



## विचार बिन्दु

जो एकांत में खुश रहता है वो या तो पशु है या देवता। -अज्ञात

# शहरी हरियाली में मृत्यु दर घटाने का रहस्य छुपा है

य

जुर्मिं संहिता का एक सुर है—हरिस्तमुच्चयः शुभहेरेषः, वस्त्रसंधरीरंभसश्चनिभूमि। विनाशयत्वाणुग्रहंसत्यान्: सुख्यत्युतीर्ध्यमयांश्चमिद्ग्रहम्। तात्पर्य यह है कि हरियाली का विनाश शुभ का कारण है। यह शरीर को स्वास्थ्य बनाता है और मन को शांति प्रदान करता है। यह शीर्ष ही गोंगे और अन्य काँगे को नष्ट करते हैं और दीर्घायु तथा समृद्धि को उत्पन्न करते हैं। आज की वर्चा इसके वैज्ञानिक विश्लेषण पर है।

कभी आपने सोचा है कि विज्ञान और प्रकृति की बीच की अद्वितीय दोनों में नेतृत्व जीवन को न केवल लंबा किया है, बल्कि इसे बढ़ावा भी देता है। कल्पना कीजिए, एक दूसरे दिन जब शहर में हरियाली का नामों-निमों मिट चुका हो। वह तरफ केवल कंठों का जांल, धूल-झुआ और बैचौंडी। यही तो आधुनिक शहरीकरण की सच्चाई है, जहां हरियाली कम होती जा रही है। लेकिन विज्ञान ने ऐसे बताया है कि यह कहानी किसी त्रासदी की ओर बढ़ सकती है। शोध बताता है कि जो लोग हरियाली के पास रहते हैं, उनकी मृत्यु दर कम होती है। यह केवल एक आकड़ा नहीं, बल्कि जीवन और मृत्यु के बीच की संतुलित है।

एक एक ऐसी मिहिता है, जो शहरी कालाहल में अपने रथ की खिड़की को केवल कंठों की इमारतों देखती है। उपराने का स्वास्थ्य खाना है और वह अक्सर अस्पताल जाती है। लेकिन एक दिन, उसके बीची उसे एक रथ में ले जाती है, जहां खिड़की के बाहर एक बड़ा बीचा है। कुछ महीनों में, उसकी मानसिक स्थिति में सुधार होता है, उसकी हृदय गति सामान्य हो जाती है और वह पहले से बेहतर महसूस करता होता है। शोध बताता है कि हरियाली का प्रभाव अत्यधिक स्वास्थ्य पर ही अध्ययन बताता है कि हरियाली हृदय संबंधित मारींगों का प्रभाव तो कम है और विवरण तंत्र पर अद्युत प्रभाव डालती है।

हरियाली का प्रभाव तो केवल व्यक्तिगत स्वास्थ्य बनाता है वैज्ञानिक स्वास्थ्य पर ही अध्ययन करता होता है, जबकि जीवन और सोसायटी की बीची हो, वहां अत्यधिक रट सकता है। लेकिन जैसे ही एक पार्क का निर्माण होता है, बच्चों के लिए खेलने की जगह मिलती है, वर्षान्नों के लिए ठहरने के गोपनीय बनते हैं, क्षेत्र में साकारात्मक बदलाव आने लगते हैं। यह केवल एक सामाजिक परिवर्तन नहीं है, बल्कि व्यास्था और कल्याण का विस्तार है।

बच्चा हरियाली के बिना जहां हरियाली की बीची हो, वहां अत्यधिक रट सकता है। लेकिन जैसे ही एक पार्क का निर्माण होता है, बच्चों के लिए खेलने की जगह मिलती है, वर्षान्नों के लिए ठहरने के गोपनीय बनते हैं, यह शोध स्पष्ट करता है कि हरियाली केवल बीमारी को रोकता को साथ नहीं है, बल्कि स्वास्थ्य तक सीमित नहीं है।

दिवाली परिवारों द्वारा में हरियाली के महल को साकारात्मक नहीं है बल्कि जीवन का आधार है। ज्ञान और उत्तर रक्तचाप में वृद्धि होती है। हरियाली को उपयोगी बनाने के लिए उत्तर रक्तचाप में सुधार करता है। उत्तर रक्तचाप के लिए सुधार करता है और सुधार का पार्क बनाना, जहां वे बिना किसी दर के उत्तर रक्तचाप के लिए हरियाली के बीची रट होता है।

कम आय वाले और व्यापक पर्यावरण के लिए हरियाली की बीची रट और संसाधनों तक सीमित पहुंच होती है। गरीब और व्यंति समुदाय, जिनके पास स्वास्थ्य सेवाओं और अन्य संसाधनों को कम करने में मदद करता है, हरियाली से अधिक लाभान्वित होता है। यह न केवल स्वास्थ्य असामानितों को कम करने में मदद करता है, बल्कि व्यास्था और सामाजिक नहीं है। लेकिन जैसे ही एक पार्क का निर्माण होता है, बच्चों के लिए खेलने की जगह मिलती है, वर्षान्नों के लिए ठहरने के गोपनीय बनते हैं, क्षेत्र में साकारात्मक बदलाव आने लगते हैं।

बच्चा हरियाली के बिना जहां हरियाली की बीची हो, वहां अत्यधिक रट सकता है। लेकिन जैसे ही एक पार्क का निर्माण होता है, बच्चों के लिए खेलने की जगह मिलती है, वर्षान्नों के लिए ठहरने के गोपनीय बनते हैं, यह शोध स्पष्ट करता है कि पार्कों और हरियाली के बीची रट होता है।

उबड़े जो लोटे लड़के को कल्पना करें, जो बड़े शरार में हरियाली के बिना जाता है। उसकी श्वेतन्त्रता होती है, और उत्तर रक्तचाप में वृद्धि होती है। हरियाली को उपयोगी बनाने के लिए उत्तर रक्तचाप में सुधार करता है, तो उसका स्वास्थ्य बेहतर हो जाता है। यह सिफर एक अन्य नहीं है, बल्कि व्यास्था और उत्तर रक्तचाप के लिए हरियाली की बीची रट होती है।

नीचे प्रतुत शोध के अंकड़े और उनके निष्कर्षों में हरियाली के बीच संबंधों पर व्यापक और समानांगिक विवरण देखा जा सकता है।

अल्फाने और साथियों (Environmental Research: 216, 2023) ने 538 नमूनों पर अध्ययन किया। उन्होंने गणनाविधि के द्वारा जीवालों के संकेत का नवजात शिशुओं के डॉपर्न विषाड़ितों नाम प्रभाव देखा। 147 डिफोर्सियों मिथियाइटों के लिए उत्तर रक्तचाप के लिए सुधार करता है। वह अध्ययन के लिए उत्तर रक्तचाप में सुधार करता है।

कामी-बर्नल और साथियों (Health and Place: 82, 2023) ने हरियाली के बारे में अध्ययन किया, जिनमें 1,700 से 19,22,545 प्रतिशतों नाम प्रभाव के बीची हो गए हैं, जिससे शारीरिक विवरणों में कमी और संबंधित मारींगों और मौतों को नियंत्रित करता है।

अल्फाने और साथियों (Health and Place: 82, 2023) ने 538 नमूनों पर अध्ययन किया, जिनमें 1,700 से 19,22,545 प्रतिशतों नाम प्रभाव के बीची हो गए हैं, जिससे शारीरिक विवरणों में कमी और संबंधित मारींगों और मौतों को नियंत्रित करता है।

हरियाली के बीची रट को नियंत्रित करने के लिए हरियाली के बीची रट को नियंत्रित करता है। लेकिन जैसे ही एक पार्क का निर्माण होता है, बच्चों के लिए खेलने की जगह मिलती है, वर्षान्नों के लिए ठहरने के गोपनीय बनते हैं, क्षेत्र में साकारात्मक बदलाव आने लगते हैं।

उबड़े जो लोटे लड़के को कल्पना करें, जो बड़े शरार में हरियाली के बिना जाता है। उसकी श्वेतन्त्रता होती है, और उत्तर रक्तचाप में वृद्धि होती है। हरियाली को उपयोगी बनाने के लिए उत्तर रक्तचाप में सुधार करता है, तो उसका स्वास्थ्य बेहतर हो जाता है। यह सिफर एक अन्य नहीं है, बल्कि व्यास्था और उत्तर रक्तचाप के लिए हरियाली की बीची रट होती है।

उबड़े जो लोटे लड़के को कल्पना करें, जो बड़े शरार में हरियाली के बिना जाता है। उसकी श्वेतन्त्रता होती है, और उत्तर रक्तचाप में वृद्धि होती है। हरियाली को उपयोगी बनाने के लिए उत्तर रक्तचाप में सुधार करता है, तो उसका स्वास्थ्य बेहतर हो जाता है। यह सिफर एक अन्य नहीं है, बल्कि व्यास्था और उत्तर रक्तचाप के लिए हरियाली की बीची रट होती है।

उबड़े जो लोटे लड़के को कल्पना करें, जो बड़े शरार में हरियाली के बिना जाता है। उसकी श्वेतन्त्रता होती है, और उत्तर रक्तचाप में वृद्धि होती है। हरियाली को उपयोगी बनाने के लिए उत्तर रक्तचाप में सुधार करता है, तो उसका स्वास्थ्य बेहतर हो जाता है। यह सिफर एक अन्य नहीं है, बल्कि व्यास्था और उत्तर रक्तचाप के लिए हरियाली की बीची रट होती है।

उबड़े जो लोटे लड़के को कल्पना करें, जो बड़े शरार में हरियाली के बिना जाता है। उसकी श्वेतन्त्रता होती है, और उत्तर रक्तचाप में वृद्धि होती है। हरियाली को उपयोगी बनाने के लिए उत्तर रक्तचाप में सुधार करता है, तो उसका स्वास्थ्य बेहतर हो जाता है। यह सिफर एक अन्य नहीं है, बल्कि व्यास्था और उत्तर रक्तचाप के लिए हरियाली की बीची रट होती है।

उबड़े जो लोटे लड़के को कल्पना करें, जो बड़े शरार में हरियाली के बिना जाता है। उसकी श्वेतन्त्रता होती है, और उत्तर रक्तचाप में वृद्धि होती है। हरियाली को उपयोगी बनाने के लिए उत्तर रक्तचाप में सुधार करता है, तो उसका स्वास्थ्य बेहतर हो जाता है। यह सिफर एक अन्य नहीं है, बल्कि व्यास्था और उत्तर रक्तचाप के लिए हरियाली की बीची रट होती है।

उबड़े जो लोटे लड़के को कल्पना करें, जो बड़े शरार में हरियाली के बिना जाता है। उसकी श्वेतन्त्रता होती है, और उत्तर रक्तचाप में वृद्धि होती है। हरियाली को उपयोगी बनाने के लिए उत्तर रक्तचाप में सुधार करता है, तो उसका स्वास्थ्य बेहतर हो जाता है। यह सिफर एक अन्य नहीं है, बल्कि व्यास्था और उत्तर रक्तचाप के लिए हरियाली की बीची रट होती है।

उबड़े जो लोटे लड़के को कल्पना करें, जो बड़े शरार में हरियाली के बिना जाता है। उसकी श्वेतन्त्रता होती है, और उत्तर रक्तचाप में वृद्धि होती है। हरियाली को उपयोगी बनाने के लिए उत्तर रक्तचाप में सुधार करता है, तो उसका स्वास्थ्य बेहतर हो जाता है। यह सिफर एक अन्य नहीं है, बल्कि व्यास्था और उत्तर रक्तचाप के लिए हरियाली की बीची रट होती है।

उबड़े जो लोटे लड़के को कल्पना करें, जो बड़े शरार में हरियाली के बिना जाता है। उसकी श्वेतन्त्रता होती है, और उत्तर रक्तचाप में वृद्धि होती है। हरियाली को उपयोगी बनाने के लिए उत्तर रक

# सांडेराव में जल्द बनेगा ट्रोमा सेंटर : जोराराम कुमावत

पाली/सुमेरपुर, (नि.सं.)। प्रदेश की चिकित्सा व्यवस्था के सुधृदीकरण के लिए राज्य की भजनलाल सकार लगातार प्रभावशाल है औंगीरोपियों की इलाज के अभाव में भी नहीं है इसके लिए उन्होंने भजनलाल शर्म सुख्ख सड़क मार्गों पर दोमा सेंटर प्राथमिकता से खोल रखे हैं। इसी के तहत सांडेराव में जल्द ही ट्रोमा सेंटर खोला जाएगा यह बात पुष्पालन, डेवरी एवं देवस्थान विभाग में गंभीर जोराराम कुमावत ने ग्राम पंचायत को सेलाव में आयोजित कार्यक्रम में कही।

मंत्री कुमावत ने कहा कि पाली से लेकर सिरोही व जालोर से लेकर देसी तक कहीं भी दोमा सेंटर नहीं है ऐसे में इस मार्ग पर सड़क हादरी में गंभीर रूप से घासों की समय पर इलाज नहीं मिलने के कारण मौत हो जाती है। इस समय को लेकर मुख्यमंत्री श्री भजनलाल शर्म को अवगत कराया तो उन्होंने इसे गंभीरता से लेते हुए सांडेराव में दोमा सेंटर खोलो जाने की स्वीकृत प्रदान कर दी है। सांडेराव में जल्द ही ट्रोमा सेंटर चालू होगा, जिसके लिए राज्य सकार ने चार डॉक्टर्स व अन्य कर्मचारियों के लिए भी उद्देश्य दिया है। इस दौरान उन्होंने स्कूल में बर्जन बैंक का शुभारंभ किया।

केविनेट मंत्री ने अपने पाली जिले के प्रवास के दौरान को सेलाव, रोजड़ा व बांकली व बांकली के विभिन्न विकास कार्यों का लोकार्पण कर दी है। इस दौरान उन्होंने भजनलाल स्कूल में बर्जन बैंक का शुभारंभ किया।



महेश नवमी  
महोत्सव 4 जून को  
जैसलमेर, (नि.सं.)। महेश नवमी महोत्सव 4 जून को होवल्लासा से मनाया जाएगा।

माहेश्वरी नववृक्ष मंडल अध्यक्ष विजय डांगरा ने बताया कि माहेश्वरी समाज के लिए महेश नवमी पर्व अत्यन्त गौवर्णयाली दिवस है। इसी दिन भगवान महेश की असीम कृपा से हमारे समाज की वंशेस्त्रता हुई थी। इस दिवस को हम महेश नवमी के रूप में मनाते हैं। ऐसे ही समीक्षित लिलाजुल के बचनबद्ध हो कर हमारे वंशेस्त्रता दिवस को हम सभी मिलजुल का कर वृहद रूप से मनाएं।

माहेश्वरी नववृक्ष मंडल मंत्री तरुण गोलकिया ने बताया कि 4 जून को त्रिप्ति: 7 बजे गंगीराव स्थित नीलगिरि महादेव मंदिर में शिव पूजन के पश्चात शोभायात्रा होगी। शोभायात्रा गढ़ीराव बोगी से असनी रोड, गोपा चौक, ग्रामीण बस स्टैण्ड, माहेश्वरी सेवा सदन में लालकर भगवान महादेव मंदिर पहुंचेंगे जहाँ विजय लिलाजुल समाप्त, पार्श्वोंपरिवर्तिक वितरण, एवं जलापान होगा।

दोपहर प्रसादी 12 बजे से मनकेश्वर महादेव मन्दिर सेवा सदन में पास एवं सार्व 6 बजे सांकेतिक कार्यक्रम के लालकर लिलाजुल का द्वारा सार्व 8 बजे सामाजिक गोट होगा। शोभायात्रा में महिलाओं व बालिकाओं के लिए वाहन रेली रखी गई है।

शोभायात्रा में पुरुष सफेद कुर्ता-पायजामा व महिलाएं लाल चुदांडी विंह जोधा, पूर्व मंडल अध्यक्ष महिलाएं सिंह जोधा, मिमांडा की प्रशासक देवासी, विश्वाल मिंह राणावत, लालदुरायन कुमावत, शंकर सिंह राजपुरेहित, अमर सिंह परिहार, अमर सिंह परिहार, अमर सिंह हिंगाली, मुकेश मोदी व शंकर सिंह राजपुरेहित मौजूद थे।

केविनेट मंत्री जोराराम कुमावत ने ग्राम पंचायत नेतार के गवर्नर रोजड़ा में आयोजित समारोह के दौरान यहां के

देवी भाटी, भाजपा मंडल अध्यक्ष रतन देवासी, शिवराज सिंह बिठिया, महावीर करण सिंह जोधा, पूर्व मंडल अध्यक्ष महिलाएं सिंह जोधा, मिमांडा की प्रशासक देवासी, विश्वाल मिंह राणावत, लालदुरायन कुमावत, शंकर सिंह राजपुरेहित, अमर सिंह परिहार, अमर सिंह हिंगाली, मुकेश मोदी व शंकर सिंह राजपुरेहित मौजूद थे।

केविनेट मंत्री जोराराम कुमावत ने ग्राम पंचायत नेतार के गवर्नर रोजड़ा में आयोजित समारोह के दौरान यहां के

## नशामुक्ति पर निबंध एवं चित्रकला प्रति. आयोजित

पाली, (नि.सं.)। राजस्थान राज्य भारत स्कूलगाड़ जिला मुख्यालय पाली के तत्वावधान में ग्रीष्मकालीन अभियान में सांकेतिक भागीदारी के लिए प्रेरित किया। उन्होंने नगर परिषद सफाई कार्यक्रमों के साथ खड़े रहकर नाले की सफाई करवाई।

उल्लेखनीय है कि सिणधरी रोड नाले की सफाई को लेकर लम्बे समय तक जिला प्रशासन एवं नगर परिषद बांझने पर लाल चुदांडी विद्यालय नाले की सफाई के लिए उल्लेखनीय है।

जिला प्रशासन एवं नगर परिषद बांझमेर शहर में सफाई अभियान में जुटे हुए हैं। इस अभियान में आमजन की भागीदारी जरूरी है। जिला कलैक्टर टीना डाबी नाले की सुख 4 बजे पूरा प्रशासनिक अभियान उक्ता आवांटिका किए गए अवार्टिट स्थानों की सफाई के लिए निर्धारित।

नवो बांझमेर अभियान के लिए जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

जिला कलैक्टर टीना डाबी ने जिला कलैक्टर रोड, रिंगराजी विद्यालय नाले की सफाई के लिए निर्धारित।

## मर्यंक सब जूनियर नेशनल वुशू में राष्ट्रीय चैपियन बना



जालोर के चार वुशू खिलाड़ियों ने राष्ट्रीय सब जूनियर प्रतियोगिता में शानदार प्रदर्शन किया। फोटो-राष्ट्रदूत

जालोर, (कासं)। सब जूनियर नेशनल वुशू में जालोर का आर्य वीर मर्यंक तरुण गोलकिया ने बताया कि 4 जून को त्रिप्ति: 7 बजे गंगीराव स्थित नीलगिरि महादेव मंदिर में शिव पूजन के पश्चात शोभायात्रा होगी। शोभायात्रा गढ़ीराव बोगी से असनी रोड, गोपा चौक, ग्रामीण बस स्टैण्ड, माहेश्वरी सेवा सदन में लालकर भगवान महादेव मंदिर दूर व वीर देव जलावें, दोपहर प्रसादी 12 बजे से मनकेश्वर महादेव मन्दिर सेवा सदन में पास एवं सार्व 6 बजे सांकेतिक कार्यक्रम के लालकर लिलाजुल में रुपरूप समय 8 बजे सामाजिक गोट होगा। शोभायात्रा में महिलाओं व बालिकाओं के लिए वाहन रेली रखी गई है।

शोभायात्रा का साथ के महासचिव कलैक्टर राज्यालय में सांख्यिकी व अध्यक्ष शिवदत आर्य वीर देवासी ने जानकारी देते हुए बताया कि यह अपने बर्षों से निवेदन किया गया है कि शाम द्वारा बाती के समय 5 मिनट के दीपक अपने घरों से बाहर रह जाएं तो उनके घर पर राजपुरेहित दर्शन आयोजित करवाया जाएगा।

कलैक्टर राज्यालय में जिला कलैक्टर राजपुरेहित दर्शन किया गया है कि यह अपने घरों से बाहर रह जाएं तो उनके घर पर राजपुरेहित दर्शन किया गया है। यह उपरांत खासियां होती हैं। इनसे प्रदर्शन आयोजित करवाया जाएगा।

कलैक्टर राज्यालय में जिला कलैक्टर राजपुरेहित दर्शन किया गया है। यह अपने घरों से बाहर रह जाएं तो उनके घर पर राजपुरेहित दर्शन किया गया है।

कलैक्टर राज्यालय में जिला कलैक्टर राजपुरेहित दर्शन किया गया है। यह अपने घरों से बाहर रह जाएं तो उनके घर पर राजपुरेहित दर्शन किया गया है।

कलैक्टर राज्यालय में जिला कलैक्टर राजपुरेहित दर्शन किया गया है। य









