स्वस्थ, स्वास्थ्य, स्वास्थ्य संयम, स्वास्थ्य संयम समिति, चिकित्सा

मध्यस्थ दर्शन सहअस्तित्ववाद वांग्मय से एक संकलन
Version 2

१ अक्टूबर २०१८

श्रद्धेय श्री ए. नागराज जी द्वारा प्रणेत मध्यस्थ दर्शन (सह अस्तित्ववाद) में से शब्दों के संदर्भों के खोजने के क्रम में यह "स्वस्थ, स्वास्थ्य, स्वास्थ्य संयम, स्वास्थ्य संयम समिति, चिकित्सा " शब्द के संदर्भों का संकलन है। यदि यहाँ लिखे हुए और मध्यस्थ दर्शन के मूल वाङ्ग्मय में कोई अंतर मिले तो मूल वाङ्ग्मय को ही सही माना जाए। यहाँ लिखे हुए में त्रुटियों के सुधार और इसको और उपयोगी बनाने हेतु भागीदारी करने के लिए रोशनी साहू (sahuroshani@gmail.com) से संपर्क करें।

Version 0.1	Draft version created	Roshani Sahu, 18/09/2018
Version 0.2		Roshani Sahu, 01/10/2018

शब्दः स्वस्थ, स्वास्थ्य, स्वास्थ्य संयम, स्वास्थ्य संयम समिति, चिकित्सा

परिभाषाः

- स्वास्थ्य – शरीर के लिए आवश्यकीय तत्वों की पाचन पूर्वक उपलब्धि का प्रकटन। (**पृष्ठ नंबरः** 216)
- स्वास्थ्य संयम – जीवन जागृति सहित प्रमाणों को मानव परम्परा में प्रमाणित करने योग्य शरीर सहित प्रमाणित होना, शरीर का दृष्टा जीवन। (**पृष्ठ नंबरः** 216)
- स्वास्थ्य संरक्षण – जागृति सहज अभिव्यक्ति योग्य शरीर। (**पृष्ठ नंबरः** 216)
- औषधि – शरीर के स्वास्थ्य के लिए उपयोगी और रोग निवारण योग्य द्रव्य। (**पृष्ठ नंबरः** 54)

(**परिभाषा संहिता, संस्करण** : **तृतीय** 2012 **मुद्रणः** 14 **जनवरी** 2016)

अनुक्रमणिका

स्वास्थ्य और इससे संबन्धित शब्द को लेकर मध्यस्थ दर्शन वांग्मय में आये सन्दर्भों को निम्न क्रम से संकलित किया गया है.

1. मानव व्यवहार दर्शन ४
2. मानव कर्म दर्शन ६
3. मानव अभ्यास दर्शन ९
4. मानव अनुभव दर्शन ११
5. समाधानात्मक भौतिकवाद १२
6. व्यवहारात्मक जनवाद १६
7. अनुभवात्मक अध्यात्मवाद २६
8. व्यवहारवादी समाजशास्त्र ३३
9. आवर्तनशील अर्थशास्त्र ४६
10. मानव संचेतनावादी मनोविज्ञान ५७
11. मानवीय संविधान सूत्र व्याख्या ६७
12. जीवन विद्या – एक परिचय ८२
13. विकल्प ८५
14. जीवन विद्या– अध्ययन बिन्दु ८६
15. मानवीय आचरण सूत्र ८८
16. संवाद – भाग १ ८९
17. संवाद – भाग २ ९२

संदर्भ: मानव व्यवहार दर्शन

(संस्करण: 2011, मुद्रण: 2015)

- हित: – शरीर **स्वास्थ्य** वर्धन एवं पोषण क्रिया की हित संज्ञा है. **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 18)**
- हृदय के तृप्त होने पर हित तथा **स्वास्थ्य** लाभ होता है. हृदय के अतृप्त रहने पर अहित अथवा स्वास्थ्य का लाभ नहीं होता है. **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 23)**
- **स्वस्थ** व्यवहार के लिए **स्वस्थ** शरीर का भी महत्वपूर्ण स्थान है, जो प्राण के विधिवत नियंत्रण से ही संभव है। **(अध्याय: 14, पृष्ठ नंबर: 93)**
- जागृत मानव परंपरा में राज्य का स्वरूप अखंड समाज सार्वभौम व्यवस्था सूत्र अध्ययन से और आचरण से व्याख्या होने के आधार पर विधि को पहचानने के मुख्य रूप से पाँच मुद्दे पाए गए हैं. यह – (१) मानवीय शिक्षा संस्कार, (२) न्याय–सुरक्षा, (३) उत्पादन कार्य, (४) विनिमय कोष, (५) **स्वास्थ्य–संयम** के रूप में गण्य हैं। राज्य प्रक्रिया में उक्त पाँचों व्यवस्थाएं सार्वभौमिकता के अर्थ में ही सार्थक होना पाया जाता है. मानवीय शिक्षा–संस्कार की सफलता अर्थ–बोध होने के रूप में है. न्याय–सुरक्षा की सफलता संबंधों की पहचान, मूल्यों का निर्वाह, मूल्यांकन पूर्वक उभय–तृप्ति के रूप में सार्थक होना पाया जाता है. उत्पादन–कार्य हर परिवार की आवश्यकता से अधिक उत्पादन के रूप में, समृद्धि के अर्थ में सार्थक होना पाया जाता है. विनिमय–कोष श्रम–मूल्य के पहचान सहित, श्रम विनिमय पद्धति से सार्थक होता है. और **स्वास्थ्य–संयम** मानव–परंपरा में जीवन जागृति को प्रमाणित करने योग्य शरीर की स्थिति–गति के रूप में सार्थक होता है. यह सब मानव सहज जागृति के अक्षुण्णता का द्योतक है अथवा सार्वभौम व्यवस्था, अखंड समाज और उसकी अक्षुण्णता का द्योतक है. यही राज्य वैभव का स्वरूप है. इस विधि से हर परिवार समाधान–समृद्धि पूर्वक जीना होता है. **(अध्याय: 16 (ii), पृष्ठ नंबर: 130–131)**
- न्यायपूर्ण व्यवहार तथा व्यवसाय के समत्व में सह–अस्तित्व तथा समृद्धि, शरीर तथा हृदय के समत्व में तृप्ति, हृदय तथा प्राण के समत्व में **आरोग्य तथा पुष्टि**, प्राण एवं मन के समत्व **में बल तथा स्फूर्ति**, मन व वृत्ति के समत्व में सुख, वृत्ति व चित्त के समत्व में शांति, चित्त व बुद्धि के समत्व में संतोष, बुद्धि व आत्मा के समत्व में आनंद अनुभव पूर्वक आत्मा तथा सह–अस्तित्व में नित्य समत्व है ही। इसीलिए परमानन्द सहज अनुभूति व प्रमाण है। **(अध्याय: 18, पृष्ठ नंबर: 166)**
- उदारता:– स्वप्रसन्नता पूर्वक, दूसरों की जीवन जागृति, शरीर **स्वस्थता** व समृद्धि के लिए आवश्यकतानुसार तन, मन, धन रूपी अर्थ का अर्पण–समर्पण करना। **(अध्याय:18 , पृष्ठ नंबर: 173)**

- 17. हित 18. **स्वास्थ्य**

  हित :– शरीर सीमान्तवर्तीय उपयोगिता।

  स्वास्थ्य :–मन एवं प्रवृत्तियों के अनुसार कर्मेन्द्रिय व ज्ञानेन्द्रियों का कार्य करने योग्य स्थिति में होना।

  :– स्पन्दन :– स्फुरण योग्य स्थिति में कर्मेन्द्रिय एवं ज्ञानेन्द्रिय का होना। **(अध्याय: 18, पृष्ठ नंबर: 175)**

- परिभाषा : छः प्रकार की रुचियां जीभ के संयोग में आई वस्तु चाहे तरल, विरल, ठोस क्यों न हो, परिणाम स्वरूप ही पहचानना होता है। हर जागृत मानव संवेदनाओं के प्रयोजनों का **स्वस्थ** शरीर के प्रयोजनों के लिए पहचाने रहना स्वाभाविक रहता है।

  शीत–ऊष्ण:– पोषण /शोषण

  खट्टा:– पोषण /शोषण

  मीठा:– पोषण/शोषण

  चरपरा: – पोषण /शोषण

  कड़ुआ :– पोषण /शोषण

  कसैला: –पोषण /शोषण

  खारा: –पोषण /शोषण

  सुगंध/दुर्गन्ध :– प्रश्वसन/विश्वसन

  सुरूप/कुरूप: – अपनापन/परायापन

  पोषण:– इकाई + अनुकूल इकाई।

  शोषण:– इकाई + प्रतिकूल इकाई **(अध्याय: 18, पृष्ठ नंबर: 178–179)**

संदर्भ: मानव कर्म दर्शन

(संस्करण: 2010, मुद्रण:2017)

- भोग एवं बहु भोगवादी जीवन में मानव स्वयं को **स्वस्थ** बनाने तथा अग्रिम पीढ़ी के आचरणपूर्वक जागृति के लिये शिक्षा प्रदत्त करने में समर्थ नहीं है और न हो सकता है। यह ज्वलंत तथ्य ही विचार परिवर्तन एवं परिमार्जन का प्रधान कारण है। भोग संस्कृति का आधार नहीं है। **(अध्याय: 1, पृष्ठ नंबर: 28–29)**
- ...इस धरती पर 120° फारेनहाइट से अधिक ताप प्रभावित है, वहाँ भी मानव शरीर का वही सामान्य तापमान मापा जा रहा है, तभी मानव को **स्वस्थ** कहा जा रहा है। वातावरण के अनुसार ताप यदि बदल जाता है तो रोगी कहलाता है अथवा मर गया कहा जाता है। इस प्रमाण के आधार पर धरती का **स्वास्थ्य** भी विचार किया जा सकता है.... (**अध्याय: 3 (7), पृष्ठ नंबर: 83**)
- परिशीलन का आधार मानव होगा और जीता हुआ मानव ही होगा। मानव के मरे हुए शरीर के निरीक्षण परीक्षण से इन हड्डी, नसों, मांसपेशियों का संतुलन कैसे बना रहता है, बिगड़ने पर क्या–क्या परेशानी होती है, इसका अध्ययन होता है। किन्तु मानव संतुलित रहने के लिए मानसिकता और शरीर के तालमेल आवश्यक है। इस बात को हर ज्ञानी, विज्ञानी, विशेषज्ञ और सामान्य मानव स्वीकारते हैं। मानसिकता ही रोग और कष्ट को प्रगट करता है, स्पष्ट करता है। शरीर में जो कुछ परेशानी है, व्यतिरेक है, उसको पहचानने के लिए मानसिकता का प्रयोग आवश्यक है। मानसिकता ही सबको पहचान पाती है। इसके विपरीत, यंत्र पहचानते हैं इसका दावा हम करते हैं। यहीं से स्वास्थ्य संबंधी मामला यंत्र के अधीन हो गया, जबकि यंत्र किसी एक या एक से अधिक मानव से ही योजित–नियोजित, उत्पादित वस्तु है। इसमें मानव की मानसिकता नियोजित रहती ही है। जितने अपेक्षा से नियोजन होता है, उससे कम में ही यंत्र तैयार हो पाता है। इस बात को हम इस ढंग से प्रस्तुत करते हैं, किसी यंत्र के प्रयोजन को हम गणितीय विधि से 100 आंकते हैं तो उसमें से 75 और उससे कम में ही विश्वास रखना चाहिए, उपयोग करना चाहिए। इस भाग को यंत्र की सुरक्षा का भाग भी माना जाता है यंत्रों में जो कुछ भी संकेत मिलता है, इसको पढ़ने वाला भी मानव ही है। जिसको पढ़ना है, अपने मानसिकता सहित ही पढ़ पाता है, आदि काल से यह माना गया कि बेईमानी के बिना व्यापार चलता नहीं। अगर यही सूत्र हो तो इन सब उपक्रमों की क्या हालत होगी, शोध और सोचने का मुद्दा है।

  दूसरी विधा में जो आयुर्वेद है, यूनानी विधि है, ये करीब–करीब आधार रूप में एक ही है, नाड़ी और दोष पर धड़कन और धड़कन के ध्वनि को सुनते हुए शरीर की आवाज को सुनने की कोशिश, उसके आधार पर शरीर के कष्ट और व्यतिरेकों का अनुमान, स्वीकृति, उसके आधार पर दवाइयों की योजना, प्रयोग, सफलता पर विश्वास करना होता है।

इस प्रयोग से वांछित परिणाम अर्थात् **स्वस्थ** होने के स्थिति में रोग स्वरूप का निर्धारण किया गया था, जिसके आधार पर दवा नियोजित की थी, इस प्रक्रिया में विश्वास का उपार्जन, इस क्रम को कर्म अभ्यास का नाम दिया गया।

आयुर्वेद विधि से उसकी कई विधि से रोग के बलाबल को पहचानना, उसी के अनुसार औषधि को पहचानना, वन औषधि के रूप में, खनिजों के रूप में, जीवों से उपलब्ध औषधि के रूप में पहचानना। इनका योग, संयोग, परिपाक विधि से औषधि के बलाबल को पहचानना, रोग से अधिक बलशाली औषधि का प्रयोग करना, यही कर्म अभ्यास रोग को पहचानने से रोग **चिकित्सा** तक अनुशासित रहना पाया जाता है। इसमें मूल मुद्दा यही है, हर आयुर्वेदज्ञ को परिश्रम करने की आवश्यकता पड़ती है। फलस्वरूप–

रोगों को पहचानने	औषधियों को पहचानने
रोगों के बलाबल को पहचानने	औषधियों के बलाबल को पहचानने
पथ्य परहेज को पहचानने	अनुपान को पहचानने

के सम्मलित रूप में जो प्रयोग कर पाते हैं इसे ही कर्माभ्यास कहते हैं। ये पूरा का पूरा ज्ञान, विज्ञान विधि से चलकर अनुपान, पथ्य परहेज तक पहुँच पाते हैं, इसके फल परिणाम के आधार पर परम्परा के रूप में प्रमाण तक पहुँच पाते हैं। **(अध्याय: 3 (16), पृष्ठ नंबर:147–149)**

- इसमें मूल मुद्दा यही है, समझदार मानव परम्परा के उपरान्त, जितने भी ज्ञान, विज्ञान, विवेक सहित किया गया कर्म अभ्यास, **स्वास्थ्य संयम** विधा में लोकव्यापीकरण करने के पक्ष में ही कार्य करता हुआ, परिवर्तित होता हुआ देखने को मिलता है। दूसरे भाषा से, समझदार मानव परम्परा मानवीयता विधि से जीने के उपक्रमों, निष्ठाओं का वैभव ही लोकव्यापीकरण के पक्ष में उदित हो पाता है। समझदार मानव सह अस्तित्व वादी विधि से ज्ञान, विज्ञान, विवेक से सम्पन्न मानव व्यक्तिवादी न होकर परिवार से सार्वभौम व्यवस्था, समग्र व्यवस्था में भागीदारी से संपन्न हुआ रहता है। इसीलिए अखण्ड समाज के अर्थ में ही कार्य–व्यवहार–विन्यास होना पाया जाता है। अर्थात् ऐसा समझदार मानव सामाजिक होना, सर्व शुभ को चाहना, सर्व शुभ के लिए स्वयं को प्रवर्तित रखना, प्रमाण होने का उम्मीद रखना, इसके लिए अभ्यास करना स्वभाविक होना पाया गया। यहाँ उल्लेखनीय बिन्दु यही है कि सहअस्तित्ववादी नजरिये से समझदार मानव का बहुमुखी उपयोगी होना देखा गया। ऐसी चाहत हर मानव में है ही। इसीलिए ऐसे वैभव के सार्थक होने की सम्भावना समझ में आती है।

समझदारी के साथ मानव का **स्वास्थ्य संयम** विधा में भागीदारी करना एक स्वभाविक प्रक्रिया है। इसके साथ ही शिक्षा संस्कार, न्याय सुरक्षा, उत्पादन कार्य, विनिमय कार्यों में भागीदारी करना सभी समझदार मानव का कर्त्तव्य

एवं दायित्व हो पाता है। समझदारी के साथ कर्त्तव्य और दायित्व स्वीकृति सहज रूप में प्रमाणित हो जाता है। समझदारी के अनन्तर अर्थात् सहअस्तित्ववादी ज्ञान, विज्ञान, विवेक संपन्नता के उपरान्त दायित्व और कर्त्तव्य को स्वीकारने में देरी होती ही नहीं, यह स्वयं स्फूर्त विधि से प्रमाणित होती, प्रगट होती है। इन सबको भली प्रकार से परीक्षण, निरीक्षण कर निश्चित किया गया है। हर नर–नारी इसको परीक्षण पूर्वक सत्यापित कर सकते हैं, यह मानव परम्परा के लिए महत्वपूर्ण प्रेरणा रही है। **(अध्याय:3 (16) , पृष्ठ नंबर: 149)**

संदर्भ: मानव अभ्यास दर्शन

(संस्करण: द्वितीय, मुद्रण: 2018)

- उत्पादन का सीधा संबंध विनिमय कार्य व **स्वास्थ्य संयम** कार्य, शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा, उत्पादन–कार्य संरक्षण से हैं। इन पाँचों की एकसूत्रता उत्पादन के लिये अनिवार्य है। यही व्यवस्था का आद्यान्त कार्यक्रम है। मूल्य–विहीन संबंध नहीं है। संबंध विहीन व्यवस्था एवं व्यवहार नहीं है। उत्पादन के संबंध–निर्वाह में जो न्यूनताएं हैं वही लाभोत्पादक वाणिज्य के जन्म का कारण है। यह उस समय तक रहेगा जब तक उत्पादन संबंध का निर्वाह एकसूत्रतापूर्वक पूर्ण न हो जाय। (**अध्याय: 15, पृष्ठ नंबर: 64**)
- ...शरीर त्यागने के समय में जो सेवाएं आवश्यक हैं उसे स्वयं से सम्पन्न करने में असमर्थता पायी जाती है इसका तात्पर्य चैतन्य इकाई में किसी असमर्थता से नहीं यह केवल शरीर चालन योग्य न होने से है। ऐसे समय में अपनत्व सहित अपनों की सेवा आकांक्षित एवं वांछित होती है। यही आकाँक्षा एवं वाँछा की पूर्णता मरणोंत्तर जीवन के लिए उपहार है तात्पर्य शरीर त्यागने के अनन्तर स्वभाव गति के लिए ये सेवाएं सहायक तत्व हैं क्योंकि मानव जीवन में प्रधानत: मानव मानव के आचरण, सेवा एवं व्यवहार से आवेशित होते हुए तथा आवेश से मुक्त होकर स्वभावगति में अवस्थित होते हुए देखा जाता है। इस सत्यता से यह स्पष्ट हो जाता है कि अजागृति में मानव ही मानव की आवेशित गति एवं स्वभाव गति का प्रमुख कारण है। यही सत्यता स्थापित मूल्य की अनुभूति, शिष्ट मूल्य की अभिव्यक्ति के लिए बाध्यता है। यही उदय है। मानव ही अपनत्व, तादात्म्य एवं तन्मयता पूर्वक अनन्यता पूर्ण शिष्टता को व्यक्त करता है। जब वह काँक्षानुरूप अपनत्व को प्राप्त नहीं कर पाता तब वह उस जन्म घटना के संदर्भ में पराभव को स्वीकारता है या उसके निष्प्रयोजन को स्वीकारता है। शरीर त्यागने के समय में जो अवधारणाएं स्वीकृत होती हैं वही पुन: जन्म लेते तक स्थायीभूत रहती हैं। यही संस्कार एवं संस्कार के लिए स्तुषि है। साधन के बिना इकाई में परिवर्तन या गुणात्मक परिवर्तन सिद्ध नहीं होता है। चैतन्य इकाई के लिए शरीर ही सर्वप्रथम साधन है। यही वरीय साधन भी है। इसी से उपसाधन निर्मित होते है। वह आकाँक्षाद्वय के रूप में स्पष्ट है। इस प्रकार पूर्णता पर्यन्त साधनों से सम्पन्न होना तथा उसके सदुपयोग से सफलता एवं दुरूपयोग से असफलता की स्वीकार्यता का होना स्पष्ट होता है। यही अवधारणा है। यह अवधारणा ही संस्कार के रूप में प्रभावी होता है। ऐसी संस्कारदायी प्रक्रिया में वातावरण एवं अध्ययन ही साधनसमुच्चय है। सेवा, आचरण एवं व्यवहार ही मानव मानव के प्रति वातावरण निर्माण करने का प्रधान उपादेयी तत्व है। उसके लिए उनसे की गयी मंगल–अमंगल, शुभाशुभ तथा उचित–अनुचित कृतियों का बारम्बार स्मरण किया जाना, फलत: स्वयं में सफलता–असफलता का स्वीकार होना साथ ही अन्य के प्रति विश्वास या अविश्वास होना पाया जाता है। विश्वास परम्परा ही सास्ंकृतिक परम्परा का प्राण–त्राण तत्व है। यही मानव में गुणात्मक परिवर्तन के लिए आधारभूत तथ्य है। विश्वास केवल मानव की परस्परता में निर्वाह होने वाला तथ्य है। विश्वास ही जीवन के अमरत्व को स्पष्ट करता है। नवधा स्थापित मूल्यों का निर्वाह ही

जन्म घटना के अनन्तर स्वर्गीयता तथा मृत्यु घटना के अनन्तर सुसंस्कार का स्थापना क्रम है। प्रत्येक मरणासन्न व्यक्ति की जीवन सफलता में विश्वास को स्थापित करना ही मरणोत्तर जीवन के लिए उत्तम संस्कार है। शरीर कष्ट के परिहारार्थ समुचित **चिकित्सा** एवं सेवा समर्पण, वैचारिक समस्या परिहार योग्य व्यवहार एवं आचरण पूर्ण वातावरण से मरणोत्तर जीवन के लिए उत्तम संस्कार की स्थापना होती है। जीवन के अमरत्व एवं शरीर के नश्वरत्व एवम् व्यवहार के नियम संबंधी संबोधन, प्रबोधन प्रक्रिया से मरणोत्तर जीवन में उत्तम संस्कार की स्थापना होती है। मरणासन्न व्यक्ति में अपनत्व के प्रति विश्वास को स्थापित करने तथा अनिवार्य सेवाओं से सम्पन्न करने से वेदना विहीन मृत्यु घटना भावी होती है। फलतः मरणोत्तर जीवन में उत्तम संस्कार की स्थापना होती है। वेदना विहीन मृत्यु घटना में मानवीयतापूर्ण वातावरण अनिवार्य है, जो मरणासन्न व्यक्ति की तृप्ति का कारण होता है। वेदना विहीन मृत्यु घटना के सहायक क्रियाकलाप ही मृत्यु संस्कार में गण्य हैं। शैशवावस्था में जिस प्रकार प्यार और स्नेहपूर्ण सेवा–सुश्रुषा अनिवार्य है इसी प्रकार मरणासन्नावस्था में भी अनिवार्य है। यही मरणोत्तर जीवन में उत्तम संस्कार को स्थापित करता है। शरीर त्यागने के अनन्तर उनके जीवन की चरितार्थता, गौरव एवं सम्मानात्मक घटना, व्यक्तित्व–चारित्रय–स्मरण एवं सद्गुणों का वर्णन किया जाना मरणोत्तर जीवन में सुसंस्कारों का कारण होता है। साथ ही उनके अभ्युदय की कामना भी उनके सुसंस्कारों में सहायक सिद्ध होती है। क्योंकि प्रत्येक इकाई द्वारा की गयी शुभकामना का प्रसारण होता है। प्रत्येक प्रसारण ग्रहण के लिए उपलब्धि है। मरणोत्तर स्थिति में भी ग्रहण क्षमता रहती ही है। साधन विहीनतावश भी प्रसारण क्रिया का अभाव होता है। (**अध्याय: 31, पृष्ठ नंबर: 107–108**)

- "प्रेमानुभूति योग्य क्षमता सम्पन्न होने के लिए शुचिता एवं गुणात्मक परिवर्तन में अनुशीलन अनिवार्य साधना है।" सम्यकता की ओर गतिशीलता अर्थात् गुणात्मक परिवर्तन हेतु सुनिश्चित आचरण, व्यवहार एवं अर्थ का सदुपयोग ही साधना और अभ्यास है। शारीरिक **स्वस्थता** एवं शिष्टता का योगफल ही शुचिता है। प्रमाण–परम्परा में अनुगमन ही अनुशीलन है। जीवन ही प्रमाण–त्रय का प्रतिपादक है। प्रमाण ही जागृत मानव परम्परा है। (**अध्याय: 47, पृष्ठ नंबर: 155**)
- व्यायाम, आसन व प्राणायाम योगाभ्यास के लिए सहायक हैं। शरीर का स्वेच्छानुरूप उपयोग करने, **स्वस्थ** रखने के लिए ये प्रक्रियाएं आवश्यक हैं।... (**अध्याय: 54, पृष्ठ नंबर: 169**)

संदर्भ: मानव अनुभव दर्शन

(संस्करण: 2011, मुद्रण: 2016)

N o t f o u n d

संदर्भ: समाधानात्मक भौतिकवाद

(संस्करण: 2009)

- ...शरीर और **स्वास्थ्य** संबंधी बातें मानव से ही आरंभित रहीं। इसमें यही अत्याधुनिक तकनीकी, यंत्र और तंत्र सहित किये गये प्रयासों से मानव की औसत आयु बढना प्रमुख मुद्दा नहीं है। इसके उत्तर में, अव्यवस्था में प्रभावित होता हुआ मानव दिखता है। अव्यवस्था का प्रधान प्रभाव तीन उन्माद सम्मोहनात्मक और तीन उन्माद विरोधात्मक पाया जाता है जिसका जिक्र ऊपर कर चुके है। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 149)**
- न्याय पूर्वक सुख और शांति, व्यवस्था पूर्वक शांति और संतोष, तथा अनुभव पूर्वक संतोष और आनंद जीवन में प्रमाणित होता है। प्रत्येक मानव इसे अनुभव कर सकता है। ऐसे अखण्ड समाज– परिवार मूलक व्यवस्था, विश्व परिवार में व्यवहार रूप दे सकता है। व्यवस्था कम से कम 100 से 200 परिवारों के बीच में, अर्थात् 1000 से 2000 जनसंख्या के बीच स्वायत्त विधि से सफल हो सकती है। स्वराज्य की परिभाषा ही हैं–स्वयं का वैभव, स्वयं का स्वरूप मानव, मानव के समान वस्तु जीवन है। जीवन का संबोधन "स्वयं" अथवा "स्व" है। इस प्रकार जीवन का वैभव ही राज्य है। अस्तु, जीवन का वैभव– स्वराज्य। जीवन वैभव जागृति की अभिव्यक्ति हैं। जागृति का अर्थ सर्वतोमुखी समाधान एवं प्रामाणिकता है। इसका व्यवहार रूप परिवार परंपरा में समृद्धि, अभय, सह–अस्तित्व है। यही एक परिवार से विश्व परिवार तक प्रमाणित होने की वस्तुएँ हैं। इसके क्रियान्वयन क्रम में सर्वमानव के लिए न्याय सुलभता, उत्पादन सुलभता, विनिमय सुलभता लक्ष्य है। इसकी अक्षुण्णता के लिए शिक्षा–संस्कार, **स्वास्थ्य–संयम** सहज सुलभ रहेगा। इसको ही ग्राम स्वराज्य व्यवस्था का रूप देने के क्रम में दस सदस्यीय परिवार स्वयं अपने एक परिवार के प्रतिनिधि को, पहचानने की व्यवस्था रहेगी। हर दस (10) परिवार से एक एक सदस्य "परिवार समूह सभा" के लिए निर्वाचन पूर्वक पहचान करेगा। ऐसे दस परिवार समूह सभा अपने में से एक एक व्यक्ति को ग्राम परिवार सभा के लिए निर्वाचन पूर्वक पहचान करेगा। ग्राम सभा में समाहित दस (10) व्यक्तियों में से सभा प्रधान को पहचाने रहेंगे। ग्राम सभा, "स्वराज्य कार्य संचालन" समितियों को, मनोनीत करेगी। ऐसी समितियाँ पाँच होगी–

1. शिक्षा–संस्कार समिति
2. न्याय सुरक्षा समिति
3. **स्वास्थ्य संयम** समिति
4. उत्पादन कार्य समिति
5. विनिमय कोष समिति

इन सबके अपने–अपने कार्य परिभाषित, व्याख्यायित रहेंगे।

ऊपर कहे स्वराज्य व्यवस्था में सभी समितियाँ सहित ढाँचे का स्वरूप–निम्नलिखित सभी स्तरों में, निर्वाचन कार्य में दस व्यक्तियों के बीच, एक व्यक्ति होगा। ग्राम सभा तक त्रि–स्तरीय समितियाँ होना आवश्यक है। चौथा– ग्राम समूह सभा। पाँचवाँ– क्षेत्र सभा। छठा–मंडल सभा। सातवाँ–मण्डल समूह सभा। आठवाँ – मुख्य राज्य सभा। नवमा– प्रधान राज्य सभा। दसवाँ – विश्व परिवार स्वराज्य सभा। इस विधि से निर्वाचन कार्य में धन या वस्तु लगने की आशंका समाप्त हो जाती है। धन या वस्तु के साथ निर्वाचन कार्य को जोडऩा स्वयं निर्वाचन कार्य की पवित्रता का हनन सिद्ध हुआ हैं। इसका साक्ष्य मानव को मिल चुका हैं। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 181–182)**

- ...मानव परंपरा में व्यवस्था और व्यवस्था में भागीदारी निरंतर वैभवित होने के लिए, मानवीय शिक्षा–संस्कार और **स्वास्थ्य–संयम** रूपी स्रोत के साथ ही मानव परंपरा का जागृत वैभव स्पष्ट हो जाती है। **(अध्याय: 9 (4), पृष्ठ नंबर: 242)**
- न्याय:– संबंध, मूल्य, मूल्यांकन, उभयतृप्ति है।

मौलिकता न्याय का स्वरूप सहज रूप में ही संबंध मूल्य और मूल्यांकन ही है। यह मानव संबंध, नैसर्गिक सं ंबंध और उत्पादन सबंध के रूप में स्पष्ट होता है।

मानव संबंध व्यवहार सूत्र का स्वरूप हैं।

नैसर्गिक संबंध पूरकता सहज सत्यता हैं।

उत्पादन संबंध उपयोगिता सहज सबंध हैं। इनमें उपयोगिता को प्रमाणित करने के लिए प्राकृतिक ऐश्वर्य पर श्रम नियोजन और कला मूल्य की स्थापना और उसके मूल्यांकन के रूप में हैं।

आवर्तन विधि संपन्न विनिमय प्रक्रिया पूर्वक व्यवहारिक होना पाया जाता हैं

मानव संबंध समाज रचना का आधार हैं। परिवार मूलक विधि से समाज रचना निरंतर सहज हैं। मानवत्व ही परिवार संबंधों की तृप्ति का सूत्र है। परिवार ही विश्व परिवार के रूप में अखण्ड समाज हैं। परिवार रचना के साथ व्यवस्था की अभिव्यक्ति एक अनिवार्य स्थिति हैं। व्यवस्था सहज अभिव्यक्ति क्रम में न्याय, विनिमय और उत्पादन प्रधान प्रक्रिया हैं।

न्याय प्रक्रिया में स्थापित एवं शिष्ट मूल्यों का मूल्यांकन मौलिक हैं।

विनिमय प्रकिया में श्रम मूल्यों का मूल्यांकन मौलिक हैं।

उत्पादन कार्यों में अथवा उत्पादन विधि में श्रम नियोजन मौलिक हैं।

इस प्रकार मौलिकता त्रय पूर्वक सार्वभौमिकता और अक्षुण्णता सहज होता है। इसी अभिव्यक्ति के लिए मानवीय शिक्षा–संस्कार और **स्वास्थ्य–संयम** आवश्यकीय कार्यक्रम हैं। इसी के आधार पर सार्वभौम व्यवस्था और अखण्ड समाज रचना के लिए, मानव का जागृत होना पाया जाता है। **(अध्याय:9 (4) , पृष्ठ नंबर: 247–248)**

- **स्वास्थ्य**, संयमपूर्वक जागृति (सहज) को अभिव्यक्त करता है, फलस्वरूप सर्वतोमुखी समाधान सुलभ होता है। **(अध्याय: 9(5), पृष्ठ नंबर: 257)**
- हिताहित संबंधी तुलन शरीर **स्वास्थ्य** केन्द्रित विधि से होना पाया जाता हैं। **स्वास्थ्य** के लिए उचित अनुचित के आधार पर हिताहित का निर्णय होना स्पष्ट है।... **(अध्याय: 9(10), पृष्ठ नंबर: 308)**
- (4) तन, मन, धन रूपी अर्थ की सुरक्षा एवं सदुपयोग:–मनुष्य तन, मन, धन रूपी अर्थ का सदुपयोग करता ही हैं। यह क्रिया मानव में ही होना पाया जाता हैं। तन का स्वरूप सबको समझ में आ गया हैं – पाँचों ज्ञानेन्द्रियों और पाँचों कर्मेन्द्रियों के क्रियाकलाप। मन का स्वरूप – जीवन ज्ञान, अस्तित्व दर्शन, मानवीयता पूर्ण आचरण संपन्न मानसिकता से हैं। कम से कम जीवन ज्ञान संपन्न मानसिकता से हैं। जीवन ज्ञान संपन्नता से ही अखण्ड समाज सार्वभौम व्यवस्था में भागीदारी होना संभव हुआ। जीवन ज्ञान संपन्नता ही निर्भमता का द्योतक होना पाया गया। इसी आधार पर ऐसी ज्ञान संपन्न मानसिकता और **स्वस्थ** शरीर के संयोग से ही ये तथ्य प्रस्तुत होते हैं। इसी के साथ स्वधन का (श्रम नियोजन पूर्वक प्राप्त जो कुछ भी धन रहता हैं, उन सब का) सदुपयोग, सुरक्षा प्रत्येक मानव चाहता है। भ्रमित मानव भी सुरक्षा चाहता हैं, जबकि निर्भम मानव चाहता भी हैं, करता भी हैं। ऐसे सदुपयोग को, सुरक्षा को देखा गया है, परखा गया हैं। इसे इस प्रकार पहचाना जा सकता हैं कि:–

जागृत मानव अपने तन, मन, धन रूपी अर्थ को आगे पीढ़ी, पीछे पीढ़ी के साथ वर्तमान दायित्व एवं कर्तव्य पूर्वक अर्पित, समर्पित कर सदुपयोग पूर्वक सुख को पा लेता हैं। फलस्वरूप उस–उस की सुरक्षा होना प्रमाणित होता है।

उपयोग:– स्वायत्त मानव सहज परिवार में तन, मन, धन रूपी अर्थ का उपयोग मूल्य और मूल्यांकन पूर्वक उभय तृप्ति।

सदुपयोग:– परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था में भागीदारी करते हुए तन, मन, धन रूपी अर्थ का नियोजन सदुपयोग हैं।

प्रयोजनशीलता:– जागृतिपूर्ण विधि से प्रमाणित करने में नियोजित किया गया तन, मन, धन रूपी अर्थ।.... **(अध्याय: 9(10), पृष्ठ नंबर: 314–315)**

- मानव जागृत परंपरा सहज रूप में जीने के क्रम में शरीर को निरोग रखना भी एक कार्य है। इस क्रम में जो संक्रामक, आक्रामक विधियों से जो कुछ भी परेशानियाँ देखने को मिलती हैं, उसके निवारण के लिए सर्वत्र सहज रूप में पाई जाने वाली जड़ी–बूटी आदि घरेलू वस्तुओं से बहुत सारे रोगों को ठीक करने का अधिकार हर परिवार में स्थापित कर लेना सहज है। क्योंकि परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था क्रम में **स्वास्थ्य–संयम** कार्यक्रम प्रत्येक परिवार का एक दायित्व हैं। इस क्रम में पवित्र आहार पद्धति एक प्रमुख कार्यक्रम रहेगा। इसे ध्यान में रखकर कृषि कार्य के लिए जो समझदारी चाहिए उसको भी स्वीकृति करना आवश्यक हो जाता हैं। इस क्रम में धरती का उर्वरक संतुलन को बनाए रखना एक आवश्यकता है। इसमें मानव का दायित्व भी बनता हैं। धरती, अनाज उत्पादन–कार्य, उर्वरकता का संतुलन स्वाभाविक रूप में एक–दूसरे से आवर्तनशील कार्य हैं। इस आवर्तनशीलता में पहले भी संतुलन का जिक्र किया जा चुका है। इसमें मुख्य बात यही है कि धरती में उपजी हुई संपूर्ण हरियाली, दाना को निकालने के उपरान्त सभी घास, भूसी, जानवर खाकर गोबर गैस के अनंतर खाद बनकर खेतों में समाने की विधि को अपनाना चाहिए। अन्यथा घास, भूसी ज्यादा होने की स्थिति में अच्छी तरह से सड़ाकर खाद बनाना चाहिए। यह खेतों में डालना चाहिए। यह विधि सर्वाधिक कास्तकारों के यहाँ प्रचलन में हैं ही। इसकी तादाद बढ़ाने की आवश्यकता है। जैसे–जैसे खेत अधिक होता हैं वैसे–वैसे खाद की मात्रा भी अधिक होना आवश्यक है। कीटनाशक या कीट नियंत्रक कार्यों को भी कास्तकारों को अपने हाथों में बनाए रखना चाहिए जिससे पराधीनता की नौबत न आए। **(अध्याय: 9(10), पृष्ठ नंबर: 330–331)**
- हर परिवार में आवश्यकता से अधिक उत्पादन होने के आधार पर प्रत्येक परिवार में शरीर पोषण, संरक्षण और समाज गति के अर्थ में निश्चित उत्पादन–कार्य विधिवत् निर्धारित रहना संभव हो जाता हैं। फलस्वरूप उत्पादन सुलभता का अनुभव होना सहज हैं। इस प्रकार न्याय सुलभता, उत्पादन सुलभता, विनिमय सुलभता सहज आवर्तनशील वैभव, स्वयं नित्य उत्सव के रूप में स्वराज्य व्यवस्था को प्रमाणित कर देता हैं। ऐसे उत्सव के अभिन्न अंगभूत मानवीय शिक्षा–संस्कार और **स्वास्थ्य संयम** सहज कार्यक्रम मानव कुल में व्यवहृत होता ही रहेगा। **(अध्याय: 9(10), पृष्ठ नंबर: 338)**

संदर्भ: व्यवहारात्मक जनवाद

(संस्करण: 2009, मुद्रण: 2017)

- इसमें से कुछ ऐसी तकनीकी है जो मानव का शोषण सर्वाधिक करता है। तकनीकी विधि से अनेक पुर्जों से एक यंत्र तैयार होता है ऐसा मान लिया गया है। उसी क्रम को मानव के शरीर के साथ भी ऐसा ही सोचना शुरूकिया। इसी क्रम में हड्डी खराब होने पर हड्डी बदल देंगे – गुर्दा खराब होने पर गुर्दा बदल देंगे। इसी प्रकार हृदय, आँख, नाक, चमड़ा, रक्त के सम्बंध में भी सोचा गया। इसको क्रियान्वयन करने के क्रम में मानव अपने प्रयासों से किसी भी अंग अवयवों के हड्डी, मांस और स्नायु को बनाने में असमर्थ रहा। इन चीजों को बदला जा सकता है। यह तकनीक कर्माभ्यास पूर्वक कुछ लोगो को करतलगत हुई। विगत दशक और इस दशक में बीती हुई पाँच वर्ष में अनेकानेक जनचर्चा पत्र पत्रिका की सूचना दूर दर्शन साक्षात्कारों के रूप में देखा गया सुना गया कि किसी का गुर्दे,, किसी का आँख, किसी के कुछ और अंगो को कुशल शल्य चिकित्सक अपहरण कर लिया। इन खबरों को सुनने से जो प्रभाव पड़ा कि मूलत: शल्य **चिकित्सा** विधि शुभ के लिये ही आरंभ हुई है किन्तु वर्तमान में अशुभ का भी कारक बन चुकी है। यदि ऐसी घटनाओं में वृद्धि हो जाये तो कौन किसके पास बेहोशी में होकर आपरेशन कराना चाहेगा। बेहोशी के अनन्तर मानव के किसी भी अंग अवयव को काँट–छाँट कर अलग सकते हैं। उसके बाद ऑपरेशन जिसका हुआ है वह चाहे बचे बचे चाहे मरे। इन स्थितियों में हम आ चुके है। **(अध्याय: 2, पृष्ठ नंबर: 20–21)**
- इसी प्रकार इसके आगे दवाइयों का संसार है, जो अत्याधुनिक विधि से बनाई जाती है। उनसे जितना लाभ होता है इससे अधिक परेशानी होने की सूचना, उन्हीं दवाई से **चिकित्सा** करने वाले स्वयं बताया करते है। ये सब होते हुए ऐसी अत्याधुनिक दवाइयां लोकमानस के लिए आकर्षण बनी हुई है। जहाँ तक रोग की बात है अत्याधुनिक शरीर शास्त्र का अध्ययन करने के अनुसार व्यवस्थागत रोगो यथा गृधसी, श्वास, भुजस्तंभ, कटिग्रह, स्तंभगत, मधुमेह, रक्तचाप जैसे रोगों का कारण अज्ञात एवं असाध्य (ठीक न होने वाला) रोग बतलाते है फिर भी हर चिकित्सक कोई न कोई दवाइयों को देता ही रहता है। **(अध्याय: 2, पृष्ठ नंबर: 21)**
- हर राज्य राष्ट्रीय पर्व दिवस की पावनबेला में राज्य की अखंडता, सार्वभौमता, अक्षुण्णता का नारा अथवा जिक्र करते ही है। जबकि सन 2000 के पहले दशक तक कोई ऐसा राज्य अथवा धर्म नहीं हुआ जिसका, अन्य धर्मो के साथ विरोध न हो, अथवा जो सबके लिए स्वीकार्य हो, ऐसा कोई धर्म ग्रंथ तैयार हो नहीं पाया। सभी अपने ढंग से श्रेष्ठता का दावा करते ही है। हर श्रेष्ठता की कसौटी है, जो सर्वमानव स्वीकृत हो जिसके फलन में समाधान, समृद्धि, अभय सहअस्तित्व के रूप में प्रमाणित हो, स्वीकृत हो, और व्यवस्था के रूप में मानवीय शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा,परिवार परिवार की आवश्यकता से अधिक उत्पादन–कार्य, विनिमय कोष, (लाभ हानि मुक्त) और **स्वास्थ्य–संयम** कार्य रूप मेंमानवीय प्रमाणों का वर्चस्व वर्तमान हो। इस प्रकार अखंड समाज, सार्वभौमता का

प्रयोजन स्पष्ट हो जाता है। इन प्रयोजनों के साथ ही इनकी निरन्तरता का वैभव होना पाया जाता है। **(अध्याय: 3, पृष्ठ नंबर: 44)**

- भाषा अपने में बोली के रूप में आता ही है। हर बोली का अर्थ होना पाया जाता है। ऐसे अर्थ अस्तित्व में कोई वस्तु, घटना,फल, परिणाम के रूप में होना पाया जाता है। इसी के साथ क्रियाकलाप, व्यवहार प्रक्रिया भी भाषा के अर्थ के रूप में अस्तित्व में होता ही है। अस्तित्व में होना ही अर्थ व वस्तु है क्योंकि प्रयोजन, परिणाम, फल, क्रिया, प्रक्रिया भी वस्तुगत विद्या ही है। यह सारे अर्थ, प्रयोजन के साथ ही सार्थक होना देखा गया है। सार्थकता तो स्पष्ट है। समाधान, समृद्धि, अभय, सहअस्तित्व ही वांछित उपलब्धि व वस्तु है। इसी के साथ संपूर्ण प्रकार के शिक्षा– संस्कार प्रक्रिया, न्याय सुरक्षा प्रक्रिया, उत्पादन– कार्य प्रक्रिया, विनिमय–कोष प्रक्रिया, **स्वास्थ्य संयम** क्रियाकलाप के रूप शब्द का अर्थ समझ में आता है जिससे मानवाकांक्षा अथवा मानव प्रयोजन प्रमाणित होने की अपेक्षा मानव परंपरा में समाहित है ही। **(अध्याय: 3, पृष्ठ नंबर: 45)**
- सुख अर्थात समाधान का अनुभव होना पहले जिक्र किया गया है। मानव ही अनुभव योग्य इकाई है। जीवो में संवेदनाओं की स्वीकृति होना और संवेदनाओं के विरोध को नकारते हुए देखा जाता है। मानव भी ऐसा ही करता है। संवेदनाओं से जो सुख भासने का मुद्दा है वह मानव में ही होता है। क्योंकि जीवो में प्रतिकूलता होते हुए भी समाधान के लिए शोध– अनुसंधान करता हुआ देखने को नहीं मिलते। इस प्रमाण से पता लगता है जीव संसार सभी प्रतिकूलता और अनुकूलता को **स्वास्थ्य** के अर्थ में ही पहचानता है। इसी आधार पर जीव संसार को जीने की आशा के आधार पर जीवनी क्रम में जीता हुआ पहचाना गया है। हर जीवो में जीने की आशा का होना हर मानव को बोध होता ही है। यद्यपि जीवों में जीवन, जीने की आशा को ही प्रमाणित कर पाया है। इसके मूल में यह भी पहचान में आया है कि शरीर को जीवन मानते हुए जीते है। इसलिए **स्वस्थता** के आधार पर अनुकूलताप्रतिकूलता को पहचाना करता है। यही जीव संसार का शरीर को जीवन मानने का प्रमाण है। **(अध्याय: 3, पृष्ठ नंबर: 46)**
- जागृति स्वयं में समझदारी का अभिव्यक्ति संप्रेषणा प्रकाशन है। समझदारी ही समाधान है। समाधान स्वयं सुख होना स्पष्ट किया जा चुका है। इस प्रकार संवाद विधि से स्पष्ट होता है कि मानव सन 2000 तक जागृति क्रम में ही जिया। जागृति की अपेक्षा बनी रही और जागृति के प्रस्ताव के रूप में मध्यस्थ दर्शन सहअस्तित्ववाद मानव के समक्ष उपस्थित हुआ। इससे यह स्पष्ट हो गया जीव संसार के सदृश्य मानव शरीर **स्वस्थता** के आधार पर जीने जाते हैं तो शरीर **स्वस्थता** का प्रयोग भोग और संघर्ष व युद्ध में ही होता है। अधिकाधिक उत्पादन– कार्य भी भोग और युद्ध के लिए ही हो रहे हैं। यह सभी समुदायगत मानव का स्वरुप है जबकि मानव सुखी होना चाहता है। युद्ध और भोग विधि से सुख और सुख की निरंतरता नहीं हो पाई। इसीलिए मानव व्यवस्था में जीने में सफल नहीं हो पाया। **(अध्याय: 3, पृष्ठ नंबर: 47–48)**

- ...क्योंकि परिवार में सीमित संख्या में सदस्यों का होना और उन सबके शरीर पोषण संरक्षण और समाज गति के पक्ष में वस्तुओं की आवश्यकता होना पाया जाता है। ऐसे निश्चयन के आधार पर आवश्यकता से अधिक उत्पादन प्रवृत्ति का होना तदनुसार फलपरिणाम होना पाया जाता है। इस विधि से अर्थात जागृति पूर्ण परंपरा विधि से हर मानव परिवार समाधान समृद्धि को अनुभव करना सहज है। इसकी अपेक्षा सुदूर विगत से ही मानव आकांक्षा के रूप में विद्यमान है ही और विद्यमान रहेगा ही। इस मुद्दे पर परामर्श संवाद हर मानव परिवार में और योग संयोग होने वाले छोटे बड़े समाजों में चर्चित होना निष्कर्ष का पाना मानव का ही कर्तव्य है चर्चा की प्रवृत्ति मानव में निहीत है ही। सारे मानव अपने में स्वस्थ सुंदर समाधान समृद्धि का धारक वाहक होना चाहता ही है। समाधान संपन्न मानसिकता और रोग मुक्त शरीर होना तो उसे बनाए रखना ही मानव में **स्वस्थता** का तात्पर्य है इसमें शरीर में निरोगिता को **स्वास्थ्य** कहा जाता है ऐसे निरोगिता की पहचान सप्त धातुओं के संतुलन में होना पाया जाता है। **(अध्याय: 5, पृष्ठ नंबर: 74)**
- **स्वस्थता** कोजीवन जीवन अपनी जागृति को प्रमाणित करने योग्य शरीर के रूप में पहचानने है। जागृति ही मन: स्वस्थता है। मन: स्वस्थ मानव **स्वस्थ** शरीर के माध्यम से प्रमाणित होना, स्पष्ट होना, प्रयोजनशील होना पाया जाता है। प्रयोजनशील होने का तात्पर्य परंपरा के रूप में प्रमाणित होना पाया जाता है। प्रसादित होने का मतलब है समझा हुआ को समझाने से, सीखा हुआ को सिखाने से, किया हुआ को कराने से।जागृति अपने आप से लोक व्यापीकरण होना पाया जाता है। इसकी आवश्यकता पर ध्यान देने की आवश्यकता है।समझदारी समझदारी अपने आप में सहअस्तित्व रूपी अस्तित्व को समझना ही है। प्रमाणित होना ही है। **(अध्याय: 5, पृष्ठ नंबर: 74)**
- प्रदूषण से प्राण वायु का शोषण बढ़ता जा रहा है। और प्राण वायु की सृजनशीलता घटती जा रही है। इससे मानव कितने खतरे में आ रहा है इसे समझना आवश्यक है। यदि प्राण वायु इतना घट जाये, हमारे श्वॉस में प्राण वायु आवश्यकता से कम हो जाये तो क्या स्थिति रहेगी। मानव शरीर में प्राण वायु का सेवन होता है। अपान वायु का विसर्जन होता है। वनस्पति संसार में अपानवायु का सेवन होता है प्राणवायु का विसर्जन होता है। इस ढंग से प्राणावस्था, जीव और मानव शरीर के लिए पूरक होना और जीव एवं मानव वनस्पति संसार के लिए पूरक होना पाया जाता है। इस प्रकार मानव अपनी **स्वस्थ** मानसिकता के साथ परिशीलन करने पर पता चलता है कि इसके संतुलन को बनाए रखना अतिआवश्यक है। सन्तुलन बनाए रखने का दायित्व मानव के माथे पर टिकता है। इस दायित्व को स्वीकारने के उपरान्त ही उपर कही गयी दुर्घटनाओं का उन्मूलन होगा। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर:79 – 80)**

- व्यवहार व्यवस्था का तात्पर्य अथवा समाज व्यवस्था का तात्पर्य मानव में, से, के लिए लक्ष्य समेत जीने की विधि, विधान, कार्य और व्यवहार ही है। व्यवहार विधि संबंधो के आधार पर मूल्यों के निर्वाह करने के दायित्व पर निर्भर किया जाता है। इसके लिए जो क्रमबद्धता अर्थात निर्वाह के लिए जो क्रम बद्धता होती है यही विधान है। इन विधि विधान के आधार पर सर्वप्रथम **स्वस्थ मानसिकता** की पहचान, निर्वाह, मूल्यांकन विश्वास का मूल आधार होता है। **स्वस्थ मानसिकता** जागृत मानसिकता होती है। जागृत मानसिकता अनुभवमूलक मानसिकता है। जागृतिपूर्ण मानसिकता अपने में मानवीयता, देव मानवीयता, दिव्य मानवीयता को प्रमाणित करने के क्रम में उद्धत रहती ही है। मानवीयता, देव मानवीयता, में परिवार और समाज व्यवस्था मानवीयता पूर्ण आचरण सहित प्रमाणित होना बनता है। इसी क्रम में दिव्य मानवीयता समग्र व्यवस्था में भागीदारी पूर्वक स्वतंत्रता, स्वराज्य को प्रमाणित करने में सार्थक हो जाती है। स्वतंत्रता, स्वराज्य सह अस्तित्व विधि से वैभवित होते है। स्वराज्य व्यवस्था में स्वाभाविक विधि से मानवीय शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा, उत्पादन–कार्य, विनिमय–कोष, **स्वास्थ्य–संयम** कार्य और व्यवस्था अपने आप में निर्वाह होते है। ऐसे स्वराज्य व्यवस्था परिवार मूलक विधि से विश्व परिवार व्यवस्था तक दश सोपानीय विधि से सार्थक हो जाते है। हर स्थितियों में सामान्य रूप में 10–10 समझदार व्यक्तियों की एक सभा सम्पन्न होती है। एक परिवार में 10 समझदार व्यक्तियों होते हैं। ऐसे 10 व्यक्तियों में से एक व्यक्ति परिवार व्यवस्था के अतिरिक्त और सोपानीय व्यवस्था में भागीदारी के लिए निर्वाचित रूप में प्रस्तुत होना बनता है। ऐसे व्यक्ति को हर परिवार में पहचान लेना एक स्वाभाविक प्रक्रिया रहता ही है। (**अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 83**)
- दरिद्रता का तात्पर्य बौद्धिक रूप में समझदारी में विपन्नता, भौतिक समृद्धि होने में विपन्नता, समाधानित होने में विपन्नता, वर्तमान में विश्वास (अभयता) में विपन्नता, सहअस्तित्व में विपन्नता, व्यवस्था में भागीदारी करने में विपन्नता, उत्पादन कार्य करने में विपन्नता, न्याय–सुरक्षा में विपन्नता, **स्वास्थ्य–संयम** में विपन्नता, उपकार कार्यो में विपन्नता ये सभी विपन्नताएँ मानव को दरिद्र बनाने में समर्थ है। इन सभी प्रकार की विपन्नताओं से मुक्ति समझदारी से ही है। (**अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 87**)
- हर मानव स्वराज्य स्वतंत्रता चाहता ही है। स्वतंत्रता का स्वरूप यही है :–
    - स्वयं में विश्वास करने में स्वतंत्रता
    - श्रेष्ठता का सम्मान करने में स्वतंत्रता
    - प्रतिभा को लोकव्यापीकरण में स्वतंत्रता
    - व्यक्तित्व को प्रमाणित करने की स्वतंत्रता
    - उत्पादन में स्वावलंबी होने की स्वतंत्रता
    - व्यवहार में सामाजिक होने की स्वतंत्रता

यही छः विधा में स्वतंत्रता है इसमें निष्णात होने के फलस्वरूपः–

- मानवीय शिक्षा कार्य में स्वतंत्रता
- न्याय सुरक्षा कार्य में स्वतंत्रता
- उत्पादन कार्य में स्वतंत्रता
- विनिमय कार्य में स्वतंत्रता
- **स्वास्थ्य–संयम** कार्य में स्वतंत्रता

स्वयं स्फूर्त विधि से सम्पन्न होती है। इनमें हमें पारंगत होना है प्रमाणित होना है यही स्वतंत्रता का वैभव है। स्वतंत्रता के साथ स्वराज्य, स्वराज्य के साथ स्वतंत्रता अविभाज्य है। परिवार संबंध, मानव संबंध, प्राकृतिक संबंधो में न्याय और संतुलन प्रमाणित करने में स्वतंत्रता बनी ही रहती है। (**अध्यायः 6, पृष्ठ नंबरः 91–92**)

- परिवार ही मूलतः सभा के रूप में, सभा ही परिवार के रूप में वैभवित होता है। निर्णय लेने के रूप में सभा कहलाता है। क्रियान्वयन करने के रूप में परिवार कहलाता है। इस प्रकार परिवार और सभा अविभाज्य होना पाया जाता है। सभा में संवाद अवश्यंभावी है। जिसमें एक दूसरे की मानसिकता, प्रयोजन, फल, परिणाम का बोध होना पाया जाता है। फलस्वरूप हर निर्णय सर्वसम्मति के रूप में सार्थक होना पाया जाता है। सर्वसम्मतियाँ परिवार में ही हो पाती है। सभी मुद्दे समझदारी से शुरूआत होते हुए प्रमाणीकरण तक लम्बाई चौड़ाई होना पाया जाता है। मानवत्व सहज समझदारी का मूल रूप सहअस्तित्व है, प्रमाणीकरण का स्वरूप सहअस्तित्व है। इस प्रकार से प्रमाणीकरण और समझदारी की वस्तु एक ही हुई। इसी बीच सभी कड़ियाँ जुड़ी हुई है। इन सभी कड़ियों में सहअस्तित्व की खुशबू बहती ही रहती है। इसमें कोई अलग विशेष प्रयास का स्थान भी नहीं है। स्वभाव गति में सहअस्तित्व की धारा प्रमाण तक अर्थात मानव द्वारा प्रमाण तक और मानव द्वारा किया गया प्रमाण अस्तित्व रूपी सहअस्तित्व तक जुड़ा ही रहता है। यही अनुभव की महिमा है। ऐसे अनुभव की निरन्तरता रहना स्वाभाविक है। इसलिए मानव परम्परा में अनुभवमूलक विधि, व्यवस्था, संस्कृति, सभ्यता, शिक्षा, उत्पादन, विनिमय, **स्वास्थ्य संयम** इन सभी कार्यो में सहअस्तित्व का नजरिया स्पष्ट होता ही रहता है। यही मानव कुल का परम वैभव है। यही स्वराज्य और स्वतंत्रता की महिमा है। इस पहलू पर जो मुद्दा है स्वराज्य और स्वतंत्रता को प्रमाणित करना है या नहीं, यह संवाद का मुद्दा हो सकता है। इसे मानव कुल निरीक्षण परीक्षण करेगा ही। (**अध्यायः 7, पृष्ठ नंबरः109**)
- दसो परिवार संस्कृति सभ्यता में एक रूपता को बनाए रखेंगे। कला और उत्पादन क्रियाओ के प्रोत्साहन से अपनी अपनी पहचान बनाए रखने में सतत स्वयं स्फूर्त विधि से सम्पन्न होते जायेंगे। इस स्वायत्ता को पहचानने के उपरान्त सम्मिलित व्यवस्था दस परिवार में समाधान, समृद्धि का अनुभव होना, प्रमाणित होना, गवाहित होना बन जाता है। यही परिवार समूह सभा का वैभव होना पाया जाता है। इस वैभव के साथ यह भी स्वयं स्फूर्त होता है इसकी विशालता की आवश्यकता है। जैसे परिवार में परिवार समूह व्यवस्था की प्रवृति स्वयं स्फूर्त होती है। इसी

प्रकार परिवार समूह सभा ग्राम परिवार की विशालता दस के गुणन में होते हुए ग्राम सौभाग्य को प्रमाणित करने का उद्देश्य बन जाता है। क्योकि समूचे ग्राम में कम से 10 परिवार समूह सभा से निर्वाचित सदस्य होगी। दस परिवार सभा अपना सौभाग्य प्रमाणित किये रहना स्वाभाविक रहता है। इन आधारो पर हर परिवार समूह सभा से एक एक व्यक्ति का निर्वाचन होना सहज हो जाता है। इस स्वयं स्फूर्त निर्वाचन से जन प्रतिनिधि अपने दायित्व, कर्तव्य से सम्पन्न, सजग प्रमाणित रहता ही है क्योंकि समझदार परिवार से ही जन प्रतिनिधि की उपलब्धि होना पाया जाता है। इसके हर परिवार के समझदार होने की व्यवस्था, लोक शिक्षा और शिक्षा विधि से, मानवीय शिक्षा का बोध कराने की व्यवस्था सुचालित रहेगी ही। इस प्रकार से तीसरे सोपान के लिए दस जनप्रतिनिधि परिवार समूह सभा से निर्वाचित होकर ग्राम सभा के लिए उपलब्ध रहेंगे। इसके निर्वाचन की कालावधि को हर ग्राम सभा अपनी अनुकूलता के आधार पर अथवा सबकी अनुकूलता के आधार पर निर्णय लेगी। उस कालावधि तक मूलतः परिवार से निर्वाचित होकर परिवार समूह से निर्वाचित होकर ग्राम परिवार सभा कार्यक्रम में भागीदारी करने के लिए पहुँचे रहते है। इनके लिए कोई मानदेय या वेतन स्वीकार नहीं होता है। क्योंकि हर परिवार समृद्ध रहता ही है। समाधान समद्धि के आधार पर ही जनप्रतिनिधि निर्वाचन होना पाया जाता है। जब दसो जनप्रतिनिधि एकत्रित होते है ये सभी प्रतिनिधि हर कार्य करने योग्य रहते हैं। व्यवस्था कार्य में ऐसा कोई भाग नहीं रहेगा जिसे यह कर नहीं पायेगे। दूसरा हर कार्य के लिए समय और प्रक्रिया को निर्धारित करने में समर्थ रहेंगे। इस शोध के आधार पर मानवीय शिक्षा– संस्कार में पारंगत जैसे एक गॉव में प्राथमिक शिक्षा का आवश्यकता तो रहता ही है उसमें पारंगत रहेंगे। न्याय–सुरक्षा कार्य में पारंगत रहेंगे। उत्पादन–कार्य में पारंगत रहेंगे। विनिमय कार्य में पारंगत रहेंगे। **स्वास्थ्य संयम** कार्य में भी पारंगत रहेंगे। **प्राथमिक स्वास्थ्य विधा** में सभी पारंगत रहेंगे। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 112 –113)**

- हर समझदार परिवार में **स्वास्थ्य–संयम** विधा में सामान्य **चिकित्सा ज्ञान**, **शरीर रचना ज्ञान**, **शरीर सन्तुलन** का ज्ञान सम्पन्न रहता ही है। इतना ज्ञान हर परिवार एवं जनप्रतिनिधि में रहता है। कर्माभ्यास किसी में कम ज्यादा हो सकता है। इस विधि से हर प्रतिनिधि की मानसिकता सबके साथ तालमेल बनाए रखने के सूत्र व्याख्या में निष्णात रहेंगे। अतएव उक्त पांचो विधाओ में कृत, कारित, अनुमोदित कार्यो का अधिकार सम्पन्न रहते हैं। यही मौलिक अधिकार है। यही मानव अधिकार का प्रशस्त स्वरूप है। प्रशस्त स्वरूप का तात्पर्य पीढ़ी से पीढ़ी प्रेरणा पाने योग्य क्रियाकलाप, मानसिकता, ज्ञान, विज्ञान, विवेक सम्पन्न समझदारी है। ऐसे समझदार जनप्रतिनिधि अब दस परिवार समूह सभा और कम से कम सौ परिवारों के सम्मिलित सौभाग्य को प्रमाणित करने के लिए निष्ठान्वित हो जाते है। इन सौ परिवार में संस्कृति सभ्यता की समानता को वैभव के रूप में मूल्यांकित करेंगे। जहाँ कही भी अर्थात किसी परिवार अथवा परिवार समूह सभा में किसी श्रेष्ठता की आवश्यकता होने पर ग्राम समूह सभा के दसो प्रतिनिधि प्रेरक हो जाते हैं फलस्वरूप वांछित श्रेष्ठता उदय हो ही जाती है। इस प्रकार श्रेष्ठता और श्रेष्ठता का सम्मान प्रणाली अपने आप गतिशील हो जाती है। हर प्रतिनिधि मानवीयता पूर्ण आचरण में निष्ठान्वित रहेंगे। हर स्थिति में मानवीयता पूर्ण आचरण को प्रमाणित किये रहेंगे। यही प्रधान सूत्र है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 113)**

- (तीसरा सोपान)– व्यवस्था की पॉचवी कड़ी **स्वास्थ्य–संयम** का मतलब मानसिक रूप में संतुलित रहने का तौर तरीका, इसका ध्रुव बिन्दु स्वस्थ मानसिकता को सटीक प्रमाणित करने के रूप में पहचाना जाता है। जहाँ कहीं भी असंतुलन दिखने पर उसको संतुलित करने की व्यवस्था रहेगी। इसमें **वन औषधियो** का, **घरेलू औषधियों** का और बनी हुई **औषधियों** का उपयोग करना रहेगा। साथ में स्थानीय रूप में मिलने वाली **औषधियों** को निर्माण करने की व्यवस्था रहेगी। व्यायाम, आसन, प्राणायाम, खेल के रूप में सभी का **स्वास्थ्य** सन्तुलन की संभावना प्रावधानित रहेगा। उक्त प्रकार के पाँच कड़ियों के संचालन के लिए आवश्यक तंत्र के रूप में पाँच समितियों को मनोनीत किया जायेगा। यह अधिकार ग्राम सभा में निहित रहेगा। अब रहा समितियों में संख्या का प्रश्न, यह स्थानीय सभा के विचाराधीन रहेगा। मनोनीत सदस्य स्वायत्त परिवार के हो सकते हैं। उपकार विधि से ही पूरा ग्राम स्वराज्य व्यवस्था सम्पादित रहना समझदारी का प्रमाण है। यही ग्राम स्वराज्य वैभव का तृतीय सोपान है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 116–117)**
- इस विद्या शाला में दस गाँव से विद्यार्थियों को पहुँचने के गतिशील साधन को ग्राम समूह सभा बनाए रखेगा। इन साधनो का उपार्जन 1000 परिवार के योगदान से बना रहेगा। हर परिवार उपने श्रम नियोजन के फलस्वरूप उपार्जित किये (धन) गये में से प्रस्तुत किये गये अंशदान के फलस्वरूप विद्यालय सभी प्रकार से सम्पन्न हो पाता है। इसी ग्राम समूह परिवार से संचालित शिक्षा संस्थान में जो भागीदारी करते हैं यह अध्यापक, विद्वान, संस्कार कार्यों को, समारोहो को, उत्सवो को सम्पादित करने का कार्य करेंगे। जैसे जन्म उत्सव, नामकरण उत्सव, अक्षराभ्यास उत्सव, विवाह उत्सव आदि संस्कार कार्यो को सम्पन्न करायेंगे। जहाँ स्वतंत्र उत्सव, मूल्यांकन उत्सव, कार्यक्रम उत्सव को ग्राम परिवार सभा, ग्राम समूह परिवार सभा संचालित करेंगे। हर उत्सव में विद्यार्थियों और अध्यापको के प्रेरणादायी वक्तव्यों को प्रस्तुत करायेंगे। प्रेरणा का आधार समझदार होने, समझदारी के अनुसार ईमानदारी, ईमानदारी के अनुसार जिम्मेदारी रहेगी। जिम्मेदारी के अनुसार भागीदारी रहेगी। इसी मंतव्य को व्यक्त करने के लिए साहित्य का प्रस्तुतिकरण रहेगा। **स्वास्थ्य संयम** प्रेरणादायी प्रस्तुतियाँ स्वागतीय रहेगी। शोध अनुसंधान का स्वागत और मूल्यांकन करता रहेगा। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 117–118)**
- (चौथा सोपान) – तीसरी कड़ी में उत्पादन कार्य एक महत्वपूर्ण भूमिका है ही। परिवार समूह सभा में प्रौद्योगिकी के पक्ष में जितनी भी जानकारी चाहिये उन सब में पारंगत रहना आवश्यक है। ये दसों सदस्य ग्रामोद्योग, लघु उद्योग विधा में पारंगत रहेंगे। जैसे वन खनिज की संतुलित व्यवस्था है। वैसे ग्राम उद्योग विधा में उद्योगों को स्थापित करेगें। जैसे पढ़ाई की सामग्री, अलंकार सम्बंधी सामग्री, गृह निर्माण के लिए आवश्यक सामग्री, दूरगमन दूर दर्शन, दूरश्रवण सम्बंधी उपकरणों को निर्मित करने की व्यवस्था बनी रहेगी। ऐसा उत्पादन उन दस गाँव की आवश्यकता के अर्थ में रहेगा। इस उत्पादन कार्य में श्रम निवेश परस्पर दस गाँव के बीच ही बना रहेगा। इसका आदान प्रदान के लिए विनिमय कोष बनाना स्वाभाविक है। इस विनिमय कोष के साथ आदान–प्रदान का सम्बंध बनाए रखेगी। **स्वास्थ्य संयम** पाँचवी कड़ी है इस कड़ी में ग्राम सभा में जिसका **स्वास्थ** सुधार नहीं हो सका ऐसे

लोगो के साथ लिए **स्वास्थ्य–संयम** केन्द्र रहेगा। प्राद्योगिकी कार्य से जितनी भी समाज गति के लिए साधन उपलब्ध हुए रहते है इसे हम समृद्ध कर रहे है ऐसे समृद्ध कोष से **स्वास्थ्य** केन्द्र को सम्पन्न बनाए रखने का केन्द्र कार्य करेगा। इस प्रकार **स्वास्थ्य केन्द्र** के लिए साधन भरपूर रहेगा। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 118–119)**

- (पांचवा सोपान) – पाँचवी कड़ी के रूप में **स्वास्थ्य संयम** होना पाया जाता है। इस क्रम में विविध प्रकार के व्यायामों की व्यवस्था रहेगी, साथ में एक बहुत अच्छा चिकित्सा केन्द्र बना रहेगा। जिसमें आकास्मिक घटनाग्रस्त, दुर्घटना ग्रस्त और असाध्य रोगो को शमन करने की व्यवस्था रहेगी। यह प्रौद्योगिकी के बलबूते पर सम्पन्न होगी। इसमें कार्यरत जितने भी विद्वान होगे, ये सब स्वयं स्फूर्त विधि से सेवा उपकार के रूप में चिकित्सा कार्य को सम्पन्न करेंगे। यह परिवार वैभव का अनुपम देन रहेगा। इन सभी कार्य व्यवहार के आधार पर क्षेत्र सभा का वैभव अति शोभा सम्पन्न, गरिमा सम्पन्न, प्रयोजन सम्पन्न विधि से होना पाया जायेगा। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 120)**
- (छठवाँ सोपान) – पांचवी कड़ी में **स्वास्थ्य संयम** का प्रबंधन रहेगा। पूरे मंडल के असाध्य घटनाग्रस्त स्थितियों से उभरने के लिए उपाय बना रहेगा। हर मानव स्वस्थ होने की उम्मीदो को लेकर जीता है। इससे **स्वास्थ्य संयम** कार्यक्रम में यह भी समाहित रहेगा जिसमें स्वायत्त विधि से **स्वास्थ्य** को संभाले रहने के ज्ञान, उपाय, कर्माभ्यास कराने की व्यवस्था रहेगी। इस प्रकार पॉचो कड़ियो का कार्य यथावत चिन्हित रहेगा इसी प्रकार आगे की कड़ियो में भी रहेगी। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 121)**
- (सातवाँ सोपान) – पांचवी कड़ी **स्वास्थ्य संयम** होना स्वाभाविक है। **स्वास्थ्य संयम** के लिए शोध और कर्माभ्यास की व्यवस्था रहेगी। आवश्यकतानुसार शिक्षण प्रशिक्षण व्यवस्था रहेगी। घटनाग्रस्त दुर्घटनाग्रस्त असाध्य रोगियों की **चिकित्सा कार्य** सम्पन्न होने की व्यवस्था बनी रहेगी। यह ग्राम परिवार से संचालित स्वास्थ्य संयम समिति से अनुबंधित रहेगी। इस ढंग से पांचो कार्य समितियाँ सभी सोपानीय कार्य समितियों से सम्बन्धित रहेंगे। और आवश्यकता अनुसार लेन–देन के लिए अनुबंधित रहेंगे। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 123)**
- **आठवीं सोपान** में मुख्य राज्य सभा होगी। जिसके लिए मंडल समूह सभा से एक एक निर्वाचित सदस्य रहेंगे। जिनके आधार पर समूचे कार्यकलाप सम्पन्न होगे। जिसमें पहली कड़ी शिक्षा–संस्कार कार्य की गतिविधियों में सर्वोत्कृष्ट समाज गति, सर्वोत्कृष्ट न्याय–सुरक्षा कार्य, सर्वोत्कृष्ट उत्पादन कार्य, सर्वोत्कृष्ट विनिमय कार्य गति और सर्वोत्कृष्ट **स्वास्थ्य–संयम** का शोध संयुक्त रूप में होता रहेगा। ये सभी सोपानीय परिवार सभाओं के लिए प्रेरणा के रूप में प्रस्तुत होती रहेगी। इस विधि से अपनी गरिमा सम्पन्न शिक्षण कार्य, कर्माभ्यास पूर्ण कार्यक्रम को सम्पन्न करता रहेगा। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 123)**

- (आठवाँ सोपान) – पांचवी कड़ी **स्वास्थ्य–संयम** रहेगी प्रधान रूप में प्रौद्योगिकी में कार्य करने वालो के लिए बना ही रहेगा। उनके साथ अन्य सभाओं के द्वारा आये हुए स्वास्थ्य संयम समस्या ग्रस्त व्यक्तियों को राहत प्रदान करेगी। **स्वास्थ्य संयम** कार्यक्रम का पूरे परिवार के सम्मिलित कार्यक्रम को साधनो की पूर्ति उत्पादन कार्यो से सम्पन्न होने की व्यवस्था रहेगी। इस क्रम में सम्पूर्ण व्यवस्था का वैभव मानव के लिए अतिप्रयोजनशील होना देखा गया है एवं समझ में आता है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 124)**
- (नौवाँ सोपान) – इस सभा की पॉचवी कड़ी **स्वास्थ्य संयम** होगी। इसमें प्रौद्योगिकी में कार्यरत व्यक्तियों की चिकित्सा सम्पन्न होगा। इसके अतिरिक्त किसी भी सोपानीय प्रस्तुत कोई घटनाग्रस्त समस्या को और असाध्य रोगो को समाधानित करने का प्रबंधन रहेगा। इसी प्रकार प्रधान राज्य सभा का वैभव सार्थक होने का स्वरूप स्पष्ट होता है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 125–126)**
- (दसवाँ सोपान) – पांचवी कड़ी **स्वास्थ्य संयम** ही होता है। इस अंतिम सोपान में सर्वोत्कृष्ट **स्वास्थ्य संयम** में स्वायत्त रहने के लिए सर्वोत्कृष्ट विधियों को शोध पूर्वक कर्माभ्यास किए रहना आवश्यक है महिमा अनुसार अपेक्षा भी मानव कुल में होना स्वाभाविक है। इस आधार पर ऐसी स्थिति में जो अनुसंधान होगा विश्व मानव के लिए उपकार में रहेगा। इस प्रकार विश्व मानव परिवार सभा में सर्वोत्कृष्ट स्वास्थ का नजीर बना ही रहेगा यह लोकव्यापीकरण होने की व्यवस्था बनी रहेगी। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 128)**
- जनसंवाद के मूल में एक से अधिक व्यक्तियों का होना सर्वविदित है। चर्चा यदि किसी झाड़ पत्थर के साथ करते हैं तब आदमी के संतुलन के बारे में सोचना बनता है। ऐसे सोचने में ऐसा भी देखा गया है झाड़, पत्थर, इमारतों के साथ चित्र, मूर्ति के सामने जितनी भी प्रार्थना की जाती है वह सब पूजा–पाठ के नाम से पहचाना गया है। वार्तालाप जो झाड़ पत्थर के साथ करता है यह सब प्रलाप कहलाता है। व्यक्ति में प्रलाप का पहचान, मानव में **रोगी मानसिकता** के रूप में पहचाना है। वह भी **आयुर्वेद के अनुसार अति त्रिदोष** होने से प्रलाप करता है ऐसा लिखा है। देखने में भी ऐसा लगता है। अज्ञान से भी प्रलाप होता है।

  हर मानव अपने को रोगी भी होना स्वीकारता नहीं है। **स्वस्थता** की अपेक्षा सब में निहित है। **स्वस्थता** का तात्पर्य **स्वस्थ मानव शरीर** के द्वारा जागृति प्रमाणित होना है। शरीर के द्वारा प्रमाणित होने का तात्पर्य परिवार व्यवस्था में प्रमाणित होना और समग्र व्यवस्था में प्रमाणित होना है। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 133)**
- जनचर्चा में क्रीड़ा विनोद की परिकल्पना :

  भ्रमित मानव परम्परा में क्रीड़ा विनोद व्यंग विधाओ में चर्चा होना, हँसी मजाक से अन्त होना अथवा द्वेष, गाली, गलौच में अन्त होना पाया जाता है। सार्थकता की विधि से क्रीड़ा विधा को सोचने पर और चर्चा करने पर यही निकलता है क्रीड़ा विधि **स्वास्थ्य** वर्धन के लिए अनुकूल कार्यक्रम है क्रीड़ा को व्यापार से जोड़ने पर भी मानव का हित नहीं हो पाया। विनोद नौटंकी भी व्यापार से जोड़ा गया इससे भी मानव का उपकार नहीं हुआ। यह तो पहले से ही मानव को विदित है व्यापार शोषण का ही कार्यक्रम है। विनोद नौटंकी, मंचन, कला, प्रदर्शन आज की ही

विधि में टी.वी. फिल्म इन सभी विधा में आदमी व्यापार से जुड़कर बहुत कुछ प्रस्तुत किया है। उक्त प्रयासो से जितने भी माध्यमो से प्रस्तुत हुआ। यह सब का सब सर्वाधिक रूप में अपराध और श्रृंगारिकता के रूप में प्रस्तुत हुआ है। श्रृंगारिकता भोग उन्माद के अर्थ में मानव के सम्मुख पेश है मानव जाति में इस इक्कीसवीं सदी के पहले वर्ष तक सर्वाधिक लोग इसके दीवाने होते हुए देखे गये। इसका मतलब हम मानव की सर्वाधिक मानसिकता भोग उन्माद में ही लिप्त रहना पाया गया है। इसके लिए संग्रह सुविधा का उत्पादन शनैः शनैः बढ़ गया इसके बावजूद कहीं ठौर नहीं मिल पाया। इस बीच मध्यस्थ दर्शन सह अस्तित्ववाद प्रेरणा देने में प्रस्तुत हो गई। हर नर–नारी अपनी प्रतिभा को स्वयं में विश्वास, श्रेष्ठता का सम्मान, समझदारी, ईमानदारी, जिम्मेदारी, भागीदारी में संगीत और व्यक्तित्व में संतुलन, व्यवसाय में स्वावलम्बन, व्यवहार में सामाजिक होने का प्रस्ताव प्रस्तुत किया है। मानव अपने लक्ष्य को पहचानने की विधि और उसके सार्थक बनाने की सम्पूर्ण विधियों को प्रस्तावित किया है। इससे हम अच्छी तरह से लक्ष्य तक पहुँच ही सकते है। जो छः प्रकार की महिमा मानव को लक्ष्य तक पहुँचने का मार्ग प्रशस्त करता है। आगे जितने भी प्रदर्शन माध्यमों से मानव कुल के हित में प्रस्तुत होता है उसका आधार मानव महिमा ही होना आवश्यक है। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 137–138)**

- विनोद अपने स्वरूप में विनयपूर्वक स्वीकृति विधि से प्रसन्नता पूर्वक की गयी प्रस्तुतियाँ हैं। मानव के प्रसन्न मुद्रा, भंगिमा, अथवा अंगहार सहित प्रस्तुत होने पर जितने भी देखने वाले होते हैं उनमें भी प्रसन्नता की उमंग आती है। यही विनोद की सार्थकता है। ऐसे सार्थक विनोद की ओर ध्यानाकर्षण होने से मानव अपने आप में सुन्दर विधि से वांछित सार्थक संप्रेषित करने के लिए शक्तिशाली कार्यक्रम है। इस ढंग से जागृति विधि से सार्थकता की ओर ध्यानाकर्षण कराना विनोद का तात्पर्य है और **स्वास्थ्य संवर्धन** के लिए क्रीड़ा समुच्चय को पहचानना आवश्यक है इस पर सुन्दर संवाद की आवश्यकता है ही। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 138)**

संदर्भ: अनुभवात्मक अध्यात्मवाद

(संस्करण: 2009)

- समग्र व्यवस्था में भागीदारी करने का तात्पर्य – मानवीय शिक्षा कार्य में, न्याय सुरक्षा कार्य में, परिवार की आवश्यकता से अधिक उत्पादन कार्य में, लाभ–हानि मुक्त विनिमय कार्य में, **स्वास्थ्य–संयम** कार्य में भागीदारी करने से है। **(भूमिका– श्रद्धेय श्री ए. नागराज जी)**
- मानव परंपरा तब तक भ्रमित रहना भावी है जब तक समुदाय और समुदायगत आवश्यकता की हठधर्मिता, सुविधा संग्रह की हठधर्मिता, भोग–अतिभोगवादी हठधर्मिता, आदमी को मूलत: दुखी मानने वाली हठधर्मिता, स्वार्थी, अज्ञानी और पापी मानने वाली हठधर्मिता, कोई एक समुदाय अपने को धर्मी अन्य को विधर्मी मानने की हठधर्मिता, द्रोह–विद्रोह–शोषण और युद्ध को एक आवश्यकता मानने वाली हठधर्मिता, व्यक्तिवादी (अहम्तावादी) मानसिकता के लिये सभी हठधर्मिता रहेगी। इसका निराकरण जागृति ही है। जागृति पूर्ण परंपरा मे ही अर्थात् जागृत शिक्षा–संस्कार, जागृत न्याय व्यवस्था और जागृत उत्पादन कार्य–व्यवस्था, जागृत लाभ–हानि मुक्त विनिमय व्यवस्था और जागृत **स्वास्थ्य संयम** पीढ़ी से पीढ़ी को सुलभ होने से है। ऐसी जागृत पूर्ण परंपरा में पीढ़ी से पीढ़ी जागृत होते ही रहना एक अक्षुण्ण परंपरा है। ऐसी परंपरा में अखण्ड समाज, सार्वभौम व्यवस्था सर्वसुलभ होने की कार्यप्रणाली, पद्धति, नीति क्रियाशील रहेगी फलत: विविध प्रकार से समुदायों को अपनाया हुआ भ्रम अपने आप विलय होना स्वाभाविक है। यह अनुभव मूलक जीने के क्रम में पाया जाने वाला वैभव है।**(अध्याय: 2, पृष्ठ नंबर: 21–22)**
- आम जनता अपने आजीवीका के लिये स्वयं ही चिंतित रहते हुए प्रयत्न किये रहते है, कुछ लोग उत्साह से भी प्रयत्न करते हैं। इन्हीं आम लोगों के सुविधा को भी शासन कार्यों में एक मानवीयता के रूप में स्वीकारा हुआ रहता है। ऐसे सभी कार्य धन पर आधारित रहना देखा गया है। आम जनता के सुविधावादी क्रिया–कलापों को सड़क, **चिकित्सालय**, पानी, डाक, दूरभाष, शिक्षा–साक्षरता, आवास, दूर संचार कार्यों के रूप में देखने को मिलता हैं। प्रधानत: इन्हीं को विकास कार्य कहते हैं। **(अध्याय: 2, पृष्ठ नंबर: 25)**
- मानव परंपरा में यह विदित है कि मानव क्रियाकलाप के मूल में मानसिकता का रहना अत्यावश्यक है। मानसिकता विहीन मानव को मृतक या बेहोश घोषित किया जाता है। विकृत मानसिकता (मान्य, सामान्य मानसिकता के विपरीत) वाले मानव को पागल, असंतुलित अथवा रोगी के नाम से घोषणा की जाती है। यह सभी क्रियाकलाप वांछित, इच्छित और आवश्यकीय मानसिकता हर क्षण, हर पल, हर दिन शरीर यात्रा पर्यन्त प्रभावित होने के क्रम में ही राज्य मानसिकता, धर्म मानसिकता, व्यापार मानसिकता, अधिकार मानसिकता, भोग मानसिकता, सुविधा–संग्रह मानसिकता समीक्षित होता है। न्याय मानसिकता, धर्म (समाधान) मानसिकता, नियम मानसिकता, प्रामाणिकता पूर्ण मानसिकता, समृद्धि मानसिकता, सह–अस्तित्व मानसिकता, वर्तमान में विश्वास मानसिकता,

परिवार मानसिकता, स्वायत्त मानसिकता, समाज मानसिकता, व्यवस्था मानसिकता, मानवीय शिक्षा–संस्कार मानसिकता, **स्वास्थ्य संयम** मानसिकता का मूल्यांकन किया जाना जागृत परंपरा में संभव होता है। अनुभवमूलक विधि से किया गया कार्य–व्यवहार विचार, अर्पण–समर्पण, सम्बंध–मूल्य–मूल्यांकन–उभय तृप्ति परिवार सहज आवश्यकता से अधिक उत्पादन लाभ–हानि मुक्त विनिमय, प्रामाणिकता पूर्ण प्रबोधन (समझे हुए को समझाने, किये हुए को कराने, सीखे हुए को सिखाने) से ही ये सब सकारात्मक उपलब्धियाँ मानव परंपरा में सहज–सुलभ होना पाया जाता है। यह सम्पूर्ण वैभव मानव परंपरा में अनुभवात्मक अभिव्यक्ति एवं मानसिकताएँ है। (**अध्याय**: 2, **पृष्ठ नंबर**: 26–27)

- ...उक्त मुद्दों पर स्वीकृत अधिकारों के आधार पर किये गये समझौते बारंबार बदलते भी रहते है। इसी के साथ इस शताब्दी के अंतिम दशक तक में यह भी देखा गया जिस देश के पास सर्वाधिक समर शक्ति हाथ लगी है वह किसी के अधिकारों को भी हथिया लिया है और अपने अधिकार के रूप में स्वीकार कर लिया गया है। इस शताब्दी के पहले भी इस प्रकार की नजीरें उपनिवेश के रूप में घटित होना ख्यात हो चुकी है। इस प्रकार कोई भी अपने सामरिक कूटनीतिक (अन्त:कलह को पैदा करो–राज करो) मानसिकता से ही पहले भी जो अपना देश नहीं है ऐसे देशों पर अधिकार पाने का प्रयोग किया है। यह राज्याधिकार मानसिकता मूलत: अपने स्वजनों, स्वजातियों और स्वदेशियों के सुविधा के लिये अन्य देश की सम्पदाओं को अपहरण कर, शोषण कर अपने देश में उपयोग करने के रूप में प्रयास करना देखा गया है। आदिकाल से ही सामरिक शक्ति सम्पन्न राज्य को विकसित राज्य, उस देश में निवास करने वालों को विकसित जनजाति होना मान्यता के रूप में लोकव्यापीकरण हुआ है जबकि युद्ध न तो विकास का आधार है, कड़ी है, न प्रक्रिया है। क्योंकि इससे अखण्ड समाज का एक भी सूत्र–व्याख्या, प्रयोजन प्रमाणित नहीं होता। जबकि मानवीयतापूर्ण पद्धति, प्रणाली, नीति से अखण्ड समाज का ही सूत्र रचना, व्याख्या व प्रयोजन नित्य समीचीन है। इससे वंचित होने का एक ही कारण है, भ्रमात्मक मानसिकता अथवा भय, प्रलोभन, आस्थाओं से ग्रसित मानसिकता ही है। अभी तक जितने भी झीना–झपटी युद्ध, विश्वयुद्ध हुए हैं, वे सब उक्त तीनों आधारों पर ही सम्पन्न हुए हैं। अतएव अनुभव मूलक विधि से ही मानवीयतापूर्ण पद्धति प्रणाली नीतिपूर्वक है। अखण्ड समाज सार्वभौम व्यवस्था, मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार सुलभता, न्याय–सुरक्षा सुलभता, उत्पादन–कार्य सुलभता, विनिमय–कोष सुलभता, **स्वास्थ्य संयम** सुलभता नित्य वैभव के रूप में इसी धरती पर वैभवित होना सहज है, नियति है, एक अपरिहार्यता है। ऐसी ऐश्वर्य सम्पन्न मानव परंपरा महिमा से ही अनेक राज्य, समुदाय सम्बन्धी अधिकारोन्माद समापन होना स्वाभाविक है। इसका समापन और मानवीयता का उदय अर्थात् जागृति ही मानव परंपरा में, से, के लिये मौलिक संक्रमण और परिवर्तन है। (**अध्याय**: 2, **पृष्ठ नंबर**: 37–38)

- **स्वास्थ्य–संयम** जागृति विधि से अर्थात् अनुभव विधि से स्वायत्त होना सहज है। सम्बन्ध–मूल्य–मूल्यांकन–उभय तृप्तिकारी मानसिकता स्वयं का प्रमाण है और **स्वास्थ्य** समाधान, सह–अस्तित्व, वर्तमान में विश्वास, परिवार सहज आवश्यकता से अधिक उत्पादन–कार्य, न्याय–सुरक्षा में भागीदारी उसकी निरंतरता को बनाये रखने योग्य शरीर को संतुलित किये रहना स्वायत्तता के रूप में हर व्यक्ति में प्रमाणित होना समीचीन है। जीवन जागृति को मानव परंपरा में प्रमाणित करने के लिये शरीर की आवश्यकता और इसका उपयोग, सदुपयोग और प्रयोजनों के सम्बन्ध में हर व्यक्ति जागृत रहना आवश्यक होना है क्योंकि अनुभव की महिमा जागृति ही है। इसी सत्यतावश मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कारपूर्वक ही अथवा सुलभता से ही स्वायत्तता अपने आप संस्कारित होना पाया जाता है। स्वायत्त मानव ही परिवार मानव होना, परिवार मानव ही अखण्ड समाज, सार्वभौम व्यवस्था का धारक–वाहक होना, अखण्ड समाज, सार्वभौम व्यवस्था ही मानव में, से, के लिये परम सौभाग्य स्थिति, गति होना, फलस्वरूप मानव सहज सर्वशुभ, जीवन सहज नित्य शुभ, हर मानव में, से, के लिये प्रमाणित होता है। **(अध्याय: 2, पृष्ठ नंबर: 39–40)**
- ...इसलिये अनुभव मूलक जागृतिपूर्ण विधि से सभी दिशा, कोण, परिप्रेक्ष्य, आयामों में व्यवहार प्रमाण मानव कुल में अति आवश्यक है। अनुभव व्यवहार में प्रमाणित होना अपरिहार्य है और हर प्रयोग व्यवहार में सार्थक होना उतना ही अनिवार्य है। इस प्रकार अनुभव मूलक जागृति विधि पूर्ण प्रमाण सूत्रों पर आधारित विचारों और विचार सूत्रों पर आधारित संप्रेषणा और वाङ्ग्मय शैलियों से इंगित 'वस्तु' के रूप में अर्थों–प्रयोजनों के सार्थकता के रूप में व्यवहार, उत्पादन, व्यवहार–न्याय, व्यवहार और न्यायिक विनिमय, व्यवहारिक **स्वास्थ्य–संयम** और व्यवहारिक शिक्षा–संस्कार परंपरा की आवश्यकता है। और उसकी आपूर्ति ही स्वाभाविक रूप में अग्रिम पीढ़ियों के सहस्त्राबदियों तक इस धरती पर मानव परंपरा सहज वैभव और उसकी सार्थकता रूपी जागृति और व्यवस्था को प्रमाणित कर सकते हैं। यह हर व्यक्ति के लिये सहज सुलभ हो सकता है। सार्थक रूप में जीने की कला अर्थात् जीने की हर तरीकों का जागृतिसूत्र के अनुरूप मूल्यांकित होना संभव है। हर मानव में जागृति और मानवत्व प्रमाणित होने का अनुमान विद्यमान है ही। **(अध्याय:3 , पृष्ठ नंबर: 54)**
- स्वनारी/स्वपुरूष का प्रयोजन इस विधि और आधार से देखा गया है कि समाज रचना क्रम में एक नारी–पुरूष का शरीर संयोग मानव शरीर रचना अथवा संतान परंपरा के लिए आवश्यकता विधि से सहज कार्यकलाप विधि से भी आवश्यक घटना है। शरीर रचना विधि से यौवन ही इसका आधार है। कार्य विधि से मानव परंपरा बना रहना एक आवश्यकता है। प्रयोजन विधि से व्यवस्था में जीना एक अनिवार्यता है। व्यवस्था का तात्पर्य न्याय सुलभता, उत्पादन सुलभता, विनिमय सुलभता ही है जिसका स्रोत मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार और **स्वास्थ्य–संयम** कार्यकलाप ही है। इसी से परिवार परंपरा होना भी सहज है। **(अध्याय: 5, पृष्ठ नंबर: 161–162)**

- स्वराज्य व्यवस्था ही होता है, शासन नहीं होता। व्यवस्था के संदर्भ में पहले से उसके स्वरूप को स्पष्ट किया जा चुका है। परिवार मानव विधि से ही स्वराज्य वैभव का उदय होना देखा जाता है। हर परिवार में शरीर यात्रा के लिए शरीर पोषण, संरक्षण एवं समाज गति के लिये आवश्यकीय वस्तुओं को उत्पादित करने का भी कार्यकलाप समाया रहता है। सम्बन्ध–मूल्य–मूल्यांकन–उभयतृप्ति अथवा परस्पर तृप्ति विधि से व्यवहार और आचरण को प्रकट करना मूलत: परिवार का तात्पर्य है। ऐसे परिवार में उक्त तीनों प्रकार की आवश्यकताएँ बनी ही रहती है। इसके निर्वाह क्रम में उत्पादन कार्य की आवश्यकता बना ही रहता है। इसका तात्पर्य यह हुआ परिवार गति और समाज गति के लिए उत्पादन कार्य भी एक आवश्यकीय तत्व है। अस्तु, सम्बंध–मूल्य–मूल्यांकन और उभय तृप्ति विधि से परिवार और समाज सूत्र और आवश्यकता से अधिक उत्पादन–कार्य में परिवार के हर सदस्य का उपयोगिता–पूरकता विधि से भागीदारी परिवार व्यवस्था और समाज व्यवस्था के सूत्र में प्रमाणित हो पाता है। इसीलिये प्रत्येक परिवार में, से, के लिए न्याय सुलभता, उत्पादन सुलभता, विनिमय सुलभता, **स्वास्थ्य–संयम** सुलभता नित्य सार्थक होना सहज है। जिसका स्रोत रूप में मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार और **स्वास्थ्य–संयम** कार्यकलापों के रूप में होना पाया जाता है। इस प्रकार व्यवस्था सार्वभौमता के दिशा में प्रशस्त होता है और अखण्ड समाज का सूत्र भी नित्य प्रभावी होना पाया जाता है। इसमें मूलसूत्र सह–अस्तित्व सूत्र ही है। यह अथ से इति तक अनुभवमूलक विधि से ही समझ में आता है। अभिव्यक्ति, संप्रेषणा, प्रकाशन होता है फलत: हर व्यक्ति स्वायत्त मानव, परिवार मानव, समाज व्यवस्था मानव के रूप में प्रमाणित होता है। यही अनुभव परंपरा की गरिमा और महिमा है। इसी का फलन मानवापेक्षा और जीवनापेक्षा परिपूर्ति और तृप्ति व उसकी निरंतरता बन पाती है। **(अध्याय: 5, पृष्ठ नंबर: 180–181)**
- हम यह पाते हैं कि जागृति सूत्र व्याख्या और प्रमाण सर्वशुभ के स्वरूप में ही वैभवित होता है। इस आशय को लोकव्यापीकरण करना भी सर्वशुभ कार्यक्रम का एक बुनियादी आयाम है। इसी सत्यतावश "अनुभवात्मक अध्यात्मवाद" एक प्रस्तुति है। हर मानव अपने कल्पनाशीलता, कर्मस्वतंत्रता पूर्वक ही हर प्रस्तुतियों को परखना (परीक्षण करना) स्वीकारना या अस्वीकार करने के कार्यकलाप को करता है। मानव अपने में ही पाये जाने वाले कल्पनाशीलता–कर्मस्वतंत्रतावश ही कार्यप्रणालियों की दिशाओं को परिवर्तित करता है। जैसे राजशासन राजकेन्द्रित दिशा से छूटकर लोककेन्द्रित दिशा के लिए तड़प रहा है। दूसरे भाषा में राजतंत्र से छूटकर लोकतंत्र की अपेक्षा बलवती हुई है। मान्यताओं पर आधारित (अथवा मान्यता केन्द्रित) रूढ़ियों के स्थान पर सार्थकता की ओर नजरिया को फैलाने की प्रवृत्तियाँ मानव में उदय हो चुकी है। मान्यता का दूसरा आयाम रहस्यमूलक गाथाओं के आधार पर मानव अपने कार्य नीतियों, व्यवहार नीतियों को निर्धारित रहने के लिए विवश रहते आया है। उसमें पुनर्विचार की आसार जैसे–समझदारी के आधार पर कार्य–व्यवहार, उत्पादन–विनिमय, **स्वास्थ्य–संयम**, शिक्षा, न्याय जैसी प्रवृत्तियों को सार्वभौमता की ओर दिशा परिवर्तन की आवश्यकता बलवती होती जा रही है। इससे पता चलता है–हम मानव एक ऐसा अभ्यास विधि चाहते हैं जो सर्वमानव में स्वीकृत हो, प्रयोजनशील हो। इन दो ध्रुवों

के आधार पर ही मानवापेक्षा और जीवनापेक्षा का अर्थ, प्रयोजन और प्रणाली, पद्धति, नीति स्पष्ट हो गये है। मानवापेक्षा अर्थात् मानव लक्ष्य जीवनापेक्षा अर्थात् जीवन मूल्य है। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 221–222)**

- मानव परंपरा में शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा, उत्पादन कार्य, विनियम कोष, **स्वास्थ्य–संयम**, व्यवस्था व व्यवस्था में भागीदारी सहज मुद्दों पर जागृत सहज प्रमाण होना, जानने–मानने–पहचानने में निरीक्षण समर्थ होना और निर्वाह करने में निष्णात रहना ही प्रामाणिकता है। निष्णातता का तात्पर्य निरीक्षण पूर्वक हर कार्य व्यवहारों को पूर्ण रूपेण, पूर्णता के अर्थ में प्रतिपादित, प्रकाशित और प्रमाणित करना ही है। यह मानव सहज अपेक्षा और आवश्यकता होना देखा गया। इसकी दूसरी विधियों में मानव कायिक, वाचिक, मानसिक, कृत–कारित और अनुमोदित विधाओं में जागृतिपूर्ण कार्यकलापों को प्रमाणित करना ही है। यह सर्वमानव स्वीकृत है। स्वीकृति को सर्वत्र देखने के लिए जागृत होना चाहते हैं या भ्रमित रहना चाहते हैं, इसके उत्तर में हर व्यक्ति जागृति का ही पक्ष लेते हैं। जागृति का सुस्पष्ट स्वरूप अस्तित्व में जागृत होना ही है। अस्तित्व में जागृत होने का गतिक्रम स्वरूप अपने आप में सह–अस्तित्व में ही निहित है। जिसको हम सह–अस्तित्व के रूप में पहचानते हैं। सह–अस्तित्व में ही परमाणु में विकासक्रम और विकास, विकसित परमाणु ही जीवन पद में होना जीवन ही जीवनी क्रम, जागृतिक्रम, जागृति और जागृतिपूर्ण विधियों से विविध परंपराओं में मुक्त रहने, अखण्डता सार्वभौम व्यवस्था सहज रूप में वर्तमानित रहने तथा गठनशील परमाणुओं में भौतिक–रासायनिक क्रियाकलापों के फलन में रचना–विरचनाएँ वर्तमान है, इन्हीं सह–अस्तित्व सहज गति को जानने–मानने–पहचानने–निर्वाह करना ही जागृति और जागृति का प्रमाण है। इससे यह विदित होता है ऊपर कहे सभी क्रमों में हर मानव, सर्वाधिक मानव प्रमाणित होना ही जागृत मानव परंपरा का स्वरूप होना सुस्पष्ट हो गई। यही सर्वसुख विधि को सार्थक बनाता है। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 225–226)**
- मानव में जागृत परंपरा स्थापित होने प्रमाणित होने और उसकी निरंतरता को बनाए रखने के लिए सर्वसुखवादी विधि और व्यवस्था ही एक मात्र शरण है। यह पहले से ही स्पष्ट हो चुकी है जागृति ही विधि है, इसे प्रमाणित करना ही व्यवस्था है। यही व्यवस्था मानवीयता पूर्ण शिक्षा–संस्कार सुलभता व्यवस्था अपने स्वरूप में न्याय–सुरक्षा सुलभता, विनियम–कार्य सुलभता, उत्पादन–कार्य सुलभता, **स्वास्थ्य–संयम** कार्य सुलभता रूप में होना देखा गया है। यह सर्वसुलभ होना समीचीन है, आवश्यक और संभव है। मानव परंपरा में जागृति का प्रमाण मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार ही है। जागृति और व्यवस्था के निरंतरता क्रम में **स्वास्थ्य–संयम** प्रणाली अपने आप मानव में, से, के लिये करतलगत होता है। इस प्रकार जागृति और जागृतिमूलक विधि से व्यवस्था सार्वभौम होना स्वाभाविक है। क्योंकि हर मानव जागृत होना चाहता ही है और हर मानव व्यवस्था में जीना चाहता ही है। यही अस्तित्व में अनुभव की महिमा है सह–अस्तित्व का प्रभाव है फलत: जागृति और जागृति का प्रमाण रूप सार्वभौम व्यवस्था मानव परंपरा में सार्थक होता है। यही "अनुभवात्मक अध्यात्मवाद" का प्रयोजन है। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 226–227)**

- सामान्य व्यक्तियों के परस्परता में आजीविका संबंध प्रधान रहा है। इसी के साथ राज्य और धर्म शासन सूत्रों से अनुप्राणित संस्कृति, सभ्यता का धारक–वाहक होते हुए आज तक का इतिहास उक्त चार चौखटों से गुजरता हुआ देखने को मिलता है। यहाँ प्रासंगिक निष्कर्ष यही है, राज्य और धर्म शासन विधि से समाज रचना का सूत्र बनता ही नहीं है, न स्थापित हो पाया है। धर्म और राज्य के साथ, अभी तक जितने भी समुदायों के रूप में स्वीकृतियाँ है, वह सब संघर्ष परक ही है क्योंकि अभी तक समुदायगत राज्य और धर्म सर्व स्वीकृति होना संभव नहीं हो पाया। धर्म और राज्य शासन छल बल और प्रताड़ना जैसे औजारों के आधार पर ही गतिशील रहना देखने को मिल रहा है। इसका साक्ष्य यही है, धर्मशासन के अनुसार मानव प्रजाति सदा ही स्वार्थी अज्ञानी व पापी है। इससे छुटकारा दिलाना धार्मिक कार्यक्रम है। इस धरती पर जितने भी राज्य शासन है उनका मानना यही है देशवासी गलती–अपराध कर सकते हैं, पड़ोसी देश युद्ध कर सकते हैं इसलिये गलती को गलती से रोकना, अपराध को अपराध से रोकना और युद्ध को युद्ध से रोकना है यही सभी राज्यों का कार्यक्रम है। इस बीच जन सुविधा, जन कल्याण के नाम से जन, तन, धन, मन को लगाकर कल्याणकारी कार्य का दावा किया करते हैं यही अभी तक देखने को मिलता है। ऐसी जनकल्याणकारी कार्य दूरसंचार, यातायात, वाहन, सड़क, **स्वास्थ्य**, जनसुविधा व शिक्षण संस्थाओं के रूप में होना देखने को मिलता है। इस धरती में कलात्मक विज्ञान, तकनीकी, व्यापार की शिक्षा ही स्थापित हुई दिखती है। इस धरती में अभी तक न्याय पूर्ण व्यवहार और समाधानपूर्ण व्यवस्था मानवीयता पूर्ण शिक्षा में प्रवेश ही नहीं हो पाया। जबकि विनिमय व सार्वभौम व्यवस्था ही शिक्षा की सम्पूर्ण आत्मा है। ऐसी व्यवहार शिक्षा के लिये आवर्तनशील अर्थशास्त्र और व्यवस्था, व्यवहारवादी समाज शास्त्र और व्यवस्था, मानव संचेतनावादी मनोविज्ञान और व्यवस्था अनिवार्यतम स्थिति है। उत्पादन, प्रौद्योगिकी, तकनीकी को हर परिवार में समृद्धि सम्मत विधि से विकसित और स्थापित करने की आवश्यकता है। एक पीढ़ी समृद्ध होता है, आगे पीढ़ी को समृद्ध बनाने के लिये स्थापना कार्य को करते रहता है। समृद्धि के मूल में मानव व्यवहार ध्रुवीकृत होना आवश्यक है। मानव व्यवहार सूत्र मानव की परिभाषा और मानवीयतापूर्ण आचरण के रूप में अनुप्राणित होना देखा जाता है। फलस्वरूप परिवार मानव के रूप में प्रमाणित होना पाया जाता है। शिक्षा–संस्कार से हर मानव में स्वायत्तता प्रमाणित होना ही इसकी सार्थकता है। इन तथ्यों को पहले भले प्रकार से स्पष्ट किया जा चुका है। यथार्थ यही है हर जागृत मानव सुख, शांति, संतोष को ही भोगता है और कोई चीज को भोगता नहीं है। सुविधा–संग्रह भी सुख, लक्षित होना सुस्पष्ट हो चुका है। इसी के साथ इसकी क्षणिकता–भंगुरता भी है, अतएव मानव इतिहास रूपी चारों सोपानों में कहीं भी सुख भोग की निरंतरता नहीं हो पायी। अब केवल परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था उसके पाँचों आयामों सहित कार्यप्रणाली में मानवापेक्षा सहित जीवनापेक्षा रूपी सुख, शांति, संतोष, आनंद भोगने में मिलता है। इसे भले प्रकार से हम देख पाये हैं। इस स्थिति के लिये हर व्यक्ति जागृत हो सकता है। इसी तथ्य के आधार पर सर्वसुख समीचीन है। सर्ववांछनीयता भी यही है। इस प्रकार जीवन भोक्ता है, सुख भोग है, भोग्य वस्तु व्यवस्था है।

शरीर सहित मानव समाधान–समृद्धि अभय, सह–अस्तित्व सहज तथ्यों को भोगता है। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर:248–250)**

- जीना कम से कम तीन आयामों में स्वयं स्फूर्त विधि से सम्पन्न होता है। तभी व्यवस्था में जीने का रस और सुख अपने आप मिलने लगता है। ऐसे तीन आयाम को न्याय सुलभता (न्याय प्रदायिता एवं पाने में सुलभता), उत्पादन सुलभता और विनिमय सुलभता पूर्वक ही हर परिवार व्यवस्था में जीता हुआ अनुभव करता है। ज्यादा से ज्यादा मानव, मानवीयतापूर्ण व्यवस्था में पाँचों आयामों में अपने भागीदारी को प्रमाणित करता है। यह उक्त तीनों के साथ शिक्षा–संस्कार सुलभता और **स्वास्थ्य–संयम** सुलभता है। इन्हीं व्यवहारिक आधारों के कारण मानव को जागृत और जागृतपूर्ण स्थितियों में देखा गया है। यह सबके लिये समीचीन है। इन्हीं दो स्थिति को क्रम से क्रियापूर्णता और आचरणपूर्णता का नाम दिया है। आचरण की विशालता में ही विशाल, विशालतर और विशालतम व्यवस्था में भागीदारी सम्पन्न होना सहज है। सम्पूर्ण प्रक्रिया का सफल स्वरूप समाधान और समृद्धि के रूप में मूल्यांकित होता है। अभय, सह–अस्तित्व मानवीयता पूर्ण आचरण का फलन है। इन तथ्यों को भली प्रकार से देखा गया है। इस प्रकार हर परिवार मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार पूर्वक स्वायत्त मानव और परिवार मानव के रूप में जीते हुए व्यवस्था और समग्र व्यवस्था में भागीदारी का प्रमाण प्रस्तुत करना सहज है। सहजता का तात्पर्य जागृति पूर्वक प्रमाण सहज गति ही सहज होना। जागृति नित्य समीचीन रहता ही है। यह परम्परा जागृत होने के उपरान्त ही सर्वसुलभ होता है। मानवापेक्षा, जीवनापेक्षा ही सार्वभौम अपेक्षा है। यही जागृति और कैवल्य का प्रमाण है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 259–260)**

संदर्भ: व्यवहारवादी समाजशास्त्र

(**संस्करण** : 2009)

- हर समुदायों में संस्कृतियों के सम्बन्ध में जो आधार देखने मिलते है वह यही है कैसा गाते है, कैसा नाचते हैं, कैसा शादी करते हैं, जन्म और मृत्यु घटनाओं में कैसे उत्सव मनाते हैं, कैसे अलंकार करते हैं, यही सब प्रधान मुद्दे हैं। इसके बाद आज की स्थिति में अति प्रधान मुद्दा **स्वास्थ** संरक्षण है। **स्वास्थ्य** संरक्षण का प्रमाण संग्रह, सुविधा, भोग, संघर्ष कार्यों के साथ देखना आज की स्थिति में प्रचलित है। सभी समुदायों के साथ कोई न कोई भाषा बना ही रहता है। भाषा, संग्रह, सुविधा और सामरिक क्षमता के योगफल में विकसित, अविकसित, विकासशील के नामों से देशों को, समुदायों को पहचानने की तर्ज अथवा समीक्षा आज प्रचलित है। (**अध्याय: 1, पृष्ठ नंबर: 20**)
- विकल्पों का प्रधान बिन्दुओं को,
  1. चेतना विकास मूल्य शिक्षा–संस्कार तकनीकी शिक्षण कार्य में विकल्प,
  2. ज्ञान, दर्शन, विवेक, विज्ञान विधि विचारों में विकल्प,
  3. न्याय सुरक्षा विधान में विकल्प,
  4. **स्वास्थ्य संयम** कार्य में विकल्प,
  5. विचार व आचरण विधि में विकल्प,
  6. व्यवहार कार्य विधि में विकल्प,
  7. उत्पादन विधि में विकल्प,
  8. विनिमय विधि में विकल्प,
  9. उपयोग विधि में विकल्प। (**अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 70**)
- **स्वास्थ्य संयम** – यह मानव कुल में बारम्बार विचार प्रयोग होते ही आया है। यह जीवन जागृति को व्यक्त करने योग्य रूप में कर्मेन्द्रिय और ज्ञानेन्द्रिय सम्पन्न मानव शरीर तैयार रहने से ही है। पुनश्च, जीवन सहज जागृति को मानव परंपरा में प्रमाणित करना ही **स्वस्थ** शरीर का मूल्यांकन है। तीसरे प्रकार से, जीवन जागृति **स्वस्थ** शरीर द्वारा प्रमाणित होता है। जीवन जागृति का साक्ष्य जीवन ज्ञान, अस्तित्व दर्शन ज्ञान, मानवीयतापूर्ण आचरण ज्ञान पूर्वक परिवार सभा से विश्व परिवार सभाओं में भागीदारी को निर्वाह करना, सुख; शांति; संतोष; आनन्द का अनुभव करना, समाधान, समृद्धि, अभय, सह–अस्तित्व को प्रमाणित करना। इसे हम भली प्रकार से स्वीकार कर चुके हैं। (**अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 72–73**)
- नैसर्गिक संबंध सहज प्रक्रिया मानव में, से, के लिये अविभाज्य है। धरती, वायु, जल के साथ ही मानव शरीर परंपरा का होना पाया जाता है। ऐसी शरीर परंपरा **स्वस्थ** रहने की आवश्यकता है ही। **शरीर स्वस्थता** की परिभाषा पहले की जा चुकी है। जीवन जागृति पूर्वक परंपरा में व्यक्त होने योग्य शरीर ही **स्वस्थ शरीर** है। यह शरीर संतुलन का तात्पर्य है।... (**अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 86**)

- सामान्य आकांक्षा संबंधी वस्तुओं को पाने के लिये धरती को तंग करने की आवश्यकता उत्पन्न ही नहीं होता क्योंकि धरती के पेट में आहार, आवास, अलंकार संबंधी वस्तुएँ न्यूनतम है और ये वस्तुएँ धरती के ऊपरी सतह से ही प्राप्त हो जाती है। आहार के लिये कृषि, अलंकार के लिये भी कृषि और वन्य उपज पर्याप्त होता है। आवास के लिये भी धरती की ऊपरी सतह में मिलने वाले द्रव्यों से सुखद आवास स्थली को पाया जा सकता है। मानसिकता जागृत और भ्रमित का द्योतक है। मानव ही जागृत अथवा भ्रमित मानसिकता के आधार पर ही कार्य–व्यवहारों को निश्चय करता है। भ्रमित मानसिकता विधि से ही भय, प्रलोभन, स्वर्गाकांक्षा और उपभोक्ता विधि ही मानव के पल्ले पड़ता है और पड़ा ही है। जागृति सहज विधि से आवश्यकताएँ समाधान, समृद्धि, अभय, सह–अस्तित्वपूर्ण विधि से जीने की कला है। ये कितना आवश्यक है अब हर मानव समझ सकता है। अतएव सामान्याकांक्षा संबंधी वस्तुओं के विपुलीकरण के आधार पर हर परिवार समृद्ध होने, अखंड समाज और उसकी निरन्तरता पूर्वक सह–अस्तित्व में समाज गति के साथ नित्य तृप्त होने का कार्यक्रम ही मानवीयतापूर्ण कार्यक्रम है। अतएव मानवीयतापूर्ण शिक्षा कार्यक्रम, मानवीय संस्कार समूच्चय कार्यक्रम, मानवीयतापूर्ण आचरण रूपी संविधान कार्यक्रम, मानवीयता सहज **स्वास्थ्य–संयम** कार्यक्रम, परिवार मूलक स्वराज्य कार्यक्रम का अध्ययन, अवधारणा और आचरण, व्यवहार ही मानवीयतापूर्ण मानव परंपरा का कार्य है। **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 92–93)**
- **मानव परिवार और कार्य**

स्वायत्त मानव ही अर्थात् स्वायत्त नर–नारी ही परिवार मानव के रूप में प्रमाणित होते हैं। परिवार का परिभाषा में वर्तमान होना ही स्वायत्त मानव का प्रमाण है। मानवीय शिक्षा–संस्कारपूर्वक ही हर विद्यार्थी स्वायत्तता सम्पन्न होता है। मानवीय शिक्षा का परिभाषा भी यही है। जब यह परिवार परिभाषा में प्रमाणित होते हैं तब सहज ही एक–दूसरे के साथ सम्बन्धों को पहचानते हैं, मूल्यों का निर्वाह करते हैं, परिवार सहज आवश्यकता से अधिक उत्पादन करते हैं और श्रम मूल्य का भी मूल्यांकन करते हैं। सम्बन्ध निर्वाह, मूल्य निर्वाह का मूल्यांकन करते हैं, उभयतृप्ति पाते हैं। यही परिवार मानव का प्रमाण है। यही परिवार मानव के रूप में अनेक परिवार सभा यथा परिवार समूह सभा, ग्राम परिवार सभा के रूप में संतुलन निर्वाचन विधि से कार्यरत होना पाया जाता है। परिवार मानव, परिवार समूह, ग्राम परिवार और विश्व परिवारों तक सभी परिवार सभा क्रम से, (क्रम से का तात्पर्य विशालता और समग्रता की ओर) परिवार समृद्धि सम्पन्नता का व सभा विधि व्यवस्था का धारक–वाहक रूप में समाज और व्यवस्था को अभिव्यक्त करते हैं। हर परिवार, परिवार समूह, ग्राम परिवार, ग्राम परिवार समूह विधि से विश्व परिवार तक संतुलन का स्वरूप मानवीय शिक्षा–संस्कार न्याय, उत्पादन, विनिमय, **स्वास्थ्य संयम**, मानवीय शिक्षा सुलभता पूर्वक संबंध में सहज स्वायत्त रहना पाया जाता है। हर सुलभता में उभयता एक अनिवार्य स्थिति है। उभयता का तात्पर्य मानव की परस्परता; नैसर्गिक अर्थात् जल, वायु, धरती और सूर्य उष्मा का परस्परता सदा रहता ही है। मानव के परस्परता में संबंधों के साथ ही नैसर्गिक उपलब्धियों अर्थात् उत्पादन होता है। क्योंकि नैसर्गिक संयोग से ही हर उत्पादन होना देखा जाता है। ऐसा उत्पादन, विनिमय के लिये वस्तु होना पाया जाता है। और व्यवहार के लिये हर

स्वायत्त मानव; संबंध दृष्टा, मूल्य दृष्टा होना पाया जाता है। जानने, मानने, पहचानने की विधि से संबंधों का पहचान होना पाया जाता है। उसकी स्वीकृति के फलन में जीवन सहज अक्षय शक्ति, अक्षय बल रूपी ऐश्वर्य; मूल्यों के रूप में एक दूसरे के लिये स्वीकार्य योग्य रूप में आदान–प्रदान होता है। यही मानव संबंध और मूल्यों का तात्पर्य है। ऐसे संबंधों को सात रूप में पहचाना गया है। और मूल्यों को क्रम से जीवन मूल्य को चार स्वरूप में, मानव मूल्य छह स्वरूप में, स्थापित मूल्य नौ स्वरूप में, शिष्ट मूल्य नौ स्वरूप में और वस्तु मूल्य दो स्वरूप में समझ सकते हैं। **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 91–92)**

- सर्वमानव सहज रूप में ही समान है। इसीलिये मानव धर्म सर्वमानव में समान है। यह तथ्य समझ में आता है। सर्वतोमुखी समाधान का तात्पर्य ही है स्वयं व्यवस्था में और समग्र व्यवस्था में भागीदारी का निर्वाह करना। इसी विधि से मानव अपने में चिरआशित स्वराज्य को पाकर सुख, शांति, संतोष और आनन्द को पाकर; समाधान, समृद्धि, अभय, सह–अस्तित्व को प्रमाणित करता है। यही मुख्य रूप में मानव का चाहत भी है। मूलतः धर्म एक शब्द है। हर शब्द किसी का नाम है। धर्म शब्द से इंगित वस्तु मानव जागृति और उसका प्रमाण रूपी प्रामाणिकता, सर्वतोमुखी समाधान ही है। इसका स्वीकृत स्वरूप ही सुख, शांति, संतोष, आनन्द है। इसका दृष्टा पद में भी सुख, शांति, संतोष आनन्द है। इसका दृश्य रूप ही व्यवस्था है। वह परिवार सभा से विश्व परिवार सभा तक गुँथे हुए स्वरूप में दिखाई पड़ती है। व्यवस्था सहज अभिव्यक्ति ही अथवा फलन ही समाधान, समृद्धि, अभय और सह–अस्तित्व है। इस प्रकार जीवन सहज लक्ष्य, मानव सहज अर्थात् अखण्ड समाज सहज लक्ष्य, संगीत, विन्यास है, यही समाधान के रूप में निरूपित होती है। सह–अस्तित्व और अनुभव में संगीत है। यही आनन्द के नाम से विख्यात होता है। न्याय, उत्पादन, विनिमय, **स्वास्थ्य–संयम**, शिक्षा–संस्कार में होने वाला अनुभव ही सर्वतोमुखी समाधान है। यह मानव सहज जागृति की अभिव्यक्ति और संप्रेषणा है। सम्पूर्ण मानव अपने परिवार सहज आवश्यकता से अधिक कार्य करता है इसके फलन में समृद्धि का अनुभव होता है। यह भी समाधान है। हर परिवार सभा से विश्व परिवार सभा तक सम्बन्धों का पहचान, मूल्यों का निर्वाह, मूल्यांकन और उभयतृप्ति पाने की विधि जागृतिपूर्वक सम्पन्न होता है। यह निरन्तर समाधान है। लाभ–हानि मुक्त विनिमय प्रणाली जागृति सहज मानव की अपेक्षा है। इस विधि से विनिमय कार्य का क्रियान्वयन स्वयं समाधान है। **स्वास्थ्य संयम**, स्वाभाविक रूप में जीवन जागृति को शरीर के द्वारा मानव परंपरा में प्रमाणित करने योग्य शरीर है। यही **स्वास्थ्य** का निश्चित स्वरूप है। जागृतिपूर्ण परंपरा में सर्वमानव अपने **स्वास्थ्य** को **स्वस्थ** बनाये रखने का उपाय और स्रोत बना ही रहता है। यह स्वयं में समाधान है। प्रत्येक मानव मानवीय शिक्षा–संस्कार पूर्वक स्वायत्त मानव, परिवार मानव, विश्व परिवार मानव के रूप में प्रमाणित हो पाता है। यह सर्वतोमुखी समाधान है। **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 114–115)**
- ...इस धरती को **स्वस्थ** रूप में बनाए रखना तभी संभव है जब मानव परंपरा जागृत हो जाए। भ्रम पर्यंत अस्वस्थता की कहानी बन चुकी है। **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 118)**

- स्वतंत्रता :– प्रत्येक मानव अखण्ड समाज सार्वभौम व्यवस्था (मानव धर्म) में भागीदारी निर्वाह करने, कराने एवं करने के लिये मत देने में स्वतंत्र है। अखण्ड समाज और सार्वभौम व्यवस्था की अक्षुण्णता मानवीय शिक्षा–संस्कार, **स्वास्थ्य–संयम**, न्याय–सुरक्षा, उत्पादन–कार्य, विनिमय–कोष, सुलभता सहित है जिसका क्रियान्वयन दस सीढ़ी में होता है। 1. 'परिवार' सभा, 2. 'परिवार समूह' सभा, 3. 'ग्राम परिवार' सभा, 4. 'ग्राम समूह' परिवार सभा, 5. 'ग्राम क्षेत्र' परिवार सभा, 6. 'मंडल' परिवार सभा, 7. 'मंडल समूह' परिवार सभा, 8. 'मुख्य राज्य' परिवार सभा, 9. 'प्रधान राज्य' परिवार सभा और 10. 'विश्व राज्य'। **(अध्याय: 5, पृष्ठ नंबर: 126)**
- **परिवार सभा सभ्यता** – सम्बन्ध, मूल्य, मूल्यांकन विधियों से सम्पन्न अनुभव ही सभ्यता की प्रतिष्ठा है। परिवार ही अपने परिपक्वता विधि से सभा के स्वरूप में प्रमाणित होता है। इस प्रकार सभा ही सभ्यता की अभिव्यक्ति, संप्रेषणा, प्रकाशन स्रोत है। सभा स्वरूप क्रम से दस सीढ़ियों में स्पष्ट है। मूलत: परिवार सभा ही अन्य स्तरीय सभाओं की रचना–कार्य और प्रवृत्तियों को प्रवर्तित करता है। परिवार में समाधान, समृद्धि और परस्परता में विश्वास, प्रतिष्ठा के रूप में अनुभव होना ही, उसकी विशालता की आवश्यकता स्फूर्त होती है। इसी क्रम में परिवार के अन्य कार्य सूत्र भी आशय के रूप में सूत्रित रहता ही है। धरती में अकेले व्यक्ति या परिवार नाम की स्वरूप की व्यवस्था नहीं है। अनेक व्यक्ति, अनेक परिवार के रूप में मानव प्रकाशित है। इसलिये परस्पर परिवार में विश्वास का सूत्र फैलना एक आवश्यकता रहता ही है। इसी क्रम में परिवार समूह, ग्राम मुहल्ला परिवार होना एक साधारण विधि है। इसमें परिवार का आशित विनिमय, न्याय, **स्वास्थ्य–संयम**, शिक्षा–संस्कार अपेक्षा के रूप में ही रहता है। क्योंकि परिवार आवश्यकीय सभी सामान्य आकांक्षा एवं महत्वाकांक्षा सम्बन्धी वस्तुओं को निर्मित नहीं करता। आवश्यकता से अधिक एक–दो वस्तुओं को अवश्य ही उत्पादित करता है एवं विनिमय पूर्वक अन्य वस्तुओं में बदलने की आवश्यकता बनी रहती है। यह एक आवश्यकीय प्रक्रिया है। इसे दूर–दूर तक सूत्रित करना एक आवश्यकता है। मानव जागृतिपूर्वक ही सामाजिक होना पाया जाता है। यह शिक्षा–संस्कारपूर्वक ही होता है। इसका परीक्षण, सर्वमानव के साथ होना सहज है। इस विधि से संबंधों को विशाल और विशालतम रूप देना आवश्यकता है। इसी विधि से ग्राम परिवार सभा से विश्व परिवार सभा तक सम्बन्ध रचना मानव का चिर कामना नैसर्गिकता सहज विधि से स्पष्ट हुआ है। इस विधि से धरती के मानव न्याय, जो अखण्ड समाज के अर्थ को ध्वनित करता है, के साथ समाधान जो सार्वभौम व्यवस्था को ध्वनित करता है, के साथ जागृति जो इन दोनों को संतुलित रूप में प्रमाणित है, के साथ निरन्तर जीने की कला को, अनुभव बल को, विचार शैली को सर्वथा परिपूर्ण रूप में जानना, मानना, पहचानना, निर्वाह करना संभव है। जागृत परंपरा ही शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा, विनिमय–कोष, उत्पादन–कार्य और **स्वास्थ्य–संयम** के रूपों में हर सभा के परस्परता में, हर सभा में प्रमाणित होता है और उसका मूल्यांकन होना एवं उसकी तृप्ति सर्वसुलभ होना ही मानवीयतापूर्ण आचार संहिता का परम लक्ष्य है। ... **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 133–135)**

- परिवार की पहचान, उसकी विशालतमता ही समाज का स्वरूप है। व्यवस्था अपने में न्याय, उत्पादन, विनिमय, **स्वास्थ्य– संयम** और शिक्षा–संस्कार सुलभता ही है और समाज अपने– आप में सम्बन्ध, मूल्य, मूल्यांकन, उभय तृप्ति विधि ही जागृति का साक्ष्य है। इसी उभय तृप्ति का नामकरण ही 'न्याय' है। यह सभी परिवार में हो सकता है, आवश्यकता है, यह सर्वविदित है। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 136)**
- विवाह सम्बन्ध समय में आयु की परिकल्पना का होना पाया जाता है। आयु के साथ **स्वास्थ्य**, समझदारी, ईमानदारी, कारीगरी की अर्हता जिम्मेदारी, भागीदारी सहित दाम्पत्य सम्बन्ध में प्रवृत्ति यह प्रधान बिन्दुएं हैं। इसका परिशीलन विवाह संबंधके लिये उत्सवित नर–नारियाँ का सत्यापन, अभिभावकों की सम्मति, शिक्षा–संस्कार जिनसे ग्रहण किये और उसे अध्ययनपूर्वक जिन अभिभावकों और आचार्यों के सम्मुख प्रमाणित किया, उनकी सम्मति यह प्रधान रूप में जाँच पूर्वक एकत्रित कर लेना आवश्यक है। इस संयोजन कार्य को करने वाला व्यक्ति प्रधानत: विवाह सम्बन्ध में प्रवेश करने वाले हर नर–नारी का पहला अभिभावक होंगे, दूसरा शिक्षक या आचार्य रहेंगे, तीसरे स्थिति में भाई–बहन और मित्र रहेंगे। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 151–152)**
- स्वायत्त मानवाधिकार के लिए 18 वर्ष की आयु तक सम्पन्न होने की व्यवस्था है। इसके उपरान्त परिवार मानव के रूप में प्रमाणित होने के लिए चार वर्ष न्यूनतम रूप में होना आवश्यक है। इसमें हर अभिभावक, आचार्य, भाई–बहन, मित्र सबको प्रमाण देखने को मिलेंगे। इस अवधि के उपरान्त प्रधानत: अभिभावक, प्रौढ़, भाई–बहन, मित्रों की सम्मति विवाह में प्रयोजित होने वाले नर–नारी की प्रवृत्तियों का संगीत अथवा एक मानसिकता के आधार पर आचार्यों की सम्मति सहित विवाह संस्कार सम्पन्न होगा। यही मानव परंपरा में मानवीयतापूर्ण पद्धत्ति से मानव संचेतना सहित सम्पन्न होने वाला विवाह संस्कार उत्सव है। इसके लिये आयु विचार स्पष्ट हो गया। बाईस वर्ष के उपरान्त ही विवाह सम्पन्न होना अध्ययन विधि से स्पष्ट हो चुका है। इसी अवधि के साथ दायित्व, कर्तव्य और परिवार मानव का सम्पूर्ण प्रमाण प्रस्तुत करने की आवश्यकता और अवधियाँ स्पष्ट हो चुकी है। दूसरी विधि से **स्वास्थ्य** संबंध में सोचने पर भी शरीर–अंग–अवयव पुष्टि भी इसी आयु तक सहज ही सम्पन्न होना देखा गया है। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 152)**
- मानवीयतापूर्ण मानव परंपरा में इस बात की भी कल्पना किया जा सकता है कि **स्वास्थ्य** इसका एक आयाम होने के कारण, दूसरा हर गति मार्ग यान–वाहनों के प्रति जन जागरण पर्याप्त रहना स्वाभाविक है। इन आधारों पर यही परिणाम अपेक्षित है कि दुर्घटनाएँ न्यूनतम होगी। अल्पायु और मध्यायु में शरीर विरचना घटना न्यूनतम होगी। यह अपेक्षित रहते हुए भी कोई ऐसी घटना घटित हो जाए उस समय क्या किया जाय? इसका सहज उत्तर है जिस आयु–सीमा के पुरुष का वियोग हो गया हो अथवा स्त्री का वियोग हो गया हो ऐसी स्थिति में तीनवर्ष वर्षतक के अन्तराल में आयु वर्ग को पहचानते हुए एक स्त्री को एक पुरुष की आवश्यकता और एक पुरूष को एक स्त्री की आवश्यकता रूपी मानसिकता और प्रवृत्ति को पहचानते हुए उनके अभिभावक, प्रौढ़–आचार्य, मित्र, भाई–बहन,

स्थानीय व्यवस्था के कर्णधारों का प्रयास संयोजन विधियों से पुन: विवाह संबंध को स्थापित कर लेना मानव परंपरा के लिए उचित होगा। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 157)**

- इससे यह स्पष्ट हो गया है कि हर मानव चाहे नर हो चाहे नारी हो, **स्वस्थ र**हने के मापदण्ड अस्तित्व सहज सह–अस्तित्व क्रम में स्वायत्त मानव के रूप में स्पष्ट किया जा चुका है। जिनमें ही मानवत्व रूपी स्वत्व, स्वतंत्रता, अधिकार को स्वयं स्फूर्त विधि से प्रमाणित होना पाया गया है। ऐसा स्वायत्त मानव **स्वस्थ** मानव परिवार परंपरा में, व्यवहार परंपरा में, उत्पादन परंपरा में, विनिमय परंपरा में, **स्वास्थ्य–संयम** परंपरा में, मानवीयता पूर्ण शिक्षा–संस्कार परंपरा में और न्याय–सुरक्षा परंपरा में भागीदारी को निर्वाह करना ही समग्र व्यवस्था में भागीदारी का तात्पर्य है। यह समझदार परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था विधि से समाज रचना परिवार से ग्राम परिवार, ग्राम परिवार से विश्व परिवार तक और ग्राम स्वराज्य सभा से विश्व परिवार सभा तक इन सभी आयामों में भागीदारी का सूत्र, व्याख्या अग्रिम अध्यायों में स्पष्ट हो जाएगी। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 161)**
- तीसरे प्रकार से स्वधन, पुरस्कार के रूप में प्राप्त धन। मानवीयतापूर्ण परंपरा में श्रेष्ठता का सम्मान होना स्वाभाविक है। श्रेष्ठता का मूल्यांकन मानवीयतापूर्ण परंपरा में व्यवस्था में भागीदारी, स्वायत्त मानव, परिवार मानव और समग्र व्यवस्था में भागीदारी उसकी गति और श्रेष्ठता पुरस्कृत होना स्वाभाविक है। इसी के साथ–साथ **स्वास्थ्य–संयम** कार्यों में श्रेष्ठता, उत्पादन–कार्यों में श्रेष्ठता, विनिमय–कार्यों में श्रेष्ठता, मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार कार्यों में श्रेष्ठता का मूल्यांकन और पुरस्कार मानव परंपरा में सहज है। इन किसी भी विधाओं का मूल्यांकन और पुरस्कार मानव परंपरा में सहज है। इन किसी भी विधाओं में श्रेष्ठता का सम्मान ग्राम परिवार सभा से विश्व परिवार सभा तक किसी स्तरीय परिवार सभा में श्रेष्ठ व्यक्ति का सम्मान किया जाना मानव परंपरा का ही सम्मान है। इस विधि से प्राप्त वस्तु स्वधन में गण्य होता है। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 165–166)**
- **स्वास्थ्य–संयम** विधा में हर स्तरीय परिवार स्वायत्त रहना स्वाभाविक है। जागृत मानव परंपरा में समाधान सूत्र ही प्रधान सूत्र है। दूसरे प्रकार से सर्वतोमुखी समाधान ही स्वायत्तता का सूत्र है। इसी के व्याख्या में समृद्धि और वर्तमान में विश्वास (अभयता) प्रमाणित होता है। पुन: अस्तित्व सहज सह–अस्तित्व सूत्र से सूत्रित हो जाता है। इस प्रकार जीवन सहज उत्सव, जीवन सहज वैभव वर्तमान में वैभवित रहता है। जिसकी अक्षुण्णता बना ही रहता है। अक्षुण्णता का तात्पर्य मानव परंपरा में अर्थात् पीढ़ी से पीढ़ी में जागृति और उसकी निरंतरता प्रमाणित रहने से होगा। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 181)**

- परिवार विधि में हर सम्बोधन प्रयोजन से लक्षित होना पाया जाता है। और हर प्रयोजन हर व्यक्ति के अपेक्षा सहित सम्बोधन का वस्तु है।...

समितियों में सम्बोधन

सम्बोधन प्रयोजन

सहयोगी – साथी – **स्वास्थ्य–संयम** विधा में। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर:182–183)**

- मानव सहज सभी सम्बन्ध पूर्णता को प्रतिपादित करने के लिये अनुबंधित रहने के कारण ही है। हर सम्बन्धों का पहचान के साथ ही मूल्यों का उद्गमन जीवन सहज रूप में व्यक्त होता है। इसका मूल स्रोत जीवन अक्षय शक्ति, अक्षय बल सम्पन्न रहना ही है। यह भी हम समझ चुके हैं कि जीवन ही शरीर को जीवन्त बनाए रखता है और जीवन अपने आशयों को शरीर के द्वारा मानव परम्परा में, से, के लिये अर्पित करता है। पहला–समझदारी को प्रमाणों के रूप में अर्पित करता है और प्रबोधनों के रूप में अर्पित करता है। प्रबोधन किसी को बोध के लिए अर्पित होता है और प्रमाण स्वतृप्ति और तृप्तिपूर्ण परम्परा के आशय में घटित होती है। यह जीवन जागृति की स्वाभाविक क्रिया है। जागृत मानव ही व्यवस्था और समग्र व्यवस्था में भागीदारी का प्रमाण होना पाया जाता है। व्यवस्था स्वयं में न्याय, उत्पादन और विनिमय सुलभता ही है। इन्हीं की निरन्तरता के लिये **स्वास्थ्य–संयम** और मानवीय शिक्षा–संस्कार एक अनिवार्य स्थिति है। इस प्रकार व्यवस्था का पाँच आयाम होता है। इन्हीं आयामों में भागीदारी, व्यवस्था में भागीदारी का तात्पर्य है। इस प्रकार हर जागृत मानव (परिवार मानव) सहज रूप में व्यवस्था को प्रमाणित करता है। यही अखण्ड समाज, सार्वभौम व्यवस्था का आधार और अभिव्यक्ति है। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 190–191)**

- हर सम्बोधन में अपेक्षाएँ समाहित रहना पाया जाता है। हर सम्बन्धों के सम्बोधन प्रक्रिया में जागृति की अपेक्षा रहता ही है। उसके साथ तीन सम्बन्ध ही देखने को मिला। ये तीन सम्बन्ध मानव सम्बन्ध, नैसर्गिक सम्बन्ध, और व्यवस्था सम्बन्ध हैं। मानव सम्बन्ध में अपेक्षाएं शरीर पोषण–संरक्षण, समाजगति की अपेक्षाएँ प्रकारान्तर से समायी रहती है। पोषणापेक्षा–पोषण प्रवृत्तियाँ तन, मन (जीवन) और धन, के सम्बन्धों में अथवा तन, मन (जीवन) और धन रूपी तथ्यों का पोषण, संरक्षण अपेक्षा और प्रवृत्ति मानव सहज गति होना पाया जाता है। यथा–

  1. जागृत मानव अन्य की जागृति के लिये प्रवृत्त रहता है।
  2. **स्वस्थ** मानव अन्य के **स्वस्थता** के लिए प्रयत्नशील रहता है।
  3. समृद्धिशील मानव अन्य के समृद्धि सम्पन्नता में सहायक होने के लिये प्रवृत्तशील रहता है।
  4. न्याय प्रदायी क्षमता सम्पन्न मानव, अन्य को न्याय सुलभ होने के लिये प्रवृत्तिशील रहता है।
  5. किसी उत्पादन–कार्य में पारंगत मानव अन्य को पारंगत बनाने के लिये प्रवृत्तिशील रहता है।
  6. मानव स्वयं व्यवस्था में जीता हुआ समग्र व्यवस्था में भागीदारी करते हुए अन्य को व्यवस्था में भागीदारी के लिये प्रेरित करने में प्रवृत्तिशील रहता है।... **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 192–193)**

- परिवार सम्बन्ध, मानव सम्बन्ध, समाज सम्बन्ध ये सब आवश्यकतानुसार उपयोग करने का नाम है। सबका निर्देशित अर्थ, चिन्हित अर्थ अखण्ड समाज ही है। अखण्ड समाज का पहचान, लक्ष्य, प्रयोजन, प्रणाली, पद्धति, नीतियों के समानता से है। मानव लक्ष्य समाधान, समृद्धि, अभय, सह–अस्तित्व होना ही है। प्रयोजन व्यवस्था और व्यवस्था में भागीदारी है। मानवीयतापूर्ण पद्धति न्याय, उत्पादन, विनिमय, **स्वास्थ्य–संयम** और शिक्षा–संस्कार में पूरकता प्रणाली परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था प्रणाली और नीति तन, मन, धन रूपी अर्थ के सुरक्षा हैं, यही मानव का मौलिक अभिव्यक्ति, संप्रेषणा, प्रकाशन है। अस्तित्व नित्य प्रकाशमान होने के कारण अस्तित्व में हर वस्तु का प्रकाशित रहना स्वाभाविक है। सम्पूर्ण अभिव्यक्ति, संप्रेषणा और प्रकाशन अस्तित्व सहज ही है। अस्तित्व स्वयं ही नित्य अभिव्यक्ति व संप्रेषणा है। मानव अस्तित्व में अविभाज्य वर्तमान व अभिव्यक्ति है। सभी अभिव्यक्तियाँ सभी अवस्थाओं में अभ्युदय के अर्थ में ही व्यक्त हैं। इस प्रकार अस्तित्व स्वयं में ही प्रकाशित, अभिव्यक्त व सम्प्रेषित है। इस क्रम में यह समझ में आता है कि अस्तित्व निरंतर स्पष्ट व प्रकाशमान है। अस्तित्व ही नित्य संप्रेषणा है जो नित्य समाधान नित्य व्यवस्था है। अस्तित्व ही नित्य व्यक्त अभिव्यक्त हैं क्योंकि अस्तित्व सदा–सदा स्थिर, शाश्वत है, नित्य वैभव है। इन्हीं तथ्यों से यह भी ज्ञात होता है कि अस्तित्व में, से, के लिये कोई रहस्य व कोई अवरोध एवं संघर्ष नहीं है। विरोध नहीं है, विद्रोह नहीं है, विपन्नता नहीं है। बड़े–छोटे के रूप में कुंठा–निराशा नहीं है। युद्ध व शोषण नहीं है। ये सभी नकारात्मक पक्ष मानव के द्वारा अपनाया हुआ भ्रमित परम्परा का देन है। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 194–195)**
- मानव सहज जागृति प्रभाव विशालता की ओर गतिशील होना स्वाभाविक है। जैसा मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार एक परिवार में परिवार का विरासत न होकर सम्पूर्ण विश्व मानव का स्वत्व होना पाया जाता है। इसीलिये मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार सार्वभौम होना सहज है। इसी प्रकार न्याय–सुरक्षा, उत्पादन–कार्य, विनिमय–कोष, **स्वास्थ्य–संयम** क्रियाकलाप भी सार्वभौम होता ही है। इन पाँचों आयाम का सार्वभौम रूप में वर्तमान होना ही अखण्ड समाज, सार्वभौम व्यवस्था का द्योतक है। दाम्पत्य संबंध ऐसी व्यवस्था में भागीदारी का संकल्पोत्सव होना पाया जाता है, ऐसे संकल्प का प्रमाण समाधान और समृद्धि का स्वरूप ही है। यही परिवार मानव का लक्ष्य और आवश्यकता है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 229–230)**
- शारीरिक **स्वस्थता** और जीवन **स्वस्थता** का स्वरूप मानव में ही अपेक्षित है। अर्थात् मानव परंपरा में अपेक्षित है। यह पीढ़ी से पीढ़ी में अपेक्षा का आधार है। इसी नियति सहज सह–अस्तित्व सहज आधारवश ही मानव अपने संचेतना को प्रमाणित करने के लिये तत्पर है। इसकी सार्थकता का स्वरूप प्रदान करने का कार्य मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार परंपरा ही आहूत करेगा। आहूतता का तात्पर्य मानवीयता सहज अपेक्षा के अनुरूप अवधारणाओं को पीढ़ी से पीढ़ी में स्थापित करने का क्रिया कलाप। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 256–257)**

- जागृति सहज कार्यक्रम दायित्व और कर्तव्य के आधार पर ही सुयोजित हो पाता है। ऐसे सुयोजन परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था के रूप में सर्वसुलभ होता है। जागृति पूर्वक जीने की कला ही सुयोजना का साक्ष्य है। परिवार मूलक स्वराज्य–व्यवस्था में व्यवस्थापूर्वक ही अखण्ड समाज, सार्वभौम व्यवस्था में भागीदारी सम्पन्न होना पाया जाता है। इसी सत्यवश, यही सत्यता मानव परंपरा में सर्वतोमुखी समाधान, समृद्धि, अभय, सह–अस्तित्व के रूप में प्रमाणित होता है; जिसका अक्षुण्णता सहज होना पाया जाता है। मानव का अभीष्ट सदा–सदा से ही और सदा–सदा के लिये शुभ ही शुभ होना देखा गया है। ऐसा सार्वभौम शुभ अखण्ड समाज, सार्वभौम व्यवस्था रूपी कार्यक्रम ही है। ऐसा कार्यक्रम स्वाभाविक रूप में ही जागृति सहज शिक्षा–संस्कार विधि से स्पष्ट हो जाती है। मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार अपने–आप में अस्तित्व मूलक मानव केन्द्रित चिन्तन, मध्यस्थ दर्शन (सह–अस्तित्ववाद) के रूप में स्पष्ट हो जाता है। यही सह–अस्तित्व दर्शन ज्ञान, जीवन ज्ञान, मानवीयता पूर्ण आचरण ज्ञान सम्पन्नता सहित होने वाले अध्ययन, अवधारणा, अनुभव है। सह–अस्तित्व में अनुभव के आधार पर ही अखण्ड समाज, सार्वभौम व्यवस्था का प्रमाण मानव परंपरा में ही प्रमाणित होना समीचीन है। यही जागृति का द्योतक है। मानवीयतापूर्ण परंपरा का प्रमाण मानवीय शिक्षा–संस्कार सुलभता, न्याय–सुरक्षा सुलभता, विनिमय–कोष सुलभता, उत्पादन–कार्य सुलभता और **स्वास्थ्य–संयम** सुलभता ही है। इन्हीं पाँच आयामों के योगफल में संस्कृति, सभ्यता, विधि, व्यवस्था अपने–आप प्रमाणित होता है और अखण्ड समाज, सार्वभौम व्यवस्था का स्वरूप और उसकी निरंतरता बना ही रहता है। ऐसे भागीदारी में दायित्व, कर्तव्य का प्रमाण हर मानव में, से, के लिए सहज सुलभ होता है। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 263–264)**
- दायित्व बोध और उसके अनुरूप कार्य प्रणालियाँ; सम्बन्ध, मूल्य–मूल्यांकन, उभयतृप्ति, संतुलन और उसकी निरंतरता के रूप में वर्तमान होना पाया जाता है। इसी के साथ तन, मन, धन रूपी अर्थ का सदुपयोग, सुरक्षा भी दायित्वों में समाहित रहता ही है। कर्तव्य का स्वरूप आवश्यकता से अधिक उत्पादन, लाभ–हानि मुक्त विनिमय कार्यों में भागीदारी के रूप में सम्पन्न होना देखा गया है। दायित्वों और कर्तव्यों को निर्वाह करने के क्रम में **स्वास्थ्य–संयम** एक अनिवार्य क्रियाकलाप है जिसको आगे अध्याय में स्पष्ट किया गया है। इस प्रकार दायित्व बोध के लिये जानना, मानना और कर्तव्य बोध के लिये पहचानना, निर्वाह करना एक अनिवार्य स्थिति है। इस स्थिति में कार्यरत, व्यवहाररत रहना ही जागृत परंपरा सहज महिमा है। परंपरा सहज महिमा ही मानव संतान में, से, के लिये अत्यधिक प्रभावशाली होता है। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 264–265)**
- मानव परंपरा अपने में बहुआयामी अभिव्यक्ति होना सुदूर विगत से अभी तक और अभी से सुदूर आगत तक होना दिखाई पड़ता है। मानव परंपरा में शिक्षा–संस्कारादि पाँचो आयाम सहित ही **स्वस्थ** परंपरा होना स्पष्ट हो चुका है। इन्हीं पाँचों आयामों में हर व्यक्ति कार्यरत होना ही बहुआयामी अभिव्यक्ति का तात्पर्य है। इसी क्रम में विभिन्न दृष्टिकोणों, निश्चित दिशाओं और हर देशकाल में प्रमाणित होने योग्य इकाई मानव है अर्थात् सभी आयामों में प्रमाणित होने योग्य इकाई मानव है। ऐसे प्रमाणित होने के क्रम में मौलिक रूप में अधिकार स्वत्व स्वतंत्रता पूर्वक

अर्थात् स्वयं स्फूर्त विधि से प्रयोग करना स्वाभाविक रहता ही है। साथ ही जागृति व जागृतिपूर्ण परंपरा में ही अखण्ड समाज, सार्वभौम व्यवस्था प्रमाणित होता है। (**अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 265**)

- जन्मोत्सव – मानव परंपरा में हर माता–पिता संतान प्राप्ति के साथ अपने में गौरव और सम्मान का अनुभव करना और होना पाया जाता है। इसी सम्मान और गौरव के समर्थन में उत्सव का स्वरूप बनता है। उत्सव में उत्साह और प्रसन्नता मूल स्रोत है। किसी उद्देश्य, किसी प्रयोजन, किसी वस्तु प्राप्ति के अर्थ में ही उत्साह–प्रसन्नता का प्रमाण मानव कुल में सफलता के अर्थ को प्रतिपादित करता है। जैसे–एक पति–पत्नी की कोख से संतान प्राप्ति अपने–आप में शरीर–सम्बन्ध का फलन के रूप में होना देखा गया है। हर मानव शरीर और जीव शरीरों की रचना गर्भाशय में ही होना देखा गया है। अत्याधुनिक संसार में भी इसके लिये कई कृत्रिम उपायों को खोजा गया है। सफलता अभी भी विचाराधीन है। कृत्रिम विधि यदि सफल भी होता है तो इसकी सफलता में भी गर्भाशय सहज सटीक वातावरण को कृत्रिम रूप में निर्मित करने के उपरान्त ही सफल होने की व्यवस्था है।

ऐसे कृत्रिम गर्भाशय संरचना वातावरण संबंधी कृत्यों को समान करने के लिये जितना श्रम, जितना वस्तु, जितना समय लगता है, लग सकता है वह सर्वाधिक निरर्थकता अपव्यय के खाते में जायेगा। अस्तित्व में यही सिद्धान्त है जो जिसको अपव्यय करेगा उससे वह वंचित हो जायेगा। कृत्रिम गर्भाशय निर्माण विधि स्वयं अपव्ययता के आधार पर ही मानव मन में कल्पित हो पाता है। इस अपव्ययता क्रम में स्वाभाविक सार्थक नियति सहज विधि से रचित शरीर रचना के अंगभूत गर्भाशय की आवश्यकता, विशेषकर मानव शरीर में गर्भाशय की आवश्यकता एवं तत्संबंधी उत्सव से मानव वंचित होना भावी हो जाता है। इससे यह पता लगता है कि इस मुद्दे पर कृत्रिम उपायों की निरर्थकता का हर सामान्य मानव स्वीकार कर सकता है। अतएव प्रकृति सहज स्त्री–पुरूष शरीर रचना उसका सम्पूर्ण अंग–अवयवों का उपयोग–सदुपयोग–प्रयोजनीयता क्रम में **शरीर स्वस्थता** और **जीवन स्वस्थता** रूपी संयमता के संयोगपूर्वक ही विधि–विहित कार्यकलापों में प्रवृत्त होना पाया जाता है। यह जीवन जागृति पूर्वक ही सफल होना देखा गया है। ऐसा जीवन जागृति मानवीयता पूर्ण शिक्षा–संस्कार परंपरा पूर्वक सर्व सुलभ होने के तथ्य स्पष्ट हो चुका है।

संतान जन्मोत्सव के अवसर पर जागृत मानव परंपरा सहज जीवन जागृति की कामना, **शरीर स्वस्थता** की कामना इसके पुष्टि पोषण विधाओं का चर्चा–संवाद, गीत, गायन, नृत्य आदि कृत्यों से उत्सव समारोह को सफल बनाना इन्हीं कृत्यों से हर माता–पिता में संतान प्राप्ति के महत्वपूर्ण घटना के आधार पर सम्मान और गौरव का उमंग की पुष्टि बन्धुजन, बहुजन द्वारा सम्पन्न होता है। यही जन्म संस्कार उत्सव का तात्पर्य है। इससे स्पष्ट हो गया कि शैशवता की स्थिति में अभिभावक और बन्धुजनों का कामना ही भावी किशोर, यौवन, प्रौढ़ अवस्थाओं में प्रमाणित होने का सम्पूर्णता ही कामनाओं के रूप में सामूहिक प्रस्तुति, स्वीकृति सहित प्रसन्नता और उत्साह का संयुक्त रूप में व्यक्त करना ही सार्थक उत्सव का स्वरूप है। (**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 274–276**)

- ग्राम–मुहल्ला सभा से मनोनीत–अनुशासित पाँच समितियों का कार्यरत रहना स्वराज्य व्यवस्था का वैभव है। इन वैभव के सफलताओं को देखने सुनने के लिये पूरे ग्राम मुहल्लावासी को उत्सुक रहना आवश्यक है। ग्राम सभा से निश्चित नियंत्रित विधि से एक–एक समिति का मूल्यांकन कार्यक्रम का तौर–तरीका जो अपनाये गये थे उसके आधार पर सफलता का समारोह सम्पन्न करना आवश्यक रहता ही है। इसका समयावधि ग्राम सभा के समयानुसार सम्पन्न होना व्यवहारिक है। इसी के अनुसार न्याय–सुरक्षा समिति के सफलताओं को समीक्षा कर पूरा ग्रामवासियों को अवगाहन कराने का कार्य सम्पन्न किये जाने के रूप में देखने को मिलता है। इससे सम्पूर्ण ग्रामवासी न्याय–सुरक्षा सुलभ होने में विश्वस्त एवं आश्वस्त होने का अवसर समारोह समय में स्वाभाविक रूप में देखने को मिलता है। इसी उमंग के साथ भविष्य के प्रति भरोसा करना स्वाभाविक होता है। वर्तमान तक की सफलता भविष्य के प्रति आश्वस्तता का हर संगम स्थिति, गति, उत्साह और प्रसन्नता के स्वरूप में ही प्रमाणित होना देखा गया है। इसी प्रकार उत्पादन–कार्य समिति, विनिमय–कोष समिति, **स्वास्थ्य–संयम** कार्य समिति, मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार समितियों का वर्तमान तक के सफलता, भविष्य में आश्वस्त होने का सफल योजना के अवगाहन तक का समारोह प्रसन्नता में अभिभूत होना, स्वाभाविक है। ऐसी अभिभूति के साथ ही हर्ष ध्वनि सफलता का कीर्ति गायन, भविष्य में सफलता का आकांक्षा, सम्भावना सहित कर्तव्यों और दायित्वों की स्वीकृति और उसका उद्गार सहित हर्ष ध्वनि गीत–संगीत का वातावरण बनाया जाना समारोह–वैभव का प्रतिष्ठा रहेगा। अस्तु, ग्राम सभा बनाम पाँचों समितियों सहित सफलता का आंकलन अग्रिम योजनाओं का प्रकाशन समारोह का सारतत्व रहेगा। यही व्यवस्था मूलक समारोहों की महिमा है। इसी प्रकार हर स्तरीय समितियों में समारोह कार्य सम्पन्न होना स्वाभाविक रहेगा। यह विश्व परिवार पर्यन्त व्यवहारान्वयन होना देखने को मिलता है। सम्पूर्ण मानव इस धरती मे समारोह और उत्साहपूर्वक संतुष्ट होते हैं। इसकी नित्य समीचीनता जागृति परंपरा पर्यन्त बनी ही रहेगी। (**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 292–293**)
- **स्वास्थ्य–संयम** का मूल्यांकन :– पहले इस मुद्दे पर **स्वास्थ्य** और संयम के संबंध में विश्लेषण को प्रस्तुत किया जा चुका है। **शरीर स्वस्थता** ही **स्वास्थ्य** का प्रमाण है। **शरीर स्वस्थता** का तात्पर्य जीवन अपने जागृति को शरीर के द्वारा प्रमाणित कर सके–यही स्वस्थ शरीर का मापदण्ड है जिसकी आवश्यकता एक स्वाभाविक अपेक्षा है। संयमता यही है अनुभव मूलक विधि से सम्पूर्ण कार्य–व्यवहार का मानव परंपरा में प्रमाणित करना ही है। संयमता की महिमा व्यवस्था के रूप में प्रमाणित होने और समग्र व्यवस्था में भागीदारी को प्रमाणित करना ही है। यही अखण्ड समाज, सार्वभौम व्यवस्था के रूप में वैभवित होने का सूत्र है। इसी का व्याख्या सार्वभौम व्यवस्था, अखण्ड समाज है।

स्वास्थ्य अर्थात् शरीर स्वस्थता को बनाये रखने के लिये आहार, विहारों में संतुलन आवश्यक रहता ही है। सप्त धातु संतुलन धर्मी अथवा सप्त धातु संतुलन कार्यकारी वस्तुओं को पहचानना, निर्वाह करना, उसके पहले जानना, मानना, अति आवश्यक रहता ही है। जीवन्त शरीर में शरीर जिसको हवा, पानी, अन्न, औषधि के रूप में ग्रहण

करता है उसे पाचनपूर्वक अर्थात् योग, संयोग, संयोजन और शरीर कार्य विधि से रसों और धातुओं में विभाजित कर शरीर–सहज आवश्यकता के अनुसार परिवर्तीकरण अर्थात् रसमूलक विधि से धातुओं में परिवर्तीकरण सम्पन्न होता है। यही शरीर में होने वाला क्रियाकलाप है। जिसके आधार पर ही शरीर संतुलन बना रहना स्वाभाविक क्रिया है। इसमें वंशानुषंगीय रचना की परिपूर्णता प्रधान रूप में आवश्यक रहता ही है। यह सह–अस्तित्व में निहित विधि क्रम में वंशानुषंगीयता स्थापित रहता ही है। यही प्राण और रचना सूत्रों के रूप में होना देखा गया है। इस विधि से हमें स्पष्टतया समझ में आता है कि स्वास्थ्य संतुलन की आवश्यकता लक्ष्य के आधार पर ही आहार–विहार योजनाओं का होना देखा गया है। संतुलित आहार–विहार पद्धति इसी तथ्य पर आधारित रहता है।

शरीर को स्वस्थ रखने की कल्पना, विचार, चित्रण और मूल्यांकन लक्ष्य बोध सहज विधि से ही सुयोजित होना पाया गया है। चिन्हित रूप में शरीर की स्वस्थता जीवन जागृति की अभिव्यक्ति, संप्रेषणा, प्रकाशन योग्य विधि से उपयोगी होना ही एकमात्र लक्ष्य होना देखा गया है। यही सार्वभौम व्यवस्था अखण्ड समाज, परिवार मानव और स्वायत्त मानव तथा मानवीयता को परंपरा के रूप में स्पष्ट करना, प्रमाणित करना होता है। यही मानव परंपरा के धारकता का भी तात्पर्य है। मानव परंपरा मानवीयता के प्रति जागृत रहना एक स्वाभाविक क्रिया है। यह मानवीयतापूर्ण शिक्षा–संस्कार पूर्वक सर्व सुलभ हो चुकी है। अतएव परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था के पाँचों आयामों में भागीदारी को निर्वाह करना ही व्यवस्था–सहज प्रमाण पूर्वक समग्र व्यवस्था में भागीदारी का स्वरूप और गति यही मानव परंपरा का स्वस्थ गति और स्थिति होने के आधार पर स्वास्थ्य–संयमता का योजना–कार्य और मूल्यांकन सुस्पष्ट हो जाता है।

उक्त विधि से परिवार मानव अर्थात् समझदार व स्वायत्त मानव, व्यवस्था मानव और समाज मानव के रूप में प्रमाणित होना ही **स्वास्थ्य–संयम** का लक्ष्य है। इसे विधिवत् स्थिति गति में प्रमाणित करना ही स्वास्थ्य–संयम का प्रमाण है। इसके योग्य आहार–विहार स्वाभाविक रूप में संतुलित रूप में निर्वाह कर लेना ही यथा–आवश्यकीय व्यायाम, खेल, नृत्य, गीत, संवाद, वाद्य, कलाओं का उपयोग विहार का मतलब है। इसे **स्वास्थ्य–संयम अभ्यास** भी कहा जा सकता है। इस अभ्यास में हर मानव भागीदार बना ही रहता है। इसमें पारंगत व्यक्ति गाँव में, मुहल्ला में होना स्वाभाविक है। हर प्रौढ़ व्यक्ति इसमें पारंगत रहता ही है। क्योंकि परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था क्रम में स्वास्थ्य–संयम कार्यक्रम निरंतर गति के रूप में प्रवाहित रहता ही है। इसमें हर व्यक्ति में जागृति का होना दिखाई पड़ता है। इसी आधार पर आहार और विहार को व्यवस्था में भागीदारी योग्य शरीर को संभालने योग्य विधि से सम्पन्न करना सहज रहता ही है। इसी तथ्य को ध्यान में रखते हुए **स्वास्थ्य–संयम समिति** में भागीदारी को निर्वाह करता हुआ हर व्यक्ति समिति के सम्मिलित सदस्य के रूप में मूल्यांकन को समारोह में व्यक्त करेंगे जिस समारोह में पूरा ग्रामवासी, मुहल्लावासियों का होना स्वाभाविक होता ही है। ऐसे अवसर पर सम्पूर्ण ग्राम और मुहल्लावासियाँ मूल्यांकन करने के लिये दक्ष रहते ही हैं। किया गया मूल्यांकन सार्वभौम होने की स्थिति में

सबका सम्मत होना स्वाभाविक है। कोई चिन्हित व्यतिरेक रहने की स्थिति में हर प्रौढ़ व्यक्ति विधिवत् मूल्यांकन सहित सभा में अपने–अपने प्रस्ताव को प्रस्तुत करेगा। इसी विधि से समारोह के बीच अनेकानेक स्थलियों में हर्षध्वनि, प्रसन्नता, गीत, गायन, वाद्यों से संभ्रमित होना स्वाभाविक है। संभ्रमित का तात्पर्य पूर्णता के अर्थ में भाँति–भाँति विधि से समर्थन को प्रस्तुत करना ही है। इस प्रकार स्वास्थ्य–संयम समिति का मूल्यांकन के साथ–साथ आगामी दिनों के लिये आवश्यकीय योजनाओं को कार्य–योजनाओं को, उसमें और श्रेष्ठताओं को संयोजित करते हुए उत्सवित होना स्वाभाविक है। इस प्रकार सम्पूर्ण मूल्यांकन कार्यकलाप वर्तमान में विश्वास के आधार पर सम्पन्न होता ही रहता है। यही नित्य उत्सव का आधार है। श्रेष्ठता के अनन्तर श्रेष्ठता सहज योजनाएँ अग्रिम क्षणों–मुहूर्त, दिनों–महिनों और वर्षों में उत्सव का आधार बनता है।

भूमिः स्वर्गताम् यातु, मनुष्यो यातु देवताम्।

धर्मो सफलताम् यातु, नित्यं यातु शुभोदयम्।। **(अध्याय: 10, पृष्ठ नंबर: 310–314)**

संदर्भ: आवर्तनशील अर्थशास्त्र

(संस्करण: 2009)

- जब कभी भी एक से अधिक मानवों का होना सान्निध्य रूप (सान्निध्य का तात्पर्य साथ–साथ रहने से हैं) में होता है, तभी एक–दूसरे की पहचान होना स्वाभाविक है। संचेतनशीलता सहज मानव में पहिचानने की क्रिया ही न्यूनतम संचेतना का प्रमाण है और सम्बन्धों की पहचान भी न्यूनतम संचेतना का द्योतक है। इसका प्रमाण है, आज भी प्रत्येक **स्वस्थ** मानव, न्यूनतम रूप में आसपास की चीजों को पहचानता है। आस–पास का तात्पर्य शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गंधेन्द्रियों की पहुँच की सीमा है। संचेतना का तात्पर्य भी जानने मानने पहचानने एवं निर्वाह करने से है। इस प्रकार इस धरती पर आदिमानव शरीर रचना बंदर भालू आदि किसी जीव जानवरों के शरीर में रचित होकर धरती में स्थापित होना स्वाभाविक रहा। **(अध्याय: 1, पृष्ठ नंबर: 3–4)**
- परिवार का तात्पर्य सीमित संख्यात्मक स्वायत्त नर–नारियों का न्याय पूर्वक सहवास रूप है। यह अपने आप में स्वयं स्फूर्त विधि से परस्पर संबंधों को पहचानना मूल्यों को निर्वाह करना, मूल्यांकन करना और उभय तृप्ति पाना होता है। इसी के साथ–साथ समझदार परिवारगत उत्पादन कार्य में परस्पर पूरक होना, परिवार की आवश्कता से अधिक उत्पादन करना अथवा होना होता है। यही परिवार का कार्यकलाप का प्रारंभिक स्वरूप है। संबंध, मूल्य, मूल्यांकन विधि से समाज रचना और अखंड समाज होना पाया जाता है अथवा संभावनाएं है ही। समाज रचना विधि ही व्यवस्था का आधार है। व्यवस्था का स्वरूप पांचों आयामों में यथा

  (1) न्याय सुरक्षा, (2) उत्पादन कार्य (3) विनिमय कोष (4) **स्वास्थ्य संयम**, और (5) शिक्षा संस्कार

  कार्यकलापों के रूप में प्रमाणित हो पाता है और उसकी निरंतरता संभावित है। सभी आयामों में भागीदारी को निर्वाह करना ही समग्र व्यवस्था में भागीदारी का तात्पर्य है। ऐसी व्यवस्था सार्वभौम होने की संभावना समीचीन है जिसकी अक्षुण्णता मानव परंपरा में भावी है। ऐसी व्यवस्था को कम से कमएक गाँव से आरंभ करना और सभी आयामों में भागीदारी को निर्वाह करने योग्य अर्हता सें समूचे ग्राम वासियों को सम्पन्न करना एक आवश्यकता है। ऐसे अर्हता से सम्पन्न परिवार मानव और परिवार कम से कम 100 परिवार के सह–अस्तित्व में परिवारमूलक स्वराज्य व्यवस्था समझदारी पूर्वक प्रमाणित हो पाता है। ऐसी परिवारमूलक स्वराज्य व्यवस्था में ही आवर्तनशील अर्थशास्त्र चरितार्थ होना सहज संभव है। **(अध्याय: 2, पृष्ठ नंबर: 30–31)**

- ...इसी क्रम में परिवार सहज सहवास, ग्राम मोहल्ला सहज सहयोग, राष्ट्र और विश्व परिवार सहज सह अस्तित्व के रूप में आवर्तनशील अर्थ व्यवस्था को जानना–मानना–पहचानना–निर्वाह करना नियति सहज समीचीन है। परिवारमूलक विधि से एक ग्राम और ग्राम मूलक विधि से एक परिवार व्यवस्था पांचों आयामों के रूप में वैभवित होना सहज है। यही पाँचों आयामों की परस्पर पूरकताएं आवर्तनशीलता को प्रमाणित करना मानव का सहज

अपेक्षा और जागृति क्रम घटना की समीचीनता अध्ययनगम्य हो जाता है। एक ग्राम व्यवस्था में न्याय सुरक्षा कार्य में भागीदारी, विनिमय कोष कार्यो में भागीदारी निरंतर समीचीन रहता है। परिवार व्यवस्था में जीना प्रमाणित रहता है। इन तीनों आयामों के लिए स्रोत रूप में **स्वास्थ्य संयम** कार्यों में भागीदारी और शिक्षा संस्कार कार्यों में भागीदारी की आवश्यकता, सम्भावना और प्रयोजन समीचीन रहता ही है। हर समझदार परिवार मानव कहे गये पाँच आयामों में भागीदारी को निर्वाह करने योग्य होता ही है। इसका स्रोत शिक्षा–संस्कार विधि से सम्पन्न होने की व्यवस्था है। **(अध्याय: 3, पृष्ठ नंबर: 57–58)**

- समूचे व्यवस्था का अर्थात् एक परिवार से विश्व परिवार, मानव व्यवस्था को पहचानने–निर्वाह करने के क्रम में दस सीढ़ियों में पहचानना सहज है। यथा

    (1) परिवार सभा व्यवस्था (2) परिवार समूह सभा व्यवस्था (3) ग्राम परिवार सभा व्यवस्था (4) ग्राम समूह परिवार सभा व्यवस्था (5) ग्राम क्षेत्र परिवार सभा व्यवस्था (6) मंडल परिवार सभा व्यवस्था (7)मंडल समूह परिवार सभा व्यवस्था (8) मुख्य राज्य परिवार सभा व्यवस्था (9) प्रधान राज्य परिवार सभा व्यवस्था और (10) विश्व राज्य परिवार सभा व्यवस्था।

इन दसों सीढ़ियों का अन्तर संबंध हर एक व्यक्ति 10 व्यक्ति को अथवा हर 10 व्यक्ति एक–दूसरे को मानव सहज संबंधों के रूप में पहचानने, उसमें निहित मूल्यों को निर्वाह करने के रूप में समझा गया है। इस क्रम में एक परिवार सभा से कम से कम 10 व्यक्ति होना मानते हुए इसे चित्रित किया गया है। 10 व्यक्ति में से एक व्यक्ति को किसी निश्चित काल तक परिवार समूह सभा व्यवस्था में भागीदारी को निर्वाह करने के लिए निर्वाचित करेंगे। ऐसे 10 परिवारों में से निर्वाचित एक–एक व्यक्ति मिलकर एक परिवार समूह सभा के रूप में कार्य करना होगा। ऐसे 10 परिवार समूह सभाएं अपने में से एक–एक व्यक्ति निर्वाचित करेंगे। ऐसे 10 व्यक्ति मिलकर एक ग्राम मोहल्ला स्वराज्य परिवार सभा व्यवस्था गठित करेंगे। यही निर्वाचित 10 व्यक्ति मिलकर, ग्राम के कम से कम 1000 व्यक्ति में से ही 5 समितियों को मनोनीत करेंगे। ये 5 समितियाँ क्रम से 1.न्याय–सुरक्षा, 2.उत्पादन–कार्य, 3.विनिमय–कोष, 4.शिक्षा–संस्कार और 5.**स्वास्थ्य–संयम समितियाँ** रहेंगी। इसमें मूलत: महत्वपूर्ण मुद्दा यही है परिवार के सभी सदस्यों को स्वयं पर विश्वास, श्रेष्ठता के प्रति सम्मान, प्रतिभा और व्यक्त्वि में संतुलन, व्यवसाय में स्वावलंबी, व्यवहार में सामाजिक योग्य क्षमता–योग्यता–पात्रता को स्थापित करने के उपरांत ही परिवारमूलक स्वराज्य व्यवस्था सभा का गठन करना सहज है। ऐसे 10–10 व्यक्तियों का 10 ग्राम स्वराज्य परिवार सभाओं में से 1–1 व्यक्ति को निर्वाचित करेंगे। ऐसे 10 व्यक्ति मिलकर एकग्राम समूह परिवार सभा का गठन करेंगे। और इसमें भी पांच आयाम रूपी समितियों को मनोनीत व्यक्तियों से गठित करेंगे। इसी प्रकार क्रम से प्रधान राज्य परिवार सभा का गठन, पाँचों आयाम रूपी समितियों का मनोनयन सम्पन्न होगा। इस धरती पर जितने भी प्रधान राज्य परिवार सभाएं होंगी वे सब अपने–अपने निर्वाचित सदस्यों को पहचानने, इस प्रकार विश्व परिवार

सभा व्यवस्था भी मनोनयन पूर्वक 5 व्यवस्था समितियों को गठित करेगा। ये सभी समितियाँ ग्राम से विश्व तक अंतर सम्बन्धित रहना होगा। सभी स्तरीय सभाएं इन पाँचों समितियों का मूल्यांकन करते हुए श्रेष्ठता की ओर कार्य और प्रयोजन पर बल देते रहना बनता है। इस विधि से भविष्य का हर क्षण उत्सव मय होना समझ में आता है। **(अध्याय: 3, पृष्ठ नंबर: 58–60)**

- **शरीर पुष्टि, स्वास्थ्य संरक्षण** के रूप में प्रमाणित हो पाता है। इसके मूल में भी जीवन जागृति बनाम जागृत मन ही प्रमाण है। **स्वस्थ मन** का तात्पर्य भी जागृत जीवन की अविभाज्य अभिव्यक्ति संप्रेषणा क्रम में पाए जाने वाले जागृत मन से है। धन समृद्धि का तात्पर्य परिवार मानवों से गठित परिवार सहज आवश्यकता से अधिक उत्पादन से है। साथ ही संपूर्ण धन, मन और तन का सदुपयोग से है। इस स्वरूप में अर्थात् स्वायत्त परिवार मानव सहज परिवार में परिवार का अर्थ प्रयोजन और गति स्वयंस्फूर्त विधि से प्रमाणित होता ही है। फलस्वरूप परिवार मूलक स्वराज्य अपने आप स्वयंस्फूर्त विधि से स्थापित होना सहज है। **(अध्याय: 3, पृष्ठ नंबर: 80)**
- पूरकता स्वयं उद्देश्यपूर्ण अर्थात् जागृति सहज विधि से सह–अस्तित्व को प्रकाशित करना ही है। यह प्रत्येक प्राण कोशाओं से रचित रचनाओं में अथवा अणु रचित रचनाओं में दृष्टव्य है। इसका प्रमाण यही है कि हर अणु में अनेक परमाणु और हरेक रचना में अनेकानेक अणुओं का होना और इसका निरंतर विद्यमानता का होना। इसी विधि से इस धरती में निहित सम्पूर्ण वस्तुओं को देखा जाना स्पष्ट है। देखने वाली इकाई मानव ही होना स्पष्ट है। भ्रमित मानव में देखने का गुण प्रिय, हित, लाभ; जागृत मानव में न्याय, धर्म और सत्य पूर्ण विधाओं के रूप में कार्यरत होना अध्ययन गम्य है। प्रिय, हित, लाभात्मक दृष्टियाँ क्रम से इंद्रिय सापेक्ष, शरीर (**स्वास्थ्य**) सापेक्ष, वस्तु (संग्रह) सापेक्ष होना सर्वविदित है। न्याय मूल्य मूलक व्यवहार प्रमाण, धर्म सार्वभौम व्यवस्था प्रमाण और सत्य जीवन ज्ञान, सह–अस्तित्व दर्शन ज्ञान और मानवीयतापूर्ण आचरण ज्ञान के रूप में आवर्तनशील है। प्रमाण सदा ही पूर्णता और उसकी निरंतरता उस के फलन रूप में तृप्ति और उसकी निरंतरता होना पाया जाता है। तृप्ति के स्रोत में न्याय, धर्म, सत्य को और अतृप्ति के स्रोत में प्रिय, हित, लाभ को देखा जा सकता है अथवा मिलता है। **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 122)**
- स्वराज्य का परिभाषा ही है स्वयं का वैभव को प्रमाणित करने का सम्पूर्ण दिशा–कोण–आयाम–काल–परिप्रेक्ष। वैभव का स्वरूप न्याय–सुलभता, उत्पादन सुलभता–विनिमय सुलभता ही है। ऐसे वैभव का नित्य स्रोत मानव कुल में शिक्षा–संस्कार, **स्वास्थ्य–संयम** कार्यप्रणाली है। ... **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 131)**
- परिवार मूलक ग्राम स्वराज्य सभा अपने ही ग्राम के व्यक्तियों में से 5 समितियों को गठित करेगा। यह प्रधानतः– (1) न्याय–सुरक्षा करेगा अथवा न्याय सुरक्षा को संतुलित बनाए रखेगा, (2) उत्पादन–कार्यकलाप को संतुलित बनाए रखेगा, (3) विनिमय कोष कार्यों को संतुलित बनाए रखेगा, (4) शिक्षा–संस्कार कार्य को संतुलित बनाए रखेगा और (5) **स्वास्थ्य–संयम** कार्यों को संतुलित बनाए रखेगा। इन्हीं कार्यकलापों के आधार पर क्रमशः (1) न्याय–सुरक्षा समिति (2) उत्पादन–कार्य समिति (3) विनिमय–कोष समिति (4) शिक्षा–संस्कार समिति और

(5) **स्वास्थ्य–संयम** समिति नामकरण होगा। कार्य और नाम से यह सुस्पष्ट है कि इस स्वरूप के साथ मानव प्रयोजन, आवश्यकता और अनिवार्यता को अनुभव कर सकता है। इसी क्रम में विश्व परिवार सभा तक 5–5 समितियों का गठन होना सहज है। और हर समिति हर स्तरीय समिति एक दूसरे के साथ संचार और अनुप्राणन संबंध को बनाए रखेंगे। इसमें से विनिमय कोष समिति के द्वारा विनिमय कार्यों को गाँव में और एक–दूसरे गाँव के साथ सार्थक होगी। हर गाँव में ग्राम सभा ही वस्तु मूल्यों का मूल्यांकन, उसका ध्रुवीकरण क्रियाकलापों की विधि पर निर्णय लेगा। **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 139–140)**

- सह–अस्तित्व सहज आवर्तनशीलता क्रम में सर्वमानव में निपुणता, कुशलता पाण्डित्य पूर्ण मानसिकता और इसे पूर्णतया परावर्तित करने योग्य **स्वस्थ शरीर** के संयोग से ही सम्पूर्ण उत्पादन सम्पन्न होना पाया जाता है। **(अध्याय: 5, पृष्ठ नंबर: 142/ 154)**
- उत्पादन–कार्य में मानसिकता, **स्वस्थ शरीर** और हस्तलाघव सहित श्रम नियोजित होता ही है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 222)**
- आवर्तनशीलता के स्वरूपों को सहज ही हम इस प्रकार देख सकते हैं कि उत्पादन के लिए आवश्यकता, आवश्यकता के अनुरूप मानसिकता जो निपुणता, कुशलता और पांडित्य सम्पन्न मानसिकता, **स्वस्थ शरीर** के द्वारा प्राकृतिक ऐश्वर्य पर श्रम नियोजन पूर्वक वस्तुओं में कला मूल्य और उपयोगिता मूल्य की स्थापना, उपयोगिता मूल्य के अनुरूप उसका सदुपयोग, फलत: आवश्यकता की आपूर्ति, शेष का विनिमय। इस प्रकार समृद्धि का अनुभव सूत्र स्पष्ट होता है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 223)**
-

सामान्य आकाँक्षा (स्थानीय सर्वेक्षण के आधार पर)	महत्वाकाँक्षा (स्थानीय ग्राह्यता के आधार पर)
आहार, आवास, अलंकार, स्वास्थ्य संयम, शिक्षा संस्कार } संबंधी वस्तु एवं उपकरण	दूरगमन, दूरश्रवण, दूरदर्शन } संबंधी उत्पादन एवं उपकरण

(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 235)

- ग्राम सभा से मनोनयनपूर्वक व्यवस्थित विनिमय कोष व्यवस्था सूत्र और उत्पादन कार्य सूत्र यह दोनों अविच्छिन्न रूप में विशाल और विशालता की ओर सम्बद्ध होना समीचीन है। जैसा ग्राम सभा क्षेत्र में कार्यरत उद्यमों के

अतिरिक्त कुटीर और लघु उद्योगों को ग्राम समूह समिति में स्थित उत्पादन कार्य समिति सम्पन्न करेगा और विनिमय कोष समिति विनिमय कार्यों को समपन्न करेगा। क्षेत्र सभा–समिति लघु उद्योगों और मध्यम उद्योगों के बारे में, से सम्बन्धित उत्पादनों को सम्पन्न करेगा और ग्राम क्षेत्र समिति से मनोनीत विनिमय कोष समिति इसका विनिमय कार्य सम्पन्न करेगी। क्षेत्र विनिमय कोष समिति ग्राम समूह समितियों के, से अक्षुण्ण सम्बन्ध बनाए रखने के आधार पर विनिमय कोष समिति से आदान–प्रदान विधि से गतिशील रहना सहज है। इसी प्रकार मण्डल और मण्डल समूह सभाओं से मनोनीत उत्पादन कार्य समिति और विनिमय–कोष समितियों के परामर्श से मध्यम कोटि के उद्योगों और वृहद उद्योगों को गतिशील बनाएगा, विनिमय–कोष पूर्वक ग्राम सभा तक विनिमय विधान (आदान–प्रदान) को बनाये रखेगा। इसी प्रकार मुख्य राज्य और प्रधान राज्य सभाओं से मनोनीत उत्पादन कार्य समिति द्वारा वृहद् उद्योगों को और उत्पादनों को समृद्ध बनाने का कार्य करेगा। इनसे मनोनीत विनिमय–कोष समिति द्वारा आदान–प्रदान विधि सम्पन्न होगी। विश्व राज्य परिवार सभा से मनोनीत उत्पादन कार्य और विनिमय कोष समितियों के द्वारा सम्पूर्ण राज्य में संतुलन को बनाए रखने का कार्य करेगा और आवश्यकतानुसार विश्व राज्य सभा द्वारा मनोनीत उत्पादन कार्य समिति विश्व समृद्धि के अर्थ में वृहद उद्योगों को स्थापित कर उत्पादन कार्य को सम्पन्न करेगा। विनिमय कोष द्वारा वस्तुओं का आदान–प्रदान कार्य सम्पन्न होगा। इसी प्रकार अन्य समितियों का भी सम्बन्ध अपने–अपने स्थिति में और ग्राम परिवार सभा से विश्व परिवार सभा तक रहेगा। इसी में दूरसंचार, परिवहनों का धारकता, वाहकता, उसकी रखरखाव की व्यवस्था सुपरिमार्जित रूप में बना रहेगा। शिक्षा–संस्कार पूर्वक आवश्यकीय सभी तकनीकी शिक्षा को जीवन ज्ञान, अस्तित्व दर्शन सहित सह–अस्तित्व मानसिकता से सम्पन्न कराने की व्यवस्था रहेगी। फलस्वरूप न्याय सुलभता और **स्वास्थ्य–संयम** समितियों का अंतरसम्बन्ध अपने–अपने विशालता सहित सम्पूर्ण कार्य करने की व्यवस्था रहेगी। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 240–242)**

- **स्वास्थ्य–संयम** संबंधी आंकलन :–
    1. जन्म व मृत्यु दर।
    2. सीमित व सन्तुलित परिवार के प्रति ग्रामवासी कितने प्रतिशत जागरूक हैं ?
    3. अनावश्यक आदतों का सर्वेक्षण (गांजा, भांग, तम्बाकू, चरस, शराब, अफीम, धूम्रपान, जुआ आदि बुरी आदतों) वर्गीकरण व उसके लिए व्यक्तियों का नाम आयु सहित आंकलन।
    4. घरेलू चिकित्सा के प्रति जागरूकता और आंकलन।
    5. स्थानीय रूप से उपलब्ध जड़ी–बूटियों के प्रकार व उनके औषधि के रूप में प्रयोग, उपयोग और संरक्षण संभावना।
    6. सामान्य व विशेष चिकित्सा सुविधा का आंकलन।
    7. चिकित्सालय और औषधालय है या नहीं ? व्यायाम शाला, खेल व्यवस्था, योग प्रशिक्षण, सांस्कृतिक भवन है या नहीं? **(अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 258–260)**

- प्रत्येक ग्राम सभा, "ग्राम स्वराज्य व्यवस्था" को स्थापित करने के लिए निम्न 5 समितियों का गठन करेगी :–
  1. मानवीय शिक्षा–संस्कार समिति
  2. उत्पादन–कार्य व सलाहकार समिति
  3. लाभ–हानि मुक्त सहकारी विनिमय–कोष समिति
  4. **स्वास्थ्य–संयम** समिति
  5. मानवीय न्याय–सुरक्षा समिति

  उपर्युक्त समितियाँ ग्राम सभा के मार्गदर्शन के आधार पर कार्य करेंगी। उपरोक्त समितियाँ क्रम से ग्राम में शिक्षा–संस्कार व्यवस्था, उत्पादन–कार्य व्यवस्था, विनिमय–कोष व्यवस्था, **स्वास्थ्य–संयम** व्यवस्था व न्याय सुरक्षा व्यवस्था को स्थापित करेंगी। उपरोक्त समिति के सदस्यों का मनोनयन ग्राम सभा करेगी। प्रत्येक मनोनीत सदस्य इन समितियों का अंशकालिक सदस्य होगा व वह अपनी समिति का कर्तव्य एवं दायित्यों का निर्वाह अपने निजी व्यवसाय के अलावा करेगा। वयोवृद्ध स्त्री व पुरूष, जो जीवन विद्या व वस्तु विद्या में पारंगत है उनको समितियों के अंशकालिक व पूर्णकालिक सदस्य होने का अवसर रहेगा। प्रत्येक समिति का विस्तृत कार्यक्रम अगले खंडों में विस्तार से दिया गया है। ग्राम स्वराज्य व्यवस्था के लक्ष्य निम्न होंगे :–

1. गाँव के प्रत्येक मानव को मानवीय शिक्षा संस्कार से सम्पन्न करना।
2. प्रत्येक व्यक्ति को व्यवसाय में निपुणता–कुशलता को सहज सुलभ करना।
3. प्रत्येक व्यक्ति को व्यवहार में सामाजिक बनाना।
4. प्रत्येक व्यक्ति को किसी न किसी उत्पादन कार्य में प्रवृत्त करना।
5. उत्पादित वस्तुओं को विनिमय कोष द्वारा, लाभ हानि मुक्त पद्धति से क्रय–विक्रय करने की व्यवस्था प्रदान करना और ग्रामवासियों के लिए आवश्यकीय वस्तुओं को उपलब्ध कराना।
6. प्रत्येक व्यक्ति को न्याय व सुरक्षा सहज सुलभ कराना। साथ ही सुधारवादी प्रक्रिया से, गलती व अपराधों का निराकरण करना।
7. **प्रत्येक व्यक्ति को अपने स्वास्थ्य के प्रति अवधारणा पूर्वक संकल्पबद्ध करना, व्यायाम व खेलों के लिए प्रोत्साहित करना, संक्रामक रोग–विरोधी टीकों की उपयोगिता से अवगत कराना। साथ ही सहज व सस्ती चिकित्सा की व्यवस्था करना।**
8. प्रत्येक व्यक्ति में स्वयं के प्रति विश्वास, श्रेष्ठता के प्रति सम्मान, परिवार व्यवस्था के प्रति विश्वास व निष्ठा उत्पन्न करना।
9. प्रत्येक व्यक्ति/परिवार अपनी आवश्यकता से अधिक उत्पादन करे, ऐसा सुनिश्चित उपाय करना।
10. ग्राम के लिए सामान्य सुविधाओं की व्यवस्था करना।
11. व्यक्तित्व व प्रतिभा का संतुलन उदय हो, ऐसा सुनिश्चित उपाय करना।

12. प्रत्येक परिवार में भौतिक समृद्धि व बौद्धिक समाधान साक्षित करना, समस्त ग्रामवासियों की परस्परता में अभयता व सह–अस्तित्व चरितार्थ करना। (**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 262–264**)

- ग्राम के लिए पाठशाला, **चिकित्सा केन्द्र**, विनिमय–कोष के लिए भवन, गोदाम, बहुद्देश्यीय भवन की व्यवस्था करना जो न्याय सभा, संबोधन सभा, सांस्कृतिक–सभा, विवाह व मिलन–सभा, प्रार्थना सभा, स्वागत सभा व छाया के अंदर खेलने के लिए उपयोगी रहेगा. (**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 266**)
- परिवार प्रतिनिधि, सदस्यों के साथ व्यवहार, आचरण, **स्वास्थ्य**, उत्पादन व उत्पादन संबंधी साधनों के संदर्भ में स्वयं प्रमाणिक रहते हुए, उनके अनुरूप सभी सदस्यों को होने के लिए प्रेरणा स्त्रोत बने रहेंगे। (**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 267**)
- स्थानीय परिस्थितियों के आधार पर आवश्यकता होने पर स्त्री पुरूषों के लिए अलग शिक्षा व्यवस्था होगी जो कि "**स्वास्थ्य–संयम समिति**" के साथ मिलकर कार्य करेगी। (**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 270**)
- व्यवहार शिक्षा के लिए "शिक्षा–संस्कार समिति" "**स्वास्थ्य–संयम समिति**" के साथ मिलकर कार्य करेंगी। (**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 271**)
- पशुपालन :–

कृषि के साथ पशुपालन अनिवार्य होगा। पशुपालन के साथ गोबर गैस प्लांट अनिवार्य होगा। गोबर गैस प्लांट स्थानीय आवश्यकताओं के अनुसार कुछ परिवार मिलकर, सामूहिक रुप से या प्रत्येक परिवार के लिए लगाया जायेगा। पशुपालन का मुख्य उद्देश्य खेत जोतने के अलावा गाँव में आवश्यकता से अधिक दूध, घी आदि का उत्पादन, गोबर गैस द्वारा गाँव में ईंधन व प्रकाश तथा खाद की पूर्ति करना होगा। पशुपालन इस अनुपात में करना होगा। जिससे गाँव की आवश्यकतानुसार खाद की पूर्ति, गोबर व कम्पोस्ट खाद पर्याप्त हो सके। साथ ही मिट्टी का लवणीकरण, अम्लीय करण कठोरपन, व उर्वरक क्षमता में हो रहे ह्रास को पूरी तरह रोका जा सके।

प्रत्येक कृषक अपने खेत में इस प्रकार का फसल–चक्र अपनाएगा जिससे उसके पास जितने पशु हैं उसके लिए पर्याप्त मात्रा में चारा, घास, भूसी मिल सके। इस व्यवस्था में उन्हें पारंगत बनाने की व्यवस्था होगी।

पशुओं के रोग निवारण के लिए स्थानीय अनुभवों को सर्वाधिक उपयोग करने की व्यवस्था होगी। इन उपायों से रोग निवारण न होने की स्थिति में बाह्य विशेष चिकित्सा की व्यवस्था होगी।

उपरोक्त अर्हता को प्राप्त करने की व्यवस्था उत्पादन सलाहकार समिति करेगी। देश विदेश में शहद की बढ़ती हुई मांग को ध्यान में रखते हुए मधुमक्खी पालन पर विशेष ध्यान दिया जायेगा।

स्थानीय मानसिकता व आवश्यकताओं के आधार पर भेड़, रेशम के कीड़े, बकरी व अन्य पशुओं के पालन की व्यवस्था की जाएगी। (**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 275–276**)

- **वन वनोपज व वनौषधि :–**

गाँव सीमावर्ती वनों (यदि वे हैं तो) का प्रबंध, “उत्पादन–कार्य सलाहकार समिति” द्वारा किया जायेगा। वनों की सुरक्षा की जिम्मेदारी प्रत्येक गाँव वासी की होगी। वन से वनोपज व **वनौषधियों** के संग्रह की व्यवस्था उत्पादन सलाहकार समिति करेगी। कुछ ग्राम वासियों की आजीविका का साधन वनोपज व **वनौषधि**यों का संग्रह करना ही होगा। उनके द्वारा संग्रह करने के आधार पर ही विनिमय कोष क्रय कर उनका मूल्य देगा।

गाँव के लिए वनों से लकड़ी की आवश्यकता की पूर्ति सदुपयोगिता अनुसार “उत्पादन–कार्य सलाहकार समिति” तय करेगी ताकि वनों के संरक्षण में कोई कमी न आये। **(अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर:276– 277)**

- **स्वास्थ्य–संयम व्यवस्था –**

ग्राम के सभी व्यक्तियों के स्वास्थ्य एवं संयम की जिम्मेदारी, ग्राम **स्वास्थ्य–संयम** समिति की होगी। यह समिति शिक्षा–संस्कार समिति के साथ मिलकर कार्य करेगी। **स्वास्थ्य–संयम** संबंधी पाठ्यक्रम और कार्यक्रम को तैयार कर शिक्षा में सम्मिलित कराएगी। **ग्राम चिकित्सा केन्द्र** की व्यवस्था, योगासन, व्यायाम, अखाड़ा खेल कूद व्यवस्था, स्कूल के अलावा खेल मैदान (स्टेडियम), सांस्कृतिक भवन, क्लब आदि व्यवस्था का दायित्व, ग्राम स्वास्थ्य समिति का होगा समिति स्थानीय रुप से उपलब्ध जड़ी–बूटियों द्वारा औषधि बनाने के लिए आवश्यकीय व्यवस्था करेगी। इसके साथ ही पशु चिकित्सा केन्द्र की व्यवस्था का दायित्व भी स्वास्थ्य समिति का होगा। समिति “समन्वित चिकित्सा” (आयुर्वेद, एलोपैथी, होमियोपैथी, यूनानी, योग प्राकृतिक, मानसिक) के उन्नयन की व्यवस्था करेगी।

सब ग्राम वासियों को **स्वास्थ्य** व्यवहार, आचरण सम्बन्धी मूल्यों का मूल्यांकन, उपयोगिता व प्रयोजन मूलक पद्धति से, समिति व्यवस्था प्रदान करेगी। अलंकार, प्रसाधन कार्य, शरीर स्वच्छता, महिलाओं व बच्चों को रोग–निरोधी टीके, और सीमित व संतुलित परिवार के रुप में व्यवहृत होने के लिए व्यवस्था प्रदान करेगी। ऐसी जागृति के लिए एक व्यापक कार्यक्रम को समिति चलाएगी। सामान्य रुप में घटित अस्वस्थता को दूर करने के लिए, घरेलू **चिकित्सा** में प्रत्येक परिवार को अथवा प्रत्येक परिवार में एक व्यक्ति को प्रवीण बनाने के लिए विभिन्न कार्यक्रम चलाए जाएँगे। घरेलू **चिकित्सा** से रोग शमन न होने की स्थिति में स्थानीय केन्द्र द्वारा चिकित्सा होगी। वहां राहत न मिलने की स्थिति में, निकटवर्ती **चिकित्सा** केन्द्र में पहुँचाने और चिकित्सा सुलभ कराने की व्यवस्था **स्वास्थ्य संयम** समिति करेगी। **(अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 283–285)**

- "न्याय सुरक्षा समिति" सुरक्षा कार्य को ग्राम वासियों के तन, मन, धन रूपी अर्थ के सदुपयोग के आधार पर क्रियान्वयन करेगा। जैसे :–

  1. ग्राम में सुरक्षा.
  2. उत्पादन एवं विनिमय सुरक्षा.
  3. परिवार सुरक्षा.
  4. मानवीय शिक्षा–संस्कार सुरक्षा.
  5. **स्वास्थ्य संयम सुरक्षा.**
  6. नैसर्गिक सुरक्षा.
  7. संगीत, साहित्य, कला की सुरक्षा.

  "न्याय सुरक्षा समिति" ग्राम की सभी प्रकार की सुरक्षाओं के प्रति जागरूक रहेगी। **(अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 291)**

- उत्पादन और विनिमय सुरक्षा :–

  उत्पादन सुरक्षा :–

  1. गाँव में जितने भी प्रकार का उत्पादन सम्बन्धी मौलिकताएँ प्रमाणित होंगी उन सबकी सुरक्षा का दायित्व न्याय सुरक्षा समिति का होगा। जैसे किसी उत्पादन कार्य में विशेष प्रकार की मौलिकता अथवा मौलिक प्रणाली अथवा मौलिक औजार मौलिक विधि जो परंपरा में नहीं रही है, ऐसी स्थिति में उन सबको सुरक्षित किया जाएगा। इन सबसे सम्बन्धित मूल वाङ्ग्मय, (डिजाइन) चित्रण, नक्शा प्रक्रिया, प्रणाली और विधियों को लिपि बद्ध, सूत्रबद्ध कर सुरक्षित करेगा। आवश्यकता पड़ने पर पुरस्कार की व्यवस्था करेगा।
  2. **औषधियों का अनुसंधान, वनस्पतियों की पहिचान, ज्योतिष सम्बन्धी अनुसंधान,** हस्तरेखा व सामुद्रिक शास्त्र सम्बन्धी साहित्य का अनुसंधान जो परंपरा में नहीं रहा है, उसको उपयोगिता के अनुसार उसकी सुरक्षा का दायित्व "सुरक्षा समिति" का होगा।
  3. साहित्य, कला, संगीत, शिल्प में परंपरा की श्रेष्ठता का अनुसंधान, जो परंपरा में नहीं थी, ऐसी प्रस्तुति होने की स्थिति में उसका यथावत् संरक्षण करेगा।
  4. खेलकूद व्यायाम आदि में परंपरा से अधिक श्रेष्ठता और अनुसंधानों को संरक्षित करेगा।

  उपरोक्त कार्य के लिए "न्याय सुरक्षा समिति" क्रम से "उत्पादन कार्य सलाहकार समिति" **स्वास्थ्य संयम समिति"** "शिक्षा संस्कार समिति" के सहयोग से मूल्यांकन प्रक्रिया सम्पादित करेगा। **(अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 292–293)**

- **स्वास्थ्य संयम सुरक्षा :–**
  1. ग्राम वासियों की बुरी आदतें, जैसे सिगरेट, बीड़ी, गाँजा, तम्बाकू जर्दा, शराब, अफीम, चरस, जुवा आदि समाज विरोधी बुरे प्रभावों के निराकरण के प्रति उन्हें जागृत कर सुधारना और उन्हें सुरक्षा प्रदान करना।
  2. पशु धन की सुरक्षा करना।
  3. जान माल की हानि न हो ऐसी व्यवस्था करना।
  4. वातावरण में यदि कोई प्रदूषण फैला रहा हो जो कि **स्वास्थ्य** के लिए हानिकारक है, उसको रोकना। **(अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 295)**
- "न्याय–सुरक्षा समिति" का मूल्यांकन :–

  " न्याय–सुरक्षा समिति" का मूल्यांकन निम्न आधारों पर होगा :–
  1. आचरण में न्याय सुलभता का मूल्यांकन।
  2. व्यवहार में न्याय सुलभता का मूल्यांकन।
  3. उत्पादन में न्याय सुलभता का मूल्यांकन।
  4. विनिमय में न्याय सुलभता का मूल्यांकन।
  5. तन, मन, धन, रूपी अर्थ की सुरक्षा का मूल्यांकन।
  6. ग्राम व प्राकृतिक वातावरण की सुरक्षा का मूल्यांकन।
  7. उत्पादन एवं विनिमय सुरक्षा का मूल्यांकन।
  8. परिवार सुरक्षा का मूल्यांकन।
  9. शिक्षा संस्कार सुरक्षा का मूल्यांकन।
  10. **स्वास्थ्य संयम** सुरक्षा का मूल्यांकन।
  11. नैसर्गिक सुरक्षा का मूल्यांकन।

स्वास्थ्य–संयम सुरक्षा समिति के कार्यों का मूल्यांकन :–

1. व्यक्तियों में स्वास्थ्य के प्रति जागृति का मूल्यांकन शारिरिक व मानसिक संतुलन के आधार पर।
2. व्यक्ति, घर, ग्राम, गली, मोहल्लों, को स्वच्छ बनाए रखने का मूल्यांकन।
3. सीमित व संतुलित परिवार के आधार पर मूल्यांकन।
4. रोग निरोधी टीकों के प्रति जागरूकता के आधार पर मूल्यांकन।
5. योगासन, व्यायाम, खेल के प्रति जागरूकता के आधार पर मूल्यांकन।
6. रोगी को शीघ्र **चिकित्सा** उपलब्ध कराने का मूल्यांकन।
7. घरेलू **चिकित्सा** के प्रति जागरूकता का मूल्यांकन।
8. **स्थानीय जड़ी–बूटियों के संरक्षण, संवर्धन व उनके प्रति जागरूकता का मूल्यांकन।** (अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 298–300)

संदर्भ: मानव संचेतनावादी मनोविज्ञान

(**संस्करण**: 2008)

- जीवन सहज रूप में बल और शक्तियां अक्षय हैं, अविभाज्य हैं और शाश्वत हैं। इनमें से बलों का नाम मन, वृत्ति, चित्त, बुद्धि और आत्मा और शक्तियों का नाम आशा, विचार, इच्छा, ऋतम्भरा और प्रामाणिकता दिया गया है। जीवन सहज बलों में संगीतीकरण ही, मन: स्वस्थता का सम्पूर्ण स्वरूप है। शक्तियों में संगीतीकरण ही व्यवहार में प्रमाणित होने का सूत्र है। मानव परम्परा में परस्परता और व्यवहार, एक सहज कार्यकलाप है।जीवन में अनुभव, मन: स्वस्थता का परम है क्योंकि अनुभव सत्य में, से के लिए होता है, उसका प्रमाण व्यवहार परम्परा में ही सार्थक होना संभव है। ऐसे बलों में संगीतीकरण को देखा (समझा) गया है कि जागृत जीवन सहज क्रिया व आचरण के अनुसार वृत्ति के अनुरूप मन के कार्य करने की स्थिति में सुख मिलता है, जिसका प्रमाण स्वयं के प्रति विश्वास, श्रेष्ठता के प्रति सम्मान, प्रतिभा और व्यक्तित्व में संतुलन तथा व्यवहार में सामाजिक, व्यवसाय में स्वावलम्बी होने से है। यह तभी संभव होता है जब वृत्ति, चित्त के अनुरूप; चित्त, बुद्धि के अनुरूप; बुद्धि, आत्मा के अनुरूप; आत्मा, अस्तित्व सहज सह–अस्तित्व के अनुरूप कार्य करने की स्थिति में और गति में प्रमाणित होता है। इसलिए चित्त के अनुरूप वृत्तियां तुलन और विश्लेषण संगीतीकरण विधि से, शांति सहज प्रमाण को देखा गया है। बुद्धि के अनुरूप कार्य करता हुआ चिंतन और चित्रण सत्यबोध सहज कार्यप्रणाली और प्रक्रिया में संगीतीकरण स्वयं संतोष के रूप में प्रमाणित होना पाया गया है। बुद्धि, आत्मानुरुपी विधि से, कार्यकलापों को संपन्न करती है, तब परम संगीत, आनंद के नाम से ख्यात होता है। आत्मा में, अस्तित्व के अनुरूप कार्य होना सहज है। यह सहजता, मानवीयता पूर्ण प्रामाणिकता सम्पन्न परम्परा की महिमा से सर्व सुलभ होता है। दूसरा, अनुसंधान विधि से भी संपन्न होता है। इस प्रकार बलों में संगीतीकरण प्रणाली से मन: स्वस्थता का प्रमाण और शक्तियों में संगीतीकरण प्रणाली से नैसर्गिक संतुलन, अखंड समाज में संतुलन, सार्वभौम व्यवस्था में संतुलन, मानवीय शिक्षा–संस्कार, **स्वास्थ्य–संयम** सहित न्याय–सुलभता, उत्पादन सुलभता, विनिमय–सुलभता सम्पन्न संस्कृति, सभ्यता, विधि व्यवस्था में संतुलन संभव है। इसे प्रमाणित करने के क्रम में ही "मानव संचेतनावादी मनोविज्ञान" की सहज प्रस्तुति है। (**अध्याय: 2, पृष्ठ नंबर: 15–16**)
- सम्बंधों की पहचान, निर्वाह की आवश्यकता को सहज रूप में ही पहचाना जाता है। पिता–पुत्र सम्बन्ध में मूल्यों को प्रमाणित करना, परम्परा में इसकी शिक्षा, संस्कार और व्यवहार प्रमाणपूर्वक ही, सफल होना पाया जाता है। इस बीसवीं शताब्दी की दसवीं दशक तक व्यक्तिवादी समुदाय परम्परा में अभी तक की शिक्षा, संस्कार विधियों से, समुदायवादी अथवा व्यक्तिवादी प्रयासों की अपेक्षा में होते हुए भी, स्वतंत्रता और स्वराज्य रूपी ध्रुवों के आधार पर सफल होने का आधार, किसी परम्परा में करतलगत नहीं हुआ अर्थात व्यवहार में प्रमाणित, शिक्षा में प्रबोधित नहीं हुआ। जिसके फलस्वरूप पुन: व्यक्तिवादी मानसिकता और समुदायवादी मानसिकता के लिए मानव विवश होते

आया। इस प्रकार व्यक्तिवादी समुदाय परम्परा का स्वरूप स्पष्ट हो गया। सर्वमानव जागृति सहज विधि से इसे स्वतंत्रता और स्वराज्य पूर्वक, अखंड समाज, सार्वभौम व्यवस्था, स्वानुशासन रूप चरित्र मूल्य, नैतिकता की मानसिकता का लोकव्यापीकरण सहित, प्रमाणित करने की आवश्यकता निर्मित हुई है। इसी क्रम में, अस्तित्व मूलक मानव केन्द्रित चिंतन ज्ञान के आधार पर, यह "मानव–संचेतनावादी मनोविज्ञान" प्रणयित हुआ है। इसमें सम्बंधों को जानना, मानना, पहचानना, निर्वाह करना प्रधान तत्व है। यही मानव संचेतना का निश्चित स्वरूप है। जागृत मानव का सम्पूर्ण क्रम उक्त चार स्वरूप में व्याख्यायित है। ऐसी चार क्रियाएं प्रत्येक मनुष्य में, से, के लिए प्रमाणित होने का अध्ययन है। जैसे – माता की कोख में आई संतान, सर्वप्रथम मां को ही पहचानती है क्योंकि उनसे पोषण कार्य सम्पन्न होता हुआ, शैशव काल में ही, जीवन पहचान लेता है। फलस्वरूप मां को पहचानना संभव हो जाता है। उसी के साथ साथ संरक्षण कार्य, सूत्रित होना आरंभ होता है। शिशु के प्रति अपेक्षा माता पिता में यही बनी रहती है कि शिशु **स्वस्थ** रहे, खुश रहे, उत्सवित रहे। इसी प्रत्याशा को सफल बनाने के लिए, विविध प्रकार के उपायों को अनुसंधान करते और प्रयोग करते माता पिता को देखा गया है। जैसे ही शिशु काल से कौमार्य अवस्था समीचीन होती है वैसे ही जागृत मानव, जागृति व सम्बंधों को पहचानने, मूल्यों को निर्वाह करने के अर्थ में अभिभावक प्रेरक होना पाया जाता है। साथ ही आहार प्रणालियाँ ऐसी शिशु और कौमार्य अवस्था से ही स्वीकार होने लगती है। **(अध्याय: 3, पृष्ठ नंबर: 30–31)**

- उदारता :– (१) स्व प्रसन्नता पूर्वक, दूसरों की जीवन जागृति, शरीर **स्वस्थता** व समृद्धि के लिए आवश्यकता अनुसार तन, मन, धन रूपी अर्थ का अर्पण–समपर्ण करना। (१) प्राप्त समाधान रूपी सुख सुविधाओं (समृद्धि) का, दूसरों के लिए सदुपयोग करना और प्रसन्न होना। **(अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 48)**
- स्वराज्य व्यवस्था के प्रधान आयाम पांच हैं :–

(1) न्याय सुलभता (2) उत्पादन सुलभता (3) विनिमय सुलभता

(4) **स्वास्थ्य संयम** सुलभता (5) शिक्षा संस्कार सुलभता।

प्रथम तीनों के स्रोत के रूप में मानवीयतापूर्ण शिक्षा संस्कार सुलभता और **स्वास्थ्य संयम** सुलभताएं, समाविष्ट रहती ही हैं। यही मानव परम्परा की विवेक व विज्ञान पूर्ण गति व संगति है। प्रत्येक मनुष्य व्यवस्था को ही वरता है। व्यवस्था में, से, के लिए समृद्धि सहज है। अस्तु स्वयं व्यवस्था और व्यवस्था में भागीदारी के वैभव क्रम में ही उपयोगिता, सदुपयोगिता और प्रयोजनीयता प्रमाणित होती है। साथ ही आवश्यकता से अधिक उत्पादन से, शोषण विहीन विनियम से तथा न्याय सुलभता से वर्तमान में विश्वास होता है। **(अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 65)**

- 17. हित – 18. .**स्वास्थ्य** – इंद्रिय समूह के कार्यकलाप

परिभाषा : हित :–शरीर सीमानुवर्तीय उपयोगिता।

स्वास्थ्य :– (१) मन एवं प्रवृत्तियों के अनुसार कर्मेन्द्रिय एवं ज्ञानेन्द्रियों का, कार्य करने योग्य स्थिति में होना। (2) स्पंदन– स्फुरण योग्य स्थिति में कर्मेन्द्रिय एवं ज्ञानेन्द्रियों का होना।

शरीर सीमानुवर्तीय उपयोगिताएं शरीर पोषण संरक्षण के रूप में प्रमाणित होना पाया जाता है अथवा सार्थक होना पाया जाता है। प्रत्येक मनुष्य जीवन और शरीर के संयुक्त रूप में है, यह स्पष्ट हो चुका है। **शरीर स्वस्थता** के प्रति जागृति (अथवा मन सहित जीवन अपनी मौलिकताओं को संप्रेषित होने) और अस्तित्व में, से, के लिए प्रेरणा पाने प्रमाणित करने में समरस्यता बनाए रखने में, शरीर एक माध्यम है। शरीर अपने सहज रूप में प्राणकोषाओं की रचना है। शरीर रचना गर्भाशय में संपन्न होता है यही वंश और वंशानुषंगीयता का प्रमाण है। जीवन, चैतन्य पद का वैभव है। सह–अस्तित्व वर्तमान है। सह–अस्तित्व सूत्र के आधार पर, जीवन और शरीर का योग संयोग नियति सहज विधि से वर्तमान सहज हुआ है। इसी क्रम में परस्पर पूरक होना विकास सहज है।

प्राण कोशाओं से कर्मेन्द्रियों, ज्ञानेन्द्रियों समेत रचना सम्पन्न होने के उपरान्त, जीवन्तता की आवश्यकता शेष रहती है। दूसरी ओर जीवन, चैतन्य पद में होते हुए भी, उसको जागृति की आवश्यकता रहती है। जागृति और जागृति पूर्ण परम्परा का सहज क्रम में, मानव परम्परा ही सर्वोपरी व उपयुक्त है। मानव शरीर, रचना क्रम के आधार पर ही, जीवन मनाकार को साकार करता है और मन: स्वस्थता को परम्परा में प्रमाणित करने का कार्य संपादित करता है। यह अवसर प्रत्येक मनुष्य के लिए समीचीन है। मनाकार को साकार करने के क्रम में सामान्य आकांक्षा तथा महत्वाकांक्षा सम्बन्धी वस्तुओं को, उत्पादित करना मानव सहज है। जिसका उपयोग, सदुपयोग व प्रयोजन, क्रम से, शरीर पोषण, परिवार संरक्षण और समाज गति के रूप में साक्षित होता है। मन: स्वस्थता अथवा जीवन का प्रमाण प्रामाणिकता और सर्वतोमुखी समाधान, समाज न्याय और उत्पादन में नियमों को प्रमाणित करना ही साक्ष्य है। प्रत्येक मनुष्य का यही अभीष्ट है। इससे स्पष्ट हो जाता है कि शरीर स्वस्थता का द्रष्टा जीवन है। जीवन स्वस्थ न रहने की स्थिति में, शरीर स्वस्थता का सार्वभौम मापदण्ड मिलना ही संभव नही है। इसीलिए यह तथ्य समझ में आता है कि, जीवन **स्वस्थ** रहने की स्थिति में, शरीर को **स्वस्थ** रखकर, मानवीयता पूर्ण विधि से, व्यवहार में प्रमाणित करना–कराना सहज है।

मानव परम्परा में **स्वस्थ** मनुष्य का प्रकाशन, मन:स्वस्थता अर्थात जीवन तृप्ति सर्वतोमुखी समाधान व व्यवस्था में प्रमाण पूर्वक, मनाकार को साकार करने के रूप में स्पष्ट दृष्टिगोचर होता है। ऐसी कार्य संपन्नता के लिए अनुकूल माध्यम रूपी शरीर ही, **स्वस्थ शरीर** है। इस प्रकार स्वस्थ शरीर की अवधारणा स्पष्ट है। आवश्यकता से अधिक उत्पादन कार्य में उपयोगी मानव सम्बन्धों एवं नैसर्गिक सम्बन्धों, उनमें निहित मूल्य निर्वाह करने योग्य शरीर, **स्वस्थ शरीर** है। अस्तित्व दर्शन, जीवन ज्ञान, मानवीयता पूर्ण आचरण सहज अभिव्यक्ति, संप्रेषणा, प्रकाशन के

लिए सुगम माध्यम होना स्वस्थता का द्योतक है। ऐसी कसौटियों से खरी उतरने वाली स्थिति को उज्ज्वल बनाए रखना सहज रूप में हित दृष्टि व हित कार्य है। (**अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 65–67**)

- 19.प्रिय – 20. प्रवृत्तियां – इन्द्रियों का अनुकूल योग–संयोग

  परिभाषा : प्रिय :– शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गन्धात्मक ज्ञानेद्रियों के लिए शरीर **स्वस्थता** के अर्थ में अनुकूल योग संयोग। (**अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 67**)

- प्रतिभा सहित व्यक्तित्व में स्वाभाविक रूप में सर्वतोमुखी समाधान समाज न्याय, परिवार की आवश्यकता से अधिक उत्पादन में भागीदारी, **स्वास्थ्य संयम** में जागृति, मानवीय शिक्षा संस्कार सम्पन्न व्यक्ति ही व्यवहार में सामाजिक तथा व्यवसाय में स्वावलम्बी होता है। वह अपने आहार–विहार, व्यवहार में **स्वास्थ्य संयम** का प्रमाण, प्रस्तुत करता है। यही सम्पूर्ण सौंदर्य का आधार बनता है। ऐसे व्यक्तित्व रूपी, सौंदर्य अनुभूति के आधार पर ही, मानवीयता पूर्ण पद्धति, प्रणाली, नीति पूर्ण अखंड समाज, सार्वभौम व्यवस्था का सूत्र और व्याख्या, स्वाभाविक रूप में सम्पन्न होती है। अस्तित्व सहज रूप में, नियति क्रम विधि से, अपने मानवत्व सहित, मानव व्यवस्था है और समग्र व्यवस्था में भागीदारी के लिए प्रेरित है और प्रेरक है। यह प्रत्येक मनुष्य की जीवन–सहज प्यास है। इसे परीक्षण, निरीक्षण, सर्वेक्षण पूर्वक आकलित किया जा सकता है। यह सब जीवन और शरीर के संयुक्त अध्ययन का फलन है। इस प्रकार प्रिय लगने वाली प्रवृत्तियां, मानव सहित व्यवस्था के अर्थ में हैं। मान्यताओं और प्रवृत्तियों के आधार पर, सदा सदा के लिए सबसे प्रिय व्यक्तित्व, सुन्दर, सुख और समाधान के रूप में, सबको सुलभ हो सकता है। मानव मानसिकता का तथा विधि सहज मानसिकता का (अथवा नियति सहज मान्यता का) फलन, हर व्यक्ति के लिए समीचीन है। (**अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 68–69**)
- सार्वभौम व्यवस्था में मानव में न्याय, विनिमय, उत्पादन, **स्वास्थ्य–संयम** और मानवीय शिक्षा–संस्कार सुलभ होता है। तभी सुखद, सुन्दर, समाधान पूर्ण समृद्ध मानव परम्परा वैभवित होगी। अतएव ऐसी सर्व वांछित घटनाओं को साकार एवं सर्वसुलभ करने के लिए प्रामाणिक परम्परा ही एक मात्र शरण है। प्रामाणिकता पूर्वक ही शिक्षा–संस्कार, संविधान व स्वराज्य व्यवस्थाएं सफल हो पाती हैं। इसीलिए प्रामाणिक परम्परा को पाने के लिए आचार्य, शिक्षक, गुरू, व्यवस्थापक, संविधान एवं शिक्षा की वस्तु का प्रामाणिक होना अनिवार्य है। इसे पाने के लिए अस्तित्व सहज जीवन–विद्या, वस्तु–विद्या का संतुलित अध्ययन, प्रतिभा व व्यक्तित्व के संतुलित उदय का अध्ययन व व्यवहार में सामाजिक तथा व्यवसाय में स्वावलम्बन के संतुलित क्रियान्वयन का अध्ययन, प्रामाणिक परम्परा के लिए आवश्यक है। इस प्रकार गुरू का स्वरूप, प्रामाणिकता का स्वरूप, लोक मानसिकता में स्वीकृत होना पाया जाता है। (**अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 78**)
- परम्परा जागृत होने का तात्पर्य है – मानवीय शिक्षा संस्कार, मानवीय आचार संहिता रूपी संविधान, परिवार मूलक स्वराज्य रूपी अखंड समाज व्यवस्था और **स्वास्थ्य–संयम** सम्बन्ध में पूर्णतया प्रामाणिकता को, व्यवहार में प्रमाणित करना। यही जागृति की सफलता का स्वरूप है। इसीलिए समझदारी सहज शिक्षा की आवश्यकता है। जागृति परम्परा की आवश्यकता इस दशक में बढ़ रही है, जो मानवतावादी दृष्टिकोण को विकसित करने के स्वरों

के रूप में, सुनने को मिलता है। यह सभी राजनैतिक दलों, संस्थाओं और सभी समाज–सेवी संस्थाओं के लोक शिक्षण में, धर्म नैतिक संस्थाओं इतना ही नहीं व्यापार केन्द्र संस्थाओं की, उदारता पूर्ण विधि को व्यक्त करते हुए (अथवा उदारतावादी विचारों को व्यक्त करते हुए) संवादों के रूप में सुनने को मिला है। **(अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 79–80)**

- प्रत्येक संतान में पांचों ज्ञानेन्द्रिय सहज कार्य–कलापों को व्यक्त करने की स्वाभाविक क्रियाएं देखने को मिलती हैं। यह शरीर यात्रा के आरंभ से ही होना स्पष्ट है। प्रत्येक शिशु में **स्वस्थता** की पहचान, परम्परा से ही पांचों ज्ञानेन्द्रियों, कर्मेन्द्रियों के क्रिया–कलाप से ही है। इस प्रकार ज्ञानेन्द्रिय पूर्वक, कर्मेन्द्रियों सहित शिक्षा ग्रहण करना भी देखा जा रहा है। इस प्रकार मानव संतानों में, कोई ऐसी अड़चन नहीं है कि जिसे परम्परा प्रावधानित करना चाहती है उसे वह ग्रहण न करे। इससे यह पता लगता है कि शिशु काल की अपेक्षा के अनुरूप प्रौढ़ पीढ़ी में समाधान एवं तृप्ति प्रदान करने योग्य वस्तु ही नहीं है। **(अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 82–83)**
- इसे प्रत्येक मानव–व्यवहार में प्रमाणित करना संभव है। सम्पूर्ण बौद्धिकता को ही व्यवहार में प्रमाणित करना है, प्रमाणित होना है। जीवन, अपनी जागृति के आधार पर, प्रत्येक मनुष्य में, बौद्धिकता के अर्थ में, प्रमाणित होता है। जीवन में ही बुद्धि का वैभव है, न कि शरीर में। जीवन, मानव–परम्परा में प्रमाणित होने के लिए, शरीर एक माध्यम है। जीवन सहज जागृति, शरीर की **स्वस्थता** के योगफल में मानव परम्परा का ही स्वस्थ होना, व्यवस्थित होना, पाया जाता है।... **(अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 90)**
- मानव, परम्परा सहज रूप में बहु–आयामी पहचान प्रवृत्ति वर्तमान है। अस्तित्व ही, सह–अस्तित्व होने के फलस्वरूप पदार्थावस्था ने परिणामानुषंगीय विधि से, विविध तत्वों के रूप में, संतुलन को व्यक्त किया है। प्राणावस्था ने, बीजानुषंगीय विधि से, विविध वनस्पतियों के रूप में संतुलन को व्यक्त किया है। जीवावस्था में वंशानुषंगीय विधि से, अनेक प्रकार की जीव परम्परा ने, संतुलन को व्यक्त किया है। मानव के लिए संस्कारानुषंगीय विधि से, समाधान, समृद्धि, अभय और सह–अस्तित्व को प्रमाणित करना सार्थकता है। इसे स्वराज्य व स्वतंत्रता पूर्वक, मानवीय संस्कृति (सम्बंधों की पहचान, स्थापित शिष्ट मूल्य का निर्वाह), मानवीय सभ्यता (मानव मूल्य व जीवन मूल्यों का वर्तमान में प्रमाणीकरण), विधि (मानवीयता पूर्ण आचारण संहिता) की रक्षा, व्यवसाय आवश्यकता से अधिक उत्पादन सहित (स्वयं व्यवस्था होने में विश्वास और परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था जो – (१) शिक्षा संस्कार (२) न्याय–सुरक्षा (३) उत्पादन कार्य (४) विनियम कोष (५) **स्वास्थ्य–संयम** व्यवस्था में भागीदारी को प्रमाणित करना, मानव परम्परा की सार्थकता है। मानव, परम्परा के रूप में अखंड है। मानवीयता पूर्ण संस्कार परम्परा में, मानवीय शिक्षा संस्कार सार्वभौम है। मानव परम्परा में स्व–राज्य, स्वतंत्रता सार्वभौम है। मानव परम्परा में न्याय सुरक्षा, श्रम नियोजन व श्रम विनियम रूपी विनियम कार्य, सार्वभौम प्रमाणित होता है। साथ ही मानव जाति में अखंडता मानव धर्म, इसके अनुसंधान का उद्वेश्य, प्रामाणिकता और सर्वतोमुखी समाधान, सार्वभौम है। इसलिए मानव, अखंड समाज सार्वभौम व्यवस्था के रूप में सहज है। **(अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 101)**

- 41. माता – 42. पोषण

परिभाषा : पोषण :– इकाई + अनुकूल इकाई।

माता जब पुत्र–पुत्रियों को पहचानती है, तभी मातृत्व का प्रसव गुण पोषण के रूप में प्रमाणित होता है। स्वभाव गति सम्पन्न प्रत्येक मां अपनी संतान को पहचानती है, फलत: निर्वाह करती है। इसी कारणवश, संतान की शरीर **स्वस्थता** और मानसिकता का, माता की योग्यता व साधन के अनुसार अथवा परिवार की दक्षता अनुसार पोषण सम्पन्न होता है, जो संस्कार कहलाता है। मां अपनी संतान की, स्वीकृत मानसिकता का स्रोत है। साथ ही भाषा, संबोधन, सम्बंधों की पहचान, संस्कार (स्वीकारने के लिए निर्देशन) का स्रोत भी है। सम्बंधों के आधार पर, संबोधनों का होना सहज है। **(अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 103)**

- प्रधानत: पिता संरक्षण में, माता पोषण में सर्वाधिक रूप में प्रमाणित होते हैं या होना चाहते हैं। संरक्षण का प्रधान कार्य **स्वास्थ्य**, शिक्षा– संस्कार, संस्कृति–सभ्यता, आचरण और मूल्यों का आस्वादन, ये प्रधान मुद्दे हैं। **(अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 105)**
- **स्वास्थ्य संरक्षण** :– सन्तान का संरक्षण शरीर और मानसिकता के अर्थ में स्पष्ट है। शरीर संरक्षण अभ्यास से, संतुलित आहार योजना से रोग निवारण उपायों से संभव हो पाता है। मानवीय संस्कारों से, मानवीय शिक्षा से, मानवीयता पूर्ण आचरण से, मानसिक संरक्षण सहज ही हो पाता है। जहां तक शरीर संरक्षण के क्रिया कलाप है, वह सर्वाधिक लोगों को विदित हैं। यह यथा स्थिति होते हुए, इसका सामान्य विचार करना भी, आवश्यक है।...**(अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 105)**
- अभिभावक जितना जागृत रहते हैं, उसी के अनुरूप संतानों की सर्वतोमुखी सम्पदा का संरक्षण होना सहज है। शारीरिक, मानसिक रूप से **स्वस्थ** अभिभावक ही **स्वस्थ** संतानों को प्रस्तुत कर पाते हैं। **स्वस्थ** वे हैं, जिनमें मानवीय संचेतना विकसित हो चुकी हो। समुदाय चेतना संपन्न व्यक्ति का, मानसिक रूप से **स्वस्थ** होना संभव नहीं है। मानवतावादी विचार संपन्न, मानवीयता पूर्ण आचरणरत, मनुष्य ही, **स्वस्थ** मानस संपन्न होता है। अस्तु प्रत्येक मानव को, मानवीयता के प्रति जागृत रहना अनिवार्य है। यही **स्वस्थ** संतान को प्रस्तुत करने का सूत्र है। शरीर संरक्षण सामान्य रूप में निर्वाह होता है। **(अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 106)**
- 45.मृदु–कठोर – 46 वहन–संवहन

छ: प्रकार की रूचियाँ जीभ के संयोग में आई वस्तु चाहे तरल, विरल, ठोस क्यों न हो, परिणाम स्वरूप ही पहचानना होता है। हर जागृत मानव संवेदनाओं के प्रयोजनों को **स्वस्थ** शरीर के प्रयोजनों के लिए पहचाने रहना स्वाभाविक रहता है। **(अध्याय: 5.1, पृष्ठ नंबर: 107)**

- मानवता पूर्ण मानव परम्परा में, से, के लिए, सार्थक रूप देने के क्रम में, जो कुछ सहायता मिली उसका स्वीकार होना सहज है। फलस्वरूप सौम्यता, परम्परा में सार्थक परिभाषा के अनुसार वर्तमान होती है। इस प्रकार मनुष्य को कृतज्ञ होने के लिए आजीविका, **स्वास्थ्य**, विद्या, समाधान, प्रामाणिकता, प्रमाण (जिनमें से समाधान, प्रामाणिकता, इनका स्रोत रूपी विद्या) सुलभता में से, के लिए, जो सहायता मिली उसके प्रति कृतज्ञ होना भी है। संघर्ष में कृतज्ञता का स्थान नहीं है। (**अध्याय: 5.21, पृष्ठ नंबर: 133**)
- व्यवस्था में न्याय सुरक्षा सुलभता, विनिमय कोष सुलभता, उत्पादन कार्य सुलभता, **स्वास्थ्य संयम** सुलभता और मानवीय शिक्षा संस्कार सुलभता का संयुक्त रूप है। इसी व्यवस्था में जीने की कला, सम्बन्धों की पहचान, मूल्यों का निर्वाह, व्यवस्था में भागीदारी का, संयुक्त रूप में प्रकाशित होना पाया जाता है। यह मानव संस्कृति का मध्य बिंदु है। मानव अपनी संस्कृति को व्यक्त करता है। उस समय आवास, अलंकार, उत्सव, सम्मिलित उत्सव, मानवीयता का प्रकाशन, प्रदर्शन और प्रचार, ये सब प्रधान रूप में रहना स्वाभाविक है। (**अध्याय: 5.21, पृष्ठ नंबर: 140**)
- ...श्रम मूल्य का स्रोत, प्रत्येक मनुष्य में **स्वस्थ शरीर** के द्वारा, **स्वस्थ मानस** ही है। स्वस्थ मानस का स्वरूप, प्राकृतिक ऐश्वर्य पर श्रम नियोजन पूर्वक उपयोगिता व कला मूल्य स्थापित करने, सम्बंधों व मूल्यों को पहचानने व निर्वाह करने, व मूल्यांकन करने के रूप में प्रमाणित होता है। (**अध्याय: 5.21, पृष्ठ नंबर: 172**)
- 'स्वराज्य" का तात्पर्य न्याय सुलभता, विनिमय सुलभता व उत्पादन सुलभता, **स्वास्थ्य संयम** सुलभता, मानवीय शिक्षा संस्कार सुलभता से है। न्याय सुलभता का स्वरूप, सम्बंधों के अनुरूप अर्थात जिससे जिनका जो सम्बन्ध पहचाना गया है, उनसे उन उन सम्बन्धों के अनुरूप मूल्यों का निर्वाह होने से है। मूल्य जीवन सहज हैं। सम्बन्धों की पहचान परम्परा सहज है। भले ही मानव अभी तक अंतर्द्वंदों सहित समुदाय चेतना में ग्रसित है फिर भी सम्बन्धों को पहचानने का प्रयास नैसर्गिक रूप में उभरते आया है, इच्छुक है ही। अंतर्द्वंदों और समुदायों की परस्परता में, घृणा उपेक्षा की ध्वनि व मुद्राएं समावेशित होने के फलस्वरूप सम्बन्धों के प्रति निष्ठा स्थिर नहीं हो पाई। फलतः मूल्यों का आकाल नासमझी के रूप में त्रस्त करते ही आया। इस समीक्षा से यह पता चलता है कि मानव सम्बन्धों में निष्ठान्वित होने के लिए, समाज को ही पहचानना आवश्यक है। इसी विधि से विश्व परिवार सम्बन्ध भी है। एक परिवार को पाँचों आयाम सम्बंधी क्रिया–कलाप में भागीदारी करना अनिवार्य है पांचों आयाम को ऊपर वर्णित कर चुके है तालिका निम्न है। यह कहे गये सभी स्तरीय १० संख्यात्मक परिवार से, विश्व परिवार तक आवश्यकता है ही। यह तथ्य भली प्रकार से समझ में आता है। (**अध्याय: 5.21, पृष्ठ नंबर: 179–180**)
- परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था की अक्षुण्णता के लिए मानवीय शिक्षा संस्कार व **स्वास्थ्य संयम** की अनिवार्यता है। तभी न्याय सुरक्षा, उत्पादन कार्य और विनियम कोष कार्य सुचारू रूप में संचालित हो पाता है, यही पाँचों आयाम परिवार मूलक स्वराज व्यवस्था की नित्य गति है। यह समझदारी और जागृति पूर्वक ही सार्थक होना पाया जाता है। मानवीय शिक्षा संस्कार अस्तित्व मूलक, मानव केन्द्रित चिन्तन–ज्ञान सहज उद्यम है, जिससे पदार्थावस्था, प्राणावस्था, जीवावस्था व ज्ञानावस्था (मनुष्य) का अध्ययन, सह–अस्तित्ववादी विधि से सम्पन्न होता है। **स्वास्थ्य संयम** का तात्पर्य मानवीयता पूर्ण मानसिकता बनाम मानव संचेतना सहज रूप में, शरीर के द्वारा प्रकाशित, संप्रेषित, अभिव्यक्त होने योग्य शरीर व्यवस्था से है। आवश्यकता से अधिक उत्पादन समृद्धि के रूप में

प्रमाणित होता है। तन–मन–धन रूपी अर्थ का सदुपयोग सुरक्षा है न्याय के रूप में प्रमाणित होता है। ऐसी स्वराज्य व्यवस्था सहज ही कल्पनाशीलता की संतृप्ति और मानव परम्परा में उसकी पुष्टि सहज है। **(अध्याय: 5.21, पृष्ठ नंबर: 181)**

- जागृत जीवन मानसिकता स्वयं जीवन मूल्य, मानव मूल्य, स्थापित मूल्य, शिष्ट मूल्यों को मूल्यांकित करने, व्यवहार और विनिमय में प्रमाणित करने में सार्थक होने में पाया जाता है। तभी मानव का अवतरण अर्थात् मानव शरीर परम्परा का आरंभ होना स्वाभाविक है। प्रारंभिक मानव का अवतरण जलवायु, भौगोलिक परिस्थिति सौर व्यूह सहज उष्मा का दबाव के योगफल में किसी जीव शरीर में से मनुष्य शरीर का निष्पत्ति होना स्वाभाविक है क्योंकि प्राणकोशाओं में रचना विधियों का अनुसंधान होना साक्षित है। यह अनेक प्रजाति सहज अन्न वनस्पतियों के रूप में और अनेक प्रजातियों के रूप में जीव जंतु और पक्षी समूह के रूप में द्रष्टव्य है।

  इसी क्रम में प्राण सूत्र सहज प्रकृतिगत विधि से मानव शरीर रचना विधि, प्राण सूत्र में उर्मि सहज प्रक्रिया सम्पन्न होता है। प्राण सूत्र में उर्मि सहज प्रक्रिया का तात्पर्य जिस रचना विधि में प्राण सूत्र सम्पन्न रहता है उसके संयोग में आये रासायनिक उत्सव प्रवृत्ति ब्रह्माण्डीय किरण–विकिरण और उष्मा संयोगवश ही प्राण सूत्र के रचना विधि में परिवर्तन होना स्वभाविक है। इसी क्रम में मानव शरीर का पोषण और विकास आदि मानव से अभी तक संभव हो पाया है। इसका साक्षी यही है जीवन सहज जागृति और समझदारी को जीवन ही अपनी संतुष्टि (सुख–शांति, संतोष, आनंद के अर्थ में) को प्रकाशित संप्रेषित अभिव्यक्त सहज विधि से प्रमाणित करना संभव हो गया है, सहज हो गया है। इसका साक्ष्य हम स्वयं है। हम स्वयं का तात्पर्य समझदार मानव से है। अस्तु अखंड–समाज, सार्वभौम व्यवस्था, आवश्यकता से अधिक उत्पादन, लाभ–हानि मुक्त विनिमय, प्रामाणिकता, मूल्य व मूल्यांकन विधि, **स्वास्थ्य संयम** प्रक्रिया, मानवीय शिक्षा संस्कार प्रणाली, पद्धति, नीति ये सब सहज पहचानने, निर्वाह करने में सुलभ होता है। **(अध्याय: 5.21, पृष्ठ नंबर: 182–183)**

- न्याय सम्मत चयन, आस्वादन, विश्लेषण, इंद्रिय कार्यकलाप नियम नियंत्रण के रूप में **स्वास्थ्य**, वस्तुओं का आवश्यकता से अधिक उत्पादन, आवर्तनशील आर्थिक कार्य व्यवहार न्याय संगत होने के उपरान्त ही जागृति सहज विधि से समाधान समृद्धि सम्पन्न होता है। न्याय सम्मत आचरण (जो स्वधन, स्वनारी/स्वपुरुष, दया पूर्ण कार्य व्यवहार के रूप में है) तन–मन–धन रूपी अर्थ का सदुपयोग एवं सुरक्षा, सभी सम्बन्धों की पहचान एवं मूल्यों का निर्वाह ही मूल्य, चरित्र, नैतिकता रूपी आचरण वैभव है। यही सार्वभौम मानव है तथा स्वयं में व्यवस्था रूपी जागृत मनुष्य है। ऐसे जागृत मनुष्य ही समग्र व्यवस्था में भागीदार होते हैं। **(अध्याय: 5.21, पृष्ठ नंबर:185)**
- **स्वयं के प्रति विश्वास : श्रेष्ठता के प्रति सम्मान** – यह मानव में, से, के लिए सहज समीचीन है। समझदारी जीवन का स्वत्व है। ईमानदारी, पहचानने व निर्वाह करने के रूप में प्रमाणित होती है। जिम्मेंदारी, व्यवस्था और व्यवस्था में भागीदारी सम्बंध होते हैं। यह मानव सहज अध्ययन का आधार है। जागृत जीवन सहज १० क्रियाएं शरीर यात्रा पर्यन्त अक्षुण्ण रूप में वर्तमान रहती ही है। इन १० क्रियाओं में से जब विश्लेषण व तुलन की बात आती है तब

तुलन में पहचान में आने वाली प्रिय, हित, लाभ, न्याय, धर्म, सत्य में संयत हो जाती है। जैसे शरीर के साथ न्याय, **स्वास्थ्य** के साथ संयमरूप में सार्थक होता है। प्रिय रूपी इन्द्रिय सन्निकर्ष क्रियाकलाप व्यवहार न्याय के साथ, लोक न्याय के साथ संयत हो जाते हैं। लाभ प्रवृत्ति उत्पादन और विनिमय न्याय के साथ सम्पन्न होते हुए समृद्धि के साथ, संयत होना पाया जाता है। समृद्धि एक मानव लक्ष्य है। उक्त सभी तथ्यों को समझने वाला मानव, समझाने वाला मानव है। समझने समझाने के कार्य प्रणाली में से श्रुति एक समर्थ और न्याय, धर्म का सत्योन्मुखी प्रयोजन पूर्ण होना जागृत मानव पंरपरा में ही प्रमाणित होता। इसके प्रमाण के लिए मनुष्य ही धारक वाहक वस्तु है। मानव सहज अध्ययन के लिए मनुष्य ही वस्तु है। जागृत मानव नियति सहज व्यवस्था है और विकास पूर्वक व्यवस्था है। **(अध्याय: 5.31, पृष्ठ नंबर: 192–193)**

- परिवार में परस्पर **स्वास्थ्य संयम** विधा में मूल्यांकन करते है। यह व्यवस्था में भागीदारी के क्रम में अति आवश्यक है इसका स्मृति श्रुति पूर्वक मूल्यांकन होता ही है। **(अध्याय: 5.31, पृष्ठ नंबर: 198)**
- सर्वमानव जागृत रहने की स्मृति से ऊपर चिन्हित किये गये परिवारों के स्वरूप में होता। ऐसा परिवार, व्यवस्था में भागीदारी कर पाता है। इसलिए गांव या मोहल्ला में, कम से कम १०० परिवार, व्यवस्था के रूप में प्रमाणित होने की स्थिति में, ग्राम परिवार या मोहल्ला परिवार की व्यवस्था साकार होना सहज है। व्यवस्था के साकार होने का तात्पर्य, न्याय सुलभता व विनियम–सुलभता व उत्पादन सुलभता, **स्वास्थ्य संयम** सुलभता, मानवीय शिक्षा संस्कार सुलभता होने से है। इस प्रकार स्वराज्य व्यवस्था के पांचों अवयव परस्पर पूरक और गति है। इसके विशद अध्ययन के लिए समाधानात्मक भौतिकवाद, व्यवहारात्मक जनवाद और अनुभवात्मक अध्यात्मवाद, मानव के लिए अर्पित है। ये तीनों वाद विज्ञान सम्मत विवेक, विवेक सम्मत विज्ञान विधि से, तर्क प्रणाली पहचान सकते हैं। उसी विधि से तीनों वादों को अर्पित किया है। इसी के साथ मानव संचेतनावादी मनोविज्ञान शास्त्र, आवर्तनशील अर्थ शास्त्र एवं व्यवहारवादी समाजशास्त्र अर्पित है। जागृति सह–अस्तित्व स्वयं न्याय, धर्म व सत्य के रूप में व्यक्त है, इस कारण अस्तित्व में मनुष्य ही दृष्टा है इसलिए न्याय, धर्म, सत्य की पहचान, मनुष्य के लिए समीचीन है। इसी आधार पर भौतिकता, समाधान क्रम में स्पष्ट होती है। न्याय मानव की परस्परता में है। सह–अस्तित्व ही परम सत्य के रूप में है। अस्तित्व में अनुभव के आधार पर, "सत्य" मानव परम्परा में निरंतर अभिव्यक्ति के लिए वस्तु है। इससे यह भी पता लगता है कि सत्य, धर्म, न्याय और नियमों को भाषा पूर्वक व्यक्त करना श्रुति है। इस प्रकार श्रुति का मूल रूप, "सत्य" है। सत्य का स्वरूप नित्य वर्तमान ही है। वर्तमान स्वयं अस्तित्व है। इसलिए अस्तित्व ही परम सत्य है। अस्तित्व में, से, के लिए निभ्रमवादी सम्पूर्ण भाषा श्रुति है, यह प्रमाणित होता है। **(अध्याय: 5.31, पृष्ठ नंबर: 202–203)**
- सर्वमंगलमयता प्रेमानुभूति उसका प्रमाणीकरण प्रवृत्ति में ही है। बौद्धिक समाधान, भौतिक अभय, सह–अस्तित्व प्रमाण समृद्धि, ही सर्व मंगलमयता का प्रत्यक्ष रूप है। प्रेमानुभूति में तन, मन, धन का सुदपयोग, सुरक्षा होती ही है। मानव संचेतना सहज कार्य प्रणाली में ही अर्थ का सदुपयोग सुरक्षा, चरित्र, मूल्य सार्थक होना देखा गया है। मानवीयता अपने संक्रमित पद में है यही जागृति पद का साक्षी है, जागृति पद में ही मानवीयता पूर्ण आचरण प्रमाणित होता है। मानवीयता सहज परमता में ही प्रेमानुभूति पाया गया है। मानव संचेतना पूर्ण व्यवहाराभ्यास

सहज परिपूर्णता में ही प्रेमानुभूति है। प्रेमानुभूति सहित सम्पूर्ण कार्य व्यवहार में सत्य सहज संप्रेषणा मानव परम्परा में प्रमाणित होता है। प्रेमानुभूति व्यवहारिक एवं सामाजिक, व्यवस्थात्मक, प्रामाणिक, अक्षुण वैभव है। प्रेमानुभूति योग्य क्षमता–सम्पन्न होने के लिए (शुचिता एवं गुणात्मक परिवर्तन में अनुशीलन, अनिवार्य साधना है। सम्यकता की ओर गतिशीलता अर्थात गुणात्मक परिवर्तन हेतु) आचरण, व्यवहार एवं उत्पादन, उपकार, उपयोग, सदुपयोग, प्रयोजनशीलता उसकी निरंतरता ही उत्सव है। **शारीरिक–स्वस्थता** एवं शिष्टता का योगफल ही शुचिता है। प्रमाण परम्परा में अनुगमन ही अनुशीलन है। प्रमाण–त्रय पूर्वक जीवन तृप्ति है। प्रमाण ही परम्परा है। **(अध्याय: 5.31, पृष्ठ नंबर: 228)**

- ...अस्तु, जागृति पद ही श्रेय पद है। श्रेय की ओर ही अर्थात समझदारी, ईमानदारी, जिम्मेदारी सहित प्रमाणित होने की लक्ष्य और दिशा स्पष्ट करने के रूप में होना पाया जाता है। जागृति, जीवन में ही होती है, स्वस्थ शरीर को संचालित करता हुआ जीवन, जीवन जागृति और प्रमाणिकता को प्रमाणित करता है। **शरीर स्वस्थता** और जीवन जागृति के संयोग पूर्वक मानव परम्परा सार्थक है। **(अध्याय: 5.31, पृष्ठ नंबर: 236–237)**
- इसका तात्पर्य है कि प्रत्येक जागृत परिवार मानव के लिए अपने में **स्वस्थता** और समग्र व्यवस्था में भागीदारी के क्रम में, प्रमाणिकता का मार्ग प्रशस्त हो जाता है। यही सार्थकता का तात्पर्य है। हर मानव सार्थक बनना ही चाहता है। यह विकास और जागृति सहज स्वर है। जागृत मानव परम्परा का सार्वभौम व्यवस्था, अखंड समाज के रूप में अभिव्यक्ति संप्रेषित प्रकाशित होना परम्परा का गौरव है। ऐसी गौरवमय परम्परा को पाने के क्रम में सर्वमानव में, से, के लिए कर्तव्य दायित्व समीचीन है। उसके लिए मानवत्व को पहचानना एक अनिवार्य स्थिति है। यही सर्वमानव परम्परा में मौलिक बिंदु है। इसे लोकव्यापीकरण करने के लिए मानव को अस्तित्व मूलक, मानव केन्द्रित चिंतन ज्ञान को हृदयंगम करना होगा। **(अध्याय: 5.31, पृष्ठ नंबर: 237)**
- जीवन जागृति ही, मानव का परम लक्ष्य है। दूसरा लक्ष्य स्वयं व्यवस्था और व्यवस्था में भागीदार होना है। तीसरा लक्ष्य स्वयं समाजिक होना तथा अखंड समाज में भागीदारी का निर्वाह करना है। चौथा लक्ष्य समाधान, समृद्धि, अभय, सह–अस्तित्व को प्रमाणित करना है। परिवार की आवश्यकता से अधिक उत्पादन करना समृद्धि का स्वरूप है। इन लक्ष्यों को पाने के लिए मानवीय शिक्षा संस्कारों को पाना (अथवा उसका सर्वसुलभ होना) और **स्वास्थ्य संयम** को बनाए रखना है। **(अध्याय: 5.31, पृष्ठ नंबर: 239)**
- **स्वास्थ्य** = शरीर को जागृत जीवन मानव परम्परा में प्रमाणिक करने के अनुरूप कार्य करने योग्य बनाए रखना। इसका संतुलन जागृत परम्परा में सार्थक होता है। संयमता का तात्पर्य जागृत जीवन के संतुलन से है। जीवन जब श्रेय के लिए तत्पर होता है तब वह जीवन, संतुलन के लिए उत्सुक है। **(अध्याय: 5.31, पृष्ठ नंबर: 239)**

संदर्भ: मानवीय संविधान सूत्र व्याख्या

(संस्करण:प्रथम, मुद्रण:2007)

- (परिभाषा खंड) – प्रभुसत्ता
    1. प्रबुद्धतापूर्ण सत्ता।
    2. समझदारी सहित व्यवस्था।
    3. प्रबुद्धतापूर्ण शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा, आचरण–व्यवहार, उत्पादन, विनिमय, **स्वास्थ्य–संयम** व्यवस्था रूपी सत्ता (परंपरा)।
    4. प्रामाणिकता व समाधान पूर्ण विचार, समाधान व न्यायपूर्ण व्यवहार, न्याय व नियम पूर्ण आचरण, नियम व नियंत्रणपूर्ण उत्पादन और उपयोगिता सहित पूरक विनिमय क्रियाओं को करने, कराने और करने के लिए सहमत होने की प्रक्रिया। **(अध्याय: 2, पृष्ठ नंबर: 13)**
- (परिभाषा खंड) – स्वराज्य
    1. जागृत मानव परिवार मूलक समाधान–समृद्धि सहज वैभव।
    2. मानवीय शिक्षा–संस्कार, न्याय सुरक्षा, विनिमय–कोष , उत्पादन–कार्य, **स्वास्थ्य संयम** सुलभता का अविभाज्य वर्तमान और उसकी परम्परा।
    3. मानव चेतना सम्पन्न मानव परंपरा में मानवीय शिक्षा–संस्कार, **स्वास्थ्य–संयम**, न्याय–सुरक्षा, उत्पादन में दिशा और निपुणता, कुशलता, पांडित्य सहित व उत्पादित वस्तु, विनिमय कोष, व्यवस्थाओं का अविभाज्य वर्तमान और उसकी परंपरा वैभव है। **(अध्याय: 2, पृष्ठ नंबर: 19)**
- (संविधान, विधान, विधि, न्याय, आचरण सूत्र व्यवस्था व स्वराज्य स्वतन्त्रता) –
  राष्ट्र

राष्ट्र अपनी सम्पूर्णता में चारों अवस्था व पदों में यथा स्थिति उपयोगिता–पूरकता विधि सहज वैभव है।

तात्विक = अखण्ड समाज सार्वभौम व्यवस्था का संयुक्त स्थिति गति ही राष्ट्र है।

बौद्धिक = जागृत मानव परम्परा, मानवीय आचार संहिता रूपी संविधान सर्वसुलभ होना, वर्तमान है।

व्यवहारिक = अस्तित्व मूलक मानव केन्द्रित चिन्तन मध्यस्थ दर्शन सहअस्तित्व–वाद–शास्त्र एवं विगत से प्राप्त मानवोपयोगी उत्पादन कार्यों में प्रयुक्त होने का सम्पूर्ण तकनीकी समेत शिक्षा– संस्कार, न्याय–सुरक्षा, उत्पादन–कार्य, विनिमय–कोष और **स्वास्थ्य–संयम** सहित अखण्ड समाज सार्वभौम व्यवस्था रूप में परम्परा का होना। **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 36–37)**

- (संविधान, विधान, विधि, न्याय, आचरण सूत्र व्यवस्था व स्वराज्य स्वतन्त्रता) –
  प्रभुसत्ता

  तात्विक = प्रबुद्धता पूर्ण सत्ता ज्ञान विवेक विज्ञान सहज परम्परा सूत्र व्याख्या।

  बौद्धिक = प्रबुद्धता सहज निरंतर प्रमाण सहज सत्ता में जानने, मानने, पहचानने, निर्वाह करने का क्रिया।

  व्यवहारिक = प्रबुद्धता पूर्ण मानव परम्परा ही पीढ़ी से पीढ़ी में शिक्षा–दीक्षा संस्कार रुप में सत्ता= अखण्डता सार्वभौमता रुपी वैभव परंपरा।

  प्रभुसत्ता सहज निरन्तरता ही जागृत मानव चेतना सहज परम्परा है। शिक्षा–संस्कार, उत्पादन–कार्य, न्याय–सुरक्षा, **स्वास्थ्य–संयम**, विनिमय –कोष कार्य ही जागृत मानव परम्परा है। **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 38)**

- (संविधान, विधान, विधि, न्याय, आचरण सूत्र व्यवस्था व स्वराज्य स्वतन्त्रता) –
  राष्ट्रीय–चरित्र
  - मानवीय शिक्षा–संस्कार सुलभता प्रमाण परम्परा,
  - न्याय–सुरक्षा सुलभता प्रमाण परम्परा,
  - उत्पादन–कार्य सुलभता प्रमाण परम्परा,
  - विनिमय–कोष सुलभता प्रमाण परम्परा,
  - **स्वास्थ्य संयम सुलभता प्रमाण परम्परा,**
  - मानवीयता पूर्व आचरण सुलभता प्रमाण परम्परा,
  - परस्पर निश्चित संबंधों, निश्चित मूल्यों का निर्वाह, मूल्यांकन सुलभता प्रमाण परंपरा,
  - परस्पर तृप्ति समाधान–समृद्धि, वर्तमान में विश्वास (अभय), सहअस्तित्व में प्रमाण सहज परम्परा,
  - नैसर्गिक और ऋतु संतुलन सुलभता में भागीदारी परम्परा ही राष्ट्रीय चरित्र है। जागृत मानव परम्परा ही सार्वभौम व्यवस्था सहज विधि से प्राकृतिक संतुलन सहित सूत्र व्याख्या का जिम्मेदार है। **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 39)**
- धन उत्पादित वस्तुओं के रूप में, मन जानने–मानने –पहचानने निर्वाह करने के रूप में है। तन **स्वस्थ शरीर** के रूप में है। **(अध्याय: 5, पृष्ठ नंबर: 51)**
- **जागृत मानव प्रवृत्तियाँ (स्वभाव)**

  जन–बल का सार्थक रूप परिवार दस सोपान में स्पष्ट होता है। हर जागृत मानव सहज पहचान दस सोपानीय परिवारों में होती है यथा समाधान, समृद्धि, अभय, सहअस्तित्व अर्थात् चारों अवस्थाओं के साथ जागृत मानव नियम, नियंत्रण, संतुलन, न्याय, धर्म, सत्य सहज विधि से निर्वाह करता है।

- परिवार सम्बन्ध मूल्यों के आधार पर
- उत्पादन–सम्बन्ध उपयोगिता व कला श्रम मूल्यों के आधार पर
- व्यवस्था–सम्बन्ध समाधान समृद्धि व न्याय के आधार पर
- शिक्षा–सम्बन्ध सर्वतोमुखी समाधान, समृद्धि, ज्ञान–विवेक– विज्ञान सम्पन्नता के आधार पर
- **स्वास्थ्य–सम्बन्ध आहार–विहार, औषधी**, संयत व्यवहार के आधार पर
- प्रकृति–संबंध नियम, नियंत्रण, संतुलन, उपयोगिता, पूरकता के आधार पर
- समझदारी का सम्बन्ध सहअस्तित्व रूपी अस्तित्व के आधार पर
- न्याय, सम्बन्धों एवं मूल्य निर्वाह के आधार पर
- विनिमय–सम्बन्ध उपयोगिता पूरकतावादी दृष्टि व श्रम मूल्य के आधार पर
- मानव–सम्बन्ध अखण्डता सार्वभौमता के आधार पर
- मानव लक्ष्य सहज प्रमाण में, से, के लिए सभी संबंध है
- ज्ञान, विवेक एवं विज्ञान सहित मानव लक्ष्य के लिए कार्य व्यवहार सहज निश्चयन शिक्षा–दीक्षा संस्कार में, से, के लिए है। **(अध्याय: 5, पृष्ठ नंबर: 51–52)**

- **स्वास्थ्य संयम का अधिकार**

  स्वास्थ्य–संयम

  तात्विक = स्वस्थ शरीर अर्थात् मानव परंपरा में मन:स्वस्थता, समझदारी–ईमानदारी–जिम्मेदारी समेत जीवन ही ज्ञान–विवेक–विज्ञान पूर्वक अभिव्यक्ति, सम्प्रेषणा को मानव परम्परा में प्रमाणित करने योग्य शरीर एवं क्रियाकलाप।

  बौद्धिक = स्वास्थ्य–संयम अर्थात् संज्ञानीयता पूर्वक संवेदनायें नियंत्रित रहती है।

  व्यवहारिक = स्वास्थ्य–संयम अर्थात् अखण्ड–समाज सार्वभौम–व्यवस्था में भागीदारी करने योग्य शरीर एवं क्रियाकलाप। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 71)**

- सम्बन्ध सहज पहचान –
  - ❖ पोषण प्रधान संरक्षण के रूप में माता का **दायित्व–कर्तव्य** के रूप में प्रमाण।
  - ❖ संरक्षण प्रधान पोषण रूप में पिता का **दायित्व कर्तव्य** प्रमाण मौलिक अधिकार है।

पोषण–संरक्षण = शरीर पोषण, **स्वास्थ्य–संरक्षण**, संस्कारों का पोषण–संरक्षण, भाषा का पोषण–संरक्षण, स्वच्छता का पोषण–संरक्षण, परिवार व्यवस्था का पोषण–संरक्षण। व्यवहार–व्यवस्था का पोषण संरक्षण ज्ञान विवेक विज्ञान सहज सूत्र व्याख्या रुप में अखण्डता सार्वभौमता वैभव का पोषण संरक्षण परंपरा के रुप में होना। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 75)**

- (2) ग्राम मोहल्ला सभा का अधिकार
  - ग्राम मोहल्ले में जल आपूर्ति करने का अधिकार।
  - बहती पानी को रोकने का अधिकार।
  - ग्राम में वृक्षारोपण का अधिकार।
  - वन समृद्धि करण का अधिकार।
  - **वनौषधियों** को संरक्षित समृद्ध करने का अधिकार।
  - **वनौषधियों** का उपयोग करने का अधिकार।
  - **वनौषधियों** को संग्रहित करने का अधिकार।
  - पर्यावरण में प्रदूषण मुक्ति के लिए भागीदारी करने का अधिकार।

  (3)

  - ग्राम में समीचीन रोगों का निवारणाधिकार।
  - ग्राम में सभी के **स्वस्थ** रहने के आवश्यकीय सभी उपायों को अपनाने का अधिकार।
  - **वन एवं वनौषधियों** के संवर्धन करने का अधिकार।
  - हर परिवार को शिक्षा संस्कार विधि से **स्वस्थ** रहने की विधियों से सम्पन्न करने का अधिकार। **(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 92–93)**
- ग्राम मोहल्ला में हर मानव में मौलिक अधिकारों का वैभव परिवार मूलक स्वराज्य कार्य व्यवस्था स्वरूप

  स्वरूप

  मानवीय शिक्षा संस्कार सुलभता, न्याय सुरक्षा सुलभता , उत्पादन कार्य सुलभता, विनिमय कोष सुलभता, **स्वास्थ्य संयम** सुलभता, यही सार्वभौम व्यवस्था स्वरूप अखण्ड समाज के अर्थ में ही सार्थक होता है। **(अध्याय:6, पृष्ठ नंबर: 95)**

- मानवीय शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा, उत्पादन कार्य सुलभता, विनिमय–कोष सुलभता, **स्वास्थ्य–संयम** सुलभता, यही प्रधानतः कार्य सहज उद्देश्य–दायित्व–कर्तव्य है। इनमें समानाधिकार है।**(अध्याय: 6, पृष्ठ नंबर: 97)**
- (परिवार सभा का स्वरूप) – ...शिक्षा संस्कार कार्य व्यवस्था, न्याय सुरक्षा कार्य व्यवस्था, परस्परता में उत्पादन कार्य व्यवस्था, आवश्यकता से अधिक उत्पादन कार्य व्यवस्था, विनिमय कार्य व्यवस्था–श्रममूल्य के आधार पर लेन–देन रूप में विनिमय कार्य व्यवस्था, **स्वास्थ्य संयम** कार्य व्यवस्था सहज समान कर्तव्य दायित्व अधिकार रहेगा।...**(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 101)**

- व्यवस्था के कार्यक्रम (समितियाँ)
  1. शिक्षा–संस्कार कार्य–व्यवस्था समिति
  2. सार्वभौम न्याय–सुरक्षा कार्य–व्यवस्था समिति
  3. उत्पादन–कार्य–व्यवस्था समिति
  4. विनिमय–कोष कार्य–व्यवस्था समिति
  5. **स्वास्थ्य–संयम** कार्य–व्यवस्था समिति **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 101)**
- मूल उद्देश्य को प्रमाणित करने के क्रम में न्याय, उत्पादन–विनिमय–सुलभता, सार्वभौम व्यवस्था विधि में समाहित रहता है। साथ में शिक्षा–संस्कार सुलभता, **स्वास्थ्य संयम** सुलभता भी समाहित रहेगा ही। इस विधि से जागृत मानव परंपरा की संभावना आवश्यकता सहज रुप में समीचीन है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 102–103)**
- (व्यवहार परंपरा में न्याय) – 17. परंपरा में परिवारों में **स्वास्थ्य–संयम** सुलभता रहना न्याय है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 118)**
- (स्वावलंबन आत्मनिर्भरता (समाधान) में न्याय) – 12. शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा, उत्पादन–कार्य विनिमय–कोष, **स्वास्थ्य– संयम** कार्यों को प्रमाणित करना आत्मनिर्भरता न्याय है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 126)**
- (ग्राम–मोहल्ला परिवार सभा में न्याय) – 5. ग्राम सभा अपने स्व विवेक से पाँच समितियों के लिए स्थानीय प्रतिभा सम्पन्न व्यक्तियों को मनोनीत करेगी। वे सब आत्म निर्भर परिवार के सदस्य होंगे। ये समितियां शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा, उत्पादन–कार्य , विनिमय–कोष, **स्वास्थ्य–संयम** के कार्य संपादित करेंगे, यह न्याय है। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर:130)**
- विश्व राज्य परिवार में –परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था विधि से श्रेष्ठता व उपयोगिता का मूल्यांकन विधि रहेगा। विश्व परिवार सभा न्याय, शिक्षा, **स्वास्थ्य**, विनिमय सुलभता में शोधपूर्वक मार्गदर्शन, उत्पादन में गुणवत्ता का शोध, मार्गदर्शन कार्य करेगा। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 140)**

- उत्पादन गुणवत्ता की पहचान शरीर पोषण–संरक्षण के अर्थ में व अखण्ड सार्वभौमता सहज समाज–गति के अर्थ में है।

7.3 (2) गुणवत्ता की पहचान

- आहार की गुणवत्ता :– शरीर–पोषण के रूप में
- आवास की गुणवत्ता :– शरीर संरक्षण बनाये रखने में आवश्यक शीत–वात–उष्मा से कम–अधिक का बचाव रूप में पहचान।
- अलंकार :– शरीर शोभा को व्यवस्था में भागीदारी के अर्थ में पहचान बनाये रखने के रूप में शरीर सहज उष्मा को बनाये रखने में पहचान। संज्ञानीयता पूर्वक संवेदनाएं नियंत्रित रहने का प्रमाण।
- **औषधि** :– रोग पीड़ाके निवारण करने और बचाव, स्वास्थ्य को संतुलित बनाये रखने के रूप में पहचान।

दूरसंचार यथा दूरश्रवण, दूरदर्शन व दूर गमन और गतिशील यंत्रों का व्यवस्था व उत्पादन गति सन्तुलन के अर्थ में उपयोग, सदुपयोग है। (**अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 141–142**)

- उत्पादन – **प्रयोजन**

उत्पादन में सार्थक उद्वेश्य :–शरीर पोषण–संरक्षण, अखण्ड समाज गति में, सार्वभौम व्यवस्था गति में भागीदारी के उपयोग, सदुपयोग, प्रयोजनशीलता के अर्थ में

आहार औषधियाँ :– शरीर पोषण–संरक्षण के अर्थ में **स्वस्थता** को बनाये रखने, निरोगिता के अर्थ में

आवास :– शरीर, आहार, **औषधि** और पशुओं के संरक्षण के अर्थ में

अलंकार :– आह्लाद (प्रसन्नता) पूर्वक मानव–संस्कृति–सभ्यता सहज पहचान के अर्थ में वस्त्र, मणि, धातु, पुष्प–पत्रों को सजाना जिसमें अधिक शीत, उष्ण को शरीरानुकूल बनाये रखने व लज्ञा की रक्षा के उद्वेश्य समाये रहते हैं।

उक्त तीनों सामान्य आकाँक्षायें हैं।....(**अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 142–143**)

- **स्वास्थ्य–संयम** कार्य में भागीदारी करना समाधान है। (**अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 154**)

- **स्वास्थ्य संयम कार्य व्यवस्था समिति**

ग्राम स्वास्थ्य समिति : कार्य एवं दायित्व

ग्राम के सभी व्यक्तियों के स्वास्थ्य एवं संयम की जिम्मेदारी ग्राम स्वास्थ्य समिति की होगी। यह समिति शिक्षा संस्कार समिति के साथ मिलकर कार्य करेगी। आवश्यकतानुसार स्वास्थ्य संयम संबंधी पाठ्यक्रम और कार्यक्रम को तैयार कर शिक्षा में सम्मिलित कराएगी। ग्राम में चिकित्सा केन्द्र की व्यवस्था, योगासन, व्यायाम, अखाड़ा, खेल कूद व्यवस्था, स्कूल के अलावा खेल मैदान (स्टेडियम), सांस्कृतिक भवन क्लब आदि व्यवस्था का दायित्व ग्राम स्वास्थ्य समिति का होगा। समिति स्थानीय रूप से उपलब्ध जड़ी–बूटियों द्वारा औषधि बनाने के लिए आवश्यकीय व्यवस्था करेगी। इसके साथ ही पशु चिकित्सा केन्द्र की व्यवस्था का दायित्व भी स्वास्थ्य समिति का होगा। समिति "समन्वित चिकित्सा" (आयुर्वेद, एलोपैथी, होम्योपैथी, यूनानी, योग, प्राकृतिक, मानसिक) के उन्नयन की व्यवस्था करेगी।

सब ग्राम वासियों को स्वास्थ्य, व्यवहार, आचरण सम्बन्धी मूल्यों का मूल्यांकन, उपयोगिता व प्रयोजन मूलक पद्धति से समिति व्यवस्था प्रदान करेगी। अलंकार, प्रसाधन कार्य, शरीर स्वच्छता, महिलाओं व बच्चों को रोग–निरोधी उपाय, और सीमित व संतुलित परिवार के रूप में व्यवहृत होने के लिए व्यवस्था प्रदान करेगी। ऐसी जागृति के लिए व्यापक कार्यक्रम को समिति संचालित करेगी। सामान्य रूप में घटित अस्वस्थता को दूर करने के लिए, घरेलू चिकित्सा में प्रत्येक परिवार को अथवा प्रत्येक परिवार में एक व्यक्ति को प्रवीण बनाने के लिए विभिन्न कार्यक्रम चलाए जाएँगे। घरेलू चिकित्सा से रोग शमन न होने की स्थिति में स्थानीय केन्द्र द्वारा चिकित्सा होगी। वहाँ राहत न मिलने की स्थिति में, निकटवर्ती चिकित्सा केन्द्र में पहुँचाने और चिकित्सा सुलभ कराने की व्यवस्था ग्राम स्वास्थ्य समिति करेगी। चिकित्सा केन्द्र, चिकित्सालय, मातृत्व केन्द्र, प्रसवोत्तर केन्द्र की स्थापना यथा सम्भव ग्राम समूह परिवार सभा द्वारा किये जावेंगे। **(अध्याय: 7, पृष्ठ नंबर: 161–162)**

- (ग्राम/ मोहल्ला व्यवस्था) – कार्यशैली :–

प्रत्येक ग्राम सभा, "ग्राम स्वराज्य व्यवस्था" को स्थापित करने के लिए निम्न 5 समितियों का गठन ग्राम सभा से मनोनीत सदस्य करेंगे :–

मानवीय शिक्षा संस्कार समिति

उत्पादन कार्य व सलाहकार समिति

वस्तु विनिमय कोष समिति

स्वास्थ्य संयम समिति

मानवीय न्याय सुरक्षा समिति

उपर्युक्त समितियां ग्राम सभा के मार्ग दर्शन के आधार पर कार्य करेंगी। उपरोक्त समितियां क्रम से ग्राम में शिक्षा संस्कार व्यवस्था, उत्पादन कार्य व्यवस्था, विनिमय कोष व्यवस्था, **स्वास्थ्य संयम** व्यवस्था व न्याय सुरक्षा व्यवस्था को सर्व सुलभ करेगी। उपरोक्त समिति के सदस्यों का मनोनयन ग्राम सभा करेगी। प्रत्येक मनोनीत सदस्य इन समितियों के लिए अंश–कालिक सदस्य होगा एवं वह अपनी समिति का कर्तव्य एवं दायित्वों का निर्वाह अपने निजी व्यवसाय के अलावा करेगा। वयोवृद्ध स्त्री व पुरुष, जो जीवन–विद्या व वस्तु–विद्या में पारंगत होंगे, उनको समितियों के अंश कालिक व पूर्ण कालिक सदस्य होने का अवसर रहेगा। प्रत्येक समिति का विस्तृत कार्यक्रम अगले खंडों में विस्तार से दिया गया है। ग्राम स्वराज्य व्यवस्था के लक्ष्य निम्न होंगे :–

7. प्रत्येक व्यक्ति को अपने **स्वास्थ्य** के प्रति **स्वस्थ** रहने का अवधारणापूर्वक संकल्प बद्ध करना, व्यायाम व खेलों के लिए प्रोत्साहित करना, संक्रामक रोग–निरोधी उपायों की उपयोगिता से अवगत कराना। साथ ही हर परिवार में सहज व उपकारी **चिकित्सा** की व्यवस्था करना। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 166)**

- दूरभाष व दूर संचार सेवा, डाक घर, बैंक, **चिकित्सा** आदि की व्यवस्था करना। **(ग्राम मोहल्ला परिवार सभा सदस्यों का कर्तव्य व दायित्व) (अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 170)**
- ग्राम के लिए पाठशाला, **चिकित्सा** केन्द्र विनिमय–कोष के लिए भवन, गोदाम, बहुद्देशीय भवन की व्यवस्था करना जो न्याय सभा, संबोधन सभा, सांस्कृ तिक सभा, विवाह व मिलन सभा, प्रार्थना सभा, स्वागत सभा व छाया के अंदर खेलने के लिए उपयोगी रहेगा। **(ग्राम मोहल्ला परिवार सभा सदस्यों का कर्तव्य व दायित्व) (अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 170)**
- समझदार परिवार समूह व परिवार सदस्य के कर्तव्य व दायित्व :–

1. परिवार सदस्य, सदस्यों के साथ व्यवहार, आचरण, **स्वास्थ्य**, उत्पादन व उत्पादन संबंधी साधनों के संदर्भ में स्वयं प्रामाणिक रहते हुए, उनके अनुरूप सभी सदस्यों को होने के लिए प्रेरणा स्रोत बने रहेंगे।... **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 171)**

- शिक्षा की व्यवस्था ग्रामवासियों के लिए निम्नानुसार की जावेगी –

5. अनावश्यक, अव्यवहारिक, असामाजिक आदतों को छुड़ाने के लिए अलग से शिक्षा व्यवस्था होगी जो कि **"स्वास्थ्य संयम समिति"** के साथ मिलकर कार्य करेगी।

9. व्यवहार शिक्षा के लिए "शिक्षा संस्कार समिति" "**स्वास्थ्य संयम** समिति" के साथ मिलकर कार्य करेगी। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 174)**

- "न्याय सुरक्षा समिति" सुरक्षा कार्य को ग्राम वासियों के तन, मन, धन रूपी अर्थ के सदुपयोग के आधार पर क्रियान्वयन करेगा। जैसे :–
    1. ग्राम में न्याय सुरक्षा
    2. उत्पादन एवं विनिमय सुरक्षा
    3. परिवार सुरक्षा
    4. मानवीय शिक्षा – संस्कार सुरक्षा
    5. **स्वास्थ्य संयम सुरक्षा**
    6. नैसर्गिक सुरक्षा
    7. संगीत, साहित्य, कला की सुरक्षा

    "न्याय सुरक्षा समिति" ग्राम की सभी प्रकार की सुरक्षाओं के प्रति जागरूक रहेगी। (**अध्याय:8 , पृष्ठ नंबर:** 182–183)
- उत्पादन और विनिमय सुरक्षा :–
    1. उत्पादन सुरक्षा :– गाँव में जितने भी प्रकार के उत्पादन सम्बन्धी मौलिकताएँ प्रमाणित होंगी उन सबके सुरक्षा का दायित्व न्याय सुरक्षा समिति का होगा। जैसे किसी उत्पादन कार्य में विशेष प्रकार की मौलिकता अथवा मौलिक प्रणाली अथवा मौलिक औजार, मौलिक विधि जो परंपरा में नहीं रही है, ऐसी स्थिति में उन सबको सुरक्षित किया जाएगा। इन सबसे सम्बन्धित मूल वाङ्म्मय, डिजाइन, चित्रण, नक्शा, प्रक्रिया, प्रणाली और विधियों को लिपि बद्ध, सूत्र बद्ध कर सुरक्षित करेगा। आवश्यकता पड़ने पर लोकव्यापीकरण कराएगा व पुरस्कार की व्यवस्था करेगा।
    2. **औषधियों का अनुसंधान**, वनस्पतियों का पहचान, ज्योतिष सम्बन्धी अनुसंधान, हस्तरेखा व सामुद्रकि शास्त्र सम्बन्धी साहित्य का अनुसंधान जो परंपरा में नहीं रहा है, उसको उपयोगिता के अनुसार उसकी सुरक्षा का दायित्व "सुरक्षा समिति" का होगा।
    3. साहित्य, कला, संगीत, शिल्प में परंपरा की श्रेष्ठता का अनुसंधान, जो परंपरा में नहीं थी, ऐसी प्रस्तुति होने की स्थिति में उसका यथावत् संरक्षण करेगा।
    4. खेलकूद, व्यायाम, अभ्यास में परंपरा से अधिक श्रेष्ठता और अनुसंधानों को संरक्षित करेगा।
    5. उपरोक्त कार्य के लिए "न्याय सुरक्षा समिति" क्रम से उत्पादन कार्य सलाह समिति, "**स्वास्थ्य संयम समिति**" "शिक्षा संस्कार समिति" के सहयोग से मूल्यांकन प्रक्रिया सम्पादित करेगा। (**अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर:** 183–184)

- **स्वास्थ्य संयम** सुरक्षा :–
  1. ग्राम वासियों की बुरी आदतें, जैसे सिगरेट, बीड़ी, गाँजा, तम्बाकू, जर्दा, शराब, अफीम, चरस, जुआ आदि समाज विरोधी बुरे प्रभावों के निराकरण के प्रति उन्हें जागृत कर सुधारना और उन्हें सुरक्षा प्रदान करना।
  2. पशु धन की सुरक्षा करना।
  3. जान माल की हानि न हो ऐसी व्यवस्था करना।
  4. वातावरण में यदि कोई प्रदूषण फैला रहा हो जो कि स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है, उसको रोकना। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 186)**
- **स्वास्थ्य संयम समिति**

ग्राम के सभी व्यक्तियों के स्वास्थ्य एवं संयम की जिम्मेदारी ग्राम स्वास्थ्य समिति की होगी। यह समिति शिक्षा संस्कार समिति के साथ मिलकर कार्य करेगी। स्वास्थ्य संयम संबंधी पाठ्यक्रम और कार्यक्रम को तैयार कर शिक्षा में सम्मिलित कराएगी। ग्राम में चिकित्सा केन्द्र की व्यवस्था, योगासन, व्यायाम, अखाड़ाखेल कूद व्यवस्था, स्कूल के अलावा खेल मैदान (स्टेडियम), सांस्कृतिक भवन क्लब आदि व्यवस्था का दायित्व, ग्राम स्वास्थ्य समिति का होगा। समिति स्थानीय रूप से उपलब्ध जड़ी–बूटियों द्वारा औषधि बनाने के लिए आवश्यकीय व्यवस्था करेगी। इसके साथ ही पशु चिकित्सा केन्द्र की व्यवस्था का दायित्व भी स्वास्थ्य समिति का होगा। समिति "समन्वित चिकित्सा" (आयुर्वेद, एलोपैथी, होम्योपैथी, यूनानी, योग प्राकृतिक, मानसिक) के उन्नयन की व्यवस्था करेगी।

सब ग्राम वासियों को स्वास्थ्य व्यवहार, आचरण सम्बन्धी मूल्यों का मूल्यांकन, उपयोगिता व प्रयोजन मूलक पद्धति से समिति व्यवस्था प्रदान करेगी। अलंकार, प्रसाधन कार्य, शरीर स्वच्छता महिलाओं व बच्चों को रोग–निरोधी उपायों से अवगत करायेगा और सीमित व संतुलित परिवार के रूप में व्यवहृत होने के लिए व्यवस्था प्रदान करेगी। ऐसी जागृति के लिए व्यापक कार्यक्रम को समिति चलाएगी। सामान्य रूप में घटित अस्वस्थता को दूर करने के लिए घरेलू चिकित्सा में प्रत्येक परिवार को अथवा प्रत्येक परिवार में एक व्यक्ति को प्रवीण बनाने के लिए विभिन्न कार्यक्रम चलाए जाएँगे। घरेलू चिकित्सा से रोग शमन न होने की स्थिति में स्थानीय केन्द्र द्वारा चिकित्सा होगी। वहाँ राहत न मिलने की स्थिति में निकटवर्ती चिकित्सा केन्द्र में पहुँचाने और चिकित्सा सुलभ कराने की व्यवस्था ग्राम स्वास्थ्य समिति करेगी। चिकित्सा केन्द्र, चिकित्सालय, मातृत्व केन्द्र, प्रसवोत्तर केन्द्र की स्थापना यथा सम्भव ग्राम समूह परिवार सभा द्वारा किये जावेंगे। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 188–189)**

- न्याय सुरक्षा समिति का मूल्यांकन

  10. **स्वास्थ्य संयम** सुरक्षा का मूल्यांकन। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 192)**

- **स्वास्थ्य संयम समिति के कार्यों का मूल्यांकन में–से–के लिए आधार निम्न प्रकार से रहेगा –**
    1. व्यक्तियों में स्वास्थ्य के प्रति जागृति का मूल्यांकन शारीरिक व मानसिक संतुलन के आधार पर स्वस्थता का मूल्यांकन।
    2. व्यक्ति, घर, ग्राम, गली, मोहल्लों को स्वच्छ बनाए रखने में मूल्यांकन।
    3. समाधान, समृद्धि, उपयोगिता, पूरकता विधि से परिवार वैभव सहज मूल्यांकन।
    4. रोग निरोधी उपायों के प्रति जागरूकता के आधार पर मूल्यांकन।
    5. योगासन, व्यायाम, खेल के प्रति जागरूकता के आधार पर मूल्यांकन।
    6. रोगी को शीघ्र चिकित्सा उपलब्ध कराने का मूल्यांकन।
    7. घरेलू चिकित्सा के प्रति जागरूकता का मूल्यांकन।
    8. स्थानीय जड़ी बूटियों के संरक्षण, संवर्धन व उनके प्रति जागरूकता का मूल्यांकन। **(अध्याय: 8, पृष्ठ नंबर: 192)**
- **स्वास्थ्य–संयम समिति से सत्यापन**
    1. स्वास्थ्य–संयम समिति प्रस्तुत कार्यक्रम में प्रत्येक परिवार जनों का स्वास्थ्य संरक्षण होने का निरीक्षण–परीक्षण सहित परिवार समूह समिति से सत्यापन सम्पन्न रहना निहित रहेगा।
    2. व्यायाम, योगासन ऐसा सभी खेल स्वतंत्रता के लिए उपयोगी होने का कार्यक्रम निहित है। सार्थकता का सत्यापन रहेगा।
    3. कार्यक्रम को निर्धारित करने का अधिकार ग्राम सभा से समिति के लिए प्रदत्त रहेगा। समिति द्वारा किया गया निर्णय परिवार–समूह–सभा के परामर्श तथा सम्मति से और ग्राम सभा की सहमति–स्वीकृति–प्रक्रिया से होगा।
    4. सभी परिवार वनौषधियों की आवश्यकता के अनुसार उपयोग करने की विधियों से सम्पन्न रहेंगे। सफलता का सत्यापन रहेगा। **(अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 195–196)**
- शिशु काल में लालन–पालन, पोषण–संरक्षण

  लालन :– शिशु में खुशियाली मुस्कान की अपेक्षा में किये गये भाषा–अभाषा, भाव–भंगिमा, मुद्रा, अंगहार रूपी उपक्रम।

  पालन :– **शरीर पुष्टि**, मन: स्वस्थता, **स्वस्थता** के लिए किया गया उपक्रम।

  पोषण :– शरीर भाषा संबोधनों को प्रमाणित करना।

  संरक्षण :– शारीरिक व मानसिक संतुलन संरक्षण।**(अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 201–202)**

- श्रम–कार्य हर नर–नारी में–से–के लिये **स्वस्थता** समृद्धि सेवा के लिए आवश्यक है। **(अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 204)**

- खेल,व्यायाम एवं श्रम **स्वस्थ** रहने का उपाय है। आवश्यकता व समय के अनुसार श्रम नियोजन हर ग्राम–सभा, परिवार समूह सभा के निश्चित सामूहिक कार्य और परिवार से स्वीकृत होना भी रहेगा। (**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर:** 204)

- श्रम–नियोजन पूर्वक उपयोगिता व कला मूल्य ही प्रमाणित होता है। **स्वास्थ्य सन्तुलन** के लिए भी श्रम, समय नियोजन होता है। (**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर:**204)

- **संबंध उत्सव घोषणा**

  प्रत्येक परिवार पूरा ग्राम परिवार के साथ तालमेल बनाये रखने का अधिकार।

  हर परिवार उत्सव सम्बन्ध

  हर तरह कला संबंध

  संस्कृति – संबंध

  सभ्यता – संबंध

  शिक्षा लोक शिक्षा – संबंध

  विनिमय – संबंध

  उत्पादन – संबंध

  वस्तुओं का उपयोग – संबंध

  कला – संबंध

  साहित्य – संबंध

  मानव सभ्यता – संबंध

  स्वास्थ्य – संबंध

  अनुभव – संबंध

  समाधान – संबंध

  न्याय – संबंध

  नियम–नियंत्रण–संतुलन–संबंध

  इन सभी संबंधों में मानवीयतापूर्ण आचरण को प्रमाणित करना ही व्यवस्था है।(**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर:** 205–206)

- वर्षा कालोत्सव :–

  ❖ हर परिवार में **स्वास्थ्य संबंधी** सतर्कता। (**अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर:** 207)

- विनिमय उत्सव घोषणा

  उत्सव

  1. उत्पादन कार्य व सफलता।
  2. विनिमय कोष–कार्य व सफलता का।
  3. **स्वास्थ्य–संयम**–कार्य व सफलता का मूल्यांकन उन समितियों के सदस्य एक परिवार समूह सभा के सदस्यों का संयुक्त निरीक्षण–परीक्षण, ग्राम–सभा पटल में सूचना।
  4. **स्वास्थ्य संयमोत्सव** हर वर्ष कम से कम एक बार सम्पन्न होगा। **(अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 209–210)**

- **शोध – नित्य उत्सव – अनुसन्धान**
  - ❖ व्यवहार व आचरण सुगमता के अर्थ में
  - ❖ मानवीय शिक्षा–संस्कार सुगम परंपरा के अर्थ में
  - ❖ न्याय–सुरक्षा में सुगमता के अर्थ में
  - ❖ उत्पादन कार्य में सुगमता के अर्थ में
  - ❖ विनिमय कार्य में सुगमता के अर्थ में
  - ❖ **स्वास्थ्य–संयम** कार्य में सुगमता के अर्थ में लोक व्यापीकरण पूर्वक प्रयोजन–प्रमाण नित्य उत्सव है। **(अध्याय: 9, पृष्ठ नंबर: 212)**

- **स्वराज्य व्यवस्था सहज गति**

  "अखण्ड समाज सूत्र व्याख्या पर आधारित ग्राम मोहल्ला स्वराज्य है"

  ग्राम स्वराज्य की मूलभूत इकाई समझदार परिवार है। परिवार स्वयं मानव चेतना मूल्य सम्पन्न मानवीयता पूर्ण व्यवस्था सहज मौलिक रूप है। मानवीयता स्वयं स्वराज्य एवं स्वतंत्रता का सूत्र स्वरुप है। स्वराज्य का तात्पर्य न्याय–सुलभता, उत्पादन–सुलभता और विनिमय–सुलभता है। इसके पूरकता में शिक्षा – संस्कार, **स्वास्थ्य** आवश्यक है। स्वतंत्रता का तात्पर्य प्रत्येक मानव का स्वानुशासन सहज प्रामाणिकता और समाधान पूर्वक अभिव्यक्त, संप्रेषित व प्रकाशित होने से है, जो सहअस्तित्व रूपी परम सत्य अनुभव पूर्वक विधि से जानने व मानने से है अर्थात् सह–अस्तित्व में परस्पर संबंधों व मूल्यों को पहचानने व निर्वाह करने से है। यही शिक्षा–संस्कार, न्याय –सुरक्षा सुलभता स्त्रोत है। **(अध्याय: 10, पृष्ठ नंबर: 216)**

- **स्वास्थ्य संयम सम्बन्धी आकलन :–**

  1. जन्म व मृत्यु दर।
  2. सीमित व सन्तुलित परिवार के प्रति ग्रामवासी कितने प्रतिशत जागरूक हैं ?
  3. अनावश्यक आदतों का सर्वेक्षण (गांजा, भांग, चरस, शराब, अफीम, धूम्रपान, जुआ आदि बुरी आदतों) वर्गीकरण व उसके लिए व्यक्तियों का नाम सहित आंकलन।

4. घरेलू **चिकित्सा** के प्रति जागरूकता और आंकलन।
5. स्थानीय रूप से उपलब्ध जड़ी–बूटियों के प्रकार व उनके औषधि के रूप में प्रयोग, उपयोग और संभावना।
6. सामान्य व विशेष चिकित्सा सुविधा का आकलन।
7. चिकित्सालय और औषधालय है या नहीं ? व्यायाम शाला खेल व्यवस्था, योग प्रशिक्षण, सांस्कृतिक भवन है या नहीं? आपूर्ति योजना स्पष्ट रहना। **(अध्याय: 10, पृष्ठ नंबर: 222)**

- मूल्य
  - ❖ सम्पूर्ण संबंध निश्चित है।
  - ❖ परिवार सभा सम्बन्ध, शिक्षा–संस्कार–सम्बन्ध, न्याय–सुरक्षा सम्बन्ध, उत्पादन कार्य विनिमय कार्य सम्बन्ध, **स्वास्थ्य संयम सम्बन्ध**

❖ संबंधों की पहचान सहित निर्वाह निरन्तरता में स्थापित मूल्य प्रमाणित होता है।

हर सम्बन्धों की पहचान, निर्वाह प्रयोजनों के अर्थ में निरन्तरता है।

प्रयोजन हर नर–नारी की आवश्यकता है। स्वयमेव समग्र व्यवस्था ही प्रयोजन है।

जीवन मूल्य – 4

मानव मूल्य – 6

स्थापित मूल्य – 9

शिष्ट मूल्य – 9

वस्तु मूल्य – 2

प्रमाण ही मानव समाज गति है। **(अध्याय: 11, पृष्ठ नंबर: 229–230)**

- हर मानव मानसिक रूप में **स्वस्थ**, शारीरिक रूप में **स्वस्थ**, व्यवहार रूप में **स्वस्थ**, उत्पादन रूप में **स्वस्थ**, व्यवस्था रूप में स्वस्थ रहना चाहता है। यह परंपरा में सुलभ न होने के कारण मानव जाति समुदाय मानसिकता से ग्रसित पाई जाती है। **(अध्याय: 11, पृष्ठ नंबर: 232)**
- मानव लक्ष्य मानवत्व के योगफल में ही जागृति मूलक शिक्षा, न्याय सुरक्षा, उत्पादन कार्य, विनिमय कार्य, **स्वास्थ्य संयम** कार्य है। **(अध्याय: 12, पृष्ठ नंबर: 241)**
- जागृत परंपरा में ही मानवीय शिक्षा संस्कार, मानवीय आचरण संहिता रूपी संविधान, मानवीयता पूर्ण परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था सहित सह–अस्तित्व में अनुभव मूलक व्यवहार व प्रयोग उत्पादन कार्य, विनिमय कार्य **स्वास्थ्य संयम** कार्य, न्याय सुरक्षा कार्य, माननीय शिक्षा – संस्कार कार्य सहज प्रमाण संपन्नता का बोध सहित स्वयं में विश्वास पूर्वक श्रेष्ठता का सम्मान संपन्न होना है। **(अध्याय: 12, पृष्ठ नंबर: 245)**
- **स्वास्थ्य संयम** कार्य की सार्थकता, जागृति को अभिव्यक्त करने के अर्थ में है। **(अध्याय: 12, पृष्ठ नंबर: 250)**
- सर्व मानव का सम्पूर्ण कार्य–व्यवहार उत्पादन विनिमय, **स्वास्थ्य संयम**, न्याय सुरक्षा, शिक्षा संस्कार सहित अखंड समाज सार्वभौम व्यवस्था मे प्रमाण प्रस्तुत करना ही जागृत परंपरा है। **(अध्याय: 12, पृष्ठ नंबर: 261)**

- जीवन में जागृति व जागृति पूर्णता है और जीवन नित्य है, क्रिया पूर्णता, आचरण पूर्णता सहित आहार– व्यवहार पूर्वक **स्वस्थ शरीर** का भी मूल्यांकन होता है। **(अध्याय: 12, पृष्ठ नंबर: 273)**
- सभी अंग अवयव सहित शरीर को जीवन ही जीवंतता प्रदान कर **स्वस्थ** सुरक्षित बनाए रखता है। फलस्वरूप जीवन अपनी जागृति को प्रमाणित करता है। यही जीवंतता का तात्पर्य है। **(अध्याय: 12, पृष्ठ नंबर: 274)**

संदर्भः जीवन विद्या – एक परिचय

(संस्करण: 2010: मुद्रण: 2017)

- आज तक के बीते इतिहास में मानव कुछ भी अप्रत्याशित घटना घटित किया है वो सारी घटनाएं नासमझी से ही घटित हुई है। अभी धरती को जितना घायल करने की बात हुई, धरती का पेट फाड़ा गया, धरती को बुखार उत्पन्न किया, धरती की सतह पर अनेक प्रकार की विकृतियाँ तैयार की। उसके फलस्वरूप नदी, नाला ये सब बर्बाद हो गये, हवा पानी को बर्बाद कर दिए और इससे जो आदमी त्रस्त हो रहे हैं ये हम आप सबको विदित ही है। जब तक धरती कष्टग्रस्त रहेगी तब तक धरती में रहने वाले समस्त वनस्पति, समस्त जीव, और मानव सभी कष्टग्रस्त होंगे ही। धरती को घायल करके आदमी **स्वस्थ** रहे, सुखी रहे इसकी परिकल्पना कितने अच्छे सोच किए होंगे आप ही सोच लीजिएगा।... **(अध्याय:1, पृष्ठ नंबर: 11)**
- पाँच संवेदनाओं और चार विषयों को पहचानने निर्वाह करने के लिए साढ़े चार क्रियाएँ पर्याप्त हैं, इसी में मानव पशु व राक्षसवत जीता है। मानव त्व रूप में जीना केवल साढ़े चार क्रियाओं से बनता नहीं। उससे संतुष्टि होती नहीं। अब जो मूल मुद्दा जीवन की सभी दसों क्रियाओं को व्यवहार में प्रमाणित करना ही जागृति है। थोड़े भाग को प्रमाणित करने से जागृति वाली बात बनती नहीं है। जैसे शरीर स्वस्थ है तो पांचों ज्ञानेन्द्रिय और पांच कर्मेन्द्रिय सटीकता से एक दूसरे के तालमेल से कार्य करते रहते हैं।यदि इसमें से हाथ काम ना करता हो पैर ना काम करता हूं धुला लंगड़ा ही कहेंगे। उसको **स्वस्थ** आदमी कहेंगे नहीं। **(अध्याय:3, पृष्ठ नंबर: 49–50)**
- प्रश्न– बाबा जी आज धरती पर हजारों **चिकित्सा** पद्धतियाँ हैं, इतने मानवों का श्रम उसमें लगा है इतना धन नियोजित होने के बाद भी मानव जाति का **स्वास्थ्य** आज भी बिगड़ा हुआ है। जितना धन लगाया जा रहा है, जीतने यंत्रों का अनुसंधान किया जा रहा है उसके बावजूद भी रोगों की संख्या बढ़ती जा रही है। नए नए रोग पैदा होते जा रही हैं। पुरानी पद्धति से भी जैसे दावा किया जाता है वैसी उपलब्धि नहीं होती और आधुनिक पद्धति से भी जो बात कही जाती है दो प्रमाणित नहीं होती। इस संबंध में आप जीवन विद्या **स्वास्थ संयम** के आधार पर कैसे स्वास्थ्य को पहचानना चाहेंगे।

  उत्तर– आपने जो बोला जो प्रश्न कम ज्यादा सभी का है। इतना सब प्रयत्न विशेषज्ञता के लिए है। जबकि विशेषज्ञता एक भूत है, पिशाच की तरह है वो सबको मार देता है। हम विशेषज्ञ हैं इसलिए हम जो कहते हैं वह सही है ऐसा मान लेने के आधार पर सर्वाधिक अपराध हुआ। उसमें सबसे ज्यादा अपराध उन्हीं के ऊपर हुआ जो रोगी थे। रोगी जब अपनी तकलीफों को सुनाने लगता है तो डॉक्टर सुनना नहीं चाहते, वे रोगी को मशीन से सुनना चाहते हैं। मशीन से मनुष्य के दर्द का पहचाना होता नहीं।कुल मिला कर मनुष्य ही मनुष्य के दर्द को सुन सकता है, पहचान सकता है यह बात यंत्र से होता नहीं और हम रोग को पहचान नहीं पाते हैं। पहले जो कुछ लोग आयुर्वेद

विधि से, यूनानी विधि से और विधियों से नाड़ी ज्ञान के आधार पर तकलीफ़ों को पहचानने की कोशिश किए वह सराहनीय है। वे नाड़ियों के द्वारा, नाड़ी के गति के द्वारा, दबाव के द्वारा, प्रवाह के द्वारा, खिंचाव के द्वारा, तनाव के द्वारा जो रोग को पहचानने की कोशिश की है वह सराहनीय है। शनैः शनैः कालांतर में, यंत्र को देखकर उसकी (नाड़ी परीक्षण की) कठिनता को स्वीकार करते हुए, आदमी यंत्र की और दौड़ लिया। अब सब लोग यंत्र से ही बीमारी और दर्द सुनना चाहते हैं। यंत्र के आधार पर हम कुछ भी निर्णय लेते हैं रोगी तृप्त होता नहीं और रोग के मूल स्वरूप से चिकित्सक दूर ही रह जाता है। उसके लिए युक्ति, अनुसंधान, शोध करने की बात आती है। उसमें चूक हो ही जाती है क्योंकि अनुकूलता प्रतिकूलता को जो शोध करना चाहिए वह बीमार के साथ वह चीज होता नहीं है। सारी विशेषज्ञता संग्रह सुविधा में फंस गई। मरीज को देकर दवाई लिखने का पचास रु. से लेकर दो हजार रु. तक लेते हैं। मैंने देखा है पचास रु. लेकर जो दवाई दिखता है वही दवाई दो हजार रु. लेकर बड़े शहर का विशेषज्ञ लिखता है। यहाँ हमने इस बात को ध्यान दिलाया कि मनुष्य कैसा पागल हो गया है। ज्यादा पैसा लेने वाला ज्यादा अच्छा चिकित्सक है ऐसा सोचता है, तो उस सीमा से अधिक उसमें अपेक्षा हो नहीं सकती। तीसरी बात हम चिकित्सा में समग्रता के साथ कभी सोचे नहीं अर्थात चिकित्सक बनने की सोचे ही नहीं, ऐसा प्रयत्न ही नहीं किया। चिकित्सा समग्रता का मतलब पहले स्वास्थ अथवा निरोग की बलाबल को पहचाना जाए। रोग के बलाबल को कैसा पहचानेंगे? नाड़ी से पहचानेंगे? नाड़ी में क्या पहचानेंगे? नाड़ी में यह बताएंगे नाड़ी की गतियों की पहचान कर रोगों का साक्षात्कार करेंगे और लक्षणों से मिलाकर निश्चय करेंगे कि ये ही रोग है। उसका हम चिकित्सा करते हैं सफल होता है तो हमारा समझना सही माना जाए और यदि असफल होता है तो हमारा समझना गलत है फिर या शोध की बात बनता है। अभी की स्थिति में देखने को मिलता है जो जैसा चिकित्सा करता है अपने को सही मानता है। सफल हो या असफल हो हम सही चिकित्सा दिये हैं यही मानता है। इसके कारण हम प्राण संकट में फस गए। तो पहले रोग को पहचानना रोग के बलाबल को पहचानना, औषधियों को पहचानना, औषधियों की बलाबल को पहचानना, उनके योग–संयोग को पहचानना, उनके अनुपान प्रयोग को पहचानना, रोगी की मानसिकता को पहचाना, उसके पथ्य परहेज को पहचानना, नियम– संयम को पहचानना, फिर उपचार को पहचानना, यह सब एकत्रित होने से समग्र चिकित्सा है। औषधि योग से संपूर्ण चिकित्सा हो सकता है। मणि चिकित्सा किरण– विकिरण की ही बात करता है। मंत्र चिकित्सा अपने मानसिक तरंग के ऊपर ज्यादा प्रभाव डालता है केवल औषधि अधिक से अधिक रस क्रियाओं के साथ घुल करके रस परिवर्तन लाने के काम में आता है। रोगों को कैसे दूर करना है शरीर व्यवस्था जितना जानता है उतना कोई डॉक्टर नहीं जानता है। शरीर को ठीक करने की ट्रेनिंग व्यवस्था शरीर व्यवस्था में निहित है। डॉक्टर शरीर के साथ जबरदस्ती करते हैं। चिकित्सक को क्या करना चाहिए? शरीर व्यवस्था को बलवती बनाने के लिए शरीर अवस्था के अनुकूल रस द्रव्यों को शरीर को देना चाहिए। यही **चिकित्सक** की खूबी है, यही महिमा है, यही उनका विवेक– विज्ञान है। ऐसी चिकित्सा से हम पार पा सकते हैं। अतः **चिकित्सा** को विशेषज्ञता से निकालकर लोग लोकव्यापी बनाना चाहिए।

स्वास्थ्य का मतलब शरीर से होता है। संयम का मतलब मन से होता है। जो न्याय होता है, नियमित होता है, नियम के आधार पर होता है, नियंत्रण के आधार पर होता है, संतुलन के आधार तो होता है।यही संयम है। अतः संतुलनपूर्वक न्यायपूर्वक होने वाली मानसिकता को संयम कहते हैं। उसकी क्या दवाई है? उसके लिए क्या किया जाए? उसके लिए समझदारी दवाई है। नासमझी से असंतुलन, मानसिक असंतुलन, समझदारी से संतुलन बहुत साधारण सूत्र है। समझदारी के अर्थ में संपूर्ण व्यवस्था है, संतुलन है। **(अध्याय:4, पृष्ठ नंबर:119 –121)**

संदर्भ: विकल्प

(**संस्करण**:2011,**मुद्रण**: 2016)

- 37.जागृति सहज मानव परंपरा :– समझदारी सहज सर्वतोमुखी समाधान के रुप में प्रमाणित करने का परंपरा। शिक्षा – संस्कार, न्याय सुरक्षा, उत्पादन कार्र्य, विनिमय कोष, **स्वास्थ्य संयम** विधि से प्रमाण। (**अध्याय**:, **पृष्ठ नंबर**:40)
- 111. सार्वभौम व्याख्या :– दस सोपानीय परिवारमूलक स्वराज्य व्यवस्था जिसमें बिना धन व्यय के जनप्रतिनिधि सुलभ होना। सभी प्रतिनिधि समझदारी समृद्धि से सम्पन्न होना। समझदारी सम्पन्न समृद्धि सहित परिवार का प्रतिनिधि होना एवं मानवीय शिक्षा संस्कार, न्याय सुरक्षा संस्कार, उत्पादन कार्य संस्कार, विनिमय कार्य संस्कार, **स्वास्थ्य संयम** संस्कार, कार्य में भागीदारी सहज परिवार प्रतिनिधि निर्वाचित परंपरा रुप में वर्तमान होना। (**अध्याय**:, **पृष्ठ नंबर**: 47)

संदर्भः जीवन विद्या– अध्ययन बिन्दु

(संस्करण:2011, मुद्रण:2016)

- व्यवस्था सहज 5 आयामों का स्पष्ट बोध एवं हृदयंगम

    1. शिक्षा–संस्कार व्यवस्था
    2. न्याय–सुरक्षा व्यवस्था
    3. उत्पादन–कार्य व्यवस्था
    4. विनिमय–कोष व्यवस्था
    5. **स्वास्थ्य–संयम** व्यवस्था (**अध्याय:, पृष्ठ नंबर:** 27–28)

- वर्तमान में उपयोगिता पूरकता सहज अनूकुल परिस्थितियाँ:–

    1. मानवीय शिक्षा संस्कार सुलभता
    2. न्याय सुरक्षा सुलभता
    3. उत्पादन कार्य सुलभता
    4. विनिमय कोष सुलभता
    5. **स्वास्थ्य, संयम** सुलभता – सहज ज्ञान विज्ञान विवेक सुलभताही अखंडता सार्वभौमता सहज सूत्र दश सोपानीय व्यवस्था व्यक्त हो। (**अध्याय:, पृष्ठ नंबर:** 28)

- परिवार सभा, सार्वभौम व्यवस्था सूत्र व्याख्या अनुसार पंचमुखी कार्यक्रम प्रवृत्ति यथा

    1. मानवीय शिक्षा–संस्कार कार्य
    2. मानवीय न्याय–सुरक्षा कार्य
    3. मानवीय उत्पादन–कार्य
    4. मानवीय विनिमय–कार्य
    5. **मानवीय स्वास्थ्य–संयम** कार्य

    प्रवृत्तियों का परीक्षण, निरीक्षण, समृद्धिकरण, आंकलन, कर्त्तव्य संयुक्त सत्यापन (**अध्याय:, पृष्ठ नंबर:** 29)

- 39–2 (3) अस्तित्व मूलक मानव केन्द्रित चिंतन पूर्वक सह–अस्तित्ववादी व्यवस्था विधि से मोहल्ला, ग्राम, परिवार सभा

  दस परिवार समूह सभा में से निर्वाचित प्रतिनिधि

  दस जन प्रतिनिधि परिवार सभा से मनोनीत पाँच समितियाँ, यथा –

  i) मानवीय शिक्षा–संस्कार समिति

  ii) मानवीय न्याय–सुरक्षा समिति

  iii) मानवीय उत्पादन–कार्य समिति

  iv) मानवीय विनिमय–कोष समिति

  v) मानवीय **स्वास्थ्य–संयम** समिति

  मोहल्ला, ग्राम परिवार सभा सहज प्रयोजनों के अर्थ में– और दस परिवार समूह सहज आवश्यकता के अनुसार समिति में कार्यरत व्यक्ति का दायित्व निश्चयन रहेगा। **(अध्याय:, पृष्ठ नंबर: 30–31)**

- (तकनीकी शिक्षण) – 6–6 कृषि उद्योग व **स्वास्थ्य** संबंधी पूर्ण तकनीकी शिक्षा प्रत्यक्ष रूप से रहेगी न कि औपचारिक रूप में रहेगी। **(अध्याय: , पृष्ठ नंबर: 35)**

संदर्भः मानवीय आचरण सूत्र

(संस्करणः प्रथम, मुद्रणः 2003)

- 1.6 समझदारी पाँच प्रकार अर्थात् मानवीय शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा, उत्पादन–कार्य, विनिमय–कोष, **स्वास्थ्य–संयम** कार्य से – पहचान प्रकट रहता है। यह हर नर–नारियों में, से, के लिए मौलिक अधिकार व समाधान है। समझ न होने की स्थिति में भ्रम प्रवृत्तियाँ प्रभावकारी रहती हैं जो हर नर–नारियों में, से, के लिए समस्या, क्लेश, कष्ट के रूप में पाई जाती हैं। **(अध्याय:1, पृष्ठ नंबर: 2)**
- 2.12 मानव–लक्ष्य मानवत्व के योगफल में ही जागृति मूलक शिक्षा, न्याय सुरक्षा, उत्पादन कार्य, विनिमय कार्य **स्वास्थ्य संयम** कार्य है।

संतुलन	नियंत्रण	नियम	(न्याय, धर्म, सत्य)
↓	↓	↓	↓
स्वास्थ्य के रूप में	उत्पादित वस्तुओं के मूल्यांकन के रूप में	उत्पादन कार्य में	शिक्षा संस्कार न्याय, सुरक्षा में

(अध्याय:2, पृष्ठ नंबर: 13)

- 3.21 जागृत परम्परा में ही मानवीय शिक्षा संस्कार, मानवीय आचार संहिता रूपी संविधान मानवीयता पूर्ण परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था सहित सह–अस्तित्व में अनुभव मूलक व्यवहार व प्रयोग उत्पादन कार्य, विनिमय कार्य, **स्वास्थ्य संयम** कार्य, न्याय सुरक्षा कार्य, मानवीय शिक्षा–संस्कार कार्य सहज प्रमाण सम्पन्नता का बोध सहित स्वयं में विश्वास सम्पन्न होना है। **(अध्याय:3, पृष्ठ नंबर: 18)**
- 4.6 **स्वास्थ्य संयम** कार्य सार्थकता, जागृति को अभिव्यक्त करने के अर्थ में है। **(अध्याय:4, पृष्ठ नंबर: 25)**
- 6.12 सर्व मानव का सम्पूर्ण कार्य–व्यवहार उत्पादन विनिमय, **स्वास्थ्य, संयम**, न्याय, सुरक्षा, शिक्षा संस्कार सहित अखण्ड समाज सार्वभौम व्यवस्था में प्रमाण प्रस्तुत करना ही जागृत परम्परा है। **(अध्याय:6, पृष्ठ नंबर: 40)**

संदर्भ: संवाद भाग १

(**संस्करण: प्रथम, मुद्रण: 2011**)

- प्रश्न: विचार का मूल रूप क्या है?

  उत्तर: विचार का मूल रूप है – तुलन। तुलन ही गति रूप में है – विश्लेषण। वही विचार है। तुलन के बिना आदमी एक कदम आगे नहीं रख सकता। जैसे – प्रिय–तुलन के अर्थ में ठीक लगना, हित–तुलन **शरीर स्वस्थता** के अर्थ में ठीक लगना, लाभ के अर्थ में ठीक लगना। फ़िर उसी के अनुसार विश्लेषण हो जाता है। कल्पनाशीलता और कर्म–स्वतंत्रता के तृप्ति बिन्दु मिलने के प्रयोजन से ही मानव विश्लेषण करता है। मानव के सुख की मूल चाहना के लिए तुलन करना बहुत आवश्यक है। सुख की मूल चाहना के प्रमाणित होने में न्याय–धर्म–सत्य पूर्वक तुलन होता है, यह मध्यस्थ दर्शन का प्रतिपादन है। (**अध्याय:, पृष्ठ नंबर: 142–143**)

- समस्या में फँसना मनुष्य के दुःख का कारण हुआ। इसके लिए अध्ययन के लिए सूत्र दिया:

  समस्या = दुःख

  समाधान = सुख = मानव धर्म

  दुःख से पीड़ा होता है। पीड़ित व्यक्ति स्वयं में **स्वस्थ** रहता नहीं है, दूसरों का उपकार तो स्वप्न में भी नहीं। पीड़ित आदमी केवल दूसरों के लिए परेशानी पैदा करेगा। और कुछ नहीं करेगा। यह आप को भी समझ में आता है, मुझ को भी समझ में आता है।

  यह समझने के बाद हम अनुमान कर सकते हैं – "**स्वस्थ** आदमी स्वयम भी **स्वस्थ** रहता है, दूसरों को **स्वस्थता** देने का प्रयत्न भी करता है।" भले ही यह आज संसार में प्रचलित न हों, हम इस बात को अनुमान रूप में तो स्वीकार कर ही सकते हैं। **स्वस्थ** आदमी स्वयं स्वस्थ रहता है, और संसार को **स्वस्थ** करने के लिए हाथ–पैर मारता ही है – चाहे सफल हों, या असफल हों! आज तक के "अच्छे" आदमीयों के हाथ–पैर मारने को मैंने इस रूप में निकाल लिया। बहुत अच्छे आदमी संसार को उपकार करने के लिए कहीं न कहीं कोशिश किया है। इन कोशिशों में कोई कमी नहीं, उन पर कोई शंका नहीं, कोई कृपणता नहीं – पर सफलता का आंकलन करने जाते हैं, तो हमको पता लगता है – ये सफल नहीं हों पाये। क्यों सफल नहीं हों पाये, यह पूछने पर पता चलता है – "उपकार क्या है?" यह ध्रुवीकृत नहीं हुआ। (**अध्याय:, पृष्ठ नंबर: 153**)

- आस्थाएं संवेदनशीलता की अनुकूलता में ही चित्रित होना, व्याख्यायित होना देखा जाता है। संतान अपेक्षा, पद अपेक्षा, धन अपेक्षा, **स्वास्थ्य** अपेक्षा, सुविधा अपेक्षा के लिए प्रार्थना होती है और उनके प्राप्त होने पर आस्था बना रहता है। इस को “आस्था परंपरा” भी कहा जाता है.... (**अध्याय:, पृष्ठ नंबर: 212**)

- सार्वभौम–व्यवस्था में हम पाँच आयामों में बहुत अच्छी तरह जी पाते हैं। "सार्वभौम व्यवस्था" में मानव के जीने के पाँच आयाम हैं : –

    1. शिक्षा–संस्कार
    2. न्याय–सुरक्षा
    3. स्वास्थ्य–संयम
    4. उत्पादन कार्य
    5. विनिमय कोष (अध्याय:, पृष्ठ नंबर: 246–247)

- **प्रश्न: अध्यापक की भौतिक रासायनिक आवश्यकताएं कैसे पूरी होगी?**

    उत्तर: समाधान पूर्वक जीने के क्रम में समृद्धि का उपाय निकलता है। मैं एक सामान्य परिवार का आदमी हूँ। मैं जब समाधान पा गया तो मुझसे समृद्धि का उपाय निकल गया। कृषि करता हूँ, गो पालन करता हूँ, **आयुर्वेद** को मैं जानता हूँ। सामान्य **औषधियों** को पहचानता हूं उसके आधार पर चिकित्सा करता हूँ। इन तीन कामों को मैं करता हूँ। उनके चलते मेरा कोई काम रुका नहीं है। मैं हर जगह अपने हाथ पैरों से पहुँचता हूँ। मैं पराधीन नहीं हूँ। भौतिक वस्तुओं के प्रयोजन को मैं इस तरह पहचाना हूँ।परिवार में जितने भी लोग रहते हैं, उनके शरीरों का पोषण और संरक्षण (घर– बार) और उसके साथ समाज गति में भागीदारी करने के लिए भौतिक साधनों की आवश्यकता होती है। समझदारी पूर्वक इस आवश्यकता का निश्चय होता है। उस "निश्चित आवश्यकता" से अधिक उत्पादन कर लेने से मैं समृद्धि का अनुभव करता हूँ। अभी पैसा इकट्ठा करके आदमी क्या करता है आप सब लोग जानते ही हैं। कुल मिलाकर भोग और संघर्ष के लिए पैसा इकट्ठा करता है।"**स्वस्थ** रहना चाहिए" इस बात को अभी के समय में कहा जाता है। स्वस्थ क्यों रहना है? इसका उत्तर तलाशने जाते हैं तो वही है भोग के लिए स्वस्थ रहना है या संघर्ष के लिए स्वस्थ रहना है। भोग और संघर्ष के लिए "पैसा इकट्ठा करना" और "**स्वस्थ** रहना" सही है या " शरीर पोषण, संरक्षण, समाज गतिके लिए श्रम पूर्वक उत्पादन करना" और "समाधानित रहना" सही है। आप ही सोचिए! आप सोच कर अपने आप निर्णय लीजिए।

प्रश्न: समझदारी को प्रमाणित कौन करेगा? समाज या व्यक्ति?

उत्तर: समझदारी के बाद हर व्यक्ति परिवार के रूप में संस्कृति और सभ्यता को वहन करता है; तथा सभा के रूप में "विधि" और "व्यवस्था" को वहन करता है। उसी के आधार पर "परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था का प्रगटन है। "समझदार परिवार मानवीय सभ्यता और संस्कृति का वहन करता है। "समझदार परिवार सभा" मानवीय विधि और व्यवस्था का वहन करता है। परिवार ही पूरा प्रमाण का आधार है। परिवार में प्रमाणित होने के बाद ही हम संसार में प्रमाणित होते हैं। इस तरह प्रमाणित होना हर समझदार व्यक्ति का माद्दा है अधिकार है, प्रवृत्ति है।

प्रश्न: अभी इतनी गरीबी, सामाजिक असंतुलन के बीच खड़ा आदमी "स्वावलंबन" के बारे में कैसे काम करें?

उत्तर: आपकी बात को स्वीकारा जा सकता है। यह स्थिति व्यक्ति के साथ कब तक रहेगा? उसका उत्तर है जब तक समझदार नहीं बनेगा तब तक रहेगा। समझदार होने के बाद स्वावलंबी होने के लिए अपने आप जगह बनता है। मैंने आपको अपना उदाहरण बताया था मैं कोई बहुत धनाढ्य व्यक्ति नहीं हूँ। भक्ति वृद्धि विधि से मैंने साधना किया। भक्ति विरक्ति में कोई संग्रह होता नहीं है। समाधान संपन्न होने के बाद मैंने तीन उपायों (कृषि, गौ पालन और **आयुर्वेद चिकित्सा**) को समृद्धि के लिए अपनाया। इनके अलावा तीस और उपाय मेरे पास है जिनको मैं क्रियान्वयन कर सकता हूँ। समाधान के बाद समृद्धि संपन्न होने का उपाय निकाल देना हर व्यक्ति के माद्दे की बात है। बिना "समझ" के किसी के पास न साधन अनुकूल होता है, न परिस्थितियाँ।समझ या समाधान के बाद सारी परिस्थितियां अनुकूल होती हैं जितना साधन होता है वह आवश्यकता से अधिक होता है। श्रमशीलता हमारा प्रधान साधन है। अभी पैसे को "प्रधान साधन" मान रहे हैं। उसके स्थान पर यहाँ कह रहे हैं हमारी श्रमशीलता ही हमारा प्रधान साधन है। श्रमशीलता सबके पास है एक भी व्यक्ति ऐसा नहीं है जो श्रमशीलता से रिक्त हो। गूंगे, लूले, लंगड़े सभी के पास श्रमशीलता रहता है।

देखिए बातें करने से कुछ नहीं होता, जीने से होता है। बातें हम बहुत ज्यादा कर सकते हैं उससे कोई फायदा नहीं है। जीने से फायदा है। "जीना" समाधान के बिना होता नहीं। समाधान के बिना कोई "जी" ही नहीं सकता। यह मैंने देख लिया अपराध कोई "जीना" नहीं है अनर्थ कोई "जीना" नहीं है। झूठ बोलना कोई "जीना" नहीं है।

समाधान पूर्वक जीना है।

समृद्धि पूर्वक जीना है।

न्याय धर्म सत्य पूर्वक जीना है।

नियंत्रण संतुलन पूर्वक जीना है। ऐसे जीने के लिए समझना ही पड़ेगा। मैंने समझने में 25– 30 वर्ष लगाए। आप इसको समझने के लिए 25 हफ्ते तो लगाइए! 25 महीने तो लगाइए! 25 महीना तो आप लगा सकते हैं न? यदि लगाएंगे तो आप समझ जाएंगे। समझाने की व्यवस्था हमने कर दिया है।

प्रश्न: मोक्ष क्या है?

उत्तर: भ्रम मुक्ति ही मोक्ष है। भ्रम मूलत: शरीर को जीवन मानना है। शरीर को जीवन मानने वाला जीवन ही है। जीवन ही जीवंत शरीर में होने वाली सम्वेदनाओं के आधार पर ऐसा मान बैठता है। फलस्वरुप दुख होता है। शरीर को जीवनमान लेना ही भ्रम है। भ्रम से मुक्त होना ही "मोक्ष" है।

भ्रम मुक्ति = अतिव्याप्ति, अनाव्याप्ति, अव्याप्ति दोषों से मुक्त होना।

सबको धन्यवाद! शुभाशीष! प्रणाम! और नमन!

(2 अक्टूबर 2009 हैदराबाद) **(अध्याय:, पृष्ठ नंबर: 263–266)**

संदर्भ: संवाद भाग २

(संस्करण:2013)

- ...धरती यदि स्वस्थ रहेगा तभी मानव स्वस्थ रूप में कुछ कर सकता है। धरती ही स्वस्थ नहीं रहेगा तो मानव क्या कर लेगा? कहाँ करेगा? इसको सोच करके तय करना पड़ेगा। इसको सोच करके तय करना पड़ेगा। हमको धरती को संतुलित रखकर जीना है यह नहीं? यदि जीना है तो अपराध प्रवृत्ति से मुक्त होना आवश्यक है। **(अध्याय:1.1, पृष्ठ नंबर: 8)**
- परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था

  ...दस व्यक्तियों के समझदार परिवार में समाधान–समृद्धि का वैभव होता है। ऐसे दस समझदार परिवार एक–एक व्यक्ति को अपने में से निर्वाचित करते हैं, जो परिवार–समूह सभा को गठित करता है। ऐसे दसों व्यक्तियों का अधिकार समान होगा, उसका कोई एक मुखिया होगा ऐसा नहीं है। इन दसों परिवारों के जीने के पाँचों आयामों – शिक्षा–संस्कार कार्य, न्याय–सुरक्षा कार्य, **स्वास्थ्य–संयम** कार्य, उत्पादन कार्य, विनिमय–कोष कार्य – में जब भी कोई काम आया उसको पूरा करना, इनका काम रहेगा। जैसे सभी दस परिवार शिक्षा–संस्कार में पारंगत हैं या नहीं, उसमे जो कमी है उसको पूरा करना। सभी दस परिवार न्याय पूर्वक जी पा रहे हैं, यदि नहीं जी पा रहे हैं तो उसको पूरा करना। सभी दस परिवार उत्पादन कार्य में प्रवीण हैं या नहीं, आवश्यक उत्पादन कर पा रहे हैं या नहीं – इसका परिशीलन करना, और उसकी कमियों को पूरा करना। सभी **स्वास्थ्य** को लेकर स्वायत्त हैं या नहीं इसका परिशीलन करना और उसकी कमियों को पूरा करना। व्यवस्था के अर्थ में ही कमियों का आंकलन होता है, और उसको पूरा करने के लिए प्रयास होता है।

  इस तरह एक परिवार से एक परिवार–समूह तक पहुँचते हैं। ऐसे दस परिवार–समूह मिल कर एक ग्राम परिवार–सभा को तैयार करते हैं। ग्राम–परिवार सभा में भी यही पाँचों आयाम – शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा, **स्वास्थ्य–संयम**, उत्पादन, और विनिमय – काम करते हैं। इन सौ परिवारों के बीच ही विनिमय–कोष कार्य पूरा होता है, संतुलित होता है।

  इसके आगे ग्राम–समूह परिवार–सभा में दस ग्राम परिवार–सभाओं से एक–एक व्यक्ति निर्वाचित हो कर पहुँचते हैं। इस प्रकार उत्पादन के दस गावों तक पहुँचने की व्यवस्था बनती है। इस तरह हज़ार परिवारों के बीच संतुलन की व्यवस्था बनती है।

  इसके आगे दस ग्राम–समूह सभाओं से एक–एक व्यक्ति निर्वाचित हो कर मंडल परिवार–सभा तक पहुँचते हैं। इस तरह दस–हज़ार परिवारों के बीच पाँचों आयामों में संतुलन की व्यवस्था बनती है।

  इसके आगे दस मंडल–सभाओं से एक–एक व्यक्ति निर्वाचित हो कर मंडल–समूह परिवार–सभा तक पहुँचते हैं। दस मंडल–समूह सभा से एक–एक व्यक्ति निर्वाचित हो कर मुख्य–राज्य परिवार–सभा बनता है। इसी विधि से

आगे प्रधान–राज्य परिवार सभा और विश्व परिवार–सभा के होने का प्रावधान है। इस तरह "दस सोपानीय परिवार मूलक स्वराज्य व्यवस्था" का स्वरूप निकलता है – जिससे विश्व स्तर तक शिक्षा–संस्कार, न्याय–सुरक्षा, **स्वास्थ्य–संयम**, उत्पादन और विनिमय–कोष कार्यों को व्यवस्था के अर्थ में संपादित किया जाता है, उनमे कमियों को पूरा किया जाता है। व्यवस्था का काम यह है, न कि आदमी को फांसी पर लटकाना, बन्दूक दिखा कर बस में रखना। शक्ति केंद्रित शासन मानव को स्वीकार नहीं है। व्यवस्था ही मानव को स्वीकार होती है. सार्वभौम–व्यवस्था के लिए सह–अस्तित्ववादी ज्ञान, विवेक, विज्ञान में पारंगत होने की आवश्यकता बनती है। पारंगत होने के लिए शिक्षा–विधि ही है। उसके लिए हम छत्तीसगढ़ में कुछ प्रयास कर रहे हैं, आगे चल कर सभी जगह पहुंचेंगे।
– बाबा श्री ए नागराज के जीवन–विद्या राष्ट्रीय सम्मलेन २०१० में उदबोधन पर आधारित
(अध्याय: 1.2, पृष्ठ नंबर: 37–39)

- शरीर स्वत्व नहीं है। सदा के लिए जो काम ही न कर सके, उसे स्वत्व कैसे कहें? शरीर को स्वत्व के रूप में हम पहचान नहीं पाएंगे। शरीर को स्वत्व के रूप में हम पहचान नहीं पाएंगे। शरीर एक आगंतुक उपलब्धि है, संयोग है। जब तक शरीर **स्वस्थ** रहता है तब तक संसार में समझदारी को हम व्यक्त करेंगे। जीवन में ऐसा संकल्प होना ही समझदारी का अर्थ है। **(अध्याय: 1.2, पृष्ठ नंबर: 59)**
- प्रश्न– क्या अनुभव के बाद, उदाहरण के लिए शरीर को **स्वस्थ** रखने के बारे में जो मैं जानना चाहता हूं वह भी प्राप्त हो जाएगा

  उत्तर– नहीं वह कला है जो सीखने की वस्तु है। कला अनुभव की वस्तु नहीं है। कला कर्तव्यों और दायित्वों को पूरा करने के अर्थ में है। सीखने में प्रयोग करना पड़ेगा। रासायनिक भौतिक संसार संबंधी सभी ज्ञान अर्जन के लिए प्रयोग आवश्यक है। कर्म अभ्यास उसी का नाम है जिसके अनेक आयाम है। उदाहरण के लिए गाय की सेवा करना कर्म अभ्यास है, कृषि करना कर्म अभ्यास है, **औषधियों** को पहचानना और बनाना कर्म अभ्यास है। अनुभव के बाद हर कला को जल्दी सीखा जा सकता है। **(अध्याय: 4, पृष्ठ नंबर: 357)**