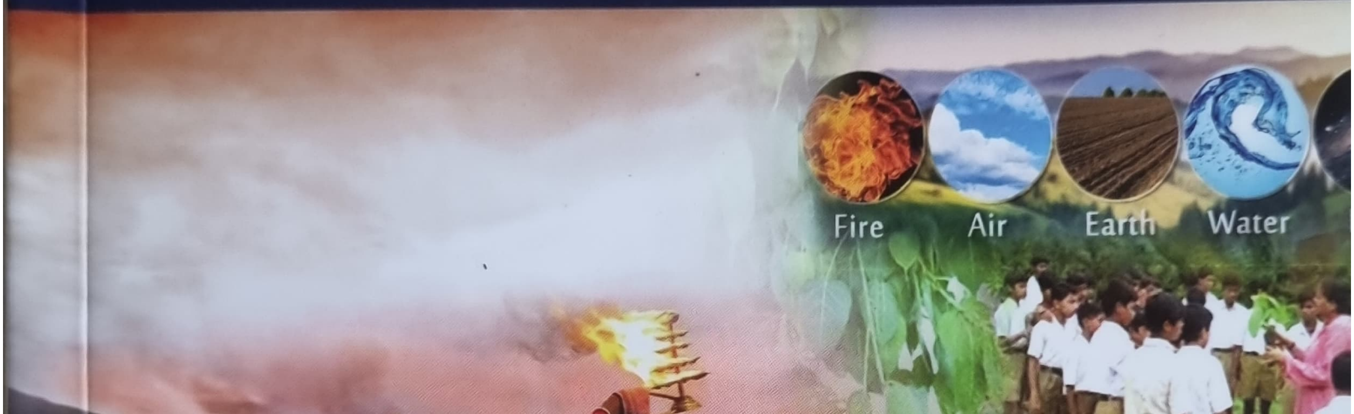
Bharat BoudhIKS

खंड-5

प्रकृति और चेतना

प्राचीन भारत का पर्यावरणीय ज्ञान

सनातन ज्ञान : युवा उत्थान



भारतीय ज्ञान प्रणाली आधारित प्रतियोगी परीक्षाओं (नेट और यूपीएससी) के लिए एक संक्षिप्त पुस्तक

सरस्वति नमस्तुभ्यं वरदे कामरूपिणि ।
विद्यारम्भं करिष्यामि सिद्धिर्भवतु मे सदा ॥

देवी सरस्वती को प्रणाम,
जो वर देने वाली और इच्छाओं को पूर्ण करने वाली हैं ।
हे देवी, जब मैं अपने अध्ययन की शुरुआत करूं,
कृपया मुझे हमेशा सही समझ की शक्ति दें ।

Salutations to Devi Saraswati,
the giver of boons and fulfiller of wishes.
O Devi, When I begin my studies,
please bestow on me the capacity of right understanding always

विद्या भारती
उच्च शिक्षा संस्थान
Vidya Bharati
Uchcha Shiksha Sansthan

H-107A, Sector-12, Noida, Gautam Buddha Nagar, (Uttar Pradesh), PIN – 201301
Telephone : 0120-4338616, Mobile: 9999694251

E-mail : vbheducation@gmail.com, contact@vbuss.org
Twitter/Facebook/Instagram : @VBUSSOrg

http://vbuss.org

Drafting Committee / Team

- **Dr. Meenakshi Sharma**
  ACBR, University of Delhi
- **Dr. Mansi Yuvendar Chaudhary**
  Rajdhani College, University of Delhi
- **Dr. Shobhita Singal**
  MLNC, University of Delhi
- **Dr. Deepak Kumar**
  DRC, University of Delhi
- **Ms. Prakshi Soni**
  University of Delhi
- **Mr. Jitender Kumar**
  University of Delhi
- **Ms. Kajal Sharma**
  University of Delhi
- **Ms. Geeta Chaudhary**
  University of Delhi
- **Mr. Pradeep K. Pandey**
  University of Delhi

प्रकृति और चेतना:
प्राचीन भारत का पर्यावरणीय ज्ञान

Bharat BoudhIKS

भारतीय ज्ञान प्रणाली आधारित प्रतियोगी परीक्षाओं (नेट और यूपीएससी)
के लिए एक संक्षिप्त पुस्तक

विद्या भारती
उच्च शिक्षा संस्थान
सा विद्या या विमुक्तये

किताबवाले
नयी दिल्ली-110002

अस्वीकरण

यह पुस्तक प्राचीन भारतीय ज्ञान परंपराओं से संबंधित विभिन्न शास्त्रीय ग्रंथों, साहित्यिक स्रोतों और सार्वजनिक रूप से उपलब्ध सामग्रियों के अध्ययन एवं उनकी व्याख्या पर आधारित एक विद्वत्तापूर्ण कृति है। यद्यपि इसकी संरचना, विषयवस्तु या प्रवाह में कुछ तत्व पूर्ववर्ती कृतियों अथवा पारंपरिक साहित्य से मेल खा सकते हैं, किन्तु ये समानताएँ केवल संयोगवश हैं और विषय की प्रामाणिकता बनाए रखने के उद्देश्य से रखी गई हैं। हमने यह सुनिश्चित करने का हर संभव प्रयास किया है कि प्रस्तुत सामग्री तथ्यपरक, जानकारीपूर्ण और मूल स्रोतों के प्रति पूर्ण सम्मानभाव से युक्त हो। इस कृति में व्यक्तिगत अनुसंधान, सृजनात्मकता और शैक्षणिक परिश्रम के परिणामस्वरूप नवीन विश्लेषण, अद्यतन व्याख्याएँ, नए विषय, चित्रण और संदर्भ विस्तार सम्मिलित किए गए हैं। मौजूदा स्रोतों से प्राप्त सभी प्रेरणाएँ और संदर्भ पूर्ण सद्भावना एवं शैक्षणिक/ज्ञान-वितरण के उद्देश्य से प्रयोग किए गए हैं। इस पुस्तक का उद्देश्य किसी भी प्रकार के कॉपीराइट या बौद्धिक संपदा अधिकारों का उल्लंघन करना नहीं है। यदि अनजाने में किसी सामग्री से ऐसे किसी अधिकार का अतिक्रमण हुआ हो, तो सूचित किए जाने पर सम्पादक आवश्यक संशोधन या यथोचित स्वीकृति देने को तत्पर है।

© विद्या भारती उच्च शिक्षा न्यास, दिल्ली प्रांत

शीर्षक : **प्रकृति और चेतनाः प्राचीन भारत का पर्यावरणीय ज्ञान**

सम्पादक : प्रो. राज किशोर शर्मा, डॉ. मीनाक्षी शर्मा

संस्करण : 2025

ISBN : 978-93-49531-28-4

मूल्य : 230/-

प्रकाशक:
किताबवाले
नई दिल्ली-110002

सहयोग:
विद्या भारती
उच्च शिक्षा संस्थान, नोएडा

मुद्रक:
जी.के. फाईन आर्ट प्रेस
पटपड़ गंज, नई दिल्ली

शुभकामना संदेश

प्रिय मित्रों,

यह मेरे लिए अत्यंत हर्ष और गौरव का विषय है, साथ ही एक गहरा उत्तरदायित्व भी, कि मैं आपके समक्ष **'भारत बौद्धिक्स'** परियोजना को प्रस्तुत कर रहा हूँ। **भारत बौद्धिक्स विद्या भारती उच्च शिक्षा संस्थान** द्वारा प्रारंभ किया गया एक राष्ट्रीय शैक्षिक अभियान है, जिसका मुख्य उद्देश्य हमारे युवाओं को गुणात्मक, सर्वांगीण और समग्र विकास की शिक्षा के साथ-साथ उनके मन और मस्तिष्क में भारत की बौद्धिक और सांस्कृतिक चेतना को पुनर्जीवित करना है।

जैसा कि हम सभी जानते हैं, विज्ञान, दर्शन, शासन, आरोग्य और कला जैसे अनेक क्षेत्रों में भारतीय ज्ञान परंपराएँ हजारों वर्षों से मानवता का मार्गदर्शन करती रही हैं। आज जब पूरी दुनिया एक संतुलित, नैतिक और समावेशी विकास मॉडल की खोज में है, ऐसे समय में हमारे प्राचीन ग्रंथ और विचार केवल इतिहास की धरोहर नहीं रह गए हैं, बल्कि वे प्रेरणा और नवाचार के जीवंत स्रोत बनकर सामने आ रहे हैं। भारत बौद्धिक्स का प्रयास है कि इस अमूल्य विरासत को आज के विद्यार्थियों के लिए सुलभ, समसामयिक और सार्थक रूप में प्रस्तुत किया जाए।

हमारे विशेषज्ञों द्वारा तैयार की गई **21 पुस्तकों की एक विशेष श्रृंखला,** इस परियोजना का मूल आकर्षण है। जिसे तीन प्रमुख क्षेत्रों में वर्गीकृत किया गया है:

1. **विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी**: इस खंड में वैदिक गणित, खगोलशास्त्र, आयुर्वेद, धातु विज्ञान, मंदिर वास्तुकला और पारंपरिक पर्यावरण ज्ञान जैसे विषयों के माध्यम से भारत की वैज्ञानिक परंपराओं को उजागर किया गया है।
2. **कला एवं मानविकी**: यह खंड नाट्यशास्त्र, शास्त्रीय भाषाओं, संगीत, साहित्यिक परंपराओं और प्रदर्शन कलाओं के माध्यम से भारत की सांस्कृतिक समृद्धि और सौंदर्यबोध को प्रतिबिंबित करता है।

3. **समाजशास्त्र एवं अर्थनीति**: इसमें राजधर्म, अर्थशास्त्र, कृषि, ग्रामीण उद्योग, और शासन-प्रणाली जैसे विषयों को शामिल किया गया है, जो संतुलित और नैतिक समाज निर्माण की दिशा में मार्गदर्शन प्रदान करते हैं।

इन पुस्तकों के माध्यम से युवाओं की सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित करने हेतु हम **23 जनवरी 2026**, नेताजी **सुभाष चंद्र बोस जी की जयंती** के अवसर पर, एक **राष्ट्रीय परीक्षा** का आयोजन कर रहे हैं। यह परीक्षा पूरे देश के स्नातक एवं स्नातकोत्तर विद्यार्थियों के लिए खुली होगी। इस परीक्षा का उद्देश्य केवल ज्ञान का मूल्यांकन करना नहीं है, बल्कि जिज्ञासा जगाना, आत्मचिंतन को प्रेरित करना, और भारतीय सभ्यता के गौरव के प्रति गर्व की भावना को जागृत करना है।

परीक्षा में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों को **राष्ट्रीय भारत बौद्धिक्स कॉन्क्लेव** में आमंत्रित किया जाएगा। यह एक ऐसा मंच होगा जहाँ वे अपने विचार साझा करेंगे, मार्गदर्शकों से संवाद करेंगे और **भारतीय कला एवं समाज** भारतीय ज्ञान प्रणाली के जीवंत अनुभव से जुड़ सकेंगे। **भारत बौद्धिक्स** मात्र एक शैक्षिक कार्यक्रम नहीं, बल्कि यह एक **यात्रा है: ज्ञान से बोध की ओर**। यह हमें हमारे मूल से जुड़ने, अपने भविष्य की पुनर्कल्पना करने और भारत की आत्मा को पुनः समझने का अवसर देता है।

मैं देशभर के सभी छात्रों, शिक्षकों और शैक्षणिक संस्थानों से हार्दिक आग्रह करता हूँ कि वे इस पुनराविष्कार और परिवर्तन की यात्रा में हमारे सहभागी बनें। आइए, हम मिलकर एक ऐसी पीढ़ी के निर्माण में सहायक बनें, जो बौद्धिक रूप से जागरूक, संस्कृति के प्रति संवेदनशील और वैश्विक दृष्टिकोण से उत्तरदायी हो।

सादर, सस्नेह

प्रो. कैलाश सी. शर्मा

अध्यक्ष, विद्या भारती उच्च शिक्षा संस्थान

अध्यक्ष, हरियाणा राज्य उच्च शिक्षा परिषद

पूर्व कुलपति, कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालय, कुरुक्षेत्र

विषय सूची

प्रस्तावना 9

विद्या भारती उच्च शिक्षा संस्थान 11

1. प्राकृतिक संसाधनों का आदर्श उपयोग 14

1.1 पर्यावरण की वैदिक अवधारणा 14

2. प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण और मनुष्य का कर्तव्य 16

2.1 वृक्षों का संरक्षण 16

2.2 नदियों का महत्व 18

2.3 वनों का संरक्षण 18

3. प्राकृतिक संसाधनों का उचित उपयोग 18

3.1 जल प्रबंधन 19

3.2 आधुनिक औषधियों की जड़ें 19

4. धार्मिक और सांस्कृतिक दृष्टिकोण 19

5. प्राचीन भारत में पंचतत्व 20

5.1 पंचतत्त्व का उत्थान और परिचय 21

5.2 पंचतत्त्व की व्याख्या 22

5.3 पंचतत्त्व का संतुलन और जीवन पर प्रभाव 35

5.4 मानसिक संतुलन 36

6. प्राचीन भारत में औषधीय पौधों का महत्व 37

6.1 आयुर्वेद और औषधीय पौधे 38

6.2 आयुर्वेदिक ग्रंथों में औषधीय पौधों का उल्लेख 38

6.3 प्रमुख औषधीय पौधों का विवरण 38

6.4 औषधीय पौधों का धार्मिक और सांस्कृतिक महत्व 40

6.5 औषधीय पौधों का संरक्षण 41

7. निष्कर्ष 41

अनुशंसित पठन सामग्री 42

बहु विकल्पीय प्रश्न 44

उत्तरदर्शिका 75

"The Vedas haunt me. In them I have found eternal compensation, unfathomable power, unbroken peace."

(Source: The Commemorative Sanskrit Souvenir 2013 Bhartiya Vidya Bhavan)

* * * *

"I owed a magnificent day to the Bhagavad Gita. It was as if an empire spoke to us, nothing small or unworthy, but large, serene, consistent, the voice of an old intelligence which in another age and climate had pondered and thus disposed of the same questions which exercise us."

(Source: Sacred Jewels of Yingt-by Dave DeLuca)

Ralph Waldo Emerson

American essayist, lecturer, poet and Unitarian Minister who led the transcendentalist movement in the mid-nineteenth century. He was a persistent critic of pressures of society and disseminated his views through lectures and essays. His well-known works are Self-Reliance, The Over Soul, Circles, The Poet and Experience, which inspired intellectuals like Thoreau, Nietzsche, James, Armand, Goldman, Proust and Bloom.

प्रस्तावना

पर्यावरण संरक्षण आधुनिक समय में एक महत्वपूर्ण चिंता का विषय रहा है, क्योंकि जलवायु परिवर्तन, प्रदूषण और जैव विविधता की हानि गंभीर खतरे पैदा कर रहे हैं। हालांकि, भारत में पर्यावरण संरक्षण हजारों वर्षों से गहराई से जुड़ा रहा है। प्राचीन भारतीय ग्रंथ जैसे वेद, उपनिषद और पुराण मानव और प्रकृति के बीच सामंजस्यपूर्ण संबंध पर जोर देते हैं और सतत जीवन शैली की वकालत करते हैं। पंचमहाभूत (पांच तत्व-पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश) को जीवन के लिए मूलभूत माना गया है, और इनका संतुलन कल्याण के लिए आवश्यक है।

प्राचीन भारतीय समाज पर्यावरण संरक्षण को नैतिक और आध्यात्मिक कर्तव्य के रूप में मानता है। गंगा जैसी जलधाराओं को पवित्र माना जाता है, जंगलों को पूजनीय माना जाता है, और वृक्षों को देवताओं के रूप में पूजा जाता है। ऋग्वेद जैसे ग्रंथ प्राकृतिक संसाधनों की शुद्धता को रेखांकित करते हैं, जबकि मनुस्मृति जैसे शास्त्र वनों की कटाई के खिलाफ चेतावनी देते हैं। आयुर्वेद और सिद्ध चिकित्सा परंपराएं औषधीय पौधों के जिम्मेदार उपयोग को बढ़ावा देती हैं, जिससे प्राकृतिक संसाधनों की निरंतरता सुनिश्चित होती है।

इसी तरह, भारतीय चिकित्सा प्रणाली आयुर्वेद समग्र उपचार के लिए औषधीय पौधों को अत्यधिक महत्व देती है। चरक संहिता और सुश्रुत संहिता जैसे ग्रंथ तुलसी, नीम, आंवला, अश्वगंधा और हल्दी जैसे पौधों के चिकित्सीय लाभों का विस्तार से वर्णन करते हैं, जो रोगों के उपचार और प्रतिरक्षा को मजबूत करने में सहायक होते हैं। औषधीय उपयोग के अलावा, इन पौधों का धार्मिक और सांस्कृतिक महत्व भी है, जो स्थिरता और प्रकृति के प्रति सम्मान की भावना को बढ़ावा देता है।

प्राचीन भारतीय प्रथाएं, जैसे वर्षा जल संचयन और जैविक खेती, पारिस्थितिक संरक्षण में महत्वपूर्ण शिक्षाएं देती हैं। भारतीय महापुरुषों की दर्शन "सादा जीवन, उच्च विचार" का सिद्धांत संसाधनों की जिम्मेदार खपत को बढ़ावा देकर सतत जीवनशैली को

प्रोत्साहित करता है। इन सदियों पुराने सिद्धांतों को अपनाकर, हम पर्यावरण संतुलन को बहाल करने की दिशा में कार्य कर सकते हैं। आज, जब दुनिया पारिस्थितिक चुनौतियों का समाधान खोज रही है, तब प्राचीन भारतीय ज्ञान को फिर से अपनाकर एक स्वस्थ और अधिक सामंजस्यपूर्ण ग्रह के लिए स्थायी रणनीतियाँ विकसित की जा सकती हैं।

विद्या भारती उच्च शिक्षा संस्थान

विद्या भारती उच्च शिक्षा संस्थान (VBUSS) भारतीय परंपराओं में निहित एक समग्र, मूल्य-आधारित ढांचे के अंतर्गत शैक्षणिक उत्कृष्टता, चरित्र निर्माण और राष्ट्र-निर्माण पर बल देते हुए गुणवत्तापूर्ण उच्च शिक्षा प्रदान करने के लिए प्रतिबद्ध है। **"सा विद्या या विमुक्तये"** - अर्थात् "वह ज्ञान जो मुक्त करता है" - इस प्रेरणादायक ध्येय वाक्य से संचालित होकर, VBUSS ऐसी पीढ़ी के निर्माण का संकल्प करता है जो न केवल शैक्षणिक दृष्टि से दक्ष हो, अपितु सामाजिक रूप से उत्तरदायी एवं आध्यात्मिक रूप से जागरूक भी हो।

संस्थान उच्च शिक्षा के मूल तत्वों के रूप में समालोचनात्मक चिन्तन, वैज्ञानिक दृष्टिकोण, नैतिक जीवन और गहन सांस्कृतिक समझ को प्रमुखता प्रदान करता है। सम्पूर्ण भारतवर्ष में विस्तृत शैक्षणिक तंत्र के माध्यम से VBUSS ने उल्लेखनीय प्रभाव डाला है। यह संस्था अनेक शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालयों, डिग्री संस्थानों तथा व्यावसायिक केन्द्रों का संचालन कर, देश में उच्च शिक्षा की गुणवत्ता तथा उपलब्धता को सुदृढ़ करने का कार्य कर रही है।

उपलब्धियों की दृष्टि से भी VBUSS ने उच्च शिक्षा के क्षेत्र में प्रशंसनीय प्रगति की है। संस्थान ने सम्पूर्ण भारत में महाविद्यालयों और विश्वविद्यालयों का एक सुदृढ़ तंत्र स्थापित किया है, जो विज्ञान, प्रौद्योगिकी, कला एवं सामाजिक विज्ञान जैसे विविध क्षेत्रों में शैक्षणिक मार्गदर्शन प्रदान करता है। कठोर पाठ्यक्रमों और अनुसंधान पहलों के माध्यम से निरंतर शैक्षणिक उत्कृष्टता को सुनिश्चित करते हुए, इसने शिक्षा क्षेत्र में विशिष्ट योगदान हेतु मान्यता प्राप्त की है।

विद्या भारती ने वंचित समुदायों को शिक्षा उपलब्ध कराकर सामाजिक समावेशन को बढ़ावा देने में भी सक्रिय भूमिका निभाई है, जिससे गुणवत्तापूर्ण शिक्षा की पहुँच का अंतर कम हुआ है। इसके पूर्व छात्र विभिन्न क्षेत्रों में उल्लेखनीय योगदान दे रहे हैं, जो विद्या भारती की शिक्षा-नीति की प्रभावशीलता को सुदृढ़ करते हैं।

अपने सतत प्रयासों द्वारा VBUSS भारत के भविष्य को कुशल, ज्ञानसम्पन्न एवं नैतिक नेतृत्व प्रदान कर रहा है। आधुनिक शैक्षणिक विषयों का प्राचीन भारतीय ज्ञान से समन्वय कर, VBUSS राष्ट्र के प्रति समर्पित, जिम्मेदार और जागरूक नागरिकों के निर्माण में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है।

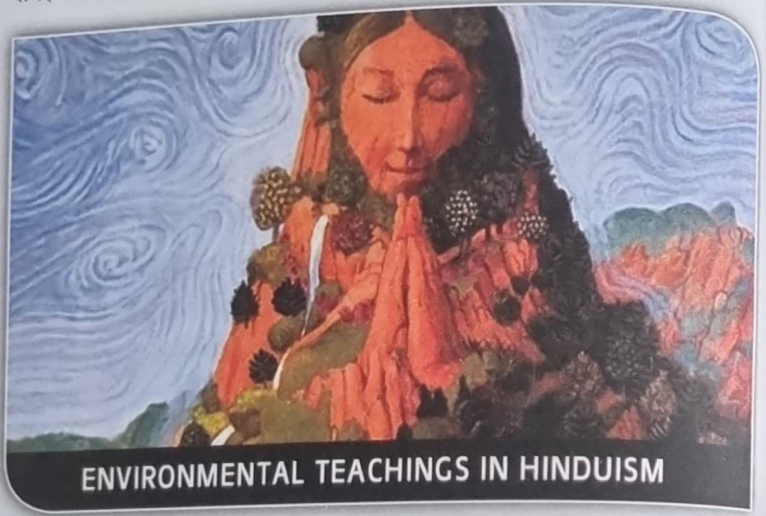
VBUSS प्राचीन भारतीय ज्ञान को पुनः जागृत कर समकालीन शिक्षा प्रणाली में एकीकृत करने के राष्ट्रीय आंदोलन में अग्रदूत के रूप में प्रतिष्ठित है। प्रस्तुत पुस्तक इस महान अभियान में एक विनम्र योगदान है। यह भारतीय ज्ञान परंपरा के प्रमुख विचारों, दार्शनिक अवधारणाओं एवं विभिन्न शास्त्रों को एक सुलभ एवं विचारोत्तेजक स्वरूप में संकलित करता है।

प्रकृति और चेतना: प्राचीन भारत का पर्यावरणीय ज्ञान

भूमिका

आजकल की सबसे बड़ी चिंताओं में से एक है पर्यावरण का संरक्षण। जलवायु परिवर्तन, प्रदूषण, वनस्पतियों और जीवों की विलुप्ति, और अन्य पर्यावरणीय संकटों ने मानवता के सामने एक गंभीर चुनौती खड़ी कर दी है। भारतीय समाज और संस्कृति में पर्यावरण को हमेशा से महत्वपूर्ण माना गया है, और इसके संरक्षण के लिए अनेक धार्मिक, सांस्कृतिक और दार्शनिक सिद्धांत भी रहे हैं। भारत का पर्यावरण और उसके संरक्षण के प्रति दृष्टिकोण न केवल प्रकृति के प्रति सम्मान को दर्शाता है, बल्कि यह जीवन के साथ प्रकृति के संबंध को भी पुनः स्थापित करता है।

प्राकृतिक संसाधनों के प्रति आदर्श दृष्टिकोण, संतुलन और सामंजस्य की भावना प्राचीन भारतीय सभ्यता का अभिन्न हिस्सा रही है। भारत के प्राचीन ग्रंथों, धर्मशास्त्रों, और जीवन दर्शन में पर्यावरण और प्रकृति के प्रति गहरी श्रद्धा और सम्मान व्यक्त किया गया है। भारतीय संस्कृति में प्रकृति को देवता के रूप में पूजा जाता था, और मनुष्य का कर्तव्य था कि वह प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण करे और उनका उचित उपयोग करे। इस पुस्तक में हम प्राचीन भारत में पर्यावरणीय जागरूकता के विभिन्न पहलुओं को समझेंगेऔर देखेंगे कि हमारे पूर्वजों ने कैसे पर्यावरण का संरक्षण किया।



(Source:https://vedictribe.com/dharma/hinduism/environmental-teachings-in-hinduism/)

1. प्राकृतिक संसाधनों का आदर्श उपयोग

प्राचीन भारत में पर्यावरण के प्रति जागरूकता और समझ का परिचय हमें उनके जीवनशैली, धार्मिक विश्वासों, और सामाजिक व्यवहारों में मिलता है। भारतीय समाज ने हमेशा अपने चारों ओर के प्राकृतिक संसाधनों जैसे पानी, वायु, पृथ्वी, और वनस्पतियों का सम्मान किया। यह विचार कि प्रकृति का संरक्षण मानवता की भलाई के लिए आवश्यक है, वेदों, उपनिषदों, पुराणों और महाकाव्यों में स्पष्ट रूप से दिखाई देता है।

1.1 पर्यावरण की वैदिक अवधारणा

भारतीय वैदिक दृष्टिकोण के अनुसार सृष्टि की रचना दो शक्तियों के आधार पर मानी गई है-दैवी (सकारात्मक) और आसुरी (नकारात्मक)। श्रीमद्भगवद्गीता (16/06) में इन दोनों

प्रवृत्तियों का उल्लेख मिलता है। नकारात्मक तत्वों से जीवन और सृष्टि की रक्षा करने के लिए जो सुरक्षा-कवच आवश्यक होता है, उसे ही ‹पर्यावरण› कहा गया है। संस्कृत में इसे इस रूप में परिभाषित किया गया है:

"परितः आव्रियते येन तत् पर्यावरणम्"

अर्थात् वह जो चारों ओर से आच्छादित करता है। (जिससे चारों ओर घेरा जाता है, वह पर्यावरण है।)

वेदों में पर्यावरण के लिए परिधि, आवरण, परिभू, परिवृत और उल्ब जैसे विभिन्न शब्दों का प्रयोग हुआ है। यह दर्शाता है कि पर्यावरण का विचार अत्यंत प्राचीन और गहराई से जुड़ा हुआ है।

"नासदीय सूक्त," जिसे अक्सर "सृष्टि का स्तोत्र" कहा जाता है, इन रहस्यों की खोज करने का प्रयास करता है। यह ऋग्वेद के 10वें मंडल का 129वां सूक्त है। यह सूक्त ब्रह्मांड की उत्पत्ति और संरचना के अध्ययन - ब्रह्मांड विज्ञान - से गहराई से जुड़ा हुआ है।

ब्रह्मांड एक खुला स्थान है, जिसकी कोई सीमायें नहीं हैं, कोई अंत नहीं है। इसकी लम्बाई, चौड़ाई, ऊँचाई और गहराई अनंत हैं। पर इसकी रचना कैसे और क्यों हुई? नासदीय सूक्तः जो की सृष्टि की रचना के मंत्र के रूप में भी जाना जाता है, ऋग्वेद के 10वें मंडल का 129वां सूक्त है। इसका संबंध ब्रह्मांड विज्ञान और ब्रह्मांड की उत्पत्ति के साथ है। नासदीय सूक्त में कुल 7 मन्त्र हैं।

नासदासीन्नो सदासीत् तदानीं नासीद्रजो नो व्योमा परो यत्।
किमावरीवः कुह कस्य शर्मन्नम्भः किमासीद्गहनं गभीरम्। ऋग्वेद (10.129.1)

ऋग्वेद में सृष्टि के आरंभ से पहले की स्थिति का चित्रण है, जहाँ न दिन था, न रात, न आकाश था और न ही कोई स्थूल अस्तित्व – सिर्फ एक निराकार परम सत्ता विद्यमान थी। उस एकमेव परमात्मा की इच्छा और तप से ही सृष्टि की प्रक्रिया आरंभ हुई। उपनिषदों में इस सृजन-क्रम को क्रमशः बताया गया है – सबसे पहले आकाश की उत्पत्ति हुई, फिर वायु का निर्माण हुआ। वायु से अग्नि, अग्नि से जल और जल से पृथ्वी की रचना हुई। पृथ्वी से वनस्पति और अन्न का जन्म हुआ और अंततः प्राणी (जीव) की उत्पत्ति हुई। यह पूरी प्रक्रिया ही पर्यावरण की नींव रखती है – जो सृष्टि के हर स्तर को एक-दूसरे से जोड़ती है और जीवन के संतुलन को बनाए रखती है।वेदों, जो भारतीय संस्कृति के सबसे प्राचीन धार्मिक ग्रंथ हैं, में भी प्रकृति के प्रति गहरी श्रद्धा और सम्मान की भावना देखने को मिलती है। ऋग्वेद के श्लोकों में यह कहा गया है:

आपो हि शुद्धयन्ति वस्त्रं, तं नमो भगवते रुद्राय,
महादेवाय, अत्यंत शुद्धां भूमिं शरणं व्रज।

इस श्लोक में जल, पृथ्वी, और आकाश के शुद्धता और पवित्रता का उल्लेख करते हुए यह कहा गया है कि ये तत्व परमात्मा से जुड़े हुए हैं। जल, पृथ्वी और आकाश को शुद्ध बनाए रखने का कर्तव्य मानवता का है, क्योंकि इनकी पवित्रता से ही जीवन का संतुलन और अस्तित्व बना रहता है।

2. प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण और मनुष्य का कर्तव्य

प्राचीन भारतीय समाज ने यह माना था कि मनुष्य का कर्तव्य है कि वह प्रकृति और पर्यावरण के साथ सामंजस्यपूर्ण तरीके से रहे। इसे वे **"धर्म"** के रूप में मानते थे, जो जीवन के सभी पहलुओं में संतुलन बनाए रखने की शिक्षा देता था। इस दृष्टिकोण से पर्यावरणीय संरक्षण कोई बाहरी कार्य नहीं था, बल्कि यह जीवन का अभिन्न हिस्सा था। उदाहरण के तौर पर:

2.1 वृक्षों का संरक्षण

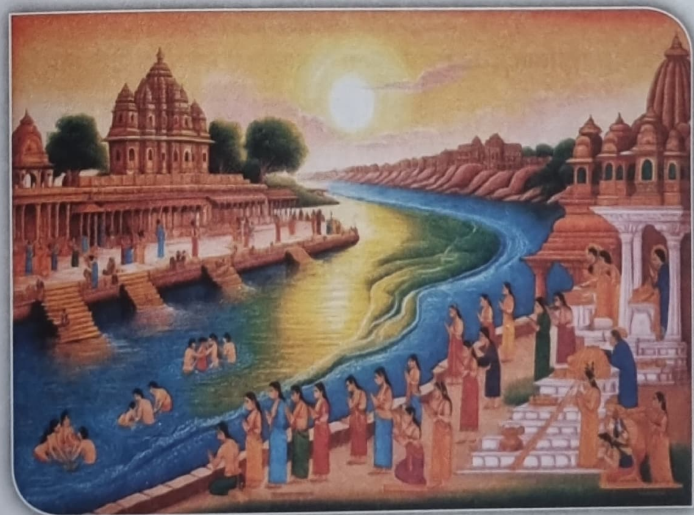
भारत में प्राचीन काल से वृक्षों को अत्यधिक सम्मानित किया गया है। वृक्षों को जीवन का एक अभिन्न हिस्सा माना जाता था, और उन्हें देवता के रूप में पूजा जाता था। हरे-भरे वृक्षों के साथ-साथ वनस्पतियों और जड़ी-बूटियों के महत्व को भी प्राचीन ग्रंथों में बताया गया है।

वृक्षों का महत्व

उपनिषदों में यह कहा गया है कि वृक्षों से पृथ्वी की शुद्धि होती है और उनके बिना जीवन का कोई अस्तित्व नहीं है। जैसे कि एक श्लोक में कहा गया:

"वृक्षस्य जीवनं प्रियतमा, येन प्राणिं प्रसन्नं करणीयं।"

यह श्लोक बताता है कि वृक्षों का जीवन में अत्यधिक महत्व है, क्योंकि यह हमें शुद्ध हवा, फल, और औषधियां प्रदान करते हैं।



भारत में नदियों के महत्व का चित्रात्मक वर्णन

2.2 नदियों का महत्व

प्राचीन भारत में नदियाँ पवित्र और दिव्य मानी जाती हैं। गंगा, यमुना, सिंधु, और सरस्वती जैसी नदियाँ देवियों के रूप में पूजी जाती हैं। इन नदियों का संरक्षण समाज का धार्मिक कर्तव्य समझा जाता है। वेदों और पुराणों में नदियों को जीवनदायिनी के रूप में प्रस्तुत किया गया है, और यह विश्वास किया जाता है कि नदियाँ समाज की शुद्धि और समृद्धि का कारण बनती हैं।

गंगा नदी को विशेष रूप से पवित्र माना जाता है, और इसे साफ रखने की आवश्यकता प्राचीन ग्रंथों में उल्लेखित है। गंगा के तटों पर स्थित धार्मिक स्थल इस बात के प्रमाण हैं कि प्राचीन भारत में नदी से गहरा संबंध और सम्मान कैसे रखा जाता था। यह नदियों के प्रति श्रद्धा दिखाता है और इस बात को साबित करता है कि प्रकृति और आध्यात्मिकता का आपस में कितना गहरा संबंध है, साथ ही इन प्राकृतिक संसाधनों की पवित्रता बनाए रखना कितना महत्वपूर्ण है।

2.3 वनों का संरक्षण

प्राचीन भारतीय समाज ने यह समझा था कि वन पर्यावरण का एक महत्वपूर्ण हिस्सा हैं, जो न केवल जीवन के लिए आवश्यक संसाधन प्रदान करते हैं, बल्कि वे जैव विविधता और पारिस्थितिकी तंत्र का भी संतुलन बनाए रखते हैं। भारतीय धर्मग्रंथों में यह कहा गया है कि जंगलों में रहने वाले जीवों और वृक्षों का संरक्षण आवश्यक है।

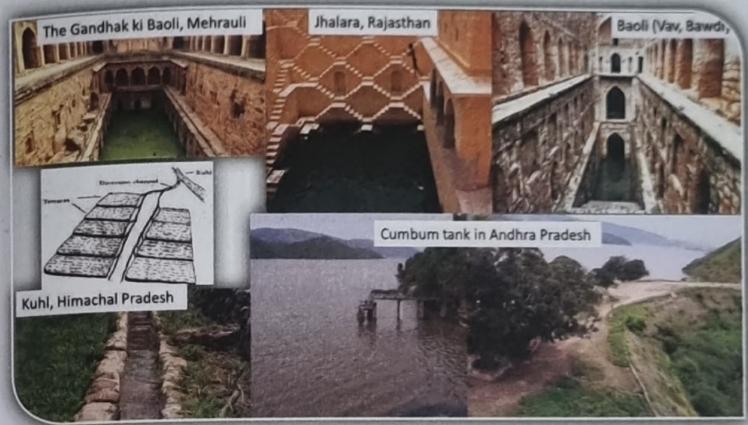
महाभारत और **रामायण** में वनवास की कथा के माध्यम से यह संदेश दिया गया कि वनों में निवास करने वाले प्राणियों के अधिकारों का उल्लंघन नहीं किया जाना चाहिए। इसके अतिरिक्त, **मनु स्मृति** में भी यह बताया गया है कि जब किसी क्षेत्र में वृक्षों का अत्यधिक कटाव होता है तो पर्यावरणीय संकट उत्पन्न होता है।

3. प्राकृतिक संसाधनों का उचित उपयोग

प्राचीन भारत में प्राकृतिक संसाधनों का अत्यधिक शोषण नहीं किया जाता था, बल्कि उनका विवेकपूर्ण और सीमित उपयोग किया जाता था। कृषि, जल प्रबंधन, और औषधियों के निर्माण में प्राकृतिक संसाधनों का संतुलित और विचारशील उपयोग किया जाता था। उदाहरण के तौर पर–

3.1 जल प्रबंधन

प्राचीन भारत में जल प्रबंधन की अत्यधिक समझ थी। मौर्य काल में जलाशयों, तालाबों और नहरों का निर्माण किया गया था ताकि पानी का भंडारण किया जा सके और सूखे के दौरान जल की कमी न हो। कृष्णराज और चोल साम्राज्य के समय में भी जल प्रबंधन के कई नायाब उदाहरण मिले हैं। जल को जीवन का स्रोत माना जाता था, और इसे हर स्थिति में शुद्ध और सुरक्षित रखना आवश्यक था।



प्राचीन भारत में जल प्रबंधन के तरीके

3.2 आधुनिक औषधियों की जड़ें

प्राचीन भारतीय चिकित्सा पद्धतियों जैसे आयुर्वेद और सिद्ध चिकित्सा में भी प्राकृतिक संसाधनों का संरक्षण महत्वपूर्ण था। औषधीय पौधों, जड़ी-बूटियों और वनस्पतियों का उचित उपयोग किया जाता था। इन औषधियों का उत्पादन और उपयोग ऐसे तरीके से किया जाता था कि पर्यावरण पर नकारात्मक प्रभाव न पड़े।

4. धार्मिक और सांस्कृतिक दृष्टिकोण

प्राचीन भारत में, विशेष रूप से हिंदू धर्म, बौद्ध धर्म, और जैन धर्म में पर्यावरण के संरक्षण को अत्यधिक महत्व दिया गया था। इन धर्मों में प्रकृति को देवता के रूप में पूजा जाता था और यह विश्वास था कि प्रकृति का सम्मान करना एक धार्मिक कर्तव्य है।

- **हिंदू धर्म** में पर्यावरण को साकार रूप में देवी-देवताओं के रूप में पूजा जाता है, जैसे **पृथ्वी देवी**, **गंगा**, **यमुनाजी**, **वनस्पति देवता**, आदि।

- **बौद्ध धर्म** में भी पर्यावरण का संरक्षण महत्वपूर्ण था, और बौद्ध भिक्षु वृक्षों, पौधों, और वन्य जीवों को सम्मान देते थे।
- **जैन धर्म** में भी जीवों और वनस्पतियों के प्रति अहिंसा और संरक्षण का संदेश दिया गया है।

पर्यावरण का संरक्षण

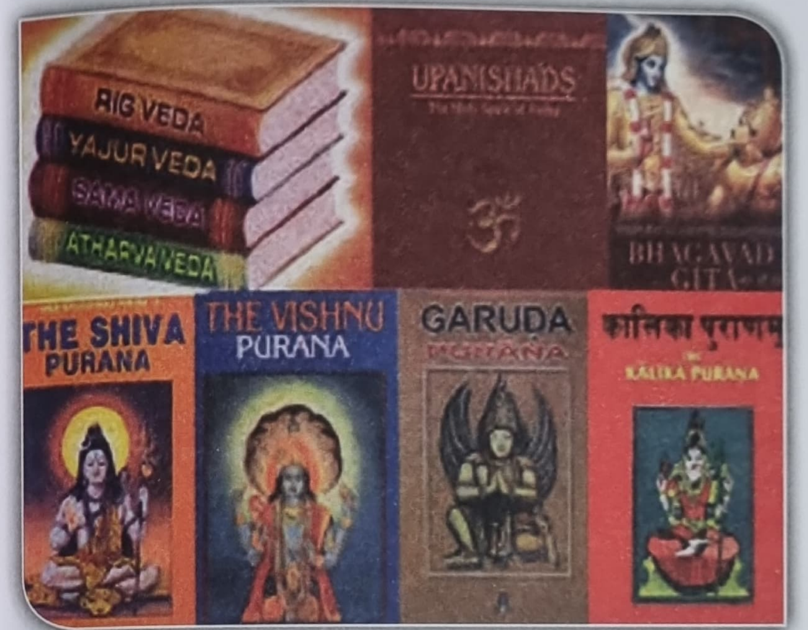
प्राचीन भारत में पर्यावरणीय जागरूकता एक समग्र और संतुलित दृष्टिकोण थी, जो न केवल जीवन के भौतिक पहलुओं से जुड़ी थी, बल्कि आध्यात्मिक और धार्मिक दृष्टिकोण से भी जुड़ी थी। यहाँ के लोग प्राकृतिक संसाधनों का विवेकपूर्ण उपयोग करते थे, और उनका संरक्षण उनके धार्मिक और सांस्कृतिक कर्तव्यों का हिस्सा था। आज के आधुनिक समय में जब पर्यावरणीय संकट गहरा हो गया है, तब हमें प्राचीन भारत की इन शिक्षाओं से प्रेरणा लेकर अपनी जीवनशैली में बदलाव लाने की आवश्यकता है। हमें पर्यावरण के साथ सामंजस्यपूर्ण जीवन जीने के लिए पुराने सिद्धांतों का पालन करना चाहिए, ताकि आने वाली पीढ़ियाँ एक स्वच्छ और समृद्ध पर्यावरण में जीवन जी सकें।

5. प्राचीन भारत में पंचतत्त्व

प्राचीन भारतीय दर्शन में पंचतत्त्व का बहुत गहरा और महत्वपूर्ण स्थान है। पंचतत्त्व के रूप में पृथ्वी , जल , अग्नि, वायु और आकाश का उल्लेख किया गया है, जिन्हें ब्रह्मांड की मूलभूत संरचनाएँ माना गया है। ये पांच तत्त्व न केवल भौतिक रूप से ब्रह्मांड की रचना करते हैं, बल्कि भारतीय संस्कृति, धर्म, और योग की परंपराओं में इनका आध्यात्मिक और दार्शनिक अर्थ भी है। प्राचीन भारत में पंचतत्त्व का विचार केवल भौतिक जगत के रूप में नहीं देखा गया था, बल्कि इन तत्वों का गहरा संबंध आत्मा, प्रकृति और ब्रह्मा से

जोड़ा गया था। इन तत्वों की संपूर्णता में जीवन की स्थिरता और अस्तित्व के सिद्धांत निहित थे। भारतीय विचारधारा के अनुसार, इन पांच तत्वों का सामंजस्यपूर्ण संतुलन ही जीवन के संपूर्ण चक्र को आकार देता है। यह तत्त्व मानव शरीर से लेकर पूरे ब्रह्मांड तक सभी स्तरों पर व्याप्त हैं।

5.1 पंचतत्त्व का उत्थान और परिचय



पंचतत्त्व का विचार भारतीय दर्शन की प्राचीनतम पुस्तकों, जैसे वेदों, उपनिषदों, और पुराणों में मिलता है। वेदों में इन तत्वों के बीच के संबंध और उनके अस्तित्व के सिद्धांत का विस्तृत रूप से उल्लेख किया गया है। विशेष रूप से ऋग्वेद में पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश के बारे में चर्चा की गई है, और इन तत्वों को ब्रह्मांड की रचना के लिए आवश्यक माना गया है।

वेदों और उपनिषदों के माध्यम से यह समझा गया कि पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश का अंतरसंबंध ब्रह्मांड के संचालन और जीवन की उत्पत्ति के लिए आवश्यक है। प्रत्येक तत्त्व अपने आप में महत्वपूर्ण था और एक दूसरे के साथ मिलकर जीवन और ब्रह्मांड का संतुलन बनाए रखता था। भारतीय दर्शन में इसे एक समग्र दृष्टिकोण से देखा

गया, जिसमें प्रत्येक तत्त्व को एक जीवित इकाई के रूप में माना गया, जो ब्रह्मांडीय सत्ता से जुड़ा हुआ है।

5.2 पंचतत्त्व की व्याख्या

5.2.1 पृथ्वी (Earth)

(Source: https://isha.sadhguru.org/en/wisdom/article/five-elements-pancha-bhuta)

पंचतत्त्व में पहला तत्त्व है **पृथ्वी**, जो भौतिक और स्थायी रूप से जीवन का आधार है। पृथ्वी को जीवन का संजीवक और पालनहार माना गया है। यह तत्व स्थिरता, दृढ़ता और संजीवता का प्रतीक है। पृथ्वी से जुड़े तत्त्व को मजबूत आधार देने के कारण यह सभी जीवों के लिए अनिवार्य है। भारतीय परंपरा में पृथ्वी को माँ के रूप में पूजा जाता है, क्योंकि वह सभी जीवों को जीवन देने वाली है। पृथ्वी से हमें भोजन, पानी, और आश्रय मिलता है। इसे **मूलाधार चक्र** (Root Chakra) से भी जोड़ा जाता है, जो शारीरिक और मानसिक संतुलन बनाए रखने के लिए महत्वपूर्ण है। पृथ्वी तत्व हमारे अस्तित्व की जड़ और संरचना है, और इसका सम्मान करना जीवन के संरक्षण और स्थायित्व के लिए आवश्यक माना जाता है।

पृथ्वी जीवन का मूल आधार है। समस्त जीवों का अस्तित्व इसी पर टिका हुआ है। सभी जीव इसी से उत्पन्न होते हैं और इसी पर विचरण करते हैं। पृथ्वी ही समस्त सृष्टि का पोषण करती है, इसलिए उसे 'पृथिवी विश्व की धारिणी' कहा गया है (मुण्डक उपनिषद 2/1/3)। इसका नाम ‹पृथ्वी› इसलिए पड़ा क्योंकि यह सभी जीवों को विस्तार और स्थान प्रदान करती है। यह समस्त प्राणियों के लिए जीवनदायिनी रस के समान है और सभी जीव भी इसके सार रूप हैं, जैसा कि बृहदारण्यक उपनिषद (2/5/1) में कहा गया है – "पृथ्वी समस्त जीवों के लिए मधु है और समस्त जीव पृथ्वी के लिए मधु हैं"।

त्वज्जातास्त्वयं चरन्ति मर्त्यास्त्वं बिभर्षि द्विपदस्त्वं चतुष्पदः ।
तवेमे पृथिवि पञ्च मानवा येभ्यो ज्योतिरमृतं मर्त्येभ्य
उद्यन्त्सूर्यो रश्मिभिरातनोति ॥ (अथर्व० 12/1/15)

दो पांव वाले या चार पांव वाले, सभी प्रकार के जीव पृथ्वी पर ही आश्रित हैं। यही भूमि पंचमनुष्यों को भी आश्रय देती है, और इसी पर विद्यमान जीवन के लिए सूर्य अपनी किरणें बिखेरता है।

जनं बिभ्रती बहुधा विवाचसं नानाधर्माणं पृथिवी यथौकसम् ।
सहस्रं धारा द्रविणस्य मे दुहां ध्रुवेव धेनुरनपस्फुरन्ती ।- (अथर्व. 2/1/44-45)

अर्थ यह है कि धरती पर ही सभी प्रकार की सुख-सुविधाएँ उपलब्ध हैं। यही भूमि सांस्कृतिक विविधताओं की जननी है। यह अपने गर्भ में कीमती रत्नों, धातुओं और खनिजों को संजोए रहती है, और साथ ही यह अनगिनत वनस्पतियों, विभिन्न भाषाओं के बोलने वालों तथा भिन्न-भिन्न विश्वासों को मानने वाले लोगों को भी एक परिवार की तरह अपनाए हुए है। यह धरती न केवल सभी को आश्रय देती है, बल्कि उन्हें अन्न-धन से भरपूर भी रखती है।

वर्तमान में तीव्र औद्योगिक विकास की दौड़ ने हमारी धरती माता को असहनीय पीड़ा दी है। मिट्टी की उपजाऊ शक्ति लगातार क्षीण होती जा रही है। हरित आच्छादन खत्म हो रहा है, नदियाँ सूखने की कगार पर हैं और भूमिगत जलस्रोतों का क्षरण हो रहा है। पृथ्वी के गर्भ में संचित मूल्यवान खनिज और रत्न तेज़ी से समाप्त हो रहे हैं। उसके ऊपर कंक्रीट के निर्माणों का भारी दबाव बढ़ता जा रहा है, और सुंदर पहाड़ियों को काटकर समतल किया जा रहा है। इस तथाकथित विकास के नाम पर हो रहे अंधाधुंध उत्खनन और दोहन से न केवल पर्यावरण संकट में है, बल्कि पारिस्थितिक संतुलन भी बुरी तरह प्रभावित हो रहा है। अथर्ववेद (12/1/35) में भी यह बताया गया है कि आवश्यक खनन के पश्चात पृथ्वी से क्षमा याचना करते हुए उसका पुनर्वास किया जाना चाहिए।

यत् ते भूमे विखनामि क्षिप्रं तदपि रोहतु।

मा ते मर्म विमृग्वरि मा ते हृदयमर्पितम् ।।

अर्थात्, हे धरती! मैं जो खनन कार्य कर रहा हूँ, वह शीघ्र ही पुनः भर जाए, इससे तुम्हें कोई गहरी क्षति न पहुँचे, न ही तुम्हारा अंतःकरण आहत हो। सबसे अधिक चिंताजनक बात यह है कि इसके साथ-साथ वनस्पतियों और जैव विविधताओं का भी विनाश हो रहा है – जो कि प्रकृति की ओर से पृथ्वी को मिला एक अनमोल उपहार है। यह स्थिति पृथ्वी के संतुलन के लिए अत्यंत गंभीर खतरा बनती जा रही है। इसलिए इस अनुपम धरा की रक्षा करना अब अत्यावश्यक हो गया है।

अगर हम श्रद्धा और विवेक के साथ धरती के संसाधनों का उपयोग करें, तो पर्यावरणीय संकटों से बचा जा सकता है। हमारे प्राचीन ऋषि-मुनि इस सच्चाई से भली-भाँति परिचित थे, और उन्होंने पृथ्वी के प्रति गहरा सम्मान दर्शाया है। हमारी पारंपरिक दिनचर्या में यह सिखाया गया है कि प्रातः उठकर धरती पर पैर रखने से पहले उससे क्षमा माँगनी चाहिए। यह भावना उन शब्दों में प्रकट होती है जिनमें धरती को समुद्र के वस्त्र पहनने वाली, पर्वतों को अपने अंगों में समेटने वाली, और जीवों का पालन-पोषण करने वाली विष्णुपत्नी के रूप में नमन किया जाता है। व्यक्ति यह स्वीकार करता है कि वह उनके ऊपर पैर रखने जा रहा है और इसके लिए क्षमा चाहता है।

समुद्रवसने देवि पर्वतस्तनमण्डिते।

विष्णुपत्नि नमस्तुभ्यं पादस्पर्शं क्षमस्व मे ।।

पृथ्वी की रक्षा का सबसे प्रभावी तरीका यही है कि हम इसे इसके स्वाभाविक स्वरूप में बने रहने दें। हमें प्रकृति के साथ सामंजस्य स्थापित करना होगा, न कि उसे जबरन अपने हिसाब से ढालने की कोशिश करनी चाहिए। पेड़ों की अंधाधुंध कटाई, नदियों के प्रवाह को मोड़ना, विशाल बांधों का निर्माण, पहाड़ी क्षेत्रों में अत्यधिक पर्यटन और मानवीय गतिविधियाँ – ये सभी धरती को असंतुलित कर रहे हैं। साथ ही, विनाशकारी हथियारों का उपयोग पृथ्वी को आक्रोशित करने जैसा है। इस असंतुलन और दोहन का दुष्परिणाम अब सम्पूर्ण मानव जाति को भुगतना पड़ रहा है।

5.2.2 जल (Water)

दूसरा तत्त्व है जल, जो जीवन के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। जल को शुद्धता, समृद्धि और संतुलन का प्रतीक माना जाता है। भारतीय संस्कृति में जल को दिव्य माना जाता है, और

नदियाँ, जैसे गंगा, यमुना, और सरस्वती को माँ के रूप में पूजा जाता है। जल जीवन का स्रोत है, और इसके बिना कोई भी जीवित प्राणी अस्तित्व में नहीं रह सकता।

या आपो दिव्या उत वा स्रवन्ति खनित्रिमा उत वा याः स्वयंजाः।

समुद्रार्था याः शुचयः पावकास्ता आपो देवीरिह मामवन्तु । (ऋ. 7/49/2)

जल सबसे पहला स्थूल भौतिक तत्व है, जिसमें हम देखने और छूने – दोनों इंद्रियों के माध्यम से अनुभव कर सकते हैं। इसी कारण इसे सृष्टिकर्ता की प्रारंभिक रचना भी माना गया है-"अप एव ससर्जादौ"। जब सृष्टि प्रलय की स्थिति में थी, तब सब कुछ जल में विलीन था। उस समय समूचा अस्तित्व एक अज्ञात, जलमय अंधकार में समाया हुआ था-जैसा कि ऋग्वेद (10/129/3) में कहा गया है: "तम आसीत् तमसा गूळ्हमग्रेऽप्रकेतं सलिलं सर्वमा इदं।"

प्राचीन मान्यताओं के अनुसार, पृथ्वी का आरंभ भी जल से ही हुआ था। ऋग्वेद में जल को एक देवता के रूप में पूजा गया है और उसकी महिमा का वर्णन अत्यंत भावपूर्ण ढंग से किया गया है। इनमें जल के विभिन्न स्वरूपों का वर्णन मिलता है-जैसे ***दिव्य, स्रवंती, खनित्रिमा*** और ***स्वयंजा***, जो अत्यंत सुंदर उपमाओं के साथ प्रस्तुत किए गए हैं।

दिव्य जल वह है जो आकाश से वर्षा के रूप में प्राप्त होता है। **स्रवंती जल** नदियों और जलधाराओं में प्रवाहित होने वाला जल है, जिसकी तुलना उस गाय से की गई है जो अपने बछड़े से मिलने के लिए दौड़ती है- **"वश्रा इव धेनवः स्यन्दमाना अञ्जः समुद्रमजग्मुः"** (ऋग्वेद 1/32/02)। **खनित्रिमाप** वह जल है जिसे मनुष्य धरती से कुएँ आदि के माध्यम से निकालता है। **स्वयंजा** वे जल स्रोत हैं जो प्राकृतिक रूप से तालाबों, झीलों आदि के रूप में उपलब्ध होते हैं।

इसके अलावा वेदों और संहिताओं में जल के अन्य प्रकारों का भी उल्लेख है:

- रेगिस्तानी क्षेत्रों से मिलने वाला जल – *धन्वन्य*
- हिमनदों से प्राप्त जल – *हैमवत*
- प्राकृतिक जलस्रोतों का जल – *स्वयंजा*
- बावड़ी का जल – *वैशन्त*
- नदियों का जल – *मधुश्चुतः*
- नहरों का जल – *कुल्य*

- कुओं का जल – *कूप्य*
- बड़ी झीलों का जल – *हूलघ*
- तालाब का जल – *स्तुत्य*
- वनस्पतियों में मौजूद जल – *वनं*

(संदर्भ: यजुर्वेद 16/37-38, तैत्तिरीय संहिता 4.5.7.1-2/7.4.13)

इन सभी जल स्वरूपों में *समुद्र* को सर्वोच्च स्थान प्राप्त है, जिसे "समुद्रज्येष्ठाः" कहा गया है (ऋ. 7/49/1), क्योंकि वह जल का सबसे बड़ा भंडार है। जल के अधिपति देवता *वरुण* माने गए हैं। इस जल में *सोम* अर्थात अमृत का वास है। देवताओं को शक्ति और ऊर्जा इसी जल से प्राप्त होती है, और *वैश्वानर अग्नि* का भी निवास इसी में माना गया है।

यासु राजा वरुणो यासु सोमो विश्वेदेवा यासूर्ज मर्दन्ति।
वैश्वानरो यास्वग्निः प्रविष्टस्ता आपो देवीरिह मामवन्तु। (ऋ० 7/49/4)

जल को जीवन का मूल स्रोत माना गया है। जीवन की उत्पत्ति भी जल से ही हुई है – प्रारंभिक एककोशिकीय जीव सबसे पहले उथले जल में विकसित हुए थे। जीवन का अस्तित्व जल के बिना असंभव है। आज वैज्ञानिक विभिन्न ग्रहों और उपग्रहों पर जल की खोज में लगे हुए हैं, किंतु अब तक उन्हें सफलता नहीं मिल सकी है। यह हमारी पृथ्वी की विशेषता है कि यहाँ जल प्रचुर मात्रा में उपलब्ध है। जल की उपस्थिति के कारण ही पृथ्वी पर हरियाली है, और आकाश का प्रतिबिंब जल में पड़ने के कारण ही यह ग्रह दूर से नीले रंग का प्रतीत होता है।

भारतीय परंपरा में जल को न केवल जीवनदायी माना गया है, बल्कि उसे पवित्रता और शुद्धता का प्रतीक भी माना जाता है। विशेष रूप से नदियों के जल को तो अति विशिष्ट स्थान प्राप्त है – जैसा कि *उत्तररामचरित* (1/13) में कहा गया है: "तीर्थों का जल ही बाह्य और आंतरिक शुद्धि का एकमात्र साधन है।" हमारे धार्मिक अनुष्ठानों में जल का प्रयोग अनिवार्य होता है – पवित्रीकरण, प्रौक्षण (शुद्धिकरण), और आचमन जल के माध्यम से ही आरंभ होते हैं। किसी भी संकल्प या पूजन में जल को हाथ में लेकर ही उसका आरंभ किया जाता है।

देवताओं की पूजा में जल की विविध भूमिकाएँ हैं: उनके चरण धोने के लिए *पाद्य*, हाथ धोने के लिए *अर्घ्य*, मुख शुद्धि के लिए *आचमनीय* और स्नान के लिए *स्नानीय* जल

आवश्यक होता है। ये सभी प्रक्रियाएँ जल की शुद्धता और उसकी महत्ता को दर्शाती हैं। हमारे पूर्वजों ने जल स्रोतों की शुद्धता बनाए रखने के लिए जो मार्ग दिखाया, उसे अपनाना आज और भी जरूरी हो गया है। नदियों, तालाबों और कुओं को स्वच्छ रखने की जिम्मेदारी हमारी है। प्राचीन काल में नदियों में तांबे के सिक्के डालने की परंपरा केवल धार्मिक आस्था नहीं थी, बल्कि उसके पीछे वैज्ञानिक सोच भी थी – तांबा एक प्रभावशाली जलशोधक धातु है।

अथर्ववेद (1/33/2) में यह निर्देश दिया गया है कि राजा को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि जल की शुद्धता बनाए रखने के लिए अधिकारियों की नियुक्ति हो, और जनसामान्य केवल उस जल का उपयोग करें जो उबाला गया हो, सूर्य की किरणों या स्वर्ण जैसे धातुओं द्वारा शुद्ध किया गया हो। यह बात आज के संदर्भ में भी उतनी ही प्रासंगिक है जितनी प्राचीन समय में थी।

यासां राजा वरुणो याति मध्ये सत्यानृते अवपश्यन् जनानाम।
या अग्निं गर्भं दधिरे सुवर्णास्ता न आपः शं स्योना भवन्तु।। (अथर्व. 1/33/2)

जीवनदायिनी जल संपदा की रक्षा हेतु हमारे प्राचीन ऋषियों ने कई प्रभावशाली उपाय विकसित किए थे। उन्होंने वर्षा जल के संरक्षण के लिए तालाब, कुएँ, बावड़ियाँ, आहर, और पइन जैसी पारंपरिक जल संरचनाओं का निर्माण करवाया, ताकि जल को सहेजा जा सके और आवश्यकता पड़ने पर उसका उपयोग किया जा सके। राजस्थान जैसे कम वर्षा और खारे जल वाले क्षेत्रों में भी जल स्रोतों की रक्षा और उनके उचित उपयोग के लिए विशेष व्यवस्थाएँ बनाई गई थीं। यहाँ तक कि कई पारंपरिक त्योहारों का उद्देश्य भी वर्षा ऋतु से पूर्व जल-संग्रह की तैयारियों को सामाजिक और सांस्कृतिक रूप से प्रोत्साहित करना था।

यदि आज के परिप्रेक्ष्य में देखें, तो पृथ्वी पर उपलब्ध समग्र जल का लगभग 97.5% भाग समुद्र का खारा जल है, जो प्रत्यक्ष उपयोग के योग्य नहीं है। शेष 2.5% मीठे जल में से भी लगभग 68.6% भाग हिमखंडों के रूप में जमे हुए है और 30% भूमिगत जल के रूप में है। केवल 1.2% जल ही नदियों, झीलों, झरनों आदि में प्रवाहित होता है, जो मानव उपयोग के लिए सीधे उपलब्ध है। यदि हम इस सीमित मीठे जल की उपेक्षा करेंगे और इसे प्रदूषित करते रहेंगे, तो जल संकट निकट भविष्य में गंभीर रूप ले सकता है। दुर्भाग्यवश, यह अमूल्य जल संसाधन आज मानवजनित प्रदूषण के कारण संकट में है। उद्योगों से निकलने वाला अपशिष्ट, नगरीय मल-जल, घरेलू रसायन और कृषि में

प्रयुक्त रासायनिक उर्वरक एवं कीटनाशक जैसे तत्व जल स्रोतों को बुरी तरह प्रदूषित कर रहे हैं। इससे जलचक्र बाधित हो रहा है और जल का स्वाभाविक शुद्धीकरण भी कठिन होता जा रहा है।

इसके अतिरिक्त, भूमिगत जल का अत्यधिक और अनियंत्रित दोहन भी गंभीर परिणाम ला रहा है – एक ओर यह अनेक रोगों और पारिस्थितिक असंतुलन का कारण बन रहा है, तो दूसरी ओर पेयजल की भारी कमी सामने आ रही है। तटीय क्षेत्रों में समुद्री जल के भूमिगत जल में मिल जाने से कृषि योग्य भूमि खारी और अनुपजाऊ होती जा रही है, जो भविष्य में एक बड़ी पर्यावरणीय आपदा का रूप ले सकती है। इस गहराते संकट से उबरने के लिए हमें अपनी प्राचीन संस्कृति और पारंपरिक जल संरक्षण प्रणालियों की ओर लौटना होगा-जहाँ जल को केवल एक संसाधन नहीं, बल्कि पूजनीय तत्व मानकर संरक्षित किया जाता था।

5.2.3 अग्नि (Fire)

तीसरा तत्त्व है **अग्नि**, जिसे भारतीय संस्कृति में अत्यधिक महत्व दिया गया है। अग्नि को ज्ञान, शक्ति और ऊर्जा का प्रतीक माना जाता है। यह तत्त्व जीवन की ऊर्जा, आंतरिक शक्ति और प्रकाश का प्रतिनिधित्व करता है। अग्नि तत्त्व को देवताओं की शक्तियों से जोड़कर देखा जाता है, और यज्ञों और हवनों में अग्नि का प्रयोग धार्मिक अनुष्ठानों का अभिन्न हिस्सा है। भारतीय वैदिक परंपरा में अग्नि को सर्वोच्च सम्मान प्राप्त है। वह न केवल यज्ञ का देवता है, बल्कि पुरोहित, ऋत्विज, होता और यजमान की भूमिका भी स्वयं निभाता है।

ऋग्वेद का आरंभ यहीं से है-

अ॒ग्निमी॑ळे पु॒रोहि॑तं य॒ज्ञस्य॑ दे॒वमृ॒त्विज॑म् । होता॑रं रत्न॒धात॑मम्॥

(ऋ० 1/1/1)

अग्नि को प्रकाश का स्वरूप माना गया है – "ज्योतिर्मय अग्नि" (बृहदारण्यक उपनिषद् 1/5/11)। सूर्य, चंद्र और नक्षत्रों का तेज भी उसी अग्नि का ही प्रतिबिंब है। यही कारण है कि अग्नि को सृष्टि का प्राण कहा गया है – "अग्निह वै प्राणः" (जाबाल उपनिषद् 4)। भारतीय संस्कृति का मूलस्वर ही आग्नेय है। हमारे यहां अग्नि सर्वत्र विद्यमान है – पृथ्वी पर *वैश्वानर अग्नि*, स्वर्ग में *नाचिकेता अग्नि*, शरीर में *जठराग्नि*, वन में *दावाग्नि* और समुद्र में *बड़वाग्नि* के रूप में। जब हम भोजन करते हैं, तब उसे अग्नि को अर्पित करने जैसा माना जाता है – "आमयेऽग्नौ जुहोति" (मैत्रायणीय उपनिषद् 6/26)। अग्नि जल में भी सूक्ष्म रूप में स्थित है – "स एवाग्निः सलिले सन्निविष्टः" (श्वेताश्वतर उपनिषद् 6/15)। बादलों में जो बिजली चमकती है, वह भी अग्नि का ही रूप है – "अग्नौ विद्युति विभाति" (मैत्रा. 6/24)।

गृहस्थ आश्रम के पंचमहायज्ञों में अग्नि केंद्रीय साधन है और वैदिक यज्ञों में आहुतियाँ अग्नि के माध्यम से देवताओं तक पहुँचती हैं। वैदिक ऋषियों ने अग्नि को देवताओं का मुख कहा है – "अग्निर्वै देवानां मुखम्"। ऋग्वेद (1/1/4) में वर्णन है कि अग्नि ही यज्ञ को सम्पूर्ण दिशा में व्याप्त होकर देवताओं तक पहुँचाता है:

"अग्ने यं यज्ञमध्वरं विश्वतः परिभूरसि। स इद्देवेषु गच्छति।"

इस प्रकार, अग्नि न केवल भौतिक स्तर पर, बल्कि आध्यात्मिक और सांस्कृतिक जीवन में भी एक सर्वव्यापक, पूजनीय तत्त्व है।

न तत्र सूर्यो भाति न चन्द्रतारकं नेमा विद्युतो भान्ति कुतोऽयमग्निः।
तमेव भान्तमनुभाति सर्वं तस्य भासा सर्वमिदं विभाति॥ (श्वेताश्वतर 6/14)

अग्नि का एक विशेष रूप विद्युत् है, जो आज के जीवन में अत्यंत आवश्यक और सर्वव्यापी तत्त्व बन चुका है। हालांकि, विद्युत का उपयोग कोई आधुनिक खोज नहीं है – प्राचीन भारतीय ग्रंथ *अगस्त्य संहिता* में भी तड़ित, सौदामिनी, विद्युत, शतकुंभी, ह्रदिनी और अशनि जैसे विद्युत के छह स्वरूपों का उल्लेख मिलता है। उस समय विद्युत उत्पादन की जो विधियाँ अपनाई जाती थीं, वे पूर्णतः पर्यावरण-सहिष्णु थीं। जैविक शक्ति, रासायनिक ऊर्जा, सौर ऊर्जा, जल ऊर्जा और पवन ऊर्जा जैसे स्रोतों से ऊर्जा प्राप्त की जाती थी, जो प्रकृति को क्षति पहुँचाए बिना काम करती थीं।

वर्तमान समय में, ऊर्जा के लिए जिन स्रोतों पर निर्भरता बढ़ी है – जैसे कोयला, बड़े-बड़े जल बाँध और परमाणु ईंधन – उन्होंने कई पर्यावरणीय संकटों को जन्म दिया है। कोयले के अत्यधिक खनन से भूमि का क्षरण और प्रदूषण फैल रहा है, वहीं बाँधों ने नदियों के प्राकृतिक प्रवाह को बाधित कर उनके अस्तित्व को ही खतरे में डाल दिया है। परमाणु ऊर्जा के संभावित खतरे और अतीत में हुए दुर्घटनाओं के उदाहरणों से इसकी विनाशकारी शक्ति का अनुमान पहले ही लग चुका है।

ऐसे परिदृश्य में, यह आवश्यक हो गया है कि हम अपने प्राचीन ज्ञान को युगानुकूल संशोधित रूप में अपनाएं। आज सौर ऊर्जा जैसे विकल्पों की ओर बढ़ता हुआ ध्यान वास्तव में भारतीय परंपरा की ओर लौटने का संकेत है। जिन्हें आज "वैकल्पिक ऊर्जा स्रोत" कहा जा रहा है, वे वास्तव में अक्षय और स्वाभाविक ऊर्जा के स्रोत हैं। इसके

विपरीत, जो ऊर्जा स्रोत आज मुख्य माने जाते हैं – जैसे कोयला और नाभिकीय ईंधन – भारतीय शास्त्रों में उन्हें *पुरीष अग्नि* कहा गया है, अर्थात् पृथ्वी का अपशिष्ट, जिसे धरती में ही दबा रहना चाहिए। इसलिए, यह विचार करना आवश्यक है कि वास्तव में मुख्य और वैकल्पिक ऊर्जा स्रोत कौन-से हैं। यदि हम शुद्ध और स्थायी ऊर्जा के प्रति दृष्टिकोण नहीं बदलते, तो प्रदूषण और पर्यावरणीय संकटों का समाधान संभव नहीं होगा। ऊर्जा नीति की इस पुनर्व्याख्या और पुनर्विचार की आज नितांत आवश्यकता है।

5.2.4 वायु (Air)

चौथा तत्त्व है **वायु**, जो जीवन के संचालन में अत्यधिक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। वायु को गति, स्वच्छता और स्वतंत्रता का प्रतीक माना जाता है। यह तत्त्व हमारे शरीर में श्वास के रूप में प्रवेश करता है और जीवन को सक्रिय रखता है। वायु पर्यावरण का अभिन्न अंग है और इसे प्राणवायु के रूप में भी जाना जाता है। इसके कारण ही पृथ्वी पर जीवन का अस्तित्व संभव है। वायु के माध्यम से हमारी श्वासों का संचलन होता है और यह हमारे शरीर के अंदर और बाहर निरंतर प्रवाहित होती रहती है। वायुमंडल की उपस्थिति ही पृथ्वी के जीवित रहने का कारण है। इसमें विभिन्न गैसों का संतुलित मिश्रण होता है, और यदि इनमें असंतुलन उत्पन्न हो जाए, तो यह सृष्टि के लिए विनाशकारी हो सकता है। भारतीय ऋषियों ने इस महत्वपूर्ण तत्त्व को पहचानते हुए वायु को देवत्व का स्वरूप दिया है। ऋग्वेद में वायु, वात और मरुत् के नामों से इसकी स्तुति की गई है। उपनिषदों में इसका विस्तृत रूप और ब्रह्म के समान व्यापकता का वर्णन किया गया है।

वायुर्यथैको भुवनं प्रविष्टो रूपं रूपं प्रतिरूपो बभूव।
एकस्तथा सर्वभूतान्तरात्मा रूपं रूपं प्रतिरूपो बहिश्च ॥ (कठः 2/2/10)

'वायुः प्राणः' (मु.उप. 2/1/4) का अर्थ है कि वायु ही जीवन का प्राण है। इसे परमेश्वर का पैर भी माना गया है, जो उनकी सर्वव्यापीता का प्रतीक है – 'वायुः पादः'। वायु जीवन का मूल आधार है। ऋग्वेद में सृष्टि के सृजन के दौरान पहले उपभोग्य पदार्थों के निर्माण के बाद वायवीय जीवों की उत्पत्ति का उल्लेख किया गया है:

तस्मा॑द्य॒ज्ञात् स॑र्व॒हुतः सम्भृ॑तं पृषदा॒ज्यम्।
प॒शूस्ताँश्च॑क्रे वा॒य॒व्या॑नार॒ण्यान् ग्रा॒म्याश्च॒ ये।। (ऋ. 10/90/8)

वायवीय (वायु में रहने वाले जीव) जीव जैसे कीट-पतंगे, पक्षी, आदि अत्यधिक संख्या में होते हैं और इनकी महत्वपूर्ण भूमिका है। वायु का अभ्यास ही जीवन का अभ्यास है, और इसके माध्यम से हमारे ‹वातरशना› मुनिगण बिना आहार के लंबे समय तक जीवन यापन

करते रहे हैं। भारतीय तत्त्वज्ञों ने वायु के विभिन्न प्रकारों का भी वर्णन किया है। दर्शन ग्रंथों में पञ्चवायु – प्राण, अपान, समान, उदान, और व्यान – का उल्लेख मिलता है।

हृदि प्राणो गुदेऽपानः समानो नाभिदेशगः।
उदानः कण्ठदेशस्थो व्यानः सर्वशरीरगः।।

पाँच प्रमुख पवन भेदों – प्राण, अपान, समान, उदान और व्यान – के अतिरिक्त *नाग, कूर्म, कृकल, देवदत्त* और *धनञ्जय* नामक अन्य पाँच प्रकार की वायु का भी उल्लेख किया गया है। ये सभी शरीर के भीतर विशिष्ट कार्यों को नियंत्रित करते हैं और सामूहिक रूप से शारीरिक संतुलन बनाए रखते हैं। इनका कोई भी असंतुलन शरीर की संपूर्ण कार्यप्रणाली को प्रभावित कर सकता है। इसलिए, वायु की शुद्धता और संतुलन को बनाए रखना, जीवन की स्थिरता और स्वास्थ्य के लिए अनिवार्य है।

आज के युग में हम प्रकृति के स्वाभाविक ढाँचे को कृत्रिम औद्योगिकीकरण और शहरीकरण के माध्यम से विकृत कर रहे हैं। विशाल कल-कारखानों, रासायनिक उत्सर्जनों और ओजोन परत के क्षरण जैसी मानवीय गतिविधियों ने पृथ्वी के पर्यावरणीय संतुलन को संकट में डाल दिया है। इन प्रक्रियाओं के कारण वायुमंडलीय विषाक्तता बढ़ गई है और ऑक्सीजन की उपलब्धता लगातार घट रही है, जबकि कार्बन डाईऑक्साइड और अन्य जहरीली गैसों की मात्रा खतरनाक स्तर तक पहुँच चुकी है। वैज्ञानिकों ने चेतावनी दी है कि यदि वर्तमान प्रवृत्तियाँ जारी रहीं, तो आने वाली कुछ ही पीढ़ियों में पृथ्वी पर जीवन कठिन हो जाएगा।

इस भयावह स्थिति से बचाव का एकमात्र उपाय यह है कि हम पर्यावरण संरक्षण के लिए तत्काल कदम उठाएँ और प्राचीन भारतीय जीवनशैली के उन उपायों को अपनाएँ, जो प्रकृति के साथ सामंजस्य की भावना पर आधारित थे। वनों की अंधाधुंध कटाई पर रोक, व्यापक वृक्षारोपण, शहरी क्षेत्रों में छतों पर हरियाली का विकास, और समय-समय पर यज्ञ आदि का आयोजन वायुप्रदूषण को नियंत्रित करने के प्रभावी उपाय हैं।

प्राचीन मनीषियों ने प्रकृति और जीव-जंतुओं के बीच संतुलन बनाए रखने का मार्ग *यज्ञ* के माध्यम से बताया। यज्ञ केवल अग्निहोत्र नहीं, बल्कि वह हर कर्म है जो परस्पर कल्याण की भावना से किया जाए। *भगवद्गीता* (3/10) में उल्लेख है कि प्रजापति ने सृष्टि के साथ-साथ यज्ञ की भी रचना की: **"सहयज्ञाः प्रजाः सृष्ट्वा पुरोवाच प्रजापतिः"**। यज्ञ के माध्यम से यह सृष्टि निरंतर ऊर्जा पाकर गतिशील बनी रहती है। यजुर्वेद (23/62) में इसे सृष्टि-चक्र का आधार बताया गया है – "अयं यज्ञो भुवनस्य नाभिः"। यज्ञ का

प्रभाव केवल वायुमंडल को शुद्ध करने तक सीमित नहीं है; यह भूमि, जल, और ध्वनि प्रदूषण को भी कम करने में सहायक होता है। साथ ही यह मानसिक और आत्मिक शुद्धि का माध्यम भी है, जिससे मनुष्य के भीतर के विकार शांत होते हैं और आध्यात्मिक विकास का मार्ग प्रशस्त होता है।

ऋग्वेद (2/14/3) में एक उल्लेखनीय प्रसंग के माध्यम से यह बताया गया है कि जब सोमरस द्वारा इंद्र को आच्छादित किया गया, तो यह संकेत मिलता है कि पृथ्वी का ऊपरी आवरण घने बादलों के समान होना चाहिए, जिसमें किसी प्रकार की दरार या छिद्र नहीं होनी चाहिए। क्योंकि इसी आवरण के संरक्षण से पृथ्वी पर वनस्पतियाँ, औषधियां और अन्न जैसे जीवनोपयोगी तत्व उत्पन्न होते हैं। यदि यह रक्षा कवच भंग हो जाए, तो नाशकारी तत्व सक्रिय होकर जीवन को संकट में डाल सकते हैं। वर्तमान वैज्ञानिक दृष्टिकोण से देखें तो यह वर्णन *ओजोन परत* के महत्व को रेखांकित करता है। ओजोन परत सूर्य से आने वाली हानिकारक अल्ट्रावायलेट किरणों को रोकने का कार्य करती है। किन्तु आज तकनीकी विकास की दौड़ में मनुष्य द्वारा छोड़ी जा रही क्लोरोफ्लोरोकार्बन (CFCs), मोनोऑक्साइड, हाइड्रोफ्लोरोकार्बन और नाइट्रस ऑक्साइड जैसी जहरीली गैसों के कारण इस परत में छिद्र हो गया है। इस दरार के चलते ब्रह्मांडीय विकिरणें पृथ्वी के वातावरण में प्रवेश कर रही हैं, जिससे अनेक घातक और नई बीमारियाँ – जैसे *जीका वायरस, इबोला, निपाह, बर्ड फ्लू, स्वाइन फ्लू, डेंगू और चिकनगुनिया* – तेजी से फैल रही हैं।

ऐसे में वेदों का यह सन्देश और भी प्रासंगिक हो जाता है कि हमें वनों का संरक्षण और विस्तार करना चाहिए, क्योंकि यही पृथ्वी के फेफड़े हैं। ये न केवल हवा को शुद्ध करते हैं बल्कि तापमान को संतुलित और वातावरण को जीवनोपयोगी बनाए रखते हैं। *अथर्ववेद* (12/1/11) में स्पष्ट कहा गया है – **"अरण्यं ते पृथिवि स्योनमस्तु"**, अर्थात् जंगल पृथ्वी के लिए कल्याणकारी बनें। यही वनों का महत्व है, क्योंकि इनके बिना वायुमंडल को शुद्ध और संतुलित बनाए रखना संभव नहीं। प्राचीन भारतीय साहित्य में प्राकृतिक आपदाओं जैसे आँधी, तूफान आदि का उल्लेख तो मिलता है, किंतु कृत्रिम वायु प्रदूषण का कोई संदर्भ नहीं मिलता – और यह आश्चर्यजनक नहीं है, क्योंकि हमारे पूर्वज प्रकृति को देवता के रूप में पूजते थे। उनके लिए प्रकृति का दोहन नहीं, संरक्षण ही धर्म था।

शुद्ध वायु की अवधारणा का एक अत्यंत मनोहारी चित्रण महाकवि कालिदास ने *"अभिज्ञानशाकुन्तलम्"* के चौथे अंक में प्रस्तुत किया है, जब शकुन्तला अपने ससुराल की ओर प्रस्थान करती है। आशीर्वादस्वरूप यह कामना की जाती है कि उसका मार्ग सरोवरों की हरियाली, वृक्षों की छाया, कमल पुष्पों की सुगंध और शीतल समीर से सुशोभित हो –

रम्यान्तरः कमलिनी हरितैः सरोभिः
छायादुमैर्नियमितार्कमरीचितापः।
भूयात् कुशेशयरजोमृदुरेणुरस्याः
शान्तानुकूलपवनश्च शिवश्च पन्थाः॥ (अभिज्ञानशाकुन्तलम् 4/11)

यह दृश्य न केवल प्राकृतिक संतुलन की सुंदरतम कल्पना है, बल्कि यह दर्शाता है कि शुद्ध और संतुलित वायुमंडल ही जीवन के लिए सर्वोत्तम वातावरण प्रदान करता है।

5.2.5 आकाश (Ether)

पंचतत्त्व में पांचवां और अंतिम तत्त्व है **आकाश**, जिसे स्पेस या इथर भी कहा जाता है। आकाश तत्त्व को ब्रह्मांडीय अवकाश, अपार स्थान और अनंतता का प्रतीक माना जाता है। यह तत्त्व जीवन के विस्तार, निरंतरता और ब्रह्मांडीय ऊर्जा का प्रतिनिधित्व करता है। आकाश वह तत्व है जिसमें सभी अन्य तत्त्व समाहित होते हैं और इससे जीवन की हर गतिविधि जुड़ी रहती है। आकाश तत्त्व के माध्यम से हम मानसिक और आध्यात्मिक स्पष्टता प्राप्त करते हैं। परमात्मा से उत्पन्न प्रथम पर्यावरणीय तत्व ‹आकाश› है, जो समस्त सृष्टि का व्यापकतम आवरण है। यह न केवल ब्रह्मांड की संरचना का आधार

है, बल्कि सृजन और संचरण के लिए आवश्यक अवकाश भी प्रदान करता है। इसी कारण, आकाश को भारतीय दर्शनों और ग्रंथों में अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान दिया गया है। *अमरकोश* में भी आकाश के लिए पाँच पर्यायवाची शब्दों का उल्लेख किया गया है (अमरकोश 1/2/167-172)।

उपनिषदों में आकाश को ब्रह्म की एक अभिव्यक्ति के रूप में वर्णित किया गया है। इसी में सूर्य, चंद्रमा तथा अन्य खगोलीय पिंड स्थित हैं। इसकी सर्वव्यापकता इसे सबसे महान तत्व बनाती है। आकाश की सबसे विशिष्ट विशेषता यह है कि शब्द इसी में उत्पन्न होता है, इसी में प्रवाहित होता है, और इसी के माध्यम से ग्रहण किया जाता है। अतः कहा गया है: *"शब्दगुणकम् आकाशम्"* – अर्थात् शब्द आकाश का गुण है।

जब हम बोलते हैं या सुनते हैं, तो यह क्रिया आकाशीय माध्यम से ही संभव होती है। ध्वनि तरंगें, कानों द्वारा ग्रहण की जाती हैं, और यह तभी संभव होता है जब आकाश के भीतर और हमारे श्रवणेंद्रिय में सामंजस्य हो। *वर्तमान विज्ञान* के अनुसार, सामान्य मनुष्य की श्रवण सीमा 20 से 30 डेसिबल के मध्य होती है। इससे अधिक ध्वनि का स्तर ध्वनि प्रदूषण कहलाता है, जो न केवल कानों के लिए हानिकारक है, बल्कि सम्पूर्ण मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव डालता है। आज के यंत्रप्रधान युग में कल-कारखानों, यातायात के साधनों, निर्माण कार्यों और डीजे आदि से उत्पन्न अत्यधिक शोर ने मानव जीवन को तनावग्रस्त बना दिया है। इसका प्रभाव रक्तचाप, अनिद्रा, सुनने की क्षमता में कमी, सिरदर्द और मानसिक थकान के रूप में देखा जा सकता है। इसके अतिरिक्त, मोबाइल, टेलीविजन, कंप्यूटर जैसे इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों से निकलने वाली विकिरणें और परमाणु परीक्षणों के परिणामस्वरूप उत्पन्न रेडियोधर्मी प्रदूषण भी आकाशीय संतुलन को बिगाड़ रहे हैं।

भारतीय मनीषा ने ध्वनि के दुरुपयोग की बजाय उसके कलात्मक और सृजनात्मक उपयोग पर बल दिया। यहाँ ध्वनि को शुद्धता और सौम्यता से जोड़ा गया – जिससे *स्वर-विज्ञान*, *संगीत*, और *ऋचाओं* का जन्म हुआ। ऋषियों ने रचनात्मक ध्वनियों की संरचना इस प्रकार की कि वे ऋतु, समय और भाव के अनुरूप वातावरण को अनुकूल बना सकें। यह दृष्टिकोण न केवल ध्वनि प्रदूषण से मुक्ति देता है, बल्कि मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य के लिए भी सहायक है। वेदों में वर्णित छंद – जैसे गायत्री, त्रिष्टुप, जगती, अनुष्टुप आदि – न केवल वाणी की शक्ति को दिशा देते हैं, बल्कि *दिशाओं को संतुलित करते हुए जीवन के दोषों को भी शांत करने का कार्य करते हैं।*

गायत्री त्रिष्टुब्जगत्यनुष्टुप्प्या सह।
बृहत्युष्णिहर्हा कुकुप्सुचीर्भिः शम्यतु त्वा।। (यजुर्वेद 23/33)

यह मंत्र ध्वनि की संतुलनकारी शक्ति को उजागर करता है, जो सम्पूर्ण सृष्टि को स्थिरता और शांति प्रदान करने में समर्थ है। भारतीय स्वर विज्ञान और संगीत की अवधारणाओं पर आधारित आज के प्रमुख चिकित्सा विशेषज्ञों ने **साउंड थेरेपी** (ध्वनि चिकित्सा) की खोज की है और इसे असाध्य रोगों के उपचार में प्रभावी पाया है।

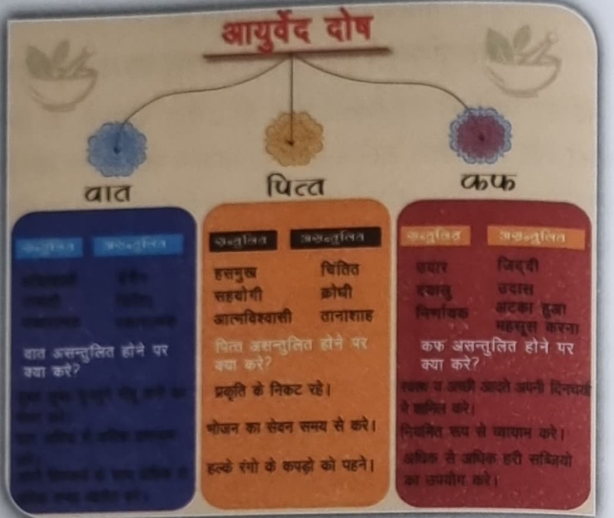
आकाश, जो इस सृष्टि का विशालतम हिस्सा है, उसमें सूक्ष्मतम आणविक कणों से लेकर विशालतम खगोलीय पिंड तक समाहित हैं। इन सभी कणों और पिंडों से बनती हुई अनगिनत आकाशगंगाएँ एक लयबद्ध तरीके से नृत्य करती हुई एक व्यापक पारिस्थितिकी तंत्र का निर्माण करती हैं। ये सभी आकाशीय तत्व आपस में एक दूसरे से जुड़े हुए हैं, एक दूसरे को सहारा देते हैं और परस्पर पूरक हैं। पूरी सृष्टि का प्रत्येक कण इसके संगीत से गूंज रहा है, जिसका गमन एक प्रकार का नृत्य है, और इस नृत्य से उत्पन्न होने वाली ध्वनि उसका गीत है। यही नटराज के नृत्य का सौम्य रूप, यानि लास्य, है। इसी लास्य के माध्यम से आकाश का संरक्षण संभव हो पाता है, क्योंकि अत्यधिक ध्वनि तीव्रता तांडव रूप में सृष्टि की महाप्रलय की स्थिति उत्पन्न कर सकती है। इस नटराज के लास्य और नृत्य की अनुभूति को भौतिकविज्ञानी फ्रिट्जोफ काप्रा ने अपनी प्रसिद्ध पुस्तक *"ताओ ऑफ फिजिक्स"* की भूमिका में भी उल्लेख किया है।

5.3 पंचतत्त्व का संतुलन और जीवन पर प्रभाव

प्राचीन भारतीय दर्शन में यह माना गया है कि पंचतत्त्वों का संतुलन जीवन के लिए आवश्यक है। जब इन तत्वों में संतुलन होता है, तो जीवन में शांति, संतुलन और स्वास्थ्य रहता है। लेकिन अगर इनमें से कोई भी तत्व असंतुलित हो जाए, तो यह शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक समस्याओं को जन्म देता है।

शरीर और पंचतत्त्व

भारतीय चिकित्सा पद्धतियों, जैसे आयुर्वेद और योग, में पंचतत्त्वों का गहरा संबंध शरीर से है। आयुर्वेद में शरीर को तीन दोषों (वात, पित्त, कफ) से जोड़ा गया है, जो पंचतत्त्वों के असंतुलन के कारण उत्पन्न होते हैं। वात दोष वायु तत्व से संबंधित है, पित्त दोष अग्नि से संबंधित है, और कफ दोष पृथ्वी और जल से संबंधित है। आयुर्वेद में इन तीन दोषों के संतुलन को बनाए रखने के लिए पंचतत्त्वों के सही उपयोग की सिफारिश की जाती है।



5.4 मानसिक संतुलन

मानसिक शांति और संतुलन के लिए भी पंचतत्त्वों का महत्वपूर्ण योगदान है। जब मनुष्य के भीतर इन तत्वों का संतुलन होता है, तो वह आंतरिक शांति, ध्यान, और मानसिक स्पष्टता प्राप्त करता है। योग के माध्यम से भी इन पंचतत्त्वों को संतुलित किया जाता है। विशेष रूप से प्राणायाम, ध्यान, और आसन के अभ्यास के द्वारा इन तत्वों को संतुलित किया जाता है।

मानसिक शांति और संतुलन के लिए पंचतत्त्वों का योगदान

प्राचीन भारत में पंचतत्त्व का विचार केवल एक भौतिक सिद्धांत नहीं था, बल्कि यह जीवन के आध्यात्मिक और मानसिक पहलुओं को भी समझने का एक तरीका था। इन पांच तत्त्वों के संतुलन से ही जीवन की समृद्धि, शांति और ऊर्जा का प्रवाह संभव होता है। पंचतत्त्वों का संतुलन और सम्मान न केवल हमारे भौतिक अस्तित्व के लिए आवश्यक है, बल्कि यह हमारे मानसिक, शारीरिक और आध्यात्मिक विकास के लिए भी अनिवार्य है। पंचतत्त्वों का यह ज्ञान भारतीय दर्शन का एक अनमोल रत्न है, जो न केवल प्राचीन समय में, बल्कि आज भी हमारे जीवन को सही दिशा और उद्देश्य प्रदान करने में सहायक है। इन तत्त्वों की महत्ता को समझते हुए हमें अपनी दिनचर्या में संतुलन बनाए रखना चाहिए और पर्यावरण का सम्मान करना चाहिए।

6. प्राचीन भारत में औषधीय पौधों का महत्व

प्राचीन भारत में चिकित्सा और औषधि विज्ञान का बहुत पुराना इतिहास रहा है। भारतीय चिकित्सा पद्धतियाँ, विशेष रूप से आयुर्वेद, प्राकृतिक उपचारों और औषधीय पौधों पर आधारित थीं। आयुर्वेद के अनुसार, प्रत्येक व्यक्ति की शारीरिक संरचना, मानसिक स्थिति और आत्मिक संतुलन को बनाए रखने के लिए प्राकृतिक उपायों का उपयोग किया जाता था। पृथ्वी पर पर्यावरण की सबसे मनोहारी विशेषता यहाँ पाई जाने वाली औषधियों और वनस्पतियों के कारण है। प्राचीन भारतीय मनीषियों ने इन वनस्पतियों में जीवन और प्राणशक्ति की उपस्थिति स्वीकार की है। **"ओषः धारयन्तीति ओषधयः"** – अर्थात् जो प्राणों का पोषण करती हैं, वे औषधियाँ कहलाती हैं। जो पौधे फल और फूल देने के बाद समाप्त हो जाते हैं, उन्हें औषधि कहा गया है, जबकि जिन पर फूल नहीं आते, वे केवल वनस्पति माने गए हैं। अमरकोश में इस अंतर को स्पष्ट करते हुए कहा गया है:

वानस्पत्यः फलैः पुष्पात्तैर पुष्पाद्वनस्पतिः।
ओषध्यः फलपाकान्ताः स्युः।

अथर्ववेद में औषधियों को पाँच प्रमुख श्रेणियों में विभाजित किया गया है – सोम, दभ्र, भंग, यव और सहस। इनका प्रयोग न केवल उपचार के लिए, बल्कि पाप और प्रदूषण से मुक्ति की कामना के लिए भी किया गया है:

पञ्चे राज्यानि वीरुधां सोमश्रेष्ठानि ब्रूमः।
दर्भो भङ्गो यवः सहुस्ते नौ मुञ्चन्त्वंहसः। (अथर्व 11/6/15)

यजुर्वेद में वृक्षों और वनस्पतियों को रुद्र के रूप में प्रतिष्ठित किया गया है। सोलहवें

अध्याय में जब रुद्र की स्तुति की जाती है, तब उन्हें ‹वृक्षपति› और ‹औषधिपति› कहकर संबोधित किया गया है:

वृक्षेभ्यो हरिकेशेभ्यः पशूनाम्पतये नमः।
औषधीनाम्पतये नमः। (यजु. 16/17-19)

स्कंदपुराण में उल्लेख है कि जो व्यक्ति पीपल, नीम, वट, इमली, बिल्व, आंवला और आम जैसे वृक्षों का रोपण कर उनकी देखभाल करता है, वह रोगों या कष्टों से बचा रहता है। इसका कारण यह है कि ये वृक्ष पर्यावरण में उपस्थित प्रदूषित वायु को अवशोषित करके शुद्ध प्राणवायु उत्पन्न करने की अत्यधिक क्षमता रखते हैं।

6.1 आयुर्वेद और औषधीय पौधे

आयुर्वेद, जो प्राचीन भारतीय चिकित्सा पद्धति है, में औषधीय पौधों का उपयोग अत्यधिक महत्वपूर्ण था। आयुर्वेद का उद्देश्य न केवल रोगों का उपचार करना है, बल्कि शरीर और मन के संतुलन को बनाए रखना है। आयुर्वेद में औषधीय पौधों का वर्गीकरण किया गया है और प्रत्येक पौधे की चिकित्सीय गुणों के आधार पर उसका उपयोग बताया गया है। आयुर्वेद में औषधियों के निर्माण के लिए पौधों, खनिजों, और अन्य प्राकृतिक तत्वों का मिश्रण किया जाता था।

6.2 आयुर्वेदिक ग्रंथों में औषधीय पौधों का उल्लेख

प्राचीन भारतीय ग्रंथों में औषधीय पौधों का विस्तृत उल्लेख किया गया है। **चरक संहिता, सुश्रुत संहिता,** और **अष्टांग हृदय** जैसे आयुर्वेदिक ग्रंथों में औषधीय पौधों के गुण, उनके प्रयोग, और उनके लाभों के बारे में बताया गया है। इन ग्रंथों में कुल मिलाकर सैकड़ों औषधीय पौधों का उल्लेख किया गया है, जो विभिन्न प्रकार की बीमारियों के उपचार के लिए उपयोगी थे।

6.3 प्रमुख औषधीय पौधों का विवरण

प्राचीन भारत में कई ऐसे पौधे थे, जिनका उपयोग चिकित्सा में प्रमुखता से किया जाता था। नीचे कुछ प्रमुख औषधीय पौधों के बारे में बताया गया है:

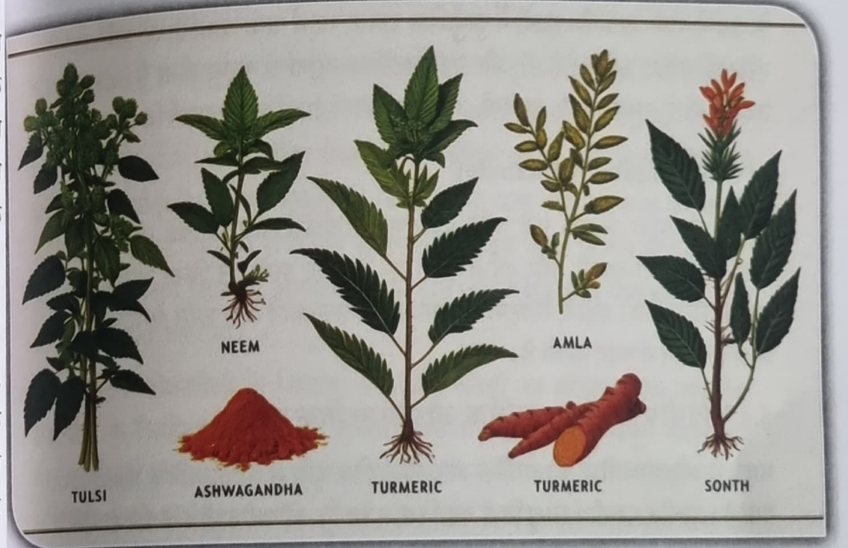
1. तुलसी (Ocimum sanctum)

तुलसी को भारतीय संस्कृति में बहुत पवित्र माना जाता है और इसे **"हर्बल क्वीन"** कहा जाता है। यह पौधा न केवल धार्मिक दृष्टिकोण से महत्वपूर्ण है, बल्कि औषधीय दृष्टिकोण

से भी अत्यंत उपयोगी है। तुलसी के पत्तों का सेवन विभिन्न प्रकार की बीमारियों जैसे ज्वर, सर्दी, खांसी, और अस्थमा के उपचार में किया जाता है। तुलसी में एंटीऑक्सिडेंट, एंटीबैक्टीरियल, और एंटीइंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो शरीर को संक्रमण से बचाते हैं।

2. नीम (Azadirachta indica)

नीम का पेड़ भारतीय पारंपरिक चिकित्सा में एक अमूल्य योगदान देता है। नीम के पत्ते, छाल, और तेल का उपयोग त्वचा रोगों, बुखार, और अन्य संक्रमणों के उपचार में किया जाता है। नीम का प्रभावी एंटीबैक्टीरियल और एंटीफंगल गुण इसे एक शक्तिशाली औषधि बनाते हैं। नीम का उपयोग रक्त साफ करने, पाचन संबंधी समस्याओं और रक्तदाब के उपचार में भी किया जाता है।



औषधीय पौधों का चिकित्सा में उपयोग

3. आंवला (Phyllanthus emblica)

आंवला भारतीय चिकित्सा पद्धतियों में अत्यधिक उपयोगी औषधीय पौधा है। इसे **"भारतीय गूजबेरी"** कहा जाता है और यह विटामिन C का बहुत अच्छा स्रोत होता है। आंवला का उपयोग पाचन, प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करने, और त्वचा की समस्याओं के इलाज में किया जाता है। आंवला का रस बालों को मजबूत करने और

आंखों की रोशनी बढ़ाने में भी सहायक है।

4. अश्वगंधा (Withania somnifera)

अश्वगंधा को भारतीय आयुर्वेद में एक शक्तिशाली औषधि के रूप में जाना जाता है। इसे **"Indian ginseng"** भी कहा जाता है। यह शरीर की ऊर्जा को बढ़ाने, तनाव कम करने, और मानसिक शांति बनाए रखने में मदद करता है। अश्वगंधा का सेवन आमतौर पर तनाव, चिंता, और अवसाद के उपचार में किया जाता है। यह शरीर को सहनशीलता और शक्ति प्रदान करता है, और शरीर को बेहतर तरीके से कार्य करने में सक्षम बनाता है।

5. हल्दी (Curcuma longa)

हल्दी भारतीय रसोई का अहम हिस्सा है, और इसे आयुर्वेद में एक महत्वपूर्ण औषधि के रूप में माना जाता है। हल्दी में **कुर्कुमिन** नामक पदार्थ पाया जाता है, जो शक्तिशाली एंटीऑक्सिडेंट, एंटीइंफ्लेमेटरी और एंटीबैक्टीरियल गुणों से भरपूर होता है। हल्दी का उपयोग चोटों, सूजन, त्वचा के रोगों, और पाचन समस्याओं के उपचार में किया जाता है।

6. सोंठ (Zingiber officinale)

सोंठ यानी सूखा अदरक एक और महत्वपूर्ण औषधीय पौधा है, जो पाचन संबंधी समस्याओं, सर्दी-खांसी, और दर्द में राहत देने के लिए इस्तेमाल किया जाता है। यह रक्त परिसंचरण को बढ़ाने, गैस्ट्रिक समस्याओं को हल करने और शरीर के तापमान को नियंत्रित करने में मदद करता है।

6.4 औषधीय पौधों का धार्मिक और सांस्कृतिक महत्व

भारत में औषधीय पौधों को धार्मिक और सांस्कृतिक दृष्टि से भी अत्यधिक महत्व दिया गया है। प्राचीन भारतीय संस्कृति में यह विश्वास था कि औषधीय पौधे केवल शारीरिक उपचार नहीं करते, बल्कि ये मानसिक और आध्यात्मिक शांति भी प्रदान करते हैं।

- **तुलसी** का पौधा घर के आंगन में लगाया जाता था, क्योंकि यह न केवल शारीरिक स्वास्थ्य के लिए अच्छा माना जाता था, बल्कि इसे **विष्णु** की प्रिय और शुद्धता का प्रतीक भी माना जाता था।
- **नीम** को पवित्र माना जाता था और इसका उपयोग न केवल चिकित्सा में, बल्कि शुद्धता और पवित्रता के रूप में भी किया जाता था। घरों में नीम की शाखाएं लगाने की परंपरा थी।

- **आंवला** को भी एक धार्मिक महत्व प्राप्त है, और इसे विशेष रूप से त्रेतायुग में सूर्य देवता से जुड़ा हुआ माना जाता है।

6.5 औषधीय पौधों का संरक्षण

प्राचीन भारत में औषधीय पौधों का संरक्षण भी एक महत्वपूर्ण कार्य था। आयुर्वेदिक चिकित्सक और जड़ी-बूटी विशेषज्ञ इन पौधों का निरंतर अध्ययन करते थे और उनके उपयोग के तरीकों को संरक्षित करते थे। इसके अलावा, विभिन्न पौधों के बीजों और कलमों को एक स्थान से दूसरे स्थान पर भेजने और उनके नष्ट होने से बचाने की व्यवस्था की जाती थी।

7. निष्कर्ष

प्राचीन भारत में पर्यावरण संरक्षण और समग्र कल्याण की दृष्टि उसकी धार्मिक, दार्शनिक और सांस्कृतिक परंपराओं में गहराई से निहित थी। प्रकृति के प्रति आदरभाव, जो वेदों, उपनिषदों और पुराणों में परिलक्षित होता है, पारिस्थितिक संतुलन और स्थिरता की गहरी समझ को दर्शाता है। पंचमहाभूत-पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश-को ब्रह्मांड और मानव जीवन दोनों को संचालित करने वाले मौलिक तत्वों के रूप में देखा जाता था। इनका संतुलन स्वास्थ्य, आध्यात्मिक विकास और पर्यावरणीय समरसता के लिए आवश्यक माना जाता था।

सतत जीवनशैली के सिद्धांत, वनों और नदियों का संरक्षण, तथा प्राकृतिक संसाधनों के जिम्मेदार उपयोग को प्राचीन भारतीय सभ्यता में महत्वपूर्ण स्थान प्राप्त था। वर्षा जल संचयन, जैविक खेती और वनीकरण जैसी प्रथाएं पारिस्थितिक संतुलन सुनिश्चित करती थीं। यहां तक कि तुलसी, नीम और आंवला जैसे औषधीय पौधों को केवल उनके उपचारात्मक गुणों के लिए ही नहीं, बल्कि उनके आध्यात्मिक महत्व के कारण भी पूजनीय माना जाता था। आयुर्वेद का समग्र स्वास्थ्य दृष्टिकोण मानव और प्रकृति के बीच सामंजस्य पर जोर देता था, जो प्राकृतिक उपचारों के माध्यम से कल्याण को बढ़ावा देता था।

अनुशंसित पठन सामग्री

1. *Environmental Awareness in Ancient India*, Ms. Rajani Rao U International Journal of Life Sciences Research, ISSN: 2348-3148 (Online), 2348-313X (Print), Volume: 2, Issue: 2, Pages: 1–7, April-June 2014.
2. Pandey, O. P. (2023). *Bharat Vaibhav* (1st ed.). New Delhi: National Book Trust, India. ISBN: 978-81-237-9377-1.
3. Prime, Ranchor. *Vedic Ecology: Practical Wisdom for Surviving the 21st Century*. Mandala Publishing, 2002. ISBN: 9781886069653.
4. Pandey, Vijay Kumar. *Science and Environment in Vedic Sanatan Religion*. Independently published, 2024. ISBN: 9789358465035.
5. *Environmental Philosophy in the Vedas: The Vedic Perspective on Nature, Ecology and the Environment*, Sadhana Sansar.
6. Mahadevan, B., Bhat, V. R., & Pavana, N. (2022). *Introduction to Indian Knowledge System: Concepts and Applications*. New Delhi: PHI Learning Pvt. Ltd. ISBN: 978-93-91818-20-3.
7. "*Origin of Environmental Science from Vedas.*" Sanskrit Vimarsha vol. 2, 2010.
8. Arora, Sunita; Bhatia, Jugnu Khatter; Rishi, Sakshi Vermani. *From Vedas to Visionary India: Unfolding Knowledge Legacy for a Sustainable Future*. Redshine Publication, 2024. ISBN: 9789141001251. DOI 10.25215/9141001257.
9. Environment Conservation in Ancient India, *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, Volume: 21, Issue: 9, Version 11, Pages: 1–4, September 2016.
10. *Hydrology and Water Resources Management in Ancient India* Mujumdar, Hydrology and Earth System Sciences, Volume: 24 Pages: 4691–4702, 2020.
11. Bajpai, *S.P. Sustainable Development and Environmental Issues* Discovery Publishing, 2019. ISBN: 9789386841780.
12. *Indian Cultural-Religious Traditions and Environmental Conservation*, Samvardhan Trust.
13. Sharma, K.N. "*Unique Ideas on Water in Ancient Indian Scriptures and Culture.*" Presented at the XII World Congress of International Water Resources Association (IWRA), New Delhi, 2005.
14. *Concept of Five Elements – An Ancient Indian Approach*, Moumita Bhattacharya
15. *19 Miraculous Medicinal Plants from Ancient India*, Pallavi Thakur, December 9, 2014
16. *The Vedic Texts on Sustainable Development in Ancient South Asia*, GeoJournal, DOI: 10.1007/s10708-024-11092-9.
17. *Vedic Environmental Perspective: A Study of Vedas*, Dr. Shivangi Chanyal, Research Journal of English Language and Literature (RJELAL), Volume: 10, Issue: 1, Pages: 303–307, 2022.
18. *India's Ancient Afforestation Practices: Timeless Lessons for a Greener Future*, Catch Foundation.
19. *Ancient Water Management Planning, Tradition and Techniques of India*, Ummani and Mansi, 2024.

बहु विकल्पीय प्रश्न

1. प्राचीन भारत में, पर्यावरणीय जागरूकता किस धार्मिक ग्रंथों में पाई जाती थी?
   a) वेद, उपनिषद, पुराण
   b) महाभारत और रामायण
   c) केवल महाभारत
   d) उपनिषद और भगवद गीता

2. प्राचीन भारतीय समाज का वृक्षों के प्रति क्या दृष्टिकोण था?
   a) वृक्षों का शोषण
   b) वृक्षों को देवताओं के रूप में पूजा जाता था
   c) वृक्षों का कोई महत्व नहीं था
   d) वृक्षों का उपयोग केवल औद्योगिक उद्देश्यों के लिए किया जाता था

3. भारतीय परंपरा में तुलसी का कौन सा दोहरा आध्यात्मिक और औषधीय महत्व है?
   a) सूर्य पूजा करने वाली औषधि
   b) बलिदान अनुष्ठानों के लिए प्रयुक्त
   c) पवित्रता और रोग प्रतिरोधक शक्ति का प्रतीक
   d) युद्ध विजयों से संबंधित

4. ऋग्वेद में पानी, पृथ्वी और आकाश की पवित्रता के बारे में क्या कहा गया है?
   a) इन तत्वों को जीवन का स्रोत माना जाता है
   b) यह मानवता का कर्तव्य है कि इन तत्वों को शुद्ध रखा जाए
   c) इन तत्वों का कोई महत्व नहीं है
   d) केवल पानी को पवित्र माना जाता है

5. प्राचीन भारत में जल प्रबंधन के लिए जलाशय, तालाब और नहरें किस काल में बनाई गईं?
   a) मौर्य काल
   b) गुप्त काल
   c) चोल साम्राज्य
   d) कृष्ण राज साम्राज्य

6. प्राचीन भारतीय समाज में नदियों को किस रूप में पूजा जाता था?
   a) देवताओं के रूप में
   b) केवल जल स्रोतों के रूप में
   c) केवल व्यापार मार्गों के रूप में
   d) कृषि के स्रोत के रूप में

7. प्राचीन भारत में वृक्षों के संरक्षण के बारे में क्या कहा गया था?
   a) वृक्ष पृथ्वी को शुद्ध करते हैं
   b) वृक्षों का कोई महत्व नहीं था
   c) वृक्षों की अत्यधिक कटाई की जाती थी
   d) वृक्षों को केवल धार्मिक उद्देश्यों के लिए पूजा जाता था

8. प्राचीन भारतीय धर्मों का पर्यावरण के प्रति क्या दृष्टिकोण था?
   a) पर्यावरण को नष्ट करना
   b) पर्यावरण का सम्मान करना और उसे संरक्षित करना
   c) केवल नदियों का संरक्षण करना
   d) केवल वृक्षों की पूजा करना

9. महाभारत और रामायण की वनवास की कहानी से क्या संदेश मिलता है?
   a) जंगलों में रहने वाले जीवों के अधिकारों का उल्लंघन नहीं किया जाना चाहिए
   b) जंगलों को नष्ट कर दिया जाना चाहिए
   c) जंगलों का उपयोग केवल धार्मिक उद्देश्यों के लिए किया जाना चाहिए
   d) जंगलों का संरक्षण आवश्यक नहीं था

10. प्राचीन भारत में पौधों और जड़ी-बूटियों के संरक्षण के बारे में क्या विश्वास था?

a) उनका संरक्षण एक धार्मिक कर्तव्य था
b) संरक्षण आवश्यक नहीं था
c) उनका उपयोग केवल व्यापार के लिए किया जाता था
d) उनका संरक्षण केवल सांस्कृतिक विश्वास था

11. प्राचीन भारतीय दर्शन में पांच तत्वों (पंचतत्व) का क्या महत्व था?

a) वे केवल भौतिक तत्व थे
b) वे आत्मा, प्रकृति और ब्रह्म से संबंधित थे
c) वे केवल धार्मिक अनुष्ठानों में उपयोग होते थे
d) उनका कोई महत्व नहीं था

12. पांच तत्वों में से कौन सा तत्व स्थिरता और दृढ़ता का प्रतीक माना जाता है?

a) पानी
b) अग्नि
c) पृथ्वी
d) वायु

13. प्राचीन भारतीय ग्रंथों में पर्यावरण संरक्षण की भावना को किस दृष्टिकोण से प्रस्तुत किया गया है?

a) केवल कृषि उत्पादन बढ़ाने हेतु
b) प्रकृति को दैवीय रूप में पूज्य मानकर
c) शिकार और वन-संपत्ति दोहन को बढ़ावा देने हेतु
d) नगर निर्माण के लिए वनों की कटाई को आवश्यक मानकर

14. कौन सा चक्र जल तत्व से संबंधित है?

a) मूलाधार चक्र
b) स्वाधिष्ठान चक्र
c) मणिपुर चक्र
d) विशुद्धि चक्र

15. कौन सा चक्र अग्नि तत्व से संबंधित है?

a) स्वाधिष्ठान चक्र
b) मणिपुर चक्र
c) विषुद्धि चक्र
d) आज्ञा चक्र

16. पांच तत्वों में से कौन सा तत्व मानसिक शांति और संतुलन का प्रतीक है?

a) पानी
b) अग्नि
c) आकाश (Ether)
d) वायु

17. वेदों में, पांच तत्वों से किसका संबंध बताया गया है?

a) देवता
b) ऋषि (संत)
c) तंत्र
d) यंत्र

18. यजुर्वेद 36.2 के अनुसार, जीवन प्रक्रियाओं के अस्तित्व के लिए कौन सा तत्व आवश्यक है?

a) पानी
b) अग्नि
c) वायु
d) पृथ्वी

19. पांच तत्वों का उल्लेख विशेष रूप से किस वेद में ध्वनियों और मंत्रों के माध्यम से किया गया है?

a) ऋग्वेद
b) यजुर्वेद
c) सामवेद
d) अथर्ववेद

20. किस वेद में कहा गया है कि पांच तत्वों का संतुलन शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है?

a) ऋग्वेद
b) यजुर्वेद
c) अथर्ववेद
d) सामवेद

21. प्राचीन भारतीय दर्शन के अनुसार, कौन से तत्व पंचमहाभूत (पाँच महान तत्व) माने जाते हैं?

a) पृथ्वी, पानी, अग्नि, वायु, आकाश
b) पृथ्वी, पानी, आकाश, वायु, मन
c) अग्नि, पानी, पृथ्वी, वायु, सूर्य
d) पृथ्वी, पानी, आकाश, वायु, आत्मा

22. आयुर्वेद में "पृथ्वी" तत्व का शरीर से क्या संबंध है?

a) यह मानसिक शांति से संबंधित है
b) यह शारीरिक संरचना और स्थिरता से संबंधित है
c) यह श्वसन प्रणाली को नियंत्रित करता है
d) यह शरीर की ऊर्जा का स्रोत है

23. किस भारतीय ग्रंथ में पांच तत्वों का विशेष रूप से उल्लेख किया गया है?

a) महाभारत
b) उपनिषद
c) भगवद गीता
d) वेद

24. "वायु" तत्व का मुख्य कार्य मानव जीवन में क्या है?

a) यह शरीर का तापमान नियंत्रित करता है
b) यह मानसिक स्पष्टता और संचार से संबंधित है
c) यह शारीरिक शक्ति और ऊर्जा को नियंत्रित करता है
d) यह शरीर के जल संतुलन को नियंत्रित करता है

25. आयुर्वेद में कौन सा पौधा शक्तिशाली एंटीबैक्टीरियल और एंटीफंगल गुणों के लिए जाना जाता है?

a) तुलसी
b) नीम
c) अश्वगंधा
d) आंवला

26. आयुर्वेद में "वात" दोष किस तत्व से संबंधित है?

a) पृथ्वी
b) अग्नि
c) पानी
d) वायु

27. आयुर्वेद में औषधीय पौधों का उपयोग किस उद्देश्य के लिए किया जाता है?

a) केवल शारीरिक उपचार के लिए
b) शारीरिक, मानसिक और आत्मिक संतुलन बनाए रखने के लिए
c) केवल मानसिक शांति के लिए
d) केवल आहार के रूप में

28. आयुर्वेद में श्वसन समस्याओं के लिए कौन सा पौधा उपयोग किया जाता है?

a) तुलसी
b) नीम
c) अश्वगंधा
d) हल्दी

29. भारतीय दर्शन के अनुसार, "अग्नि" (आग) तत्व किस चक्र से संबंधित है?

a) विषुद्धि (गला चक्र)
b) मणिपुर (सौर मंडल चक्र)
c) सहस्रार (क्राउन चक्र)
d) अनाहत (हृदय चक्र)

30. "आकाश" (Ether) तत्व पांच तत्वों में से क्या प्रतीक है?

a) गति और तीव्र परिवर्तन

b) आकाश, विशालता और अनंतता

c) अग्नि और रूपांतरण

d) पानी और पवित्रता

31. किस पौधे को "भारतीय जिन्सेंग" कहा जाता है?

a) तुलसी

b) अश्वगंधा

c) नीम

d) आंवला

32. आयुर्वेद और भारतीय दर्शन में "पानी" तत्व का क्या महत्व है?

a) यह जीवन शक्ति और ऊर्जा का स्रोत है

b) यह शारीरिक संतुलन और पवित्रता से संबंधित है

c) यह शारीरिक शक्ति को नियंत्रित करता है

d) यह मानसिक स्पष्टता को बढ़ाता है

33. किस भारतीय ग्रंथ में औषधीय पौधों का विस्तृत रूप से वर्णन किया गया है?

a) भगवद गीता

b) चरक संहिता

c) रामायण

d) उपनिषद

34. आयुर्वेद में "पित्त" दोष किस तत्व से संबंधित है?

a) पृथ्वी

b) पानी

c) अग्नि

d) वायु

35. किस पौधे को भारतीय संस्कृति में पवित्रता का प्रतीक माना जाता है और जो भगवान विष्णु को प्रिय है?

a) अश्वगंधा

b) तुलसी

c) आंवला

d) नीम

36. आयुर्वेद का मुख्य उद्देश्य क्या है, रोगों के उपचार के अलावा?

a) केवल शारीरिक उपचार

b) वजन घटाना

c) शरीर, मन और आत्मा का संतुलन

d) सर्जरी

37. किस पौधे को "जड़ी-बूटियों की रानी" कहा जाता है?

a) नीम

b) आंवला

c) तुलसी

d) अश्वगंधा

38. आंवला किस विटामिन में विशेष रूप से समृद्ध होता है?

a) विटामिन A

b) विटामिन C

c) विटामिन D

d) विटामिन E

39. आयुर्वेद में कौन सा पौधा त्वचा की समस्याओं और संक्रमणों के इलाज के लिए प्रसिद्ध है?

a) अश्वगंधा

b) नीम

c) हल्दी

d) सोनठ

40. हल्दी में कौन सा यौगिक इसके औषधीय गुणों के लिए जिम्मेदार है?
   a) मेंथॉल
   b) कर्क्यूमिन
   c) जिंजरोल
   d) थाइमोल

41. निम्नलिखित में से कौन सा क्लासिक ग्रंथ आमतौर पर आयुर्वेदिक साहित्य के मौलिक ग्रंथों में नहीं माना जाता है?
   a) चरक संहिता
   b) सुश्रुत संहिता
   c) अष्टांग हृदय
   d) भगवद गीता

42. आयुर्वेद में अश्वगंधा का मुख्य उपयोग क्या है?
   a) पाचन सुधारना
   b) बुखार का इलाज करना
   c) तनाव और चिंता का प्रबंधन करना
   d) दृष्टि में सुधार करना

43. सोनठ (सूखी अदरक) का मुख्य लाभ क्या है?
   a) हड्डी के फ्रैक्चर का इलाज
   b) नींद के पैटर्न को नियंत्रित करना
   c) पाचन में सुधार और सर्दी के लक्षणों को दूर करना
   d) कैल्शियम के स्तर को बढ़ाना

44. किस पौधे को भारतीय संस्कृति में भगवान विष्णु से जोड़ा जाता है?
   a) नीम
   b) तुलसी
   c) आंवला
   d) हल्दी

45. हिंदू पुराणों के अनुसार, आंवला किस देवता से जुड़ा हुआ है?
   a) शिव
   b) विष्णु
   c) सूर्य देव
   d) इंद्र

46. आयुर्वेदिक जड़ी-बूटी जो अक्सर "भारतीय जिन्सेंग" के रूप में जानी जाती है, वह कौन सी है?
   a) नीम
   b) तुलसी
   c) अश्वगंधा
   d) आंवला

47. निम्नलिखित में से कौन सी जड़ी-बूटी सूजन को कम करने में मदद करती है और घाव भरने में उपयोगी है?
   a) अश्वगंधा
   b) हल्दी
   c) सोनठ
   d) आंवला

48. नीम को संक्रमणों के इलाज में विशेष रूप से प्रभावी क्यों माना जाता है?
   a) उच्च कैल्शियम सामग्री
   b) एंटीबैक्टीरियल और एंटिफंगल गुण
   c) आयरन में समृद्ध
   d) वजन बढ़ाने में मदद करता है

49. प्राचीन भारत में औषधीय पौधों का संरक्षण कैसे किया जाता था?
   a) ठंडा करके और फ्रिजिंग से
   b) आधुनिक सिंचाई द्वारा
   c) बीज और कटिंग्स को परिवहन करके
   d) सोने के कंटेनरों में संग्रहित करके

50. किस पौधे को पारंपरिक रूप से आंगन में धार्मिक और स्वास्थ्य कारणों से रखा जाता है?

a) हल्दी
b) तुलसी
c) आंवला
d) नीम

51. आयुर्वेदिक सूत्रों में हर्ब्स और खनिजों को मिलाने का क्या उद्देश्य होता है?

a) दवा का स्वाद बेहतर बनाना
b) लागत बढ़ाना
c) समग्र और शक्तिशाली उपचार तैयार करना
d) केवल दुष्प्रभावों को कम करना

52. आयुर्वेदिक ग्रंथों के अनुसार, औषधीय पौधों का उपयोग करने का मुख्य उद्देश्य क्या है?

a) भूख बढ़ाना
b) केवल याददाश्त बढ़ाना
c) स्वास्थ्य और संतुलन बहाल करना
d) धार्मिक अनुष्ठान करना

53. कौन सा आयुर्वेदिक ग्रंथ शल्य चिकित्सा तकनीकों और औषधीय पौधों के उपयोग का विस्तृत विवरण प्रदान करता है?

a) चरक संहिता
b) अष्टांग हृदय
c) सुश्रुत संहिता
d) अर्थशास्त्र

54. कौन सा पौधा रक्त को शुद्ध करने से सबसे अधिक जुड़ा हुआ है?

a) अश्वगंधा
b) तुलसी
c) नीम
d) आंवला

55. भारतीय संस्कृति में तुलसी का क्या महत्व है, जो उसे एक साथ धार्मिक श्रद्धा और आयुर्वेदिक औषधि के रूप में प्रतिष्ठित करता है?

a) केवल गृह-सजावट में प्रयुक्त होने वाला पौधा
b) पवित्रता का प्रतीक और रोगों से रक्षा करने वाली औषधि
c) यज्ञ में अग्नि के विकल्प के रूप में प्रयुक्त
d) केवल विष्णु मंदिरों में शोभा हेतु लगाया जाने वाला पौधा

56. भारतीय दर्शन में "पंचतत्व" का क्या अर्थ है?

a) पांच इंद्रियां
b) जीवन के पांच चरण
c) पांच पवित्र अनुष्ठान
d) प्रकृति के पांच तत्व

57. वायु (हवा) तत्व से कौन सा दोष जुड़ा हुआ है?

a) पित्त
b) कफ
c) वात
d) अग्नि

58. संस्कृत वाक्य "ओषः धारयन्तीति औषधयः" का क्या अर्थ है?

a) पौधे सूर्य के प्रकाश में बढ़ते हैं
b) जो जीवन को धारण और पोषण करते हैं, उन्हें 'औषधि' कहा जाता है
c) सभी पौधे दिव्य होते हैं
d) पेड़ हवा को अवशोषित करते हैं

59. कौन सा पवित्र वृक्ष पर्यावरण को शुद्ध करने से जुड़ा हुआ है?

a) नारियल
b) पीपल
c) शीशम
d) ताड़

60. योग के अनुसार पंचतत्वों को संतुलित करने के लिए कौन सा अभ्यास विशेष रूप से उपयोगी है?

a) केवल मंत्रों का उच्चारण
b) उपवास
c) प्राणायाम और ध्यान
d) शास्त्रों का पाठ

61. जब किसी व्यक्ति में पंचतत्वों का असंतुलन होता है तो क्या होता है?

a) आध्यात्मिक ज्ञान
b) ताकत में वृद्धि
c) शारीरिक, मानसिक, और आध्यात्मिक समस्याएं
d) कुछ नहीं होता

62. आयुर्वेद के अनुसार, दोषों का असंतुलन किस कारण से होता है?

a) अनुचित ध्यान
b) शारीरिक गतिविधि की कमी
c) पंचतत्वों का असंतुलन
d) खराब दृष्टि

63. कफ दोष से कौन से तत्व जुड़े होते हैं?

a) अग्नि और वायु
b) पृथ्वी और पानी
c) वायु और अग्नि
d) पानी और आकाश

64. अथर्ववेद में कितनी मुख्य श्रेणियों में औषधीय पौधों का उल्लेख किया गया है?

a) तीन
b) पांच
c) सात
d) दस

65. कौन सा पौधा स्कंद पुराण में अपने उपचारात्मक और पारिस्थितिकीय लाभों के लिए पवित्र माना गया है?

a) बांस
b) कमल
c) नीम
d) ट्यूलिप

66. यजुर्वेद के अनुसार, कौन पेड़ और पौधों का स्वामी कहलाता है?

a) इंद्र
b) विष्णु
c) रुद्र
d) अग्नि

67. प्राचीन भारतीय दर्शन के अनुसार पंचतत्वों को संतुलित करने का मुख्य उद्देश्य क्या है?

a) धन संचय करना
b) बौद्धिकता में सुधार करना
c) शांतिपूर्ण और स्वस्थ जीवन जीना
d) सभी शास्त्रों को जानना

68. अमरकोश के अनुसार, वह कौन सा पौधा है जो फल देने के बाद मर जाता है?

a) वनस्पति
b) वात
c) औषधि
d) बिल्व

69. यजुर्वेद के सूत्र में हरे बालों वाले वृक्षों का प्रतीकात्मक अर्थ क्या है?

a) युवा
b) ऊर्जा
c) दिव्यता
d) कृषि

70. कौन सा शास्त्र पांच शाही औषधियों का वर्णन करता है, जिसमें सोम और भंग शामिल हैं?

a) यजुर्वेद
b) स्कंद पुराण
c) अथर्ववेद
d) ऋग्वेद

71. आयुर्वेद के अनुसार, प्राकृतिक उपचारों का उपयोग करने का उद्देश्य क्या है?

a) प्राचीन विधियों के साथ प्रयोग करना
b) व्यक्ति के स्वभाव, मन और आत्मा का संतुलन करना
c) आधुनिक चिकित्सा से प्रतिस्पर्धा करना
d) केवल मौसमी बीमारियों को रोकना

72. स्कंद पुराण में पवित्र वृक्षों को लगाने का क्या महत्व बताया गया है?

a) भूमि का मूल्य बढ़ाना
b) वर्षा कम करना
c) रोगों से बचाव करना और पर्यावरण को शुद्ध करना
d) धार्मिक वेदी को सजाना

73. योग पंचतत्वों को संतुलित करने में कैसे मदद करता है?

a) केवल शारीरिक आसन द्वारा
b) अनुष्ठानों और अर्पणों के माध्यम से
c) प्राणायाम, ध्यान और आसनों के द्वारा
d) केवल उपवास द्वारा

74. अथर्ववेद में पांच शाही औषधियाँ शारीरिक उपचार के अलावा क्या भूमिका निभाती हैं?

a) धन बढ़ाना
b) ज्योतिष सिखाना
c) शरीर और आत्मा को शुद्ध करना
d) मौसम का पूर्वानुमान करना

75. पंचतत्व दर्शन के अनुसार मानसिक और शारीरिक भलाई में कौन सा तत्व सामान्य है?

a) अग्नि
b) पृथ्वी
c) सभी पांच तत्व मिलकर
d) आकाश

76. किस उपनिषद में पृथ्वी को "सभी जीवों के लिए अमृत" के रूप में वर्णित किया गया है?

a) मुण्डक 1/1/3
b) बृहदारण्यक 2/5/1
c) तैत्तिरीय 1/2
d) जबाल 4

77. अथर्ववेद के "त्वजातास्त्वरियाश्चरन्ति मर्त्यास्..." श्लोक में पृथ्वी के बारे में कौन सा पहलू बताया गया है?

a) उसकी आग्नेय ऊर्जा
b) उसका आकाश से संबंध
c) सभी जीवों के लिए उसका समर्थन
d) उसका औषधीय मूल्य

78. वह वेदिक सिद्धांत क्या है, जो ध्वनि को आकाश के माध्यम से यात्रा करने की अनुमति देता है?

a) शब्धगुणकम
b) ज्योतिरमय
c) वायुर प्राणः
d) स्वरविज्ञान

79. कौन सा तत्व मूलाधार चक्र से जुड़ा है?

a) पानी
b) आग
c) पृथ्वी
d) आकाश

80. श्वेताश्वतार उपनिषद (6/14) के अनुसार, सभी प्रकाश का अंतिम स्रोत क्या है?

a) आग
b) सूर्य
c) ब्रह्म
d) चंद्रमा

81. अग्नि को "ज्योतिरमय" के रूप में किस उपनिषद में वर्णित किया गया है?

a) मुण्डक
b) मैत्रायणी
c) बृहदारण्यक
d) जबाला

82. पंचवायु प्रणाली से कौन सा तत्व शरीर से जुड़ा हुआ है?

a) अग्नि
b) वायु
c) आकाश
d) पृथ्वी

83. वेदों में "देवों का मुँह" किसे कहा गया है?

a) अग्नि
b) वायु
c) सोम
d) इंद्र

84. निम्नलिखित में से कौन सा जल प्रकार ग्लेशियर से आता है?

a) मधुश्चुतः
b) वैशंत
c) हैमावत
d) कुल्याह

85. वह वेदिक श्लोक कौन सा है, जो पृथ्वी खनन के बाद क्षमा करने की सलाह देता है?

a) अथर्व 2/1/15
b) अथर्व 12/1/35
c) मुण्डक 2/1/3
d) यजुर्वेद 16/37

86. कौन सा उपनिषद अग्नि को पाचन से जोड़ता है?

a) मैत्रायणी
b) बृहदारण्यक
c) श्वेताश्वतार
d) जबाला

87. पंचतत्व में कौन सा तत्व ब्रह्मांडीय ऊर्जा और विस्तार का प्रतिनिधित्व करता है?

a) पानी
b) वायु
c) आकाश
d) पृथ्वी

88. कौन सा वेद ध्वनि चिकित्सा के लिए काव्य मीटर के माध्यम से प्रमुख है?

a) ऋग्वेद
b) यजुर्वेद 23/33
c) अथर्ववेद 12/1
d) सामवेद

89. "समुद्र ज्येष्ठः" कौन से जल स्रोत को सर्वोच्च के रूप में इंगीत करता है?

a) नदियाँ
b) झीलें
c) महासागर
d) कुएँ

90. आयुर्वेद में शारीरिक कार्य के लिए पंचवायु की कौन सी पांच प्रकार की सूची दी गई है?

a) नाग, कूर्म, क्रीकला, देवदत्त, धनंजय
b) प्राण, अपान, समान, उदान, व्यान
c) जल, अग्नि, वायु, आकाश, भूमि
d) उपरोक्त में से कोई नहीं

91. वेदों में जल के देवता कौन हैं?

a) सोम
b) अग्नि
c) वरुण
d) इंद्र

92. किस तत्व का ध्वनि प्रसारण में मुख्य योगदान है?

a) वायु
b) आकाश
c) अग्नि
d) पानी

93. वह वेदिक श्लोक कौन सा है, जो अग्नि को यज्ञ के पुरोहित के रूप में संबोधित करता है?

a) ऋग्वेद 1/1/1
b) अथर्ववेद 12/1/11
c) यजुर्वेद 23/62
d) मैत्रायणी 6/24

94. नटराज के सौम्य रूप में जो आकाश को बनाए रखने का नृत्य किया जाता है, उसे क्या कहा जाता है?

a) तांडव
b) लास्य
c) स्वर
d) प्रलय

95. कौन सा उपनिषद हवा को सर्वोच्च भगवान के पैर के रूप में वर्णित करता है?

a) जबाला
b) मुण्डक
c) कथा
d) श्वेताश्वतार

96. प्राचीन अनुष्ठानों में सभी तत्वों को शुद्ध करने के लिए कौन सा अभ्यास सबसे अच्छा है?

a) योग
b) ध्यान
c) यज्ञ
d) संकल्प

97. मानसिक और आध्यात्मिक स्पष्टता के लिए कौन सा तत्व मुख्य रूप से जिम्मेदार है?

a) अग्नि
b) जल
c) आकाश
d) पृथ्वी

98. "अग्ने यम् यज्ञमध्वरम्..." श्लोक में अग्नि की भूमिका क्या है?

a) पानी की शुद्धता
b) अर्पणों का संप्रेषण
c) वायु का नियंत्रण
d) पृथ्वी को पोषण

99. प्राचीन भारतीय ग्रंथों में, ऊर्जा स्रोतों को किस नाम से जाना जाता है?

a) पुरिष अग्नि
b) ज्योतिर अग्नि
c) वैश्वानर अग्नि
d) नवीनीकरण अग्नि

100. कौन सा उत्सव जल संरक्षण को सामाजिक रूप से बढ़ावा देने के लिए किया जाता है?

a) दीवाली
b) होली
c) प्री-मॉनसून अनुष्ठान
d) गंगा दशहरा

101. समुंदर के अंदर अग्नि किस रूप में मानी जाती है?

a) जठर अग्नि
b) नचिकेता अग्नि
c) बाड्वाग्नि
d) सोम अग्नि

102. ऋग्वेद 10/90/8 में सबसे पहले किस जीवन रूप के सृजन का वर्णन किया गया है?

a) जानवर
b) वायु-आधारित जीव
c) मनुष्य
d) मछलियाँ

103. कौन सा पंचतत्त्व 'ध्वनि' को अपनी विशेषता के रूप में नियंत्रित करता है?

a) वायु
b) अग्नि
c) आकाश
d) जल

104. "वायुः पादः" वाक्य का आध्यात्मिक संदर्भ में क्या अर्थ है?

a) वायु सर्वव्यापी है
b) वायु ध्वनि का आधार है
c) वायु दिव्य का पांव है
d) वायु शरीर को नियंत्रित करता है

105. किसने चेतावनी दी कि वन न होने पर वातावरण की शुद्धता असंभव है?

a) कालिदास
b) अथर्ववेद
c) तैत्तिरीय संहिता
d) यजुर्वेद

106. कौन सा उपनिषद आत्मा की सर्वव्यापकता की तुलना वायु से करता है?

a) बृहतारण्यक
b) कठा
c) मुण्डक
d) जबाला

107. भारतीय परंपरा में जल तत्व से कौन सा प्रमुख भाव जुड़ा है?

a) डर
b) पवित्रता
c) क्रोध
d) ज्ञान

108. कौन सी ऊर्जा खतरनाक मानी जाती थी और उसे दफन किया जाना चाहिए था?

a) सौर
b) चंद्र
c) परमाणु
d) वायु

109. योग में कौन सा तत्व भौतिक और आध्यात्मिक क्षेत्रों को जोड़ता है?

a) अग्नि
b) पृथ्वी
c) आकाश
d) वायु

110. आयुर्वेद के अनुसार, जठराग्नि कहाँ स्थित है?

a) हृदय

b) मस्तिष्क

c) पेट

d) यकृत

111. कौन सी प्रक्रिया आकाश को सबसे प्रभावी रूप से शुद्ध करती है?

a) मंत्रोच्चारण

b) अग्निहोत्र

c) योग

d) ध्यान

112. किस प्रकार की अग्नि मलत्याग से संबंधित है?

a) भूताग्नि

b) धात्वाग्नि

c) वैश्वानर

d) पुरिष अग्नि

113. कौन सा उपनिषद कहता है कि सभी तत्व ब्रह्म से उत्पन्न होते हैं?

a) छांदोग्य

b) तैत्तिरीय

c) मुण्डक

d) बृहतारण्यक

114. पृथ्वी तत्व की विशेषता (गुण) क्या है?

a) रस

b) गंध

c) स्पर्श

d) रूप

115. अग्नि से जुड़ा कौन सा चक्र है?

a) मूलाधार

b) मणिपुर

c) अनाहत

d) विशुद्ध

116. पंचतत्त्व में कितने तत्व होते हैं?

a) 3

b) 4

c) 5

d) 6

117. संस्कृत में "भूमि" किस तत्व को कहा जाता है?

a) जल

b) पृथ्वी

c) वायु

d) अग्नि

118. जल के लिए संस्कृत शब्द क्या है?

a) अग्नि

b) जल

c) वायु

d) आकाश

119. किस तत्व से गंध का संबंध है?

a) अग्नि

b) वायु

c) पृथ्वी

d) जल

120. कौन सा तत्व ऊष्मा और रूपांतरण के लिए जिम्मेदार है?

a) जल
b) पृथ्वी
c) वायु
d) अग्नि

121. पंचतत्त्व में ध्वनि का तत्व कौन सा है?

a) जल
b) आकाश
c) वायु
d) पृथ्वी

122. जल से जुड़ा कौन सा चक्र है?

a) आज्ञा
b) सहस्रार
c) स्वाधिष्ठान
d) मणिपुर

123. वायु के लिए संस्कृत नाम क्या है?

a) वायु
b) आकाश
c) अग्नि
d) सोम

124. किस तत्व में स्पर्श (sparsha) गुण होता है?

a) पृथ्वी
b) जल
c) अग्नि
d) वायु

125. अग्नि का प्राथमिक अर्थ क्या है?

a) आकाश
b) पृथ्वी
c) अग्नि
d) वायु

126. भगवद्गीता के अनुसार, कौन-से गुणों से युक्त व्यक्ति 'स्थितप्रज्ञ' कहा जाता है?

a) जो हर परिस्थिति में तटस्थ और निस्पृह रहता है
b) जो केवल ध्यान योग में लीन रहता है
c) जो सभी कर्मों को त्याग कर वन चला जाता है
d) जो केवल वेदों का पाठ करता है

127. ऋग्वेद 10.129.1 (नसादीय सूक्त) में "क्या सबको ढक लिया?" इस पंक्ति में कौन सा सिद्धांत प्रश्नित किया गया है?

a) वायु का योगदान
b) अग्नि का स्रोत
c) ब्रह्मांडीय आश्रय और पर्यावरण
d) तारों की गति

128. वेदिक साहित्य में "उल्बा" शब्द का रूपक रूप में क्या वर्णन किया जाता है?

a) जन्म और मृत्यु
b) आध्यात्मिक जागरण
c) पर्यावरण की संकुचित प्रकृति
d) अग्नि की शुद्धता

129. उपनिषदों के अनुसार, तत्वों का ब्रह्म से किस क्रम में विकास हुआ?

a) अग्नि → वायु → आकाश → जल → पृथ्वी
b) आकाश → वायु → अग्नि → जल → पृथ्वी
c) पृथ्वी → जल → अग्नि → वायु → आकाश
d) आकाश → अग्नि → पृथ्वी → जल → वायु

130. कौन सा शास्त्र "आपो हि शुद्धयन्ति वस्त्रं..." श्लोक में पर्यावरण की पवित्रता पर बल देता है?

a) मुण्डक उपनिषद
b) ऋग्वेद
c) अथर्ववेद
d) तैत्तिरीय उपनिषद

131. कौन सा प्राचीन भारतीय ग्रंथ अत्यधिक वनों की कटाई के कारण पर्यावरण संकटों की चेतावनी देता है?

a) महाभारत
b) रामायण
c) मनुस्मृति
d) योगसूत्र

132. नसादीय सूक्त सृजन के विचार को कैसे प्रस्तुत करता है?

a) यह एक निश्चित उत्तर प्रदान करता है
b) यह सृजन को नकारता है
c) यह दार्शनिक प्रश्न पूछता है
d) यह पुरानी कथाएँ प्रस्तुत करता है

133. उपनिषदों में "वृक्षस्य जीवनं प्रियतमं..." श्लोक का क्या अर्थ है?

a) पेड़ पर्यावरण के लिए हानिकारक हैं
b) पेड़ों की पूजा केवल अनुष्ठानों में की जाती है
c) पेड़ जीवन के लिए आवश्यक हैं और उन्हें संजोना चाहिए
d) केवल फल देने वाले पेड़ ही मूल्यवान होते हैं

134. प्राचीन भारतीय ब्रह्माण्ड विज्ञान में "पंचतत्त्व" का क्या अर्थ है?

a) पाँच मानवीय इंद्रियाँ
b) वेदों के पाँच देवता
c) ब्रह्माण्ड को बनाने वाले पाँच तत्व
d) ब्रह्म के पाँच रूप

135. "तब न अस्ति न अस्ति" से कौन सा ब्रह्माण्डीय अर्थ निकलता है?

a) ब्रह्माण्ड सदा से अस्तित्व में था
b) समय चक्रीय था
c) सृजन अज्ञेय शून्य से उत्पन्न हुआ
d) देवताओं ने अस्तित्व का सृजन किया

136. "जो सभी ओर से घेरता है" संस्कृत शब्द का क्या अर्थ है?

a) आवरण
b) परिभू
c) परिवृत
d) पर्यावरण

137. प्राचीन भारत में पर्यावरण संरक्षण का दार्शनिक मूल क्या था?

a) अवज्ञा पर दंड
b) कर्म
c) धर्म
d) मोक्ष

138. इनमें से कौन सा देवता पर्यावरणीय तत्वों से सीधे जुड़ा हुआ नहीं है?

a) पृथ्वी
b) वनस्पतिदेव
c) अग्नि
d) सरस्वती

139. प्राचीन भारत में गंगा और यमुनाओं को क्यों पवित्र माना जाता था?

a) वे पार करना कठिन थीं
b) उनके जल का उपयोग अनुष्ठानों में होता था
c) वे दिव्य प्रतीक थीं और जीवनदायिनी थीं
d) उनके पास उर्वर मृदा थी

140. आयुर्वेद में औषधीय पौधों के सतत उपयोग का कौन सा सिद्धांत है?

a) सामूहिक उत्पादन

b) अत्यधिक उपयोग

c) जिम्मेदार संरक्षण

d) चयनात्मक सेवन

141. रामायण और महाभारत में वनवास का अनुभव किन मूल्यों को दर्शाता है?

a) केवल त्याग और कष्ट

b) राज्य की साज़िशों से बचाव

c) प्रकृति के साथ एकात्मता और आत्मविकास

d) वन्य जीवों से संघर्ष

142. प्राचीन भारत की किस नगरीय सभ्यता में उन्नत जल निकासी और जल प्रबंधन प्रणाली के प्रमाण मिलते हैं?

a) वैदिक सभ्यता

b) हड़प्पा सभ्यता

c) महाजनपद कालीन नगर

d) चोल साम्राज्य

143. जैन दर्शन में पर्यावरणवाद को कैसे दर्शाया गया है?

a) पेड़ों की पूजा

b) अहिंसा और सभी जीवन का संरक्षण

c) अनुष्ठानिक शुद्धता

d) मंदिर भेंट

144. प्राचीन भारत में सूखा पड़ने पर किस प्राकृतिक संसाधन का विशेष रूप से प्रबंधन किया जाता था?

a) वन

b) जल

c) मिट्टी

d) खनिज

145. ब्रह्मा के ध्यान से सृजन की दार्शनिक विचारधारा क्या सुझाव देती है?

a) वैज्ञानिक कारण

b) हिंसक सृजन

c) सृजन का सचेत, ध्यानपूर्ण रूपांतरण

d) संयोग

146. "पंचतत्त्व" शब्द का क्या अर्थ है?

a) धर्म के पाँच सिद्धांत

b) पाँच इंद्रियाँ

c) पाँच तत्व

d) पाँच ऋतु

147. इनमें से कौन सा पंचतत्त्व नहीं है?

a) पृथ्वी

b) जल

c) वायु

d) धातु

148. भारतीय परंपरा में कौन सा नदी सबसे पवित्र मानी जाती है?

a) यमुनाजी

b) सरस्वती

c) गंगा

d) गोदावरी

149. कौन सा धर्म अहिंसा को पर्यावरणीय सिद्धांत के रूप में महत्वपूर्ण मानता है?

a) इस्लाम

b) जैन धर्म

c) ईसाई धर्म

d) ज़ोरोस्ट्रियन धर्म

150. उपनिषदिक दृष्टिकोण में पेड़ों का प्राथमिक उद्देश्य क्या है?

a) सजावट
b) मनोरंजन
c) जीवन और पवित्रता प्रदान करना
d) लकड़ी का स्रोत

151. उपनिषदों के अनुसार, ब्रह्माण्डीय सृजन के क्रम में कौन सा तत्व पहले आता है?

a) पृथ्वी
b) जल
c) आकाश
d) अग्नि

152. वातावरण से संबंधित वैदिक संस्कृत शब्द "ऋत" (Ṛta) का पर्यावरणीय संदर्भ में क्या अभिप्राय है?

a) केवल धार्मिक अनुष्ठान
b) प्रकृति के अनियंत्रित परिवर्तन
c) ब्रह्मांड का नैतिक और प्राकृतिक संतुलन
d) सूर्य और चंद्रमा की गति

153. प्राचीन भारतीय ब्रह्माण्ड विज्ञान में जीवन की नींव के रूप में क्या वर्णित है?

a) धन
b) पर्यावरण
c) शहर
d) अनुष्ठान

154. ऋग्वेद में ब्रह्माण्ड की संरचना और उसकी अनादि-अनंत प्रकृति को किस सूक्त में प्रश्नवाचक रूप से प्रस्तुत किया गया है?

a) पुरुष सूक्त
b) नासदीय सूक्त
c) हिरण्यगर्भ सूक्त
d) भू-सूक्त

155. प्राचीन भारतीय समाज में धर्म के रूप में क्या देखा जाता था?

a) युद्ध
b) मनोरंजन
c) पर्यावरण संरक्षण
d) व्यापार

उत्तरदर्शिका

Ques.	Answer	Ques.	Answer	Ques.	Answer
1	a	26	d	51	c
2	b	27	b	52	c
3	c	28	a	53	c
4	b	29	c	54	c
5	a	30	b	55	b
6	a	31	b	56	d
7	a	32	b	57	c
8	b	33	b	58	b
9	a	34	c	59	b
10	a	35	b	60	c
11	b	36	c	61	c
12	c	37	c	62	c
13	b	38	b	63	b
14	b	39	b	64	b
15	b	40	b	65	c
16	a	41	d	66	c
17	a	42	c	67	c
18	b	43	c	68	c
19	c	44	b	69	c
20	c	45	b	70	c
21	a	46	c	71	b
22	b	47	b	72	c
23	d	48	b	73	c
24	b	49	c	74	c
25	b	50	b	75	c

Ques.	Answer	Ques.	Answer	Ques.	Answer
76	b	103	c	130	b
77	c	104	c	131	c
78	a	105	b	132	c
79	c	106	b	133	c
80	c	107	b	134	c
81	c	108	c	135	c
82	b	109	d	136	d
83	a	110	c	137	c
84	c	111	a	138	b
85	b	112	d	139	c
86	a	113	b	140	c
87	c	114	b	141	c
88	b	115	b	142	b
89	c	116	c	143	b
90	b	117	b	144	b
91	c	118	b	145	c
92	b	119	c	146	c
93	a	120	d	147	d
94	b	121	b	148	c
95	b	122	c	149	b
96	b	123	a	150	c
97	c	124	d	151	c
98	b	125	c	152	c
99	c	126	a	153	b
100	c	127	c	154	b
101	c	128	c	155	c
102	b	129	b		

पुस्तक के विषय में

'प्रकृति और चेतना : प्राचीन भारत का पर्यावरणीय ज्ञान' पुस्तक प्राचीन भारतीय ज्ञान पर आधारित, प्राकृतिक संसाधनों के सतत और आदर्श उपयोग की एक गहन झलक प्रस्तुत करती है। वैदिक दृष्टिकोण से प्रेरित यह पुस्तक बताती है कि भारत की सांस्कृतिक और आध्यात्मिक परंपराओं में प्रकृति के साथ कैसा गहरा संबंध रहा है-जहाँ वृक्षों, नदियों और वनों के प्रति मानव का कर्तव्य प्रमुख रूप से माना गया है। इसमें पंचतत्त्व की विस्तृत व्याख्या की गई है-पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश-जो जीवन और मानसिक संतुलन को प्रभावित करते हैं। साथ ही इसमें पारंपरिक जल प्रबंधन, आयुर्वेद में औषधियों की जड़ें और औषधीय पौधों का धार्मिक-सांस्कृतिक महत्व भी वर्णित है। धार्मिक, वैज्ञानिक और पारिस्थितिक दृष्टिकोणों के माध्यम से यह पुस्तक प्रकृति के साथ संतुलित संबंध की प्रेरणा देती है। यह उन पाठकों के लिए एक मार्गदर्शक सिद्ध होगी जो पर्यावरण चेतना के शाश्वत भारतीय दृष्टिकोण को समझना चाहते हैं।

सहयोग से :

विद्या भारती उच्च शिक्षा संस्थान
Vidya Bharati Uchcha Shiksha Sansthan
H-107a, Sector-12, Noida,
Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301
Contact Us : 0120-4338616, 9999694251

ISBN 978-93-49531-28-4

9 789349 531284

किताबवाले
7/31, अंसारी रोड, दरियागंज
नई दिल्ली-110002
वेबसाईट : www.kitabwale.com
ईमेल : kitabwale@gmail.com