विचार बिन्दु

हमारी आनंदपूर्ण बदकारियाँ ही हमारी उत्पीड़क चाबुक बन जाती हैं। –शेक्सपियर

व्याधिक्षमत्व बढ़ाने के लिये 168 मिनट प्रति सप्ताह वनानुभव लीजिये

प्राचीन भारत के महर्षि–वैज्ञानिक पुनर्वसु आत्रेय को चिकित्सा व स्वास्थ्य–रक्षण के एक ऐसे सिद्धांत का जनक माना जाता है जिसे आज वनानुभव और प्रकृति–अनुभव (फ़ॉरेस्ट –एक्सपीरियंस, नेचर–एक्सपीरियंस) आदि नामों से जाना जाता है। स्वास्थ्य–रक्षण और रोगोपचार में प्राकृतिक स्थलों की भूमिका का आयुर्वेद में कम से कम 1000 साल ईसा पूर्व से वर्णन प्राप्त होता है। हाल ही में हुई शोध अब यह निर्विवाद सिद्ध करती है कि प्रकृति का सानिध्य हमारे संज्ञानात्मक, भावनात्मक, सामाजिक, शारीरिक, मानसिक और बायो फिज़ियोलॉजिकल स्वास्थ्य में सुधार करता है। परन्तु सबसे बड़ी बात यह है कि वर्ष 2022 तक की शोध अब यह निर्विवाद सिद्ध कर चुकी है कि वनानुभव से ह्यूमन नेचुरल किलर सेल्स की क्रियात्मकता बढ़ने और इन्फ्लेमेशन कम होने सहित अनेक रास्तों के माध्यम सेइम्म्यूनिटी बढ़ती है। लगभग 5000 वर्ष पूर्व की बात है। आत्रेय के शिष्य अग्निवेश ने अपने गुरु से एक प्रश्न किया: भगवन! देखने में आता है कि हितकारी आहार का उपयोग करते हुये भी कुछ लोग रोगी हो जाते हैं, जबकि अहितकारी आहार लेते हुये भी कुछ लोग निरोगी देखे जाते हैं। ऐसी स्थिति में क्या अच्छा है और क्या बुरा इसकी पहचान कैसे की जाये? इस प्रश्न का जो उत्तर आत्रेय ने दिया, वह आज भी यथावत विज्ञान–संगत है।

आत्रेय का उत्तर था: अग्निवेश! हितकारी आहार करने वाले लोगों में आहार के कारण होने वाले रोग उत्पन्न नहीं होते और हितकारी आहार लेने मात्र से समस्त रोगों का भय दूर नहीं हो जाता। हानिकारक भोजन के अलावा भी रोगों के तमाम कारण, जैसे ऋतुओं का विपरीत होना, प्रज्ञापराध या जानबूझकर गलती करना, शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गंध का अतियोग, मिथ्या योग एवं विषम योग आदि ऐसे कारण हैं जो उचित भोजन लेने के बावजूद भी मनुष्य को बीमार कर देते हैं। इसीलिये हितकारी आहार लेने वाले रोगी हो जाते देखे जाते हैं। हानिकारक आहार का उपयोग करने वालों में पथ्य, आहार, व शरीर की स्थिति में भिन्नता होने से हानिकारक आहार तुरन्त हानि नहीं पहुंचा पाते। सभी अपथ्य बराबर दोष वाले नहीं होते, न ही सभी दोष बराबर बलवान होते, और न सभी शरीर व्याधिक्षमत्व या रोग प्रतिरोधक क्षमता से संपन्न होते (न च सर्वाणि शरीराणि व्याधिक्षमत्वे समर्थानि भवन्ति। च.सू.28.7)। इस बात में कोई संदेह नहीं है कि एक ही अपथ्य आहार जगह, समय, संयोग, वीर्य, व मात्रा की भिन्नता के कारण या ज्यादा खा लेने से और अधिक अपथ्य हो जाता है।वही दोष विविध कारणों से, विरुद्ध चिकित्सा वाला, धातुओं में पहुंचा हुआ, शरीर के प्राणायतनों में उत्पन्न, मर्म पर चोट करने वाला, अत्यंत कष्टदायी अतिशय जल्दी रोगों को उत्पन्न करने वाला होता है।अंत में आत्रेय यह भी बताते हैं कि मूल रूप से शरीर की बनावट भी नैसर्गिक व्याधिक्षमत्व पर प्रभाव डालती है। बहुत मोटे याबहुत दुबले लोग, रक्त, मांस, व अस्थियों के सुसंगठित न होने के कारण बेडौल शरीर वाले लोग, दुर्बल, अल्पसत्त्व या कमजोर मनोबल वाले लोगों में रोगों को सहने की क्षमता नहीं होती। जबकि इनके उलट लक्षणों वाले लोगों में रोगों को सहने की क्षमता होती है। इन अपथ्य आहारों, दोषों व शरीर की भिन्नता के कारण बीमारियाँ भी कम या ज्यादा, जल्दी या देर से उत्पन्न होती हैं। जिस व्यक्ति का सहज (इनेट) या युक्तिकृत (डेराइव्ड) व्याधिक्षमत्व मज़बूत है वह मुश्किल से ही बीमार पड़ता है। यदि बीमारपड़ भी जाये तो बीमारी अपना बल मुश्किल से ही दिखा पाती है।व्याधिक्षमत्व में दो शब्द निहित हैं, व्याधि एवं क्षमत्व।व्याधि का तात्पर्य शरीर की धातुओं (रस, रक्त, मांस, मेदा, अस्थि, मज्जा, शुक्र) में विषमता उत्पन्न होना है। क्षमत्व से तात्पर्य इस विषमता को न होने देने की क्षमता है। मानसिक बीमारियों के सन्दर्भ में सत्त्व गुण जितना अधिक होगा, व्याधिक्षमत्व उतना ही बेहतर होगा। शरीर में सहज व्याधिक्षमत्व के सन्दर्भ में यह बात महत्वपूर्ण है कि शरीर में दुरुस्त मांसपेशियों, संरचना, स्वरुप व मज़बूत इन्द्रियों वाला व्यक्ति रोगों के बल से कभी प्रभावित नहीं होता। भूख, प्यास, ठंडी, गर्मी, व्यायाम को ठीक से सहन करने वाला, सम अग्नि वाला, बुढ़ापे की उम्र में ही बूढ़ा होने वाला, मांसपेशियों के सही चय वाला व्यक्ति ही स्वस्थ है (च.सू.21.18): सममांसप्रमाणस्तु समसंहननो नरः। दृढेन्द्रियो विकाराणां न बलेनाभिभूयते।।क्षुत्पिपासातपसहः शीतव्यायामसंसहः। समपक्ता समजरः सममांसचयो मतः।।

आधुनिक वैज्ञानिक संदर्भ में व्याधिक्षमत्व को इम्यूनिटी कहा जाता है। यह प्रतिरक्षा तंत्र संक्रमण, बीमारी या अन्य अवांछित तत्वों के आक्रमण से बचने के लिये शरीर को सुरक्षा प्रदान करता है। व्याधिक्षमत्व में कमी होने से शरीर इम्यूनो–कॉम्प्रोमाइज्ड स्थिति में आ जाता है। ऐसी स्थिति में शरीर की रोग–प्रतिरोधक क्षमता कम होने सेरोगजनन आसानी से होता है।इम्यूनिटी किसी व्यक्ति के शरीर में विशिष्ट एन्टीबॉडी या श्वेतरक्त कौशिकाओं की क्रिया से किसी विशेष संक्रमण, विषाक्त पदार्थ या हानिकारी जीवन–शैली से होने वाले रोगों का प्रतिरोध करने की क्षमता के रूप में समझा जाता है।

आधुनिक वैज्ञानिक संदर्भ में व्याधिक्षमत्व को इम्यूनिटी कहा जाता है। यह प्रतिरक्षा तंत्र संक्रमण, बीमारी या अन्य अवांछित तत्वों के आक्रमण से बचने के लिये शरीर को सुरक्षा प्रदान करता है।

आधुनिक वैज्ञानिक अध्ययनों के अनुसार इम्यूनिटी मूलतः दो प्रकार से समझी जा सकती है: इनेट (जन्मजात) और एडाप्टिव (अनुकूलनीय)। इनेट–इम्यूनिटी प्रतिरक्षा की पहली पंक्ति है जो पैथोजेन को मारने वाली कोशिकाओं जैसे न्यूट्रोफिल और मैक्रोफेज द्वारा संपादित की जाती है। किसी विषाणु का संक्रमण होने पर ये किलर–सेल्स तेज गति से सबसे पहले अपना काम करती हैं।एडाप्टिव– इम्यूनिटी की क्रियात्मकता तुलनात्मक रूप से धीमी होती है। इस तंत्र में टी–कोशिकाओं, बी–कोशिकाओं और एंटीबॉडी जैसी व्यवस्था है जो विशिष्ट रोगजनकों पर प्रतिक्रिया देता है। यह तंत्र इम्यून–मेमोरी के लिये भी उत्तरदायी है जो मानव में पहले हुई कुछ बीमारियों को पहचानता है और दुबारा नहीं होने देता। मेमोरी बी–सेल नामक कोशिकायें पैथोजेन को पहचानती हैं, और दुबारा संक्रमण होने पर त्वरित–प्रतिक्रिया करते हुये संक्रमण को निष्फल करने का काम करती हैं। हालाँकि नवीन शोध यह बताती है नेचुरल–किलर कोशिकायें भी एडाप्टिव–इम्यूनिटी प्रतिक्रिया का प्रदर्शन कर सकती हैं। जो भी हो, गड़बड़ तब होती है जब कुछ वायरस या माइक्रोब्स अपने पूर्व रूप से म्यूटेट या उत्परिवर्तित होकर इम्यून–मेमोरी (प्रतिरक्षा स्मृति) को गच्चा दे देते हैं।

व्याधिक्षमत्व को परिभाषित करते हुये चरकसंहिता के दिग्गज टीकाकार आचार्य चक्रपाणि ने लगभग 900 साल पहले लिखा (च.सू. 28.7 पर चक्रपाणि): व्याधिक्षमत्वं व्याधिबलविरोधित्वं व्याध्युत्पादप्रतिबन्धकत्वमिति यावत्। तात्पर्य यह है कि व्याधिबल की विरोधिता व व्याधि की उत्पत्ति में प्रतिबंधक होना व्याधिक्षमत्वहै। अभिप्राय यह है कि शरीर में उत्पन्न बीमारी के बल या तीक्ष्णता को रोकनेऔरबीमारी की उत्पत्ति को रोकने वाली क्षमता को व्याधिक्षमत्व कहा जाता है। व्याधिक्षमत्व को बल, ओज और प्राकृत श्लेष्माके रूप में भी जाना जाता है। बल वह शक्ति है जिसके द्वारा शरीर विभिन्न चेष्टाओं से कार्य संपन्न करता है। इस कार्योत्पादक शक्ति को व्यायाम–शक्तिसे जाना देखा जाता है। बल के तीन प्रकार हैं (च.सू.11.36):त्रिविधं बलमिति– सहजं, कालजं, युक्तिकृतं च। सहजं यच्छरीरसत्त्वयोः प्राकृतं, कालकृतमृतुविभागजं वयःकृतं च, युक्तिकृतं पुनस्तद्यदाहारचेष्टायोगजम्।बल तीन प्रकार के होते हैं। सहज बल शरीर और मन पर आधारित होता है। उम्र के साथ शरीर की वृद्धि से प्राप्त बल को कालज बल कहा जाता है। खान–पान, जीवन–शैली और व्यायाम आदि की युक्ति से प्राप्त बल को युक्तिकृत बल कहा जाता है। रोग से रक्षा करने वाले को बल कहा जाता है। व्याधिक्षमत्व को ओज और ओज को बल के रूप में भी समझा जाता है (सु.सू.15.19)रसादीनां शुक्रान्तानां धातूनां यत् परं तेजस्तत् खल्वोजस्तदेव बलमित्युच्यते स्वशास्त्रसिद्धान्तात्। रसादिक तथा शुक्रान्त धातुओं के उत्कृष्ट सार भाग को ओज कहते हैं तथा आयुर्वेद के अनुसार उसी का दूसरा नाम बल है। यही बल व्याधियों से शरीर की रक्षा करता है। यहाँ एक बात समझना आवश्यक है ओज और बल हालाँकि एक कहे गये हैं किन्तु ओज को कारण और बल को कार्य माना जाता है। यहाँ व्याधिक्षमत्व के सन्दर्भ में बल (कार्य) और कारण (ओज) को एक मान लिया जाता है।इसी सन्दर्भ में प्राकृत कफ को बल या व्याधिक्षमत्व का कारण माना जाता है (च.सू.17.117): प्राकृतस्तु बलं श्लेष्मा विकृतो मल उच्यते। स चैवौजः स्मृतः काये स च पाप्मोपदिश्यते।। यही कारण है कि कफज प्रकृति में उत्तम बल, पित्तज प्रकृति के व्यक्तियों में मध्यम बल तथा वातज प्रकृति के व्यक्तियों में अवर बल होता है। इस प्रकार व्याधिक्षमत्व का तात्पर्य व्याधि–बल का विरोध शरीरगत बल द्वारा किया जाता है। व्याधिक्षमत्व को प्रभावित करने वाले विभिन्न भावों को दशविधि रोगी परीक्षा के भावों में भी देखा जाता है। उदहारण के लिये व्यक्ति की मूल प्रकृति का बल से सीधा सम्बन्ध होता है। सबसे उत्तम सम प्रकृति (वात–पित्त–कफज) है, परन्तु किसी जनसंख्या में समप्रकृति वाले बहुत कम होते हैं। अतः व्यवहार में कफ प्रकृति वालों को बेहतर बल वाला माना जाता है। इसके साथ ही सार भी बल को प्रभावित करता है। सारयुक्त से तात्पर्य यह है कि व्यक्ति में साररूप धातुओं का नियमित निर्माण होता है। सार धातुओं के सम्यक प्रकार से उत्पन्न होते रहने पर शरीर में व्याधिक्षमत्व बढ़िया बना रहता है। जैसा कि पूर्व में चर्चा की गयी है, बल का मुख्य कारक ओज है जो सभी धातुओं का सार है। साररूप में यह सभी धातुओं में व्याप्त होकर धातुओं की रक्षा करता है। व्याधिक्षमत्व को प्रभावित करने वाले अन्य भावों में सात्म्य, सत्त्व, अग्नि, शारीरिक–शक्ति व वय हैं। अग्निबल को आहार करने की क्षमता से परखा जा सकता है। आहार–शक्ति (आहार की मात्रा) अग्निबल पर आश्रित है। यदि व्यक्ति की आहार शक्ति मज़बूत है तो भोजन का पाचन और धातुओं की पुष्टि यथोचित होने से शरीर मज़बूत रहता है। व्यायाम–शक्ति या शारीरिक रूप से श्रम करने की शक्ति भी बल का संकेतक है। व्यक्ति की वय या उम्र का भी बल से संबंध होता है। युवावस्था में उत्तम बल और जरा या बुढ़ापा आने पर बल कम रहता है। व्याधिक्षमत्व बढ़ाने के लिये बल व ओज की वृद्धिमें सहायक द्रव्यों और क्रियाओं का इस प्रकार युक्तिपूर्वक नियमित सेवन करना चाहिये, जिससे व्याधिक्षमत्व का संरक्षण व वृद्धि हो किन्तु प्रकृति, अग्नि, धातुओं व मलक्रिया का समत्व तथा आत्मा, इन्द्रियों व मन की प्रसन्नता यथावत बनी रहे। संक्षेप में व्याधिक्षमत्व बढ़ाने के लिये सात रक्षा–दीवारों की निरंतर और सम्यक सार–सम्हाल करना आवश्यक है। इनमें आहार या खानपान, विहार या जीवनशैली, स्वस्थ वृत्त या व्यक्तिगत स्वास्थ्य विषयक क्रियायें, सद्वृत्त या व्यक्तिगत सदाचरण, पंचकर्म या शारीरिक विषाक्तता को बाहर करने के लिये आयुर्वेद की पांच प्रक्रियायें, रसायन या उम्र–आधारित रोगजनन को रोकने हेतु कायाकल्प उपाय, और अंततः औषधि या चिकित्सा शामिल हैं। परन्तु वनानुभवइन सबसे ऊपर है।प्रति सप्ताह कम से कम 168 मिनट वनों, उपवनों और हरियाली में बिताइये। यहाँ एक साथ वनवास काटने की बात नहीं है बल्कि प्रतिदिन थोड़ा वनानुभव अवश्य लीजिये। इससे इम्म्यूनिटी बढ़ने के साथ प्रसन्नता, आत्म–सम्मान, शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य में धनात्मक सुधार होगा। यह शास्त्र–सिद्ध, शोध–सिद्ध और स्वानुभूत है।

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।

कुलपति की स्वतंत्रता और निष्पक्षता

अशोक कुमार

उच्च शिक्षा के प्रशासन के संबंध में राजनीतिक परिदृश्य निश्चित रूप से चुनौतियाँ पेश कर सकता है, और इनका समाधान विश्वविद्यालयों के प्रभावी कामकाज के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है।

यह सुनिश्चित करने के लिए कि कोई बाहरी या राजनीतिक हस्तक्षेप न हो और कुलपति को विश्वविद्यालय चलाने की पूर्ण स्वतंत्रता मिले, मेरे कई सुझाव है। यह अकादमिक उत्कृष्टता और स्वतंत्र विचारों को बढ़ावा देने के लिए एक बुनियादी पहलू है। विश्वविद्यालय अधिनियम और परिनियम में संस्थान की स्वायत्तता और कुलपति की शक्तियों और जिम्मेदारियों को स्पष्ट रूप से परिभाषित किया जाना चाहिए। इस कानूनी ढांचे को शैक्षिणक और प्रशासनिक मामलों में कुलपति को अनुचित बाहरी दबावों से स्पष्ट रूप से बचाना चाहिए।

कुलपति के चयन की प्रक्रिया कठोर, पारदर्शी और पूरी तरह से शैक्षिणक और प्रशासनिक योग्यता पर आधारित होनी चाहिए। इसमें प्रख्यात शिक्षाविदों की एक प्रतिष्ठित खोज समिति शामिल होनी चाहिए, जिसमें प्रत्यक्ष राजनीतिक प्रतिनिधित्व न्यूनतम या बिल्कुल नहीं होना चाहिए। चयन के मानदंड स्पष्ट रूप से परिभाषित और सार्वजनिक रूप से उपलब्ध होने चाहिए। राष्ट्रीय स्तर पर योग्य और संभावित उम्मीदवारों का एक कॉलेजियम होना चाहिए। पात्रता मानदंड स्पष्ट, पारदर्शी और स्पष्ट रूप से परिभाषित होना चाहिए और किसी भी स्तर पर किसी भी व्याख्या के अधीन नहीं होना चाहिए। चुने गए उम्मीदवारों द्वारा दस मिनट की प्रस्तुति दी जानी चाहिए, और उसमें से तीन उम्मीदवारों का एक पैनल तैयार किया जाना चाहिए। कुलाधिपति / राज्यपाल और मुख्यमंत्री के बीच सहमति की प्रक्रिया को अपनाया जाना चाहिए। कुलपति को एक निश्चित कार्यकाल प्रदान करना, जिसमें मनमानी बर्खास्तगी के खिलाफ सुरक्षा उपाय हों, उन्हें राजनीतिक प्रतिशोध के डर के बिना विश्वविद्यालय के दीर्घकालिक हितों के आधार पर निर्णय लेने में सक्षम बनाएगा। किसी भी बर्खास्तगी केवल सिद्ध कदाचार या कर्तव्य की उपेक्षा के आधार पर, शैक्षणिक विशेषज्ञों की निष्पक्ष और पारदर्शी जांच प्रक्रिया के बाद ही होनी चाहिए।

विश्वविद्यालय के बोर्ड ऑफ गवर्नर्स या सिंडिकेट को महत्वपूर्ण शैक्षणिक और वित्तीय अधिकार प्रदान करना, जिसमें मुख्य रूप से शिक्षाविद और डोमेन विशेषज्ञ शामिल हों, बाहरी हस्तक्षेप के खिलाफ एक अवरोधक के रूप में कार्य कर सकता है। कुलपति, शैक्षणिक और प्रशासनिक प्रमुख के रूप में, इस स्वतंत्र निकाय के प्रति जवाबदेह होंगे। विश्वविद्यालय के भीतर एक मजबूत आंतरिक संस्कृति को बढ़ावा देना जो संकाय और छात्रों के लिए शैक्षिणक स्वतंत्रता को महत्व देती है और उसकी रक्षा करती है, स्वाभाविक रूप से बाहरी हस्तक्षेप का प्रतिरोध पैदा करेगी। कुलपति को इस संस्कृति का एक मजबूत समर्थक होना चाहिए। निष्पक्ष और न्यायसंगत शासन के लिए कुलपति की निष्पक्षता बनाए रखना महत्वपूर्ण है। इसे सुनिश्चित करने के लिए खोज समिति को विशेष रूप से सत्यनिष्ठा, निष्पक्षता और शैक्षिणक उत्कृष्टता और संस्थागत तटस्थता के सिद्धांतों के प्रति प्रतिबद्धता के प्रदर्शित ट्रैक रिकॉर्ड वाले उम्मीदवारों की तलाश करनी चाहिए।

कुलपति और अन्य विश्वविद्यालय अधिकारियों के लिए आचार संहिता और नैतिकता का एक स्पष्ट कार्यान्वयन, जो निष्पक्षता और जवाबदेही पर जोर देता है। यह संहिता सार्वजनिक रूप से उपलब्ध होनी चाहिए और उल्लंघनों को संबोधित करने के लिए तंत्र स्पष्ट रूप से परिभाषित किए जाने चाहिए। नियुक्तियों, प्रवेश और वित्तीय आवंटन जैसे प्रमुख निर्णय लेने की प्रक्रियाओं में पारदर्शिता को बढ़ावा देने से विश्वास बनाने और पक्षपातपूर्ण कार्यों के दायरे को कम करने में मदद मिल सकती है। विश्वविद्यालय समुदाय के लिए प्रासंगिक जानकारी को सुलभ बनाना एक जांच के रूप में कार्य कर सकता है। आंतरिक लेखा, परीक्षा समितियों और शिकायत निवारण प्रकोष्ठों जैसे मजबूत आंतरिक निरीक्षण तंत्र स्थापित करना, पक्षपात या अनुचित प्रथाओं के बारे में चिंताओं को दूर करने के लिए रास्ते प्रदान कर सकता है। इन निकायों को स्वतंत्र और निष्पक्ष रूप से कार्य करना चाहिए। कुलपति की नियमित और वस्तुनिष्ठ प्रदर्शन समीक्षा करना, पूर्व–परिभाषित शैक्षिणक और प्रशासनिक मैट्रिक्स के आधार पर, उनके नेतृत्व का आकलन करने और उनके कामकाज में किसी भी संभावित पूर्वाग्रह की पहचान करने का अवसर प्रदान कर सकता है। वह क्या तंत्र है जिससे यह सुनिश्चित किया जा सके कि कुलपति गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के हित में साहसिक और निडर निर्णय लेने के लिए पर्याप्त रूप से साहसी हों? जबकि चयन प्रक्रियाएं संभावित व्यक्तियों की पहचान कर सकती हैं, एक ऐसा वातावरण बनाना जो साहसिक और निडर निर्णय लेने को प्रोत्साहित करे, उतना ही महत्वपूर्ण है!

शासी निकायों और राज्य सरकार (राजनीतिक संबद्धता के बावजूद) को कुलपति को वास्तविक अधिकार प्रदान करने और उनके शैक्षणिक नेतृत्व में विश्वास प्रदर्शित करने की आवश्यकता है। सूक्ष्म प्रबंधन या लगातार संदेह करना साहसिक पहलों को दबा सकता है। एक ऐसा विश्वविद्यालय वातावरण बनाना जो नवाचार, आलोचनात्मक सोच और शैक्षणिक उत्कृष्टता की खोज में परिकलित जोखिम लेने की इच्छा को प्रोत्साहित करता है, कुलपति को साहसिक निर्णय लेने में सहायता करेगा। इसमें नवीन विचारों का प्रस्ताव करने वाले संकाय की सुरक्षा शामिल है।

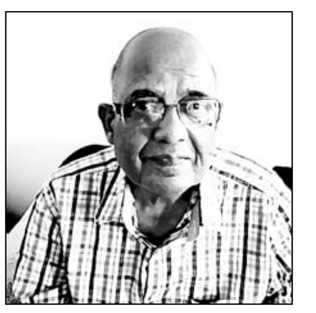
ऐसे तंत्र मौजूद होने चाहिए जो कुलपति को उन निर्णयों के लिए अनुचित आलोचना या प्रतिक्रिया से बचाएं जो गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के दीर्घकालिक हित में हैं, भले ही वे अल्पकालिक में अलोकप्रिय हों या राजनीतिक विरोध का सामना करें। इसके लिए संस्थागत स्वायत्तता की परिपक्व समझ की आवश्यकता है।

जबकि कुलपति को निर्णायक होने की आवश्यकता है, संकाय, छात्रों और अन्य हितधारकों के साथ परामर्श की संस्कृति को बढ़ावा देने से अधिक सूचित और अंततः अधिक प्रभावी निर्णय हो सकते हैं, जिससे साहसिक पहलों के लिए व्यापक समर्थन बन सकता है। कुलपति द्वारा शुरू किए गए गुणवत्तापूर्ण शिक्षा में सकारात्मक परिवर्तनों और सुधारों को सार्वजनिक रूप से पहचानना और सराहना करना साहसिक नेतृत्व के मूल्य को सुदृढ़ कर सकता है।

अंततः, उच्च शिक्षा के प्रभावी और निष्पक्ष प्रशासन को सुनिश्चित करने के लिए सभी हितधारकों – सरकार, विश्वविद्यालय प्रशासन, संकाय, छात्रों और व्यापक समुदाय – से स्वायत्तता, पारदर्शिता और शैक्षिणक उत्कृष्टता के सिद्धांतों को बनाए रखने के लिए एक सामूहिक प्रतिबद्धता की आवश्यकता है। जबकि कुछ सुझाव आदर्शवादी लग सकते हैं, विश्व स्तरीय संस्थानों के निर्माण के लिए इन आदर्शों के लिए प्रयास करना आवश्यक है।

–अशोक कुमार,
पूर्व कुलपति कानपुर , गोरखपुर विश्वविद्यालय , विभागाध्यक्ष राजस्थान विश्वविद्यालय जयपुर

ईस्टर संडे–रंग बिरंगे अंडे



डॉ. जे. के. गर्ग

ईसाई धर्म को मानने वालों की मान्यता है कि गुड फ्राइडे के दिन प्रभु यीशु मसीह को सूली पर लटका दिया गया था किंतु यीशु मसीह मात्र तीन दिन बाद पुनर्जीवित हो गये थे। इसी दिन को ईसाई समुदाय दुनिया भर में ईस्टर दिवस के रूप में मनाते हैं। ईस्टर साधारणतया संडे यानी रविवार के दिन ही मनाया जाता है। इस वर्ष ईस्टर 18 2025 रविवार को मनाया जाएगा। ईसाई धर्म को मानने वालों के लिये ईस्टर अत्याधिक महत्त्वपूर्ण और पवित्र दिन होता है क्योंकि इसी दिन यीशु मसीह पुनर्जीवित होने के साथ जीवन की आशा एवँ प्रभु ईसा मसीह के प्रति विश्वास का प्रतीक है। ईस्टर का पर्व साल के किसी निश्चित दिन को नहीं मनाया जाता बल्कि इसकी तारीख हर साल साधारणतया बदलती रहती है। ईस्टर को 40 दिनों तक मनाया जाता है क्योंकि मान्यता के मुताबिक प्रभु यीशु मसीह एस पावन धरती पर लगभग चालीस दिनों तक रहे और उन्होंने अपने अनुयायियों को प्रेम सद्भाव का पाठ पढाया। इस दौरान सभी ईसाई उपवास, प्रार्थना करते है और अपनी गलतियों के लिये प्रायश्चित करते हैं।

ईस्टर में अंडे का बहुत महत्व है क्योंकि, जिस प्रकार चिड़िया सबसे पहले, अपने घोसले मे अंडा देती है, उसके बाद उसमे से चूजा निकलता है उसी प्रकार, यहा अंडे को एक शुभ स्मारक माना जाता है क्योंकि अंडा अपनी जड़ता को तोड़ करके एक नये प्राणी को जन्म देता है। वास्तव के अंदर ईस्टर का संदेश है कि जो जड़ता को तोड़े, वही –है असली जीवन होता है। ईस्टर पर लोग अण्डों पर विभिन्न रंगो में कलाक्रति एवँ च्व्कारी करके अपने स्वजनों मित्रों को उपहार के रूप में भेट करते है। ईसाई लोग चर्च गिरजा घर जाकर प्राथ्नाप्राथ्ना करके माँ बत्तियां जलाते है। ईस्टर की दिन अपनी दुश्मनी को मिटाकर एक–दूसरों से गले मिलते हैं। ईसाईयों का मानना है कि जिस प्रकार अंडें में से नया जीव जन्म लेता उसी तर ईस्टर के दिन वे परस्पर ईष्ट मित्रों और परिजनों को नये सुखमय स्वस्थ जीवन को जीने की शुभ कामनाएं देते हैं। कहीं पर अण्डों पर चित्रकारी करके, कही दुसरे रूप मे सजा कर, उपहार के रूप मे परस्पर एक दूसरे को दिया जाता है। सभी एक–दूसरे को गिफ्ट्स, फ्लावर्स, कार्ड, चोकलेट, केक देकर परस्पर शुभकामनाएं एवं बधाईयाँ देते हैं। सुबह से शाम तक पार्टी चलती है ईस्टर मे जिसमे, पारंपरिक लोकप्रिय लंच–डिनर होता है। भारत में मुख्य रूप से मुंबई, गोवा और पूरे भारत में जहां भी अधिकतर क्रिश्चियन लोग निवास करते है वहां पर चर्च को विशेष रूप से, सजाया जाता है। कनाड़ा में विश्व की सबसे बड़ी ईस्टर एग्ग की साइट है। पश्चिमी ईसाई धर्म के लोग ईस्टर सीज़न के दौरान ऐश वेड्नस्डे को उपवास रखना शुरू करते हैं और ईस्टर संडे को अपने उपवास का अंत करते हैं। भारत मे ही नहीं बल्कि, सम्पूर्ण विश्व मे जहा गुड फ्राइडे को शांति से बनाते है वही ईस्टर को उतनी ही धूम–धाम से बनाया जाता है। ईस्टर का असली संदेश यही है कि असली और सुखमय जीवन वो ही है जो जड़ता को तोड़े।

–डॉ. जे. के.गर्ग,
पूर्व संयुक्त निदेशक कालेज शिक्षा, जयपुर

राजस्थान : चैत्र मास के समापन के साथ भीषण गर्मी का आगमन

त्यौहारों से तपन तक : राजस्थान की आग बरसाती गर्मियां

श्वेता यादव

राजस्थान, अपनी समृद्ध सांस्कृतिक विरासत और विस्तृत मरुस्थलीय भूभाग के लिए विश्वविख्यात है। यहां जैसे ही चैत्र मास और नवरात्रि का पावन समय समाप्त होता है, वैसे ही सूर्य देव अपनी प्रचंडता के साथ धरती पर अपनी तपिश बिखेरने लगते हैं। यह समय प्रदेशवासियों के लिए सतर्कता और सावधानी बरतने का संकेत देता है, क्योंकि भीषण गर्मी अपने चरम पर होती है।

गर्मी का प्रभाव और सावधानियां :–गर्मी के मौसम में राजस्थान के विभिन्न क्षेत्रों में तापमान अत्यधिक बढ़ जाता है। उदाहरण के लिए, जैसलमेर में अप्रैल से जून के बीच तापमान 40 डिग्री सेल्सियस से ऊपर पहुंच जाता है। इसी प्रकार, चूरू, जिसे राजस्थान का तपता तंदूर कहा जाता है, वहां भी तापमान 45 डिग्री सेल्सियस तक दर्ज किया गया है। ऐसे में, स्थानीय निवासियों और पर्यटकों को कई सावधानियां बरतनी चाहिए।

पर्याप्त जल का सेवन :–शरीर को हाइड्रेटेड रखने के लिए दिनभर में अधिक मात्रा में पानी पिएं।

हल्के रंग के कपड़े पहनें :– गर्मी से बचाव के लिए सूती और हल्के रंग के कपड़े उपयुक्त होते हैं।

धूप से बचाव :–बाहर निकलते समय छाता या टोपी का प्रयोग करें और सनस्क्रीन लगाएं।

भोजन पर ध्यान दें :–ताजे फल, सब्जियां और हल्का भोजन करें; तले हुए और भारी भोजन से बचें।

पर्यटन पर प्रभाव :–गर्मी के मौसम में राजस्थान का पर्यटन उद्योग प्रभावित होता है। विदेशी और देशी पर्यटक इस समय कम संख्या में आते हैं, जिससे स्थानीय व्यवसायों पर असर पड़ता है। हालांकि, कुछ साहसी पर्यटक इस मौसम में भी थार मरुस्थल की सैर करना पसंद करते हैं, लेकिन उनकी संख्या सीमित होती है।

जल संकट और जीव–जंतु :– मरुस्थलीय क्षेत्रों में जल संकट गर्मियों में और भी गंभीर हो जाता है। पानी की कमी के कारण न केवल मनुष्य बल्कि पशु–पक्षी भी प्रभावित होते हैं। तालाब, कुएं और नदियां सूखने लगती हैं, जिससे जीव–जंतुओं को पानी की तलाश में दूर–दूर तक भटकना पड़ता है। ऐसे में, स्थानीय प्रशासन और नागरिकों को जल संरक्षण के उपाय अपनाने चाहिए, जैसे:

वर्षा जल संचयन :–बारिश के पानी को संचित करने के लिए टांके और जलाशयों का निर्माण।

पशु–पक्षियों के लिए पानी की व्यवस्था :–सार्वजनिक स्थानों और घरों के बाहर पानी के पात्र रखना।

जल उपयोग में मितव्ययिता :–अनावश्यक जल व्यय से बचना और रिसाव रोकना।

राजस्थानी कहावतें और गर्मी :–राजस्थान की संस्कृति में गर्मी से संबंधित कई कहावतें प्रचलित हैं, जो इस मौसम की तीव्रता और उससे बचाव के उपायों को दर्शाती हैं। कुछ प्रमुख कहावतें इस प्रकार हैं।

" 'चैत मास की धूप, गधे को भी छांव में खड़ा कर दे।" अर्थात, चैत्र महीने की धूप इतनी तीव्र होती है कि गधा भी छांव की तलाश करता है।

"जेठ की दोपहरी, सासरे जाओ न बहू।" अर्थात, जेठ महीने की दोपहर इतनी गर्म होती है कि बहू को ससुराल जाने से मना किया जाता है।

"आषाढ़ की बादरी, कज्जल भरी नैन।" अर्थात, आषाढ़ महीने में बादल काजल से भरे नेत्रों के समान होते हैं, जो वर्षा का संकेत देते हैं।

निष्कर्ष :–राजस्थान में गर्मी का मौसम चुनौतीपूर्ण होता है, लेकिन सही सावधानियों और परंपरागत ज्ञान के साथ इसे सहन किया जा सकता है। जल संरक्षण, उचित आहार, वस्त्र चयन और स्वास्थ्य पर ध्यान देकर इस भीषण गर्मी के प्रभाव को कम किया जा सकता है। साथ ही, हमें पशु–पक्षियों की देखभाल और पर्यावरण संरक्षण के प्रति भी जागरूक रहना चाहिए, ताकि यह सुंदर प्रदेश अपनी प्राकृतिक संपदा और सांस्कृतिक विरासत के साथ आगे बढ़ता रहे।

लेखिका- श्वेता यादव

राशिफल रविवार 20 अप्रैल, 2025

पंडित अनिल शर्मा

वैशाख मास, कृष्ण पक्ष, सप्तम तिथि, रविवार, विक्रम संवत 2082, पूर्वाषाढ़ा नक्षत्र दिन 11:48 तक, सिद्ध योग रात्रि 12:12 तक, विष्टिकरण प्रातः 6:41 तक, चन्द्रमा आज सायं 6:04 से मकर राशि में संचार करेगा।

ग्रह स्थिति: सूर्य–मेष, चन्द्रमा–धनु, मंगल–कर्क, बुध–मीन, गुरू–वृष, शुक्र–मीन, शनि–मीन, राहु–मीन, केतु–कन्या राशि में।

आज राजयोग सूर्योदय से दिन 11:48 तक है। रवियोग दिन 11:48 तक है। त्रिपुष्कर योग दिन 11:48 से सायं 7:01 तक है। सर्वार्थ सिद्धि योग दिन 11:48 से सूर्योदय तक है। आज भद्रा प्रातः 6:41 तक रहेगी। आज काल अष्टमी, इस्टर सण्डे है।

श्रेष्ठ चौघड़िया: चर 7:38 से 9:14 तक, लाभ–अमृत 9:14 से 12:26 तक, शुभ 2:02 से 3:38 तक।

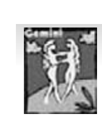
राहूकाल: 4:30 से 6:00 तक। सूर्योदय 6:02, सूर्यास्त 6:49

मेष

नवीन कार्यों के संबंध में सकारात्मक आश्वासन प्राप्त होंगे। अटके हुए कार्य बनने लगेंगे। धार्मिक स्थान की यात्रा संभव है। आज खान–पान के कारण स्वास्थ्य खराब हो सकता है।

वृष

आज अपनी कार्य योजना को सीमित रखें। चन्द्रमा अष्टम भाव में शुभ नहीं है। नवीन कार्यों में परेशानी हो सकती है। मित्रों/रिश्तेदारों आपसी मतभेद बढ़ सकते हैं।



मिथुन

परिवार में आपसी सहयोग–समन्वय बना रहेगा। परिवार में शुभ–मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। आज अतिथियों के आगमन से उत्सव जैसा माहौल रहेगा।

कर्क

विवादित मामलों से राहत मिल सकती है। व्यक्तिगत परेशानियां दूर होने लगेगी। अस्त–व्यस्त दिनचर्या में सुधार होगा। आज शुभ कार्य के लिए यात्रा संभव है।

सिंह

परिजनों के व्यवहार के कारण दुःख हो सकता है। आज आवश्यक कार्यों के संबंध में दुविधा बनी रहेगी। स्वास्थ्य का ध्यान रखें।

कन्या

घर–परिवार में सुख–शांति बनी रहेगी। सुख–सुविधाएं बढ़ेगी। परिवार में आपसी सहयोग–समन्वय बना रहेगा। धार्मिक–मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। शुभ कार्य के लिए यात्रा संभव है।

तुला

परिवार में मन को प्रसन्न करने वाले संदेश प्राप्त होंगे। परिजनों के सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है। विवादित मामलों से राहत मिल सकती है।

वृश्चिक

आर्थिक कारणों से अटके हुए कार्य बनने लगेंगे। संभावित स्त्रोत से धन प्राप्त होगा। आज अटके हुए कार्य बनने लगेंगे। विवादित मामलों से राहत मिल सकती है।

धनु

मानसिक तनाव से राहत मिलेगी। मनःस्थिति में सुधार होगा। आज आवश्यक कार्य योजनानुसार बनने लगेंगे। व्यक्तिगत प्रयासों से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है।

मकर

आज अनर्गल कार्यों में समय खराब होगा। घर–गृहस्थी के खर्चों में अनावश्यक वृद्धि हो सकती है। मन में असंतोष बना रहेगा। परिवार में वाद–विवाद टालना ठीक रहेगा।

कुंभ

आर्थिक/वित्तीय मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा। अटका हुआ धन प्राप्त होगा। विवादित मामलों से राहत मिल सकती है। परिवार में शुभ–मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं।

मीन

अपने अति आवश्यक कार्यों को प्राथमिकता से करने का प्रयास करें। अटके हुए कार्य शीघ्रता/सुगमता से बनने लगेंगे। महत्वपूर्ण कार्य योजना का सफलता से क्रियान्वयन होगा।