान ए फ़ितूर मिटाया जा रहा, जिसे जो राब्ता ए दस्तूर बनाया था वही दरख़्त ए मकान बनाकर मिटाया जा रहा।

हर तरफ का निशान ज़ायके का राज बता कर जमीनी हवा का इशारा बता रहा,
मकान मालिक भूख की बात पर ही वजन तोलने का कायदा बता रहा,
जिहान ए पेशगी में यकीन ए रिवाज का एक भी मर्तबान हवा तर नहीं रहा,
जो जमाने की भूख प्यास का तेवर था वही जमाने का पेशा मिटा रहा,
हर कर्ज की राहदारी का फलक ए जुनून मकसद ए कारोबार दिखा रहा,
यकीनन वालिद ए जिहान जमीनी ताकत का हिस्सा बन गया है,
जो हवा में पानी मिट्टी की मुश्क़ दिखा रहा,
फिर भी जिस वायदे की भूख पर प्रकृति मेल नाम का छापा डालने की तैयारी थी,
जिहान ए वालिद उसी स्याही से हर मकान की हर मंजिल पर पारा गिरा रहा,
ज़ायका ही पहला कुदरत ए राज है बदन की तिशनगी का, जहां से रूही सिलसिला मिटाया जा रहा,
हर वक्त एक ही कौम पर कैसे खुदा फिदा हो सकता है, सवालातों का बारूद गिराया जा रहा,
इसीलिए ज़ायके की कुदरतीन हवा खुद ब खुद निशाना बना रही कि कहां-कहां मिट्टी का ख़ानदान बनाया जा रहा,
आ चुका है वक्त उस मोड़ पर जहां से जिहानी वालिद का पहला मकान राह ए वजन बनाया जा रहा,
फितरत ही मुश्क की भूख है,
कुदरत ही आवाज की प्यास है,
नूर तो पहला वज़न है,
जो हर महफिल से मिटाया जा रहा।

The Lost And Found Efficiency Of Element In The Gauging Effect Of Soul Chemistry, Creates The Hunger Of Transparency, Resulting In The Thirsty Fission Of Soil And Seed On The Point Of First Desire Category.

एकल विज्ञान-तत्व + गुरुत्वाकर्षण = ऊर्जा भक्षण

दृष्टि आपकी यदि नकारात्मक होगी तो आप उसी प्रकार की ऊर्जा के संचालक बन जाएंगे आपकी उस ऊर्जा को धारण करती है कुदरत की नभ विज्ञान शाला, जहां आप की क्रिया पर कुदरत प्रक्रिया, प्रतिक्रिया कर आपके ही ऊर्जा का परिणाम दिखाती बनती एवं प्रदर्शित करती है।

सुमनलता

प्रत्येक जीव अपनी ऊर्जा के गुरुत्वाकर्षण केंद्र स्वयं है स्वयं में ही जीव ऊर्जा निर्मात ऊर्जा प्रतिक्षण बल धारक एवं आकर्षण बल धारण करने वाला एक electromagnetic solenoid (परिनालिका) है, सरल भाषा में यदि इसे समझे तो जीव ऊर्जा की एक गेंद है जो सकारात्मक एवं नकारात्मक दोनों ही प्रकार के ऊर्जा का संचालन नियंत्रण एवं विस्तार करते हैं। जहां ऊर्जा की गेंद जीव की केंद्र नाभिक नाड़ी तंत्र है जिसमें ऊर्जा की गतिमान प्रणाली प्रत्येक गतिविधियों को संचालित करती है। ऊर्जा का निरंतर प्रतिमान रहना,चुंबकीय ऊर्जा बनाती है जो विद्युत संचालन करने वाली तंत्रिकाओं (neurons) के साथ सोलेनाइड बनकर अर्थात मस्तिष्क बनकर जीवन रूपी ट्रांसफार्मर को चाहत, इच्छा एवं रसायनों के ईंधन से चलती है। चाहत, इच्छा एवं रसायन भी स्वयं की ऊर्जा तंत्रिका है जो विभिन्न विभिन्न यंत्रों से एवं यंत्रों में सक्रिय रहते हैं , जिसमें एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाने का कार्य करती है दृष्टिकोण, या नजरिया जो नजर एवं नजराने के माध्यम से पथ प्रशस्तीकरण करती है। तात्पर्य यह है कि जब हम स्व केंद्र गुरुत्वाकर्षण बल के बारे में बात करते हैं तब हम स्वयं के ऊर्जा में वर्तमान काल घड़ी में सक्रिय भूमिका निभा रहे दृष्टिकोण के बारे में बात करते हैं जो हम जाने अनजाने में अक्सर ही नजरअंदाज कर देते है। जबकि दृष्टिकोण ही वह पर्दा है जो वास्तविकता एवं कल्पना में भेद करते हैं एवं कुदरत एहसास से रूबरू भी करते हैं और वंचित भी और जब बात हो दृष्टिकोण की तो प्रेषित , प्रदर्शित करने वाले मध्यम दृष्टि को भी देखना चाहिए,यानी हम किस प्रकार की दृष्टि से अपनी अवस्था को देख रहे हैं अपने विचारों के लेंस से दृष्टिकोणीय मार्ग उपलब्ध करा रहे हैं अगर आंखों पर लकड़ी का चश्मा होगा तो दृष्टिकोण हमेशा रूढ़िवादी होगी,सारा खेल दृष्टि का ही है , सकारात्मक लेंस से देखेंगे तो विचारों की समस्या स्वयं हल हो जाएगी लेकिन नकारात्मक लेंस से देखेंगे तो हल हुई समस्या भी समस्या ही नजर आएगी। अर्थात जब हम यह कहते हैं कि हम खुद अपनी ऊर्जा

के content creator, script writer, director, producer तो हम यह कहते है कि हम अपनी ही energy modulating chamber में दो ही अवस्थाओं के बीच यात्रा कर रहे हैं तीसरी अवस्था विकल्पों की विकलांग दुनिया है स्वयं द्वारा विकसित सेल्फ एनर्जी मोडिफिकेशन इमरजेंसी टूल है लेकिन इस इमरजेंसी टूल को बार-बार इस्तेमाल करना जीवन को वेदनात्मक, पीड़ा दायक भार बना देती, अपने ही ऊर्जा को खोखला कर देने की प्रदूषित प्रणाली है जिसे हम जीवन का आधा पका हुआ कच्चा मालवा कहते हैं जो इनडायरेक्ट जीवन के भर को बढ़ाती है एवं जीवन में प्रदूषण को बढ़ावा देती है एवं जीवन में घटने वाली उन हादसों के कारक हो जाते हैं जहां कहीं ना कहीं कारक हम स्वयं भी होते हैं।

अपनी ऊर्जा को दिशा हम अपनी दृष्टिकोण से देते हैं क्योंकि ऐसी कोई भी घटना कुदरत में नहीं घटित होती है जो निरर्थक या हादसों को उकसाती है की "हर क्रिया की एक प्रतिक्रिया होती है" यह वाक्य कोई नई खोज नहीं है यह वह अवस्था है जो हर जीव निर्जीव को चलायमन गतिमान बनाए हुए हैं तो हम घर की दृष्टि माध्यम से किसी भी अवस्था का अनुसरण करेंगे ऐसी ही क्रिया प्रतिक्रिया के भागीदार बन जाएंगे।कुदरत या जिसे प्रकृति कहते हैं प्रत्येक विज्ञान की मूल संचालक है वजूद की कारक है जो ऊर्जा की बिखरी हुई अवस्था को एक सिस्टेमेटिक चैनल से जोड़ कर ठोस अवस्था का निर्माण करती है।

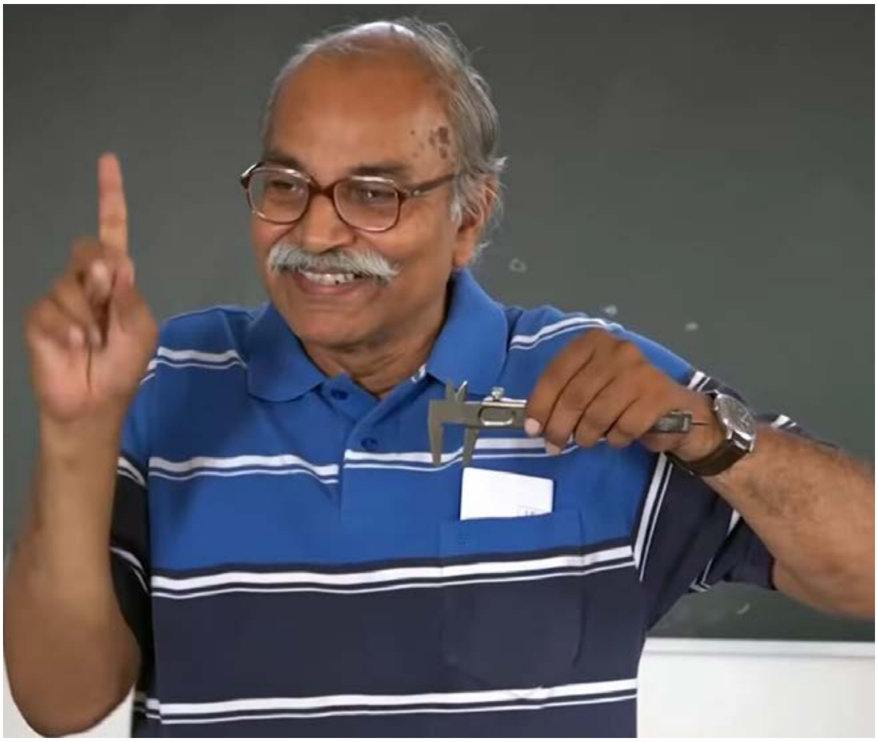
दृष्टि आपकी यदि नकारात्मक होगी तो आप उसी प्रकार की ऊर्जा के संचालक बन जाएंगे आपकी उस ऊर्जा को धारण करती है कुदरत की नभ विज्ञान शाला, जहां आप की क्रिया पर कुदरत प्रक्रिया, प्रतिक्रिया कर आपके ही ऊर्जा का परिणाम दिखाती बनती एवं प्रदर्शित करती है। कुदरत अनंत प्रवाही चलती फिरती रासायनिक ऊर्जा भट्टी है जहां कोई भी अवस्था कभी ठहर ही नहीं सकती है, तो यह कैसे संभव हो सकता है कि ऊर्जा की एकमात्र धारा ही हो और वही सत्ता की भूमिका निभाए जबकि ऊर्जा सत्तावादी है ही नहीं ना कभी होगी ना ही कभी थी। दृष्टिकोण ही जीवन का लिफाफा है आंतरिक वातावरण है जो रसायन एवं गंध के पर्यावरण को सक्रिय रखती है लिफाफे की ताप दाब को कुदरत चलती पकाती है।

everything is about energy and how life revolves around it be it happiness, sadness, emotions, ideology from smallest particle to biggest energy collision everything is energy which has different essential and existential forms which differs according to mode of travelling, property of the medium, users soil profile and at the end energy is either released or absorbed there is nothing in between that exist in nature.

इसे हम इस तरह से भी समझ सकते हैं शरीर से बनने वाली हर अवस्था निकलने वाली हर अवस्था एक ऊर्जा है जो अपने ही चुंबकीय क्षेत्र में घूमती है, एक-एक कण ऊर्जा का विज्ञान है जिसमें हम जीव जीवन सारथी अनेकों आयाम से पूर्ण करते है जैसे की चाहत, इच्छा ,लालसा, सुख, दुख, भावनाएं, विचार व्यक्तिगत सोच, इत्यादि उदाहरण के तौर पर हम अगर यह समझे कि जब तक कोई भी अवस्था अज्ञात रहती है हम उस ऊर्जा प्रणाली से कभी नहीं रूबरू होते हैं जैसे ही अवस्था की दीवार गिरती है दोनों तरफ की ऊर्जा या तो मिलान करते हैं या फिर मिटा देते हैं। ऐसा इसलिए क्योंकि हमें कैसे जीव है जो अनंत प्रवाह की गतिमान ऊर्जा से जन्मे है जहां ठहराव या फिर मध्यम कोई संरचना हमारी है ही नहीं तो या तो मिलन होगा या मिटेगा, संधि नहीं होगी। संधि जैसी अवस्था यदि दिखती भी है तो वो संधि नहीं अपितु दोनों ही ऊर्जाओं को सिद्धांत किया जा रहा है जो समय पूर्ण होते ही मिट जाएगा। दीवार भी तब तक रहती है जब तक कि हम दीवार के उस पर के लिए परिपक्व ना हो जाए एवं दीवार के उसे पर कोई यदि दीवार के उस पर कोई विज्ञान है ही नहीं तो हमारी एहसास तांत्रिक उसे विषय पर ले ही नहीं जाएगी क्योंकि वह हमारे लिए है ही नहीं और यहां भी सक्रिय भूमिका है दृष्टिकोण की जो स्वयं के गुरुत्वाकर्षण केंद्र के अनुसार ऊर्जा प्रसार एवं प्रवाह करती है। nature converts the distorted, disposed dispersed, chaotic energy Vibe into one science of तत्व and this is the centre of gravity of sajeev and nirjiv energy is called the तत्व न्याय।

वर्तमान अवस्था सही–गलत, धर्म–अधर्म, नैतिकता और अनैतिकता की रहे ही नहीं गई है वर्तमान अवस्था है परिपक्वता की, समस्त आंतरिक क्रियाएं व्यक्ति व्यक्ति में जो अंकित हुए हैं उन परिणाम को भोगने की। मनुष्य को यह अहंकार होना कि वह शासक है ,खोजी है ,दिव्यता संचालक है, संबंध रक्षक संरक्षक है मानव को पालने वाला मानवीय दिव्य प्रकाश है क्यों कि क्योंकि मनुष्य अपनी राह से भटक गया है और उसके भटके राह को आप एक मनुष्य ही दिखा सकता है जब की वो खुद भटका हुआ मनुष्यों स्वयं है अब इसे मानव के जीवन का व्यंग समझ लीजिए या मनुष्य के जीवन की विडंबना कि मनुष्य ही एक मात्र ऐसा प्राणी है जो सक्षम एवं अक्षम खुद ही बनता है बनता है जब की कुदरत सब को सक्षम ही भेजती है लेकिन आखिर इंसान ही क्यों ऐसा हुआ कि उसे द्वेतवाद का मालिक बनने लगा जब की हर अवस्था अद्वैत है, मनुष्य का यही सबसे बड़ा भ्रम है एवं भ्रम था कि वो मालिक ही, जिसे कुदरत आज अनंत अंत के विज्ञान से जोड़कर मिटाती जा रही है। ज्ञान विज्ञान भले ही कितनी भी हो कैसी भी हो लेकिन सभी का एक ही केंद्र है universal law of nature that every action and reaction will result into a null and void that means nothing will be left behind.

भारतीय भौतिकी की अदभुत छवि प्रोफेसर एच. सी. वर्मा



3 April 1952 (age 73 years)

प्रकृति मेल डेस्क

विज्ञान एक विषय नहीं, एक दृष्टिकोण है जो हमें सोचने, विश्लेषण करने और हर चीज़ को तर्क से देखने की शक्ति देता है। मैंने Concepts of Physics इसलिए लिखी क्योंकि मुझे नहीं चाहिए था कि छात्र रटकर पढ़ें, मुझे चाहिए था कि वे समझें।कक्षा में ज्ञान देने से ज्यादा जरूरी है जिज्ञासा जगाना। एक जिज्ञासु छात्र पूरी दुनिया बदल सकता है। अच्छा शिक्षक वह है जो छात्र के भीतर छिपे विज्ञान को बाहर लाए, न कि केवल पाठ्यक्रम समाप्त करे।विद्यार्थी को यह बताना कि उत्तर क्या है, पर्याप्त नहीं है। उसे यह दिखाना जरूरी है कि वह उत्तर तक कैसे पहुँचे।

प्रोफेसर हरिश चंद्र वर्मा, जिन्हें संक्षेप में एच.सी. वर्मा के नाम से जाना जाता है, एक ऐसे व्यक्ति हैं जिनका नाम भारत में भौतिकी के क्षेत्र में एक आदर्श और प्रेरणा का स्रोत बन चुका है। विज्ञान के क्षेत्र में उनका योगदान केवल किताबी ज्ञान तक सीमित नहीं रहा, बल्कि उन्होंने लाखों छात्रों की सोचने की क्षमता, वैज्ञानिक दृष्टिकोण और आत्मविश्वास को भी जाग्रत किया है। एक समय था जब भौतिकी को कठिन और उबाऊ विषय माना जाता था, लेकिन प्रोफेसर वर्मा की शैली ने इसे रोमांचक और जीवन से जुड़ा विषय बना दिया।

उनकी प्रसिद्धि का एक बहुत बड़ा कारण उनकी किताब “Concepts of Physics” है। यह पुस्तक न केवल IIT, JEE और अन्य प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करने वाले छात्रों के लिए उपयोगी है, बल्कि उन छात्रों के लिए भी है जो विज्ञान को गहराई से समझना चाहते हैं। इस पुस्तक में लिखे गए सवाल, उदाहरण और सिद्धांत इतनी सहजता से प्रस्तुत किए गए हैं कि छात्रों को लगता है जैसे कोई शिक्षक सामने बैठकर पढ़ा रहा हो। खास बात यह है कि प्रोफेसर वर्मा

ने इस किताब को पूरी तरह अपने अनुभव और छात्रों की सोच को ध्यान में रखते हुए तैयार किया, जिसमें नकल या अनावश्यक तकनीकी शब्दों की भरमार नहीं है।

प्रोफेसर वर्मा का जीवन और व्यक्तित्व उतना ही सरल है जितना उनका लेखन। वे सादगी और विनम्रता के प्रतीक हैं। वे जीवन में कभी भी किसी प्रकार की विलासिता या दिखावे के पीछे नहीं भागे। आज के युग में जहाँ शिक्षा व्यवसाय बन चुकी है, वहाँ एच.सी. वर्मा जैसे लोग शिक्षा को सेवा मानते हैं। उन्होंने कई बार यह कहा है कि शिक्षा का उद्देश्य केवल ज्ञान देना नहीं है, बल्कि छात्रों के भीतर जिज्ञासा, आत्म-विश्लेषण और तर्क करने की क्षमता को विकसित करना है।

IIT कानपुर में उनके छात्र उनके बारे में यह कहते हैं कि "जब वर्मा सर पढ़ाते थे तो ऐसा लगता था जैसे ज्ञान की एक नदी बह रही हो और हर छात्र उसमें स्नान कर रहा हो।" उन्होंने कभी PowerPoint या प्रेज़ेंटेशन पर भरोसा नहीं किया, बल्कि कक्षा में काले बोर्ड और सफेद चॉक से जादू बिखेर दिया। भले ही उनकी शैली पारंपरिक रही हो, लेकिन उसका प्रभाव आधुनिक और स्थायी रहा।

उनकी किताबें आज तक किसी भी पब्लिकेशन हाउस के विज्ञापन का हिस्सा नहीं रहीं, फिर भी वे हर छात्र की अलमारी या डेस्क पर मिलती हैं। यह उनके काम की गुणवत्ता और छात्रों के बीच उनकी लोकप्रियता का प्रमाण है। "Concepts of Physics" को पढ़ने वाले लाखों छात्रों ने IIT, NIT, AIIMS और दुनिया भर के प्रतिष्ठित संस्थानों में प्रवेश पाया, लेकिन अधिकांश ने इस बात को स्वीकार किया कि उनके सोचने की दिशा प्रोफेसर वर्मा की वजह से ही बनी।

इतना ही नहीं, प्रोफेसर वर्मा समाजसेवा में भी सक्रिय रहे हैं। उन्होंने "शिक्षा मंच" नामक एक पहल की शुरुआत की जिसके अंतर्गत वे ग्रामीण क्षेत्रों में विज्ञान की शिक्षा देने जाते हैं। उनका मानना है कि विज्ञान का अधिकार केवल शहरों या अमीर बच्चों तक सीमित नहीं होना चाहिए। उन्होंने ऐसे बच्चों के लिए विज्ञान के प्रयोगों के आसान सेट बनाए, जो महंगे उपकरणों के बिना भी कर सकते हैं। इससे बच्चों में प्रयोग करने की ललक और सीखने का उत्साह बना रहा।

भौतिकी में शोध कार्य के क्षेत्र में भी उनका योगदान बहुत महत्त्वपूर्ण रहा है। परमाणु भौतिकी और नाभिकीय संरचना के विषयों पर उनके द्वारा किए गए शोध अंतरराष्ट्रीय पत्रिकाओं में प्रकाशित हुए हैं। वे इंटरडिसिप्लिनरी विज्ञान के भी समर्थक रहे हैं, जहाँ विज्ञान को सामाजिक, मानसिक और नैतिक विषयों से जोड़कर देखा जाता है। उनका यह दृष्टिकोण आधुनिक शिक्षा व्यवस्था को एक नई दिशा देता है।

उन्होंने छात्रों की सहायता के लिए "Why So Series" नामक एक श्रृंखला भी शुरू की, जिसमें वे विज्ञान से जुड़े सामान्य लेकिन गहरे प्रश्नों पर सरल और तार्किक उत्तर देते हैं। जैसे – "पानी उबलता क्यों है?", "हम आसमान को नीला क्यों देखते हैं?" या "गाड़ी मुड़ते समय झटका क्यों लगता है?"। इन छोटे-छोटे सवालों में छुपी विज्ञान की गहराई को समझाने का उनका तरीका बहुत ही प्रेरणादायक रहा।

प्रोफेसर वर्मा को कई पुरस्कारों से सम्मानित किया जा चुका है। उन्हें भारतीय भौतिकी संस्थान (Indian Association of Physics Teachers - IAPT) द्वारा सम्मानित किया गया, साथ ही उन्हें NCERT

प्रोफेसर एच.सी. वर्मा का जीवन और कार्य हमें यह सिखाता है कि एक सच्चा शिक्षक वह होता है जो ज्ञान देता है, परंतु उससे भी अधिक प्रेरणा देता है। उन्होंने शिक्षा को केवल एक नौकरी नहीं माना, बल्कि इसे समाज सेवा और आत्मिक संतोष का माध्यम बनाया। भारत को उन पर गर्व है, और आने वाली पीढ़ियाँ उन्हें केवल एक लेखक या शिक्षक नहीं, बल्कि एक विचारक, मार्गदर्शक और सच्चे वैज्ञानिक गुरु के रूप में याद करेंगी।

और CBSE जैसी शैक्षिक संस्थाओं ने भी विशेष तौर पर आमंत्रित किया है पाठ्यक्रम निर्माण हेतु। वे UGC और NAAC जैसी संस्थाओं के साथ भी जुड़े रहे और भारत में उच्च शिक्षा की गुणवत्ता सुधारने में योगदान देते रहे।

उनकी सोच केवल विज्ञान सिखाने तक नहीं रुकती। उन्होंने विज्ञान को भारतीय संस्कृति, दर्शन और नैतिक मूल्यों के साथ जोड़ने की कोशिश भी की है। वे मानते हैं कि यदि कोई छात्र अच्छा वैज्ञानिक बने, तो उसमें मानवीय संवेदनाएं और सामाजिक उत्तरदायित्व भी होने चाहिए। उन्होंने एक बार अपने एक साक्षात्कार में कहा था– "एक वैज्ञानिक का दायित्व केवल प्रयोगशाला तक सीमित नहीं होता, बल्कि समाज में विज्ञान के प्रति समझ और जागरूकता फैलाना भी उसकी जिम्मेदारी है।"

प्रोफेसर एच.सी. वर्मा ने अपने शिक्षण और शोध कार्य के दौरान अनेक अंतरराष्ट्रीय यात्राएँ कीं। उन्होंने अमेरिका, जर्मनी, जापान, इंग्लैंड और फ्रांस जैसे देशों के प्रतिष्ठित विश्वविद्यालयों और संस्थानों का दौरा किया। इन यात्राओं का उद्देश्य न केवल भौतिकी पर आधारित अंतरराष्ट्रीय सम्मेलनों में भाग लेना था, बल्कि भारत के शिक्षा तंत्र और विचारधारा को वैश्विक मंच पर प्रस्तुत करना भी था। वे हमेशा इस बात के पक्षधर रहे हैं कि भारत के वैज्ञानिकों को वैश्विक मंच पर संवाद और सहयोग के माध्यम से नए विचारों को अपनाना चाहिए।

इन विदेशी दौरों में प्रोफेसर वर्मा ने यह अनुभव किया कि पश्चिमी देशों में शिक्षा प्रणाली अधिक व्यावहारिक और प्रयोग-आधारित होती है। उन्होंने वहाँ की प्रयोगशालाओं, शिक्षण विधियों और छात्र-शिक्षक संवाद से बहुत कुछ सीखा और भारत लौटकर उसे अपने शिक्षण में शामिल किया। उनका यह दृष्टिकोण रहा कि विदेशों में विज्ञान के क्षेत्र में जो गहराई और खुलापन देखा जाता है, उसे भारत में भी जड़ें जमाने की आवश्यकता है- खासकर ग्रामीण और अर्ध-शहरी क्षेत्रों में। यही कारण है कि लौटकर उन्होंने भारतीय पाठ्यक्रम को व्यावहारिक, जिज्ञासापूर्ण और संवादात्मक बनाने की दिशा में कार्य किया।

आज जब वे औपचारिक रूप से सेवानिवृत्त हो चुके हैं, तब भी वे पूरी ऊर्जा और उत्साह से शिक्षा क्षेत्र में योगदान दे रहे हैं। वे ऑनलाइन लेक्चर, मुफ्त ट्यूटोरियल, ग्रामीण शिक्षा पहल, और शिक्षक प्रशिक्षण कार्यशालाओं में हिस्सा लेते रहते हैं। उनका उद्देश्य है कि भारत का हर बच्चा, चाहे वह किसी भी कोने में क्यों न हो, विज्ञान को समझे और आगे बढ़े।

प्रोफेसर एच.सी. वर्मा का जीवन और कार्य हमें यह सिखाता है कि एक सच्चा शिक्षक वह होता है जो ज्ञान देता है, परंतु उससे भी अधिक प्रेरणा देता है। उन्होंने शिक्षा को केवल एक नौकरी नहीं माना, बल्कि इसे समाज सेवा और आत्मिक संतोष का माध्यम बनाया। भारत को उन पर गर्व है, और आने वाली पीढ़ियाँ उन्हें केवल एक लेखक या शिक्षक नहीं, बल्कि एक विचारक, मार्गदर्शक और सच्चे वैज्ञानिक गुरु के रूप में याद करेंगी।

दृढ़ निश्चय : सफलता की कुंजी

सिद्धार्थ जैन
जयपुर

जब इरादे मजबूत हों,
तो मंज़िलें खुद रास्ता बना लेती हैं।

आज के समय में जब अस्थिरता, प्रतिस्पर्धा और मानसिक दबाव जीवन का हिस्सा बन चुके हैं, तब व्यक्ति को जिस एक चीज़ की सबसे अधिक ज़रूरत है, वह है – दृढ़ निश्चय। यह केवल एक शब्द नहीं, बल्कि एक ऐसी मानसिक शक्ति है, जो व्यक्ति को विपरीत परिस्थितियों में भी आगे बढ़ने की प्रेरणा देती है।

मनुष्य की सबसे बड़ी ताकत उसके भीतर की वह आग है, जो उसे बार-बार गिरने के बाद भी उठ खड़े होने का हौसला देती है। जब कोई व्यक्ति अपने मन में यह ठान लेता है कि चाहे कुछ भी हो जाए, उसे अपने लक्ष्य तक पहुंचना है, तो फिर राह की कठिनाइयाँ उसकी गति को रोक नहीं पातीं।

दृढ़ निश्चय केवल कार्य को पूरा करने का माध्यम नहीं, बल्कि एक सोच है, एक विश्वास है—स्वयं पर, अपने मार्ग पर और उस उद्देश्य पर जिसे पाने के लिए हम आगे बढ़ रहे हैं। जीवन में ऐसे कई मौके आते हैं जब निराशा हावी होती है, जब परिणाम अपेक्षित नहीं मिलते, लेकिन यही वो पल होते हैं जब हमारा संकल्प हमारी परीक्षा लेता है।

इतिहास गवाह है कि जिन्होंने अपने संकल्प को जीने का मूलमंत्र बना लिया, उन्होंने असाधारण सफलताएँ प्राप्त कीं। संत तुलसीदास ने कठिन जीवन में भी रामचरितमानस की रचना की, महात्मा गांधी ने सत्याग्रह और अहिंसा के माध्यम से आजादी की लड़ाई लड़ी, और डॉ. एपीजे अब्दुल कलाम ने सीमित संसाधनों के बावजूद देश के वैज्ञानिक भविष्य को दिशा दी।

दृढ़ निश्चय का वास्तविक स्वरूप तब प्रकट होता है जब व्यक्ति चुनौतियों को रोड़ा नहीं, बल्कि अवसर मानता है। यह संकल्प हमें निरंतर प्रयास की ओर ले जाता है—चाहे लक्ष्य छोटा हो या बड़ा। अक्सर देखा गया है कि लोग योजनाएं तो बना लेते हैं, सपने देख लेते हैं, पर जरा सी विफलता आने पर पीछे हट जाते हैं। ऐसे में यह याद रखना ज़रूरी है कि असफलता कभी अंतिम नहीं होती, जब तक हमारा निश्चय अंतिम न हो।

दृढ़ निश्चय में केवल मन की शक्ति नहीं, आत्म-संयम और निरंतर अभ्यास का मेल भी जरूरी होता है। आज की पीढ़ी में क्षणिक सुख पाने की प्रवृत्ति बढ़ गई है। सोशल मीडिया की चमक-धमक और 'तुरंत सफलता' के उदाहरणों ने युवाओं को भ्रमित कर दिया है। वे यह भूल जाते हैं कि हर असली सफलता के पीछे वर्षों की मेहनत और दृढ़ संकल्प छिपा होता है।

यह संकल्प केवल जीवन में बड़े-बड़े काम करने के लिए नहीं होता। यह रोज़मर्रा के निर्णयों में भी दिखाई देता है—जैसे समय की पाबंदी निभाना, एक आदत बदलना, या कोई नया कौशल सीखना। जब हम छोटी-छोटी बातों में भी अपना निश्चय दृढ़ रखते हैं, तभी हम बड़ी चुनौतियों का सामना करने में सक्षम हो पाते हैं।

अक्सर यह भ्रम होता है कि सफल लोग कभी नहीं गिरे। लेकिन सच्चाई यह है कि वे गिरे कई बार, पर रुके नहीं। उनकी हार भी उन्हें नई सीख देकर और अधिक दृढ़ बनाती गई। यही अंतर उन्हें सामान्य जन से अलग करता है।

अगर हम चाहते हैं कि हमारा जीवन उन्नत हो, रिश्ते प्रगाढ़ हों, कार्यक्षेत्र में स्थायित्व और ऊँचाई प्राप्त हो, तो उसके लिए मानसिक अनुशासन और आत्म-प्रेरणा की निरंतरता आवश्यक है। सकारात्मक सोच, अडिग इरादे और धैर्यपूर्ण अभ्यास—ये तीन तत्व जीवन को दिशा देते हैं।

हर सुबह एक नई शुरुआत होती है। यदि हम प्रत्येक दिन स्वयं से यह वादा करें कि हम थकेंगे नहीं, रुकेंगे नहीं और हार नहीं मानेंगे—तो यह दैनिक आत्म-संवाद हमें अंततः सफलता के उस शिखर तक पहुंचा सकता है, जिसे आज हम बस एक सपना समझते हैं।

दृढ़ निश्चय, सही मायनों में, सफलता की कुंजी है। इसे अपनाइए, संजोइए और जीवन को उसकी सर्वोत्तम ऊंचाइयों तक ले जाइए।

बचपन को अख़बारों में जगह क्यों नहीं?

प्रियंका सौरभ
हिसार (हरियाणा)

साप्ताहिक 'बाल संस्करण' पुनः शुरू किए जाएं – हर रविवार या महीने में दो बार बच्चों के लिए विशेष खंड हो। बाल संवाद और चित्रकथाएँ हों – जिनमें नैतिक मूल्य, विज्ञान की जिज्ञासा और समाज का परिचय हो। बच्चों की रचनाएँ छापी जाएं – कविताएँ, चित्र, सवाल, विचार। बाल पत्रकारिता को बढ़ावा दिया जाए।

रविवार की सुबह बेटे प्रज्ञान को गोद में लेकर अख़बार से कोई रोचक बाल-कहानी पढ़ाने की इच्छा अधूरी रह गई। किसी भी प्रमुख अख़बार में बच्चों के लिए एक भी रचना नहीं थी। समाज बच्चों को पढ़ने के लिए कहता है, पर उन्हें पढ़ने को क्या देता है? यह संपादकीय हमारे समाचार पत्रों की बच्चों के प्रति उपेक्षा पर गहरी चोट करता है और मांग करता है कि समाचार पत्रों में बच्चों के लिए नियमित स्थान आरक्षित हो- ताकि बचपन शब्दों से जुड़े, संवेदना से सींचा जाए और विचारों से पल्लवित हो।

रविवार की सुबह थी। मन हुआ कि बेटा प्रज्ञान गोद में आए और हम दोनों मिलकर अख़बार में से कोई रोचक कहानी पढ़ें - ताकि आधुनिक स्क्रीन युग में भी शब्दों की मिठास उसे मिल सके। परंतु खेदजनक आश्चर्य हुआ कि प्रतिष्ठित अख़बारों में बच्चों के लिए एक भी कहानी, चित्रकथा, या बाल संवाद उपलब्ध नहीं था। इस पीड़ा से उपजा यह सवाल एक सामूहिक चिंतन की मांग करता है- "जब हम अपने अख़बारों में बच्चों के लिए छापते ही कुछ नहीं, तो हम उनसे पढ़ने की उम्मीद किस अधिकार से करते हैं?"

बाल मनः एक रिक्त पन्ना

हमारी शिक्षा व्यवस्था, अभिभावक वर्ग और समाज तीनों ही अक्सर एक स्वर में कहते हैं कि आज के बच्चे किताबें नहीं पढ़ते। वे मोबाइल, इंस्टाग्राम और गेमिंग की दुनिया में खो चुके हैं। पर कोई ये क्यों नहीं पूछता कि उन्हें क्या पढ़ने के लिए दे रहे हैं हम? अख़बार, जो एक समय में हर घर की सुबह का हिस्सा हुआ करता था - अब बच्चों के लिए पूरी तरह से एक "वयस्कों का युद्धक्षेत्र" बन चुका है, राजनीति के झगड़े, नेताओं के आरोप-प्रत्यारोप, बलात्कार, हत्याएं, भ्रष्टाचार, क्रिकेट, फिल्में और योगा टिप्स। कहाँ हैं राजा की बात, हाथी की सवारी, विज्ञान की कल्पना, चाँद की कविता, और जीवन मूल्य सिखाती छोटी कहानियाँ?

जब बच्चे दिखते ही नहीं आज के समाचार पत्रों में बच्चे सिर्फ दो तरह से "दिखते" हैं -

जब कोई बच्चा यौन हिंसा या हत्या का शिकार होता है। या जब कोई बच्चा बोर्ड परीक्षा में 99.9% अंक लाकर मीडिया का ताज बन जाता है। क्या इतने सीमित संदर्भों में बच्चे होने का अनुभव समझा जा सकता है? अख़बारों ने बच्चों को समाज से अलग करके एक ऐसी चुप्पी में डाल दिया है, जहां उनका न तो रचनात्मक स्वर सुनाई देता है, न जिज्ञासु आंखें दिखाई देती हैं।

संपादकीय दूरदर्शिता की अनुपस्थिति

किसी भी अखबार का मुख्य उद्देश्य होता है – "समाज को जागरूक बनाना और उसकी सोच को दिशा देना।" तो फिर एक पूरे समाज की नींव यानी बच्चों के लिए कोई पन्ना क्यों नहीं? क्या आज का संपादक इतना व्यस्त हो गया है कि उसे यह भी याद नहीं कि उसकी जिम्मेदारी अगली पीढ़ी तक संस्कार और विचार की मशाल पहुँचाने की भी है? एक समय में "बाल-जगत", "बाल प्रभा", "बाल गोष्ठी", "बाल मेल" जैसे खंडों से अख़बार बच्चों को भी संवाद में शामिल करते थे। आज वे या तो बंद हो गए या ऑनलाइन लिंक की बेगानी भीड़ में खो गए।

विज्ञापन और बाजारवाद का हमला

बच्चे आज अख़बार के लिए 'ग्राहक' नहीं हैं। वे शैंपू या रेफ्रिजरेटर नहीं खरीदते। इसी कारण "बाजार" की भाषा में उनकी कोई 'विज्ञापन वैल्यू' नहीं है। और जहाँ विज्ञापन की भाषा नीति तय करने लगे, वहाँ बचपन बेमानी हो जाता है।

प्रत्येक अख़बार का लगभग 40% भाग विज्ञापनों से भरा रहता है- रियल एस्टेट, कपड़े, कोचिंग सेंटर, हॉस्पिटल, ब्रांडेड घड़ियाँ... कहीं भी यह नहीं दिखता कि कोई अख़बार यह पूछ रहा हो। "बच्चों को हम क्या पढ़ा रहे हैं?"

जब बाल साहित्य का विलोपन होता है

बाल साहित्य केवल मनोरंजन नहीं है- यह बच्चों को सोचने, सवाल करने, कल्पना करने और समाज से जुड़ने की प्राथमिक पाठशाला है। एक कहानी जिसमें एक पेड़ अपने फल देता है, एक चिड़िया घोंसला बनाती है, एक बच्चा अपने दोस्त के साथ पक्षियों को पानी पिलाता है- ये सब बच्चों को मानवता का बीज देते हैं। जब ये कहानियाँ हट जाती हैं, तो वहां केवल ड्रामा, सनसनी, और डाटा बचता है। और यही संवेदनहीनता आने वाली पीढ़ी में पनपती है।

क्या पढ़ाई और ज्ञान सिर्फ स्कूल का काम है?

हमारे समाज ने बच्चों के ज्ञान का ठेका सिर्फ स्कूलों को दे रखा है। अख़बार, जो कभी 'घर की पाठशाला' हुआ करता था, अब स्वयं को 'वयस्कों की गॉसिप' तक सीमित कर चुका है। क्या बच्चे समाचारों के योग्य नहीं? क्या विज्ञान, पर्यावरण, नैतिकता, और समाज की बातें उन्हें नहीं बताई जानी चाहिए? यदि हम चाहते हैं कि बच्चे "समझदार नागरिक" बनें तो हमें उन्हें शुरुआत से ही संवाद और सवालों से जोड़ना होगा और अख़बार इसकी सशक्त जगह हो सकती है।

क्या किया जा सकता है?

साप्ताहिक 'बाल संस्करण' पुनः शुरू किए जाएं – हर रविवार या महीने में दो बार बच्चों के लिए विशेष खंड हो। बाल संवाद और चित्रकथाएँ हों- जिनमें नैतिक मूल्य, विज्ञान की जिज्ञासा और समाज का परिचय हो। बच्चों की रचनाएँ छापी जाएं- कविताएँ, चित्र, सवाल, विचार। बाल पत्रकारिता को बढ़ावा दिया जाए- विद्यालय स्तर पर बच्चों से लिखवाया जाए, जो छपे भी। प्रेरणादायक 'बच्चों के नायक' दिखाए जाएं – जो स्क्रीन के बाहर भी उपलब्ध हों।

बेटा प्रज्ञान उस दिन सुबह मुझसे बोला - "माँ, क्या आपके अख़बार में बच्चों के लिए कुछ नहीं होता?"

मैं चुप रह गई। ये चुप्पी सिर्फ एक माँ की नहीं, एक पूरे समाज की चुप्पी है। और जब अख़बार समाज का दर्पण होते हैं, तो इस दर्पण में प्रज्ञान जैसे लाखों बच्चों की मासूम जिज्ञासा को जगह मिलनी ही चाहिए। यदि हम चाहते हैं कि कल के भारत में पाठक, लेखक और संवेदनशील नागरिक जन्म लें तो आज के समाचार पत्रों में प्रज्ञान के लिए भी एक पन्ना आरक्षित करना होगा।

जब विकास गिना गया, इंसान छूट गया

अवनीश कुमार गुप्ता
प्रयागराज, उत्तर प्रदेश

विकास का सही अर्थ केवल आय या संपत्ति में वृद्धि नहीं, बल्कि यह है कि समाज के प्रत्येक व्यक्ति को अवसर, सुरक्षा और सम्मान मिले। जब तक विकास में सहभागिता नहीं होगी, तब तक समानता एक भ्रम ही रहेगी। भारत में सामाजिक विषमता केवल आर्थिक नहीं, बल्कि जातिगत, लिंग आधारित, क्षेत्रीय और सांस्कृतिक भी है।

विश्व बैंक द्वारा हाल ही में जारी की गई रिपोर्ट में भारत को समानता के क्षेत्र में दुनिया में चौथा स्थान प्राप्त हुआ है। इस रिपोर्ट के अनुसार भारत का गिनी सूचकांक 25.5 है, जो अमेरिका (41.5) और चीन (38.2) जैसे बड़े देशों से कहीं अधिक समानता की स्थिति को दर्शाता है। परंतु यह प्रश्न अत्यंत मौलिक है कि क्या यह उपलब्धि समाज के प्रत्येक नागरिक के जीवन की वास्तविकता में परिलक्षित होती है? क्या यह समानता केवल आँकड़ों और औसत की गणना तक सीमित है या यह भारत के आम नागरिक के जीवन में प्रत्यक्ष दिखाई देती है?

गिनी सूचकांक, आर्थिक असमानता को मापने का एक तकनीकी पैमाना है, जो बताता है कि किसी देश में आय और संसाधनों का वितरण किस हद तक समान है या असमान। इस सूचकांक में शून्य (0) का अर्थ है पूर्ण समानता, जबकि सौ (100) का अर्थ है पूर्ण असमानता। विश्व बैंक की यह रिपोर्ट बताती है कि भारत में सरकारी योजनाओं, प्रत्यक्ष लाभ हस्तांतरण (डीबीटी), और सामाजिक सुरक्षा के प्रयासों के कारण आर्थिक असमानता में कमी आई है।

सरकार द्वारा चलाई गई योजनाओं जैसे प्रधानमंत्री गरीब कल्याण अन्न योजना, आयुष्मान भारत, उज्ज्वला योजना, जनधन योजना, और मनरेगा ने गरीब तबके को सीधी सहायता प्रदान की है। इन योजनाओं ने निस्संदेह अस्थायी राहत दी है, परंतु क्या इन्हीं से स्थायी समानता की नींव रखी जा सकती है? जब हम ज़मीनी भारत के यथार्थ को देखते हैं, तब ये प्रश्न और भी गहरे हो जाते हैं।

ग्रामीण भारत में आज भी बड़ी संख्या में लोग ऐसे हैं जिन्हें गुणवत्तापूर्ण शिक्षा नहीं मिलती, जिनके पास रोजगार का स्थायी साधन नहीं है, और जो स्वास्थ्य सेवाओं तक पहुँच से वंचित हैं। यदि किसी परिवार को राशन मुफ्त मिल भी रहा है, तो भी वह जीवन की गरिमा, आत्मनिर्भरता और आर्थिक सुरक्षा से वंचित है। यह कैसी समानता है जिसमें जीवन यापन मात्र जीवित रहने की तकनीकी प्रक्रिया बनकर रह गया है?

विकास का सही अर्थ केवल आय या संपत्ति में वृद्धि नहीं, बल्कि यह है कि समाज के प्रत्येक व्यक्ति को अवसर, सुरक्षा और सम्मान मिले। जब तक विकास में सहभागिता नहीं होगी, तब तक समानता एक भ्रम ही रहेगी। भारत में सामाजिक विषमता केवल आर्थिक नहीं, बल्कि जातिगत, लिंग आधारित, क्षेत्रीय और सांस्कृतिक भी है। गिनी सूचकांक केवल आर्थिक आंकड़ों का प्रतिविम्ब है, वह इन गहराईयों को नहीं छूता।

आर्थिक नीति निर्माता जब केवल आँकड़ों पर आधारित निर्णय करते हैं, तब वह यथार्थ से दूर होते हैं। उदाहरण के तौर पर, किसी क्षेत्र में यदि कुछ परिवारों की आय अत्यधिक बढ़ जाए और शेष की स्थिति स्थिर रहे, तो औसत सुधार हो सकता है, लेकिन असमानता बढ़ेगी। भारत जैसे देश में जहाँ जनसंख्या बहुल है और असंगठित क्षेत्र में लगभग ८० प्रतिशत से अधिक लोग कार्यरत हैं, वहाँ यह गणना और भी जटिल हो जाती है।

गिनी सूचकांक के साथ-साथ कुछ अन्य तकनीकी मापदंड जैसे अवसर की समानता, सामाजिक गतिशीलता, शिक्षा की गुणवत्ता, और संसाधनों तक पहुँच की समानता को भी मापना आवश्यक है। जब एक बालिका गाँव के सरकारी विद्यालय में अधूरी शिक्षा लेकर घर के कामों में लग जाती है, और शहरी बालक निजी स्कूल में विदेशी भाषा और विज्ञान प्रयोगशाला से सुसज्जित होकर आगे बढ़ता है, तो यह केवल आय की नहीं, बल्कि जीवन की असमानता है।

भारत में तकनीकी आधार पर गरीबी से बाहर निकलने की परिभाषा प्रतिदिन की न्यूनतम आय से तय होती है। यदि किसी व्यक्ति की दैनिक आय कुछ रूपये अधिक हो जाए, तो उसे सरकारी रिकॉर्ड में 'गरीब' नहीं माना जाएगा, चाहे वह आज भी सड़क किनारे झोपड़ी में रहता हो और उसे अपने बच्चों का इलाज कराने के लिए उधार लेना पड़ता हो। इस प्रकार की तकनीकी सफलता वास्तविक समानता को नहीं दर्शाती।

समानता का मूल्यांकन केवल सरकारी योजनाओं की पहुँच से नहीं, बल्कि उनके प्रभाव से किया जाना चाहिए। क्या लाभार्थियों को वास्तव में लाभ मिला? क्या उन्हें योजना की जानकारी थी? क्या योजनाओं में भ्रष्टाचार, भेदभाव या अपारदर्शिता नहीं थी? यदि नहीं, तो यह केवल रिपोर्ट कार्ड की सफलता है, न कि सामाजिक परिवर्तन।

ग्रामों में पंचायत स्तर पर, शहरों में मोहल्ला समितियों के स्तर पर, और राज्यों में शासन स्तर पर यदि समानता के वास्तविक मूल्यांकन के लिए जन संवाद, सामाजिक ऑडिट और पारदर्शी आँकलन की व्यवस्था नहीं होगी, तो किसी भी तकनीकी आँकड़े की प्रमाणिकता संदिग्ध रहेगी।

भारत के जनसांख्यिकीय ढांचे को देखें तो स्पष्ट होता है कि युवाओं की संख्या अत्यधिक है। यदि यही युवा बेरोजगारी, अशिक्षा और असमानता के शिकार होंगे, तो आने वाले समय में सामाजिक असंतोष बढ़ सकता है। ऐसे में समानता की यह वैश्विक रिपोर्ट सतर्कता का विषय भी बन सकती है कि कहीं हम तथाकथित उपलब्धियों के पीछे वास्तविक समस्याओं को नज़रंदाज़ तो नहीं कर रहे?

गिनी सूचकांक में सुधार का मुख्य आधार यदि सरकारी हस्तांतरण (सब्सिडी, नगद राशि, मुफ्त राशन) है, तो यह अस्थायी समाधान है, स्थायी नहीं। जब तक समाज के प्रत्येक व्यक्ति को स्वावलंबन, कौशल, सम्मानजनक रोजगार और अधिकार का बोध नहीं कराया जाएगा, तब तक समानता केवल एक पक्षीय तसवीर ही होगी।

भारत में समानता की दिशा में गंभीर प्रयास करने होंगे। इसके लिए शिक्षा में समानता, स्वास्थ्य सुविधाओं की सुलभता, कृषि सुधार, श्रम कानूनों का कार्यान्वयन, और महिला सशक्तिकरण को नीति के केंद्र में लाना होगा। हमें गाँव और शहर के बीच, निजी और सरकारी सेवाओं के बीच, और समाज के विभिन्न वर्गों के बीच की खाई को पाटना होगा।

समानता केवल सरकारी प्रयास नहीं, बल्कि सामाजिक चेतना का विषय भी है। जब तक नागरिक समाज, मीडिया, न्यायपालिका और शिक्षा जगत इस विमर्श को गंभीरता से नहीं लेंगे, तब तक समानता का सपना अधूरा ही रहेगा।

यह तथ्य सराहनीय है कि भारत ने कई योजनाओं के माध्यम से करोड़ों लोगों को गरीबी रेखा से ऊपर उठाया है, परंतु अब आवश्यकता है कि 'उठाना' केवल भौतिक जीवन स्तर तक सीमित न रहे, बल्कि वह सामाजिक समरसता, अवसर की समानता और आत्मसम्मान की ओर बढ़े।

यदि हम केवल सूचकांकों की प्रतियोगिता में उलझे रहेंगे और नागरिक की गरिमा को भूल जाएंगे, तो यह समानता संख्याओं में तो दिखेगी, लेकिन समाज में नहीं। अतः समानता की यह वैश्विक उपलब्धि तभी सार्थक होगी जब भारत का प्रत्येक नागरिक कह सके – अब हम भी इस राष्ट्र निर्माण में समान भागीदार हैं।

स्वतंत्रता संग्राम की पहली मशाल: वीरांगना रानी वेलु नचियार

विभा कनन
कोयंबटूर तमिलनाडु

भारत के स्वतंत्रता संग्राम में जहां अनेक पुरुष वीरों ने देश की स्वतंत्रता के लिए अपने प्राणों की बलि दे दी, वहीं महिलाओं ने भी अपने साहस, बुद्धिमत्ता और नेतृत्व क्षमता से विदेशी सत्ता की जड़ों को हिलाकर रख दिया। झाँसी की रानी लक्ष्मीबाई का नाम आज हर भारतवासी के हृदय में बसता है, लेकिन उससे लगभग 85 वर्ष पहले ही दक्षिण भारत की धरती पर एक ऐसी वीरांगना जन्म ले चुकी थी, जिसने ब्रिटिश सत्ता के विरुद्ध विद्रोह का बिगुल बजाया और भारत की पहली स्वतंत्रता सेनानी महिला के रूप में इतिहास में अमिट छाप छोड़ी। उनका नाम था- रानी वेलु नचियार।

रानी वेलु नचियार : परिचय

रानी वेलु नचियार का जन्म 3 जनवरी 1730 को तमिलनाडु के शिवगंगा राज्य में हुआ था। उनके पिता राजा चेल्लामुथु सेतुपति और माता रानी मुथथल नचियार ने उन्हें एक राजकुमारी के साथ-साथ एक योद्धा के रूप में भी प्रशिक्षित किया। बचपन से ही वे घुड़सवारी, तलवारबाज़ी, तीरंदाजी और युद्धकला में निपुण थीं। इतना ही नहीं, वे तमिल, संस्कृत, उर्दू और फ्रेंच जैसी भाषाओं में भी दक्ष थीं, जो उनके दूरदर्शी नेतृत्व का प्रमाण है।

जब अन्याय ने लिया चुनौती का रूप

वेलु नचियार का विवाह शिवगंगा राज्य के राजा मुथुवडुगनाथर से हुआ था। दंपती राज्य को शांति व समृद्धि से चला रहे थे, लेकिन वर्ष 1772 में अंग्रेजों ने आर्कोट नवाब के साथ मिलकर शिवगंगा पर हमला कर दिया। इस हमले में राजा वीरगति को प्राप्त हुए और राज्य पर अंग्रेजों का अधिकार हो गया। पति की मृत्यु और राज्य की हानि के बाद भी रानी ने हिम्मत नहीं हारी। वह अपनी पुत्री के साथ जंगलों में निर्वासन का जीवन जीने को मजबूर हुईं, लेकिन इस कठिन समय को उन्होंने अपनी शक्ति का निर्माण करने का माध्यम बना लिया।

संघर्ष का दौर: वीरता की तैयारी

रानी ने आठ वर्षों तक छिपकर सैन्य बल इकट्ठा करने, रणनीति बनाने और मित्र राजाओं से सहयोग प्राप्त करने में समय लगाया। उन्होंने मैसूर के शासक हैदर अली से मित्रता की और सैन्य सहायता प्राप्त की। हैदर अली ने रानी की वीरता से प्रभावित होकर उन्हें 5000 सैनिक और युद्ध सामग्री उपलब्ध करवाई।

रानी ने इस दौरान 'उदैयाल दल' नामक महिला सैनिकों की टुकड़ी भी बनाई, जो भारतीय इतिहास में पहली महिला सैन्य इकाई मानी जाती है। इन योद्धाओं को विशेष आत्मघाती मिशनों के लिए प्रशिक्षित किया गया।

ऐतिहासिक युद्ध और अंग्रेजों की हार

वर्ष 1780 में रानी वेलु नचियार ने अंग्रेजों के विरुद्ध निर्णायक युद्ध लड़ा। उन्होंने शिवगंगा किले को पुनः जीतने के लिए योजनाबद्ध तरीके से हमला किया। युद्ध के दौरान, उनकी एक महिला सैनिक उदैयाल ने आत्मघाती मिशन में अंग्रेजों के बारूद गोदाम को उड़ा दिया, जिससे ब्रिटिश सेना का पूरा सैन्य ढांचा तहस-नहस हो गया।

यह घटना विश्व इतिहास में पहली प्रलेखित महिला आत्मघाती मिशन के रूप में दर्ज है, जो नारी शक्ति की पराकाष्ठा का उदाहरण है। इस विजय के साथ ही रानी ने अंग्रेजों को पीछे हटने पर मजबूर कर दिया और अपने राज्य पर पुनः अधिकार स्थापित किया।

पुनर्स्थापित शासन और न्यायप्रिय नेतृत्व

युद्ध में जीत के बाद रानी वेलु नचियार ने लगभग 10 वर्षों तक सफलतापूर्वक शिवगंगा पर शासन किया। उन्होंने राज्य में धर्म, शिक्षा, नारी सशक्तिकरण, और सामाजिक न्याय की नींव रखी। उनके शासन में महिलाओं को

सेना में सम्मिलित होने का अधिकार था और राज्य के कोष से कन्याओं की शिक्षा का विशेष प्रावधान किया गया।

उनके शासन की विशेषताएं थीं:

- ग्राम स्तर पर न्याय व्यवस्था की स्थापना
- मंदिरों और संस्कृति का संरक्षण
- जनता की भागीदारी से राज्य प्रबंधन
- सैनिकों को नियमित वेतन और सुविधाएं
- उपेक्षा में खोई एक नायिका
- इतिहासकारों और शासकों की उपेक्षा के कारण रानी वेलु नचियार का नाम लंबे समय तक इतिहास की मुख्यधारा से गायब रहा। जबकि उनके संघर्ष, बलिदान और साहस ने झाँसी की रानी लक्ष्मीबाई से भी पहले स्वतंत्रता की लौ जलाई थी।

आज़ादी के दशकों बाद जाकर उन्हें उनके योगदान का उचित सम्मान मिल पाया:

- 2008 में भारत सरकार ने उनके सम्मान में डाक टिकट जारी किया।
- तमिलनाडु सरकार ने उनके नाम पर कई स्मारक, स्कूल और सड़कें स्थापित कीं।
- विभिन्न संस्थाओं ने उनके जीवन पर नाटकों, पुस्तकों और वृत्तचित्रों का निर्माण किया।

रानी वेलु नचियार: प्रेरणा की प्रतीक

रानी वेलु नचियार का जीवन भारतीय महिलाओं के लिए प्रेरणा है:

उन्होंने दिखाया कि विपरीत परिस्थितियाँ भी यदि साहस से स्वीकार की जाएँ तो वे शक्ति का रूप ले लेती हैं।

उनका नेतृत्व, रणनीति और नारी सशक्तिकरण का दृष्टिकोण आज भी राजनीतिक और सामाजिक विमर्श में प्रासंगिक है।

वे "वीरमंगई" यानी "वीर नारी" के रूप में सम्मानित हुईं, जो प्रत्येक भारतीय नारी के भीतर छिपी शक्ति का प्रतीक बन चुकी हैं।

तमिलनाडु में रानी वेलु नचियार से संबंधित प्रमुख स्थान और स्मारक:

1. रानी वेलु नचियार स्मारक (Velu Nachiyar Memorial) – शिवगंगा

स्थान: शिवगंगा जिला, तमिलनाडु

यह उनके जन्मस्थल पर स्थित एक भव्य स्मारक है। इसमें उनकी प्रतिमा, जीवन यात्रा के चित्र, और युद्ध से संबंधित सामग्री प्रदर्शित की गई है।

राज्य सरकार द्वारा विकसित किया गया यह स्मारक पर्यटकों और इतिहास प्रेमियों के लिए आकर्षण का केंद्र है।

2. रानी वेलु नचियार की मूर्तियाँ – कई शहरों में

चेन्नई (Chennai) : चेन्नई में रानी वेलु नचियार की घुड़सवार कांस्य प्रतिमा स्थापित है। यह तमिलनाडु की वीर महिलाओं को श्रद्धांजलि स्वरूप लगाया गया।

सलेम और तंजावुर : इन स्थानों पर भी स्थानीय प्रशासन द्वारा रानी वेलु नचियार की प्रतिमाएं और पार्क बनाए गए हैं।

3. शैक्षणिक संस्थान उनके नाम पर :

Velu Nachiyar Government Girls Higher Secondary School– **शिवगंगा :** तमिलनाडु के कई जिलों में उनके नाम पर महिला विद्यालय व कॉलेज हैं, जैसे:

- Velu Nachiyar College of Education
- Rani Velu Nachiyar Polytechnic College

4. डाक टिकट (Postal Stamp) 2008

भारत सरकार ने 3 जनवरी 2008 को रानी वेलु नचियार के नाम पर डाक टिकट जारी किया।

यह स्वतंत्रता संग्राम में महिलाओं की भूमिका को मान्यता देने की दिशा में एक ऐतिहासिक कदम था।

5. Velu Nachiyar Park – कराईकुड़ी के पास

एक सुंदर सार्वजनिक पार्क है जिसे रानी वेलु नचियार के नाम पर समर्पित किया गया है। यहाँ उनकी प्रतिमा, पुष्प उद्यान और बच्चों के लिए जानकारीपूर्ण झांकी लगाई गई है।

6. सड़कें और गलियाँ (Streets and Roads)

तमिलनाडु के कई नगरों में रानी वेलु नचियार के नाम पर:

- Velu Nachiyar Street
- Veeramangai Velu Nachiyar Salai (सलाई = सड़क)
- Rani Velu Nachiyar Nagar (आवासीय कॉलोनी)

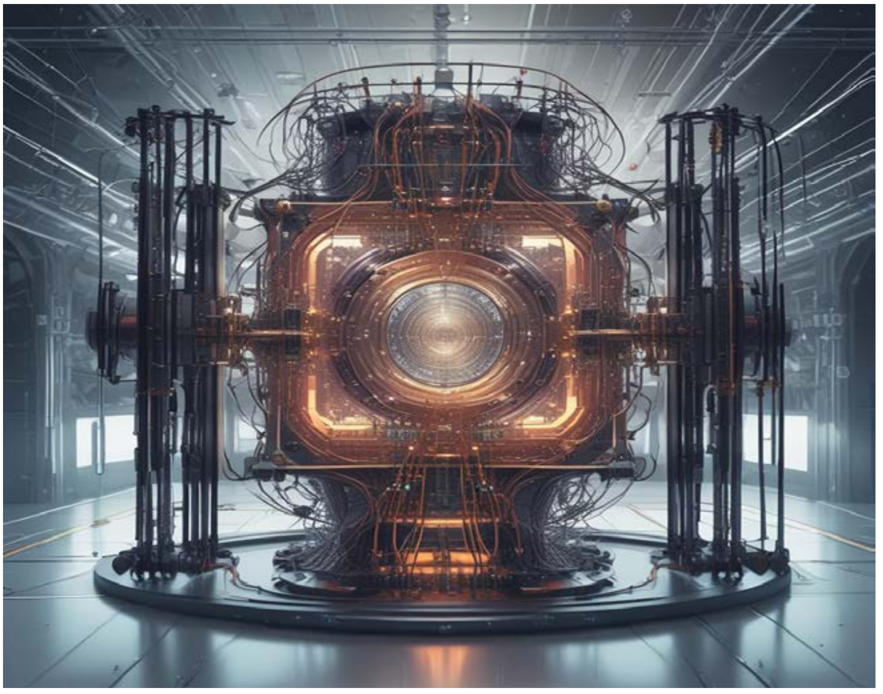
भूली हुई मशाल का पुनरुद्धार

आज जब हम स्वतंत्रता के अमृतकाल में प्रवेश कर चुके हैं, तब ऐसे नायकों और नायिकाओं को स्मरण करना अनिवार्य है। रानी वेलु नचियार ने न केवल इतिहास रचा, बल्कि नारी शक्ति, नेतृत्व और देशप्रेम का आदर्श प्रस्तुत किया।

उनकी वीरता, योजना और बलिदान को राष्ट्रीय पटल पर जितना स्थान मिलना चाहिए था, वह देर से ही सही, परंतु अब मिल रहा है। तमिलनाडु में रानी वेलु नचियार का गौरव धीरे-धीरे पुनर्जीवित किया जा रहा है। उनके नाम पर बने ये स्मारक, संस्थान और स्थान न सिर्फ उनकी विरासत को जीवित रखते हैं, बल्कि आने वाली पीढ़ियों को प्रेरित भी करते हैं कि कैसे एक नारी भी इतिहास की दिशा बदल सकती है।

क्वांटम कंप्यूटिंग : भविष्य की क्रांतिकारी तकनीक

मानवेन्द्र त्रिपाठी
लखनऊ



भारत में भी ऐसे स्टार्टअप्स की संख्या बढ़ रही है, जैसे QNu Labs, BosonQ Psi, और Taqbit Labs जो क्वांटम हार्डवेयर और सॉफ्टवेयर के निर्माण में लगे हुए हैं। शिक्षा क्षेत्र में भी क्वांटम कंप्यूटिंग को शामिल किया जा रहा है। IIT, NIT और IIIT जैसे संस्थानों में अब क्वांटम टेक्नोलॉजी पर विशेष पाठ्यक्रम शुरू हो चुके हैं। कई विश्वविद्यालयों ने क्वांटम प्रोग्रामिंग लैंग्वेज जैसे Qiskit और Cirq को छात्रों के पाठ्यक्रम में शामिल किया है।

तकनीकी दुनिया में हर दिन नए आविष्कार और खोजें हो रही हैं। परंतु कुछ तकनीकें ऐसी होती हैं, जो केवल सीमित परिवर्तन नहीं, बल्कि संपूर्ण विश्व की दिशा और दशा को बदलने की क्षमता रखती हैं। ऐसी ही एक क्रांतिकारी तकनीक है- क्वांटम कंप्यूटिंग। यह तकनीक आज भले ही अपने विकास की शुरुआती अवस्था में हो, लेकिन इसके सिद्धांत और उपयोग इतने सशक्त हैं कि वैज्ञानिक इसे अगली औद्योगिक क्रांति की नींव मान रहे हैं। वर्ष 2025 में इस क्षेत्र में जो उपलब्धियाँ दर्ज की गई हैं, वे आने वाले भविष्य की झलक प्रस्तुत करती हैं।

क्वांटम कंप्यूटिंग की बुनियाद क्वांटम यांत्रिकी के सिद्धांतों पर आधारित है, जो परमाणु और उप-परमाणु कणों के व्यवहार का अध्ययन करता है। पारंपरिक कंप्यूटर जहाँ “0” और “1” के रूप में सूचना को संग्रह और संसाधित करते हैं, वहीं क्वांटम कंप्यूटर “क्यूबिट” नामक इकाई का उपयोग करते हैं, जो एक साथ “0” और “1” की स्थिति में रह सकता है। इस गुण को सुपरपोजिशन कहा जाता है। इसके अलावा, क्यूबिट्स में एंटैंगलमेंट (Entanglement) नामक गुण भी होता है, जिससे दो क्यूबिट्स आपस में इस प्रकार जुड़े होते हैं कि एक की स्थिति दूसरे को प्रभावित कर सकती है, चाहे वे कितनी भी दूरी पर हों।

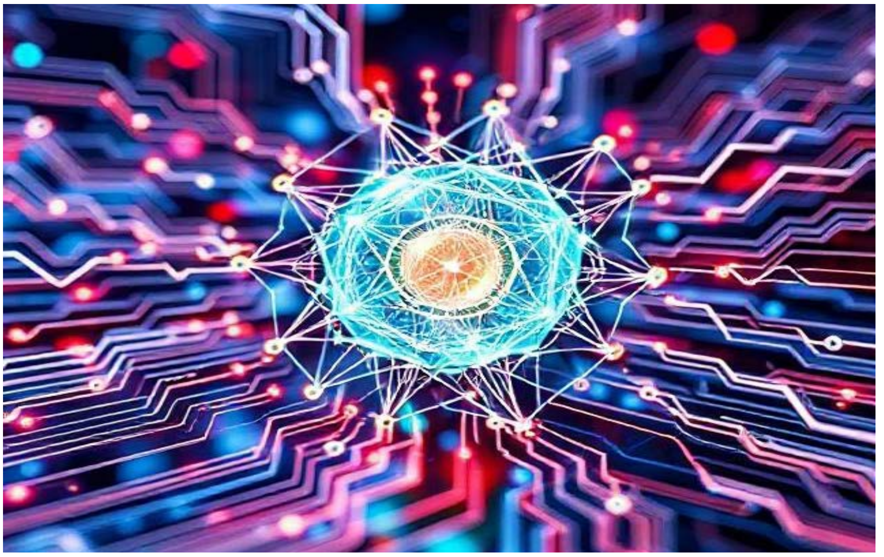
वर्ष 2025 में, दुनिया की प्रमुख तकनीकी कंपनियों जैसे IBM, Google, Intel, और Microsoft ने क्वांटम कंप्यूटिंग में महत्त्वपूर्ण उपलब्धियाँ हासिल की हैं। IBM ने “Condor” नामक अब तक का सबसे बड़ा और स्थिर 1121-क्यूबिट वाला क्वांटम प्रोसेसर लॉन्च किया, जो कि अब व्यावसायिक और वैज्ञानिक उपयोग के लिए तैयार किया जा चुका है। यह प्रोसेसर उच्च स्तरीय समस्याओं जैसे कि वित्तीय जोखिमों की गणना, जीनोमिक विश्लेषण, और जलवायु मॉडलिंग में प्रयोग किया जा रहा है। Google ने भी अपनी क्वांटम मशीन “Sycamore” के उन्नत संस्करण में सफलता प्राप्त की है, जिसमें यह एक ऐसी गणना को केवल 200 सेकंड में कर सका, जो पारंपरिक सुपरकंप्यूटर को लगभग

10,000 वर्षों में पूरी करनी होती।

भारत ने भी इस क्षेत्र में उल्लेखनीय प्रगति की है। भारत सरकार द्वारा "राष्ट्रीय क्वांटम मिशन" की शुरुआत 2023 में की गई थी, जो 2025 में पूर्ण गति से कार्य कर रहा है। इस मिशन का उद्देश्य देश में क्वांटम प्रौद्योगिकी का विकास करना, अनुसंधान संस्थानों को सशक्त बनाना, और विश्व स्तर पर प्रतिस्पर्धा में भाग लेना है। इस मिशन के अंतर्गत 6000 करोड़ से अधिक का निवेश किया गया है, जिससे IIT, IISc, ISRO और DRDO जैसे संस्थानों को उपकरण, प्रशिक्षण और प्रयोगशालाओं की सुविधा प्रदान की गई है। IIT मद्रास के वैज्ञानिकों ने भारत का पहला 4-क्यूबिट क्वांटम सिम्युलेटर विकसित किया है, जिससे क्वांटम एल्गोरिद्म का परीक्षण अब भारत में ही संभव हो गया है।

वर्तमान में क्वांटम कंप्यूटिंग का सबसे व्यावहारिक और प्रभावशाली उपयोग साइबर सुरक्षा के क्षेत्र में देखा जा रहा है। आज की डिजिटल दुनिया में हमारी सारी जानकारी एन्क्रिप्शन पर आधारित है। परंतु क्वांटम कंप्यूटर इतने शक्तिशाली होते जा रहे हैं कि वे पारंपरिक एन्क्रिप्शन एल्गोरिद्म को चुटकियों में तोड़ सकते हैं। इससे सुरक्षा एजेंसियों में चिंता की लहर दौड़ पड़ी है। इसका समाधान "क्वांटम-प्रतिरोधी क्रिप्टोग्राफी" है, जो ऐसी एन्क्रिप्शन तकनीकें विकसित कर रही है, जिन्हें क्वांटम कंप्यूटर भी न तोड़ सकें। 2025 में अमेरिका, यूरोप और भारत सहित कई देशों की सरकारी संस्थाओं ने इस तकनीक को अपनाना शुरू कर दिया है। भारत की CERT-In एजेंसी ने भी कुछ सरकारी पोर्टल्स पर क्वांटम-सेफ एन्क्रिप्शन लागू किया है।

स्वास्थ्य और औषधि निर्माण के क्षेत्र में भी क्वांटम कंप्यूटिंग क्रांति ला रही है। जटिल रासायनिक अणुओं और उनके अभिक्रियाओं को पारंपरिक कंप्यूटरों द्वारा समझना अत्यंत कठिन होता है, क्योंकि उनमें बहुत अधिक गणनात्मक शक्ति की आवश्यकता होती है।

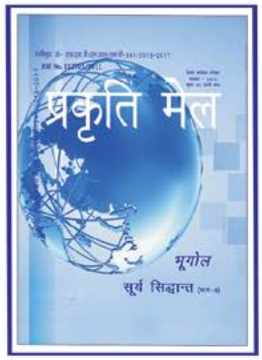


लेकिन क्वांटम कंप्यूटर इन अणुओं के व्यवहार का सटीक मॉडल बना सकते हैं। इससे नई दवाओं के निर्माण में न केवल समय की बचत हो रही है, बल्कि लागत भी घट रही है। Pfizer, Roche, और Novartis जैसी बड़ी फार्मा कंपनियाँ अब क्वांटम सिमुलेशन की सहायता से औषधियों का प्रारूप तैयार कर रही हैं। भारत की बायोटेक कंपनियाँ भी इस तकनीक को अपनाने की दिशा में कार्य कर रही हैं। क्वांटम कंप्यूटिंग का असर केवल विज्ञान या गणित तक सीमित नहीं है। यह कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI), मशीन लर्निंग, जलवायु परिवर्तन, वित्तीय सेवाएँ, आपूर्ति श्रृंखला, अंतरिक्ष अनुसन्धान, मौसम पूर्वानुमान, और रक्षा प्रणाली तक फैला हुआ है। उदाहरणस्वरूप, AI प्रशिक्षण में उपयोग होने वाले विशाल डाटा सेट्स को क्वांटम कंप्यूटर अत्यधिक तेजी से प्रोसेस कर सकते हैं, जिससे AI मॉडल और अधिक बुद्धिमान और सटीक बन सकते हैं। वहीं जलवायु परिवर्तन के मॉडलिंग में क्वांटम कंप्यूटर मौसम प्रणाली के सूक्ष्मतम परिवर्तन तक को सटीक रूप से समझ सकते हैं।

हालाँकि यह तकनीक बहुत आशाजनक है, परंतु इसके विकास में कई चुनौतियाँ भी हैं। सबसे बड़ी चुनौती है क्यूबिट्स को स्थिर रखना। क्वांटम कण अत्यंत संवेदनशील होते हैं और उनमें अशांति (डिकोहेरेंस) आ जाती है, जिससे गणना का परिणाम बिगड़ सकता है। इन क्यूबिट्स को बहुत कम तापमान (लगभग शून्य केल्विन) पर रखना पड़ता है, जो अत्यधिक महंगा और तकनीकी रूप से जटिल कार्य है। इसके लिए "क्रायोजेनिक" कूलिंग सिस्टम का प्रयोग किया जाता है, जिसकी लागत बहुत अधिक होती है। दूसरी चुनौती है क्वांटम सॉफ्टवेयर का विकास। आज के अधिकांश सॉफ्टवेयर पारंपरिक कंप्यूटर के लिए बने हैं। क्वांटम कंप्यूटर के लिए नए प्रकार के एल्गोरिद्म, प्रोग्रामिंग लैंग्वेज और इंटरफेस की आवश्यकता होती है।

भारत में भी ऐसे स्टार्टअप्स की संख्या बढ़ रही है, जैसे QNu Labs, BosonQ Psi, और Taqbit Labs जो क्वांटम हार्डवेयर और सॉफ्टवेयर के निर्माण में लगे हुए हैं।

शिक्षा क्षेत्र में भी क्वांटम कंप्यूटिंग को शामिल किया जा रहा है। IIT, NIT और IIIT जैसे संस्थानों में अब क्वांटम टेक्नोलॉजी पर विशेष पाठ्यक्रम शुरू हो चुके हैं। कई विश्वविद्यालयों ने क्वांटम प्रोग्रामिंग लैंग्वेज जैसे Qiskit और Cirq को छात्रों के पाठ्यक्रम में शामिल किया है। इससे अगली पीढ़ी के वैज्ञानिक और इंजीनियर इस क्रांति के लिए तैयार किए जा रहे हैं।



R N I No. UPHIN/2011/40224

प्रकृति मेल

हिन्दी मासिक पत्रिका

प्रकृति मेल वह आईना है जिसमें आप अपनी वास्तविक तस्वीर के साथ प्रकृति की हर क्रिया प्रतिक्रिया का वैज्ञानिक स्वरूप देखें।

अशोक 'मानव'

उत्तर भारत की तेजी से लोकप्रिय होती हिन्दी मासिक पत्रिका
(शीघ्र ही अपने विज्ञापन की जगह बुक करवाये) (8423330911)

☐ हां, मैं प्रकृति मेल पत्रिका का वर्षिक ग्राहक बनना पसंद करूंगा/ करूंगी

प्रकृति मेल के पक्ष में देय ₹ ☐☐☐ कैश ☐ चेक ☐ तारीख ☐☐☐☐☐☐

1 year membership fee -220/- only. (Must be drawn in favour of 'Prakriti mail' payable at lucknow)

संलग्न चेक/डिमांड ड्राफ्ट नं. ☐☐☐☐☐☐ आहरित बैंक (बैंक का नाम)__________

नाम ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

पता__________

__________ राज्य__________ पिन__________

फोन नंबर ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐ ई-मेल:__________

कृपया फार्म भरकर निम्नलिखित पते पर भेजे:

प्रकृति मेल, सूर्या आश्रम, मानव नगर, (निकट आई.आई.एस.ई.) कल्याणपुर, लखनऊ, पिनकोड- 226022, उ0 प्र0।

नियम और शर्तें

पत्रिका का मूल्य और आफॅर केवल भारत में लागू। कृपया पत्रिका की पहली प्रति डाक या कोरियर के माध्यम से मंगवाने के लिए कुछ समय दें। किसी भी तरह के विवाद का निबटारा केवल लखनऊ की अदालत में होगा।

नि:शुल्क ई-मैगज़ीन प्राप्त करने के लिए हमारे वेबसाइट - www.prakritimail.com पर सम्पर्क करें।

सूत्र वाक्य

अशोक मानव

- जीव की उत्पत्ति गुणात्मक ऊर्जा बनने के लिए होती है, जब सहयोगी ऊर्जा बढ़ जाती है तो सतयुग स्वतः स्ापिित हो जाता है।

- विचार शून्यता से परम प्रकाश बनता है जिससे सृष्टि का निर्माण होता है उसे देखने के नजरिये से सुख दुःख की अनुभूति होती है।

- जिस प्रकार विजली के तार का जोड़ ढीला रहने से कार्बन पैदा करने लगता है जिससे विद्युत संचार व्यधानित होने लगता है ठीक उसी प्रकार जीवन का निर्णय ढीला होने से जीवन को व्यधानित करता रहता है इस लिए जीवन का निर्णय सही और दृढ निश्चय के साथ लें जिससे जविन का सफर सुचारु रुप से चले।

- विजयी वही होती है जो सकारात्मक सोच के साथ सही उद्देश्य की तरफ आगे बढ़ता है।

- किसी विषय को निर्धारित करने का नजरिया ही उस गुण प्रवाह को शारीर मे धारण कर पाता है जो व्यक्तित्व विकास में जुड़ जाता है।

- परम प्रकाश की परम शीतलता ही जल की बूँद बनकर परम् प्रकाश के मिलन से सृष्टि का निर्माण करती है।

- डर नकारात्मक ऊर्जा की सन्तान है जो शैतान पैदा कर देती है।

- जिस प्रकार खये गये खाद्य पदार्थ की ताकत खाने वाले को मिलता है ठीक उसी प्रकार नकारात्मक ऊर्जा को खत्म करने पर उसकी ताकत ख्त्म करने वाले को मिलती है जिससे उसके व्यक्तिवि और शक्ति का विकास होता है।

- प्रकृति का प्रकाश जीव का सम्पादन करता है जो व्यक्ति के अनदर सम्पादक बनकर हर विषय का निश्कर्ष निकल कर उसे गतिमान करता है।

- व्यवधान तो अपनी ऊर्जा को केन्द्रित करता है जो उचित समय आने पर व्यधान को खत्म करके आगे बढ़ जाता है।

- पानी परम प्रकाश की परम शीतलता है।

- संघर्ष कुछ नही है बल्की जीवन है जीने का तरीका है यदि सोचने का नजरिया बदल लिया जाय तो संघर्ष नही रह जाता है।

- अवस्था का परिवर्तन निर्माण का कारण है और उसे सोचने का तरीका ही सुख दुःख का कारण है।

- जिन्दगी के जंग में एक समय में सिर्फ एक जिन्दा रहता है दो नही। या तो अहंकार या तो खुद स्वयं।
- जहॉ से प्रहार हो रहा है वहां के प्रति भाव शून्यता ही सुरक्षा कवच है।

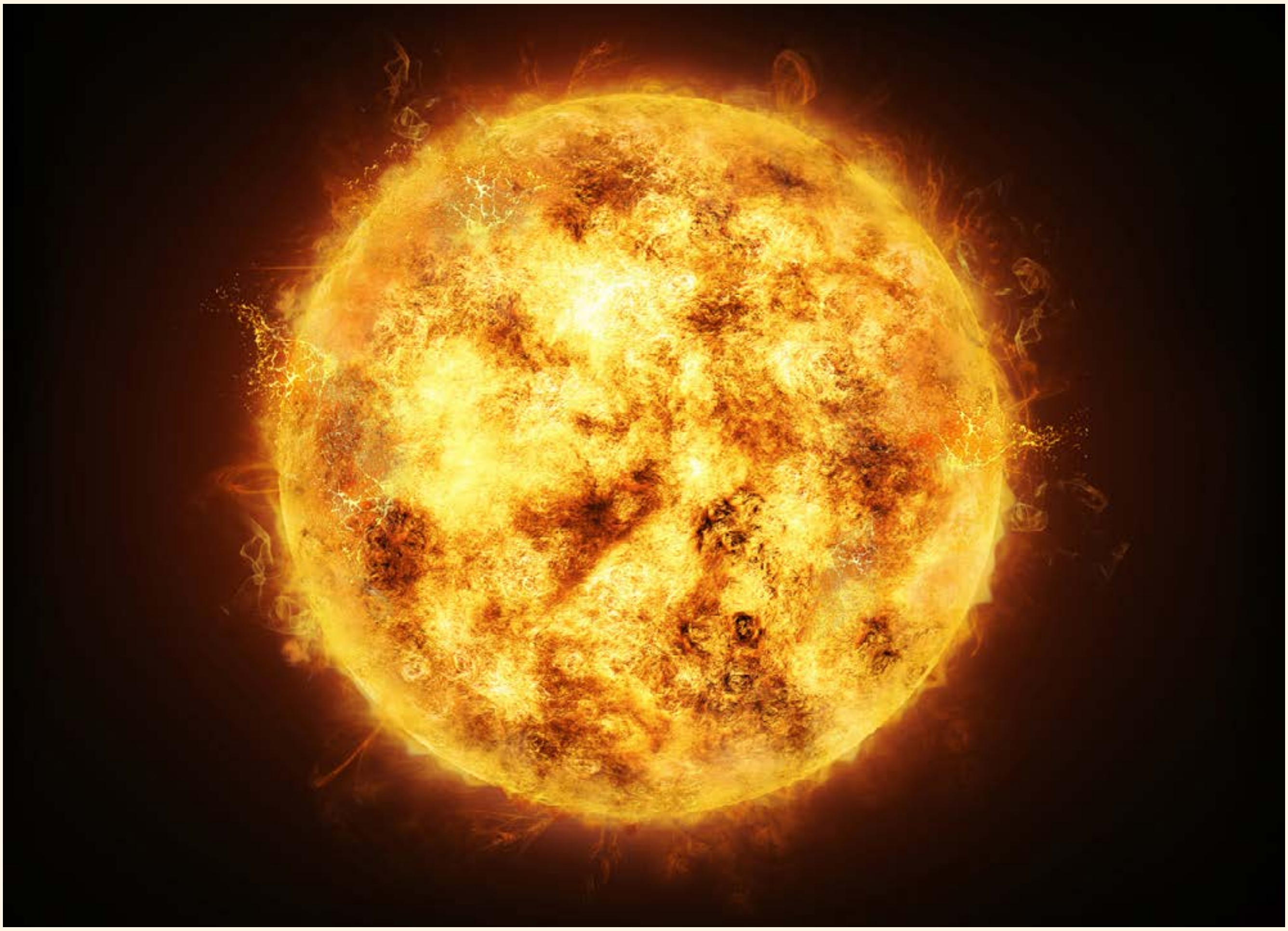
सूर्य सिद्धांत भाग - 4

सूर्य + गन्ध = सृजन

सूर्य पथगामी है जो जिस गंधीय गुण को धारण करता उसे पूर्ण करता है।

अशोक मानव

गन्ध विज्ञान ही वह सूक्ष्म रूप है जिसमें जैविक संरचना की समस्त पद्धति सूक्ष्म रूप में मौजूद होती है। जैविक संरचना अपने इसी गन्ध विज्ञान का निर्माण करती है। प्रकृति के सभी जीव इसका निर्माण प्राकृतिक रूप से करते हैं पर मानव इस गन्ध का निर्माण आप्राकृतिक रूप से करने लगता है। यह क्रिया वह अपने विवेक से अपने हित के लिए नए-नए तरीके अपनाकर आप्राकृतिक रूप से करने लगता है। जिससे सुगन्ध की जगह दुर्गन्ध पैदा होने लगती है। जिससे प्रकृति में प्रदूषण पैदा होने लगता है जो प्रकृति को पीड़ा देती है।



सूर्य गन्ध विज्ञान सूर्य गन्ध बनाने के लिए जैविक संरचना का विकास करता है। जिससे ब्रह्माण्ड और अधिक से अधिक विस्तार करता जाये। जब मानव अपने हित के लिए आवैज्ञानिक तरीके से दो पदार्थ, अनेको पदार्थो को जोड़कर विज्ञान कर विकास करता है तो वह अप्राकृतिक हो जाता है जो दुर्गन्ध से प्रकृति प्रदूषित होकर नष्ट होती जा रही है।

सूर्य सिद्धान्त में सूर्य गन्ध ही पूर्ण विज्ञान है जहां से सृजन होता है और पदार्थ पर रासायनिक क्रिया कर सृजन योग्य जमीन बनती है। विज्ञान की वैज्ञानिकता गन्ध में ही छीपी होती है। यह अतिशूक्ष्म होने के कारण दिखायी नहीं देती है। गन्ध से गन्ध का निर्माण ही वास्तविक विज्ञान है, जो गुण पदार्थ का निर्माण करता है। लोग पदार्थ या उसके गुण को विज्ञान मानते हैं, पर वास्तविक विज्ञान तो जिससे इसका निर्माण होता है वह 'गन्ध' है और गन्ध का निर्माण सूर्य गन्ध से होता है। यह क्रिया जब सूर्य गन्ध जल गन्ध को अतिसूक्ष्म उष्मित क्रिया हवा रूप में करता है तब गन्ध की वैज्ञानिकता जैविक संरचना कर जाती है। जैविक संरचना में छिपी गन्ध की वैज्ञानिकता जीव का स्वरूप विकास उसकी सुरक्षा और गन्ध निर्माण की आवश्यकतानुसार करता है।

जैविक विकास गन्ध विज्ञान के निर्माण के लिए होता है जिसके निर्माण की प्रक्रिया में गुण पदार्थ का निर्माण हो जाता है। जिससे प्रकृति का विस्तार होता है। गन्ध विज्ञान ही वह सूक्ष्म रूप है जिसमें जैविक संरचना की समस्त पद्धति सूक्ष्म रूप में मौजूद होती है। जैविक संरचना अपने इसी गन्ध विज्ञान का निर्माण करती है। प्रकृति के सभी जीव इसका निर्माण प्राकृतिक रूप से करते हैं पर मानव इस गन्ध का निर्माण अप्राकृतिक रूप से करने लगता है। यह क्रिया वह अपने विवेक से अपने हित के लिए नए-नए तरीके अपनाकर आप्राकृतिक रूप से करने लगता है। जिससे सुगन्ध की जगह दुर्गन्ध पैदा होने लगती है। जिससे प्रकृति में प्रदूषण पैदा होने लगता है जो प्रकृति को पीड़ा देती है। सूर्य गन्ध विज्ञान तो आनंदमय है जिसमें पीड़ा नहीं सिर्फ आनन्द है। यही आनन्द जीव द्वारा अनेको गुण गन्ध का निर्माण करता है जिसमें रंग का भी विस्तार होता है।

सूर्य सिद्धान्त में सूर्य गन्ध में सृजन का विज्ञान होता है वह विज्ञान जल पदार्थ या अन्य अवस्था से गन्ध को सूक्ष्म बनाकर जैविक संरचना कर देता है। सूर्य गन्ध में जीव का विकास उसे पूर्ण बनाने का विज्ञान होता है और जब वह जीव रूप में इस कार्य को पूरा कर जाता है तब उसके पदार्थ में रासायनिक क्रिया करके उसे स्थायी पदार्थ बनाने की क्रिया का विज्ञान होता है। यही गन्ध पदार्थ में उसकी गन्ध को स्थायी रूप से संरक्षित कर देता है। सूर्य गन्ध में सृजन का विज्ञान होता है पर पदार्थ में उसके गुण पद्धति की गन्ध में उसके विस्तार का विज्ञान होता है इसीलिए सूर्य गन्ध से अनेको जीव, पदार्थ, रंग का विस्तार होता है। सूर्य गन्ध विज्ञान अपनी इसी वैज्ञानिकता से ब्रह्माण्ड का निर्माण करता है। सूर्य गन्ध विज्ञान में सृजन का विज्ञान होता है तो साथ में सृजन में अवरोधक बनने या विपरीत गुण को खत्म करने का भी विज्ञान छिपा होता है। सूर्य गन्ध पदार्थ के गन्ध विज्ञान के अनुसार उसका विकास करता है। इसीलिए अनेको रूप रंग का विकास होता है।

सूर्य गन्ध विज्ञान सूर्य गन्ध बनाने के लिए जैविक संरचना का विकास करता है। जिससे ब्रह्माण्ड और अधिक से अधिक विस्तार करता जाये। जब मानव अपने हित के लिए अवैज्ञानिक तरीके से दो पदार्थ या अनेको पदार्थो को जोड़कर विज्ञान का विकास करता है तो वह अप्राकृतिक हो जाता है जो दुर्गन्ध से प्रकृति प्रदूषित होकर नष्ट होती जा रही है। वैज्ञानिक लोग अपने वैज्ञानिक प्रयोगों से इसी तरह का प्रदूषण बढ़ा रहे है। अप्राकृतिक विकास होने से गन्ध की जगह दुर्गन्ध पैदा होने लगती है जिससे राक्षसी जीव का विकास होने लगता है। जिससे प्रकृति में पीड़ा का जन्म होता है।

प्राकृतिक विकास ही सृजन का वास्तविक विकास है जो हर परिस्थिति में निर्माण करता है और जो निर्माण योग्य नहीं होता है उसे रासायनिक क्रिया से परिवर्तित कर किसी न किसी पदार्थ रूप में बनाकर सृजन कर सहयोगी बना देता है। जीव गन्ध विज्ञान का निर्माण करने के लिए सूर्य गन्ध विज्ञान से स्वयं बनाता है और उसी स्वरूप से अपने ज्ञानेन्द्रियों के सहयोग से प्रकृति के गुण को जान पाता है जिस पर विचार कर सहयोगी को अपनाता है। यही भाव उस गुण की गन्ध बनाता है जिससे उस गुण के गन्ध विज्ञान का निर्माण होता है। आगे चलकर जीव की सोच गन्ध विज्ञान की तकनीक में अवस्था को उत्पन्न करता है जो परिस्थिति बनकर उसका सहयोग कर उसको रास्ता दिखाती है। यही विज्ञान गन्ध की सूक्ष्मता में मौजूद होता है, जो सूर्य गन्ध से अपना निर्माण कर सदैव अपना विस्तार करता रहता है। मानव को भी प्राकृतिक रूप से सूर्य गन्ध विज्ञान के सिद्धान्त के अनुसार अपने भाव से सत् गन्ध विज्ञान का निर्माण करना चाहिए। इसी गन्ध विज्ञान से सृजन आगे बढ़ता है और उसका अगला जन्म भी उसके द्वारा निर्मित गन्ध विज्ञान के अनुरूप होता है। जीव की सत् गन्ध ही सूर्य गन्ध का निर्माण करती है जो विपरीत गुण की दुर्गन्ध को खत्म कर सृजन का विस्तार करती है। यदि अपनेआप को कभी न मारना चाहते हो तो सत् गन्ध का निर्माण करिये इस वैज्ञानिक गन्ध को कभी कोई नहीं खत्म कर सकता है।

प्रश्न हमारे
उत्तर श्री अशोक मानव जी के

प्रश्न : युद्ध किसे कहते हैं? इसका वास्तविक अर्थ क्या है?

उत्तर : प्राकृतिक अर्थ में युद्ध दूसरे गुण को अपने गुण में परिवर्तित करने की क्रिया है। भौगोलिक अर्थ में अपनी भूमि विस्तार की क्रिया ही युद्ध है। वैज्ञानिक अर्थ में युद्ध किसी भी पदार्थ विषय वस्तु का सदुपयोग कर उसे सृजनमई बनाने की क्रिया है। व्यावहारिक रूप में युद्ध आपसी लड़ाई का एक नाम है, वास्तविक रूप में जीव अपनी प्रवृत्ति के अनुसार अपने संपर्क में आने वाले जीव पदार्थ विषय को बदलने की क्रिया में लगने वाले बाल को युद्ध कहते हैं।

प्रश्न : व्यक्ति का अपना वास्तविक मार्ग क्या है? राह और राही दोनों का क्या संबंध है?

उत्तर : रही और रह दो अलग अवस्था का नाम नहीं एक ही अवस्था के दो नाम है जीवन की रह सबकी अलग होती है जो स्वभाव बनाकर आनंद बन जाती है। मानव वैचारिक उलझन में राह खोजता है पर हर अवस्था में जिस पर स्वयं सहमत होता है वही करता है,यही उसकी वास्तविक राह है।

प्रश्न : आकृति किसे कहते हैं ?

उत्तर : तत्व पदार्थ और जीव की मृदा प्रवृत्ति की गुणात्मकता सिद्धांत करने हेतु ईंधन मिलान करने के भौगोलिक दुर्ग को आकृति कहते हैं।

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.prakritimail@gmail.com

9807636072, 7376495194

नशे से दूरी के लिए प्रबल इच्छाशक्ति क्यों?

डॉ. बी. आर. नलवाया
मंदसौर

भारत ही नही बल्कि विश्व के प्रत्येक देश के लिए नशे का सेवन व इसका कारोबार बड़ी चुनौती बनी हुआ है। शराब विश्व में सबसे अधिक सेवन किया जाने वाला नशा है। इसके अतिरिक्त गांजा, चरस, भांग, कोकीन, एमडी, हशीश, ब्राउन शुगर तम्बाकू उत्पादों का सेवन बड़ी संख्या में लोग करते हैं। यह बताना कोई अतिश्योक्ति नही, कि दुनिया में कही भी शराबबंदी सफल नहीं हुई। पिछले दिनो पड़ोसी राज्य गुजरात की तर्ज पर कई बार मप्र में पीछा छुड़ाने के प्रयास हो चुके है। स्मरण रहे "भारत भर को नशे से मुक्ति के लिए सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय" के तहत भारत सरकार ने 15 अगस्त 2020 से नशा-मुक्त भारत अभियान की शुरुआत हुई थी। मध्य प्रदेश में नशा-मुक्ति को लेकर बीते पांच दशकों 30 से अधिक बड़े अभियान चलाए गए। इस दौरान अलग-अलग सरकारे भी सत्ता में रही, किंतु सभी अभियान बुरी तरह से निष्प्रभावी ही रहे।

पुनः मध्यप्रदेश सरकार ने राज्य को नशा-मुक्त करने का अभियान 15 जुलाई, 2025 से 30 जुलाई तक प्रदेश के सभी एनजीओ, सामाजिक संस्थाओं सहित शासन के अधीन सभी प्रमुख विभागों ने जन-जागरूकता अभियान को "#नशे से दूरी हैं जरूरी" के नाम से चलाया जा रहा है। नशा-मुक्त समाज बनाने की सबसे बड़ी चुनौती है। इसका सबसे बड़ा असर 10 से 75 साल की उम्र के करीब 2.3 करोड़ लोग किसी न किसी रूप में नशे के पदार्थ का प्रयोग करते हैं। नशे के सेवन से व्यक्ति के मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य पर दुष्प्रभाव तो पड़ता की है। सामाजिक, आर्थिक और निजी जीवन भी बुरी तरह से प्रभावित होता है।इसके साथ नशीले पदार्थ मस्तिष्क को नकारात्मक रूप से इतना प्रभावित करते हैं। कि व्यक्ति का आत्मविश्वास और इच्छाशक्ति कमजोर पड़ जाती है।जब नशेड़ी व्यक्ति नशे को बार-बार सेवन करता है, तो इसे नशे की "लत" कहते है। नशे के पदार्थ सेवन करने से शरीर व मस्तिष्क इस तरह प्रभावित होता है कि व्यक्ति स्वयं पर नियंत्रण नहीं रख पाता है। इसके घातक परिणाम में व्यक्ति अपना चरित्र खो देता है। साथ ही व्यक्ति के व्यवहार में बदलाव आ जाता है- जैसे गाली बकना, सामान्य बात से उत्तेजित होना, इसके साथ ही हिंसक व्यवहार करने लगता है। नशेड़ी व्यक्ति की गलत आदतें जैसे चोरी या बेईमानी करने लगता इससे दिनचर्या में गड़बड़ी होने लगते हैं।

उक्त मंत्रालय की रिपोर्ट के मुताबिक पिछले चार वर्षों 26 जुलाई 2024 तक नशे के देश में छिड़ी मुहिम से अब सकारात्मक नतीजे देखे गए हैं। देश में मुहिम चलते 27 लाख लोगो को नशे की गिरफ्तर से मुक्त करने के साथ नए सिरे से पुनर्वास किया गया। वही देश में 272 जिले नशे की गंभीर चपेट में है। जहाँ करीब 21 करोड़ लोग किसी न किसी तरह का नशा करते हैं। मंत्रालय के इस मुहिम से नशे के विरुद्ध जन-जागरूकता के साथ ही इतर गंभीर रुप से शिकार लोगों की पहचान कर उनका उपचार करने और पुनर्वास जैसी पहल शुरू की गई। इस मुहिम से नशे के गंभीर रूप से शिकार से 27 लाख लोगों को बाहर निकाला।

नशीले पदार्थो में सबसे अधिक वर्तमान में शराब के चलन के साथ ड्रग्स का चलन युवा पीढ़ी में अधिक बड़ा है। दुनिया में हर साल शराब के चलते 30 लाख लोगों की जान जाती है। वही तंबाकू के चलते 80 लाख लोग हर साल मरते है। दुनिया में 130 करोड़ लोग सिगरेट या तम्बाकू उत्पादों का इस्तेमाल करते। वर्ष 1980 के पहले भारत में कोई स्मैक का नाम नही जानता था। 1985 से स्मैक नशे की समस्या विकराल रूप धारण कर चुकीं। कई लोग अपनी दृढ़ इच्छाशक्ति से नशे की आदत छोड़ देते हैं , लेकिन जो लोग नशे से वास्तव में बाहर निकला चाहते, वे मनोचिकित्सक की मदद लेवे। वही नशा मुक्ति केंद्र के सम्पर्क में रखने से आम तौर पर 35 दिन में फायदा मिल जाता। यदि सरकर शराब एवं ड्रग्स पर प्रतिबंध लगाने के ठोस व जमीनी प्रयास करने के साथ ही समाज के नशाधारी व्यक्ति सरकार के अभियान में शपथ लेकर नशा छोड़ने का संकल्प लेवे तो परिवर्तन कुछ दिखेगा। शराबी ड्रग्स के लत व्यक्ति से ज्यादा आशा करना भी ठीक नहीं लगता फिर भी सुधार के प्रयास जारी रहना चाहिए। इन प्रयासों से सार्थक परिणाम भी निकले हैं। देशव्यापी नशा की प्रवृत्ति में गिरावट तभी देखी जा सकती है, जब नशाधारी व्यक्ति नशा से मुक्त होने की इच्छाशक्ति प्रबल होती हैं, तो वह इंद्रियों पर नियंत्रण रखते हुए, मनोचिकित्सक से परामर्श लेकर सफलता की ओर उन्मुख हो सकता है। यही कहा जा सकता है नशा मुक्त होने के लिए इच्छाशक्ति प्रबल होनी चाहिए। इच्छाशक्ति जीवन की धूरी है, जिस पर नशाधारी व्यक्ति अपने जीवन की सफलता, आत्म संतुलन, सफल व्यक्तित्व और चरित्र निर्माण कर सकता है।

आत्मनिर्भरता के लिए कौशल दक्षता का आलाप

प्रमोद भार्गव

शिवपुरी म.प्र.

देश में वस्तु निर्माण के पुख्ता स्तंभ बनाने के लिए कौशल दक्षता में कमी की बात कही जाती है। यहां तक कि इंजीनियर और पीएचडी डिग्रीधारी को भी अयोग्य ठहरा दिया जाता है। हाल ही में आईफोन बनाने वाली अमेरिकी कंपनी एप्पल ने चेन्नई में फोन निर्माण के लिए एक संयंत्र स्थापित किया है, किंतु उसे पर्याप्त दक्ष युवा नहीं मिल रहे। इनकी प्रतिपूर्ति कंपनी ने चीन और ताइवान से की। यहां सवाल उच्च शिक्षित पेशेवरों के साथ उन शिक्षा संस्थानों पर भी खड़ा होता है कि तमाम आधुनिक संसाधनों से भरे पड़े ये पढ़ा व सिखा क्या रहे हैं? दक्षता की लक्ष्य पूर्ति के लिए अक्सर चीन से सीख लेने की बात कही जाती है। जिससे यह जान लिया जाए कि सस्ते मजदूरों के जरिए सस्ती वस्तुओं का निर्माण कैसे हो? क्योंकि इन्हीं वस्तुओं के निर्माण से चीन दुनिया की औद्योगिक व प्रौद्योगिक षक्ति बना है। उसके माल से दुनिया के बाजार भरे पड़े हैं।

यहां प्रश्न खड़ा होता है कि क्या हम सस्ती वस्तुओं के निर्माण की तरकीब और देशज ज्ञान भारत और भारतीयों से नहीं सीख सकते? मध्यप्रदेश के शिवपुरी जिले में एक तहसील स्तरीय कस्बा है बदरवास। संयोग से मैं (लेखक) यहीं का रहने वाला हूं। अब से करीब पैंतालीस साल पहले बदरवास के ही बैक से 10 हजार रुपए का ऋण लेकर रमेश अग्रवाल ने यहीं छोटी सी दुकान में जैकेट बनाने का काम प्रारंभ किया था, तब वे रोजाना 40-50 जैकेट बनवाकर बेच लेते थे। किंतु आज हजारों जैकेट बनवा कर बेच रहे हैं। मध्य प्रदेश, उत्तरप्रदेश, बिहार, पश्चिम बंगाल समेत नेपाल तक फेरी वाले उनकी जैकेट बेचते हैं। इसे मोदी जैकेट कहा जाता है। सस्ती जैकेट का यह व्यापार समूचे देश में फैल रहा है। इस उत्पाद के षौ-रूम भी खुल रहे हैं और बाजार में मांग लगातार बढ़ रही है। अब जैकेट निर्माण का विकेंद्रीकरण हुआ है। करीब एक सैंकड़ा लोग जैकेट के निर्माण और व्यापार में जुटे हैं। पांच-सात हजार क्षेत्रीय ग्रामीण पुरुश और महिलाएं जैकेट की सिलाई के काम से जुड़े रहते हुए आत्मनिर्भर हुए हैं। बदरवास की गली-गली में जैकेट सिलने और बेचने का व्यापार परवान चढ़ा दिखाई देता है। बड़े कारोबारियों के कारखाने देखकर हैरानी होती है कि इतने छोटे कस्बे में जैकेट का इतने बड़े पैमाने पर उत्पादन कैसे हो रहा?

इन जैकटों की कीमत न्यूनतम 80 रुपए से लेकर 300 रुपए तक है। यहां के सिले वस्त्र निर्माता इतना सस्ता उत्पाद कैसे कर पाते हैं, इस रहस्यमयी तरकीब को जानना जरूरी है, जिससे चीन की तरह भारत के माल से दुनिया के बाजार भरे जा सकें। जैकेट व्यापारी अपने ठिकानों पर विभिन्न आकार-प्रकार की जैकेटों के कपड़े की कटिंग कराते हैं। फिर इन कटे वस्त्रों को आसपास के पन्द्रह किलोमीटर तक के ग्रामों में सिलने के लिए दर्जन के हिसाब से भेज देते हैं। अतएव यहां देखने में आता है कि घर-घर और

खेत-खेत महिलाएं और छात्राएं जैकेट की सिलाई में लगी हैं। इनमें ज्यादातर महिलाएं खेती-किसानी से जुड़ी होती हैं। ये घरेलू और किसानी की दिनचर्या से निपटने के बाद खेत में बने घर की दहलान में पैरों से चलने वाली सिलाई मशीन से सिलाई के काम में लग जाती हैं। सिलाई के बाद इनके घर का कोई व्यक्ति जैकेटों को साइकिल या बाइक से व्यापारी को दे आते हैं। तत्काल इन्हें प्रति जैकेट के हिसाब से मजदूरी दे दी जाती है। जैकेट की सिलाई खाली समय में की जाती है, इसलिए मजदूर को अतिरिक्त धन मिल जाता है, जो इनकी आर्थिक समृद्धि का मजबूत आधार बन गया है। सिलाई की इस कौशल दक्षता को मां या बड़ी बहन नई पीढ़ी को सिखाती चलती हैं। इस कौशल के लिए अच्छी पढ़ाई या उत्तम प्रशिक्षण की जरूरत ही नहीं पड़ती है। जैकेटों में काज-बटन लगाने का काम पुरुश या तो हाथ से करते हैं या फिर मशीनों से। जैकेट के जितने भी बड़े कारोबारी हैं, उनके कारखानों में आधुनिक व इलेक्ट्रोनिक तकनीक से जुड़ी बड़ी-बड़ी मशीनें लगी हैं। इन मशीनों को चलाना भी लोग परस्पर सीख लेते हैं। इसी तरकीब से बदरवास में प्रतिदिन लगभग दस हजार जैकेट बनाकर बेची जा रही हैं।

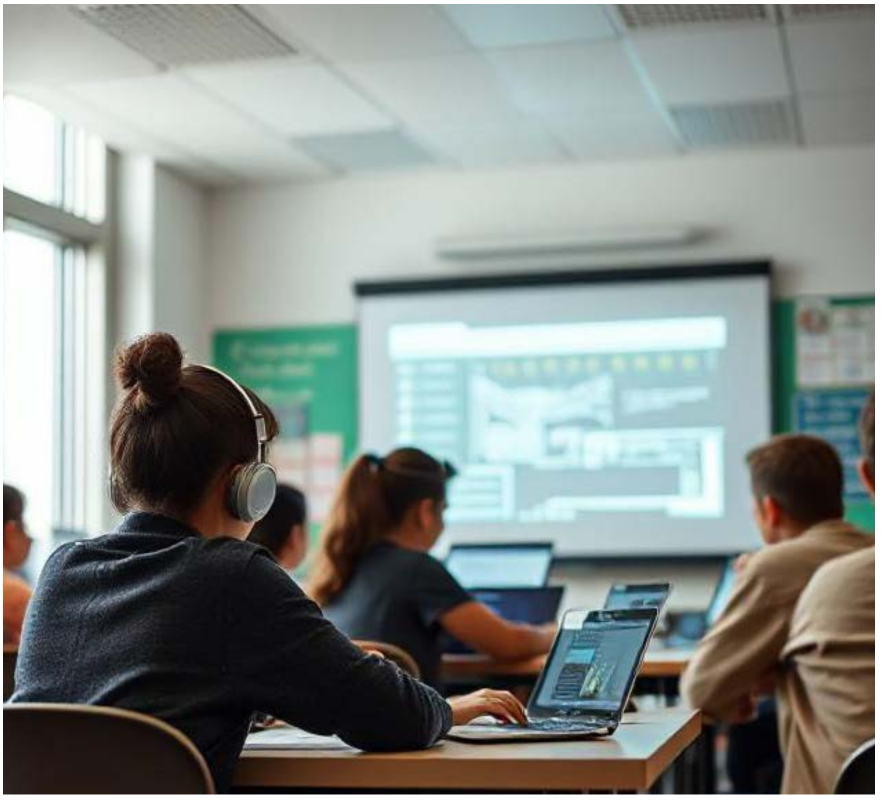
सस्ते श्रम से सस्ते माल के उत्पादन की इस विधि को संपूर्ण भारत समेत विदेश में भी फैलाने की जरूरत है। चीन इसी तकनीक से विश्व बाजार में औद्योगिक षक्ति बना हुआ है। दरअसल चीन पिछले चार दशक से बदरवास जैसी वस्तु निर्माण की तरकीब अपनाए हुए है। वह वस्तु निर्माण से जुड़े कारीगरों को नगरों में आकर काम करने को विवश नहीं करता, अपितु कच्चा माल गांव-गांव भिजवाकर वस्तु निर्माण कराता है। देवी-देवताओं की मूर्तियां, दीपक, राखी, बिजली की झालर वह इसी तरकीब से बनवाता है और फिर उनकी दर्शनीय पैकिंग कराकर निर्यात करता है। अमेरिका समेत अन्य देशों के उद्योगपति चीन की इस सस्ती तरकीब से जुड़े सफल मंत्र

के चमत्कार को अनुभव करके इसे अपनाने की पहल कर रहे हैं। लेकिन भारत जो अपनी समृद्ध ज्ञान परंपरा से वस्तुओं के निर्माण में हजारों साल से जुड़ा हुआ था, वहां के लोग और शिक्षा संस्थान पश्चिम की ओर ताक रहे हैं। भारत के शिक्षा विशेशज्ञ भी इसी विचार से प्रेरित हैं। लोगों को षेयर बाजार के सिद्धांत और ऋण से धंधे की स्थापना के जुनून का पाठ पढ़ाया जाकर सरकारी या कंपनियों की नौकरी मिल जाए। जिससे वे कुलीन की श्रेणी में आ जाएं। उच्च शिक्षा के इस लक्ष्य को साधने के लिए कर्ज की सुविधा देकर विदेशी व्यापार-प्रबंधन के संस्थानों में पढ़ाई के लिए प्रोत्साहित किया जा रहा है। कथित कामयाबी के लिए यह प्रोत्साहन सर्वथा अनुचित है। जबकि भारतीय संस्कृति में शिक्षित होने का उद्देश्य धनवान या आभिजात्य होना कतई नहीं था। विनम्र व शालीन बने रहते हुए ज्ञान को अन्य समुदायों में बांटना और वंचितों की सेवा करना था। जैकेट का कारोबार षुरू करने वाले रमेश अग्रवाल एक ऐसे अपवाद हैं, जो 'अपना घर' के माध्यम से उपेक्षित रोगियों की सेवा में नियमित लगे हैं। किसी भी धनवान का देश और समाज के प्रति यही उत्तरदायित्व होना चाहिए।

दूसरी तरफ हमारे सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्योग (एमएसएमई) वित्तीय संकट से जूझ रहे हैं। जबकि देश के सकल घरेलू उत्पाद में 29 प्रतिशत, रोजगार में 60 प्रतिशत और निर्यात में 40 प्रतिशत योगदान इन्हीं उद्योगों का है। फिर भी इन उद्योगों से लेकर ऑटोमोबाइल, कृत्रिम-मेधा और मशीन लर्निंग जैसे उद्योगों के लिए दक्ष युवाओं की कमी है। आखिर भारतीय राष्ट्रीय कौशल विकास मिशन युवाओं को दक्ष करने में असफल क्यों रहा? क्योंकि इस अभियान में युवाओं को प्रशिक्षण देकर दक्ष बनाने का दायित्व जिन लोगों को सौंपा गया था, वे वही किताबी ज्ञान देते रहे, जिसे प्रशिक्षु शिक्षा संस्थानों से पढ़कर निकले थे, जबकि उन्हें उद्योग में प्रायोगिक ज्ञान की जरूरत थी। इसी ज्ञान से उत्पादकता बढ़ेगी। उत्पादकता बढ़ेगी तो आत्मनिर्भरता भी बढ़ेगी। मेक इन इंडिया का यही उपाय वैश्विक प्रतिस्पर्धा के बाजार में भारत को स्थापित करेगा। राजस्व और रोजगार के नए द्वार खुलेंगे।

डिजिटल दुनिया

विजय गर्ग
सेवानिवृत्त प्रिंसिपल, शैक्षिक स्तंभकार स्ट्रीट कौर चंद एमएचआर, मलोट, पंजाब



कंप्यूटर विज्ञान हमारी डिजिटल दुनिया का आधार बनाता है, इसका वास्तविक प्रभाव "कंप्यूटर विज्ञान से परे" तक ही फैला हुआ है, लगभग हर दूसरे क्षेत्र में कल्पना करने योग्य और क्रांति ला रहा है। इस व्यापक प्रभाव को मोटे तौर पर कुछ प्रमुख लेंसों के माध्यम से समझा जा सकता हैः

1. एक सार्वभौमिक कौशल के रूप में कम्प्यूटेशनल सोचः

कम्प्यूटेशनल सोच, जिसमें जटिल समस्याओं को तोड़ना, पैटर्न को पहचानना, विवरणों को नष्ट करना और एल्गोरिदम को डिजाइन करना शामिल है, केवल प्रोग्रामर के लिए नहीं है। यह विविध डोमेन पर लागू एक मूल्यवान कौशल हैः

हेल्थकेयरः अस्पताल के वर्कफ़्लो का अनुकूलन, रोग निदान और उपचार, दवा की खोज और चिकित्सा इमेजिंग के लिए रोगी डेटा का विश्लेषण करना।

आपूर्ति श्रृंखला प्रबंधनः कुशल मार्गों को डिजाइन करना, आपूर्ति और मांग की भविष्यवाणी करना और इन्वेंट्री का प्रबंधन करना।

कृषिः रोपण, फसल रोटेशन, झुंड प्रबंधन, सिंचाई और कीट नियंत्रण को रणनीतिक करना।

अंतरिक्ष अन्वेषणः योजना मिशन, प्रक्षेपवक्र की गणना, और उपग्रह डेटा का विश्लेषण।

ऊर्जा उद्योगः ऊर्जा वितरण का अनुकूलन और हरित ऊर्जा समाधान डिजाइन करना।

मौसम विज्ञानः मौसम पैटर्न का अनुकरण और भविष्यवाणी करना।

आपराधिक न्यायः अपराध की रोकथाम के लिए फोरेंसिक जांच, कानूनी कार्यवाही और डेटा विश्लेषण।

पर्यावरण संरक्षणः पारिस्थितिक डेटा का विश्लेषण करना, वन्यजीवों पर नज़र रखना और आवास संरक्षण रणनीतियों का विकास करना।

वित्त और व्यापार खुफियाः डेटा-आधारित रणनीति, जोखिम मूल्यांकन और बाजार विश्लेषण।

शिक्षाः व्यक्तिगत शिक्षण उपकरण डिजाइन करना और विषयों में समस्या को हल करना।

2. अन्य विज्ञान (और परे) में प्रत्यक्ष अनुप्रयोगः

कंप्यूटर विज्ञान सिर्फ एक उपकरण नहीं है, यह वैज्ञानिक खोज और व्यावहारिक नवाचार में एक मौलिक भागीदार हैः

जीव विज्ञान और चिकित्सा (कम्प्यूटेशनल जीव विज्ञान / जैव सूचना विज्ञान)ः

डेटा विश्लेषणः जीनोमिक्स (डीएनए अनुक्रमण), प्रोटीओमिक्स (प्रोटीन संरचनाएं), और जीन अभिव्यक्ति से बड़े पैमाने पर डेटासेट को संभालना।

मॉडलिंग और सिमुलेशनः अणुओं से लेकर अंगों तक उनके व्यवहार को

समझने के लिए जैविक प्रणालियों के आभासी मॉडल बनाना।

ड्रग डिस्कवरी: यौगिकों की आभासी स्क्रीनिंग, दवा प्रभावकारिता और सुरक्षा की भविष्यवाणी।

मेडिकल इमेजिंग: एक्स-रे, सीटी स्कैन और एमआरआई को संसाधित और व्याख्या करना।

निदान और उपचार: रोग के पैटर्न की पहचान करना, स्वास्थ्य के मुद्दों की भविष्यवाणी करना और यहां तक कि रोबोट सर्जरी को सक्षम करना।

भौतिकी और रसायन विज्ञान: परमाणु और उप-परमाणु बातचीत, भौतिक विज्ञान और क्वांटम कंप्यूटिंग अनुसंधान के जटिल सिमुलेशन।

इंजीनियरिंग: जटिल प्रणालियों को डिजाइन करना और अनुकरण करना, प्रक्रियाओं का अनुकूलन करना और संरचनात्मक अखंडता का विश्लेषण करना।

सामाजिक विज्ञान (कम्प्यूटेशनल सामाजिक विज्ञान):

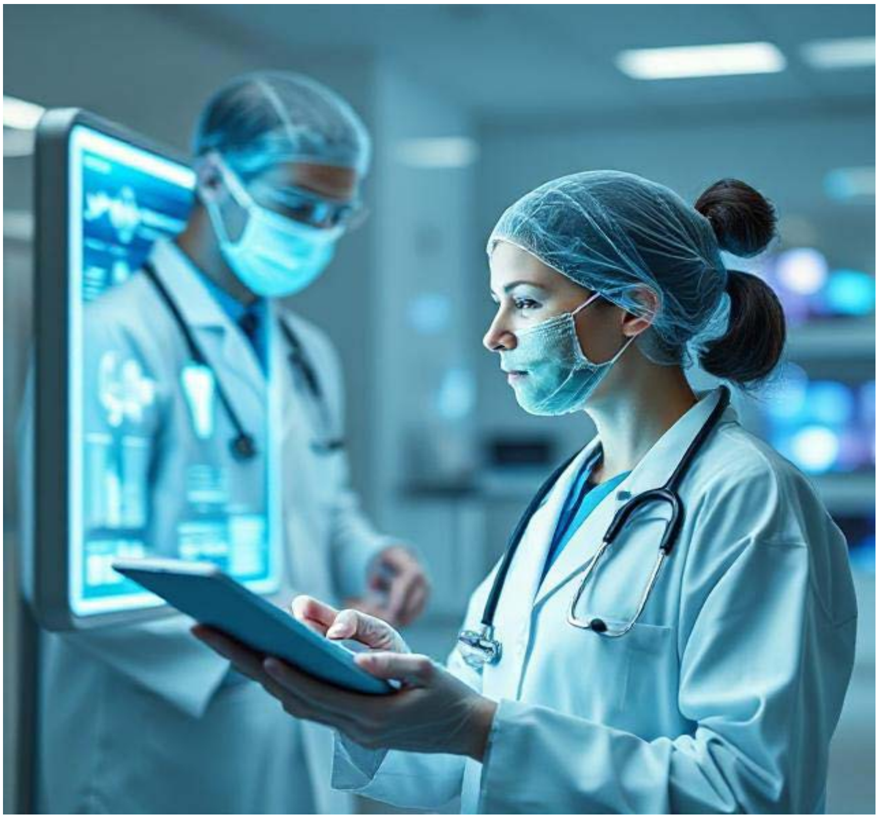
डिजिटल पैरों के निशान का विश्लेषण: सोशल मीडिया इंटरैक्शन और ऑनलाइन गतिविधियों के माध्यम से मानव व्यवहार, सामाजिक रुझानों और समूह की गतिशीलता को समझना।

नेटवर्क विश्लेषण: व्यक्तियों और समूहों और सूचना प्रवाह के बीच कनेक्शन का अध्ययन।

व्यवहार मॉडलिंग: विभिन्न संदर्भों (जैसे, अर्थशास्त्र, राय गतिशीलता) में मानव व्यवहार की भविष्यवाणी और अनुकरण करना।

सामाजिक चुनौतियों को संबोधित करना: गलत सूचना पर नज़र रखना, सामाजिक आंदोलनों को समझना और नीतिगत निर्णयों को सूचित करना।

मानविकी: डिजिटल मानविकी परियोजनाएं जिसमें पाठ विश्लेषण, ऐतिहासिक डेटा दृश्य और सांस्कृतिक विरासत संरक्षण शामिल हैं।



कला और डिजाइन: पीढ़ी कला, कम्प्यूटेशनल डिजाइन, एनीमेशन, और फिल्म में विशेष प्रभाव।

3. एआई और मशीन लर्निंग की परिवर्तनकारी शक्ति:

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, कंप्यूटर विज्ञान का एक उपक्षेत्र, गैर-सीएस डोमेन में विशेष रूप से प्रभावशाली है:

हेल्थकेयर: एआई-संचालित डायग्नोस्टिक्स, व्यक्तिगत उपचार योजनाएं, दवा विकास और रोग प्रकोप की भविष्यवाणी करना।

विपणनः उपभोक्ता व्यवहार, लक्षित विज्ञापन और एआई-संचालित चैटबॉट का विश्लेषण करना।

कृषि: फसल की पैदावार, सटीक खेती और पशुधन निगरानी का अनुकूलन।

भूविज्ञान: समुद्र-स्तरीय वृद्धि भविष्यवाणियों में सुधार करना, भूकंपीय डेटा का विश्लेषण करना और भूमिगत स्थितियों को समझना।

वित्त: एल्गोरिथम व्यापार, धोखाधड़ी का पता लगाने, और जोखिम प्रबंधन।

कानून: कानूनी अनुसंधान, अनुबंध विश्लेषण, और मामले के परिणामों की भविष्यवाणी।

शिक्षा: व्यक्तिगत शिक्षण मंच, बुद्धिमान ट्यूशन सिस्टम और स्वचालित ग्रेडिंग।

ग्राहक सेवा: एआई चैटबॉट और आभासी सहायक। संक्षेप में, कंप्यूटर विज्ञान, और विशेष रूप से कम्प्यूटेशनल सोच और एआई, उपकरणों का एक शक्तिशाली सेट और पारंपरिक अनुशासनात्मक सीमाओं को पार करने वाली समस्याओं के संपर्क का एक नया तरीका प्रदान करता है। यह हमें बड़ी मात्रा में डेटा को संसाधित करने, जटिल कार्यों को स्वचालित करने, जटिल प्रणालियों का अनुकरण करने और अंतर्दृष्टि को उजागर करने में सक्षम बनाता है जो पहले समाज के सभी पहलुओं में नवाचार और प्रगति को प्राप्त करना असंभव था।

कांवड़ यात्रा की सार्थकता और संदेश!

उपलब्ध जानकारी के अनुसार- समुद्र मंथन से निकलने के बाद भगवान शिव ने विष को पीया था जिससे उनका कंठ नीला हो गया था। तब रावण ने कांवड़ में जल भरकर 'पुरा महादेव' पहुंचें थे और भगवान शिव का जलाभिषेक किया था। उसी समय से कांवड़ यात्रा की परंपरा शुरू हुई। यह भी मान्यता है कि जब भगवान शिव ने समुद्र मंथन से निकलकर विष पिया था, तो देवताओं ने शिव जी के ताप को शांत करने के लिए पवित्र नदियों का जल उन पर चढ़ाया था और उसी समय से कांवड़ यात्रा शुरू हुई थी।

सुनील कुमार महला
युवा साहित्यकार, उत्तराखंड

वर्तमान में सावन का महीना चल रहा है और सावन के महीने में 'पैदल कांवड़ यात्रा' का बहुत महत्व है।सावन के महीने में कांवड़िए पूरे मार्ग में उपवास, नियम, और भक्ति के साथ यात्रा करते हैं तथा पैदल चलते हुए कठिन से अति कठिन रास्तों को पार करते हैं। इस प्रक्रिया को शिव भक्ति का प्रतीक माना जाता है, जिसमें भक्ति, तपस्या और समर्पण का भाव प्रमुख होता है। पाठक जानते हैं कि भगवान शिव का सबसे प्रिय महीना सावन है, जिसकी शुरुआत 11 जुलाई 2025 से हो चुकी है और ये महीना 9 अगस्त 2025 को समाप्त होगा। सावन शुरु होते ही सड़कों पर 'बम बम भोले' और 'हर हर महादेव' की गूंज उठती है, जब भगवान शिव के भक्त एक साथ कांवड़ लेकर निकल पड़ते हैं। यहां पाठकों को बताता चलूं कि कांवड़ भी कई प्रकार के होते हैं जैसे झूला कांवड़, खड़ी कांवड़, डाक कांवड़, जिसमें से सबसे प्रचलित झूला कांवड़ है। वास्तव में, कांवड़ यात्रा आस्था और धर्म का एक पावन(पवित्र) पर्व है। श्रद्धालु, भक्तगण प्राचीन काल से ही यह हिन्दू तीर्थ यात्रा करते रहें हैं, जिसमें श्रद्धालु/भक्तगण गंगाजल लेकर भगवान शिव का जल अभिषेक करने के लिए यह यात्रा करते हैं। हमारे देश में हर साल सावन में जगह-जगह पर हमें कांवड़ियों की भीड़ देखने को मिलती है। पाठकों को बताता चलूं कि कांवड़ यात्रा के संदर्भ में हमारे यहां की कहानियां, किस्से और मान्यताएं प्रचलित हैं। कहते हैं कि भगवान शिव के भक्त परशुराम जी ने गढ़मुक्तेश्वर से गंगाजल लाकर बागपत स्थित पुरा महादेव मंदिर में शिव का अभिषेक (जलाभिषेक) किया था। कई लोग इसे ही 'पहली कांवड़ यात्रा' कहते हैं। एक अन्य मान्यता के अनुसार कुछ लोग भगवान राम को पहले कांवड़िए के रूप में देखते हैं। इस मान्यता के अनुसार भगवान राम ने देवघर में शिवलिंग पर जलाभिषेक किया था। जानकारी के अनुसार भगवान राम ने बिहार के सुल्तानगंज से गंगाजल भरकर देवघर स्थित बाबा बैद्यनाथ धाम में शिवलिंग का जलाभिषेक किया था।कुछ मान्यताओं में कांवड़ की कहानी श्रवण कुमार से जुड़ी बताते हैं, जिन्होंने त्रेता युग में अपने अंधे माता-पिता को कांवड़ पर बिठाकर हरिद्वार तक का सफर पूरा किया था। इसे भी 'कांवड़ की प्रथम यात्रा' के रूप में देखा जाता है। कहते हैं श्रवण कुमार ने अपने अंधे माता-पिता को हरिद्वार में गंगा स्नान कराया था तथा साथ ही वह अपने साथ गंगाजल भी लेकर आए थे।एक अन्य मान्यता के अनुसार कांवड़ को रावण और समुंद्र मंथन की कहानी से भी जोड़ा जाता है। उपलब्ध जानकारी के अनुसार- समुद्र मंथन से निकलने के बाद भगवान शिव ने विष को पीया

था जिससे उनका कंठ नीला हो गया था। तब रावण ने कांवड़ में जल भरकर 'पुरा महादेव' पहुंचें थे और भगवान शिव का जलाभिषेक किया था। उसी समय से कांवड़ यात्रा की परंपरा शुरू हुई। यह भी मान्यता है कि जब भगवान शिव ने समुद्र मंथन से निकलकर विष पिया था, तो देवताओं ने शिव जी के ताप को शांत करने के लिए पवित्र नदियों का जल उन पर चढ़ाया था और उसी समय से कांवड़ यात्रा शुरू हुई थी। पाठकों को बताता चलूं कि कांवड़ को कंधे पर रखा जाता है। वास्तव में कांवड़ को कंधे पर रखना एक परंपरा मात्र नहीं है,यह श्रद्धा, सेवा और समर्पण का प्रतीक माना जाता है।श्रवण कुमार ने अपने माता-पिता को कांवड़ में बिठाकर अपने कंधे पर उठाया था, जो सेवा भाव का प्रतीक है और इसी प्रकार से भगवान श्री राम ने गंगाजल से अपने पिता दशरथ की मोक्ष के लिए कांवड़ उठाई थी। माना जाता है कि कांवड़ को कंधे पर उठाकर चलना अपने अहंकार को त्यागने का प्रतीक है।

धार्मिक मान्यताओं के अनुसार, कंधे पर कांवड़ रखकर गंगाजल लाने से सारे पाप खत्म हो जाते हैं और मोक्ष की प्राप्ति होती है। यह भी माना जाता है कि जो श्रद्धालु पूरे विधि-विधान और सच्ची निष्ठा और श्रद्धा से कांवड़ यात्रा करते हैं, तो उनकी हर मनोकामनाएं पूरी होती हैं। हमारे देश में हर साल सावन माह में करोड़ों की तादाद में कांवड़िये सुदूर स्थानों से आकर आकर गंगा नदी से विभिन्न पात्रों में जल भरते हैं और उससे अपने मन्नत वाले शिवालय में शिवलिंग का जलाभिषेक करते हैं। हरिद्वार, गंगोत्री, गौमुख, ऋषिकेश जैसे पवित्र स्थानों से श्रद्धालु भक्त गंगाजल भरकर अपने-अपने क्षेत्रों के शिव मंदिरों में ले जाते हैं और शिवलिंग का जलाभिषेक करते हैं।

कई लोग तो अपने नजदीक की पवित्र नदियों से भी जल लेकर अपने गांव-देहात के शिव मंदिरों तक की भी यात्रा करते हैं। पाठकों को बताता चलूं कि कांवड़ यात्रा मुख्य रूप से

उत्तर भारत में ही प्रसिद्ध है और सोमवार के दिन का इसमें विशेष महत्व है। कांवड़ यात्रा में श्रद्धालुओं के बीच किसी किस्म का ऊंच-नीच का भेद नहीं होता। कांवड़ यात्रा केवल जल लाने की यात्रा नहीं है, बल्कि यह भक्ति, श्रद्धा और तपस्या की अनूठी व नायाब प्रतीक है। शिवभक्तों के लिए यह यात्रा अपने मन को शुद्ध करने और ईश्वर के प्रति अपनी निष्ठा जताने का माध्यम है।

कांवड़ यात्रा का आयोजन बहुत ही अच्छी बात है, लेकिन भगवान शिव को प्रसन्न करने के लिए इस आयोजन में भागीदारी करने वालों को (कांवड़ यात्रा करने वालों को) इसकी महत्ता भी समझनी होगी। प्रतीकात्मक तौर पर कांवड यात्रा का संदेश इतना भर है कि आप जीवनदायिनी नदियों के लोटे भर जल से जिस भगवान शिव का अभिषेक कर रहे हैं, वे शिव वास्तव में सृष्टि का ही दूसरा रूप हैं।

धार्मिक आस्थाओं के साथ सामाजिक सरोकारों से रची कांवड़ यात्रा वास्तव में जल संचय की अहमियत को उजागर करती है। वास्तव में कांवड़ यात्रा की सार्थकता तभी है, जब हम जल का संचय करें, उसे पशु-पक्षियों को उपलब्ध कराएं। सिंचाई के काम में लें। तभी वास्तव में भगवान शिव प्रसन्न होंगे, कांवड़ यात्रा का सही मायनों में यही संदेश है, लेकिन इस दौरान प्रायः यह देखा जाता है कि कई कांवड़िये जहां तहां उत्पात मचाते हैं। मारपीट, तोड़-फोड़,हिंसा की घटनाएं सामने आती हैं, सड़कों पर अतिक्रमण किया जाता है, जिससे अन्य लोगों को परेशानियों का सामना करना पड़ता है,यह सब ठीक नहीं है। वास्तव में कांवड़ियों में खुद जिम्मेदारी का बोध होना चाहिए और उन्हें याद रखना चाहिए कि वे देश के नागरिक भी हैं। उन्हें कांवड़ यात्रा के दौरान स्थानीय प्रशासन के साथ सहयोग करना चाहिए।

कांवड़ यात्रा के समय अनुशासन व जिम्मेदारी का पालन करना चाहिए। वास्तव में, धर्म और आस्था नितांत निजी विषय हैं। इनकी श्रेष्ठता तभी स्थापित हो सकती है, जब इनका पालन करते हुए हम किसी दूसरों का मन न दुखाएं। कांवड़ियों को शुद्धता, पवित्रता, अनुशासन का पालन करते हुए कांवड़ यात्रा करनी चाहिए। कांवड़ यात्रा के दौरान संयम, मर्यादा में रहना बहुत जरूरी है। भाईचारे की भावना, सहयोग, सद्भावना ही कांवड़ यात्रा का मूलमंत्र है। किसी का दिल दुखाकर, किसी को व्यथित करके, किसी को आहत करके हम कभी भी सुखी व संपन्न नहीं हो सकते हैं। हमें यह चाहिए कि हम कांवड़ यात्रा के माध्यम से लोगों में प्यार, अपनत्व की भावना, सद्भावना, लोगों के भीतर अपने धर्म के लिए प्रशंसा और आकर्षण का भाव पैदा करें, तभी वास्तव में कांवड़ यात्रा की सार्थकता सिद्ध होगी।

बीजत्व और क्रमिकता

उमेश मानव

"जीवन अपने आप में पूर्ण है, समस्त अवस्थायें हमारे बीजत्व में मौजूद रहती है। उसी के अनुसार व्यक्ति में इच्छा बनती है, उसका वही करने का मन करता है, वही वह खोजता है। किसी अवस्था को किसी चीज को सीखने-सिखाने की जरूरत नही होती है। स्वयं में जब उसका पन्ना खुल जाता है। वह आगे बढ़ जाता है।"

"जीवन अपने आप में पूर्ण है' हमें किसी प्रकार के मिलान की आवश्यकता नहीं" यह गुरुवर श्री अशोक मानवजी समझाते हुए कहते है। हममें से अधिकांश लोगों का यही हाल है कि हम अपने हालात से परेशान रहते हैं। सभी अकसर यही सोचते है कि हम कुछ नही कर पाये, हमारा जीवन व्यर्थ चला गया, हम कुछ नही कर पा रहे है। यह विचार ही अपने आप मे विष का काम करता है और कई अनर्गल बातों को अवसर दे देता है कि वे हमारे इस कमजोर पल का लाभ उठाकर हमारी सहज अवस्था में मिलान कर सकें। यही पर हम अपने को असहाय समझकर सहारा खोजते है। यही सहारा हमारी स्थिति को और कठिन बना देता है। हम कुछ यूं समझ बना लेते है जैसे कि अपना जीवन हम स्वयं चला रहे और हम इसे अपने अनुसार जैसा चाहे चला सकते है। इसी विचार में हम बहुत अधिक प्रयास करते रहते है। अपने स्वभाविक आनन्दपूर्ण जीवन को घर्षण में डालकर कष्टकारी बना लेते। इतने में भी जब अपने अनुसार हमें सफलता नहीं मिलती तब हम दूसरों का अनुशरण करने का प्रयास करते है। हम ग्रंथों में लिखी बातों को अपनाने का प्रयास करते है। यहाँ हम यह भूल जाते है कि दूसरो के द्वारा लिखी गई, कही गई जो बातें है वे उनके अपने लिए है उनकी अपनी अवस्था के लिए सही थी। यह नहीं कहा जा सकता कि वे हमारी अवस्था के लिए भी अनुकूल रहेंगी। गुरुवर इसी को और अच्छे से समझाने के लिए कहते है कि "जीवन अपने आप में पूर्ण है, समस्त अवस्थायें हमारे बीजत्व में मौजूद रहती है। उसी के अनुसार व्यक्ति में इच्छा बनती है, उसका वही करने का मन करता है, वही वह खोजता है। किसी अवस्था को किसी चीज को सीखने-सिखाने की जरूरत नही होती है। स्वयं में जब उसका पन्ना खुल जाता है। वह आगे बढ़ जाता है।" स्पष्ट है कि हम पूर्ण है हमारे साथ जो घट रहा है, जो एहसास बन रहा है वह सभी कुछ हमारे भीतर पहले से ही था। जीवन के मार्ग में हो रहे अलग-अलग बदलाव और एहसास हमारी पूर्णतः के मायने में होते है। हमे अपना सफर इन्हीं एहसासों के साथ पूरा करना है। होता यह है कि हम राह में सही चलते-चलते दूसरे से प्रभावित होकर अपने आप में ही दूसरे जैसे होने की चाहत बना लेते है। इससे हमारे विचारों में और प्रयास से घर्षण होता है जो कि ऊष्मा बन हमे विचलित करता है और इस प्रकार हमारा सफर कठिन होता चला जाता है। ध्यान रहे यहाँ भी होता वहीं है वैसा ही है जैसा कि हमारे बीजत्व में था। चल हम अपने मार्ग पर ही रहे, जिससे हम हट नहीं सकते। अन्य की चाहत से जो हमारा प्रयास उनकी ओर जाने का जो होता है। वही हमें दिक्कत में डालता है। जबकि प्राकृतिक न्याय के तहत हमारा हर पल निश्चत होता है और प्राकृतिक संरक्षण में रहते हुए आगे बढ़ता है। इसी में

हमें वह सब मिलता है जिसकी हमें आवश्यता होती है और जिस क्षण होती है, न तो उससे पहले और न ही उसके बाद में।

आज दुनिया में ऐसी ही मानसिकता बन गई है कि हर कोई चीज़ों को अपने अनुसार जल्द से जल्द पाना चाहता है और ज्यादा पाना चाहता है। जबकि समय बलवान है। गुरुवर यह समझाते हुए कहते है कि व्यक्ति को व्यर्थ परेशान नही होना चाहिए, सहज भाव और सावधानी से अपना जीवन जीये। जो आपका नही वह आपको नही मिल सकता आप चाहे जितना प्रयास कर लें। वहीं जो आपका है वह आपसे कोई अलग ही नही कर सकता। शायद इसी बात की समझ को हम 'संतोष ' कहते है। यही समझ सही भी है, जो कि हमें शांत और आनन्दित रखती है। तभी कहा भी गया है कि संतोषम परम सुखम।

गुरुवर श्री अशोक मानव एक और प्राकृतिक रहस्य को सर्व साधारण के लिए सरल करते हुए बताते है कि " मृदा की सम्पूर्णता गंधीय विज्ञान के रूप में होती है। " यह गंधीय विज्ञान प्राकृतिक न्याय के तहत क्रमिक रूप से कार्य करता है। मृदा की पूर्णत के लिए अनगिनत अवस्थायों से व्यक्ति गुजरता है, जिनसे अनेकों एहसास बनते है जोकि क्रमिक तरीके से गुण रासायन में अपेक्षित परिवर्तन लाकर व्यक्ति को आगे बढ़ाते रहते है। सच्चे आर्थो में यह एक सरल सहज व्यक्ति में समय के अंतराल में देखा भी जा सकता है और महसूस भी किया जा सकता है।" गुरुवर कहते है कि ' क्रमिक विज्ञान में जैसे किसी व्यक्ति को कुछ सीखने की बारी आई है और कोई दूसरा व्यक्ति उसे कुछ और ही सिखाने का प्रयास कर रहा है तो प्राकृतिक रूप से क्रमिकता यह नहीं होने देगी। क्रमिकता में जिसका नम्बर पहले होना चाहिए उसका मिलान पहले होगा। इसमें कोई हस्तक्षेप नहीं कर सकता। " साधारण जीवन में भी ऐसा देखने में आता है। जब हम किसी बच्चे कि शिक्षा की बात करते है तब उसे

क्रम से छोटी कक्षा में फिर क्रम से उसे बड़ी, फिर उससे बड़ी, इस प्रकार से आगे बढाते है। इससे उनका बौद्धिक मानसिक विकास सही प्रकार से होता। हम छोटे बच्चे को एकदम से बड़ी कक्षा में नहीं भेजते। अपने व्यवहारिक जीवन में जब हम इतने सजग है फिर अपने सच्चे आनन्द और पूर्णतः इस सफर के लिए हम क्यों इतना उलझे हुए है।

गुरुवर कहते है कि 'जब जिस अवस्था को भोगने का समय आता वह सामने आ जाती है इसको बदलना नहीं जा सकता है।' अकसर लोग देखे जाते है अनुष्ठान, जप कराते है ताकि उनका भाग्य अच्छा हो सके उनका समय अच्छा हो जाये। यह सब काम नही आता आपकी पूर्णत के लिए जो भी जैसी भी क्रमिक अवस्था आपको भोगनी होगी वह तो आप से गुजरेगी ही।

यहां यह भी समझना होगा कि इसी प्रकार हम क्रमिक अवस्थाओं के एहसासों से गुजरते हुए पूर्णत की ओर अग्रसर रहते है, गीतमान रहते है जो कि प्रकृति का गुण है। वहीं जब हम प्रभावित होकर या अन्य कारणों से अपनी क्रमिक अवस्था भूमि से कुछ अलग पाने का प्रयास करते है, कुछ ऐसा जो हमारे लिए नहीं है तब हम बल प्रयोग करते है। अपनी गतिमान अवस्था को रोकने का प्रयास करते है। जो कि गलत है। ऐसा करने पर हम अपनी गीतशील ऊर्जा को एक स्थान पर रोकने का प्रयास करते है। यह बुरे परिणाम लेकर आता है। यह ऊर्जा का ठहराव घना होकर विस्फोट का कारण बनता है। अब आप सोचेंगे विस्फोट कैसे? इसके लिए आप उदाहरण के तौर पर उन सभी की मानसिक और शरीरिक स्थिति देख सकते है जो अपने जीवन से खुश नहीं और बल लगाकर वह पाना चाह रहे जो उनके लिए नहीं है। ऐसे में वे सभी दुखी,परेशान, चिड़चिड़े, क्रोधी से दिखते है। मानसिक अवसाद से घिरे अपना और दूसरों का नुकसान करते हुए दिखते है। अपने आपका भी ध्यान न रखकर शरीर से भी लाचार होने लगाते है। यहाँ तक आत्महत्या जैसे कदम भी उठा लेते है। आज के समाज में हम ऐसा सब कुछ आमतौर पर देख सकते है। अपने बीजत्व में छुपे रहस्यों का क्रमिक अवस्थाओं के रूप में आने दे और हर अनुठे एहसास का आनन्द ले।

तनावमुक्ति व अच्छे स्वास्थ्य के लिए भी उत्तम साथी हैं पुस्तकें

सीताराम गुप्ता
पीतमपुरा, (दिल्ली)

पुस्तकों के अध्ययन द्वारा हमें अपनी ग़लत आदतों, कमज़ोरियों और बुराइयों को जानने और उन्हें दूर करने का अवसर मिलता है। हमारे मित्र, रिश्तेदार अथवा सहकर्मी हमें हमारी कमियों के विषय में बतलाने का जोख़िम प्रायः नहीं लेते। यदि कोई भला व्यक्ति हमें हमारी कमियों के विषय में बतलाने का साहस करता भी है तो हम अपने अहं अथवा अन्य कारणों से उसे स्वीकार करने से कतराते हैं। पुस्तकें तटस्थ होती हैं। हमें उनसे तर्क-वितर्क करने की आवश्यकता नहीं पड़ती। पठन-पाठन के दौरान चिंतन-मनन करते समय यदि हमें लगता है कि हममें कुछ बुराइयाँ या ग़लत आदतें हैं तो उन्हें स्वीकार करने में हमें हिचक नहीं होती और हम उन बुराइयों से छुटकारा पाने का तरीक़ा खोजकर उन्हें दूर करने का प्रयास करते हैं।

जब भी कभी बाहर जाना होता है किसी मित्र को साथ ले जाना नहीं भूलता। दिन हो या रात, गरमी, सरदी या बरसात हर छोटे-बड़े सफ़र में कोई न कोई मित्र अवश्य ही साथ रहता है। लंबे सफ़र पर जाना हो तो मित्रों की संख्या बढ़ जाती है। मित्रों की मेरे पास कमी नहीं। जैसा सफ़र वैसे मित्र। कुछ दिन पहले की बात है एक महानुभाव से मिलने जाना था। दोपहर चार बजे मिलना निश्चित हुआ। आधे घंटे का रास्ता था अतः तीन बजे ही घर से निकल पड़ा ताकि किसी भी तरह विलंब न हो। रास्ते में ही था कि उपरोक्त महानुभाव का फोन आ गया और उन्होंने कहा कि चार बजे की बजाय पाँच बजे ही मिल पाएँगे।

''ठीक है,'' इतना-सा संक्षिप्त उत्तर देकर मैंने अपना मोबाइल जेब में रख लिया। क्योंकि मैं घर से निकल चुका था और बीच रास्ते में था अतः वापस घर लौटने का तो प्रश्न ही नहीं था। मैं पौने चार बजे ही अपने गंतव्य पर पहुँच गया था। मेरे पास सवा घंटा था जिसका सदुपयोग अथवा दुरुपयोग होना था। मैंने नज़दीक के पार्क का रुख़ किया। मित्र की ओर देखा। मित्र ऐसा कि जब जहाँ मर्ज़ी हो ले जाऊँ चूँ तक नहीं करता। मित्र पर प्रश्नसूचक दृष्टि डाली। आप समझ ही गए होंगे कि कौन है ये मित्र? नहीं समझे? कोई बात नहीं परिचय करवा देता हूँ। ये मित्र है एक अदद किताब। मैं जहाँ भी जाता हूँ पुस्तक रूपी मित्र को साथ ले जाना नहीं भूलता। ये मेरी पुरानी आदत है। लंबे सफ़र के दौरान भी पुस्तकें साथ ले जाना नहीं भूलता। सफ़र के दौरान कई उपयोगी और रोचक किताबें पढ़ पाया हूँ इस बात से भी संतुष्टि मिली है।

तो पुस्तक रूपी मित्र के साथ बतियाने लगा। सवा नहीं डेढ़ घंटा बीत जाने पर उपरोक्त महानुभाव का फोन आया और पूछा कि मैं कहाँ हूँ? मैं पास ही था अतः फौरन उनके पास जा पहुँचा लेकिन समय कैसे बीत गया पता ही नहीं चला। न किसी की प्रतीक्षा की बेचैनी, न किसी अन्य प्रकार का तनाव या खीझ और न ही कार्यक्रम बदलने वाले के प्रति क्रोध। एक पुस्तक रूपी मित्र ने सारी परेशानियों से मुक्ति दिला दी थी। मैंने पढ़े जा रहे पेज़ का पैराग्राफ पूरा किया और बुकमार्क लगाकर पुस्तक बंद

करके उन सज्जन से मिलने जा पहुँचा। देर से आने के कारण सज्जन अफ़सोस व्यक्त कर रहे थे लेकिन मुझे लग ही नहीं रहा था कि कहीं देर हुई है अथवा उनसे कोई ग़लती हुई है और इसका स्पष्ट कारण था पुस्तक का साथ जिसके कारण मेरा समय नष्ट नहीं हुआ था। न केवल समय व्यतीत करने में असुविधा नहीं हुई अपितु समय का सदुपयोग ही हुआ और साथ ही कुछ जीवनोपयोगी सूत्र पकड़ में आ जाने से अतिरिक्त प्रसन्नता भी हुई।

पुस्तकों का हमारे जीवन में महत्त्वपूर्ण स्थान है इसमें संदेह नहीं लेकिन आज लोगों में पढ़ने की आदत कम होती जा रही है अतः पुस्तकें साथ रखने का सवाल ही पैदा नहीं होता। अब तो जिधर देखो लोग कान में प्लग या हैंड्सफ्री सेट लगाए मोबाइल से बातें कर रहे होते हैं या संगीत सुन रहे होते हैं। तकनीक बदलने से साधन या माध्यम बदल जाते हैं लेकिन पुस्तक का स्थान कोई साधन नहीं ले सकता। पुस्तकें हमारी सबसे अच्छी मित्र होती हैं जिनके रहते कभी अकेलेपन का एहसास नहीं हो सकता। मित्र हमसे विवाद कर सकते हैं, हमारा विरोध कर सकते हैं, हमारी प्रशंसा अथवा चापलूसी कर सकते हैं लेकिन एक पुस्तक कभी ऐसा नहीं करती अतः उसके साथ निर्वाह करना सरल है।

पुस्तकें खाली समय में हमें बोरियत से बचाकर न केवल हमारा मनोरंजन करती हैं अपितु हमारा ज्ञानवर्धन और मार्गदर्शन भी करती हैं। हमें स्वयं को जानने का अवसर प्रदान करती हैं। आत्मविकास विषयक पुस्तकों के अध्ययन द्वारा हमें अपनी ग़लत आदतों, कमज़ोरियों और बुराइयों को जानने और उन्हें दूर करने का अवसर मिलता है। हमारे मित्र, रिश्तेदार अथवा सहकर्मी हमें हमारी कमियों के विषय में बतलाने का ज़ोख़िम प्रायः नहीं लेते। यदि कोई भला व्यक्ति हमें हमारी कमियों के विषय में बतलाने का साहस करता भी है तो हम अपने अहं अथवा अन्य कारणों से उसे स्वीकार करने से कतराते हैं। उसे स्वीकार कर

सुधारने की बजाय तर्क-वितर्क द्वारा अपनी कमियों को सही ठहराने का प्रयास करते हैं।

पुस्तकें तटस्थ होती हैं। हमें उनसे तर्क-वितर्क करने की आवश्यकता नहीं पड़ती। पुस्तकों के सामने हमारी पोल-पट्टी खुलने का डर नहीं होता अतः उनके संदेश को ग्रहण करना अपेक्षाकृत सुरक्षित और सहज होता है। पुस्तकें तटस्थ रहकर हमारा मूल्यांकन करने में सक्षम होती हैं। उनमें मानवीय दुर्बलताएँ नहीं होतीं इसलिए हमारा भावनात्मक शोषण नहीं तटस्थ मूल्यांकन करती हैं। पुस्तकें हमारे अहं को ठेस नहीं पहुँचातीं। पठन-पाठन के दौरान चिंतन-मनन करते समय यदि हमें लगता है कि हममें कुछ बुराइयाँ या ग़लत आदतें हैं तो उन्हें स्वीकार करने में हमें हिचक नहीं होती और हम उन बुराइयों से छुटकारा पाने का तरीक़ा खोजकर उन्हें दूर करने का प्रयास करते हैं।

जब तक किसी बीमारी का सही निदान नहीं हो जाता तब तक उसका उपचार भी संभव नहीं होता। पुस्तकें भी न केवल हमारा निदान करने में सहायक होती हैं अपितु उपचार करने में भी सक्षम होती हैं। साहित्य, विशेष रूप से कथा-साहित्य हमारे अंदर समाज को समझने की योग्यता उत्पन्न कर हमें अधिकाधिक संवेदनशील बनाने में सहायक होता है। व्यक्तित्व विकास अथवा आत्म विकास विषयक पुस्तकें हमारे मनोभावों का परिष्कार कर भावनात्मक संतुलन उत्पन्न करने में महत्त्वपूर्ण भूमिका का निर्वाह करती हैं। हमें स्वयं को रोगों से बचाकर अपना अच्छा स्वास्थ्य बनाए रखना है तो स्वास्थ्य विषयक पुस्तकों की कमी नहीं। तनाव महसूस हो रहा है तो मनोरंजन करने वाली पुस्तकों का सहारा लिया जा सकता है। ज्ञान-विज्ञान तथा दुनिया भर की दूसरी जानकारी तो पुस्तकों से बोनस के रूप में मिल ही जाती है।

पुस्तकों का हमारे स्वास्थ्य से भी सीधा संबंध है। पठन-पाठन और चिंतन-मनन के दौरान हमारी एकाग्रता का विकास होता है जिसका हमारे भौतिक शरीर पर बड़ा अच्छा प्रभाव पड़ता है। इस दौरान शरीर में अंतःस्रावी ग्रंथियों से ऐसे हार्मोंस निकलते हैं जो हमारे शरीर को न केवल आराम पहुँचाते हैं अपितु हमारी रोगों से लड़ने की शक्ति को भी बढ़ाते हैं। दूसरे फीलगुड हार्मोंस के कारण शरीर अच्छा अनुभव करता है और चुस्ती-स्फूर्ति बनी रहती है। नींद अच्छी आती है। कहने का तात्पर्य ये है कि पुस्तकों से हमारी न केवल बाह्य जगत की जानकारी में वृद्धि होती है अपितु पठन-पाठन से आत्मिक विकास व रोगमुक्ति में भी सहायता मिलती है। अच्छी पुस्तकें पढ़िए और जीवन में आगे बढ़ने के साथ-साथ तनाव व दुश्चिंताओं से मुक्त होकर अच्छा स्वास्थ्य भी पाइए।

वक्त का फैसला

श्यामल बिहारी महतो
बोकारो, झारखंड

तब मैं कोलियरी में नया नया आया था और मजदूरों के बीच अपनी पहचान बनाना शुरू ही किया था। शुरू से ही लाल झण्डे का प्रभाव मेरे पर हावी था। कहीं किसी कोने में अन्याय देखा कि उस पर दो चार बातें उगल देना मेरी आदत सी बन चुकी थी। यही कारण था कि जहाँ रहा अफसरों की आंखों में हमेशा खटकता रहा। भ्रष्टाचार और भ्रष्टाचारियों के प्रति मेरा विरोध स्वर अफसर जमात को असहय होने लगा था। फिर एक रणनीति के तहत एक दिन उठाकर मुझे इस कोलियरी में फेंक दिया गया, "उस कोलियरी में आप जैसे नेताओं की घोर कमी है, "ऊपर से कहा गया। तब से मैं यहाँ नेतागिरी का पाठ पढ़ रहा था।

उस दिन दोपहर को रामलालकुछ मदद की आश लिए आया था मेरे पास। चेहरे से कुछ बुझा- बुझा और मन से बदहवास सा लगा था। वह अपने मलकटा दंगल का सरदार था। हाफ पेंट, हाफ कमीज, माथे पर टोपी, पैरों में कंपनी के जूते और कंधे पर लाल गमछा। यह उसकी अपनी पहचान थी। एक बार उसी लाल गमछे के जरिये ब्लास्टिंग के दौरान दर्जन भर मजदूर भाइयों को मौत के मुंह में जाने से बचा लिया था। तब से यह लाल गमछा उसके लिए और भी प्यारा हो गया था।

मध्यम कद-काठी के रामलाल दूर से ही पहचान लिए जाते थे। हाजरी घर में पहुंचते ही, "राम- राम दादा, गोड लागी काकू..! "उम्र के हिसाब से लोगों के साथ उनका संबंध जुड़ा हुआ था। था तो वह एक मामुली दंगल सरदार, किन्तु मजदूर भाइयों को उपेक्षित होता देख, वह पावरहाउस बन जाता था। और प्रबंधन से सीधे भीड़ जाता। खदान में अड़खा- जुगाड़ का मामला हो या फिर तनख्वाह भुगतान में विलम्ब, प्रबंधन के सर पे सवार रहता, "हाड़- तोड़ मेहनत करते हैं हम, खून को पसीने की तरह बहाते हैं, समय पर तनख्वाह देना होगा..! "इससे प्रबंधन भी डरी- डरी रहती थी। जायज- नाजायज की भी पूरी समझ थी उनमें। यही नहीं, अपने मजदूर

भाइयों की छुट्टी- चपाटी का लेखा- जोखा तो उनके पास होता ही था, उनके घरों की हालात पर भी उनकी पैनी नज़र रहती, सबकी खोज-खबर रखते थे वो, इस मामले में वो दंगल का दगरीन हुआ करते थे। चेहरा देख कर सबका दर्द समझ लेने वाला दगरीन। हां, शराब पीने वालों का, संविधान और हक- अधिकार के विरुद्ध काम करने वालों के लिए न उसके दंगल में कोई जगह थी ना दिल में। अपने नाटे से जीवन में अब तक उसने बहुत उतार-चढ़ाव देख लिये थे।

वही रामलाल आज जब आफिस में आया तो काफी उदास और हताश नज़र आया- दुखों नेजैसे घेर रखा था उसे।

माघ की ठंड से वह कांप रहा था या वक्त की मार ने उसे हड़का दिया था, -देख कर पता नहीं चल रहा था। पहले तो उन्हें बैठने को कहा, फिर आने का कारण पूछा तो लगा, रो पडेग़ा,

"क्या कहूँ, बाबू, खदान में खटने वालों का तो जैसे कोई महत्व ही नहीं है..? "उसका दर्द छलक उठा था "एल. एल, टी- सी, की छुट्टी लिए दो माह से भी ज्यादा हो गया है। किन्तु अभी तक बिल नहीं बना है, इसके लिए बिल बाबू पांच सौ रूपये की मांग कर रहा है, कितना कहा, बेटी की शादी है,-बना दो बाबू, फिर भी कहता है, लेबे करेंगे, सब से लेते हैं..!"

मैं उसके बिल बाबू, गोप दा को इतने ही दिनों में बहुत जान गया था। लेने के मामले में बड़ा घाघ था।

"इसी फागुन महीने में छोटी बेटी की शादी फिक्स है, समझ में नहीं आता क्या कहूँ लडके के बाप से..,।" उसका यह भी कहना था कि "एल एल टी सी, से मिलने वाले दस हजार से उसके दस काम पूरे हो जायेंगे..।"

"मैं, आपकी क्या मदद कर सकता हूँ..? "मैं जानना चाहा था।

"बस, मेरा बिल पास करवा दीजिये, बिल बाबू आपकी बात नहीं काटेगा..!"

आफिस में सबको पता था कि गोप दा, बिना रिश्वत लिए कोई काम नहीं करता। सो मुझे भी संदेह था कि मेरे कहने के बावजूद वह रामलाल का काम समय पर कर देगा। पर रामलाल को यह विश्वास मेरे पास खींच लाया था, कि मैं चाहूँ तो एक दिन में उसका बिल बन जायेगा और पास भी हो जायेगा। जैसे आज के नौजवान चाह लें, तो देश भ्रष्टाचार से मुक्त हो सकता है, और देश की सिस्टम को करप्शन से मुक्ति दिलाई जा सकती है।

जाते-जाते उसने यह भी कहा, "हालांकि

इसको लेकर मैं सीधे यशराज.. के पास जाना चाहा था लेकिन नहीं गया, उसको देखता हूँ तो बेटे की याद आने लगती है..!" और इसी के साथ रामलाल चला गया था। मैंने महसूस किया, "यशराज साहब" कहने से उसके जुबान ने साथ नहीं दिया था।

तो क्या जीप वाली घटना रामलाल आज तक भूल नहीं पाया है। कंखोरी घाव की तरह उसे लिए घूमता है। ऊपर से शांत और अंदर से ज्वालामुखी!

जीप प्रकरण आज भी उस कोलियरी के मजदूरों के लिए न भूलने वाली घटना बनकर रह गई है।

बात चार साल पहले की है। यशराज साहब तब इस कोलियरी का मैनेजर हुआ करता था। परन्तु आम मजदूरों के बीच उनकी छवि एक विलेन का जैसा था। प्रत्यक्ष में तो लोग सलाम करते। लेकिन पीठ पीछे हरामी का भाव होता। गोप दा, उसी यशराज साहब का दलालथा। ऐसा मजदूरों के बीच चर्चा थीं। संयोग से उस दिन मै यशराज साहब के ही आफिस में बैठा एक कोर्ट केस पेपर पर उनसे साइन करा रहा था। अगले दिन उसे लेकर बडे.साहब को कोर्ट जाना था। छः माह पूर्व खदान में काम करने के दौरान उल्टी- डिसेन्टरी से गेन्दो घासी की मौत हो गयी थी। अनुकम्पा में नौकरी की बात आई तो उसकी जगह लेनेकई हकदार सामने आ गए थे। उनमें छेदी सिंह भी एक था जो खुद को गेन्दो घासी का बड़ा बेटा बता रहा था। यह तो बाद में पता चला कि छेदी सिंह फर्जी था। खैर, पेपर साइन करा कर मैं मैनेजर आफिस से बाहर निकला तो पता चला रामलाल का इकलौता बेटा गंभीर रूप से बीमार है। गाँव का एक नीम- हकीम डॉक्टर उसका इलाज कर रहा था। परन्तु बीमारी अच्छी होने की बजाय बढ़ती जा रही थी। यह देख पडोसियों ने रामलाल को चेताया "बाहर किसी बड़े डॉक्टर से दिखाओ, ठीक से इलाज कराओ, कमाते किसके लिए, लापरवाही से लडका हाथ से निकल सकता है,"

उसी कुल दीपक को अस्पताल ले जाने के लिए रामलाल मैनेजर से गाड़ी मांगने आया था। तब रामलाल को पहली बार देखा था, यशराज साहब के आगे गिड़गिडाते हुए..! लेकिन मैनेजर से रामलाल को कोई मदद नहीं मिली। यह लोगों से पता चला।

अगले दिन आफिस के बाहर मजदूरों की उग्र भीड़ देख माथा ठनका था। लगता है खदान में आज फिर कोई बड़ा हादसा हो गया है। अभी मैं भीड़ के कारणों का पता लगा ही रहा था कि दूर खड़ा साधू महतो दिख गया। वह रामलाल के दंगल में लोड़र था। इशारे से उसे पास बुलाया और गुसैल भीड़ का कारण पूछा। तब वह कहने लगा, "जल्दी से कोई गाड़ी की व्यवस्था नहीं हो पायी, अस्पताल ले जाने के वक्त रास्ते में रामलाल दा के बेटे की मौत हो गयी..!"

"यह तो बहुत दुख की बात है,.. तो क्या कल मैनेजर साहब ने गाड़ी नहीं दी थी..? "

"कहाँ दी, तभी तो देर हो गयी, जीप दी होती तो शायद बच्चा बच सकता था..! "साधू भी गुस्से में लगा।

बात समझ में आयी। जीप न मिलना और फिर बच्चे की मौत ने मलकटों के मन में बारूद भरने जैसा काम किया था। सभी ने एक स्वर में काम बंद कर दिया और आफिस घेरने चले आए थे। कोलियरी में यह पहला अवसर था जब किसी नेता की अगुआई के वगैर एक साथी मजदूर के पक्ष में सारे मजदूर उठ खड़े हो गये थे।

रामलाल को जीप न मिलना, जीप श्रीमती यशराज की सेवा में चली जाना और बाद में बच्चे की मौत!इस खबर ने सारे मजदूरों को क्रोधित कर दिया था। साधू महतो ने यह भी बताया कि जब रामलाल मैनजर के आफिस में पहुंचा तो पहले से वहाँ एक मोटा आदमी बैठा हुआ था। उसके हाथ में कुछ पेपर था और वह मैनेजर यशराज से किसी बात को लेकर बहस कर रहा था। तभी दाल-भात में कंकड़ की तरह रामलाल मैनजर के बगल में खडा. हो गया। बेटे की बीमारी से वह इतने बदहवास थे कि अंदर आने की न तो उसने अनमति ली और न मैनजर को प्रणाम-पाती ही किये। यह बात शायद यशराज साहब को चुभ गयी थी या फिर लेन-देन में पड़ी खलल ने उसे नाराज कर दिया था,..!"

तभी मैनजर की जीप आती देख गेट के बाहर जमी भीड़ नारेबाजी करने लगी-

"यशराज साहब मुर्दाबाद..!"

"मुर्दाबाद,.. मुर्दाबाद..!"

"यशराज साहब मुर्दाबाद..!"

"मुर्दाबाद.. मुर्दाबाद..!"

"इंकलाब जिंदाबाद..!"

"मजदूर एकता जिंदाबाद..!"

"जिन्दाबाद,,! जिन्दाबाद..!"

सुरक्षा गार्डों की घेरे में यशराज साहब गेट के अंदर दाखिल हुए। जीप को रोक दी गई थी।

साधू महतो बता रहा था "कल अकस्मात अपने सामने अपने ही आफिस में रामलाल को खड़े पाकर यशराज साहब गुस्से में आगबबुला हो उठे थे"

किसी के आफिस में घुसने के पहले आदेश लिया जाता है, क्या यह भी मालूम नहीं, खदान में तो खूब बड़ी बड़ी बातें करते हो..?"

"खदान में रामलाल दा और यशराज साहब के बीच अड़खा-बैंच और कोयला मापी को लेकर अक्सर बकबक होती रहती थी। आज मैनजर की बारी थी। और वह गाँव के चौधरी की तरह उतारू था।

"साहब, इस गुस्ताखी के लिए क्षमा चाहूंगा। आज मैं बड़ी मुसीबत में हूँ।" रामलाल दा ने हाथ जोड़ लिये, "कई दिन हो गये, मेरा बेटा गंभीर रूप से बीमार है, चल फिर नहीं पा रहा है, आज उसकी हालत बहुत बिगड़ गयी है..!"

"बीमार की बात है तो, डाक्टर से मिलो, मेरा वक्त खराब करने क्यों चले आये हो..!"

"कोलियरी का डाक्टर जवाब दे दिया है, बेटे को रीजनल अस्पताल ले जाने के लिए

गाड़ी चाहिए..!!! "रामलाल दा, बोल कम रो ज्यादा रहे थे..!"

यशराज साहब के सामने बैठे मोटे आदमी ने रामलाल दा को बड़ी घूर कर देखाऔर उठ खड़ा हो। यशराज साहब ने जल्दी से कहा, "बंगले में आकर मिलो, पेपर वहीं साइन हो जायेगा, - ठीक है..!"

"साहब, दया कीजिये, मुझे गाड़ी चाहिए..!"

"अरे, कहा न, गाड़ी नहीं है। ऐम्बुलेंस खराब पड़ी है, जिप्सी भी कई दिनों से ब्रेक-डाउन खड़ी है, फिर कौन सी गाड़ी दूं तुझे..!" "सुन कर रामलाल दा को बड़ा क्रोध आया "गाड़ियां सही नहीं है तो इसके लिए हम मजदूर जिम्मेदार है या आप लोग? आप सब अपना कमीशन छोड़ नहीं सकते, - छोड़ने से लगता है जैसे बाप का माल छोड़ना पड़ रहा है। फिर कोई गाड़ी कैसे सही सलामत रहेगीं..? "पर यह बात रामलाल दा अपनी जुबान पर नहीं ला पाये। बीमार बेटे की सूरत आंखों में घूमने लगी थी।

"ऐसा करो, तुम डाक्टर पाठक से मिलो, मैं उन्हें फोन कर देता हूँ। वह तुम्हारे लिए गाड़ी का प्रबंध कर देंगे.., "यशराज साहब, रामलाल दा को आफिस से ठेलने की गरज से कहा था। इस पर रामलाल दा रोने- रोने को हो आये, "ऐसा मत कीजियेसाहेब, मैं बड़ी उम्मीद लिए आपके पास आया हूँ। यदि समय रहते बेटे को होस्पीटल नहीं पहुंचा पाया...?" बाकी शब्दों को वह जैसे थूक के साथ निगलगये थे।

"तो मैं क्या करूँ..? "मैनेजर साहब भी खीज सा उठे थे।

"आप, अपनी जीप ही दे दीजिए, जिन्दगी भर मैं आपका एहसानमंद रहूंगा..! "और रामलाल दा ने यशराज साहब के पैर पकड़ लिए, "साहब दया कीजिये..!"

"जीप नहीं दी जा सकती, यह आफिस काम के लिए है, बीमारी ढोने के लिए नहीं..,! "मैनेजर साहब ने साफ़ इंकार करदिए और पैर पीछे खींच लिए थे।"

रामलाल दा बीमार कदमों के साथ मैनेजर आफिस से बाहर निकले। उनकी आंखों के आगे अंधेरा छाने लगा था।

"साहब, मेम साहब, बंगले में जीप का इंतजार कर रही है, पहले शर्मा मेम साहब के साथ शो देखने जाएंगी, फिर बाजार करेंगी, जल्दी से जीप मांगी है..! "जीप ड्राइवर जागो नोनिया ने मेम साहब की आज के कार्यक्रम का रूप- रेखा मैनेजर साहब के सामने रख दिया था।

यशराज साहब चुप रहा। उनका मतलब था "जाओ "

इस वृतांत को यहीं खत्म करते हैं। संराश यह है कि जो जीप रामलाल के बीमार बेटे को मिलनी चाहिए, वो मिसेज यशराज की सेवा में चली गयी। मजदूरों में उबाल तो आना ही था। सुषुप्त ज्वालामुखी कभी कभी इसी तरह फटती है। गेट के बाहर मजदूरों के विशाल भीड़ देख बहुत सारे नेता सकते में आ गए थे। उनकी रोटी- रोटी खतरे में आ गयी थीं।

"देख लो भाईयों, इन दोगले अफसरों की नज़र में हमारी हैसियत क्या है? "भीड़ को हेमंत कुरमी संबोधित कर रहा था "ऐसे अफसरों के सामने हमारा जीवन, जानवर से भी बदतर है! खदान में खून- पसीना बहाते हम हैं, धूल- गर्दा फांकते हम हैं, किन्तु हमारी जिन्दगी की कोई कीमत नहीं, हम जियें या मरे, इन अफसरों पर कोई फर्क नहीं पड़ता..!" "ठीक कहता है, ठीक कहता है..!" भीड़ से आवाज उठने लगी थीं।

"यदि समय पर रामलाल दा को गाड़ी मिल जाती तो, उनका बेटा बच सकता था..?" दूसरा बोला।

"मैनेजर की बीवी को फिल्म देखना ज्यादा जरूरी था, वह भी नोनिया ड्राइवरवा के साथ..!"

"हि..हि.. हि..!"

"यशराज, मुर्दाबाद..!"

"मुर्दाबाद, मुर्दाबाद!"

गुब्बारों की भांति महीनों दिन तक मजदूरों में गुस्सा भरा रहा। मैनेजर यशराज साहब डरे-डरे सा खदान में जाते भी तो मंडल गार्ड साथ रहता। जीप को लेकर जिस तरह बवाल मचा और जिस तरह मजदूरों ने मजदूर प्रतिनिधियों की अनदेखी की, उससे यूनियन नेता भी सकते में थे। और प्रबंधन को भी होश में ला दिया था। इसका परिणाम भी जल्द देखने को मिला। दो दिन बाद ही एक ऐम्बुलेंस गाड़ी डिस्पेन्सरी के बाहर खड़ी देखी गयी- सेल्फ स्टार्ट सुविधा के साथ।

इधर बेटे की मौत से रामलाल को गहरा सदमा पहुँचा था। इकलौता बेटा था। कुलदीपक था। पुत्र शोक में उसका मन विक्षिप्त सा हो गया है था। हर वक्त आंखों के सामने बेटे का मासूम चेहरा घूमता रहता। वह हंसना-गाना भूल गये थे। जो कभी उसके जीवन का हिस्सा हुआ करता था। अब बैठे-बैठे अचानक रोनेलगते, फिर झटके देकर आगे बढने वाली ट्रेन की तरह उठ कर किधरो निकल पडते। इसी तरह उनका दिन और रात कटने लगी थीं। फिर वह खबर से बेखबर होते चले गए।

कोई तीन माह बाद अकस्मात रामलाल आफिस में नज़र आ गये। वेष-भूषा बाबाओं जैसी! साधू महतो साथ था, "रामलाल दा ज्वाइनिंग करने आये है..! "उसी ने बताया। बात- चीत से भी वो मुझे समान्य लगे थे।

उस घटना को गुजरे तीन साल बीत चुके थे। वक्त का पहिया भी तेजी से घूम रहा था। समय के झरोखे से बहुत सी बातें, बहुतों के दिलो- दिमाग़ से बाहर हो चुकी थीं। इस बीच बहुत कुछ घटा औरबहुत कुछ देखने को भी मिला। यशराज साहब मैनेजर से पी ओ, बन गये, उनका अगला टारगेट एरिया जीएम, बनने का था। यह उनका तेवर बतला रहा था।

दोपहर का समय था और धूप तेज थी। लेकिन फागुनी हवा से मौसम बड़ा गुलज़ार लग रहा था। पलास के फूलों से प्रतीत होता प्रकृति ने लाल ओढ़नी ओढ़ ली है। चौक-चौराहों में होली की हुड़दंग मची हुई थी। यशराज साहब अभी अभी खदान से आफिस पहुंचे थे। पियून से कहा "पानी पिलाओ,

झरी।" और खुद कुर्सी में धंस सा गये। पानी पीकर अभी सीधा बैठने जा ही रहे थे, कि फोन की घंटी घन- घना उठी। थोड़ी देर तक खिन भाव से फोनको घूरते रहे। खदान में एरिया जीएम ने कोयला उत्पादन को लेकर आज बुरी तरह से उन्हें खंखोर दिया था, "इस तरह टारगेट पूरा करेंगे आप..?" जीएम का डपटा अभी तक दिमाग़ में मौजूद था जैसे।

लगातार घंटी बजने से झरी एक बार जाकर अंदर हुलक आया, कहीं साहब बॉथरूम में तो नहीं है। किन्तु यशराज साहब को कुर्सी में बैठा देख चुपचाप वापस अपनीजगह वह बैठ गया।

फोन का चीखना जारी था। यशराज साहब कीसहन शक्ति भी जवाब दे रही थी, "कौन है, जो मरा जा रहा है..?" उसने फोन उठा लिया था, "हेलो, यशराज स्पीकिंग.. कौन.., अच्छा.. डाक्टर दता साहब, बोलिये..! कैसे फोन किया आपने..? कैसी बुरी खबर.. मज़ाक नहीं.. क्या हुआ..? दोनों मां- बेटे का एक्सीडेंट हो गया है..नहीं ई.ई!" यशराज साहब की चीख निकल गयी, "डाक्टर साहब, यह सब कैसे हुआ? क्या कहा जीप चालक ने.. क्या जीप की ब्रेक फेल हो गई थी.. दोनों की हालत गंभीर है.. बेटा ज्यादा सीरियस है,.. क्या ब्लड चाहिए उसे,.. ओह माई गॉड..! डाक्टर साहब मैं आ रहा हूँ..!"

यशराज साहब के दोनों बच्चे राजू और रंजू जो बैंगलोर में पढ़ाई कर रहे थे, होली की छुट्टी में दोनों घर आये थे। और आज यह हादसा हो गया।

अस्पताल के बाहर काफी भीड़ जमा हो गई थीं। जो आता वही पूछ बैठता "लड़के की हालत कैसी है..?

"लड़के की माँ को होश आया कि नहीं..?"

पूछने वालों में अफसरों के अलावा छुटभैये नेताओं की टोली और मूडी ज्यादा थीं। तभी किसी ने कह दिया "सुना कि लड़का मर गया..?"

"किसने कही यह बात तुमसे..?" एक अफसर चिढ़ कर बोला।

"तुमने उसे देखा..?" दूसरा अफसर दूर से ही बोला।

"नहीं,.. सुना, उधर वार्ड में कोई कह रहा था..।" इसी के साथ बोलने वाला फूट लिया था।

"वह तो एक ठेले वाले का बेटा था," एक अन्य ने बात लपक ली, "टाइफाइड हुआ था, महीनों दिन से बेड़ पर पड़ा हुआ था, कल रात मर गया..!"

बाहर अटकलों का शोर था। उधर अंदर आपातकक्ष में डाक्टर दता साहब अपने सिनियर डाक्टर मेहता से कह रहे थे "सर, लड़के के लिए 'ए' पॉजिटिव ग्रुप का ब्लड का जुगाड़ नहीं हो पाया है...!"

"यह तो बड़ी चिंता की बात है दता साहब, अगर समय पर यह ब्लड नहीं मिल पाया तो लड़के की जान भी जा सकती है।"

"संयोग देखिए सर, दस आदमियों का ब्लड टेस्ट लिए गए, एक भी लड़के के ग्रुप से मेल नहीं खा रहा है..!"

"यशराज साहब से आपकी बात हुई..?"

"जी, वह पहुंचते ही होंगे..।"

"ठीक है, आप ऐसा कीजिये, हर वार्ड में खबर करवा दीजिये, जो भी लड़के का ग्रुप का ब्लड देगा, उसे मुंहमांगी रकम दी जायेगी..!"

"मगर सर, यह आप अपने तरफ से कैसे कह सकते है, अगर लड़के का बाप देने से इंकार कर दें तो..?"

"डाक्टर दता साहब, आप अभी इस इलाके के लिए नये हो, नहीं जानते हो, इस एरिया के बड़े अफसर बोरियों में रूपये भर कर घर भेज रहे हैं, मुम्बई के शेयर बाजारों में रूपये उछाला जा रहा है ..!"

"भी-टी-सी" से लौट रहे साधू महतो को इस घटना और घोषणा दोनों की जानकारी रास्ते में मिली। थोड़ी देर के वास्ते अस्पताल जाकर सच्चाई को सूंघ सीधे खदान पहुँच गया। दूसरी पाली शुरू हो चुका था। रामलाल अपने अड़खा (कार्यस्थल) में बैठा गाइंती के डंडे को ठीक करने में लगा था। तभी साधू ने आकर उनसे कहा, "दादा, आपने कुछ सुना,

यशराज साहब के बेटे का एक्सीडेंट हो गया है, खून की जरूरत है, किन्तु,उसके ग्रुप का खून नहीं मिल रहा है, अगर समय पर खून नहीं मिला तो बेटा गया हाथ से..!"

घटना की खबर, डीज़ल में लगी आग की तरह समूचे खदान में फैलती चली गई थी।

"सब किये का फल है, बाप का किया-धिया, कभी- कभी बेटों को भूगतना पड़ता है..!" किसी ने कहा।

"और नहीं तो क्या,.. रामलाल काकू के साथ किये कर्मों का फल तो उन्हें एक दिन भूगतनी ही थी।" दूसरे ने अपनी बात जोड़ी।

रामलाल ऐ सारी बातें टुकड़ों-टुकड़ों में ग्रहण कर रहे थे। परन्तु वह अब भी निर्विकार शिव की भांति शांत और चुपचाप गाइंती का डंडा टाइट करने में लगे हुए थे। जैसे यह घटना उनके लिए मामूली हो। उसके जीवन में घटी घटना से बड़ी कोई घटना हो ही नहीं सकती, यह उनका शांत भाव से प्रतीत हो रहा था।

"लड़के को किस ग्रुप का ब्लड चाहिए..?" किसी ने बात पूछ ली।

"ए-पॉजिटिव क्या होता है- वही है लड़के का ग्रुप..!" साधू महतो ने बताया जो उसने सुन आया था।

बहुत कम को मालूम था। रामलाल का ब्लड भी "ए-पॉजिटिव है! यह बात साधू महतो को पता था।" लड़के का ग्रुप का खून जो देगा, उसे मुंहमांगी रकम देने की बात हो रही थी..!" साधू महतो, ने रामलाल को परखना चाहा था।

रामलाल ने कोई जवाब नहीं दिया। जो कर रहा था, चुपचाप वही करता रहा। किन्तु उनके अंदर टुट-फूट शुरू हो चुका था। पुरानी यादें ताजा होने लगी थीं। यशराज साहब के सामने गिड़गड़ाने से लेकर बेटे की मौत तक किसी चलचित्र की भांति आंखों के सामने साकार हो उठी। जख्मों से खून रिसने लगे। वह इस बदलाव के लिए तैयार न थे, वह असहज हो उठे, गाइंती उठाये और अड़खा के बीचों- बीच आकर खड़े हो गये। थोड़ी देर चुप रहे। फिर चुप्पी तोड़ी, "भाइयों यह सब करनी का फल

है, पिछले जन्म में शायद हमने कुछ बुरे काम किये होंगे, तभी मेरा बेटा चला गया। यशराज साहब ने जो मेरे साथ किया, वो सबको मालूम है, आज उसका बेटा जा रहा है, यह भी सबको मालूम होना चाहिए। अफसर होने का बड़ा घंमड है न उन्हें, बचा ले बेटे को। आज पता चलेगा कि बेटे का मरन क्या होता है..!" और रामलाल अपने काम पर लग गया था, जैसे उसने कुछ सुना ही नहीं।

दूसरी ओर यशराज साहब के बेटे के ऊपर मौत मडरा रही थी। और ग्रुप मैच ब्लड अभी तक न मिलने से डाक्टरों की टीम लाचार नज़र आ रही थीं। वक्त बेरहम लड़के को निगलने की फिराक में था। यशराज साहब की आंखों के सामने पल- पल स्याह अंधेरा गहराता जा रहा था। सभी रिश्तेदारों को उन्होंने फोन कर दिए थे। लेकिन कहीं कोई पॉजिटिव जवाब नहीं। बेटे की मौत की कल्पना मात्र से उनकी रूह काँप जा रही थी। श्रीमती यशराज जब से होश में आई थी, रो-रो कर अपनी आंखें सूजा ली थीं। ठीक उसी समय कोलियरी का सेफ्टी आफसर दास साहब दौरे से लौट कर सीधे अस्पताल पहुंचे थे। उसी ने बताया कि लड़के का ग्रुप का ब्लड मिल सकता है, उनके पास जाने से लड़के की जान बच सकती है। मैं उन्हें अच्छी तरह से जानता हूँ। वह बहुत ही नेक और दयालु इंसान है!

"कौन है वह दास साहब, मुझे ले चलिए उनके पास, वो जो चाहेगा, मैं दूंगा उसे, बस मेरे बेटे की जान बच जाए..!" यशराज साहब ब्याकुल हो उठे थे।

"आप उन्हें जानते है, हर दिन आप दोनों की मुलाकात होती है..।"

"कौन है दास साहब! कौन है..?"

"रामलाल कुडमी! रामलाल ही इस वक्त आपके बेटे को नया जीवन दे सकता है।"

रामलाल का नाम सुनते ही यशराज साहब की आंखों के आगे अंधेरा छा गया। अभी अभी आशा की जो एक दीप जली थी, वो रामलाल की एक ही फूंक से बूझती नज़र आई थीं।

रामलालके साथ किये व्यवहार को याद कर यशराज साहब फफक कर रो पड़े, "दास साहब, अब मेरा बेटा नहीं बचेगा मैंने रामलाल के साथ बड़ा बुरा सलूक किया था। वो मुझे कभी माफ नहीं करेगा, वह मेरी कोई मदद नहीं करेगा..उसका श्राप मेरे बेटे को..राजू मेरे बेटे..!"

"साहब याद रखना, आज अगर मेरा बेटा मरता है तो एक दिन आप भी बाप का रोना रोयेंगे..!" रामलाल का कहा कानों में गूंजने लगा था।

"सर,.. हौसला रखिये, आपके बेटे को कुछ नहीं होगा..।" दास साहब के अलावा कई अफसर सामने आकर, उन्हें ढाढस देने लगे थे।

"सर, एक बार आप रामलाल से मिल तो लीजिए। मै जानता हूँ वह बड़ा दयालु आत्मा है..!" दास साहब ने पुनः कहा।

यशराज साहब को याद है। आज तक वह कभी किसी के सामने नहीं झूका, बल्कि हमेशा दूसरों को अपने आगे झूकने पर मजबूर किया है। किन्तु आज अपना ही खून एक मजदूर के आगे उन्हें झूकने पर विवश कर रहा था। बेटे की खातिर एक बाप लाचार नज़र आ रहा था।

पता नहीं कितनी देर बाद यशराज साहब को होश आया तो खुद को खदान में पाया। उनके साथ एरिया जीएम जलान साहब, दास साहब और डाक्टर मेहता और डाक्टर दता साहब भी खदान में पहुंचे थे। अकस्मात एक साथ इतने अफसरों को सामने पाकर, मजदूरों के बीच अफरातफरी मच गई। किसी को कुछ समझ में नहीं आ रहा था। सबके सब एक दूसरे का मुंह ताकने लगे थे "बात क्या है" सभी के मन में सवाल टंग गए थे।

यशराज साहब नजरें उठा कर चारों तरफ देखना चाहते थे। लेकिन नजरें साथ नहीं दे रही थीं। अर्धचेतना की हालत में थे। तभी जीएम जलान साहब रामलाल से मिलकर कहते है, "सुना है, आप हमेशा लोगों की मदद करते है। दूसरों की मदद करना ही सबसे बड़ा धर्म समझते है। आज हम भी आपसे एक मदद की आश लिये आये हैं।"

"सर, आप तो बड़े लोग हैं, बडे.अफसर है, हर चीज आपकी बस में है, फिर एक आम मजदूर आपके किस काम आयेगा.. बोलिये..!" आप इन्हें तो जानते ही होंगे..? जलान साहब ने यशराज को रामलाल के सामने खड़ा कर दिया।

"मैं इन्हें भला कैसे भूल सकता हूँ..?" रामलाल ने मुंह फेर लिया।

"फिर आपको यह भी मालूम हो गया होगा किइनके बेटे का एक्सीडेंट हो गया है और वह इस वक्त जीवन-मौत से लड़ रहा है, अगर आपकी दया दृष्टि हो जाए तो उस अभागे लड़के की जान बच सकती है, आप चाहें तो उसे एक नया जीवन मिल सकता है..!"

जिस घड़ी का इंतजार रामलाल को बिगत चार बरसों से था। वो घड़ी आ चुकी थीं। लग रहा था ऊपर वाले ने आज उनकी फरियाद सुन ली थी। रामलाल में ऐब नाम की कोई चीज़ नहीं थीं। कमी का रोना कभी नहीं रोया। अभाव में भी कभी दूसरे का दरवाजा नहीं खटखटाया। उल्टे जो भी उनके दरवाजे पर खड़ा हुआ, दिल खोलकर उसकी मदद की है। परन्तु आज यह सिलसिला टूटा जा रहा था। यशराज को सामने देख उसे उबकाई सी आई और इसी के साथ वह अडखा की ओर कदम बढा देता है।

यशराज साहब को अपनी गलती का बोध होता है और यह कि उसके बेटे का जीवन रामलाल के हाथ में है, लपक कर रामलाल के आगे खड़ा होकर हाथ जोड़ लिए "हमें माफ फर दीजिये, मेरे बेटे की जान बचा लीजिए"

अब सामने दूसरा ही रामलाल खड़ा था। यकायक उसका कद बढ़ गया था। उसनेयशराज साहब का हाथ थाम लिया। कहा-"हम मजदूर है साहब, हम चीजों को रचते हैं, और बनाते भी हैं, पर किसी का गला नहीं काटते, हक नहीं मारते, प्यार से कोई जीवन मांग दे, तो हंसते- हंसते जान भी दे देते हैं-यह ब्लड क्या है? चलिए साहब कहीं देर न हो जाए..!"

शाकाहार से स्वास्थ्य की सुरक्षा

गौरीशंकर वैश्य विनम्र
आदिलनगर,विकासनगर

शाकाहार एक जीवन-प्रणाली है, जिसका भारतीय संस्कृति से बहुत गहरा सम्बन्ध है, इसीलिए आध्यात्मिक, नैतिक, आर्थिक, अहिंसा,प्रकृति, पर्यावरण एवं योग की दृष्टि से शाकाहार उत्तम आहार है।

शारीरिक स्वास्थ्य के अतिरिक्त मानसिक स्वास्थ्य भी आहार पर निर्भर है। कहा जाता है कि -

"जैसा खाओ अन्न, वैसा हो मन"।

गीता (6 /17) में कहा गया है कि -

"युक्ताहार विहारस्य कर्मसु"

अर्थात मनुष्य को अपनी प्रकृति, काल, ऋतु और शारीरिक गठन के अनुसार आहार का सेवन करना चाहिए। युक्ताहार ही श्रेष्ठता का परिचायक है।

शाकाहार का अर्थ

शाक शब्द (साग-सब्जी) संस्कृत के 'शक्' धातु से बना है, जिसका अर्थ है, सहज होना, समर्थ होना। शाक का अर्थ है- बल, शक्ति, पराक्रम। भावार्थ है कि ऐसा आहार, जो मनुष्य को शक्तिशाली बनाए और योग्यताओं का विकास करे। अंग्रेजी में 'वेजीटेरियन' शब्द लैटिन भाषा के शब्द 'वेजीट्स' से बना है, जिसका अर्थ स्वस्थ, समग्र, ताजा, जीवन्त है। फ्रांसीसी में 'वेजीटेबल' का अर्थ है जीवन से भरपूर।

वस्तुतः संतुलित शाकाहारी वह भोजन है, जिसमें फल-सब्जियों, दाल, गेहूँ, चावल, दूध आदि से पर्याप्त मात्रा में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, फाइबर और कैलोरी मिल सके।

स्वस्थ जीवन का आधार शाकाहार

शाकाहारी भोजन में उन खाद्य पदार्थों को सम्मिलित किया जाता है, जो वनस्पति जगत से मिलते हैं। इसमें दूध के अलावा कोई भी पशु उत्पाद नहीं होता है।

भारतीय आहार शास्त्रियों ने शाकाहार को श्रेष्ठ और मांसाहार को हानिकारक बताया है। विश्व के सर्वश्रेष्ठ नीतिज्ञ चाणक्य ने कहा है-

"अनाज से दस गुना बल आटे में,उससे दस गुना दूध में और उससे दस गुना बल घृत में होता है।"

कुछ खाद्यान्नों और मांसाहार खाद्यों का तुलनात्मक चार्ट निम्नवत दिया जा रहा है -

उक्त तालिका से स्पष्ट है कि प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट और कैलोरी की दृष्टि से शाकाहार, मांसाहार से उत्तम है। मांसाहार में कार्बोहाइड्रेट अर्थात ऊर्जा, जो शरीर के लिए आवश्यक है, पूर्णतः शून्य है। इसके अतिरिक्त शरीर के लिए आवश्यक विभिन्न प्रकार के प्रोटीन, विटामिन और खनिज केला, आम, सेब आदि फलों तथा खाद्यान्नों दाल,चना, गेहूँ, चावल, आलू तथा अन्य सब्जियों से मिलते हैं। वह भोजन, जिसमें सभी आवश्यक पोषक तत्व सही, प्राकृतिक एवं संतुलित अनुपात में हों, शरीर के लिए अमृत बन जाता है और पूर्णतः स्वास्थ्यप्रद होता है।

शाकाहारी भोजन में ताजा और ऋतु के अनुसार सब्जियाँ, फल, अनाज और गैर-प्रसंस्सकरित खाद्य होते हैं। ये स्वास्थ्य के लिए सर्वोत्तम हैं।

शाकाहारी होने के लाभ

अनेक रोगों से मुक्ति - शाकाहारी भोजन सभी पोषक तत्व प्रदान करता है। इससे वह हृदय रोग, कैंसर, उच्च रक्तचाप, मधुमेह,

जोड़ों का दर्द तथा अन्य कई बीमारियों से हमें बचाता है। शाकाहारी प्रोटीन में एमिनो एसिड पाया जाता है, जो शरीर में जाकर रक्तचाप को नियंत्रित करता है। इसी प्रकार सब्जियों में प्रोटीन के साथ-साथ मैग्नीशियम भी पाया जाता है, जो रक्तचाप को नियंत्रित करता है। दाल, फलों का रस, सलाद, अनाज से कई पोषक तत्व और फाइबर मिलते है, जो शरीर को बल प्रदान करने के साथ वजन संतुलित रखते हैं। कैल्शियम की कमी से हमारी हड्डियाँ और दांत कमजोर हो जाते हैं। यह दूध, बादाम और दूध से बनी चीजें जैसे दही, पनीर से मिलता है। हीमोग्लोबिन की कमी से व्यक्ति एनीमिया रोग का शिकार हो जाता है। इसका स्तर मांस के सेवन से कभी नहीं बढ़ता, अपितु हरी पत्तेदार सब्जियों, पुदीना और गुड़ आदि में अधिक मात्रा में पाया जाता है। शाकाहारी भोजन गुर्दे से संबंधित रोगों की रोकथाम में सहायक हो सकता है। शाकाहारी भोजन से हृदय रोग की संभावना कम हो जाती है। अमेरिका में हुए एक अध्ययन के अनुसार लगातार आठ सप्ताह तक शाकाहारी भोजन करने से हृदय रोग के खतरे को टाला जा सकता है। फल-सब्जियाँ कम खाना प्राणघातक भी हो सकता है। एक अध्ययन से पता चला है कि पर्याप्त मात्रा में सब्जी और फल न खाना प्रति वर्ष लाखों लोगों को हृदयरोग का शिकार बना रहा है। यही नहीं बड़ी संख्या में लोग हृदयाघात से प्राण गंवा रहे हैं। अध्ययन के अनुसार, हृदयाघात से होने वाली हर सात में से एक मृत्यु कम मात्रा में फल लेना होता है, जबकि हृदयाघात से होने वाली 12 मौतों में एक में कारण पर्याप्त सब्जी खाना न होता है। पादप उत्पादों में फाइबर अधिक होने से पाचनतंत्र ठीक रहता है।

शाकाहारी भोजन से देरी से आएगा बुढ़ापा

कैलिफोर्निया के स्टैनफोर्ड स्कूल आफ मेडिसिन के शोधकर्ता क्रिस्टोफर गार्डनर के अनुसार शाकाहारी भोजन से आँत में बैक्टीरिया की वृद्धि और टेलीमेयर हानि में कमी होती है, जो बुढ़ापे की गति को भी धीमा करता है। भारतीय मसाले और दाल - आधारित व्यंजन शाकाहारी योजना का सबसे अच्छा विकल्प है। जापान के सेंटर फॉर पब्लिक हेल्थ साइंसेज के वैज्ञानिकों ने जापानी वयस्कों पर 20 वर्ष तक शोध के बाद पाया कि जिन लोगों के आहार में ज्यादा शाकाहारी प्रोटीन थे, उनमें मौत का खतरा काफी कम था। नए अध्ययन के आधार पर सुझाव दिया गया है कि यदि लाल मांस के स्थान पर उच्च प्रोटीन वाले शाकाहारी खाद्य पदार्थ जैसे टोफू, बीन्स, टेप्पेह, एडामे और क्विनोवा खाया जाए तो मृत्यु के खतरे को कम किया जा सकता है। उच्च प्रोटीन आहार से भूख पर अंकुश लगाने तथा वजन कम करने में सहायता मिलती है।

अंडा भी स्वास्थ्यवर्द्धक नहीं

कुछ लोग अंडे को मांसाहार नहीं मानते हैं और आजकल प्रायः यह प्रचलन बढ़ गया है कि बच्चों को अंडे आदि के सेवन से अधिक स्वस्थ बनाया जा सकता है। यह एक भ्रांति है, जिसका निराकरण सन् 1985 के नोबल पुरस्कार विजेता- डॉ माइकल एस. ब्राउन तथा डॉ जोसेफ एल. गोल्डस्टोन नामक अमेरिकी डाक्टरों ने किया। उनके अनुसार हृदय के रोगियों की मौतें हृदय में कोलेस्ट्रॉल नामक तत्त्व के रक्त में जमने के कारण होती हैं। कोलेस्ट्रॉल अंडों में सबसे अधिक मात्रा में अर्थात 100 ग्राम में अंडे में लगभग 500 मिलीग्राम पाया जाता है। यह वनस्पतियों और फलों में शून्य- सा होता है, परन्तु मांस, अंडे और जानवरों से प्राप्त वसा में प्रचुर मात्रा में होता है। अंडा सुपाच्य नहीं है, अपितु अंडे के छिलके पर लगभग 15,000 सूक्ष्म छिद्रों के द्वारा कई जीवाणु उसमें प्रवेश कर जाते हैं,जो उसे खराब कर देते हैं। अंडा रक्तचाप बढ़ाता है, एग्जिमा तथा हृदयरोग देता है। इससे बुढ़ापा जल्दी आता है और आयु कम हो जाती है। कच्चा या अधपका अंडा खाने से 'सालमोनेला' जनित संक्रामक रोगों का खतरा रहता है।

शाकाहार से पर्यावरण की रक्षा

आज ग्लोबल वार्मिंग बहुत गंभीर समस्या है। वैज्ञानिकों ने बताया है कि यदि दुनिया को बचाना है तो वर्ष 2030 तक दुनिया के तापमान को 1.5 डिग्री सेल्सियस से अधिक नहीं बढ़ने देना है। उन्होंने बताया कि यदि हम वर्ष 2050 तक मांसाहार छोड़ दें, तो ग्रीन हाउस गैसों का उत्सर्जन 70 प्रतिशत तक कम हो सकता है क्योंकि ग्रीन हाउस गैसों का सबसे अधिक उत्सर्जन मांसाहार उद्योग से होता है। अध्ययन के अनुसार यदि कोई व्यक्ति पूर्णतः शाकाहारी हो जाए, यहाँ तक कि दूध और अंडे तक को छोड़ दे, तो एक वर्ष में 540 किलोग्राम कार्बन डाई आक्साइड के बराबर ग्रीन हाउस उत्सर्जन कम कर सकता है। एक अध्ययन में पाया गया कि आधा किलोग्राम दाल के उत्पादन में मात्र 700 लीटर पानी का व्यय होता है, जबकि आधा किलोग्राम मांस तैयार करने के लिए प्रकृति लगभग 8000 लीटर पानी का मूल्य चुकाती है और दो लीटर पेट्रोल के बराबर ऊर्जा खपत होती है। फार्मों में पाले जाने वाले जानवर दुनिया की कुल उपज का 40 प्रतिशत अनाज खा जाते हैं। उपजाऊ भूमि के बहुत बड़े भाग पर चरते हैं, इनकी चराई से जंगल समाप्त होते जा रहे हैं और कृषि भूमि घटती जा रही है। इससे पर्यावरण को क्षति हो रही है। आक्सफोर्ड विश्वविद्यालय में जनसांख्यकीय स्वास्थ्य के प्रोफेसर स्कारबरी के अनुसार -

'अगर इंग्लैंड के लोग मांस की दैनिक खुराक 100 ग्राम से कम करके केवल 50 ग्राम ही कर दें तो पर्यावरण की दृष्टि से इसका दीर्घकालिक लाभ सड़कों से 80 लाख कारों को हटा देने से अधिक होगा'।

शाकाहारी खाद्य, मांसाहारी खाद्य की अपेक्षा काफी सस्ता होता है। इससे लोग पैसे तो बचाएंगे ही, पर्यावरण की सुरक्षा में भी

योगदान दे सकेंगे। अमेरिकी लेखक मिशेल पोलन ने सात शब्दों का एक मूलमंत्र दिया है -

भोजन कीजिए, बहुत ज्यादा नहीं, ज्यादातर शाकाहारी' इसके लिए सामूहिक जनमानस तैयार करना होगा, साथ ही उन उद्योगों के बंद करने पर दबाव बनाना होगा, जो मांसाहार उत्पादन के लिए बड़े पैमाने पर प्रदूषण फैलाते हैं।

शाकाहार से तन ही नहीं, मन भी रहता है स्वस्थ्य

शाकाहार से तन पर ही नहीं, मन पर भी अच्छा प्रभाव पड़ता है। शाकाहार, शरीर में एरैकिडोनिक एसिड के स्तर को कम रखता है। इस एसिड की अधिकता मूड पर बुरा प्रभाव डालती है। शाकाहारी भोजन बेचैनी कम करता है। ग्वालियर सेंट्रल जेल में आजीवन सजा भुगत रहे दुदांत अपराधियों को 6 माह तक केवल शाकाहार दिया गया, तो उनके व्यवहार में पर्याप्त सकारात्मक परिवर्तन हुए। वे अपने अपराध के लिए पछतावा करने लगे और उनका झुकाव अध्यात्म की ओर बढ़ गया। उनमें लड़ने-झगड़ने की प्रवृत्ति कम हो गई। वैज्ञानिकों के अनुसार यह निष्कर्ष पशुओं के व्यवहार से निकला है। मांसाहारी जीव तो भूखा होने पर बच्चों तक को खा जाता है, जैसे कुत्ता, बिल्ली। इसके विपरीत हिरण, हाथी, गाय, बकरी शाकाहारी होते हैं और वे व्यवहार में शांत और अहिंसक होते हैं।

विश्व में बढ़ रहे शाकाहारी

यह सुखद स्थिति है कि भारत के लोग अब शाकाहार की महत्ता अच्छी तरह से समझने लगे हैं और वे इसे अपनाने में पर्याप्त रुचि ले रहे हैं। 44% शाकाहारियों के साथ भारत विश्व में सबसे आगे है। वहीं मैक्सिको 21% के साथ दूसरे और ब्राजील 17% के साथ तीसरे नंबर पर है। अमेरिका में बीते दो वर्षों में 600 प्रतिशत शाकाहारी बढ़े हैं जिसमें 18-34 आयु के 8% लोग सम्मिलित हैं। 9.7 मिलियन अमेरिकी शाकाहारी हैं।पेरिस में आयोजित ओलंपिक और पैरालिंपिक-2024 में भाग ले रहे एथलीट्स और आए अतिथियों, दर्शकों और प्रतिनिधि मण्डलों को जो भोजन परोसा गया उसमें लगभग 60% भोजन विशुद्ध शाकाहारी था।

एक सर्वेक्षण के अनुसार बेंगलुरु भारत का सर्वाधिक शाकाहारी शहर है। फूड डिलीवरी प्लेटफार्म स्विगी द्वारा दी गई जानकारी के अनुसार, देश में सबसे अधिक शाकाहारी व्यंजनों जैसे मसाला डोसा, पनीर बिरियानी और पनीर बटर मसाला आर्डर देने में बेंगलुरु शहर आगे है। दाल खिचड़ी, पिज्जा और पाव भाजी आर्डर देने वाले मुम्बई शहर दूसरे नंबर पर तथा मसाला डोसा और इडली के साथ शाकाहारी शहरों में हैदराबाद तीसरे स्थान पर है।

शाकाहारी मांसाहार

मांसाहार पर्यावरण के लिए सबसे बड़ा खतरा बन चुका है, इसके विकल्प खोजने के प्रयास भी लगातार जारी हैं। अब शाकाहारी मांसाहार की बात हो रही है, अर्थात शाक - सब्जियों से ऐसा खाद्य तैयार करना,जो खाने और चबाने में मांस जैसा लगे। इसी क्रम में सोया चाप और कटहल बिरियानी जैसी चीजें बाजारों में पहुँच रही हैं। पश्चिमी देशों में इसके बर्गर लोकप्रिय हो रहे हैं। दूसरी ओर प्रयोगशाला में ही मांस तैयार हो रहा है। इसमें प्राप्त सफलता से यह आशा बँधी है कि भविष्य में शायद मीट के लिए पशु-पक्षियों के वध की आवश्यकता ही नहीं पड़े। अमेरिकी लेखिका एमंडा लिटिल ने एक पुस्तक लिखी है- फ्यूचर आफ द फूड।

उनके अनुसार 'हमारे जितने भी स्वादिष्ट भोजन हैं, वे सब पर्यावरण परिवर्तन के शिकार बनेंगे।

प्रयोगशाला में मांस उत्पादन प्रारम्भ हो चुका है और आशा है कि शीघ्र ही यह फैक्ट्रियों में बनने लगेगा। सलाहकार कंपनी एटी करने की एक रिपोर्ट के अनुसार, वर्ष 2040 तक 60% मांस की आपूर्ति इन्हीं फैक्ट्रियों से होने लगेगी।

शाकाहार से संबंधित ध्यान रखने योग्य कुछ बातें

- डाइट चार्ट में अधिक से अधिक खाद्य पदार्थों को सम्मिलित करें, जिससे शरीर में आवश्यक सभी पोषक तत्वों की कमी न हो।
- साबुत अनाज और उससे बने खाद्य पदार्थों का सेवन अवश्य करें।
- रोज कम से कम 5 प्रकार की सब्जियाँ और फल खाने का प्रयास करें
- दाल, फलियों और सूखे मेवे का नित्य सेवन करें
- अंकुरित तथा भुने अनाजों का सेवन करें।
- वसा रहित या कम वसा वाले दूध और दूध उत्पादों को लें।
- जंकफूड और बेकरी उत्पादों का सेवन न करें या कम मात्रा में करें, क्योंकि इसमें हानिकारक कैलोरी होती है।
- चीनी,नमक तेल और मैदे का सेवन सीमित मात्रा में करें।

निष्कर्षतः दुनिया में हर कोई पेड़-पौधों से मिलने वाली चीजों का सेवन करता है। पिछले दो-तीन दशकों में शाकाहार की लोकप्रियता बढ़ी है। विशेषज्ञ मानते हैं कि शाकाहार स्वास्थ्य का सर्वोत्तम रक्षक है तथा शाकाहार से मांसाहार की अपेक्षा पोषक तत्त्वों की आपूर्ति आसानी से की जा सकती है। विश्व की 22% जनसंख्या पूरी तरह शाकाहारी है। अब पश्चिमी देशों में भी शाकाहार का चलन बढ़ा है। विश्व शाकाहार दिवस प्रतिवर्ष 1 अक्टूबर को मनाया जाता है, जिसकी शुरुआत भी अमेरिका से हुई, जहाँ अधिकांश जनसंख्या मांसाहारी है। विश्व अच्छे कारणों से शाकाहार अपना रहा है।

विश्व में सबसे अधिक शाकाहारी भारत में रहते हैं। यहाँ शाकाहार केवल खानपान नहीं है, अपितु जीवनशैली है। तो आइए, हम शाकाहार अपनाने का संकल्प लें तथा कई बीमारियों से बचें और स्वस्थ रहें।

स्वास्थ्य ही धन है

मुकेश कुमार सिंह
योगाचार्य

एक पुरानी कहावत है कि स्वास्थ्य ही धन है। हमें हमेशा ध्यान में रखना चाहिए कि वास्तव में धन केवल धन ही होता है हालांकि संसार में स्वास्थ्य से बडा कोई धन नहीं होता है। क्योकि हमारा शरीर ही है जो हर परिस्थितियों में हमारे साथ रहता है हम सब कोई भी कार्य क्यों न करें उसके लिए हम सभी को शारीरिक और मानसिक तौर पर स्वस्थ्य रहना बहुत ही जरूरी है हमारा अच्छा स्वास्थ्य ही हमारे जीवन के हर अच्छी और बुरी परिस्थितियों का समाना करने में मदद करता है। यदि आप स्वस्थ नहीं है तो जीवन में सब कुछ होते हुए भी उसका आनंद नहीं ले सकते है। एक अच्छा स्वास्थ्य हमें जीवन जीने में हमारी मदद करता है। अच्छा स्वास्थ्य हमें मानसिक और शारीरिक बिमारियों से बचाता है। लेकिन आज की आधुनिक जीवन शैली में जहां दिनभर काम एवं कम्प्यूटर / मोबाईल का ज्यादा इस्तेमाल हो रहा है और कार्यो को समय पर पूरा करने की टेन्शन हमेशा बनी रहती है। कार्यालयों में जहां 7 से 8 घंटे कुर्सी पर बैठकर कम्प्यूटर पर कार्य करना पड़ता है कार्यो की अधिकता के कारण अपनी जगह से कार्यो को छोड़कर उठने का समय नहीं मिलता है, जिसके कारण समय पर खाना भी नहीं हो पाता है, और बदलते खान-पान एवं टेक्नालोजी के कारण आज घर बैठे ही फोन पर ही खाना नाश्ता आ जाता है और ज्यादा तली-भुनी वस्तुएं ही लोगों को खाने में बहुत पसंद आ रहीं है। आज ज्यादतर लोग स्वास्थ्य की चिन्ता नहीं करते है केवल धन कमाने के लिए ही रातों दिना कार्य करे है। जिसके कारण कई सारी बीमारिया हो रहीं है, जैसे मधुमेह, तनाव, थाइराइड, उच्च रक्तचाप, हृदय रोग, मोटापा आदि हो रहीं है। वर्तमान समय में भी जिनको पहले से बिमारियां है उनको हमेशा अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरूक रहना होता है साथ ही खान-पान का विशेष ध्यान रखना होता है क्योकि पहले बिमारियां एक उम्र के बाद होती थी अब तो खान-पान और बदलती जीवनशैली के कारण बिमारियां किसी भी उम्र से होने लगी है।

उत्तम स्वास्थ्य के लिए नियमित योग एवं प्राणायाम, ध्यान जरूर करें। शारीरिक श्रम जरूर करें, नियमित सुबह टहले साथ ही कुछ योग प्राणायाम जरूर करें जिससे हमेशा शारीरिक एवं मानसिक रूप से स्वस्थ रहें। साथ ही नियमित एक घंटे अपने लिए समय निकाले योग एवं प्राणायाम करें। जिससे कभी रोग ही न हो और शारीरिक एवं मानसिक रूप से हमेशा स्वस्थ रहें। क्योंकि स्वास्थ्य ही धन है।

स्वस्थ रहने के प्रमुख आसन एवं प्राणायाम इस प्रकार है।

ताड़ासन

ताड़ शब्द का अर्थ है ताड़ या खजूर का पेड़। इस आसन के अभ्यास से स्थायित्व व शारीरिक दृढ़ता प्राप्त होती है यह खड़े होकर

किये जाने वाले सभी आसनों का आधार है। इसलिए ताड़ासन को नियमित करना चाहिए।

अभ्यास की विधि

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

शारीरिक लाभ

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

मानसिक लाभ

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

सावधानियां एवं सीमाएं

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

भुजंगासन

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

अभ्यास विधि

- सर्वप्रथम पेट के बल लेट जाएं और अपने दोंनो हाथों पर सिर टिकाते हुए शिथिल रखें।
- अब अपने दोनों पैरों को आपस में मिला लें।
- हाथों को शरीर के ठीक बगल में ऐसा रखें कि हथेलियां और कोहनियां जमीन पर टिके रहें।
- श्वास को धीरे-धीरे अंदर खीचते हुए ठुडडी और नाभि क्षेत्र तक शरीर को ऊपर उठाएं। अपनी क्षमतानुसार होल्ड करें। पुनः वापस लौटते हुए ललाट को जमीन पर टिकाएं।
- यह सरल भुजंगासन कहा जाता है
- हथेलियों को वक्ष के बगल में रखें और कोहनियां ऊपर की ओर उठी हुई होनी चाहिए।
- धीरे-धीरे श्वास को भरते हुए ठुडडी एवं नाभि क्षेत्र तक के शरीर को ऊपर उठाएं रखें।
- पुनः श्वास को बाहर छोड़ते हुए ललाट को जमीन पर शिथिल होने दें और हथेलियों के ऊपर सिर तथा पैर को फैलाकर शरीर को शिथिल करें।

इस अभ्यास को भुजंगासन कहा जाता है।

लाभ

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

सावधानियां

1. जो लोग हर्निया ,अल्सर से पीडित हो उन्हें इस आसन का अभ्यास नहीं करना चाहिए।

बदलते समाज में परिवार की भूमिका

सुषमा त्रिपाठी

परिवार और समाज एक-दूसरे के पूरक हैं। परिवार मनुष्य का पहला सामाजिक संस्थान होता है, जहाँ वह संस्कार, मूल्य और व्यवहार सीखता है। यही सीख आगे चलकर समाज में उसकी भूमिका को निर्धारित करती है। एक सशक्त और सुसंस्कृत परिवार ही एक आदर्श समाज की नींव रखता है। समाज की स्थिरता, विकास और सद्भावना परिवारों की एकता और संस्कारों पर निर्भर करती है। जब परिवारों में प्रेम, सहयोग और समझदारी होती है, तब समाज में भी शांति, भाईचारा और प्रगति संभव होती है। इस प्रकार, परिवार और समाज का गहरा संबंध मानव जीवन की समग्रता को परिभाषित करता है।

परिवार को समाज की मूलभूत इकाई के रूप में मान्यता प्राप्त है जो बच्चों के समाजीकरण और विकास के महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। बचपन एक महत्वपूर्ण अवधि है जो किसी व्यक्ति के व्यक्तित्व मूल्य और नैतिक सिद्धांतों को महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित करती है। जिसे उनके जीवन के भविष्य के चरणों पर स्थाई प्रभाव पड़ता है परिवार ही वह प्रासंगिक स्थान है। जहां सर्वप्रथम बालक का समाजीकरण होता है। परिवार के बड़े लोगों का जैसा आचरण व्यवहार करने का प्रयत्न करता है। बालक ऊपर वैसा ही असर पड़ता है।

परिवार का बदलता स्वरूप- साधारण बोलचाल की भाषा में संस्कार का अर्थ होता है शुद्धिकरण। संस्कार के दो रूप आंतरिक रूप और बाय रूप बाहरी रूप का नाम रीति रिवाज है जो हमारी आंतरिक रूप की रक्षा करता है। आंतरिक रूप हमारी जीवनचार्य में शामिल है जो कुछ नियमों पर आधारित है इन नियमों के पालन में अनुशासन का बहुत महत्व है अनुशासन और नियमों को सम्मान देकर ही मनुष्य उन्नति प्राप्त कर सकता है। हम सब ने बचपन से सुना है कि परिवार ही सामाजिक जीवन की प्राथमिक पाठशाला है और मां प्रथम शिक्षिका होती है बच्चा परिवार में चल रही गतिविधियों को देखकर उसे अपनी जिंदगी में अपने लगते हैं। आवश्यक बात यह है की पाठशाला की तरह बैठकर पढ़ाई जा सकती है बहुत कुछ बच्चे सहज ही देखकर और सुनकर जाते हैं। बच्चों का लालन पालन परिवार में होता है तो चाचा तू चाचा ताई दादी दादी दादा भैया हुआ सभी से कुछ ना कुछ सीखने को मिलता है। समय के साथ परिवार की परिभाषा भी बदल गई है । परिवार की आर्थिक और शैक्षिक स्थितियों के अनुसार जीविकोपार्जन के लिए भटकते लोगों की उलझती जिंदगी में संयुक्त परिवार हो गया है। अब परिवार की परिभाषा में हम दो हमारे दो के आगे दादी दादी भी कोट नजर आ रहे हैं उस पर जीविकोपार्जन के लिए भटकते लोगों के पास समय का अभाव बच्चों को परिवार से निकाल कर हॉस्टल तक पहुंचा दिया। बढ़ते प्रतिष्ठा के दौर में स्त्री शिक्षा भी एक कहानी हो गई और छोटे-छोटे बच्चे परिवार में अपनों से कदम कदम पर जो स्नेह शिक्षा मिलना था उससे वह वंचित रह गए। जिसके कारण बच्चों को सामाजिक जिम्मेदारियां की शिक्षा नहीं मिल पा रही है। नतीजा यह होता है कि बड़े

होकर पारिवारिक रिश्तों की अहमियत पहचान में कमी आने लगी और इसी तरह बड़े होकर यह बच्चे बुजुर्गों को वृद्ध आश्रम पहुंचने लगे हैं। शहरों में बोर्डिंग स्कूल और वृद्ध आश्रम की बढ़ती हुई संख्या इसका प्रमाण। इस समाज सेवा के रूप में काम और व्यवसाय के नए विकल्प के रूप में अधिक देखा जाने लगा है यह प्रश्न उठता है कि इन परिस्थितियों के लिए कौन जिम्मेदार है और इसका समाज पर क्या दुर्गा में परिणाम होगा विषय बहुत गंभीर है और जिस तरह से पारिवारिक सामाजिक और देश हित में होने वाले सभी विषय पर राजनीति होने लगती है। डर है यह विषय भी राजनीति के बली ना चढ़ जाए इसलिए इस विषय पर विशेष ध्यान दिया जाना चाहिए, लेकिन रोज-रोज की पारिवारिक समस्याओं से मुंह भी तो नहीं मोड़ा जा सकता।

आपसी संबंधों में बढ़ती दूरियों के कारण सशक्ति हुई जिंदगी और सहमे हुए लोगों की बढ़ती हुई समस्याओं पर विचार करना ही आवश्यक है। इस समस्या को कम करने के लिए बच्चों की परवरिश पर विशेष ध्यान देने की जरूरत है। मैं यहां पुत्र और पुत्री में कोई भिन्नता नहीं करना चाहती मां और देश के लिए तो दोनों बच्चे एक समान होते हैं चाहे वह पुत्र हो या पुत्री ऐसा नहीं की पुत्र अगर गलती करता है तो वह स्वीकार है और वही और अगर पुत्री गलती करती है तो वह स्वीकार नहीं है। गलती चाहे जो करें गलत तो गलत है यहां पर मैं बात संस्कारों की करना चाहती हूं दुनिया की हर स्त्री एक पुत्री है और हर स्त्री बहुत तथा मां बनती है। हम कहावत भी सुनते हैं बेटी पराया धन होती है। इस मानसिकता ने पारिवारिक सामंजस्य का बहुत बड़ा नुकसान किया है सबसे बड़ी बात तो यह है कि बेटियां कोई वस्तु या धन नहीं है और पराया तो बिल्कुल नहीं बल्कि वह दूसरे घर की मालकिन तथा भविष्य हैं। एक अच्छी बहू और मन बनाकर उसे घर को स्वर देती हैं बेटियों के अच्छे शिक्षा सबसे अहम भूमिका होती है किसी ने सच्ची कहा है बेटी माता-पिता बहुत सम्मान उपलब्ध कराती हैं। शिक्षा के साथ-साथ सामाजिक पर भी जोड़ देना ज्यादा जरूरी है अन्यथा घर सिर्फ मकान बनाकर ही रह जाएगा। इलेक्ट्रॉनिक माध्यमों के बढ़ते प्रयोग से वैसे भी रिश्तों में यूरिया बढ़ रही हैं और दिलों में फैसले आने लगे हैं इसलिए मेरी हर मां से प्रार्थना है और विनम्र विनम्र निवेदन है कि वह अपनी बेटी कैसी शिक्षा दें कि वह अपने घर को निष्क्रिय होने से बचा ले और अपना घर संसार अपने परिवार के साथ-साथ पूरी मां बनकर घर में अपना कर्तव्य का पालन करें।

यदि माता-पिता के जिम्मेदारियां को समझते हुए पति ससुर सास जो की जिंदगी भर का परिवार है। इसे ना भूले तो ना ही दोनों परिवार सुखी होंगे बल्कि सम्मान और देश का भी कल्याण हो जाएगा युवा पीढ़ी के ऊपर अनावश्यक पारिवारिक चिंताएं और कालाहारी होने की जगह उन्हें देश हित में समाज हित में सोने का अधिक से अधिक अवसर प्राप्त हो जाएगा। यह बातें छोटी हो सकते हैं लेकिन बहुत ही महत्वपूर्ण है हमें स्वीकार करना होगा कि प्रदूषण आरंभिक शिक्षा और बढ़ती पारिवारिक कल के कारण युवाओं चिंता और डिप्रेशन जैसी बीमारियों से कम उम्र में ही हावी होने लगते हैं। जबकि अविवाहित पुरुष या स्त्री का समाज को एक अलग योगदान दिखाई दे रहा है इस प्रकार से पारिवारिक जिम्मेदारियां संभालने में आज के युवा कहीं ना कहीं कमजोर पड़ने लगे हैं। यह बहुत ही चिंता का विषय है और आज आवश्यक है कि हम ज्ञान विज्ञान चिकित्सा के शिक्षा के साथ-साथ साहित्य अध्ययन पर भी विशेष ध्यान दें जिससे हमारे आने वाली पीढ़ी सामाजिक पारिवारिक जिम्मेदारियां को और भी बेहतर ढंग से समझ कर अपना योगदान बढ़ा सके। इसलिए परिवारिक को सामाजिक रिश्तों के महत्व को समझना समझाना दोनों ही बहुत ज्यादा महत्वपूर्ण है।

बोलते समाज में परिवार की भूमिका में अहम रोल जो हमारे माता-पिता होते हैं वही हमारे घर के बड़े बुजुर्ग रीड की हड्डी होता है। आज इन्हीं की वजह से हम सर उठाकर इज्जत से अपने तथा अपने परिवार की रक्षा कर सकते हैं। इनका सम्मान देंगे तभी हमें सम्मान मिलेगा और हम अपने देश का समाज का भी मान सम्मान बढ़ाने में अपना उत्साह आवर्धन कर सकते हैं।

ग़ज़लें

1

लाख आँसू हमारे ढ़लते हैं।
लोग पत्थर कहाँ पिघलते हैं।

जान पायेंगे हम उन्हें कैसे,
शक्ल पे शक्ल जो बदलते हैं।

शूल महफ़ूज रहते शाखों पर,
फूल पेरों तले कुचलते हैं।

ये ज़माना है अज़नबी उनसे,
जो घड़ी भर कहीं निकलते हैं।

बात हो आपकी असर कैसे,
आप कहते जिसे फिसलते हैं।

2

अगर मेरी कही वो मान लेगा।
सभी मर्ज़ी मेरी पहचान लेगा।

लगाकर और इक इल्ज़ाम मुझपर,
कहाँ मुझसे मेरा ईमान लेगा।

चुकाएगा सभी बदले पुराने,
सज़ा देगा कि मेरी जान लेगा।

कभी रहता नही अपनी रज़ा पर,
कहाँ तक और का फ़रमान लेगा।

चला है कारवाँ जिस रास्ते पर,
नज़र उस ओर अपनी तान लेगा।

ज़रूरत या वज़ह के काम सब वो,
करेगा तब उसे जब ठान लेगा।

3

ख़ुशी देखी नहीं जाती।
हँसी रोकी नहीं जाती।

लबों की चुप्पियाँ मुश्क़िल,
जुबाँ भी सी नहीं जाती।

रिवाज़ों, क़ायदों से डर,
वफ़ा तोड़ी नहीं जाती।

सभी कुछ पा लिया लेक़िन,
कमी अपनी नहीं जाती।

जुदा है मामला दिल का,
लगी इसकी की नहीं जाती।

4

तीर लगते नहीं निशाने तक।
पाँव उठते नहीं ठिकाने तक।

अश्क़ पलकों में आ ठहरते हैं,
वो छलकते नहीं रुलाने तक।

डूबते तो सभी ने देखा था,
कोई आया नहीं बचाने तक।

ताश के घर-महल बनाते हो,
ये संभलते नहीं जमाने तक।।

हाल है इन तमाम रिश्तों का,
साथ चलते नहीं निभाने तक।

आग अंदर है अलग बाहर से,
ये सुलगती नहीं बुझाने तक ।

5

अश्क़ सारे बहा लिए जाएँ।
राज़ दिल के जता लिए जाएँ।

आज ग़फ़लत नहीं रहे कोई,
दर्द सब आज़मा लिए जाएँ।

काम आसान हो सभी अपनें,
हाथ सबसे बँटा लिए जाएँ।

उन रिवाज़ों से इन रिवाज़ों के,
बीच रस्ते बना लिए जाएँ।

मेज़बानी के हाल -मौके पर,
सब बिखेरे जमा लिए जाएँ।

दूसरों से ज़रा सबक लेकर,
हाथ अपने बचा लिए जाएँ।

- नवीन माथुर पंचोली

नदी की आह! ....

आँचल में पय लिये नदी ने परहित पावन राह चुनी है।
प्यासे जग ने नीर पिया पर मैनें 'नद' की आह !सुनी है।।

चट्टानों से वह टकरायी
घायल धारा लिये बही है।
सबकी तृषा तृप्त कर के भी
मौन रही, कब पीर कही है।
वन, तट, मठ से घाट नगर तक
जल थल नभ के जीव जी रहे।
ऊँच नीच का भेद न कोई
सभी चराचर नीर पी रहे।
पथ अरण्य में कल-कल ध्वनि में,
आहत स्वर की थाह गुनी है।।

करती है उपकार निरंतर
सकल सृष्टि पर उसका ऋण है।
कृषि उपवन सब सिंचित उससे
हरा - भरा उससे हर तृण है।
कलुषित मन , मैले तन जाने
कितने अधम नहा जाते हैं।
पयस्विनी के पावन जल में
अपना कलुष बहा आते हैं।
उन्हीं कृतघ्न नरों से बचने,
उसकी मूक कराह सुनी है।।

मनुज स्वार्थ में जल प्रवाह को
बाँध बना कर रोक रहा है।
दूषित जल करते मानस को
कहाँ कोई अब टोक रहा है।
जब भी बैठा तीर सरित के
एक मौन संवाद हुआ है ।
अन्तर्निहित गहन सी पीड़ा
समझ मुझे अवसाद हुआ है।
सरिता की व्याकुल लहरों में ,
बस जीवन की चाह सुनी है।।

- देवेन्द्र सिंह

काव्यांजलि

नाज़ुक दौर में है कविताएं
आज!
दिन-प्रतिदिन
ऐसी कविताएं उग रहीं हैं
जो
नहीं उगनी चाहिए!
अवांछनीय,
ऊल-जलूल व क्लिष्ट शब्दों
के मिश्रण के साथ!
किसी खर-पतवार की भांति
क्या तुम्हें नहीं पता ?
खर-पतवार
फसलों और पौधों के विकास
में डालती है बाधाएं!
अवांछनीय, ऊल-जलूल
कविताएं भी तो
साहित्य में
बेहद मुश्किलें खड़ी करतीं
होंगी?
व्हाट्स एप, फेसबुक,
इंस्टाग्राम पर पड़ी-पड़ी
कविताएं
कभी-कभी दहाड़ने लगतीं हैं!
लीक से हटकर चलना
श्रेयस्कर है
बात एकदम ठीक लगती है
बात में दम है!
लेकिन
ऊल-जलूल, अवांछनीय,
कंटेंट रहित कविताएं
जब होतीं हैं प्रकाशित!
अद्भुत, अकल्पनीय,
अविश्वसनीय
स्माइली हंसी, हंसी जाती है
नापसंद होतीं हैं कविताएं,
फिर भी अनगिनत लाइक!
सच में
ऐसा साहित्य, आज का
साहित्य
और साहित्यकार
सभी बंधनों से मुक्त है !
आदमी स्वयं को कवि,
साहित्यकार कहलवाना चाहता है !
अपने ऊल-जलूल विचारों को
कविता !

सुनील कुमार महला

देख सजनी ! देख ऊपर

देख सजनी ! देख ऊपर।।
आ रही है मेघमाला।।

बम सरीखी गड़गड़ाती,रेल जैसी दड़दड़ाती।
इंजनों सी धड़धड़ाती, फुलझड़ी सी तड़तड़ाती।।
पल्लवों को खड़बड़ाती,पंछियों को फड़फड़ाती।
पड़पड़ाती पापड़ों सी, बोलती है कड़कड़ाती।।

भागती तो भड़भड़ाती, बावरी सी बड़बड़ाती।
हड़बड़ाती, जड़बड़ाती, दिग्गजों को खड़खड़ाती।।
सिर उठाकर देख ऊपर।। और ऊपर और ऊपर।।
आ रही है मेघमाला।
देख सजनी ! देख ऊपर।।

वह पुरन्दर की परी सी घेर अम्बर, और अन्दर,और अन्दर।
कर चुकी है श्यामसुन्दर से स्वयंवर।।
रिक्ष बन्दर सी कलन्दर वह मुकद्दर की सिकन्दर।
हो धुरन्धर सींच अंजर और पंजर बाग बंजर।।
कर समुन्दर को दिगम्बर फिर बवण्डर सा उठाती।
बन्द बिरहिन का कलेजा खोल खंजर सा चलाती।।
आ रही है मेघमाला।
देख सजनी ! देख ऊपर।।

भामिनी सी कामिनी सहगामिनी मृदुयामिनी सी।
वामिनी गजगामिनी ले दामिनी मनस्वामिनी सी।।
रागिनी घनवादिनी पंचाननी सौभागिनी सी।

जामुनी हंसासनी सी सावनी मधु चासनी सी।।
जीवनी में घोलती संजीवनी सा रस बहाती।
तरजनी सी मटकनी कुछ कटखनी बातें बनाती।।
आ रही है मेघमाला।
देख सजनी ! देख ऊपर।।

- गिरेन्द्रसिंह भदौरिया "प्राण"

प्रकृतिमेल डेस्क

लाभकारी कुल्फा

इस पृष्ठ पर हम सभी कई बार चर्चा कर चुके है कि प्रकृति मे कुछ भी व्यर्थ नहीं है। हमें यदि कुछ निर्जीव भी दिख रहा है तो उसका भी कोई न कोई लाभ है। बात इतनी ही है कि हम अभी उसे पहचान नहीं पाये है। ऐसे ही बहुत सी औषधियां है जिन्हें हम खरपतवार के रूप में देखते है। हम उन्हें यूं ही बिना किसी मूल्य का समझ लेते है। जबकि उनमें अनगिनत औषधीय गुण होते है।

एक ऐसी ही खरपतवार है जिसे कुल्फा या गुलफा के नाम से जाना जाता है। आज हम कुल्फा के औषधीय गुणों की बात करेंगे।

- कुल्फा में मौजूद गुण हृदय के लिएए आंखो के लिएए पेट के लिए गुणकारी होते है। साथ ही हड्डियों को भी मजबूत करते हैं। कुछ जगहों पर कुल्फा का साग बनाया जाता हैए इसके गुणों को जानते हुए कई अन्य प्रकार से भी इनका सेवन किया जाता है।
- दिखने में हरी घास के जैसी कुल्फा में कैल्शियम काफी मात्रा में पाया जाता है जिससे हड्डिया ताकतवर होती है।
- इसमें आंखो को लाभ देने के लिए बीटा कैरोटीन और विटामिन ए होता है। यह हमारी शरीर में खून की कमी को भी दूर करता है।
- जैसा कि हम सब जानते है कि एंटीऑक्सीडेंट शरीर की प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ता है, इससे त्वचा भी स्वस्थ रहती है।
- कुल्फा में एंटीऑक्सीडेंट पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है। इसके सेवन से कैंसर का खतरा भी कम हो जाता है।
- कुल्फा शरीर में शर्करा को नियंत्रित रखता है जो कि मधुमेह को नियंत्रित रखता है। इसमें मौजूद ओमेगा 3 फैटी एसिड हृदय को स्वस्थ रखता है।
- यह कब्ज से राहत दिलाकर पाचन तंत्र को मजबूत रखता है। इसमें मौजूद मेलाटोनिन नींद की समस्या को दूर करता है।
- कुल्फा को दाल में मिलाकरए इसका साग बनाकरए इसका पराठा बनाकर सेवन किया जा सकता है।

प्रकृति के रंग

लक्ष्मीकान्त
वाइल्ड लाइफ फोटोग्राफर

“

नमस्कार, कुछ सीखना नहीं है जो सीखा उसे भूल जाना है तभी अपना सच हकीकत बनकर एहसास की अभिव्यक्ति में सामने आयेगा

- अशोक मानव

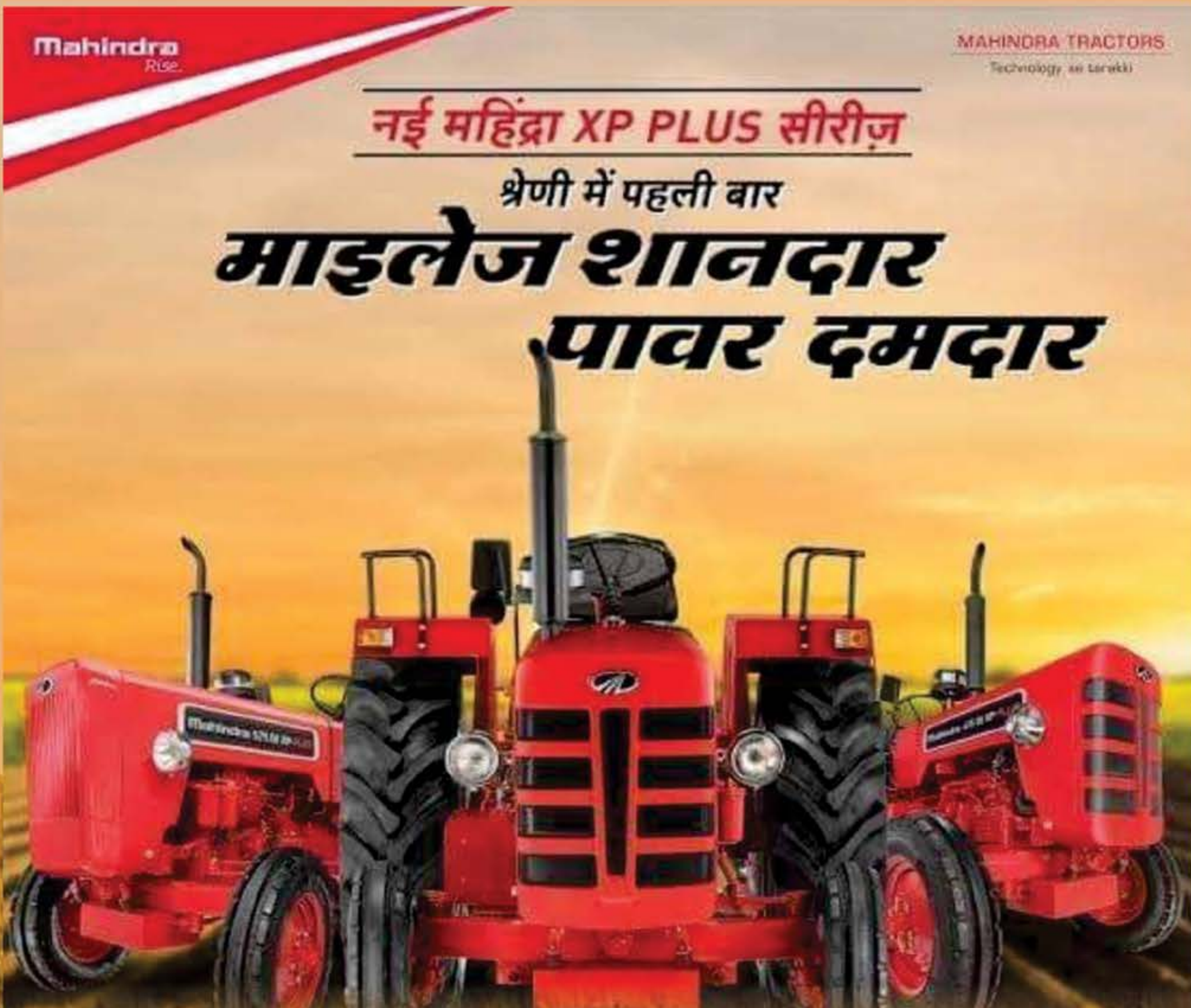
”

स्थापित 1948
77 वर्षों का विश्वास
लाला जुगल किशोर
गोटे वाले
55, अमीनाबाद पार्क, लखनऊ | संपर्क : 9935329775

दुर्गा आटो सेल्स

सेवा ऐसी जो पसीना न बहने दे

Aurhorised Dealer for Mahindra Tractors, Farm Equipments & Spare Parts



durgaautosale2000@gmail.com 9919528830 0545-4242216

इलाहाबाद-जौनपुर रोड, मछली शहर, जौनपुर, उ. प्र.।