

विचार बिन्दु

जो सच्चाई पर निर्भर है वह किसी से घृणा नहीं करता। -नेपोलियन

# आयुर्वेद की ग्रीष्म ऋतुचर्या

ऋतुचर्या प्राकृतिक कारणों से उत्पन्न जोखिम को कम करने की रणनीति है। ग्रीष्म ऋतु आने वाली है, अतः स्वास्थ्य रक्षण के लिये हर ऋतु की तरह ग्रीष्म ऋतु में भी जीवन-शैली में कुछ बदलाव लाने आवश्यक होंगे। आइये सबसे पहले यह देखते हैं कि यह बदलाव क्यों आवश्यक है और आयुर्वेद में ऋतुचर्या किन सिद्धांतों को ध्यान में रखकर तय की गयी है। लगभग 5000 साल पहले तय की गयी ऋतुचर्या क्या आज भी उपयोगी है? संक्षेप में देखें तो पहली बात यह है आयुर्वेद का लोक-पुरुष-साम्य सिद्धांत यह स्पष्ट करता है कि पुरुषलोक के समान है (च.शा.5.3:पुरुषोऽयं लोकसम्मितः)। इस सिद्धांत के प्रकाश में देखने पर लोक या पृथ्वी के वातावरण का सीधा-सीधा प्रभाव मानव के स्वास्थ्य पर पड़ता है क्योंकि लोक और पुरुष में समानता (च.शा.5.3:लोकपुरुषयोः सामान्यम्) होने से सामान्य-विशेष का सिद्धांत कार्य करता है। अर्थात् सामान भावों को सामान भावों से मिलाने पर उस भाव की वृद्धि और असमान भावों को मिलाने पर ह्रास होता है। सत्य बुद्धि तभी प्रकट होती है या अकल तभी आती है जब स्वयं के अंदर प्रकृति को व प्रकृति के अंदर स्वयं को देखा जाये (च.शा.5.7): सर्वलोकामत्यन्तत्मानं च सर्वलोके समनुपश्यतः सत्यो बुद्धिः समुत्पद्यते। यहाँ पर लोक से तात्पर्य पूरी दुनिया के वातावरण से है जिसमें छः धातुयः पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु, आकाश तथा आत्मा शामिल हैं (च.शा.5.7):षड्धातुसमुदायो हि सामान्यतः सर्वलोकः। इस सूची में आत्मा का शामिल होना आध्यात्मिक नहीं मानना चाहिये क्योंकि पौधे, प्राणी और सम्पूर्ण जीवन भी लोक में शामिल है।

इन आयुर्वेदिक सिद्धांतों को आधुनिक वैज्ञानिक दृष्टिकोण से देखा जाये तो पर्यावरण और परिस्थिक तंत्र के साथ मानव के रिश्तों की अनवरत सार-संभाल या अनुकूलन ही ऋतुचर्या है। इसे साधारण शब्दों में यों समझें कि यदि हवा, पानी, तापक्रम, मिट्टी, पेड़-पौधों में ऋतु के अनुसार परिवर्तन होते हैं तो हमें भी उसके अनुसार जीवन-शैली और खान-पान और पहनावे में परिवर्तन करना पड़ता है। यह परिवर्तन या अनुकूलन ही धातुसाम्य रखता है। यही अनागत रोगों का प्रतिकार या विकार-अनुत्पत्ति में सहायक है।

आज की चर्चा मई-मध्य से जुलाई-मध्य के ग्रीष्म काल पर है, जिसके मुख्य शास्त्रीय स्रोत चरकसंहिता (च.सू.6.27-32), सुश्रुतसंहिता (सु.उ.3.64.40-45) एवं अष्टांगहृदय (अ.ह.सू.3.26-41) हैं। प्रकाशित समकालीन वैज्ञानिक शोध और आयुर्वेदाचार्यों का अनुभवजन्य ज्ञान भी यहाँ समाहित है (च.सू.6.27-32): मयूखैर्जगतः स्नेहं ग्रीष्मे पेषीयते रविः। स्वादु शीतं द्रवं सिन्धुमन्त्रानं तदा हितम्॥ शीतं सशर्करं मूत्रं जाड्यालान्मृगपक्षिणः॥ घृतं पयः सशाल्यं भन्तु ग्रीष्मे न सीतं॥ मद्यमत्स्यं न वा पेषामथवा सुबहूकम्। लवणान्कटूष्णानि व्यायामं च विवर्जयेत्॥ दिवा शीतगृहे निद्रां निद्रां चन्द्रांशुशीतले। भजेच्चन्दनदिग्धाड्यः। प्रवाते हर्म्यमस्तेकम्॥ व्यञ्जनेः पाणिस्पर्शश्चन्दनोदकशीतलेः॥ सेव्यमानो भजेदाहृत्यं मुक्तामणिषुषितः॥ कानानां च शीतानि जलानि कुसुमानि च। ग्रीष्मकाले निषेधेते मथैनुादिरतो नरः॥

ग्रीष्म ऋतु में सूर्य की किरणें अत्यन्त तीव्र होने से वातावरण के तापमान को बढ़ा देती हैं, जिसके परिणामस्वरूप पर्यावरण और द्रव्यों से जल का अंश धीरे-धीरे कम होने लगता है। यही कारण है कि इस ऋतु में कफ का क्षय तथा वात की वृद्धि होती जाती है। बल में कमी तथा अग्नि सामान्य रहती है। यहाँ यह बताना उपयोगी होगा कि विश्व के 245 शहरों के आँकड़े बताते हैं कि हीटवेव या लू के कारण प्रतिवर्ष 12000 से अधिक लोग मृत्यु को प्राप्त होते हैं। अर्बन हीट आइलैंड इफेक्ट के कारण प्रायः आसपास के क्षेत्रों को तुलना में शहरी क्षेत्रों में तापमान 3.5 से 12 डिग्री सेल्सियस तक अधिक होने लगता है। इसके कारण लगभग 3 मिलियन लोगों की मृत्यु प्रतिवर्ष होती है। भारत में मई 1998 की ऐतिहासिक हीट वेव जिसमें देश ने दो सप्ताह तक गंभीर गर्मी की लहर का अनुभव किया, वह तत्समय में पिछले 50 वर्षों में सबसे खतरनाक थी। जलवायु परिवर्तन की दशा में भारत सहित पूरी दुनिया में हीट वेव की आवृत्ति, तीव्रता और अवधि में बढ़ोतरी, और परिणामस्वरूप मृत्यु बढ़ने की आशंका है। भारत में वर्ष 2009-2010 का सूखा और गर्मी की लहर रूस की रिकार्ड-तोडगर्मी के उत्कर्ष की थी। भारत के 640 जिलों में से हीट वेव के सन्दर्भ में 10 बहुत अधिक और 97 बहुत जोखिम वाले जिलों की श्रेणी में आते हैं। सामान्य जोखिम तो देश भर में है। शोध से ज्ञात होता है कि किसी दिन तापमान में 10 डिग्री फेरनहीट की बढ़त उसी दिन हृदय रोगों, स्ट्रोक, रक्तस्राव, निमोनिया, निजलीकरण, गर्मी से बचाना व सहावास आदि की अति से बचाना चाहिये। घूप में अधिक देर तक समय नहीं गुजारना चाहिये। लवण, कटु एवं अम्ल रसों की प्रधानता वाले द्रव्य, शुष्कताकारक व उष्णपदार्थों का उपयोग छोड़ देना श्रेयस्कर है। अर्कोहल का प्रयोग भी नहीं करना चाहिये, यदि करें तो बहुत कम मात्रा में, और उसमें भी बहुत पानी मिलाकर ही उपयोग करें। अन्यथा शोध, शिथिलता, दुर्बलता, दाह व मोह जैसी समस्याएँ उत्पन्न होती हैं।

येय पदार्थों में रायता एवं खाण्ड (खट्टे, मोठे, नमकीन द्रव्यों का घोल) इक्षुशर्करा या खाण्ड मिला हुआ सुगंधित एवं शीतल पानक या पना लाभकारी है। मंथ अर्थात् घी-युक्त सत्तू का शीतल जल में बनाया गया हल्का गाढ़ा घोल जिसमें इक्षुशर्करा, खाण्ड या शहद भी मिलाई जा सकती है, लिया जा सकता है। उंडा होने के लिये केला या महुआ के पत्तों से ढके हुये मिट्टी के नये बर्तन में अम्ल-रसयुक्त पना या शर्बत भी कुछ समय रखकर पिया जा सकता है। मधु, द्राक्षा (दाख या मुनक्का), फालसा, आमलकी (अँवला) खण्ड (खांड) को शीतल जल में मथ कर पंचसार बनाया जाता है। इसे मिट्टी के सकोरे में पीने का आनंद लीजिये। स्वाद हलाकौ व्यक्तितगत मामला है, पर पंचसार में यदि एक चुटकी की सैन्धव लवण डाल दें तो इससे स्वादिष्ट, सुतिकर, पौष्टिक और शीतल पेय दुनियाभर में उपलब्ध नहीं है। यह उच्चकोटि का एंटीऑक्सीडेंट होने के कारण ऑक्सीडेटिव-स्ट्रेस को कम करने वाला स्वादिष्ट रसायन भी है। पाइल के पुष्पों से सुगंधित, पुदीना या कर्पूरयुक्त शीतल जल पिया जा सकता है। रात में बँस के दूध में खाण्ड मिलाकर ठंडा कर पिया जा सकता है। बाजारू कृत्रिम शीतल पेय से छुटकारा पाना ही श्रेयस्कर है।

खाद्य पदार्थों में ग्रीष्म ऋतु में मधुर रस प्रधान, स्वादिष्ट, शीतल और सिन्धु अन्नपान हितकारी होता है। उदाहरण के लिये, शालि-चावल के भात में घी या दूध में मिलाकर खाना बहुत स्वादिष्ट लगता है। यह ध्यान देना आवश्यक है कि किसी भी ऋतु में प्रत्येक भोजन में सभी छः रसों का होना आवश्यक है। ग्रीष्म ऋतु में शीतल, सिन्धु और मधुर रस प्रधान स्वादिष्ट भोज्य पदार्थों को प्रधानता देते हुये अन्य रसों को भी थोड़ी मात्रा में ग्रहण करना चाहिये।

ग्रीष्म ऋतु में शरीर में चन्दन का लेप करना, सूक्ष्म व लघु वस्त्र पहनना व माला धारण करना लाभकारी रहता है। शीतल घरों में निवास, विशेषकर ऐसे कक्ष जिनमें जलधारा प्रवाहित हो रही हो, ऐसी शिल्प कलाकृतियों से सज्जित कक्ष जिनमें से मंद जलधारा प्रवाहित हो रही हो, में विश्राम करने का ग्रीष्मकालीन आनन्द अवर्णनीय है। रात्रि में सोने हेतु चन्द्रमा की शीतल किरणों से उंडी हुई घर की छत पर सोने का आनन्द भी लिया जा सकता है। हालाँकि शरीर में औद्योगिक व यातायातीय वायु प्रदूषण की गंभीर समस्या है। प्रदूषित वायु में निलंबित रक्तसनीय विषवत् कणों की मात्रा भारत की परिवेशी वायु गुणवत्ता को हानिकारक स्तर पर ले जा रही है। अतः खुले स्थान पर वहीं सोयें जहाँ प्रदूषण मानक स्तरों के अंदर हो। ऐसी आशंका है कि वायु प्रदूषण वर्ष 2050 तक लगभग 6.6 मिलियन समय पूर्व मृत्यु के लिये उत्तरदायी होगा। प्रदूषित वायु में पीएम-2.5 कणों के कारण विश्वभर में 33 लाख लोगों की मृत्यु होती है, इनमें से अधिकांश एशिया महाद्वीप में है। भारत में विश्व की 24 प्रतिशत वार्षिक बाल मृत्यु दर मुख्य रूप से रक्तस्राव तंत्र में संक्रमण के कारण होती है। वर्ष 2010 में घरों के अन्दर वायु प्रदूषण के कारण 3.9 मिलियन लोगों की मृत्यु होने का आकलन किया गया है। वर्ष 2015 में प्रकाशित एक महत्वपूर्ण शोध में यह पाया गया है कि लगभग 66 करोड़ भारतीय, जो भारत की आधी जनसंख्या है, उन क्षेत्रों में निवास करती हैं जहाँ निलंबित विषवत् कणों के कारण प्रदूषण का स्तर राष्ट्रीय परिवेशी वायु गुणवत्ता मानकों से अधिक है। वायु प्रदूषण के कारण कार्डियोपल्मोनरी रोग, फेफड़ों के कैंसर आदि अनेक रोग होते हैं। अतः हमें अपनी दिनचर्या को इस प्रकार ढालना चाहिये कि प्रदूषणकारी तत्वों के संपर्क में कम से कम आयें।

ग्रीष्म ऋतु में हालाँकि कठोर शारीरिक श्रम व व्यायाम वर्जित है, परंतु तालाबों, नदियों और वापी या बावडियों के समीप रह कर शीतलता का लाभ लिया जा सकता है। दोपहर की तेज घूप में सघन वितान वाले विशालकाय शाल, तमाल, ताल आदि प्रजातियों के वृक्षों की छाया में, जहाँ सूर्य की किरणें न पहुँच पायें, रहा जा सकता है। प्रातः उपदिन में घूमते हुये फूलों एवं जलाशयों का आनन्द लिया जा सकता है। मनोहारी उपवन में पक्षियों के कलरव के मध्य मोठी व तोतली बोली बोलने वाले बाल-बच्चे घमा-चौकड़ी कर रहे हों तो आनंद ही आनंद है। परिवार के प्रिय सदस्यों और अन्तर्ग मित्रों का साथ सुखद रहता है। चन्दन के पानी से शीतल किये हुये कमल या ताड़ के पत्तों से बने पंखों की मंद शीतल हवा और उनसे गिरते हुये जल के कणों का आनंद अवश्य लेना चाहिये। गर्मी आने वाली है। इन सब बातों का ध्यान रखकर ग्रीष्म ऋतु में स्वयं को दोष संचय से बचाते हुये को स्वस्थ व सुखी रखा जा सकता है।

—अतिथि सम्पादक, डॉ. दीप नारायण पाण्डेय ( भारतीय वन सेवा से सेवानिवृत्त तथा वर्तमान में राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान में विजिटिंग प्रोफेसर ) ( यह लेखक के निजी विचार हैं और 'सार्वभौमिक कल्याण के सिद्धांत' से प्रेरित हैं )

# डॉ. केशव राव हेडगेवार सच्चे देशभक्त थे

## राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ स्थापना की शताब्दी पर विशेष...



शंकर अग्रवाल

“न्यायालय में सरकारी वकील से पूछा था, वास्तव में ऐसा कोई कानून है क्या कि जिसके बल पर एक देश के लोग दूसरे देश में जाकर उन पर बलपूर्वक शासन करें? यह बात प्राकृतिक न्याय के सिद्धान्त के विरुद्ध नहीं है तो और क्या है? अंग्रेजों को यह अधिकार किसने दिया कि भारत के लोगों को पैरों तले रौंद कर उन पर जोर जबरदस्ती शासन करें? जिस प्रकार इंग्लैंड के लोग इंग्लैंड पर, फ्रांस के लोग फ्रांस पर शासन करते हैं वैसे ही हम भारत के लोगों पर भारत का शासन चाहते हैं अन्य बाहरी लोग उसके अधिकारी नहीं हैं।

हमें पूर्ण स्वतन्त्रता चाहिए और वह हम लेकर रहेगें एवं वह हमें मिलेगी, इसमें संदेह नहीं है।” इन जलते हुए अंगरों के पड़ते ही मॉस्ट्रेट साहब बोल उठे “This statement is more sedicious than his speech” अर्थात् इनके मूल भाषण की अपेक्षा न्यायालय में दिया वक्तव्य अधिक कड़वा व राजद्रोह पूर्ण है। केशव को दोषी करार देकर राजद्रोह के अपराध में एक वर्ष की कठोर सजा दी गई। यह वक्तव्य लिया 1921 में एक अदालत में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के संस्थापक डॉ. केशव बलीराम हेडगेवार ने दिया। इससे स्पष्ट होता है कि उनके मन में देश

की आजादी व अंग्रेजों के विरुद्ध कितनी कठोर ज्वाला उनके हृदय में धक रही थी। राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ के संस्थापक डॉ. केशव बलीराम हेडगेवार का जन्म 01 अप्रैल 1889 में हुआ व देहान्त 21 जून 1940 में हुआ, लेकिन 51 वर्ष की अल्प आयु में इतने बड़े संगठन की कल्पना व उसे साकार करना एक बड़ी चुनौती थी। उनके जीवन में बाल्यकाल से ही देशभक्ति कूट-कूट कर कुदाले मार रही थी। 22 जून 1897 में इंग्लैंड की महाराणी विक्टोरिया का 60वां जन्मदिन घूमघाम से मनाया गया। विद्यालय में बच्चों को मिठाई बांटी गई। बच्चों ने मिठाई बड़े चाव से खाई लेकिन बालक केशव ने मिठाई कूड़ेदान में डाल दी। उसका कहना था कि न हमारी महाराणी है न हमें खुशी, किस बात का जश्न।

बाल्यावस्था में नागपुर के सीताबडी किले पर यूनिवर्सन जैक लहराता देख बालक केशव का मन बार-बार कसोट रहा था। बालक केशव ने अपने बाद साथियों के साथ उसे उतारकर भगवा ध्वज फहराने की योजना अनुसार 7-8 साथियों को लेकर अध्ययन हेतु अध्यापक के घर जाते, उसी के एक कमरे से सुरंग खोदकर किले तक पहुँच भगवा लहराने की योजना बनाई, एक दिन सुरंग को देख अध्यापक महोदय ने उन्हें समझा-बुझाकर शंत कर दिया। अध्यापक महोदय ने उस समय कहा था कि यह बालक केशव एक दिन किसी हिन्दू संगठन को जन्म देगा और ब्रिटिश साम्राज्य को नीव हिला देने वाला कार्य करेगा।

सोलह वर्ष की आयु में केशव नागपुर के फिंकसिटी हाई स्कूल में दसवीं कक्षा में अध्ययन कर रहे थे। इसी स्कूल में वन्दे मातरम उद्घोषण पर प्रतिबन्ध लगा दिया गया। केशव ने इसका विरोध करने की योजना बनाई, सारी योजना गुप्त रखी गई। जैसे ही शिक्षा निरीक्षक और स्कूल के अध्यापक

निरीक्षण के लिए कक्षा में आये, सभी बालकों ने वन्दे मातरम का जोरदार उद्घोषण किया एवं यही उद्घोषण अन्य कक्षाओं में भी गुंजा।

अंत में जांच करने पर कुछ पता नहीं लगा कि इस उद्घोषण के पीछे कौन है लेकिन केशव ने स्वयं अपना नाम आगे किया व स्कूल से निकाले जाने की सजा मिली। केशव को माफ़ी के लिये मजबूर भी किया कि वे कक्षा मांग ले, पर उसने कहा वन्दे मातरम बोलना मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है व इससे पीछे नहीं हटूंगा।

स्कूल से निष्कासन के बाद भी बालक केशव ने अपनी क्रांतिकारी गतिविधियों को विराम नहीं दिया व निरन्तर इसी उद्देश्य में रहे कि मेरा देश कैसे आजाद हो व अंग्रेजों का आधिपत्य कैसे समाप्त हो। उस राष्ट्रभक्त नेताओं में लोकमान्य तिलक, महर्षि अरविन्द और डॉ. मुंजे 3/5 दसरे विद्यालय में प्रवेश के बाद स्कूली शिक्षा पूर्ण कर केशव डॉक्टर की पढ़ाई हेतु कलकत्ता चले गए। कलकत्ता जाने का मुख्य उद्देश्य क्रांतिकारी संगठनों से जुड़ना था। उनकी नेतृत्व क्षमता का आभास इसी से होता है कि उनके निवास पर सुभाष चन्द बोस जैसे बड़े नेता भी उनसे मिलने व विचार-विमर्श हेतु आते थे।

सन् 1915 में डॉक्टर की डिग्री लेने के लिये नागपुर की गिरिया वहाते तो अच्छी डॉक्टर की प्रैक्टिस कर सकते थे व धन कमा सकते थे लेकिन उनके मन में तो आजादी की ज्वाला धक रही थी, अतः उन्होंने परिवार के अनेक दबाव के बाद भी शादी नहीं करना व डॉक्टर बनकर पैसा कमाना दोनों रास्ते सदा के लिये बन्द कर दिये व आजादी के आंदोलन में कूद पड़े।

इस आंदोलन में डॉ. साहब एक बार नहीं अनेक बार जेल गये, लेकिन अंग्रेजों की गुलामी स्वीकार नहीं कर हमेशा उसका प्रतिकार किया। एक बार

जब डॉ. साहब जेल से छूटे तो उनके सम्मान समारोह में पं. मोतीलाल नेहरू व लोकमान्य तिलक स्वयं स्वागत हेतु मंच पर आसीन हुये।

उपरोक्त घटनाओं जिनका वर्णन किया गया, यह देशभक्ति का मात्र नमूना है। डॉक्टर साहब जीवन पर्यन्त देश सेवा में लगे रहे। कांग्रेस में कार्य करते हुये आजादी के आंदोलन में प्रमुख भूमिका निभाई। सन् 1920 में नागपुर कांग्रेस अधिवेशन में आप ही ने पूर्ण स्वराज्य का प्रस्ताव लाने का आग्रह किया व पूरे जोर से पूर्ण स्वराज की मांग की, लेकिन यह प्रस्ताव पारित नहीं हो सका, जिसे दस वर्ष बाद कांग्रेस ने लाहौर अधिवेशन में 19 दिसम्बर 1929 को पारित किया व 26 जनवरी 1930 को इसकी सार्वजनिक घोषणा की गई। उपरोक्त प्रस्ताव काफी विलम्ब से पारित हुआ।

इसके पश्चात् डॉ. साहब के मन में ख्याल आया कि आजादी तो हमें दूर-दूर-दूर मिल जायेगी। इस आजादी को कायम करना कठिन होगा व आजादी मिलने के बाद भी हम वॉपिस गुलाम नहीं होंगे, इसकी क्या गारंटी है। उनका विचार था इस कार्य हेतु हमारे समाज खासतौर से हिन्दू समाज को संगठित व जागरूक करना होगा, तभी हमारी आजादी कायम रह सकेगी। आजादी का सही अर्थ भी हमारे समाज को मजबूत व संगठित करना होगा।

इसी भाव को लेकर डॉक्टर साहब ने 1925 को विजयादशमी के दिन चार बाल स्वयंसेवकों को लेकर राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ की स्थापना की। आज वही संगठन अपने सौ वर्ष पूर्ण करने जा रहा है एवं आज विपक्षी तल अनेक बार ख्याल उठाते हैं कि संघ का आजादी के आंदोलन में कोई सहयोग नहीं रहा जबकि संघ संस्थापक स्वयं कांग्रेस में काम करते थे व अनेकों बार देश की आजादी के लिए लड़ गये।

आज वीर सावरकर जैसे देशभक्त को माफ़ीवीर व भगत सिंह, सुखदेव,

राजगुरु को आतंकवादी कहा जाता है। जबकि उपरोक्त सभी देशभक्त थे व आजादी के लिए अपने तरीके से अलग-अलग लड़ाई लड़ रहे थे। नेताजी सुभाष चन्द बोस भी कांग्रेस से अलग होकर देश की आजादी के लिए आजाद हिन्द फौज की स्थापना की व अंग्रेजी सरकार को कमजोर करने में लगे थे, ताकि अंग्रेज फौज कम होगी तो भारत पर उनकी पकड़ कमजोर होगी। अतः मत भिन्नता का अर्थ आज विपक्षी तल स्वतंत्रता सेनानियों को देशद्रोही, आतंकवादी, अलगाववादी कहे, यह उपयुक्त नहीं।

डॉ. साहब ने भले ही संघ स्थापना के पन्द्रह वर्ष बाद ही दुनिया को विदा कहकर चला गये। आज उनके लगभग पौधे से अनेक शाखाएँ व पेड़ खड़े हो गये। आज संघ के पास देशभर में अस्सी हजार शाखाएँ, एक लाख साठ हजार सेवाकर्मी, करोड़ों कार्यकर्ताओं का बल है। गांधी हत्या के बाद 1948, इन्दिरा जी द्वारा आपातकाल के नाम पर 1975 से 1977 तक संघ पर प्रतिबंध व लाखों कार्यकर्ताओं को जेल में डालने के बाद भी संघ अपने पथ से विचलित नहीं हुआ। 1992 में भी बावरी ढांचा टूटने पर ऐसा ही प्रतिबंध लगा था।

तीन बार प्रतिबंध में एक भी बार संघ अथवा संघ के किसी कार्यकर्ता को दोषी नहीं पाया गया। आज विद्यार्थी परिषद्, बनवारी कल्याण परिषद्, विश्व हिन्दू परिषद्, भारतीय मजदूर संघ, भारतीय किसान संघ, शिक्षा भारती प्रज्ञा प्रवाह आदि अनेक संगठन समाज सेवा में सक्रिय हैं एवं अपने-अपने राज में विश्व स्तर पर एक स्थान रखते हैं। आज देश का नेतृत्व इसी संघ से मिले कार्यकर्ताओं के हाथ में है। राष्ट्रपति, उपराष्ट्रपति, प्रधानमंत्री व अनेक प्रान्तीय के मुख्यमंत्री इसी धारा से शिक्षण पाकर देश सेवा में जुटे हैं। धन्य है ऐसे देशभक्त व युगपुरूष केशव को।

—सी.ए. शंकर अग्रवाल

# राजस्थान रो विश्वास, विकास रे साथ



डॉ. निमिषा गौड़

रंग रंगीले राजस्थान की माटी में साहस-शीर्ष की सुगंध बसी है, जहाँ शूरवीरों और वीरांगनाओं की गाथाएँ अनगिनत कहानियां बुनती हैं। भौगोलिक विशालता से समृद्ध इस भूमि में मेवाड़ के रणगा सौंघ और महाराणा प्रताप का अदम्य साँघा गुंजाता है। हाड़ौती की कला और किले इतिहास की भव्यता को दर्शाते हैं। मारवाड़ की संस्कृति और मरू भूमि अपनी अनूठी पहचान बनाये हुए है। शेखावाटी की हवेलियाँ स्थापत्य कला का अद्भुत उदाहरण प्रस्तुत करती हैं। ढूँढाई की रणभेरी आज भी गुंजती प्रतीत होती है। मेवात क्षेत्र का वेभवशाली इतिहास गौरवशाली परम्पराओं को संजोये हुए है। गोडवाड़ के व्यापारिक मार्गों ने इसे एक महत्वपूर्ण आर्थिक केंद्र बनाया है। भागवान श्री कृष्ण की धरती वृज क्षेत्र के अध्यात्म की गाथाएँ दुनियाभर के आकर्षण को केंद्र रही हैं। यह बहुसांस्कृतिक राज्य अपनी आंतरिक विविधताओं में अद्वितीय है, जहाँ भेष-भाषा और भोजन हर कुछ किलोमीटर पर बदल जाता है। ऐसे राजस्थान की सांस्कृतिक सभ्यता की पहचान किसी परिचय की मोहताज नहीं है।

‘पधारो म्हारे देस’ का वाक्यांश राजस्थान की अतिथि सत्कार परंपरा को संजोता है। ऐसे आत्मीय

राजस्थानवासीयों के लिये विकसित राज्य की प्रतिबद्धता सुशासन से ही सिद्ध होगी, और यही विश्वास, विकास का पथ बनेगा। इसके लिए आधारभूत सुविधाओं के साथ साथ दौंगान्त विकास आवश्यक है। एकीकरण के 76 वर्ष बाद भी पेयजल, बिजली, सड़क, स्वास्थ्य, भोजन जैसी मूलभूत आवश्यकताओं से लेकर कृषि, उद्यम, शिक्षा एवं ऊर्जा, डेयरी क्षेत्रों में 5-6 दशकों से प्रयास हो रहे थे, फिर भी अपेक्षित परिणाम अब तक दूर प्रतीत होते थे।

पिछले एक वर्ष के आंकलन से स्पष्ट होता है कि राजस्थान सरकार के ऐतिहासिक और साहसिक निर्णयों ने राज्य को विकास के नये पाठयंत्र पर पहुँचा दिया है। धार मरुस्थल की घास पर नदियों का प्रवाह कभी स्वप्न जैसा प्रतीत होता था, और पूर्ववर्ती सरकारें नदी जल समझौते पर आरोप-प्रत्यारोप में उलझी रही। किन्तु अब मुख्यमंत्री ने राजमल सेतु लिंक परियोजना पर सर्वसम्मति से 17 दिसम्बर, 2024 को भारत के प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी की उपस्थिति में एम.ओ.यू. किया। यह परियोजना राजस्थान के 17 जिलों में 3.25 करोड़ लोगों को शुद्ध पेयजल उपलब्ध कराने के साथ-साथ 2.5 लाख हैक्टेयर कृषि भूमि की सिंचाई के लिए अतिरिक्त जल सुनिश्चित करेगी, जिससे राज्य में जलसंकट का स्थायी समाधान मिलेगा। इसी कारण कहा जाने लगा है कि अब मरुधरा सुजलाम् सुफलाम् बनेगी।

कृषि क्षेत्र में नवाचार के तहत पंच-गौरव योजना लागू की गई है जो सम्पूर्ण कृषि विकास की आधारशिला बनी है। प्रत्येक जिले के लिए एक विशिष्ट फसल, बन्सपति प्रजाति, उत्पाद, पर्यटन स्थल और खेल पर विशेष ध्यान केंद्रित किया गया है। संतुलित विकास को गति देने के लिए

अधिक सुदृढ़ किया, जिससे राज्य निवेश और व्यापार के नये अवसरों की दिशा में तेजी से आग्रस हुआ। युवाओं के प्रदेश में पूर्ववर्ती सरकारों के नाकामी के कारण बेरोजगारी इतनी बढ़ गई थी कि आत्महत्या के मामलों में राजस्थान शीर्ष पर पहुँच गया था। इस निराशाजनक माहौल में युवाओं में आशा की किरण जगाने और उनकी ऊर्जा को सही दिशा देने की जरूरत थी। त्वरित कार्रवाही करते हुए सरकार ने एसआईटी का गठन कर पेपर लीक माफिया को जैल भेजा। मुख्यमंत्री श्री भजनलाल शर्मा के इस संकल्प कि “आप मेहनत करो, अब एक भी पेपर लीक नहीं होगा” को युवाओं ने आत्मसात कर लिया था। परिणामस्वरूप 1 जनवरी, 2024 से अब तक 146 पत्रिकाएँ विना पेपर लीक के सम्पन्न कराई गईं।

राजस्थान बजट 2025 में सवा लाख बर्तियों की घोषणा के साथ-साथ राजस्थान रोजगार नीति को 19वीं विधानसभा के सत्र में प्रस्तुत किया गया। अब युवाओं को सार्वजनिक नियुक्ति प्रश्नों के माध्यम से रोजगार के अवसर दिये जा रहे हैं। कौशल विकास और उद्यमिता को बढ़ावा देने के लिए खनन, उद्यम, पर्यटन और आर्थिक नीतियों को सतत विकास के अनुरूप बनाया जा रहा है। महिलाओं के सशक्तिकरण की दिशा में नारी को नारायणी मानकर राज्य सरकार ने संबल समृद्धि और सुरक्षा के लिए कई साहसिक निर्णय लिये। लखपति दीदी योजना के तहत 20 लाख से अधिक महिलाओं को जोड़ा गया जबकि लाडो प्रोत्साहन योजना में एक लाख बालिकाओं को 25 करोड़ का भुगतान के अर्थ में एक सशक्तिकरण सुनिश्चित किया गया। उपमुख्यमंत्री श्रीमती दिया कुमारी ने सीमित संसाधनों के बावजूद

अधिक सुदृढ़ किया, जिससे राज्य निवेश और व्यापार के नये अवसरों की दिशा में तेजी से आग्रस हुआ।

युवाओं के प्रदेश में पूर्ववर्ती सरकारों के नाकामी के कारण बेरोजगारी इतनी बढ़ गई थी कि आत्महत्या के मामलों में राजस्थान शीर्ष पर पहुँच गया था। इस निराशाजनक माहौल में युवाओं में आशा की किरण जगाने और उनकी ऊर्जा को सही दिशा देने की जरूरत थी। त्वरित कार्रवाही करते हुए सरकार ने एसआईटी का गठन कर पेपर लीक माफिया को जैल भेजा। मुख्यमंत्री श्री भजनलाल शर्मा के इस संकल्प कि “आप मेहनत करो, अब एक भी पेपर लीक नहीं होगा” को युवाओं ने आत्मसात कर लिया था। परिणामस्वरूप 1 जनवरी, 2024 से अब तक 146 पत्रिकाएँ विना पेपर लीक के सम्पन्न कराई गईं।

राजस्थान बजट 2025 में सवा लाख बर्तियों की घोषणा के साथ-साथ राजस्थान रोजगार नीति को 19वीं विधानसभा के सत्र में प्रस्तुत किया गया। अब युवाओं को सार्वजनिक नियुक्ति प्रश्नों के माध्यम से रोजगार के अवसर दिये जा रहे हैं। कौशल विकास और उद्यमिता को बढ़ावा देने के लिए खनन, उद्यम, पर्यटन और आर्थिक नीतियों को सतत विकास के अनुरूप बनाया जा रहा है। महिलाओं के सशक्तिकरण की दिशा में नारी को नारायणी मानकर राज्य सरकार ने संबल समृद्धि और सुरक्षा के लिए कई साहसिक निर्णय लिये। लखपति दीदी योजना के तहत 20 लाख से अधिक महिलाओं को जोड़ा गया जबकि लाडो प्रोत्साहन योजना में एक लाख बालिकाओं को 25 करोड़ का भुगतान के अर्थ में एक सशक्तिकरण सुनिश्चित किया गया। उपमुख्यमंत्री श्रीमती दिया कुमारी ने सीमित संसाधनों के बावजूद

प्रशासनिक कुशलता का परिचय देते हुए बीपीएल महिलाओं को 450 रूपये में सैम मिलेडू उपलब्ध करवाया और उधर 3500 करोड़ का “मां कोष” स्थापित किया। मातृत्व पोषण योजना के तहत 3.80 लाख लाभार्थियों को 140 करोड़ की राशि हस्तांतरित की गई। इसी क्रम में तृतीय श्रेणी की अध्यापिकाओं के लिए 50 प्रतिशत आरक्षण लागू कर बाल शिक्षा को मातृत्व संरक्षण से जोड़ने का महत्वपूर्ण निर्णय लिया गया। इस क्रमबद्ध विकास ने राजस्थान के नव निर्माण के मजबूत नींव रखी है। ‘आपनों अग्रणी राजस्थान’ के संकल्प में महिला, युवा, किसान और मजदूरों के विकास को प्राथमिकता दी गई है। मजदूरों के कल्याण हेतु गरीबी मुक्त गांव योजना को ई-वर्क पोर्टल से जोड़ा गया, जिससे ई-गवर्नेंस को बढ़ावा मिल रहा है।

हाल ही में राजस्थान दिवस के अवसर पर 92 हजार से अधिक श्रमिकों को 100 करोड़ की प्रत्यक्ष आर्थिक सहायता दी गई और मुख्यमंत्री ने लाभार्थियों से संवाद किया। पी.एम. सूर्य घर मुफ्त बिजली योजना के अंतर्गत 150 यूनिट निशुल्क बिजली देकर ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों को राहत प्रदान की जा रही है। किसानों को जल, बिजली, बीज और बाजार तक समृद्ध करने का संकल्प लेकर राज्य सरकार खुशहाल किसान के स्वप्न को साकार कर रही है। ऐतिहासिक और सांस्कृतिक विरासत को सज्जते हुए राजस्थान आत्मनिर्भर और विकसित राज्य बन्ने की दिशा में तेजी से आगे बढ़ रहा है। अब आवश्यकता है, जनजागृति के साथ राजस्थान के विकास के जयघोष की।

—डॉ. निमिषा गौड़, सहायक आयुर्वेद कनेक्टिविटी, जयपुर।

## राशिफल रविवार 30 मार्च, 2025



पंडित अनिल शर्मा

आज सर्वाथ सिद्धि योग सायं 4:31 से सूर्यास्त तक है। आज चंद्र दर्शन, दक्षिण श्रृंगोन्ति, चान्द संवत्सर प्रारम्भ होगा। आज से बसन्त नवरात्रा शुरु होगी। आज सिंघार (गणगौर), कल्पादि, चैत्र शुक्लादि, गुड़ी पड़वा, श्री गौतम जयन्ती, श्री शूलैलाल जयन्ती, चेटीचण्ड संवत्सर कल श्रवण है। पंचक सायं 4:35 तक रहेगा। आज घट स्थापना मुहूर्त प्रातः 6:24 से 7:07 तक सर्वश्रेष्ठ मुहूर्त है। अर्धघण्टि 12:07 से 12:56 तक है। चौघडिये के अनुसार प्रातः 7:56 से 12:31 तक कर सकते हैं।

श्रेष्ठ चौघडिया: चर 7:56 से 9:28 तक, लाभ-अमृत 9:28 से 12:31 तक, शुभ 2:03 से 3:35 तक। राहूकाल: 4:30 से 6:00 तक। सूर्योदय 6:24, सूर्यास्त 6:39

**मेष**  
घर-परिवार के कार्यों के कारण भागदौड़ रहेगी। घर-गृहस्थी के खर्चों में अनावश्यक वृद्धि हो सकती है। आज अनर्गल कार्यों में समय खराब हो सकता है।

**वृष**  
आर्थिक/वित्तीय मामलों पर ध्यान देना ठीक रहेगा। संभावित खोस से घन प्राप्त होगा। आवश्यक कार्यों में व्यस्तता अभी यथावत बनी रहेगी। परिवार में सुख-सुविधाएँ बनी रहेगी।

**मिथुन**  
आवश्यक कार्यों को प्राथमिकता से करने का प्रयास करें। अटके हुए कार्य शीघ्रता/सुगमता से बन्ने लेंगे। महत्वपूर्ण कार्य योजना का क्रियान्वयन होगा।

**कर्क**  
धार्मिक-मांगलिक कार्यों में भाग ले सकते हैं। धार्मिक स्थान की यात्रा संभव है। परिवार में धार्मिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं।

**सिंह**  
अपनी कार्य योजना को सीमित करें। चन्द्रम अष्टम भाव में शुभ नहीं है।