विचार बिन्दु

जो वस्तु आनंद प्रदान नहीं कर सकती, वह सुन्दर हो ही नहीं सकती। –प्रेमचंद

प्रसन्नता विज्ञान

प्रसन्नता और स्वास्थ्य के मध्य इतना प्रगाढ़ संबंध है कि 900 से 1,000 वर्ष ईसा पूर्व दी गयी स्वास्थ्य की परिभाषा में ही आत्मा, इन्द्रियों और मन की प्रसन्नता को समाहित किया गया है (सु.सू.,15.41): समदोषः समाग्निश्च समधातु मलक्रियः। प्रसन्नात्मेन्द्रियमनः स्वस्थइत्यभिधीयते।। जिस व्यक्ति के दोष, अग्नि, धातु, और मल-त्याग सन्तुलित हों, इन्द्रियाँ, आत्मा व मन प्रसन्न हो, वही स्वस्थ कहलाता है। आयुर्वेद की परिभाषा में भी प्रसन्नता का प्रमुख स्थान है। जीवन में हितकारी, अहितकारी, सुखकारी, दुःखकारी, और उनके मानदण्डों को दर्शित करने वाला विज्ञान ही आयुर्वेद है (च.सू. 1.41): हिताहितं सुखं दुःखमायुस्तस्य हिताहितम्। मानं च तच्च यत्रोक्तमायुर्वेदः स उच्यते।। सुख व दुःख को भी स्वास्थ्य पर केन्द्रित कर परिभाषित किया गया है (च.सू.9.4): विकारो धातुवैषम्यं साम्यं प्रकृतिरुच्यते। सुखसंज्ञकमारोग्यं विकारो दुःखमेव च।। धातुओं में विषमता विकार है और संतुलन ही प्रकृति है। आरोग्य का नाम सुख है और विकार दुःख है। वस्तुतः मन की प्रसन्नता आरोग्य का सर्वश्रेष्ठ सूचक है (च.सू.25.40): अनिर्वेदो वार्तलक्षणानां श्रेष्ठम्।

प्रसन्नता क्या है? यह विश्लेषण प्रसन्नता में सुख, हर्ष और नन्दन को शामिल मानता है, पर मोक्ष से प्राप्त आनंद शामिल नहीं है। वस्तुतः यह जन-सामान्य के मध्य प्रसन्नता बढ़ाने की रणनीति या युक्ति पर प्रमाण-आधारित विश्लेषण है। श्री वामन शिवराम आप्टे के संस्कृत-हिंदी कोश के अनुसार सुख का तात्पर्य आनंद, हर्षपूर्ण, प्रसन्नता, खुशी, अनुकूलता आदि है। हर्ष से तात्पर्य आनंद, खुशी, प्रसन्नता, संतोष, एक सुखात्मक भाव, उल्लास, आह्लाद आदि है। नन्दन से तात्पर्य खुश करने वाला, प्रसन्न करने वाला, सुहावना आदि है।

प्रसन्नता कैसे प्राप्त की जाये? हम प्रसन्न कैसे रह सकते हैं? कौन से कारक हैं जो हमें प्रसन्नता देते हैं? इस प्रश्न का उत्तर प्राचीन आयुर्वेद संहिताओं के साथ-साथ समकालीन वैज्ञानिकों द्वारा इस विषय में अब तक प्रकाशित 54,112 शोधपत्रों में देखना होगा। यह कार्य तो एक पुस्तक लिखने से भी नहीं पूरा होगा पर प्रसन्नता पर क्लिनिकल ट्रायल्स की मेटा-एनालिसिस और सिस्टेमेटिक-रेव्यूज के साथ साथ आयुर्वेद की संहिताओं से हम खुश रहने का रास्ता खोज सकते हैं। इसी प्रकार प्रसन्नता प्राप्त करने के सन्दर्भ में लगभग 200 से अधिक सन्दर्भ आयुर्वेद की संहिताओं में सीधे-सीधे प्राप्त होते हैं। उनमें से सर्वाधिक महत्वपूर्ण,उपयोगी और प्रमाण-आधारित चार रणनीतियां यहाँ वर्णित हैं।

1.तत्त्वावबोधः (शिक्षा, कौशल और नवाचार) -यथार्थ-ज्ञान, सच्चाई का बोध या उच्च-शिक्षा प्रसन्नता का मूल कारक है (च.सू.30.15): तत्त्वावबोधोहर्षणानांउत्कृष्टतमम् - मन को प्रसन्न करने वाले कारकों में तत्वज्ञान या सच्चाई का ज्ञान सर्वोत्कृष्ट है। समग्र दुःख (शरीर और मन के रोग) अविज्ञान (मूर्खता) के अधीन हैं। समग्र सुख विमल ज्ञान में प्रतिष्ठित हैं (च.सू.30.84): समग्रं दुःखमायत्तमविज्ञाने द्वयाश्रयम्। सुखं समग्रं विज्ञाने विमले च प्रतिष्ठितम्।। असल में उत्तम शिक्षा, प्रशिक्षण और स्वाध्याय द्वारा निरंतर ठोस ज्ञान प्राप्त किये बिना प्रसन्नता देने में सहायक अन्य किसी रणनीति का क्रियान्वयन संभव नहीं है। उदाहरण के लिये यथार्थ-बोध के बिना प्रसन्नता देने वाली अन्य रणनीतियों जैसे आत्म-नियंत्रण, नियत कर्तव्यों का पालन और सुखायु या हितायु आदि का क्रियान्वयन संभव नहीं है। आत्म-चिंतन हेतु स्वयं को समय देना, मनोरम स्थलों की यात्रा करना, उपयोगी जानकारी जुटाना आदि प्रसन्नता देते हैं। समकालीन शोध में वर्ष 1930 से 2020 के मध्य शिक्षा और प्रसन्नता के रिश्तों 182 शोधपत्र विश्व की प्रमुख शोध जर्नल्स में प्रकाशित हो चुके हैं (देखें, इकोनॉमिक्स ऑफ़ एजुकेशन रिव्यू, 17:245-256, 1998; एप्लाइड साइकोलॉजी, 68:150-176, 2019)।

2. इन्द्रियजयः (आत्म-नियंत्रण)- आयुर्वेद के अनुसार प्रसन्नता देने वाला सर्वाधिक महत्वपूर्ण कारक इन्द्रियजय है (च.सू.30.15): इन्द्रियजयो नन्दनानांउत्कृष्टतमम्- प्रसन्नता देने वाले कारकों में इन्द्रियों पर नियंत्रण करना सर्वोत्कृष्ट है। असल में आत्म-नियंत्रण के बिना प्रसन्नता देने में सहायक अन्य रणनीतियों, जैसे नियत कर्तव्यों का पालन और सुखायु या हितायु का क्रियान्वयन संभव नहीं है। विश्व की सर्वाधिक महत्वपूर्ण जर्नल्स में 1978 से 2020 के बीच प्रकाशित 89 शोधपत्र भी यही सिद्ध करते हैं कि प्रसन्नता देने वाले कारकों में आत्म-नियंत्रण (सेल्फ-कंट्रोल) सर्वाधिक महत्वपूर्ण कारक है (उदाहरण के लिये देखें, फ्रंटियर्स इन साइकोलॉजी, 10, आर्ट.706, 2019)।

3. धर्म्याः क्रियाः (कर्तव्य-पालन)- प्रसन्नता देने वाला तीसरा महत्वपूर्ण कारक नियत कर्तव्यों का पालन करना है (च.शा.2.41): धर्म्याः क्रिया हर्षनिमित्तमुक्ताः - कत्तर्व्यसंगत, कानूनी रूप से वैध या नियत कर्तव्यों के पालन को हर्ष का निमित्त कहा गया है। व्यक्ति के स्वयं के प्रति, परिवार के प्रति, परिवार में विभिन्न रिश्तों के प्रति और समाज और देश के प्रति कुछ कर्तव्य निर्धारित होते हैं। इन सबका यथार्थ-बोध होना, और तदनुसार आत्म-नियंत्रित रहकर भली-भांति निभाना प्रसन्नता देता है। व्यक्ति का अपने शरीर को स्वस्थ और प्राणवान रखने हेतु निहित कर्तव्यों का निर्वाह प्रसन्नता देता है। परिवार में पत्नी, पति, पिता, माता, भाई, बहन, पुत्र, पुत्री होने और कार्य में कर्मचारी-अधिकारी या स्वयं मालिक होने के कत्तर्व्य का सफल और सम्यक निर्वाह प्रसन्नता देता है। इसी प्रकार समाज के प्रति कत्तर्व्य निर्वाह में सामाजिक सद्वृत्तों का पालन प्रसन्नता देता है। कर्तव्य-विमुख व्यक्ति प्रसन्न नहीं रह सकता। विश्व की सर्वाधिक महत्वपूर्ण जर्नल्स में 1998 से 2020 के बीच प्रकाशित 80 शोधपत्र भी यही सिद्ध करते हैं कि प्रसन्नता देने वाले कारकों में दूसरों के प्रति सद्भावनापूर्ण कत्तर्व्य निर्वहन, उन्हें समय देना, उनकी मदद में धन खर्च करना और समाजोपयोगी कार्य करना जिसे शोध में प्रोसोशियालिटी शब्द द्वारा स्पष्ट किया गया है, प्रसन्नता देने वाला महत्वपूर्ण कारक है। दीर्घकालीन खुशी सिर्फ विश्व के साथ सार्थक संबंध में निहित है। यहाँ सार्थक का मतलब स्वार्थ नहीं है (उदाहरण के लिये देखें, इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ एनवायर्नमेंटल रिसर्च एंड पब्लिक हेल्थ, 17: 1-12, 2020; साइंस, 319:1687-1688, 2008; जर्नल ऑफ़ हैप्पीनेस स्टडीज, 13:347-355, 2012; करेंट डायरेक्शन्स इन साइकोलॉजिकल साइंस, 23:41-47, 2014)। इस रणनीति में बढ़िया शारीरिक-मानसिक स्वास्थ्य, लोगों का कल्याण, लचीलापन, जीवन का सार्थक उद्देश्य, जीवन में स्वास्थ्य संबंधी गुणवत्ता और सामाजिक भागीदारी जैसे कारक समाहित हो जाते हैं जिन्हें शोध में प्रसन्नता के लिये उपयोगी पाया गया है।

4.सुखमायुः हितमायुः (सुखकारी और हितकारी जीवन)- प्रसन्नता देने वाला चौथा कारक सुखायु-हितायु का एक साथ पाया जाना है। स्वयं के लिये सुखकारी और समाज के लिये हितकारी जीवन जीने की साझा युक्ति ही प्रसन्नता देती है। सुखी और हितकारी जीवन के लक्षणों में प्रसन्नता देने वाले कारक भी निहित हैं (च.सू.30.24): तत्र शारीरमानसाभ्यां रोगाभ्यामनभिद्रुतस्य विशेषेण यौवनवतः समर्थानुगतबलवीर्ययशः पौरुषपराक्रमस्यज्ञानविज्ञानेन्द्रियेन्द्रियार्थबलसमुदये वर्तमानस्य परमर्द्धिरुचिरविविधोपभोगस्य समृद्धसर्वारम्भस्य यथेष्टिवचारिणः सुखमायुरुच्यते; असुखमतो विपर्ययेण; हितैषिणः पुनर्भूतानां परस्वादुपरतस्य सत्यवादिनः शमपरस्य परीक्ष्यकारिणोऽप्रमत्तस्य त्रिवर्गं परस्परेणानुपहतमुपसेवमानस्य पूजार्हसम्पूजकस्य ज्ञानविज्ञानोपशमशीलस्य वृद्धोपसेविनः सुनियतरागरोषेर्ष्यामदमानवेगस्य सततं विविधप्रदानपरस्य तपोज्ञानप्रशमनित्यस्याध्यात्मविदस्तत्परस्य लोकमिमं चामुंचावेक्षमाणस्य स्मृतिमतिमतो हितमायुरुच्यते; अहितमतो विपर्ययेण।। शारीरिक और मानसिक रोगों से पूरी तरह मुक्त, विशेष रूप से युवावस्था, हर कार्य करने का सामर्थ्य और उसके अनुरूप बल, वीर्य, यश, पराक्रम, ज्ञान, कौशल, इंद्रियों और इंद्रियों के विषयों के बल के समुदाय से युक्त, उत्तम धन-सम्पदा एवं विविध प्रकार के उपभोग में सक्षम, जो कार्य प्रारम्भ किये वे सभी कार्य पूर्ण हो गये हों और स्वयं की इच्छा अनुसार चलने-फिरने वाले व्यक्ति का जीवन सुखी जीवन होता है। इसके उलट दुःखी जीवन होता है। समकालीन शोध के अनुसार भी बढ़िया स्वास्थ्य, उत्तम शारीरिक-मानसिक सामर्थ्य, नियमित व्यायाम, प्राकृतिक स्थलों और बाग़-बगीचों में घूमना-फिरना, उत्तम मित्रों और परिवार के साथ समय बिताना, शिक्षा, कौशल, धन-संपत्ति अर्जित करना, कार्यों में सफलता तथा इच्छा अनुसार आने-जाने के लिये समय, सामर्थ्य और स्वतंत्रता बड़ी प्रसन्नता देते हैं। (देखें, प्रोसीडिंग्स ऑफ़ द नेशनल अकैडमी ऑफ़ साइंसेज ऑफ़ यूएसए, 100:11176-11183, 2003; 107:22463-22468, 2010; 114:8523-8527, 2017; 116:1207-1212, 2019; 117:6463-6468, 2020)।

सारांश में कहें तो बढ़िया शिक्षा, कौशल और नवाचार, आत्म-नियंत्रण, और कर्तव्यों का निर्वहन आनंददायी है। उत्तम जीवनशैली द्वारा स्वास्थ्य और सामर्थ्य बेहतर कर सुखायु प्राप्त कीजिये और उसका समाज के हितार्थ प्रयोग कर हितायु प्राप्त कीजिये। दीर्घकालिक प्रसन्नता प्राप्त करने का प्रमाण-आधारित रास्ता यही है।

अपना कल्याण सुनिश्चित करते हुये, सभी प्राणियों के हितचिंतक, दूसरे का धन छीनने से बचने वाले, सत्य बोलने वाले, शांतिप्रिय, कार्यों को सोच विचार कर करने वाले, सावधान, अर्थ, धर्म, काम का सम्यक सेवन करने वाले, श्रेष्ठ व्यक्तियों का सम्मान करने वाले, ज्ञानशील, विज्ञानशील, शांतिशील, बड़े-बूढ़ों की सेवा करने वाले, राग, क्रोध, ईर्ष्या, मद, मान के वेगों पर उच्चकोटि का नियंत्रण रखने वाले, निरंतर दानशील, नित्य आत्म-नियंत्रित, ज्ञान, शांति, विनम्रता, आध्यात्म के जानकार और प्रयोग में लेने वाले, लोक-परलोक का विचार करने वाले, स्मरण-शक्ति और बुद्धि से युक्त व्यक्ति की आयु हितायु कही जाती है। समकालीन शोध में प्रोसोशियालिटी के विविध आयाम यही हैं। सुखायु स्वयं के लिये है और हितायु समाज के लिये है। शोध में भी यही स्थिति स्पष्ट होती है (उदाहरण के लिये देखें, एनुअल रिव्यू ऑफ़ पब्लिक हेल्थ, 40:339-359, 2019)।

आयुर्वेद उत्तम मित्रों का साथ करने की सलाह देता है तथा यह चेतावनी देता है कि अकेले खुश मत होइये, हितायु का ध्यान रखते हुये प्रसन्नता साझा कीजिये (च.सू.8.26) नैकः सुखी। अकेले सुखी न हों, सुख को समाज के साथ बांटिये। दीर्घकालिक अध्ययन स्पष्ट करते हैं कि हमारी खुशी उन सबकी खुशी पर निर्भर करती है जिनके साथ हम जुड़े हुये हैं (देखें, ब्रिटिश मेडिकल जर्नल, 338:23-26, 2009)।

हार्वर्डस्टडी ऑफ एडल्ट डेवलपमेंट वर्ष 1938 में 724 प्रतिभागियों के साथ शुरू हुई थी। इसमें हार्वर्ड कॉलेज में 268 स्नातक छात्र और 456 14-वर्षीय लड़के, जो बोस्टन, मैसाचुसेट्स के कुछ सबसे वंचित इलाकों में पले-बढ़े थे। यह अध्ययन अभी भी चल रहा है। अभी तक के निष्कर्ष बताते हैं कि अन्य लोगों के साथ मधुर और गर्मजोशी के संबंध यह तय करते हैं कि आप कितने समय तक स्वस्थ रहेंगे और आपका दिमाग कब तक तेज रहेगा। दुनिया में सबसे लंबे समय तक प्रसन्नता पर चलने वाले अध्ययन का यही निष्कर्ष है। मधुर और गर्मजोशी वाले रिश्तों का तात्पर्य ऐसे रिश्ते से है जो सहायक महसूस कराता है। इसका मतलब भावनात्मक समर्थन, सलाह, वित्तीय सहायता व तार्किक समर्थन हो सकता है। ऐसा सभी रिश्ते सहायक कहे जा सकते हैं जो उन रिश्तों के विपरीत हैं जो आपको निचोड़ देते हैं, कटु होते हैं, या शोषणकारी होते हैं।

वर्ल्ड हैप्पीनेस रिपोर्ट 2018 छह प्रमुख कारकों की पहचान करती है जो समग्र कल्याण में योगदान करते हैं: आय, स्वस्थ जीवन प्रत्याशा, सामाजिक समर्थन, स्वतंत्रता, विश्वास और उदारता। इन चरों को संस्कृतियों और भौगोलिक क्षेत्रों की एक विस्तृत श्रृंखला में खुशी और जीवन संतुष्टि को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने के लिए दिखाया गया है। इन कारकों पर ध्यान केंद्रित करके, व्यक्ति और नीति निर्माता अधिक सहायक वातावरण बनाने के लिए काम कर सकते हैं जो कल्याण को बढ़ावा देता है और सभी के लिए सकारात्मक परिणामों को बढ़ावा देता है।

सुखायु और हितायु तभी प्राप्त हो सकती है जब आप समर्थ हों, अन्यथा जीवन डर-डर कर कटता है (च.सू.25.40): असमर्थता भयकराणांश्रेष्ठम्-भय उत्पन्न करने वाले कारकों में असर्मथता सबसे भारी है। आजीविका को समग्र रूप से सुदृढ़ करने के लिये वित्तीय पूँजी (धनैषणा, धन-संपत्ति, सोना-चांदी आदि), भौतिक पूँजी (धनैषणा, मकान, वाहन आदि), प्राकृतिक पूँजी (धनैषणा, खेत-खलिहान, जल, जमीन, बाग़-बगीचे आदि), सामजिक पूँजी (सामाजिकसद्वृत्त, आपसी रिश्ते, मेलजोल की प्रगाढ़ता, मित्रता आदि), मानव पूँजी (प्राणैषणा, शिक्षा, ज्ञान, कौशल, स्वास्थ्य आदि), और आध्यात्मिक पूँजी (परलोकैषणा, सद्वृत्त, आचार रसायन) को बढ़ाते रहने का निरंतर प्रयत्न आवश्यक है। इससे सामर्थ्य में बढ़ोत्तरी, असमर्थता में कमी और परिणामस्वरूप भय नष्ट होगा। भय को नष्ट करना मानसिक रोगों का सबसे बड़ा निदान-परिवर्जन है। भय में कमी आते ही आनंद में वृद्धि होने लगती है। शर्त यह है कि आजीविका सुदृढ़ करने में ऐसे साधनों का सहारा लेना चाहिये जो नियत कर्तव्यों के विपरीत नहीं हैं। साथ ही शांति और अध्ययन के लिये समर्पित होना चाहिये। इस प्रकार रहने से व्यक्ति को सुख की प्राप्ति होती है (च.सू.5.104): वृत्युपायान्निषेवेत ये स्युर्धर्मावरोधिनः। शममध्ययनं चैव सुखमेवं समश्नुते।।

यूडिमोनिया (सदाचार, कल्याण, प्रामाणिकता, उत्कृष्टता, सद्भावना, विकास) को आयुर्वेद की हितायु के समीप माना जा सकता है। हेडोनिया (व्यक्तिगत आराम, यश, ख्याति, सुख, भोग, समस्याओं की अनुपस्थिति) को आयुर्वेद की सुखायु के समीप माना जा सकता है। ग्रीक दर्शन में यूडिमोनिया सर्वाधिक महत्वपूर्ण मानवीय गुण है, या कहें कि ग्लोबल कॉमन गुड है जो किसी अन्य कारण से नहीं बल्कि अपने आप में वांछनीय है। आयुर्वेद का मानना है कि सुखायु और हितायु दोनों का एक साथ होना सुखी जीवन के लिये आवश्यक है। शोधकर्ताओं का भी मानना है कि यूडिमोनिया और हेडोनिया दोनों ही अवधारणायें प्रसन्नता को भलीभांति समझने के लिये आवश्यक हैं (देखें, चरकसंहिता, सूत्रस्थान, अध्याय 30, सूत्र 24;साथ ही देखें, जर्नल ऑफ़ हैप्पीनेस स्टडीज, 15:1425-1456, 2014; जर्नल ऑफ़ पर्सनालिटी एंड सोशल साइकोलॉजी, 64:678-691, 1993)। भारतीय और ग्रीक दर्शन में इस विषय में समानता दृष्टिगोचर होती है।

हमने यहाँ स्पष्ट किया है कि प्रसन्नता अच्छे स्वास्थ्य और दीर्घायु, बेहतर सामाजिक संबंधों, बेहतर कार्य प्रदर्शन,उच्च शिक्षा और रचनात्मकता पर निर्भर करती है। प्रसन्नता अनुसंधान का एक अत्यंत सक्रिय क्षेत्र है। पिछले 20वर्षों में विषय पर प्रकाशित लगभग 2,00,000 से अधिक शोधपत्र और पुस्तकें प्रकाशित हो चुकी हैं। यह चर्चा जारी रहेगी क्योंकि ज्ञान व अज्ञान ही हमारा मार्ग या कुमार्ग तय करते हैं (च.सू.28.35): सुखार्थाः सर्वभूतानां मताः सर्वाः प्रवृत्तयः। ज्ञानाज्ञानविशेषात्तु मार्गामार्गप्रवृत्तयः।। सभी जीवित प्राणी सुख प्राप्त करने के लक्ष्य को पाने के लिये प्रयासरत रहते हैं, परन्तु वे अपनी जागरूकता या अज्ञानता के आधार पर सही या गलत मार्ग का अनुसरण करते हैं। अपने सुख दुःख के लिये हम स्वयं उत्तरदायी हैं(च.नि.7.22): आत्मानमेव मन्येत कर्तारं सुखदुःखयोः। तस्माच्छ्रेयस्करं मार्गं प्रतिपद्येत नो त्रसेत्।। अपने सुख-दुख के लियेस्वयं को जिम्मेदार मानना चाहिये। इसलिये व्यक्ति को निश्चिंत होकर कल्याणकारी मार्ग पर चलना चाहिये। सारांश में कहें तो बढ़िया शिक्षा, कौशल और नवाचार, आत्म-नियंत्रण, और कर्तव्यों का निर्वहन आनंददायी है। उत्तम जीवनशैली द्वारा स्वास्थ्य और सामर्थ्य बेहतर कर सुखायु प्राप्त कीजिये और उसका समाज के हितार्थ प्रयोग कर हितायु प्राप्त कीजिये। दीर्घकालिक प्रसन्नता प्राप्त करने का प्रमाण-आधारित रास्ता यही है।

–अतिथि सम्पादक,
डॉ. दीप नारायण पाण्डेय
(इंडियन फॉरेस्ट सर्विस में वरिष्ठ अधिकारी)
(यह लेखक के निजी विचार हैं और 'सार्वभौमिक कल्याण के सिद्धांत' से प्रेरित हैं।)

जनजाति क्षेत्र के लोगों को स्वावलम्बी बनाकर मुख्यधारा में लाने के लिए सतत प्रयास जरूरी : मिश्र

जालोर/ माउंट आबू, (निसं)। राज्यपाल कलराज मिश्र ने शनिवार को राजभवन में कृषि विश्वविद्यालय जोधपुर की ओर से अनुसूचित जनजाति उप परियोजना के अंतर्गत माउंट आबू क्षेत्र के आदिवासी किसानों को मिनी दाल मिल, उन्नत कुक्कुट नस्ल एवं स्टील बीज भंडारण टंकियों का वितरण किया। राज्यपाल मिश्र ने इस अवसर पर कहा कि जल, जंगल और जमीन को बचाने के साथ-साथ देश की संस्कृति और परंपराओं के संरक्षण में आदिवासियों का महत्वपूर्ण योगदान है। उन्होंने कहा कि जनजाति क्षेत्र के लोगों को स्वावलंबी एवं आर्थिक रूप से सशक्त बनाकर मुख्यधारा में लाने के लिए सतत प्रयास जरूरी हैं।

राज्यपाल ने आबूरोड़, पिंडवाडा एवं पाली में चयनित किसानों के सशक्तीकरण के लिए भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद की परियोजना के अंतर्गत कृषि विश्वविद्यालय जोधपुर द्वारा किए जा रहे कार्यों की सराहना भी की। कृषि विश्वविद्यालय जोधपुर के कुलपति प्रो. बी.आर. चौधरी ने कहा कि विश्वविद्यालय द्वारा लाभार्थियों का चयन कर कृषि एवं पशुपालन से संबंधित तकनीकियों का प्रशिक्षण निरंतर प्रदान किया जाता है। उन्होंने कहा कि कृषि विज्ञान केंद्रों के माध्यम से आदिवासी क्षेत्रों में स्वावलंबन एवं सशक्तीकरण से जुडी गतिविधियां संचालित की जा रही हैं। डेयरी एवं खाद्य प्रौद्योगिकी महा विद्यालय जोधपुर के विशेषाधिकारी डॉ. बनवारी लाल ने जनजातीय क्षेत्र के लोगों के लिए विश्वविद्यालय की पहल पर किए जा रहे कार्यों की जानकारी दी। इस अवसर पर राज्यपाल के प्रमुख सचिव सुबीर कुमार, प्रमुख विशेषाधिकारी गोविंदराम जायसवाल सहित विश्वविद्यालय के अधिकारी-कर्मचारी और ानजाति क्षेत्र के लोग उपस्थित रहे।

माउंट आबू के राजभवन में राज्यपाल कलराज मिश्र ने आदिवासी किसानों को मिनी दाल मिल, उन्नत कुक्कुट नस्ल एवं स्टील बीज भंडारण टंकियों का वितरण किया।

- **'जल, जंगल और जमीन को बचाने के साथ देश की संस्कृति, परंपराओं के संरक्षण में आदिवासियों का महत्वपूर्ण योगदान'**

परिजनों ने अस्पताल के बाहर पेड़ के नीचे महिला का प्रसव कराया

करौली, (निसं)। मासलपुर सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र पर शनिवार को अस्पताल कार्मिकों की लापरवाही एवं मनमानी का मामला सामने आया है जहां एक प्रसूता का अस्पताल में प्रसव ना करने से अस्पताल के बाहर भीषण गर्मी में परिवार जनों को पेड़ के नीचे प्रसव कराना पड़ा।

मामला केसपुरा गांव निवासी दलित मजदूर परिवार के बरगी समाज की प्रसूता काली पत्नी साहब सिंह का है जिसके परिवारजन प्रसव के लिए मासलपुर अस्पताल लेकर गए लेकिन कार्मिकों ने उन्हें भ्रष्टाचार के चलते प्रसव नहीं कराया। प्रसूता महिला के परिवार जन ने चिकित्सा कार्मिकों पर आरोप लगाया है कि अस्पताल में कार्मिकों ने प्रसूता का प्रसव कराने की बजाये धक्का देकर अस्पताल परिसर से बाहर करते हुए करौली अस्पताल के लिए रैफर कर दिया प्रसूता के परिजन महिला को प्रसव के लिए करौली लाने की तैयारी कर रहे थे। मगर प्रसव पीड़ा से पीडित को परिवार जन भीषण गर्मी के बीच एक पेड़ के नीचे ले गई जहां उन्हें प्रसव कराना पड़ा जहां प्रसूता ने बालिका को जन्म दिया उसके करीब 1 घंटे बाद अस्पताल कार्मिकों द्वारा प्रसूता नवजात बालिका को अस्पताल में भर्ती किया गया।

- **मासलपुर सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र पर अस्पताल कार्मिकों की लापरवाही का मामला सामने आया**

अस्पताल के चिकित्सक डॉ. विजय सिंह मीणा का कहना है कि रक्त की कमी के कारण प्रसूता को करौली रैफर किया गया और प्रसूता के परिवार जनो का आरोप है उसकी जांच कि जायेगी दौषी पाये गये कार्मिकों के खिलाफ कार्यवाही करेंगे मामले की जानकारी मिलने पर मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. दिनेश चंद मीणा मासलपुर अस्पताल पहुंचे जहां कार्मिकों की लापरवाही मानते हुए एएनएम को एपीओ किया गया है।

प्रसूता महिला के परिवार जन ने मासलपुर स्वास्थ्य केन्द्र कि एएनएम पर बदसलूकी करने और प्रसव कराने कि एवज में राशि मांगने के आरोप लगाये हैं जिस पूरे मामले के सोशल मीडिया पर वीडियो भी वायरल हो रही है। जिन्हें देखकर लोग स्वास्थ्य विभाग के कार्मिको के खिलाफ तरह-तरह के पोस्ट डाल रहे हैं।

बेसहारा परिवार के लिये आर्थिक सहयोग जुटाया

राजगढ़, (निसं)। उपखंड क्षेत्र के भाकरी में रामअवतार मीना की मौत के बाद गरीब परिवार की मदद के लिए सर्व समाज हेल्प टीम ने अभियान चलाकर दो लाख 15 हजार की सहायता राशि परिवार को प्रदान की।

सर्व समाज हेल्प टीम के सदस्य सुनिल भाकरी व संयोजक प्रकाश भाबला दुब्बी ने बताया कि रामअवतार बहुत ही गरीब परिवार से था जिसकी 30 मई को मृत्यु हो गई थी। इनकी गरीब स्थिति देखते हुए स्थानीय ग्राम वासियों ने आर्थिक सहायता के लिए एक मिशन रामअवतार भाकरी चलाया जिसमें लगभग 750 सहयोग कर्ताओं के सहयोग करने के बाद 215000 रुपए (दो लाख पन्द्रह हजार) की राशि एकत्रित हुई जिसको 10 जून को सक्रिय सदस्यों ने व स्थानीय ग्रामीणों ने रामअवतार की यादगार में बालाजी नर्सरी कोठीनारायणपूर के द्वारा भेंट किया। वहीं छायादार पेड़ व एक परिंदा लगाकर एवं रामअवतार की छायाप्रति पर पुष्प चढ़ाकर श्रृद्धांजलि अर्पित करके पीड़ित परिवार को राशि सौंप दी। जिसमें दो लाख की पीड़ित परिवार के नाम एफडी कराने का निर्णय लिया व शेष बची राशि 15000 रुपए को विधवा पत्नी गीतांजलि को घर खर्च के लिए सौंप दिये। मिशन में प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष रूप से सहयोग करने वाले सभी सहयोग कर्ताओं को भाकरी ग्राम विकास समिति के सदस्यों ने व स्थानीय सरपंच सीमा सुरेंद्र इंदपूरा ने आभार प्रकट करके बहुत-बहुत धन्यवाद दिया।

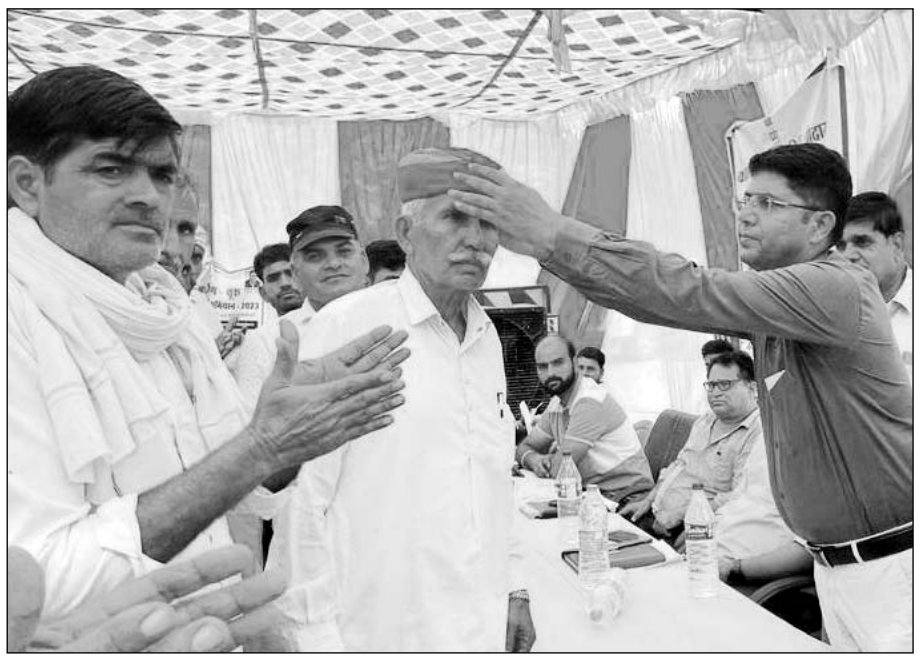
सर्व समाज नवयुवक हेल्प टीम, के सदस्यों के साथ ग्रामीण रामचंद्र बाबूजी, भंबू राम पटेल, कमलेश सरपंच, प्यारेलाल, हरिकिशन, जयराम, जयराम, भोला, कुलदीप, लक्ष्मीनारायण पप्पू, कमलेश, बनवारी आदि उपस्थित थे।

23 वर्ष बाद गिरवसर के राजकीय विद्यालय को मिला रास्ता

बीदासर, (निसं)। गत 23 वर्ष से रास्ते की समस्या झेल रहे राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय गिरवरसर को शनिवार को आयोजित प्रशासन गांवों के संग अभियान शिविर में स्थाई रास्ते की सौगात मिली। गिरवरसर के इस राजकीय विद्यालय में आवागमन का कोई स्थाई कटाणी रास्ता नहीं था जिससे छात्र-छात्राओं एवं अध्यापकों को पिछले 23 वर्षों से परेशानियों का सामना करना पड़ रहा था।

शनिवार को ग्राम गिरवरसर में आयोजित महंगाई राहत शिविर एवं प्रशासन गांवों के संग अभियान शिविर में ग्रामवासियों ने स्थानीय विधायक मनोज मेघवाल व शिविर प्रभारी उपखण्ड अधिकारी रमेश कुमार मीणा के समक्ष विद्यालय के मार्ग की समस्या रखी जिस पर शिविर प्रभारी ने तुरंत वस्तुस्थिति की जानकारी ली और ग्रामवासियों से आठाह कर विद्यालय के आस-पड़ौस के खातेदारों से विद्यालय के लिए रास्ता हेतु भूमि दान देने की की बात कही। जिस पर ग्राम के रेवन्तराम गोदारा पुत्र बिशनाराम गोदारा ने तुरंत अपने खातेदारी भूमि में से साढ़े पांच मीटर चौड़ा व 150 मीटर लम्बाई की भूमि रास्ता हेतु दान कर दी। जिस पर शिविर प्रभारी ने निर्देशानुसार तहसीलदार बीदासर द्वारका प्रसाद शर्मा ने पटवारी व भू अभिलेख निरीक्षक को आदेश देकर दस्तावेज तैयार कर नामान्तरण आदेश किया।

शिविर में उपखण्ड अधिकारी रमेश कुमार ने दानदाता का साफा व माला पहनाकर स्वागत किया और उन्हें भूमि दान देने के लिए धन्यवाद दिया।


भामाशाह रेवन्तराम गोदारा का उपखण्ड अधिकारी रमेश कुमार मीणा ने स्वागत किया।

- **महंगाई राहत शिविर एवं प्रशासन गांवों के संग अभियान शिविर में ग्रामवासियों ने समस्या रखी थी**
- **दानदाता रेवन्तराम गोदारा पुत्र बिशनाराम गोदारा ने अपनी खातेदारी में से भूमि रास्ता हेतु दान कर दी**

उपखण्ड अधिकारी मीणा ने कहा कि शिक्षा के लिए भूमि दान देने वाले भामाशाहों की जितनी प्रशंसा की जाए उतनी कम है, भामाशाह गोदारा से प्रेरणा लेकर प्रत्येक सक्षम व्यक्ति को सार्वजनिक संस्थानों के लिए इस प्रकार के प्रेरणाप्रद कार्य करने चाहिए। इस अवसर पर विकास अधिकारी अभिषेक मीणा, नायक तहसीलदार सुभाष चन्द छींपा, अति. विकास अधिकारी हंसराज मीणा सहित ठाम के गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

राशिफल रविवार 11 जून, 2023

पंडित अनिल शर्मा

आषाढ़ मास, कृष्ण पक्ष, अष्टमी तिथि, रविवार, विक्रम संवत 2080, पूर्वा भाद्रपद नक्षत्र दिन 2:32 तक, प्रीतियोग दिन 10:10 तक, कौलव करण दिन 12:06 तक, चन्द्रमा प्रातः 8:46 से मीन राशि में संचार करेगा।

ग्रह स्थितिः सूर्य-वृष, चन्द्रमा-कुम्भ, मंगल-कर्क, बुध-वृष, गुरू-मेष, शुक्र-कर्क, शनि-कुम्भ, राहु-मेष, केतु-तुला राशि में।

आज सर्वार्थ सिद्धि योग दिन 2:32 से सूर्योदय तक है। आज बोहरा अष्टमी, पंचक है।

सर्वश्रेष्ठ चौघड़ियाः चर 7:14 से 9:01 तक, लाभ-अमृत 9:01 से 12:26 तक, शुभ 2:09 से 3:51 तक।

राहूकालः 4:30 से 6:00 तक। सूर्योदय 5:36, सूर्यास्त 7:16

मेष
पारिवारिक कार्यों के कारण भागदौड़ रहेगी। घर-गृहस्थी के खर्चों में अनावश्यक वृद्धि होगी। परिवार में स्वास्थ्य संबंधित परेशानी का सामना करना पड़ सकता है। मन में असंतोष बना रहेगा।

सिंह
चन्द्रमा अष्टम भाव में शुभ नहीं है। नवीन कार्यों को टालना ठीक रहेगा। बनते कार्य बिगड़ सकते हैं। आवश्यक कार्यों में विलम्ब हो सकता है। यात्रा टालना ठीक रहेगा।

धनु
घर-परिवार में अतिथियों का आगमन बना रहेगा। परिवार में धार्मिक-सामाजिक समारोह सम्पन्न हो सकते हैं। परिवार में सुख-सुविधाएं बढ़ेगी। स्वास्थ्य ठीक रहेगा।

वृष
आर्थिक/वित्तीय मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा। आय में वृद्धि होगी। अटका हुआ धन प्राप्त होगा। संभावित स्त्रोत से धन प्राप्त होगा। आज नये-पुराने मित्रों से मुलाकात हो सकती है।

कन्या
परिवार में प्रसन्नता-हर्षोल्लास का माहौल रहेगा। परिवार में धार्मिक-सामाजिक समारोह सम्पन्न हो सकते हैं। परिवार में आपसी सहयोग-समन्वय बढ़ेगा। सामूहिक प्रयासों से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है।

मकर
परिवार में मन को प्रसन्न करने वाले संदेश प्राप्