

विचार बिन्दु

शिक्षा का महान उद्देश्य ज्ञान नहीं, कर्म है। —हर्बर्ट स्पेंसर

यजुर्विद संहिता के आलोक में वनानुभव से स्वास्थ्य व सुख

ते जो से बढ़ते शहरीकरण और तनावपूर्ण जीवनशैली में वनानुभव का महत्त्व बढ़ा है। यजुर्विद संहिता में वनानुभव को परिभाषित करते हुए स्पष्ट किया गया है: एकाग्रचित्तान्द्रियकर्मप्रयोगेन दृष्टिश्रवणप्राग्प्रवर्शनसंसंयुक्तःवनानुभवः। उक्त सूत्र के साथ ही वनानुभूति शब्द का प्रयोग भी यजुर्विद संहिता में हुआ है। दोनों समानार्थी हैं: एकाग्रचित्तमनसः प्रयोगं ज्ञानेन्द्रियैः कर्मुणैश्च युक्तम्। दृष्टि श्रवणं प्राग्प्रवर्शनं च संयुक्तवचन वनानुभूतिः।। जब कोई व्यक्ति एकाग्रचित्त होकर अपने मन, ज्ञानेन्द्रियों और कर्मेन्द्रियों का समुचित प्रयोग करता है—जैसे दृष्टि, श्रवण, प्राग्, प्रवर्शन, 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: प्रकृत्याऽनुभूतिव्यथेन युक्ता सन्तोषमायुः प्रबलं वितन्ति। शरीररुद्धी मनसश्च युक्त्या रोगान् निरुन्धति। 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। रोगकाल का यह है कि नदी के किनारे वनानुभव और भी अधिक लाभकारी होता है: वनस्य सौन्दर्यसुखस्य हेतुः स्वास्थ्यं च दीर्घं सुखमस्त तत्र। नद्यस्तटे यत्र वनानुभूतिं नृजा लभन्ते मनसः समादात्ता।। 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।

शरीर जीवन में हरित क्षेत्र, वनों, बगीचों का समावेश अत्यंत आवश्यक है: नगरेषु वृक्षा शमदा सदा याः मार्गेषु नित्यं विविधानि लिङ्गाः। शान्तिं प्रसादं च दर्शनं लोकं आरोग्यमायुः युग्मा प्रदधात्।। हरितं समालिङ्ग्य हि शुद्धमर्षं संरक्षणं पर्यवेरं प्रतिष्ठम्। आरोपिता वृक्षलताः सदा या नित्यं सुखं शाश्वतधर्ममाहूः।। तात्पर्य यह है कि शहरों में वृक्षों और लताओं से भर दूए वन, मार्गों के किनारे स्थित शाश्वतधर्ममाहूः सुख, सदैव शांति और प्रसन्नता प्रदान करते हैं। ये वृक्ष निरंतर आरोग्य और लंबी आयु का वरदान देते हैं। हेरे-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।

यान्या लिषा त्रिवेणी व्याख्या (संस्कृत)।। नगरीय वनेषु स्थिताः वृक्षलताः केवलं सौन्दर्यं न ददति, अपितु शरीरस्य स्वास्थ्यं वर्धयन्ति। तथा प्रतिपादितं आधुनिकविज्ञानज्ञानेन, वृक्षाः वायुमलिनतां नारायन्ति, कार्बनडाइऑक्साइडं शोषयन्ति। यथा नाइट्रोजनडाइऑक्साइडं, सल्फरडाइऑक्साइडं च विषोषयन्ति। एताश्चैतानि पृथगपि प्राविश्यत्वा शुद्धवायुः लभ्यते। वैज्ञानिकाः प्रतिपादयन्ति यत् एतन्मपुनर्त्वनानुभवं कृत्वा मानवः मनसः शान्तिं हृदयस्वास्थ्यं च लभते। वृक्षाः शरीरं दीर्घायुष्मपि कुर्वन्ति, हृदयग्रामस्य सुधारं, रधेनचारुस्य स्थिराकरणं च कुर्वन्ति। "हरितव्यायामः" यत्र वनेषु व्यायामः वा पक्षदेशनं क्रियते, तेन न केवलं तपुः अपि तु मनः अपि स्वस्थ्यं भवति। शास्त्रेषु उक्तं यत् वृक्षानां निकटे समयं यापयित्वा तनुविकासः, सन्तुलनं च साध्यते। इदं शास्त्रोपाधारितं यत् नगरीय वृक्षलतावर्धनानि मानवजीवनस्य स्वास्थ्यवर्धनाथं अत्यन्तमहत्त्वपूर्णानि भवन्ति। एवं वृक्षलताः नगरेषु स्थिताः न केवलं शारीरिक स्वास्थ्यं वर्धयन्ति, अपितु सामाजिकसन्तुलनं, सांस्कृतिकसंरक्षणं च ददति। वृक्षाः संवादं, विश्रान्तिं च सहजयन्ति। ते चिरस्थायिप्रियत्वं वर्धयन्ति, यत्र व्यक्तिः आत्मनः प्रकृतिसंयुक्तं पर्ययति, मनसः प्रसन्नतां लभते। वृक्षलताः पर्यावरणसंरक्षणे अपि प्रमुखं कर्तुं शक्नुवन्ति, यत् ताः कार्बननाशिनः, वायुमलिनकरः च सन्ति। तेन वृक्षलतावर्धनानि केवलं सौन्दर्यं न ददति, अपितु आरोग्यमायुः च प्रददाति।

आधुना वैज्ञानिकाः प्रतिपादयन्ति यत् वृक्षाः न केवलं स्वावलम्बनं वर्धयन्ति, अपि तु सामाजिक-पर्यावरणीय संतुलनं च स्थापयन्ति। वृक्षलतायाः समृद्धिः मानवजीवनस्य शाश्वतधर्मस्य सूचिका भवति। वृक्षलताः आरोग्याय मनसः सुखाय च प्रतिष्ठिता भवन्ति। वृक्षरक्षणं पर्यावरणसंरक्षणाय अत्यावश्यकं अस्ति, यतो वायुमलिनताया निवारणं च भवति। हरितं प्रतिष्ठं यदा नगरेषु क्रियते, तदा सर्वहिताय सुदीर्घकालिकपरिणामः सिद्ध्यति।

यान्या लिषा त्रिवेणी व्याख्या (हिंदी)।। नगरीय वनों में स्थित वृक्ष और लताएँ केवल सौंदर्य प्रदान नहीं करती, 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। इसी प्रकार, नगरों में स्थित वृक्ष और लताएँ न केवल शारीरिक स्वास्थ्य में सुधार करती हैं, बल्कि सामाजिक संतुलन और सांस्कृतिक संरक्षण को प्रदान करती हैं। वृक्ष संवाद और विश्रान्ति को सहज रूप से उत्पन्न करते हैं। ये चिरस्थायी प्रेम को बढ़ाते हैं, जहाँ व्यक्ति स्वयं को प्रकृति से जुड़ा हुआ महसूस करता है और आत्मिक शानत होता 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 को 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।

यान्या लिषा 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 चित्तशान्तिः हर्षसुखसन्तोषानन्दप्रसन्नता आत्मसन्तोषः च। हृदयवर्धनवृद्धिः व्याधिक्रमत्वं श्वसनसामर्थ्यवृद्धिः रक्तदाबशमनम्। निद्रासिद्धिः, संविवाताशान्तिः, मानसिकशक्तिवृद्धिः, अवसादशमनम् च। जठराग्निवृद्धिः, ल्वक् स्वास्थ्यवृद्धिः, चर्मरोगशान्तिः, स्नायुव्याधिशमनम् च। उर्जा संवर्धनम् उत्साहवर्धनम् स्मृतिवर्धनम् च।

यान्या लिषा 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, संविवात का शमन होता है, मानसिक शक्ति बढ़ती है और अवसाद का शमन होता है। पाचन शक्ति में वृद्धि होती है, ल्वका का स्वास्थ्य सुधरता है, चर्मरोग और स्नायु संबंधी विकारों का शमन होता है। उर्जा, उत्साह और स्मृति में वृद्धि होती है। यान्या लिषा 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 महत्त्वपूर्ण है: सुखमलं स्वात्मसमाप्रकृतिसंयोगः 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: प्रकृतिसंयोगः सारः समाजः पुष्टिकारकः।। आत्मैवं 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)



राजेन्द्र भागवत

इस लेख के प्रारंभ में ही मैं यह स्पष्ट कर देना चाहता हूँ कि मैं विज्ञान और तकनीक के विरोध में नहीं हूँ। मैंने स्वयं ने भौतिक शास्त्र और गणित में एमएससी किया है। इस बात से पूरी तरह सहमत हूँ कि जीवन को सुगम और सरल बनाने में विज्ञान, तकनीकी और विशिष्ट कर्मचारी के 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 कर क कर सकते हैं, वह भी आरक्षण के साथ कुछ वर्षों में, विशेष कर कोरोना के समय से, छोटे व्यापारी, यहां तक कि उले पर सब्जी बेचने वाले भी भ्रुगतान हेतु पे-टीएम का उपयोग करने लगे हैं। सरकार के लगभग हर विभाग को ऑनलाइन कर दिया है। उदाहरण के लिए किसी आर्टीस्ट 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 कराए? किसी विभाग में कोई काम समय पर न हो रहा हो तो उसकी शिकायत ही 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 आए 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 परांगत 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 बोस राशन कार्ड धारक हैं, उन्हें राशन की पात्रता से बाहर निकाला जाय। इस से सरकार पर करोड़ों रुपए का भार कम होगा था। सैद्धांतिक रूप से यह ठीक भी लगता था, किंतु जब इसे धरालत 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 करने में लोगों के पसोने आ गए। सरकार यह भूल गई कि तकनीक केवल एक माध्यम है और उसका उपयोग उतना ही सही या गलत होगा, कितना 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 को बढ़ावा दिया गया था, जिसके माध्यम से श्रम विभाग को यह दायित्व सौंपा 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 परेशानियों 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 'सॉलिस प्रोवाइडर' के रूप में किया गया है। किसी भी कार्य के लिए जितनी फीस रखी गई है उससे कई गुना राशि वे 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 कंप्यूटीकरण 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 उतने लिए संभव ही नहीं है। आधार से लिंक करना, केवाईसी का अपडेट करना और वह भी समय-समय पर, इतना दुष्कर कार्य हो गया है कि जनता आजकल कंप्यूटीकरण के कारण राहत महसूस करने के बजाय इसे एक आफत ही मान रही है। समस्या कंप्यूटीकरण 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 बढ़ाने नहीं किया तो यही कहने पर विवश होंगे 'सरकार ऑनलाइन, जनता ऑफलाइन'।

—राजेन्द्र भागवत,
(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 है कि व्यक्ति का स्वयंभू का चिन्तन सकात्मक, वाणी सन्तुलित व कर्म सुजनात्मक 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 अन्वय्य 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 सतत 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 परिणाम 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 महत्त्व है। हमें सर्वदा यह ध्यान रखना चाहिए कि मन में जो भी विचार आएं, 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। चूँकि मन के समस्त संकल्प और क्रियाएँ वाणी के द्वारा ही अभिव्यक्त होते हैं अतः वैदिक वाङ्मय का दूसरा सर्वाधिक बल वाणी की सत्यनिष्ठा, सन्तुलन, मधुरता व परिहितकारिता पर है। 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 देखे 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 अतः 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

हूए 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 सौं पंख 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।

वस्तुतः उपर्युक्त वर्णित मनुष्य के मन, वचन, कर्म एवं समग्र जीवन का एकमात्र प्रयोजन समाज में संगठन, संवाद व सद्भाव स्थापित करना तथा अपने न्यायोचित भाव में संतोष रखना है अतः 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-दुःखादि 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 महत्त्व 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 सकात्मक एवं सुजनात्मक कर्म पर आधारित वैयक्तिक जीवन प्रबन्धन के द्वारा समस्त एवं सुसंगठित समाज के निर्माण की संकल्पना प्रस्तुत की गई है एवं इस महान उद्देश्य की प्राप्ति हेतु शिक्षा एवं शिक्षक को सर्वोपरि महत्त्व दिया गया है, जो वर्तमान परिप्रेक्ष्य में भी पूणतया प्रासंगिक व उपयोगी है।

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

टीचर के थप्पड़ मारने से छात्र के कान का पर्दा फटा

जोधपुर, (कास)। 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 करवाया 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 एएससी/एसटी एक्टर में केस दर्ज कर जांच आरंभ की है। छात्र का मेडिकल करवाया जाना बाकी है। मेडिकल रिपोर्ट से ही इसका पूरा खुलासा हो जाएगा। पुलिस ने बताया कि केरू स्थित एक निजी स्कूल श्रौमण पब्लिक

सीनियर सैकण्डरी के संचालक ललित शर्मा, क्लास टीचर के गोपाल एवं अन्य टीचर रामनिवास 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, (निर्स)। खेलना निवासी नाबखान ने एक अज्ञात व्यक्ति का खोया हुआ मोबाइल लौटाकर ईमानदारी का परिचय दिया। नाबखान ने बताया कि शुक्रवार की देर शाम वो पावटा में काम कर घर लौट रहा था। इसी दौरान उन्हें राजमाों स्थित मोदी फैक्टरी के पास एक विद्यार्थी अपनी का नया एन्ड्रोइड फोन रास्ते में पड़ा मिला, जिसकी कीमत करीब 2.5 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 संवत् 2081, विशाखा नक्षत्र रात्रि 12:11 तक, प्रीति योग सोमवार प्रातः 6:40 तक, गर करण प्रातः 7:50 तक, चन्द्रमा सायं 5:34 से वृश्चिक राशि में संचार करेगा। ग्रह स्थिति: सूर्य-कन्या, चन्द्रमा-तुला, मंगल-मिथुन, बुध-कन्या, गुरु-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 चतुर्थी 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

में फिर से थप्पड़ मारकर जख्मी कर दिया। राजीव गांधी नगर पुलिस ने एएससी/एसटी एक्टर में केस दर्ज कर जांच आरंभ की है। छात्र का मेडिकल करवाया जाना बाकी है। मेडिकल रिपोर्ट से ही इसका पूरा खुलासा हो जाएगा। पुलिस ने बताया कि केरू स्थित एक निजी स्कूल श्रौमण पब्लिक

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी

में पण्डित करे, जो शुभ, समाजोपयोगी, सामाजिक व्यवस्था के अनुकूल तथा आत्म व पर कल्याणकारी