

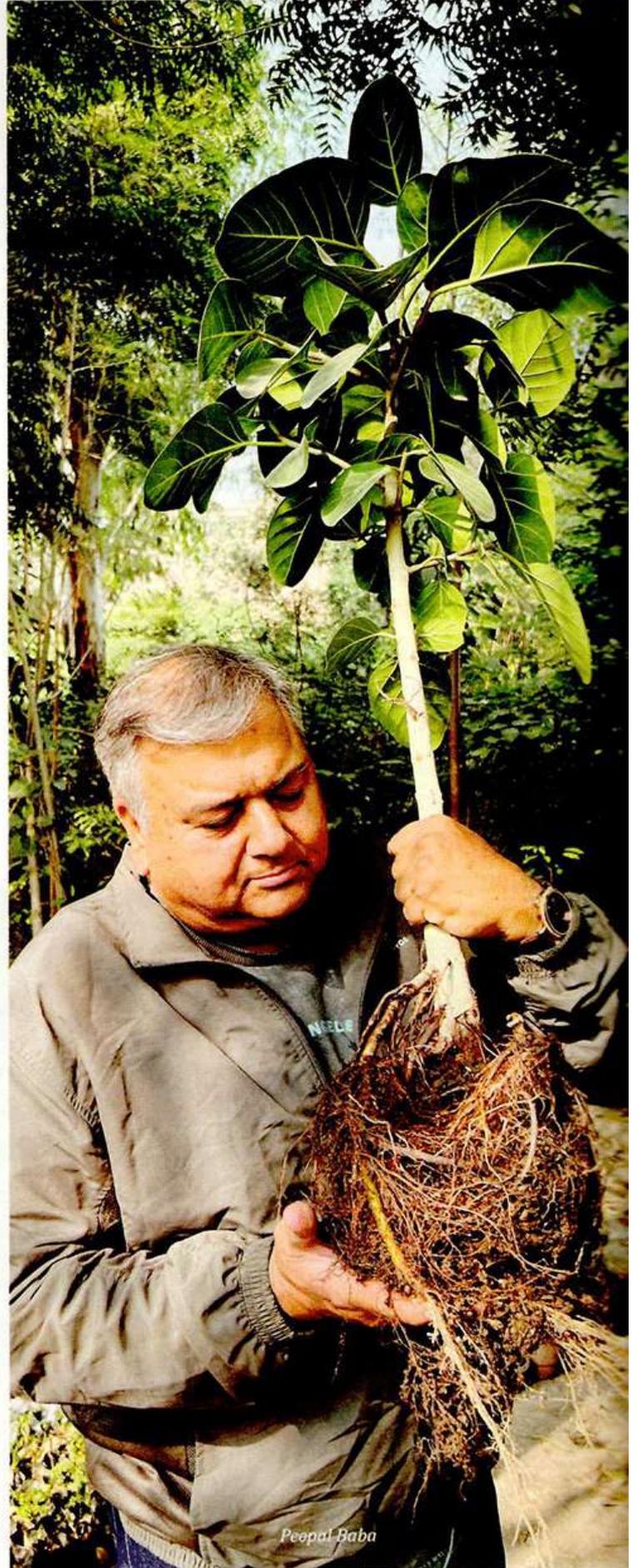
## प्रकृति के सिद्धांतों और मूल्यों के अनुरूप जीवनयापन

बड़े पैमाने पर वृक्षारोपण से लेकर एक पीढ़ी के लोगों को प्रकृति से फिर से जुड़ने के लिए प्रेरित करने तक पीपल बाबा (उर्फ स्वामी प्रेम परिवर्तन) ने अपना जीवन पर्यावरण संरक्षण, स्थायी जीवनशैली और मूल्य-आधारित नेतृत्व के लिए समर्पित कर दिया है। संपादक (अंग्रेजी) शुचिता चतुर्वेदी के संचालन में योजना के साथ इस दिलचस्प बातचीत में पीपल बाबा ने उन प्रभावों का उल्लेख किया जिन्होंने उन्हें इस प्रकार ढाला और उन अनुभवों के बारे में बताया जो उन्होंने सेना के माहौल में बड़े होने के दौरान प्राप्त किये। इसके अलावा उन्होंने हरित शहरों, जिम्मेदार नागरिकता एवं लोगों और प्रकृति के बीच अधिक सामंजस्यपूर्ण संबंध के लिए अपनी आकांक्षाएं साझा कीं।

आपका अक्सर यह कहना है कि आपके जीवन का यह मिशन ऐसा नहीं था जिसकी आपने सोच समझ कर योजना बनाई हो बल्कि यह स्वाभाविक रूप से विकसित हुआ। आरंभिक प्रभावों और अनुभवों ने किस प्रकार पर्यावरण से जुड़ी इस कार्ययात्रा को दिशा प्रदान की इस बारे में हमें बताएं?

मैंने अपने काम को कभी भी किसी सोचे समझे निर्णय का परिणाम नहीं माना। यह मेरे आस-पास के लोगों और माहौल के कारण स्वाभाविक रूप से विकसित हुआ। सबसे प्रबल प्रभावों में से एक मेरी शिक्षिका श्रीमती विलियम्स थीं जिन्होंने हमें लगभग पाँच से छह साल तक पढ़ाया। उनके पढ़ाने की शैली तत्कालीन शैली से बहुत अलग थी। वह कभी भी पाठ्यपुस्तकों तक सीमित नहीं रही। वह जीव जंतुओं, पक्षियों, भूगोल, इतिहास और दुनिया के अलग-अलग भागों की संस्कृतियों के बारे में बताया करती थीं।

वह नेशनल ज्योग्राफिक जैसी पत्रिकाएँ लाती थीं और हमें तस्वीरें दिखाती थीं। उन तस्वीरों के जरिये उन्होंने हमें पृथ्वी ग्रह और उसकी विविधता को समझाया। उन्होंने जो कुछ भी पढ़ाया उसे कहानियों और



Peepal Baba

वास्तविक जीवन के उदाहरणों के माध्यम से समझाया। शिक्षण के इस तरीके का मैं आज भी अनुसरण करता हूँ। आज भी जब मैं अपने अध्यापन और कार्यकाल पर विचारता हूँ तो मुझे एहसास होता है कि जो मूल सिद्धांत हमें उनसे मिले उन्होंने प्रकृति और शिक्षा के बारे में मेरी सोच को नयी दिशा प्रदान की।

ऐसी कोई एक आकस्मिक घटना नहीं थी जिसने मुझे पर्यावरण कार्य की ओर प्रेरित किया। इसके बजाय यह छोटे-छोटे लम्हों की एक श्रृंखला थी। मुझे याद है एक बार मेरी दादी ने एक पेड़ को कटते हुए देखा और कहा कि पक्षियों ने अपने घोंसले खो दिए हैं। उन्होंने सहज भाव से कहा कि उनके लिए कुछ किया जाना चाहिए। यह एक साधारण सा कथन था लेकिन मेरे दिल को छू गया। मेरे शिक्षकों, मेरे परिवार और मेरे आस पास के माहौल के साथ ऐसे छोटे-छोटे अनुभवों ने धीरे-धीरे मेरे मार्ग को प्रशस्त किया। कुछ भी रातों-रात नहीं हुआ। यह एक क्रमिक प्रक्रिया थी।

**आप सेना के माहौल में भी पले-बढ़े हैं। इसका जीवन और स्थायित्व बनाये रखने के प्रति आपके दृष्टिकोण पर किस तरह का प्रभाव पड़ा?**

सेना के माहौल में बड़े होने से अनुशासन सीखने को मिलता है लेकिन साथ ही यह आपको संगठित और संतुलित तरीके से जीना भी सिखाता है। छावनी परिसर हमारे देश में ऐसी जीवनशैली के सबसे अच्छे उदाहरणों में से हैं। यहाँ खुले स्थान, हरियाली, पैदल पथ और ऐसी जगहें हैं जहाँ लोग साइकिल चला सकते हैं। किसी व्यक्ति को भली-भांति जीवन गुजारने के लिए सिर्फ भवनों की जरूरत नहीं होती। उसे अच्छी हवा, साफ़ पानी और शांतिपूर्ण जीवन बिताने के लिए पर्याप्त स्थान चाहिए।

जब आप ऐसे माहौल में पलेबड़े होते हैं तो आप समझते हैं कि विकास का मतलब लोगों को छोटी जगहों में ठूसना नहीं है। आज कई शहर वर्टिकली बढ़ रहे हैं और एक के ऊपर एक लोग बस रहे हैं। लेकिन छावनी परिसर दर्शाते हैं कि किस प्रकार स्वस्थ माहौल और स्वस्थ व्यक्ति एक दूसरे से जुड़े हैं। वह सबक मैंने आत्मसात किया जो बाद में स्थायी जीवन जीने की मेरी समझ का केंद्रबिंदु बन गया।

**आप अक्सर छावनी परिसर को स्थायी जीवन जीने के मॉडल के रूप में बताते हैं। आपको क्यों लगता है कि वे आज भी प्रासंगिक हैं?**

छावनी परिसर हमें दर्शाते हैं कि जीवन को संतुलित तरीके से कैसे निर्धारित किया जा सकता है। यहाँ लोगों के लिए जगह है, पेड़ों के लिए जगह है और पक्षियों के लिए भी जगह है। आप चलफिर सकते हैं, साइकिल चला सकते हैं और ताज़ी हवा में सांस ले सकते हैं।

आजकल कई शहरों में अगर साइकिल ट्रैक बनता है तो उस पर जल्द ही कब्ज़ा हो जाता है। फुटपाथ पर बाज़ार उग आते हैं। धीरे-धीरे ऐसा होता है कि लोगों को शांति से चलने के लिए कोई जगह नहीं बचती। लेकिन छावनी परिसर में अभी भी हरे-भरे क्षेत्र और शांत स्थान कायम हैं। वे हमें स्मरण करवाते हैं कि विकास और हरियाली

में टकराव जरूरी नहीं है। अगर सोच-समझकर योजना बनायी जाए तो दोनों साथ-साथ विकसित हो सकते हैं।

**आपके संगठन ने कई राज्यों और क्षेत्रों में काम किया है। इस लंबी यात्रा से आपको क्या सीख मिली है?**

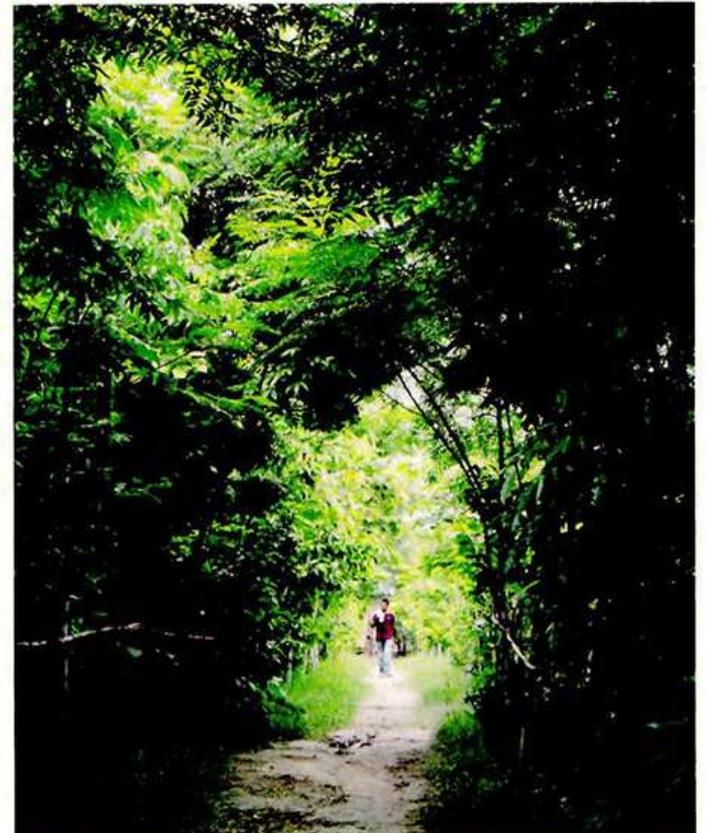
पिछले कुछ वर्षों में हमने देश के कई जिलों और क्षेत्रों में काम किया है। इस कार्ययात्रा से एक स्पष्ट सीख यह मिली है कि लोग बातों से ज़्यादा काम किये जाने को प्राथमिकता देते हैं। जब वे किसी को पेड़ लगाते हुए, भूमि पुनर्स्थापन करते हुए या ज़िम्मेदारी से जीवन यापन करते हुए देखते हैं तो उन्हें भी ऐसा करने की प्रेरणा मिलती है।

बदलाव केवल मीटिंग या भाषणों से नहीं आता। वास्तविक बदलाव ज़मीन पर होता है। जब लोग लगातार प्रत्यक्ष रूप से कार्य होते हुए देखते हैं तो वे उसका महत्व समझने लगते हैं और खुद भी उसका भाग बन जाते हैं। समय के साथ इससे साझा ज़िम्मेदारी की भावना पैदा होती है।

**आपने कई देशों की यात्रा की है। अन्य देशों की बेहतरीन कार्य प्रणालियों से आप क्या सबक लेते हैं?**

जब भी मैं यात्रा करता हूँ तो मैं सिर्फ़ इमारतों या इंफ्रास्ट्रक्चर को ही नहीं देखता। मैं उनके निर्माण में निहित परिकल्पना को समझने की कोशिश करता हूँ। सिंगापुर, दुबई और ऑस्ट्रेलिया जैसी जगहों से मैंने सीखा है कि असली विकास उद्देश्य की स्पष्टता से शुरू होता है।

सिंगापुर ने बहुत पहले ही तय कर लिया था कि उसको एक गार्डन सिटी बनना है। यह सिर्फ़ कागज़ पर लिखा एक विचार नहीं था। हरियाली को प्लानिंग के केंद्र में रखा गया। सड़कें, घर और





आपको प्राकृतिक प्रक्रियाओं के बारे में ज्यादा जागरूक बनाता है और ज़िम्मेदारी की भावना पैदा करता है।

तीसरा, आप जो देखते हैं, पढ़ते हैं और सुनते हैं उसे ध्यान से चुने जिससे तनाव कम हो। शहरी जीवन पहले से ही शोर और भीड़ की वजह से तनाव पैदा करता है। हमें लगातार नकारात्मकता से तनाव को और नहीं बढ़ाना चाहिए।

**आप अक्सर ज़िम्मेदार जीवनशैली और पर्यावरण पर अपने प्रभाव को घटाने के बारे में चर्चा करते हैं। आप इस सोच को सरल भाषा में कैसे समझाएंगे?**

मैं इस विचार को समझाने के लिए अक्सर 'कार्बन फुटप्रिंट' शब्द का इस्तेमाल करता हूँ। इसका सीधा सा मतलब है कि आप पृथ्वी को कितना कम नुकसान पहुँचाते हैं। यह एक सरल अवधारणा है। जब भी संभव हो सार्वजनिक परिवहन का इस्तेमाल करें। प्लास्टिक के प्रयोग से बचें। स्टील, कांच और साधारण चीजों को अपनाएं।

ये काम छोटे-मोटे लग सकते हैं लेकिन पूरी जिंदगी में ये बहुत बड़ा बदलाव लाते हैं। जब बहुत से लोग ऐसी आदतें अपनाते हैं तो इससे सामूहिक ज़िम्मेदारी उपजती है। इस लिहाज़ से सामाजिक बदलाव कुछ और नहीं, बल्कि लगातार किये जा रहे व्यक्तिगत प्रयासों का ही नतीजा है।

**आप पर्यावरणीय ज़िम्मेदारी को आध्यात्मिकता से जोड़ते हैं। आप इस सम्बन्ध को कैसे देखते हैं?**

मेरे लिए आध्यात्मिकता का अभिप्राय है जागरूकता – स्वयं की, अन्य की और प्रकृति की जागरूकता। जब आप प्रकृति के करीब रहते हैं, तो आप स्वाभाविक रूप से शांत और अधिक ज़िम्मेदार बन जाते हैं। आप समझने लगते हैं कि आपके क्रियाकलापों का असर केवल आप पर ही नहीं, बल्कि आपके आस-पास सभी पर पड़ता है।

आज की युवा पीढ़ी दबाव और उलझन का सामना करती है। वे प्रतिस्पर्धा और अनिश्चितता से घिरे हुए हैं। जब वे प्रकृति से फिर से जुड़ते हैं तो उन्हें अपने जीवन में फिर से संतुलन मिलता है। यह संतुलन उन्हें स्वस्थ और अधिक सार्थक जीवन जीने में मदद करता है।

**बच्चों में यह जागरूकता पैदा करने में माता-पिता और शिक्षकों की क्या भूमिका होती है?**

अगली पीढ़ी के मूल्यों को आकार देने में माता-पिता और शिक्षक सबसे महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। आज बहुत से बच्चे प्रकृति से बिना किसी वास्तविक जुड़ाव के बड़े होते हैं। उन्होंने कभी गाँव का तालाब, कुआँ या ऐसे खेत नहीं देखे जिनमें खेती बाड़ी चल रही हो। वे पैकेटबंद खाने के बारे में जानते हैं, लेकिन यह नहीं जानते कि खाना कैसे उगाया जाता है। वे ब्रांड्स के बारे में जानते हैं, लेकिन मेहनत की कीमत नहीं जानते।

सार्वजनिक स्थान सभी पेड़ों और उद्यानों के आसपास डिज़ाइन किए गए। सीमित भूमि और घनी आबादी के बावजूद उन्होंने यह सुनिश्चित किया कि लोगों को खुली जगहों तक पहुँच मिले।

दुबई ने मुझे एक और सबक सिखाया। यह रेगिस्तान के बीच में बना है फिर भी इसने आधुनिक इंफ्रास्ट्रक्चर और हरे-भरे इलाके विकसित किये हैं। जो बात सबसे भिन्न है वह है अलग तरह से सोचने का आत्मविश्वास। यह दिखाता है कि प्राकृतिक सीमाएँ आपको कुछ करने से रोक नहीं सकती।

ऑस्ट्रेलिया विकास के मार्ग पर बढ़ते हुए प्रकृति का सम्मान करने के महत्व की मिसाल है। विशाल हरित पट्टियाँ और संरक्षण क्षेत्रों को वैकल्पिक नहीं बल्कि ज़रूरी माना जाता है।

इन सभी उदाहरणों में केवल धन ही एकमात्र कारक नहीं है। यह दूरदर्शिता की स्पष्टता, कार्य में अनुशासन और दीर्घकालिक सोच है। भारत के लिए सबक स्पष्ट है: योजना बनाते समय यदि पर्यावरण और मानव कल्याण को प्राथमिकता दी जाती है तो शहर अधिक स्वस्थ, रहने योग्य और टिकाऊ बनते हैं।

**आज भारतीय शहर प्रदूषण और तनाव का सामना कर रहे हैं। स्वस्थ जीवन के लिए आम नागरिक कौन से व्यवहारिक कदम उठा सकते हैं?**

हम शीर्ष से बदलावों का इंतज़ार नहीं कर सकते। हममें से हर किसी को अपनी वर्तमान स्थिति से शुरुआत करनी होगी।

सबसे पहले अपने घर के आस-पास पौधे लगाएँ। इस तरह से भले ही आपके शहर की हवा प्रदूषित हो आप अपने घर के आस-पास की हवा को बेहतर बना सकते हैं। कुछ पौधे किसी जगह का माहौल बदल सकते हैं और मन को शांति भी प्रदान कर सकते हैं।

दूसरा, अगर संभव हो तो थोड़ा-बहुत अपना भोजन खुद उगाएँ। छोटा सा प्रयास भी भोजन के साथ आपके रिश्ते को बदल देता है। यह

वास्तविक जीवन से दूर रहने पर धीरे-धीरे जिम्मेदारी के प्रति उनकी समझ कम हो जाती है। इसीलिए वयस्कों को जानबूझकर बच्चों को मिट्टी, खेतों और रोज़मर्रा की सच्चाइयों के करीब लाना चाहिए। जो बच्चा यह समझता है कि खाना कहाँ से आता है वह किसानों का, प्रकृति का और जीवन का सम्मान करना अपने आप सीख जाता है।

मूल्यों को सिर्फ़ व्याख्यानों या किताबों से नहीं सिखाया जा सकता। वे उदाहरण के माध्यम से सीखे जाते हैं। जब बच्चे माता-पिता और शिक्षकों को पर्यावरण की देखभाल करते हुए, सादा जीवन जीते हुए और संसाधनों का सम्मान करते हुए देखते हैं तो वे इन आदतों को स्वाभाविक रूप से अपना लेते हैं। ऐसी सीख उनके साथ जीवन भर रहती है और उन्हें न सिर्फ़ जानकार व्यक्ति बल्कि जिम्मेदार नागरिक बनाने में मदद करती है।

**आपने कृषि और खाद्य प्रणालियों पर पुनर्विचार करने की ज़रूरत के बारे में बात की है। आज के परिप्रेक्ष्य में यह क्यों महत्वपूर्ण है?**

हमें फिर से खेती के प्राकृतिक तरीकों को ज़्यादा से ज़्यादा अपनाना होगा। रसायनों का अत्यधिक उपयोग मिट्टी, पानी और मानव स्वास्थ्य को नुकसान पहुँचाता है। समय के साथ यह कृषि की नींव को ही कमज़ोर कर देता है। पूरी दुनिया में लोग अब यह महसूस कर रहे हैं कि स्थायी खेती कोई लगज़री नहीं है - यह एक ज़रूरत है।

जब मैं दूसरे देशों में जाता हूँ तो मैं देखता हूँ कि इस सरोकार से अलग-अलग तरीकों से निपटा जा रहा है। कई जगहों पर रसायनों पर निर्भरता कम करने और ऐसे तरीकों को अपनाने के प्रयास बढ़ रहे हैं जो मिट्टी और जैव विविधता के लिए हितकारी हैं। किसानों को ऐसे तरीके अपनाने के लिए प्रोत्साहित किया जा रहा है जो अगली पीढ़ी के लिए भूमि की रक्षा करें न कि सिर्फ़ कम अवधि में ज़्यादा पैदावार बढ़ाएँ।

यह अंतरराष्ट्रीय अनुभव भी उस बात पर बल देता है जो हमें भारत में भी समझने की ज़रूरत है - कि खेती को पारिस्थितिकी से अलग नहीं किया जा सकता। खाद्य पदार्थ सिर्फ़ एक उत्पाद नहीं है जिसे हम खरीदते और बेचते हैं। यह ज़िंदगी है। जब हम इसका सम्मान करते हैं तो हमारी प्रणालियाँ स्वयं स्वस्थ और अधिक संतुलित हो जाती हैं।

जो समाज अपने खाद्यान्न का सम्मान करता है वह अपने किसानों और अपनी भूमि का भी सम्मान करना सीखता है। तभी हम एक ऐसी खाद्य प्रणाली विकसित कर सकते हैं जो लोगों और धरती दोनों के लिए सही मायनों में स्थायी हो।

**आप लंबे समय से योजना के पाठक रहे हैं। यह पत्रिका आपके लिए क्या मायने रखती है?**

हममें से कई लोगों के लिए योजना विकास, ग्रामीण मुद्दों और लोकनीति को समझने का पहला अहम स्रोत था। ऐसे समय में जब जानकारी सुगमता से उपलब्ध नहीं थी योजना हमारे लिए एक

एनसाइक्लोपीडिया का काम करती थी। इसने हमें यह समझने में मदद की कि देश कैसे काम करता है, नीतियाँ कैसे बनती हैं और सामाजिक और आर्थिक मुद्दे कैसे जुड़े हुए हैं।

जब मैं शिक्षण कर रहा था तो मैं अक्सर अपने छात्रों को नियमित रूप से योजना पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करता था। मैं उनसे कहता था कि इसे केवल सरसरी तौर पर नहीं पढ़ना चाहिए, बल्कि यह उनके अकादमिक जीवन का एक ज़रूरी हिस्सा होना चाहिए। हम इसे यूँ ही नहीं पढ़ते थे। हम इसे धीरे-धीरे पढ़ते थे अक्सर हाथ में पेंसिल लेकर - ज़रूरी लाइनों को अंडरलाइन करते थे, नोट्स बनाते थे और जो पढ़ते थे उस पर विचारते थे। उस आदत ने सिर्फ़ जानकारी नहीं बल्कि समझदारी भी पैदा की। इसने हमें जल्दी प्रतिक्रिया व्यक्त करने के बजाय गहराई से सोचना सिखाया।

आज भी मेरा मानना है कि योजना जैसी पत्रिकाओं की बहुत महत्वपूर्ण भूमिका होती है। झटपट खबरों और ध्यान केन्द्रित करने में कमी के इस दौर में ऐसे प्रकाशन पाठकों को विराम लेने, सोचने और मुद्दों को ज़्यादा अर्थपूर्ण तरीके से समझने का मौका देती हैं। वे ऐसे विचारशील नागरिक बनाने में मदद करती हैं जो राष्ट्र निर्माण को जिम्मेदारी और जागरूकता की भावना से देखते हैं।

**अंत में आप हमारे पाठकों को क्या संदेश देना चाहेंगे?**

पाठकों के लिए मेरा संदेश सरल है - अपनी क्षमता को कभी कम मत आँकों। बहुत से लोगों को लगता है कि बदलाव सिर्फ़ बड़े तंत्रों और बड़े फैसलों से होता है लेकिन असल में बदलाव रोज़मर्रा की ज़िंदगी में छोटे, सतत कार्यकलापों से शुरू होता है।

पेड़ लगाना, पानी बचाना, कचरा कम करना और जिम्मेदारी से जीना शायद आम कार्य लगें लेकिन साथ मिलकर वे स्थायी प्रभाव डालते हैं। जब व्यक्ति एहतियात से काम करते हैं तो समाज स्वाभाविक रूप से संतुलन की ओर बढ़ता है।

मुझे यह भी लगता है कि अगली पीढ़ी को अच्छे संस्कार देना हमारी सबसे बड़ी जिम्मेदारियों में से एक है। बच्चों को प्रकृति का सम्मान करना, उचित काम के महत्व को समझना और दूसरों की देखभाल करना सिखाना एक मज़बूत भविष्य का निर्माण करता है।

मेरी राय में देशभक्ति सिर्फ़ नारों से अभिव्यक्त नहीं होती। यह आपके कार्यों में झलकती है। जब हम अपने पर्यावरण की रक्षा करते हैं, अपने संसाधनों का सम्मान करते हैं और जिम्मेदारी से जीते हैं तो हम सही मायने में अपने देश की सेवा करते हैं।

पीपल बाबा के साथ यह बातचीत विकास लक्ष्यों को पर्यावरणीय उत्तरदायित्व और सामाजिक कल्याण के साथ जोड़ने के महत्व को रेखांकित करती है। उनके दृष्टिकोण इस बात पर जोर देते हैं कि स्थायी प्रगति केवल सरकारी नीतियों पर निर्भर नहीं करती बल्कि लोगों के सही निर्णय लेने और सामूहिक रूप से मिलकर काम करने पर भी निर्भर करती है। ये तत्व साथ मिलकर विकास के अधिक संतुलित और विश्वसनीय मॉडल के आधार का निर्माण करते हैं। □