विचार बिन्दु

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

जराजीर्णता प्रतिषेध एवं प्रबंध

कल्पना कीजिए एक 75 वर्षीय दादी, जो कुछ साल पहले तक सक्रिय थीं, अपने पोते-पोतियों के साथ खेलती थीं, और सामुदायिक गतिविधियों में भाग लेती थीं, अब सीढ़ियाँ चढ़ने में कठिनाई महसूस कर रही हैं, अक्सर संतुलन खो देती हैं, और पहले से कहीं अधिक थकान महसूस करती हैं। यह कहानी अनोखी नहीं है। दुनिया भर में, जराजीर्णता-एक जटिल नैदानिक स्थिति, जिसमें शक्ति, सहनशक्ति और शारीरिक कार्यों में कमी होती है-वृद्धों की जनसंख्या के लिए एक महत्वपूर्ण चुनौती प्रस्तुत करती है। 2019 के एक वैश्विक विश्लेषण के अनुसार, जराजीर्णता का प्रभाव 65 वर्ष और उससे अधिक उम्र के लगभग 10 प्रतिशत लोगों पर होता है, और उम्र के साथ इसकी व्यापकता में उल्लेखनीय वृद्धि होती है। तेजी से वृद्ध होती जनसंख्या के कारण भारत में जराजीर्णता और आयु से संबंधित स्वास्थ्य गिरावट सामान्य बात होती जा रही है। जहां 112 मिलियन से अधिक बुजुर्ग लोग शारीरिक, मानसिक,सामाजिक और आर्थिक चुनौतियों का सामना कर रहे हैं।

बुढ़ापे में किसी की मदद के बिना चलने-फिरने, पहनने-ओढ़ने और मल त्याग में सक्षम रहना है तो यह आलेख आपके लिए है।

जराजीर्णता, या फ्रैलटीका आधुनिक विज्ञान और आयुर्वेद दोनों में व्यापक रूप से विमर्श किया गया है। समकालीन शोध ऑक्सीडेटिवस्ट्रेस, इन्फ्लेमेशन, और फ्री रेडिकल क्षति के कारण शारीरिक गिरावट पर केंद्रित है। इसके विपरीत आयुर्वेद उम्र बढ़ने के साथ शारीरिक, मानसिक और सामाजिक जराजीर्णता की एक समग्र दृष्टि प्रदान करता है। आयुर्वेद के अनुसार, जराजीर्णता तीन दोषों-वात, पित्त और कफ-के असंतुलन और शरीर के ऊतकों (धातु), पाचकाग्नि और मल प्रबंधन प्रणालियों के क्षय के कारण उत्पन्न होती है। वस्तुतः समय के परिणाम से बुढ़ापा और मृत्यु हर व्यक्ति के जीवन में अंततः आते हैं, और बुढ़ापे में होने वाली समस्यायें स्वाभाविक हैं। इनकी चिकित्सा नहीं होती (कालस्य परिणामेन जरामृत्युनिमित्तजाः। रोगाः स्वाभाविका दृष्टाः स्वभावो निष्प्रतिक्रियः॥ च.शा.1.115)। स्वाभाविक जरावस्था को नहीं टाला जा सकता, पर अकाल-जरा या असमय बुढ़ापे की समस्याओं से निपटने के लिये आयुर्वेद में पर्याप्त, प्रभावी और प्रमाण-आधारित उपाय हैं।

आयुर्वेद उम्र बढ़ने (जरावस्था) को एक प्राकृतिक प्रक्रिया के रूप में मान्यता देता है जो शरीर, इंद्रियों, मन और आत्मा को प्रभावित करती है। जीवन के विभिन्न चरणों में वात, पित्त, और कफ की परस्पर क्रियाशीलता के कारण विशिष्ट शारीरिक परिवर्तन होते हैं। बचपन मेंकफ दोष का प्रभुत्व होता है, जो वृद्धि और विकास (अनाबॉलिज्म) को बढ़ावा देता है। वयस्कता में पित्त का प्रभुत्व होता है, जो चयापचय और शरीर की कार्यक्षमता को बनाए रखता है। वृद्धावस्था में वात का प्रभुत्व होता है, जो शरीर के गिरावट (कैटाबॉलिज्म) की ओर ले जाता है। कफ के क्षय के कारण बल में कमी होना, वात की वृद्धि के कारण शरीर में दर्द और कॉग्निटिव इम्पेयरमेंट और पित्त की विषमता से अग्नि-वैषम्य बुढ़ापे के मुख्य लक्षण हैं जो जराजीर्णता लाते हैं।

आधुनिक वैज्ञानिक दृष्टिकोण और उनका आयुर्वेद से मेलअब बहुत स्पष्टता से देखा जा सकता है। वर्ष 2019 के विश्लेषण में उद्धृत आधुनिक वैज्ञानिक अध्ययन पुष्टि करते हैं कि जराजीर्णता कई कारकों, जैसे कि आनुवंशिक प्रवृत्ति, जीवनशैली विकल्प और पर्यावरणीय जोखिमों से प्रभावित होती है। जराजीर्णता के मुख्य कारणों में मांसपेशियों के द्रव्यमान और शक्ति का ह्रास (सार्कोपेनिया), संज्ञानात्मक गिरावट, कुपोषण और गतिशीलता में कमी शामिल हैं। ये स्थितियाँ ऑक्सीडेटिव तनाव और इन्फ्लेमेशन में वृद्धि से जुड़ी होती हैं, जो आगे कोशिका क्षति और उम्र बढ़ने को तेज करती हैं।

रोचक बात यह है कि जराजीर्णता के प्रबंधन के लिए आयुर्वेद की सलाह और आधुनिक वैज्ञानिक रणनीतियों के मध्य बड़ी निकटता है। उदाहरण के लिए, आयुर्वेद उम्र से संबंधित शारीरिक गिरावट को रोकने के लिए संतुलित अग्नि (पाचनशक्ति) और वात दोष के प्रबंधन पर जोर देता है। यह दृष्टिकोण ऑक्सीडेटिव तनाव और इन्फ्लेमेशन को कम करने के लिए आधुनिक हस्तक्षेपों के साथ सुसंगत है ताकि उम्र-आधारित रोगजनन की गति को धीमा किया जा सके।

जराजीर्णता की रोकथाम की रणनीतियाँ: जराजीर्णता की रोकथाम और प्रबंधन के लिए एक बहुआयामी दृष्टिकोण की आवश्यकता होती है जिसमें जीवनशैली में परिवर्तन, आहार संबंधी हस्तक्षेप और उपचारात्मक अभ्यास शामिल होते हैं। यहाँ आज तक अद्यतन, प्रमाण-आधारित और सर्वाधिक प्रभावी रणनीतियाँ दी गई हैं: बहुयुक्त व्यायाम वनानुभव समाजोन्मुखता विवाहकर्तव्यनिष्ठा सत्यनिष्ठा शुद्धान्तः करणोत्तम प्रज्ञाध्यात्म ज्ञानसुखायु हितायु सहाग्निसाम्यं फलशाक विविधाशनम द्यत्यागोदरस्थौल्य मुक्ततासहितं नित्यसेवनीयै रामलक्याद्यैः रसायनैश्च जराजीर्णतायाः प्रतिषेधंकरोति, तत्रसर्वेषुव्यायामर सायनयोः सर्वरसाभ्यासस्य च श्रेष्ठतमत्वम्। (यजुर्विदतन्त्र)। इस सूत्र को विस्तार से समझने के पूर्व इसका अर्थ समझना आवश्यक है। विविध प्रकार के व्यायाम, वनानुभव, समाज से मेल-मिलाप, वैवाहिक और पारिवारिक स्थिति, कर्तव्यनिष्ठा,सत्यनिष्ठा, शुद्ध अंतःकरण, उत्तम प्रज्ञा, अध्यात्मज्ञान, सुखायु (सुखी जीवन) और हितायु (हितकारी जीवन) के साथ-साथ अग्नि का साम्य (पाचनाग्नि का संतुलन), फल और सब्जियों का विविध आहार, मद्य का त्याग, उदरस्थौल्य (तोंद के रूप में पेट की चर्बी) का अभाव, आंवला, द्राक्षा, अनार आदि जैसे नित्य सेवन योग्य रसायन – ये सब मिलकर जराजीर्णता का प्रतिषेध (बचाव, प्रिवेंशन) करते हैं। इनमें से,व्यायाम, रसायन सेवन, और सभी रसोंसे युक्त नियमित आहार की विविधता बचाव के सर्वोत्तम कारक हैं।

ध्यान दीजिये, यजुर्विदतन्त्र कोई संकलन नहीं बल्कि आयुर्वेद की एक मौलिक संहिता है जो ज्ञान की त्रिवेणी-शास्त्र, साइंस, अनुभव-पर आधारित है व युगानुरूप लिपिबद्ध की जा रही है। उपरोक्त सूत्र जराजीर्णता प्रबंधन एवं प्रतिषेध पर उपलब्ध ज्ञान को एकीकृत कर लिखा गया है। प्राचीन संहिताओं और समकालीन वैज्ञानिक शोध पर प्रकाशित सर्वश्रेष्ठ 422 मेटा-एनालिसिस, और अनुभवजन्य ज्ञान समाहित हैं। इस सूत्र में प्रदत्त उपयोग-योग्य जानकारी आगे प्रस्तुत है।

> **आयुर्वेद का सुझाव है कि खाने की आदतों के प्रति सचेत रहना और भारी, तैलीय या प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों की अत्यधिक खपत से बचना पेट के मोटापे और उससे जुड़े जोखिमों को रोक सकता है। आधुनिक शोध से पता चलता है कि उदर-मोटापा कई क्लिनिकल समस्याओं, जैसे कि मेटाबोलिक सिंड्रोम, मधुमेह और हृदय रोगों से जुड़ा हुआ है। ये सभी रोगजराजीर्णता में योगदान करते हैं।**

1. बहु-घटक व्यायामः जराजीर्णता की रोकथाम और प्रबंधन में एक महत्वपूर्ण स्तंभ है। आयुर्वेद के अनुसार,बल के आधे तक नियमित व्यायाम दोषों को संतुलित करता है, विशेष रूप से वात,जो गतिशीलता से जुड़ा होता है। यह मांसपेशियों को मजबूत करता है, सहनशक्ति को बढ़ाता है, और जोड़ों का लचीलापन बनाए रखता है। वैज्ञानिक अनुसंधान से पता चलता है कि बहु-घटक व्यायाम (एरोबिक, प्रतिरोध, संतुलन, और लचीलापन प्रशिक्षण का संयोजन) मांसपेशियों के द्रव्यमान, हड्डियों का घनत्व, और समग्र शारीरिक कार्य को सुधारकर जराजीर्णता के जोखिम को काफी कम कर सकता है।

2. आहार विविधता और पौष्टिक भोजनः दोषों को संतुलित करने और स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के लिए आयुर्वेद सभी छह रसों (षड रस) से समृद्ध आहार पर जोर देता है। आधुनिक पोषण विज्ञान भी इस सिद्धांत का समर्थन करता है, जो फलों, सब्जियों, साबुत अनाज, फलियां, मेवे और बीजों जैसे खाद्य पदार्थों से समृद्ध विविध आहार का परामर्शदेता है। ये खाद्य पदार्थ एंटीऑक्सीडेंट, विटामिन, और खनिजों से भरपूर होते हैं, जो जराजीर्णता की रोकथाम, ऑक्सीडेटिव तनाव और दर्द व सूजन को कम करने में मदद करते हैं।

3. रसायनः आयुर्वेद के रसायन उम्र बढ़ने को रोकने और दीर्घायु को बढ़ावा देने के लिए निर्धारित की गई है। इसमें आंवला, द्राक्षा, अनार, अश्वगंधा, और ब्राह्मी जैसी जड़ी-बूटियों का उपयोग शामिल है,जो एंटीऑक्सीडेंट गुणों और संज्ञानात्मक और शारीरिक कार्य को बढ़ाने की क्षमता के लिए जानी जाती हैं। आधुनिक शोध इन लाभों की पुष्टि करता है, जिससे पता चलता है कि इस तरह की जड़ी-बूटियाँ ऑक्सीडेटिव क्षति को कम करके और कोशिका कार्य में सुधार करके उम्र बढ़ने के प्रभावों में कमी ला सकती हैं।

4. सामाजिक सहभागिता और मानसिक कल्याणःजराजीर्णता केवल एक शारीरिक स्थिति नहीं है; इसका एक महत्वपूर्ण मानसिक घटक भी होता है। आयुर्वेद मानसिक स्वास्थ्य (सत्त्व) पर जोर देता है और ध्यान, आध्यात्मिक गतिविधियाँ (आध्यात्मिक आहार) और सामाजिक सहभागिता जैसी बातों पर सुझाव देता है ताकि मन को संतुलित रखा जा सके। आधुनिक अध्ययन बताते हैं कि सामाजिक सहभागिता और संज्ञानात्मक गतिविधियाँ, संज्ञानात्मक गिरावट को रोकने और मानसिक कल्याण को बढ़ावा देने में मदद कर सकती हैं, जिससे जराजीर्णता का जोखिम कम हो जाता है।

5. पाचनशक्ति का प्रबंधन और दोष संतुलनः आयुर्वेद के अनुसार, पोषक तत्वों के अवशोषण और आत्मसात करने के लिए संतुलित पाचक अग्निआवश्यक है। वृद्धावस्था में, पाचन दक्षता अक्सर कम हो जाती है, जिससे कुपोषण और जराजीर्णता होती है। इसका प्रबंधन करने के लिए, आयुर्वेद पाचक जड़ी-बूटियों के उपयोग, सावधानीपूर्वक खाने के अभ्यास और उचित पाचन और चयापचय कार्य सुनिश्चित करने के लिए नियमित मलत्याग की सिफारिश करता है। वैज्ञानिक अध्ययन भी जराजीर्णता की रोकथाम के लिए आंत के स्वास्थ्य और पोषक तत्वों के अवशोषण को बनाए रखने पर जोर देते हैं।

6. शारीरिक-भार और उदर-स्वास्थ्य का रखरखावः जराजीर्णता की रोकथाम में इष्टतम शरीर भार बनाए रखना और उदर मोटापा (सेंट्रल ओबेसिटी) से बचना आवश्यक है। आयुर्वेद का सुझाव है कि खाने की आदतों के प्रति सचेत रहना और भारी, तैलीय या प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों की अत्यधिक खपत से बचना पेट के मोटापे और उससे जुड़े जोखिमों को रोक सकता है। आधुनिक शोध से पता चलता है कि उदर-मोटापा कई क्लिनिकल समस्याओं, जैसे कि मेटाबोलिक सिंड्रोम, मधुमेह और हृदय रोगों से जुड़ा हुआ है। ये सभी रोग जराजीर्णता में योगदान करते हैं।

7. अत्यधिक निष्क्रिय व्यवहार से बचनाः आयुर्वेद और आधुनिक विज्ञान दोनों इस बात से सहमत हैं कि अत्यधिक निष्क्रिय व्यवहार (सदासन या सीडेंटरीबिहैवियर) स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है। चेष्टाद्वेषी व्यक्ति बहुत जल्दी जराजीर्णता में फंस जाते हैं। स्वास्थ्य और जीवन-शक्ति को बनाए रखने के लिए आयुर्वेद शारीरिक निष्क्रियता से बचने और नियमित शारीरिक व्यायाम को दैनिक दिनचर्या में शामिल करने परामर्श देता है। वैज्ञानिक अध्ययन भी पुष्टि करते हैं कि नियमित व्यायाम, यहां तक कि छोटे अंतराल में भी, मांसपेशियों की शोष को रोक सकता है, हृदय स्वास्थ्य को बनाए रख सकता है, और जराजीर्णता के जोखिम को कम कर सकता है।

8. नित्य-सेवनीय रसायनों का दैनिक उपयोगः आयुर्वेद आंवला (आमलकी), अनार (दाडिम),द्राक्षा (मुनक्का), गाय का दूध और घी जैसे नित्य सेवनीय रसायनों के दैनिक उपयोग की सलाह देता है। इससे स्वास्थ्य को बढ़ावा मिलता है और उम्र-आधारित रोगजनन की गति बहुत कम हो जाती है। आधुनिक पोषण विज्ञान यह मानता है कि ये पदार्थ, एंटीऑक्सीडेंट और स्वस्थ वसा से भरपूर होते हैं,जो ऑक्सीडेटिव तनाव से लड़ सकते हैं, व्याधिक्षमत्व (प्रतिरक्षा) को बढ़ा सकते हैं, और रोगरहित दीर्घायु (हेल्थ-स्पान) दे सकते हैं, जिससे जराजीर्णता की रोकथाम हो सकती है। यदि स्वस्थ व्यक्ति के भोजन में प्रतिदिन अनार, आमलकी और द्राक्षा हो तो उस व्यक्ति के स्वस्थ रहेने की प्रबल संभावना है।

आयुर्वेद और आधुनिक विज्ञान मिलकर जराजीर्णता के प्रबंधन के लिए एक व्यापक रणनीति प्रदान करते हैं। जीवनशैली में संशोधन,आहार हस्तक्षेप, व्यायाम, सामाजिक सहभागिता, और रसायन चिकित्सा को एकीकृत करके, हम स्वस्थ उम्र बढ़ने को बढ़ावा दे सकते हैं और जराजीर्णता के जोखिम को कम कर सकते हैं, जिससे उन्नत आयु में भी एक अधिक जीवंत, स्वतंत्र और संतोषजनक जीवन जीने में सक्षम हो सकते हैं।

–अतिथि सम्पादक,
डॉ. दीप नारायण पाण्डेय
(इंडियन फारेस्ट सर्विस से सेवानिवृत्त, वर्तमान में राष्ट्रीय आयुर्वेद संस्थान, जयपुर में विजिटिंग प्रोफेसर)
(यह लेखक के निजी विचार हैं और 'सार्वभौमिक कल्याण के सिद्धांत' से प्रेरित हैं।)

जब उच्चतम कोर्ट भी पेंशन दिलवाने में असफल रहे तो क्या पेंशनर इंटरनेशनल कोर्ट में फ़रियाद करे?

प्रो. वीर बहादुर सिंह

राजस्थान सरकार की हठधर्मिता की पराकाष्ठा ही कहें कि विश्व विद्यालयी पेंशनर अब आंदोलन करते थक चुके हैं विडम्बना ये है कि लगभग 18 वर्षों से चली आ रही समस्या को राज्यमुख्यमंत्री ने एक बार भी सदन में राज्य से निर्वाचित जनप्रतिनिधिओं से चर्चा करना तो दूर सदन को कभी समस्या से अवगत तक नहीं कराया। मैं इतिहासकारों से यह अपील करता हूँ कि इस मामले की विवेचना इतिहास लिखते समय अवश्य कर दें ताकि भविष्य की पीढ़ीओं को मार्गदर्शन मिल सके यह जानने का कि पूर्व की प्रदेश सरकारों ने क्यों और कैसे जनता के एक सबसे शिक्षित वर्ग के अधिकारों को कैसे बिना सदन में संवाद के नकार दिया।

प्रजातंत्र में एक बड़ी त्रासदी घटित होती है उनके साथ जो पूरे जीवन कार्यशील रहते अपनी सेवायें निष्ठापूर्वक देते हैं और सेवानिवृत पश्चात अपने ही वरिष्ठ और कनिष्ठ सरकारी अधिकारिओं के हाथों उपेक्षा के शिकार बनते हैं। राजस्थान प्रदेश में ऐसा ही एक वर्ग है सेवानिवृत कृषि विश्वविद्यालयों के सेवानिवृत कृषि अध्यापकों, कृषि वैज्ञानिकों व् अनुसन्धान कर्ताओं और कृषि तकनीकों कोप्रसार शिक्षा के माध्यम से किसानों व् उनके खेतों तक ले जाने तथा लगभग समान संख्या में सहायक और सहयोगी कर्मचारिओं का।

जनता की सूचना के लिए बता दें कि राजस्थान सरकार ने बिना कर्मचारिओं की मांग के अपनी तरफ और विवेक से वर्ष 1990 से सेवानिवृत्ति पर पैंशन का प्रावधान किया था यह प्रावधान प्रदेश के सभी अन्य विश्वविद्यालयों में भी लागू किया गया। पैंशन प्रावधान को लागू करने राजस्थान तब कोई अकेला प्रदेश नहीं था वल्कि उसी समय निकटवर्ती सभी प्रदेशों में यह व्यवस्था उनकी सरकारों ने आगे पीछे लागू कर दी थी।

उत्तरप्रदेश एक ऐसा राज्य है जहाँ कतिपय राजकीय संस्थानों व् कुछ इने गिने संस्थानों को छोड़कर अधिकाँश शिक्षा प्राइवेट सेक्टर में है। वहां प्राइमरी से लेकर सभी तरह की उच्च शिक्षा प्राइवेट रहते प्रदेश सरकार ने पहले तो सरकारी संस्थानों के समान वेतनमान लागू किये (यह काम श्री हेमवती नंदन बहुगुणा तब के मुख्यमंत्री ने किया था) और बाद में सभी को पेंशन भी सरकारी मापदंडों के समान प्रदान कर दी। वर्तमान में वहां सभी प्राइवेट संस्थानों से रिटायर कर्मचारी पैंशन सीधे सरकार से प्राप्त कर रहे हैं। अभी तक वहां किसी भी वर्ग के सेवानिवृत पेंशनर की कोई शिकायत आजतक कभी सुनने को नहीं मिली। अन्य प्रदेशों में भी सभी को पेंशन बिना किसी कठिनाई वर्तमान में मिल रही है।

राजस्थान प्रदेश में जहाँ सेवानिवृत पैंशन पानेवालों की संख्या अपेक्षाकृत बहुत कम है वहीँ कृषि विश्वविद्यालयों की तो अपेक्षाकृत बहुत ही कम है क्योंकि ये सब औरों से बहुत बाद में स्थापित किये गए। ऐसे में सरकार इन संस्थानों के रिटायर सेवानिवृत लोगों को पेन्शन नहीं देना चाहती और निर्देश करती है कि पेंशन विश्व विद्यालय दे। जब सभी विश्वविद्यालय सरकार के हैं उनके सम्पूर्ण व्यय वेतन और लेबोरेटरी लाइब्रेरी आदि के खर्चे सरकार ही देती है तो फिर पेंशन क्यों नहीं ?यह बात एकदम स्पष्ट है कि विश्वविद्यालयों की इतनी आय नहीं होती कि उससे पेंशन दी जा सके। विभिन्न विषयों में प्रवेश के लिए सीटों की संख्या और फीस निर्धारण सरकार करती है इसलिए रेवेन्यू नगण्य रहता है। इस सब के ऊपर सरकार विश्व विद्यालयों को काट-छाँट कर नए विश्वविद्यालय स्थापित कर देती है और उनके स्थाई संचालन के लिए उनका इस्टैब्लिशमेंट खर्च ही अनाप सनाप बढ़ा लेती है क्योंकि कुलपति, कुलसचिव, वित्तिनयन्त्रक, निदेशक प्लानिंग, निदेशक अनुसन्धान, निदेशक प्रसार शिक्षा, एस्टेट अफसर, अधिष्ठाता पोस्ट ग्रेजुएट व् परीक्षा नियंत्रक और इन सबके लिए एक एक उचित पर्सनल सहायक यानी लगभग 16 से 18 व्यक्तिओं के कर्मचारिओं में वृद्धि कर लेती है। और सरकार मानती है कि इन पर कोई खर्चा नहीं होता ? और फिर रोती है कि सरकार के पास धन की कमी है। यह कैसा चरित्र है सरकार का सभी को मूर्ख बनाने का ,क्या सरकार की फ़िज़ूलख़र्ची को कोई समझता नहीं ?

राज्य सरकार जब विश्व विद्यालयों के सेवानिवृत कर्मचारिओं को पैंशन देने से मना कर रही हो तो क्या राजस्थान प्रदेश का वेलफेयर स्टेट का दर्जा समाप्त हो चुका है? और हो भी गया हो तो सरकार मना किस आधार और नियम के अंतर्गत ऐसा कर सकती है ? क्या राज्य के विश्वविद्यालयों के पेंशनर विदेशी हैं, या घुसपैठिये जिनके साथ ग़ैर -नागरिक जैसा वर्ताव सरकार कर रही है। सेवानिवृति पर इन कर्मचारिओं का प्रोविडेंट फण्ड का आधा हिस्सा मय अर्जित ब्याज के सरकार नें रोक लिया था और पेन्शन देना शुरू कर दिया था। वर्ष 1990 से लगभग 2005 तक पेंशन निर्बाध मिलती भी रही। विश्वविद्यालय में पेंशन फण्ड का प्रबन्ध सरकार से प्रति -नियुक्ति पर पदस्थापित वित्त नियंत्रक ही करते हैं। लेखक ने अपने कुलपति कार्यकाल में तत्कालीन वित्त नियंत्रक से प्रोविडेंट फण्ड और पेंशन के बारे में वार्तालाप किया था उस समय के वित्त नियंत्रक ने ये कहा था कि पेंशन में कोई व्यवधान नहीं आएगा। वेतन की ही भांति पेंशन भी सरकार से मिलती रहेगी।

लेकिन ऐसा हुआ नहीं उनके पद से हटने के उपरान्त ही वर्ष 2006 - 2007 से पेंशन देने की समस्या खड़ी हो गई क्योंकि सरकार और उसके वित्त नियंत्रक पेंशन फण्ड का प्रबंध करने में असफल रहे और फण्ड कम पड़ने लगा। सरकार और उसके वित्त नियंत्रक ने फण्ड को सुदृण बनाये रखने के लिए कोई उपाय नहीं किये। फलस्वरूप पेंशन न मिलती देख पेंशनरों ने लिखित में प्रार्थनायें, स्मरणपत्रों आदि से हल न होते देख आंदोलन का रास्ता अपनाया। जिसकी खबर मीडिया में आने पर उच्च न्यायलय जयपुर ने स्वतः संज्ञान लेकर परिवाद रजिस्टर कर कार्यवाही शुरू कर दी और व्यवस्था दी कि सरकार तुरंत समस्या को हल कर पेंशन चालू रखे। फिर भी राज्य सरकार ने इस समस्या पर कोई गंभीर कदम नहीं उठाया और 17-18 वर्ष लड़ते भिड़ते पेंशनर आज यहाँ तक पहुँचे। मामला सुप्रीम कोर्ट तक गया लेकिन ढाक के तीन पात। आश्चर्य प्रशासनिक सचिवों के आगे कोर्ट भी निष्फल और लाचार। फिर पेंशनर क्या अन्तर्राष्ट्रीय कोर्ट जाएँ ?सरकार के सचिवों की करतूतों के पेंशनरों के पास पर्याप्त सबूत हैं यह बात सरकार को विदित रहना चाहिए इस बाबत किसी अन्य प्लेटफॉर्म पर कोई भी कदम रखना सरकार की निष्फलता की कहानी और बदनामी ही चहुंओर सुनाई देगी, सचिवों का न कभी कुछ बिगड़ा और न बिगड़ेगा।

अभी तक पेंशनर इस बाबत अनेक मंत्री, एमपी और एमएलए से समय समय गुहार लगा चुके हैं लेकिन किसी ने भी बात तक नहीं सुनी। यह सब पॉलिटी में बकवास है कि डबल इंजन की सरकार से देश और प्रदेश में सभी लोग खुशहाल और योजनाएं सुचारु चलती हैं।

लेखक का मानना है डबल इंजन की सरकार से केंद्र की सरकार को भले ही शासन में सुगमता होती हो क्योंकि विरोध की संभावना नगण्य हो जाती है। लेकिन डेमोक्रेसी में इससे उदासीनता पनपती है और प्रदेश के नेता हमेशा अपनी उच्च लीडरशिप की तरफ निहारते तो हैं परतु उनसे अपनी गुहार नहीं लगा पाते। इससे प्रदेश की जनता के किसी समूह और पेंशन जैसी कठिनाई बिना किसी हल के स्थाई बनी रहती हैं। मेरा विचार भी अभी ऐसा बना है जब मैंनें देखा कि कोई भी जनप्रतिनिधि समस्या सुनने को भी तैयार नहीं। डेमोक्रेसी में क्या ऐसी उपेक्षा होनी चाहिए? प्रदेश और केंद्र सरकारें इस पर पेंशन भोगिओं को कोई तो विकल्प उपलब्ध करवाएं ? दूसरा कौन करेगा ? क्या इसकी गुहार पाकिस्तान, रूस या अमेरिका आदि से करनी पड़ेगी ? अथवा इसी प्रकार उत्पन्न आर्थिक विपन्नता से वरिष्ठ लोग देवलोक सिधार जायेंगे ?

प्रदेश के सभी विश्व विद्यालय और विशेष रूप से कृषि शिक्षा व् अनुसन्धान के, सर्वाधिक पीड़ित हैं। इसी माह जयपुर में सभी विश्व विद्यालयों के पेंशन संघों का प्रदर्शन भी हुआ। मुझे नहीं लगता उसका भी कोई प्रभाव सरकार पर पड़ा हो ? अपेक्षाकृत कम संख्या और सामान्य तरीके से आंदोलन को कोई तब्जो नहीं देता। फिर पीड़ित वर्ग के पास क्या विकल्प और तरीका है कि उन्हें पेंशन मिलती रहे?

इस पूरे प्रकरण में सम्पूर्ण दोष सरकारों का रहा है जिसके लिए चाहे मंत्री जिम्मेदार हों या सचिव अथवा दोनों। पहले तो सरकार ने संस्थानों में वर्षों से स्वीकृत पदों में कमी इस सीमा तक कर दी कि वेतनभोगिओं की तन्खा से प्रोविडेंट फण्ड और पेंशन अंशदान नगण्य हो गया। इसलिए यह भूल जाइये कि राज्य के विश्वविद्यालय कभी सक्षम होंगे सेवानिवृत कर्मचारिओं को पेंशन देने में ? आज नहीं तो भविष्य में सरकार को पेंशन फण्ड सरकार के स्तर अथवा विश्वविद्यालय स्तर पर बनाकर सुदृण करना ही पड़ेगा यदि पेंशन प्रावधान आगे बनाये रखना है तो।

वैसे भी सरकार जनता से वसूले टैक्स से अर्जित धन को अपने वोट की खातिर मुफ्त बाँटती है वो संविधान सम्मत है अथवा लूट? एक जानकारी के अनुसार राजस्थान सरकार पर 2023 में 537013 करोड़ का कर्जा था क्या मुफ्त बाटने के लिए सरकार कर्जा भी लेती है केंद्र सरकार का इस पर कोई अंकुश नहीं लेकिन वहां फण्ड की कोई कमी नहीं ? जब कर्जा चुकाना ही नहीं है तो पेंशन देनें के लिए भी सरकार कर्जा ले ले। भले ही चाहे प्रदेश बेचना पड़े यदि कर्जा चुकाने में असमर्थ हो जाएँ।

समस्या हल का कोई चारा नहीं दिखता सिवाय इसके कि सरकार तत्काल प्रभाव से विश्व विद्यालय कर्मचारिओं के लिए पेंशन व्यवस्था निरस्त कर दे। इससे जो जीवित हैं वे शीघ्र देवलोक चले जायेंगे और आगे सेवानिवृत होने वाले कुछ समय जीवित रहने के लिए अपने स्तर पर कोई प्रकल्प शुरू कर दें। समस्या बुजुर्ग बिधवा महिलाओं, तरुण बालिकायों और रोगग्रस्त वरिष्ठ को आएँगी, तो वे ईश्वर का नाम लेते भुगतेंगे और फिर अपना रास्ता वे भी पकड़ लेंगे। इससे सरकार को बड़ी राहत मिलेगी। कहीं से कोई फिर मांग नहीं उठेगी, और पूरी शिक्षा विशेषरूप से उच्च कृषि शिक्षा और अनुसन्धान सर्वोत्तम शिखर को छू लेगा। कृषि पंडितों को करने के लिए फिर कुछ बचेगा भी नहीं।क्योंकि विभिन्न विषयों की कक्षाओं में पढ़ाई सड़क से बटोरे व्यक्ति प्रति कालांश भुगतान पर कर देते हैं भले ही वे पढ़ाने केलिये अधिकृत न हों (पढ़ाने के लिए केवल डिठी होना काफी नहीं है।)

इसको पढ़िए और संतोष से ध्यान में बैठिये, शान्ति मिलेगी प्रार्थना करिये ईश्वर सरकार को सद्बुद्धि दे। अन्यथा कुछ शक्ति आने पर फिर भीख के लिए प्रयत्न शुरू कर दीजिये। एक समय न आप रहेंगे कुछ कहने के लिए और न आपके लिए कोई कहनें को बचेगा। द्वतीय विश्व युद्ध में भी ऐसे ही हालात बन गए थे। राम भली करें, इति।

–प्रो. वीर बहादुर सिंह,
कृषि शिक्षाविद सेवा निवृत,
महाराणा प्रताप कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय,
उदयपुर, राजस्थान

मां, मातृभाषा एवं मातृभूमि का कोई विकल्प नहीं: प्रो. बाबूराम

भारतीय साहित्य में राष्ट्रीय चेतना विषयक अंतरराष्ट्रीय संगोष्ठी में हुए दो तकनीकी सत्र

जोधपुर, (कांस)। मां, मातृभाषा एवं मातृभूमि का कोई विकल्प नहीं है। भारत की सभी भाषाओं का साहित्य ही भारतीय साहित्य है। ये विचार बाबा मस्तनाथ विश्वविद्यालय रोहतक हरियाणा के हिंदी विभागाध्यक्ष प्रो. बाबूराम ने अंतरराष्ट्रीय संगोष्ठी के द्वितीय तकनीकी सत्र में व्यक्त किए। सत्र की अध्यक्षता करते हुए उन्होंने कहा कि देश की प्रगति के लिए राष्ट्रीय चेतना पर निरंतर लेखन एवं साहित्य सृजन जरूरी है। वर्तमान परिपेक्ष में भारतीय साहित्य को ही विश्व साहित्य की श्रेणी में रखा जा सकता है। भारतीय साहित्य की जड़े लोक साहित्य से जुड़ी हुई है। इसी कारण इसकी संप्रेषिता अधिक है। सभी भारतीय भाषाओं को जोड़ने में हिंदी साहित्य की प्रभावी भूमिका रही है। भारतीय साहित्य लोक कल्याणकारी एवं राष्ट्र हितकारी हैं। यह ज्ञान का संचित कोष है।

> ■ **'देश की प्रगति के लिए राष्ट्रीय चेतना पर निरंतर लेखन एवं साहित्य सृजन जरूरी है'**

जानकारी के अनुसार पीएम उषा योजना के तहत जयनारायण व्यास विश्वविद्यालय के हिंदी विभाग के तत्वावधान में भारतीय साहित्य में राष्ट्रीय चेतना विषयक तीन दिवसीय अंतरराष्ट्रीय संगोष्ठी में शनिवार को द्वितीय एवं तृतीय तकनीकी सत्रों का आयोजन किया गया। द्वितीय तकनीकी सत्र में मणिपुर विश्वविद्यालय के प्रो. यशवंत सिंह ने बतौर मुख्य वक्ता कहा कि मणिपुर के लोगों में राष्ट्रीय चेतना पहले सामाजिक विषय था। फिर इसने साहित्य में प्रवेश किया। उन्होंने विभिन्न उदाहरणों के माध्यम से मणिपुर के लोगों में मातृभूमि और मातृभाषा के भाव को अभिव्यक्त किया। सत्र में डॉ. ज्ञान सिंह शेखावत, डॉ. हीराराम बराड़, डॉ. गोविंद सिंह, डॉ. दिनेश गहलोत ने भी अपने विचार व्यक्त किए। द्वितीय तकनीकी सत्र में डॉ. प्रेमसिंह राजपुरोहित ने धन्यवाद ज्ञापित किया एवं सत्र संयोजन डॉ. कीर्ति माहेश्वरी ने किया। संगोष्ठी के तृतीय तकनीकी सत्र की अध्यक्षता डॉ. श्रवण कुमार ने की। सत्र में प्रो. चंद्रकांत सिंह ने मुख्य अतिथि के रूप में अपना उद्बोधन दिया। इस सत्र में डॉ. भगवान सिंह शेखावत, प्रो. शैलेंद्र स्वामी, डॉ. ईश्वर शर्मा और डॉ. अक्षय सुराणा ने बतौर वक्ता अपने विचार व्यक्त किए। तृतीय सत्र का संयोजन डॉ. विनीता चौहान ने किया।

संगोष्ठी सचिव डॉ. महेंद्र सिंह ने बताया कि हाइब्रिड मोड पर हो रही इस सेमिनार में भारत के सभी राज्यों से शिक्षक व शोधार्थी ऑनलाइन जुड़े हुए हैं। संगोष्ठी के दूसरे दिन कई शोधार्थियों ने शोध पत्रों का वाचन किया। तीन दिवसीय अंतरराष्ट्रीय संगोष्ठी के अंतिम दिन रविवार को चतुर्थ तकनीकी सत्र के बाद समापन सत्र का आयोजन किया जाएगा।

ग्रामीण सेवा शिविर में वर्षों पुराना विवाद सुलझा

पांच भाइयों के बीच जमीन बंटवारे का हुआ आपसी समाधान

नागौर, (निसं)। सेवा पखवाड़ा के अंतर्गत ग्राम पंचायत खेड़ार में आयोजित ग्रामीण सेवा शिविर में एक प्रेरणादायक उदाहरण देखने को मिला, जब ग्राम निमोड़ा के पांच भाइयों के बीच लंबे समय से चल रहा कृषि भूमि के बंटवारे का विवाद मौके पर ही सुलझा लिया गया।

ग्राम निमोड़ा निवासी पांच भाई अमरदान, हेमाराम, भगराम, भीमाराम व नेहरूराम पुत्र विसाराम जाट के बीच खसरा नंबर 241, 242, 147, 223, 226, 228 और 230 की कुल 135 बीघा कृषि भूमि को लेकर वर्षों से विवाद चल रहा था। दोनों पक्षों के बीच आपसी सहमति नहीं बन पाने के कारण मामला वर्षों से लंबित था। 11 अक्टूबर को खेड़ार में लगे ग्रामीण सेवा शिविर में जब इन भाइयों ने अपनी समस्या रखी तो उपस्थित प्रशासनिक अधिकारियों ने तुरंत सुनवाई की। तहसीलदार डीडवाना तेजपाल पारीक, उपखंड अधिकारी मुमुक्षु कोठारी, पंचायत समिति फतेहपुरा के विकास अधिकारी एवं विभागीय अधिकारियों ने दोनों पक्षों की बात ध्यानपूर्वक सुनी। राजस्व विभाग की टीम ने मौके पर ही पंचनामा तैयार कर बंटवारे का प्रस्ताव तैयार किया। तहसीलदार द्वारा तैयार बंटवारे के प्रस्ताव को सभी भाइयों ने आपसी सहमति से स्वीकार कर लिया। मौके पर ही खसरा नंबरवार भूमि का बंटवारा सुनिश्चित कर संबंधित दस्तावेज भाइयों को सौंपे गए। इस मौके पर उपस्थित ग्रामीणों ने राहत और प्रसन्नता व्यक्त की। उनका कहना था कि वर्षों से चली आ रही पारिवारिक समस्या का समाधान प्रशासन की पहल से कुछ ही घंटों में हो गया, जिससे परिवार के बीच सद्भाव और सहयोग की भावना फिर से स्थापित हुई।

शिविर में राजस्व विभाग, महिला अधिकारिता, कृषि, समाज कल्याण सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी भी मौजूद रहे, जिन्होंने ग्रामीणों की समस्याओं का मौके पर ही निस्तारण किया। यह प्रकरण ग्राम निमोड़ा के लिए एक उदाहरण बन गया है कि जब प्रशासन जनता के द्वार तक पहुंचता है, तो न्याय, सहमति और समाधान एक साथ संभव हो जाते हैं।

राशिफल रविवार 12 अक्टूबर, 2025

पंडित अनिल शर्मा

कार्तिक मास, कृष्ण पक्ष, षष्ठि तिथि, रविवार, विक्रम संवत 2082, मृगशिरा नक्षत्र दिन 1:37 तक, वारियान योग दिन 10:55 तक, वणिज करण दिन 2:17 तक, चन्द्रमा आज मिथुन राशि में संचार करेगा।

ग्रह स्थितिः सूर्य-कन्या, चन्द्रमा-मिथुन, मंगल-तुला, बुध-तुला, गुरू-मिथुन, शुक्र-कन्या, शनि-मीन, राहु-कुम्भ, केतु-सिंह राशि में।

आज रवियोग दिन 1:37 से आरम्भ होगा। भद्रा दिन 2:17 से रात्रि 1:21 तक रहेगी।

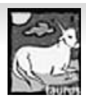
श्रेष्ठ चौघड़ियाः चर 7:55 से 9:21 तक, लाभ अमृत 9:21 से 12:13 तक, शुभ 1:40 से 3:06 तक।

राहूकालः 4:30 से 6:00 तक। सूर्योदय 6:28, सूर्यास्त 5:58

मेष

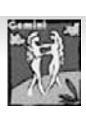
परिवार में शुभ संदेश प्राप्त होंगे। परिचितों के सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है। आज नये-पुराने मित्रों के साथ मनोरंजन के कार्यक्रम बन सकते हैं।

वृष



अपने अति आवश्यक और महत्वपूर्ण कार्यों को प्राथमिकता से करने का प्रयास करें। आर्थिक कारणों से अटके हुए कार्य बनने लगेंगे। संभावित धन प्राप्त होगा।

मिथुन



मानसिक तनाव से राहत मिलेगी। मनोबल-आत्मविश्वास बढ़ेगा। आज आवश्यक कार्य योजनानुसार बनने लगेंगे। आज परिवार में अतिथियों का आगमन बना रहेगा।

कर्क

व्यक्तिगत परेशानियों के कारण मानसिक तनाव और भय बना रहेगा। आज समय अनर्गल कार्यों में खराब हो सकता है। घर-गृहस्थी के खर्चों में अनावश्यक वृद्धि हो सकती है।

सिंह

आर्थिक मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा। आय में वृद्धि और संभावित स्त्रोत से धन प्राप्त होगा। व्यावसायिक स्थिति ठीक रहेगी। परिवार में सुख-सुविधाएं बढ़ेगी।

कन्या

अपने अति आवश्यक कार्यों को प्राथमिकता से करने का प्रयास करें। आवश्यक कार्यों में आ रही अड़चनें दूर होने लगेंगी। नवीन कार्यों में उचित सफलता मिलेगी।

तुला

परिवार में शुभ-मांगलिक संदेश प्राप्त होंगे। अटके हुए कार्य बनने लगेंगे। धार्मिक स्थान की यात्रा संभव है। नवीन कार्यों के संबंध में सकारात्मक आश्वासन प्राप्त होंगे।

वृश्चिक

चन्द्रमा अष्टम भाव में शुभ नहीं है। शुभ कार्यों में व्यवधान हो सकता है। आज आवश्यक एवं बनते कार्यों में विलम्ब हो सकता है। आज यात्रा में परेशानी हो सकती है।

धनु

परिवार में धार्मिक-सामाजिक समारोह सम्पन्न हो सकते हैं। परिवार में उत्सव जैसा माहौल रहेगा। आज परिजनों के सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है।

मकर

विवादित मामलों से राहत मिल सकती है। अस्त-व्यस्त दिनचर्या में सुधार होगा। अटके हुए कार्य बनने लगेंगे। आज नवीन कार्यों के संबंध में सकारात्मक आश्वासन प्राप्त होंगे।

कुंभ

परिवार में शुभ-मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। आज महत्वपूर्ण कार्यों के संबंध में उचित सोच-विचार हो सकता है। आज समय रचनात्मक कार्यों में व्यतीत होगा।

मीन

घर-परिवार में सुख-शांति, सुख-सुविधा बनी रहेगी। परिवार में धार्मिक-मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। धार्मिक स्थान की यात्रा संभव है।