Vindhyan Bloom

ISSN-2319-8478
Vol-15 Issue-3, June 2026

A Referred Peer Review Research Journal

Vindhyan Bloom

ISSN-2319-8478 Vol-15 Issue-3, June 2026

Manuscript Information	*Research Paper*	*Paper No. VBRP-15*

आनंद का आधार स्वच्छ हवा, स्वच्छ जल और शांत वातावरण (भारतीय दर्शन के विशेष संदर्भ में)

डॉ. प्रवीण जोशी, जिला समन्वयक, आनंद विभाग, उज्जैन

प्रस्तावना

भारतीय संस्कृति में आनंद और पर्यावरण का संबंध अत्यंत गहरा माना गया है। हमारे ऋषियों ने हजारों वर्ष पूर्व ही प्रकृति को केवल संसाधन नहीं, बल्कि जीवनदाता और चेतना का आधार माना था। इसी कारण जब विश्व जलवायु परिवर्तन, प्रदूषण और पर्यावरणीय संकटों से जूझ रहा है, तब भारतीय ज्ञान परंपरा हमें प्रकृति के साथ संतुलित जीवन जीने का मार्ग दिखाती है।

तैत्तिरीय उपनिषद् में कहा गया है..
"आनन्दादेव खल्विमानि भूतानि जायन्ते, आनन्देन जातानि जीवन्ति।"
अर्थात, समस्त सृष्टि आनंद से उत्पन्न होती है, आनंद से ही संचालित होती है और अंततः आनंद में ही विलीन होती है। यह आनंद तभी संभव है जब प्रकृति और मानव के बीच संतुलन बना रहे।

भारतीय दर्शन में पर्यावरण और आनंद

1. **पृथ्वी माता का भाव**

अथर्ववेद के पृथ्वी सूक्त में कहा गया है..
"माता भूमिः पुत्रोऽहं पृथिव्याः।"
अर्थात, पृथ्वी हमारी माता है और हम उसके पुत्र हैं।
यह मंत्र केवल धार्मिक भावना नहीं, बल्कि पर्यावरणीय उत्तरदायित्व का सर्वोच्च घोष है। यदि पृथ्वी माता है तो उसकी रक्षा, संवर्धन और सम्मान हमारा नैतिक कर्तव्य है।

2. **प्रकृति में ईश्वर का दर्शन**

ईशावास्योपनिषद् का प्रथम मंत्र कहता है..
"ईशावास्यमिदं सर्वं यत्किञ्च जगत्यां जगत्।"
अर्थात, इस सम्पूर्ण जगत में ईश्वर का वास है.. जब हम वृक्ष, नदियों, पर्वतों और जीव-जंतुओं में ईश्वर का अंश देखते हैं, तब उनका संरक्षण केवल पर्यावरणीय कार्य नहीं, बल्कि आध्यात्मिक साधना बन जाता है।

3. **गीता का पर्यावरण दर्शन**

भगवद्गीता (अध्याय 3, श्लोक 14) में कहा गया है..
"अन्नाद्भवन्ति भूतानि पर्जन्यादन्नसम्भवः।"
अर्थात, प्राणी अन्न से उत्पन्न होते हैं, अन्न वर्षा से उत्पन्न होता है।

ISSN-2319-8478
Vol-15 Issue-3, June 2026

यह श्लोक प्रकृति के चक्र, जल संरक्षण और पर्यावरणीय संतुलन का अद्भुत वैज्ञानिक दृष्टिकोण प्रस्तुत करता है।

स्वच्छ हवा : आनंद का प्रथम आधार

वैदिक दृष्टिकोण
ऋग्वेद में वायु को जीवन का आधार कहा गया है।
"वात आ वातु भेषजम्।"
अर्थात, वायु हमारे लिए औषधि के समान कल्याणकारी हो।

वर्तमान संदर्भ

- वायु प्रदूषण मानव स्वास्थ्य के लिए सबसे बड़ी चुनौतियों में से एक है।
- बढ़ती गर्मी, धूल और औद्योगिक प्रदूषण जीवन की गुणवत्ता को प्रभावित कर रहे हैं।
- वृक्षारोपण और हरित क्षेत्र मानसिक शांति और आनंद को बढ़ाते हैं।

स्वच्छ जल : जीवन और आनंद का स्रोत
भारतीय संस्कृति में नदियों को माता कहा गया है।
वैदिक संदेश
"आपो हि ष्ठा मयोभुवः" (ऋग्वेद)
अर्थात, जल आनंद और सुख प्रदान करने वाला है।

वर्तमान आवश्यकता

- जल संरक्षण को जन आंदोलन बनाना होगा।
- वर्षा जल संचयन को बढ़ावा देना होगा।
- नदियों और जल स्रोतों को प्रदूषण मुक्त रखना होगा।

शांत वातावरण : आंतरिक आनंद का मार्ग
उपनिषदों और योग दर्शन में मन की शांति को सर्वोच्च सुख माना गया है।
शांति मंत्र
"ॐ द्यौः शान्तिः अन्तरिक्षं शान्तिः पृथिवी शान्तिः.."
यह मंत्र केवल मानव की नहीं, सम्पूर्ण सृष्टि की शांति की कामना करता है।

वर्तमान संदर्भ

- ध्वनि प्रदूषण मानसिक तनाव बढ़ाता है।
- प्रकृति के बीच समय बिताने से मानसिक स्वास्थ्य बेहतर होता है।
- योग, ध्यान और प्राकृतिक जीवनशैली आनंद को बढ़ाते हैं।

पर्यावरण और आनंद : मध्यप्रदेश का संदर्भ

मध्यप्रदेश को "भारत का हृदय" कहा जाता है। यहाँ की नदियाँ, वन, जैव विविधता और सांस्कृतिक धरोहरें पर्यावरण और आनंद का अद्भुत संगम प्रस्तुत करती हैं।

- शिप्रा, नर्मदा और ताप्ती जैसी नदियाँ जीवन का आधार हैं।
- गाँवों की हरियाली और पारंपरिक जल संरचनाएँ संरक्षण की प्रेरणा देती हैं।
- आनंद विभाग द्वारा चलाए जा रहे कार्यक्रम प्रकृति और मानवीय मूल्यों को जोड़ने का प्रयास कर रहे हैं।

सामूहिक संकल्प

- एक व्यक्ति – एक वृक्ष।

ISSN-2319-8478
Vol-15 Issue-3, June 2026

- एक परिवार – जल संरक्षण।
- एक संस्था – स्वच्छता अभियान।
- एक समाज – हरित विकास।

निष्कर्ष

भारतीय दर्शन हमें सिखाता है कि प्रकृति पर अधिकार नहीं, बल्कि उसके साथ सहअस्तित्व ही मानव जीवन का मार्ग है। स्वच्छ हवा, स्वच्छ जल और शांत वातावरण केवल पर्यावरणीय आवश्यकताएँ नहीं हैं, बल्कि मानव आनंद, स्वास्थ्य और आध्यात्मिक उन्नति के मूल आधार हैं।
आज आवश्यकता विकास और प्रकृति के बीच संतुलन स्थापित करने की है। यदि हम वेदों, उपनिषदों और गीता के संदेश को जीवन में उतार सकें, तो पर्यावरण संरक्षण केवल अभियान नहीं रहेगा, बल्कि जीवन का संस्कार बन जाएगा।

समापन संदेश
ग्रीन सिंहस्थ, ग्रीन उज्जैन का संकल्प..
उज्जैन केवल एक नगर नहीं, बल्कि भारत की आध्यात्मिक चेतना का जीवंत केंद्र है। माँ शिप्रा के तट पर आयोजित सिंहस्थ महापर्व विश्व की सबसे बड़ी सांस्कृतिक और आध्यात्मिक परंपराओं में से एक है। यदि यह आध्यात्मिकता प्रकृति संरक्षण से जुड़ जाए, तो उज्जैन सम्पूर्ण विश्व के लिए एक आदर्श मॉडल बन सकता है।

"ग्रीन सिंहस्थ, ग्रीन उज्जैन" केवल एक अभियान नहीं, बल्कि एक सांस्कृतिक संकल्प है। इसका मूल भाव है कि श्रद्धा और पर्यावरण साथ-साथ चलें। शिप्रा स्वच्छ रहे, घाट निर्मल रहें, वृक्षों की संख्या बढ़े, प्लास्टिक का उपयोग कम हो, जल और ऊर्जा का संरक्षण हो तथा प्रत्येक श्रद्धालु प्रकृति के प्रति अपनी जिम्मेदारी को समझे।

भारतीय दर्शन कहता है कि प्रकृति और परमात्मा अलग नहीं हैं। जब हम एक वृक्ष लगाते हैं, जल बचाते हैं या स्वच्छता बनाए रखते हैं, तब हम केवल पर्यावरण की रक्षा नहीं करते, बल्कि अपनी सांस्कृतिक विरासत और आने वाली पीढ़ियों के भविष्य को भी सुरक्षित करते हैं।

आइए, हम सभी मिलकर संकल्प लें..
मध्यप्रदेश के मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव जी की संकल्प शक्ति से मां शिप्रा के जल से होगा सिंहस्थ 2028

हरित होगा सिंहस्थ, स्वच्छ होगी शिप्रा..
हरित होगा उज्जैन, आनंदमय होगा उज्जैन
"ग्रीन सिंहस्थ, ग्रीन उज्जैन" केवल एक नारा नहीं, बल्कि प्रकृति, संस्कृति और आनंद के समन्वय का जनआंदोलन बने..
यही हमारी सामूहिक जिम्मेदारी और भविष्य की दिशा है..
पर्यावरण दिवस पर हमारा संकल्प..
माँ शिप्रा की निर्मल धारा..
हरित वृक्षों की शीतल छाँव..