विचार बिन्दु

शिक्षा का महान उद्देश्य ज्ञान नहीं, कर्म है। –हर्बर्ट स्पेन्सर

यजुर्विद संहिता के आलोक में वनानुभव से स्वास्थ्य व सुख

तेज़ी से बढ़ते शहरीकरण और तनावपूर्ण जीवनशैली में वनानुभव का महत्त्व बढ़ा है। यजुर्विद संहिता में वनानुभव को परिभाषित करते हुए स्पष्ट किया गया है: एकाग्रचित्तज्ञानेन्द्रियकर्मेन्द्रियप्रयोगेन दृष्टिश्रवणघ्राणस्पर्शनरससंयुक्त:वनानुभव:। उक्त सूत्र के साथ ही वनानुभूति शब्द का प्रयोग भी यजुर्विद संहिता में हुआ है। दोनों समानार्थी हैं: एकाग्रचित्तं मनस: प्रयोगं ज्ञानेन्द्रियै: कर्मगुणैश्च युक्तम्। दृष्टिं श्रवणं घ्राणस्पर्शनं च रसानुबन्धेन वनानुभूति:।। जब कोई व्यक्ति एकाग्रचित्त होकर अपने मन, ज्ञानेन्द्रियों और कर्मेन्द्रियों का समुचित प्रयोग करता है–जैसे दृष्टि, श्रवण, घ्राण, स्पर्श, और रस के माध्यम से– तो उसे वनों का समग्र अनुभव होता है, जिसे वनानुभव कहा जाता है। यह अनुभव मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य के लिए अत्यधिक लाभकारी है।

इसके साथ ही यदि हरियाली में व्यायाम को समाहित कर लिया जाए तो सोने में सुहागा मिल जाता है। जैसा कि यजुर्विद संहिता में कहा गया है: प्रकृत्याऽनुभूतिर्व्ययमेन युक्ता सन्तोषमायु: प्रबलं वितन्ति। शरीरबुद्धी मनसश्च युक्त्या रोगान् निरुध्यन्ति सदैव नित्यम्।। तात्पर्य यह है कि प्रकृति के अनुभव के साथ व्यायाम को संयोजित करने से संतोषपूर्ण लंबी आयु प्राप्त होती है। वनानुभव, शरीर, बुद्धि, और मन के संयोजन से रोगों का प्रतिकार करते हुए निरंतर स्वास्थ्य बनाए रखता है। रोचक बात यह है कि नदी के किनारे वनानुभव और भी अधिक लाभकारी होता है: वनस्य सौन्दर्यसुखस्य हेतु: स्वास्थ्यं च दीर्घं सुखमस्ति तत्र। नद्यास्तटे यत्र वनानुभूतिं नृजा लभन्ते मनस: प्रसादम्।। वन का सौंदर्य और सुख स्वास्थ्य और दीर्घकालिक सुख का कारण है। जहाँ नदी के किनारे लोग वनानुभव प्राप्त करते हैं, वहाँ वे मन की शांति और प्रसन्नता पाते हैं।

शहरी जीवन में हरित क्षेत्र, वनों, बगीचों का समावेश अत्यंत आवश्यक है: नगरेषु वृक्षा शमदा सदा या: मार्गेषु नित्यं विविधानि तिष्ठा:। शान्तिं प्रसादं च ददन्ति लोकं आरोग्यमायु: सुभगा प्रदद्यात्।। हरितं समालिङ्ग्य हि शुद्धधर्मं संरक्षणं पर्यवरे प्रतिष्ठम्। आरोपिता वृक्षलता: सदा या नित्यं सुखं शाश्वतधर्ममाहु:।। तात्पर्य यह है कि शहरों में वृक्षों और लताओं से भरे हुए वन, मार्गों के किनारे स्थित शांतिदायक वृक्ष, सदैव शांति और प्रसन्नता प्रदान करते हैं। ये वृक्ष निरंतर आरोग्य और लंबी आयु का वरदान देते हैं। हरे-भरे वृक्षों और लताओं को गले लगाकर हमेशा प्रतिष्ठा और सम्मान मिलता है। पर्यावरण संरक्षण के साथ ये वृक्ष सदैव सुख और समृद्धि लाते हैं, जो शाश्वत धर्म के रूप में जाना जाता है। आइये, यजुर्विद संहिता के इन सूत्रों की विस्तार से व्याख्या देखते हैं।

याज्या त्विषा त्रिवेणी व्याख्या (संस्कृत):

नगरीय वनेषु स्थिता: वृक्षलता: केवलं सौन्दर्यं न ददति, अपितु शरीरस्य स्वास्थ्यं वर्धयन्ति। यथा प्रतिपादितं आधुनिकविज्ञानज्ञानेन, वृक्षा: वायुमलिनतां नाशयन्ति, कार्बणडाइऑक्साइडं शोषयन्ति, तथा नाइट्रोजनडाइऑक्साइडं, सल्फरडाइऑक्साइडं च विशोधयन्ति। एतादृशेषु नगरेषु वृक्षलतावनानि प्राविष्ट्वा शुद्धवायु: लभ्यते। वैज्ञानिका: प्रतिपादयन्ति यत् एवमुपनतं वनानुभवं कृत्वा मानव: मनस: शान्तिं हृदयस्वास्थ्यं च लभते। वृक्षा: शरीरं दीर्घायुष्यमपि कुर्वन्ति, हृदयगमनस्य सुधारं, रुधिरचापस्य स्थिरीकरणं च कुर्वन्ति।

''हरितव्यायाम:'' यत्र वनेषु व्यायाम: वा पथदर्शनं क्रियते, तेन न केवलं तनु: अपि तु मन: अपि स्वस्थं भवति। शास्त्रेषु उक्तं यत् वृक्षाणां निकटे समयं यापयित्वा तनुविकास:, सन्तुलनं च साध्यते। इदं शास्त्रीयाधारितं यत् नगरीय वृक्षलतावनानि मानवजीवनस्य स्वास्थ्यवर्धनार्थं अत्यन्तमहत्वपूर्णानि भवन्ति।

एवं वृक्षलता: नगरेषु स्थिता: न केवलं शारीरिक स्वास्थ्यं वर्धयन्ति, अपितु सामाजिकसन्तुलनं, सांस्कृतिकसंरक्षणं च ददति। वृक्षा: संवादं, विश्रान्तिं च सहजनयन्ति। ते चिरस्थायिप्रियत्वं वर्धयन्ति, यत्र व्यक्ति: आत्मानं प्रकृतिसंयुक्तं पश्यति, मनस: प्रसन्नतां लभते। वृक्षलता: पर्यावरणसंरक्षणे अपि प्रमुखं कर्तुं शक्नुवन्ति, यत् ता: कार्बणनाशिन:, वायुनिर्मलकर्त्र्य: च सन्ति। तेन वृक्षलतावनानि केवलं सौन्दर्यं न ददति, अपितु आरोग्यमायु: च प्रददाति।

अधुना वैज्ञानिका: प्रतिपादयन्ति यत् वृक्षा: न केवलं स्वावलम्बनं वर्धयन्ति, अपि तु सामाजिक–पर्यावरणीय संतुलनं च स्थापयन्ति। वृक्षलताया: समृद्धि: मानवजीवनस्य शाश्वतधर्मस्य सूचिका भवति। वृक्षलता: आरोग्याय मनस: सुखाय च प्रतिष्ठिता भवन्ति। वृक्षरक्षणं पर्यावरणसंरक्षणाय अत्यावश्यकं अस्ति, यतो वायुमलिनताया निवारणं च भवति। हरितं प्रतिष्ठं यदा नगरेषु क्रियते, तदा सर्वहिताय सुदीर्घकालिकपरिणाम: सिद्ध्यति।

याज्यात्विषा त्रिवेणी व्याख्या (हिंदी):

नगरीय वनों में स्थित वृक्ष और लताएँ केवल सौंदर्य प्रदान नहीं करतीं, बल्कि शरीर के स्वास्थ्य को भी बढ़ाती हैं। जैसा कि आधुनिक विज्ञान में प्रतिपादित किया गया है, वृक्ष वायु की अशुद्धियों को नष्ट करते हैं, कार्बन डाइऑक्साइड को अवशोषित करते हैं, और नाइट्रोजन डाइऑक्साइड तथा सल्फर डाइऑक्साइड को शुद्ध करते हैं। इस प्रकार के नगरों में वृक्ष–लताओं वाले वन शुद्ध वायु प्रदान करते हैं। वैज्ञानिक बताते हैं कि इस प्रकार के वन अनुभव से मनुष्य को मानसिक शांति और हृदय स्वास्थ्य की प्राप्ति होती है। वृक्ष शरीर को दीर्घायु बनाते हैं, हृदय की कार्यक्षमता में सुधार करते हैं और रक्तचाप को स्थिर रखते हैं।

''हरित व्यायाम'' अर्थात् वनों में व्यायाम या पदयात्रा से न केवल शरीर स्वस्थ होता है, बल्कि मन भी शांत और सुदृढ़ होता है। शास्त्रों में कहा गया है कि वृक्षों के निकट समय व्यतीत करने से शारीरिक विकास और संतुलन प्राप्त होता है। यह शास्त्रसम्मत है कि नगरीय वृक्ष और लताएँ मानव जीवन के स्वास्थ्यवर्धन के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण हैं।

> **वनानुभव से मन की शांति, हर्ष, सुख, संतोष, आनंद, प्रसन्नता और आत्मसंतोष की प्राप्ति होती है। हृदय की शक्ति बढ़ती है, रोग प्रतिरोधक क्षमता और श्वसन शक्ति में वृद्धि होती है, और रक्तचाप का शमन होता है। गहरी नींद की प्राप्ति होती है, संधिवात का शमन होता है, मानसिक शक्ति बढ़ती है और अवसाद का शमन होता है।**

इसी प्रकार, नगरों में स्थित वृक्ष और लताएँ न केवल शारीरिक स्वास्थ्य में सुधार करती हैं, बल्कि सामाजिक संतुलन और सांस्कृतिक संरक्षण भी प्रदान करती हैं। वृक्ष संवाद और विश्रांति को सहज रूप से उत्पन्न करते हैं। वे चिरस्थायी प्रेम को बढ़ाते हैं, जहाँ व्यक्ति स्वयं को प्रकृति से जुड़ा हुआ महसूस करता है और मानसिक प्रसन्नता प्राप्त करता है। वृक्ष–लताएँ पर्यावरण संरक्षण में भी मुख्य भूमिका निभाती हैं क्योंकि वे कार्बन का नाश करती हैं और वायु को शुद्ध करती हैं। इस प्रकार, वृक्ष–लताओं के वन केवल सौंदर्य नहीं, बल्कि स्वास्थ्य और दीर्घायु भी प्रदान करते हैं।

आधुनिक वैज्ञानिक यह भी बताते हैं कि वृक्ष न केवल आत्मनिर्भरता को बढ़ाते हैं, बल्कि सामाजिक–पर्यावरणीय संतुलन को भी स्थापित करते हैं। वृक्ष–लताओं की समृद्धि मानव जीवन के शाश्वत धर्म का प्रतीक है। वृक्षों को स्वास्थ्य और मानसिक शांति के लिए प्रतिष्ठित किया गया है। वृक्षों का संरक्षण पर्यावरण संरक्षण के लिए अत्यावश्यक है, क्योंकि वे वायु की अशुद्धियों का निवारण करते हैं। जब नगरों में हरियाली और वृक्षारोपण किया जाता है, तो इसका दीर्घकालिक परिणाम सभी के हित में सिद्ध होता है।

याज्या त्विषा त्रिवेणी व्याख्या (English): Trees and plants in urban forests not only provide beauty but also enhance physical health. As modern science has indicated, trees remove air pollution, absorb carbon dioxide, and purify nitrogen dioxide and sulfur dioxide. In cities with such tree-plant-filled forests, clean air becomes accessible.

Scientists have also shown that through such forest experiences, humans attain mental peace and heart health. Trees contribute to longevity, improve heart function, and stabilize blood pressure.

''Green exercise'', where one engages in physical activity or walks in the forest, not only benefits the body but also keeps the mind healthy and calm. Scriptures mention that spending time near trees leads to physical development and balance.

Scientifically, it is evident that urban tree-filled forests are crucial for enhancing human health.

Similarly, trees and plants in cities not only improve physical health but also provide social balance and cultural preservation. Trees naturally foster communication and relaxation. They enhance a lasting sense of connection, where individuals feel united with nature, finding mental happiness and long-term well-being. Trees and plants also play a key role in environmental conservation, as they absorb carbon and purify the air. Thus, tree-filled forests in cities not only offer beauty but also contribute to health and longevity.

Modern scientists also emphasize that trees not only promote self-reliance but also help establish social-environmental balance. The flourishing of trees symbolizes the eternal principle of human life. Trees are established for health and mental well-being. Protecting trees is crucial for environmental preservation, as they remove air pollutants. When greenery and tree planting are undertaken in cities, it leads to long-term benefits that serve the welfare of all.

यजुर्विद संहिता का यह सूत्र वनानुभव की फलश्रुति को स्पष्ट कर देता है: वनानुभवेन चित्तशान्ति: हर्षसुखसन्तोषानन्दप्रसन्नता आत्मसन्तोष: च। हृदयबलवृद्धि: व्याधिक्षमत्वं श्वसनसामर्थ्यवृद्धि: रक्तदाबशमनम्। निद्रासिद्धि: संधिवातशान्ति: मानसिकशक्तिवृद्धि: अवसादशमनम् च। जठराग्निवृद्धि: त्वक् स्वास्थ्यवृद्धि: चर्मरोगशान्ति: स्नायुव्याधिशमनम् च। ऊर्जा संवर्धनम् उत्साहवर्धनम् स्मृतिवर्धनम् च।

याज्या त्विषा त्रिवेणी व्याख्या (हिंदी): वनानुभव से मन की शांति, हर्ष, सुख, संतोष, आनंद, प्रसन्नता और आत्मसंतोष की प्राप्ति होती है। हृदय की शक्ति बढ़ती है, रोग प्रतिरोधक क्षमता और श्वसन शक्ति में वृद्धि होती है, और रक्तचाप का शमन होता है। गहरी नींद की प्राप्ति होती है, संधिवात का शमन होता है, मानसिक शक्ति बढ़ती है और अवसाद का शमन होता है। पाचन शक्ति में वृद्धि होती है, त्वचा का स्वास्थ्य सुधरता है, चर्मरोग और स्नायु संबंधी विकारों का शमन होता है। ऊर्जा, उत्साह और स्मृति में वृद्धि होती है।

याज्या त्विषा त्रिवेणी व्याख्या (English): The Forest Experience leads to mental peace, joy, happiness, contentment, bliss, cheerfulness, and self-contentment. It increases heart strength, enhances disease resistance and immunity, respiratory capacity, and alleviates blood pressure. One attains restful sleep, relief from arthritis, improved mental strength, and relief from depression. Digestive fire improves, skin health is enhanced, and skin diseases and nerve disorders are alleviated. Energy, enthusiasm, and memory are all enhanced.

अंत में, यजुर्विद संहिता का यह सूत्र बहुत महत्वपूर्ण है: सुखमूलं स्वात्मसमाजप्रकृतिसंयोग: ततो त्रयस्य रक्षणं संवर्धनं च। अर्थात् स्वयं अपने साथ, समाज, और प्रकृति के साथ सार्थक संबंध ही सुख का मूल है। ये तीनों आनंद के मूल इसलिए हैं क्योंकि: प्रकृतिसंयोग: सार: समाज: पुष्टिकारक:। आत्मैक्यं परमं तत्त्वं नित्यानन्दप्रदं सदा।। प्रकृति के साथ जुड़ाव सार्थक और महत्वपूर्ण है, समाज के साथ जुड़ाव पोषण और विकासकारी होता है, और आत्मा के साथ एकत्व ही परम सत्य है, जो सदा नित्य आनंद प्रदान करने वाला है।

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

सरकार ऑनलाइन, जनता ऑफलाइन

राजेन्द्र भाणावत

इस लेख के प्रारंभ में ही मैं यह स्पष्ट कर देना चाहता हूं कि मैं विज्ञान और तकनीक के विरोध में नहीं हूं। मैंने स्वयं ने भौतिक शास्त्र और गणित में एमएससी किया है। इस बात से पूरी तरह सहमत हूं कि जीवन को सुगम और सरल बनाने में विज्ञान, तकनीकी और विशेष कर कंप्यूटर बहुत उपयोगी हो सकते हैं। इसका सबसे अच्छा उदाहरण भारतीय रेल का है जहां दो–तीन दशक पूर्व तक रेल यात्रा में आरक्षण में भ्रष्टाचार का बोलबाला था। अब वह लगभग समाप्त सा हो गया है और घर बैठे आप भारत में किसी भी स्थान के लिए टिकट बुक कर सकते हैं, वह भी आरक्षण के साथ। कुछ वर्षों में, विशेष कर कोरोना के समय से, छोटे व्यापारी, यहां तक कि ठेले पर सब्ज़ी बेचने वाले भी भुगतान हेतु पे-टीएम का उपयोग करने लगे हैं। सरकार के लगभग हर विभाग को ऑनलाइन कर दिया है। उदाहरण के लिए किसी आरटीई के अंतर्गत 25 सीटों पर प्रवेश के लिए आवेदन ऑनलाइन ही स्वीकार किए जाने लगे। यह नहीं सोचा गया कि निर्धन परिवार का व्यक्ति पोर्टल के माध्यम से कैसे आवेदन करेगा? किसी विभाग में कोई काम समय पर न हो रहा हो तो उसकी शिकायत भी ऑनलाइन ही होती है। इसका विपरीत प्रभाव निर्धन परिवारों की बालिकाओं पर पड़ा।

कई बड़ी कंपनियों ने अपने कर्मचारियों को यह छूट दे दी, कि वे सप्ताह में दो–तीन दिन कार्यालय में आएं और शेष समय, घर बैठे कार्य कर लें। इस व्यवस्था को 'वर्क फ्रॉम होम' का नाम दिया गया है। यहां तक को सब ठीक था, क्योंकि जिन्हें ऑनलाइन काम करना था, वे सभी कंप्यूटर के प्रयोग में पारंगत थे।

सरकार का महत्वपूर्ण काम, जनता के लिए विभिन्न विभागों के माध्यम से कल्याणकारी कार्य करना भी होता है, जैसे राशन, वृद्धावस्था पेंशन का वितरण। जब से राशन कार्ड और विभिन्न सरकारी सुविधाओं के लिए आधार से लिंक करना अनिवार्य कर दिया गया, तब से जनता के लिए दुविधाओं और समस्याओं का अंबार लग गया है।

ऑनलाइन प्रणाली मुख्य उद्देश्य तो यह था कि लोगों का काम बिना किसी परेशानी के समय पर हो जाए और भ्रष्टाचार से जनता को मुक्ति मिल जाए। जहां तक राशन कार्ड का प्रश्न है, उसे आधार कार्ड से जोड़ने का कारण यह बताया गया कि कई बोगस राशन कार्ड धारक हैं, उन्हें राशन की पात्रता से बाहर निकाला जाय। इस से सरकार पर करोड़ों रुपए का भार कम होना था। सैद्धांतिक रूप से यह ठीक भी लगता था, किंतु जब इसे धरातल पर क्रियान्वित किया गया तो पता लगा कि आधार से लिंक करना कितना दुष्कर है। लाखों लोग जो रोजगार हेतु अन्य राज्यों में जाकर काम करते हैं, उन्हें आधार को राशन कार्ड से लिंक करने के लिए परिवार सहित अपने मूल निवास स्थान पर आना पड़ा। वहां भी कई दिन तक किसी 'सेवा प्रदाता' के यहां पंक्तियों में खड़े रहना पड़ा। उसके बाद भी, कभी अंगूठे के बायोमेट्रिक निशान बदल जाने के कारण या कभी आंखों की पुतलियों के धुंधला जाने के कारण, उनका आधारकार्ड से सत्यापन नहीं हो पाया। इसका परिणाम यह हुआ कि हजारों परिवार जो राशन प्राप्त करने के वास्तव में अधिकृत थे, वे राशन प्राप्त करने से वंचित हो गए। गरीब लोगों को न केवल बाहर से अपने मूल स्थान तक आने के लिए अत्यधिक खर्च करना पड़ा बल्कि उन्हें कई दिन की मजदूरी से भी वंचित होना पड़ा। इस सब के कारण कितना कष्ट लोगों को हुआ, यह वही जान सकता है जिसने इसे भोगा हो।

पोर्टल सिस्टम से उत्पन्न परेशानियों का मुद्दा आजकल हरियाणा के चुनाव में भी बहुत चर्चा में है। जो सरकार पोर्टल और ऑनलाइन की सरकार बन गई थी और स्वयं को जन हितैषी सरकार के रूप में प्रसारित कर रही थी, वह अब लोगों के आक्रोश का शिकार हो रही है। भारतीय जनता पार्टी ने अपने मुख्यमंत्री खट्टर को इसी कारण चुनाव से कुछ पहले बदल दिया। जनता, सरकार के पोर्टल के चक्कर में, बहुत परेशान हो रही थी। वहां पर परिवार परिचय पत्र के नाम पर कार्ड बनाए गए। इनमें अधिकांश परिवारों की सूचना गलत अंकित की गई, चाहे वह आयु के बारे में हो, घर का पता हो। यहां तक देखा गया कि मां की उम्र 40 वर्ष और पुत्र की उम्र 35 वर्ष अंकित कर दी। इसे ठीक कराने में लोगों के पसीने आ गए। सरकार यह भूल गई कि तकनीक केवल एक माध्यम है और उसका उपयोग उतना ही सही या गलत होगा, जितना अधिकारियों के मन में जनता के प्रति समझ और संवेदनशीलता का भाव होगा। दुर्भाग्य से इन दोनों का ही नितांत अभाव रहा।

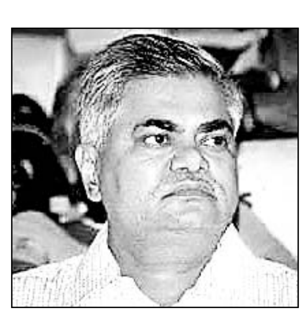
राजस्थान में निर्माण श्रमिक कल्याण कोष बनाया गया था, जिसके माध्यम से श्रम विभाग को यह दायित्व सोपा गया था कि वह दिहाड़ी मजदूरी करने वाले निर्माण श्रमिकों के बच्चों को पढ़ने के लिए छात्रवृत्ति उपलब्ध कराए। कोई भी साधारण विवेक वाला व्यक्ति यह समझ सकता है कि छात्रवृत्ति का लाभ तब ही होता है जब वह किसी भी विद्यालय में प्रवेश करते समय ही उसे मिल जाए। अनेक गरीब छात्र–छात्राओं ने संबंधित पोर्टल पर, सेवा प्रदाता के माध्यम से आवेदन किया, किंतु कई उनका प्रकरण महीनों से अटका पड़ा है। चूंकि सारा सिस्टम ऑनलाइन है, इसलिए किसी भी अधिकारी से बात करने पर भी इस बारे में कोई संतोष प्रद उत्तर नहीं प्राप्त हुआ. केवल एक ही उत्तर मिलता है कि आप पोर्टल पर देख लो।

मेरे एक मित्र के पिताजी के देहावसान के बाद, उनके नाम पर जो मकान था, उसका नामांतरण नगर विकास विकास में करवाने के लिए वे लगभग एक वर्ष से प्रयास कर रहे हैं, किंतु अभी तक उसमें सफलता नहीं मिली, जबकि वह स्वयं राज्य सेवा में उच्च पद से सेवानिवृत हुए हैं। उन्होंने सारे आवश्यक फॉर्म भर कर नगर न्यास में जमा भी करवा दिए किंतु अब भी वे, मकान अपने नाम होने की प्रतीक्षा ही कर रहे हैं। पाठकों को याद होगा, जब लालकृष्ण आडवाणी गृह मंत्री थे तो उस समय एक बहुउद्देशीय पहचान पत्र बनाने की योजना प्रारंभ हुई थी। यह कहा गया था कि इस पहचान पत्र के बाद किसी भी और कार्ड अथवा पहचान पत्र की आवश्यकता नहीं रहेगी। इसी के आधार पर वोट भी दिया जाएगा और अन्य सारे नागरिक सुविधाओं का उपयोग एवं सरकार की योजनाओं का लाभ इस एक पहचान पत्र के आधार पर हो जाएगा। इस बात को लगभग 30 वर्ष हो गए किंतु अभी तक वोट देने के लिए भी इसे अनिवार्य नहीं किया जा सका।

सरकार ने कहने को तो, अनेक विभागों को ऑनलाइन कर दिया है। ऐसा करने में विभिन्न राज्यों और विभागों के बीच होड़ सी मची हुई है। समस्या केवल यही है कि जिन अधिकारियों का कार्य है उन्होंने यह देखने का कभी प्रयास नहीं किया कि क्या जनता इस प्रकार की सुविधाओं का उपयोग करने हेतु सक्षम है? क्या विभाग का पोर्टल और उनकी प्रक्रियाएं इतनी सरल हैं कि बिना किसी परेशानी के नागरिक उसका लाभ उठा सके? हकीकत इसके ठीक विपरीत है। जो काम लोगों के पहले हो जाते थे, वह भी अटकने लग गए हैं। ऑनलाइन सिस्टम के कारण कई दलाल एवं एजेंट पनप गए हैं जिनका नया नामकरण 'सर्विस प्रोवाइडर' के रूप में किया गया है। किसी भी कार्य के लिए जितनी फीस रखी गई है उससे कई गुना राशि ये वसूल करते हैं। जनता की मजबूरी यह है कि उन्हें इनके पास जाना ही पड़ता है क्योंकि स्वयं वे अपने स्तर पर कितने ही प्रयास कर लें, ऐसा करने में सफल नहीं हो पाए। सरकार को यह समझना होगा कि कंप्यूटरीकरण केवल साधन है साध्य नहीं। इसका उद्देश्य तो नागरिकों के लिए सुविधाओं को बढ़ाना है ना कि उनके लिए ऐसा मकड़ जाल उत्पन्न करना है, जहां से निकलना उनके लिए संभव ही नहीं हो। आधार से लिंक करना, केवाईसी को अपडेट करना और वह भी समय–समय पर, इतना दुष्कर कार्य हो गया है कि जनता आजकल कंप्यूटरीकरण के कारण राहत महसूस करने के बजाय इसे एक आफत ही मान रही है। समस्या कंप्यूटरीकरण या ऑनलाइन करने में नहीं है अपितु सही रूप से उसे संचालित करने और नागरिकों की क्षमता के अनुरूप बनाने में है। यह एक गंभीर समस्या है और यदि अब भी सरकार ने इस ओर ध्यान नहीं दिया और ऑनलाइन सिस्टम को सरल बनाने के साथ ही नागरिकों का क्षमता वर्धन नहीं किया तो यही कहने पर विवश होंगे 'सरकार ऑनलाइन, जनता ऑफलाइन'।

–राजेन्द्र भाणावत,
(पूर्व आई.ए.एस. अधिकारी)

वैदिक वाङ्मय में जीवन प्रबंधन एवं सामाजिक सामरस्य



राजेश्वर सिंह

समाज व्यक्तियों से मिलकर बनता है। समाज में शान्ति, सद्भावना, सहयोग, सामंजस्य व समरसता कायम हो, इसके लिए आवश्यक हैं कि व्यक्ति का स्वयम् का चिन्तन सकारात्मक, वाणी सन्तुलित व कर्म सृजनात्मक तथा समाजोपयोगी हो। मनुष्य का चिन्तन, वचन और कर्म ही उसके जीवन का निर्माण करते हैं, इसलिए प्रत्येक मनुष्य का वैयक्तिक जीवन जितना सुव्यवस्थित, सन्तुलित व सहयोगात्मक होगा, समाज में उसी अनुपात में शान्ति, सुव्यवस्था व संवेदनशीलता कायम होगी।

वैदिक वाङ्मय में शिव संकल्प सूक्त के माध्यम से यह प्रतिपादित किया गया है कि मनुष्य का अभ्युदय मन के शुभ संकल्प युक्त होने पर ही निर्भर है क्योंकि समस्त ज्ञानेन्द्रियों एवं कर्मेन्द्रियों का नियन्त्रण, नियमन एवं कर्म में नियोजन मन ही करता है। बुद्धिमान जन यह भी जानते हैं कि मन सतत् परिभ्रमणशील है। यही किसी कार्य विशेष में मनुष्य की प्रवृत्ति और निवृत्ति का कारक है। यदि मन श्रेष्ठ संकल्प वाला होगा तो मनुष्य को श्रेष्ठ कार्यों में संलग्न करेगा और यदि पाप संकल्पों से आक्रान्त होगा तो मनुष्य को निम्न कोटि के क्रिया कलापों में संलग्न कर उसके पराभव व पतन का कारण बन जाएगा। यदि मानस शुद्ध और पवित्र हो तो मनुष्य की समस्त शक्तियाँ मंगलमय कार्यों में ही लगेगी। इसलिए मानव जीवन में वैचारिक नियन्त्रण, नियमन व अनुशासन का सर्वाधिक महत्व है। हमें सर्वदा यह ध्यान रखना चाहिए कि मन में जो भी विचार आवें, उनमें हम उन्हीं विचारों को क्रिया रूप में परिणत करें, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी परिणाम के कारक हों।

चूंकि मन के समस्त संकल्प और विकल्प वाणी के द्वारा ही अभिव्यक्त होते हैं अत: वैदिक वाङ्मय का दूसरा सर्वाधिक बल वाणी की सत्यनिष्ठा, सन्तुलन, मधुरता व परहितकारिता पर हैं। इसीलिये ऋग्वेद में कहा गया है कि मेरी वाणी मन से और मन वाणी में प्रतिष्ठित हो। मैं श्रेष्ठ शब्द बोलूँ और सदा सत्य बोलूँ। इसी प्रकार अथर्ववेद में भी मनुष्य के हृदय, वाणी एवं कर्म में मधुरता की कामना की गई है। यजुर्वेद के अनुसार यह मधुरता भी तभी संभव है जब मनुष्य सभी प्राणियों को मित्र की दृष्टि से देखें तथा फलस्वरूप सभी प्राणी भी मनुष्य को मित्र की दृष्टि से देखें।

मानसिक शुभ संकल्प के सत्य, मधुर व हितकर वाणी से अभिव्यक्त होने के उपरान्त उक्त संकल्प को कर्म में परिणत करने की आवश्यकता होती है अत: सतत कर्मशील एवं उद्यमी हुए बिना मनुष्य अपने संकल्प को क्रियान्वित नहीं कर सकता। इस संबंध में यजुर्वेद का मार्गदर्शन है कि जो जन आलस्य त्याग कर सत्य, प्रिय एवं मंगलकारिणी वाणी से व्यवहार करते हुए अपने अभीष्ट कर्म का अनुष्ठान करते हैं, वे उत्तम गुणों तथा सुख को प्राप्त होते हैं। सभी मनुष्यों को पारस्परिक व्यवहार भी अत्यंत सत्यनिष्ठा पूर्वक करना चाहिए अन्यथा पारस्परिक विद्वेष उत्पन्न होगा व सामाजिक सामरस्य बाधित होगा। अथर्ववेद की उद्घोषणा है कि कर्म मनुष्य के दाहिने हाथ में है और विजय बायें हाथ में। इस प्रकार सतत कर्मशील रहते हुए सौ वर्ष तक जीने की कामना भी अथर्ववेद में की गई है। यह भी उल्लिखित है कि उत्तम कर्म करने वालों के आयु, आत्मबल, सन्तान, सम्पदा तथा यश में वृद्धि होती है।

वस्तुत: उपर्युक्त वर्णित मनुष्य के मन, वचन, कर्म एवं समग्र जीवन का एकमात्र प्रयोजन समाज में संगठन, संवाद व सद्भाव स्थापित करना तथा अपने न्यायोचित भाग में संतोष रखना है अत: ऋग्वेद का संदेश है कि समस्त मानव धर्म, नीति व प्रेम के आधार पर परस्पर संगठित हों, सभी सत्य–प्रिय –हितकर बोलें, सबके मन सुख–दु:खादि रूप अर्थ को सबके लिए समान रूप से जानें तथा सभी अपने न्यायोचित भाग को सहर्ष स्वीकार करें एवं अन्य के भाग का अन्यायपूर्वक अधिग्रहण न करें।

सामाजिक संगठन व सामरस्य के लिए आवश्यक है कि शिक्षा एवं शिक्षक समुदाय को सर्वोपरि महत्व दिया जावे। ऋग्वेद का वचन है कि जो शिक्षक व उपदेशक लोगों को शिक्षित तथा प्रबोधित करते हैं, उनका सदैव सम्मान होना चाहिए ताकि अन्य जनों पर उसका प्रभाव पड़े और वे उत्तम गुण, कर्म तथा स्वभाव वाले बन सकें।

शिक्षक के प्रति सदैव प्रिय वचन कहना चाहिए तथा उनकी शिक्षा के अनुकूल आचरण करना चाहिए। इस प्रकार वैदिक वाङ्मय में शुभ संकल्पित मन, सत्य–प्रिय–हितकर वचन तथा सकारात्मक एवं सृजनात्मक कर्म पर आधारित वैयक्तिक जीवन प्रबन्धन के द्वारा समरस एवं सुसंगठित समाज के निर्माण की संकल्पना प्रस्तुत की गई है एवं इस महान उद्देश्य की प्राप्ति हेतु शिक्षा एवं शिक्षक को सर्वोपरि महत्व दिया गया है, जो वर्तमान परिप्रेक्ष्य में भी पूर्णतया प्रासंगिक व उपयोगी है।

–राजेश्वर सिंह, आई.ए.एस
(अवकाश प्राप्त)

टीचर के थप्पड़ मारने से छात्र के कान का पर्दा फटा

जोधपुर, (कासं)। शहर के केरू स्थित एक निजी स्कूल में पढ़ने वाले 11वीं के छात्र ने अपने स्कूल संचालक, क्लास टीचर और अन्य अध्यापक के खिलाफ पुलिस में मामला दर्ज कराया है। उसका आरोप है कि टीचर ने उसे थप्पड़ मारा था, जिससे उसके कान का पर्दा फट गया। अब उसी कान के पास में फिर से थप्पड़ मारकर जख्मी कर दिया। राजीव गांधी नगर पुलिस ने एससी/एसटी एक्ट में केस दर्ज कर जांच आरंभ की है। छात्र का मेडिकल करवाया जाना बाकी है। मेडिकल रिपोर्ट से ही इसका पूरा खुलासा हो पाएगा।

पुलिस ने बताया कि केरू स्थित एक निजी स्कूल श्रीराम पब्लिक सीनियर सैकण्डरी के संचालक ललित शर्मा, क्लास टीचर गोपाराम एवं अन्य टीचर राम निवास के खिलाफ केस दर्ज कराया गया है। 11वीं कक्षा में अध्ययनरत छात्र का आरोप है कि वर्ष 2022 में उसके साथ टीचर द्वारा थप्पड़ मारी गई थी, जिससे उसके कान का पर्दा फट गया था। शुक्रवार को सुबह दस बजे वह स्कूल में था। तब उसे टीचर ने फिर से उसी कान के पास थप्पड़ मार दिया और कान को जख्मी कर दिया। पुलिस ने बताया कि मामला दर्ज किया गया है, अग्रिम जांच की जा रही है। छात्र के कान का मेडिकल करवाया जाना है। छात्र की तरफ से ही रिपोर्ट दी गई है।

मोबाइल लौटाया

पावटा, (निसं)। खेलना निवासी नवाब खान ने एक अज्ञात व्यक्ति का खोया हुआ मोबाइल लौटाकर ईमानदारी का परिचय दिया। नवाब खान ने बताया कि शुक्रवार की देर शाम वो पावटा में काम कर घर लौट रहा था। इसी दौरान उन्हें राजमार्ग स्थित मोदी फैक्टरी के पास एक विवो कपनी का नया एन्ड्रॉयड फोन रास्ते में पड़ा मिला, जिसकी कीमत करीब 25 हजार रुपए है। शनिवार की सुबह फोन पर मोबाइल मालिक का फोन आया तथा बैराठी कटर प्रेस पर बुला मोबाइल लौटाकर ईमानदारी का परिचय दिया।

राशिफल रविवार 6 अक्टूबर, 2024

पंडित अनिल शर्मा

अश्विन मास, शुक्ल पक्ष, तृतीया तिथि, रविवार, विक्रम संवत 2081, विशाखा नक्षत्र रात्रि 12:11 तक, प्रीति योग सोमवार प्रात: 6:40 तक, गर करण प्रात: 7:50 तक, चन्द्रमा सायं 5:34 से वृश्चिक राशि में संचार करेगा।

ग्रह स्थिति: सूर्य–कन्या, चन्द्रमा–तुला, मंगल–मिथुन, बुध–कन्या, गुरू–वृष, शुक्र–तुला, शनि–कुम्भ, राहु–मीन, केतु–कन्या राशि में।

आज रवियोग रात्रि 12:11 तक है। भद्रा रात्रि 8:49 से आरम्भ होगी। आज विनायक चतुरथी है। आज तृतीया तिथि में वृद्धि हुई है।

श्रेष्ठ चौघड़िया: चर 7:53 से 9:20 तक, लाभ–अमृत 9:20 से 12:15 तक, शुभ 1:42 से 3:10 तक।

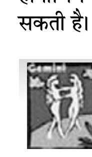
राहूकाल: 4:30 से 6:00 तक। सूर्योदय 6:26, सूर्यास्त 6:04

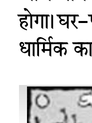
मेष

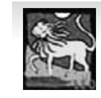
परिवार में धार्मिक–मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। परिवार में उत्सव जैसा माहौल रहेगा। परिजनों के सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है।

वृष

मित्रों/रिश्तेदारों से मतभेद दूर होने लगेंगे। अनहोनी की आशंका से बना हुआ मन का भय समाप्त होगा। विवादित मामलों से राहत मिल सकती है। आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी।

मिथुन

परिवार में शुभ–मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। आज समय रचनात्मक कार्यों में व्यतीत होगा। घर–परिवार में सुख–शांति बनी रहेगी। धार्मिक कार्यों में धन खर्च हो सकता है।

कर्क

घर–परिवार में सुख–सुविधाएं बढ़ेगी। परिवार में महत्वपूर्ण कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। अतिथियों के आगमन से उत्सव जैसा माहौल रहेगा।

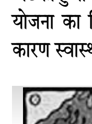
सिंह

परिवार में मन को प्रसन्न करने वाले संदेश प्राप्त होंगे। नये–पुराने मित्रों से मुलाकात हो सकती है। परिवार में सामाजिक समारोह सम्पन्न हो सकते हैं।

कन्या

अपने अति आवश्यक कार्यों को प्राथमिकता से करने का प्रयास करें। आज प्रयासों में उचित सफलता मिल सकती है। धार्मिक स्थान की यात्रा संभव है।

तुला

आर्थिक कारणों से अटके हुए व्यावसायिक कार्य बनने लगेंगे। अटका हुआ धन प्राप्त होगा। व्यावसायिक कार्य योजना का क्रियान्वयन होगा। खान–पान के कारण स्वास्थ्य खराब हो सकता है।

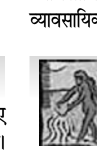
वृश्चिक

व्यावसायिक कार्यों को प्राथमिकता से करने का प्रयास करें। व्यावसायिक कार्यों में प्रगति होगी। व्यावसायिक आय में वृद्धि होगी। अटका हुआ धन प्राप्त होगा।

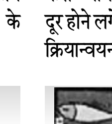
धनु

घर–परिवार के कार्यों के कारण भागदौड़ रहेगी। परिवार में आपसी मतभेद बढ़ सकते हैं। स्वास्थ्य संबंधित परेशानी हो सकती है। अनर्गल कार्यों में समय खराब होगा।

मकर

आर्थिक/वित्तिय मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा। आय में वृद्धि होगी। अटका हुआ धन प्राप्त होगा। चलते व्यावसायिक कार्यों के लिए दिन अच्छा है। व्यावसायिक कार्य शीघ्रता/सुगमता से बनने लगेंगे।

कुंभ

व्यावसायिक कार्यों को प्राथमिकता से करने का प्रयास करें। व्यावसायिक कार्यों में आ रही अड़चनें दूर होने लगेंगी। नवीन व्यावसायिक योजना का क्रियान्वयन होगा। आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी।

मीन

नवीन कार्यों के संबंध में सकारात्मक आश्वासन प्राप्त होंगे। अटके हुए कार्य बनने लगेंगे। धार्मिक कार्यों में भाग ले सकते हैं। व्यावसायिक प्रयासों में उचित सफलता मिलेगी।