

बालाजी निरोगधाम अस्पताल, नई दिल्ली के स्थापना दिवस और प्राकृतिक चिकित्सा तथा योग संबंधी
विचार गोष्ठी

22 दिसम्बर, 2019

नई दिल्ली

मुझे बालाजी निरोगधाम, नई दिल्ली के स्थापना दिवस समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में आप सभी के बीच आकर खुशी हो रही है। किसी संस्थान के लिए उसका स्थापना दिवस एक महत्वपूर्ण अवसर होता है। इस दिवस की स्मृति और समारोह किसी संस्थान की विकास यात्रा में आए उतार-चढ़ावों, उपलब्धियों तथा बाधाओं की याद दिलाते हैं। साथ ही, यह आत्मविश्लेषण करने का अवसर भी देता है कि भविष्य में प्रगति तथा विकास के कौन-कौन से अवसर उपलब्ध हैं।

बालाजी निरोगधाम अस्पताल, बख्तावरपुर, दिल्ली जल्द ही अपनी स्थापना के दो दशक पूरे करने वाला है। अपनी स्थापना के समय से ही यह अस्पताल प्राकृतिक चिकित्सा और योग के महत्व तथा लाभों के बारे में लगातार और सकारात्मक रूप से लोगों को जागरूक बना रहा है और उनकी सेवा कर रहा है।

मुझे मालूम है कि प्राकृतिक माहौल में स्थित बालाजी निरोगधाम में चिकित्सकों और समर्पित पराचिकित्सकों की विशेषज्ञ टीम है। इस अस्पताल में ज्यादातर जरूरी उपकरण भी मौजूद हैं। मानवतावादी सोच और एक गैर-लाभकारी संगठन के रूप में यह मानवता की सेवा कर रहा है। इस अवसर पर, मैं निरोगधाम और इसके सदस्यों को आज के स्थापना दिवस पर बधाई देता हूँ।

बालाजी निरोगधाम के सदस्यों के अलावा, आज के इस स्थापना दिवस समारोह और प्राकृतिक चिकित्सा तथा योग संबंधी विचारगोष्ठी में प्रतिभागियों के रूप में बड़ी संख्या में विशेषज्ञ, शुभचिन्तक, थेरेपिस्ट और चिकित्सकगण भी मौजूद हैं। इस अवसर पर मैं उन्हें भी अपनी ओर से शुभकामनाएं देता हूँ।

आप सभी मेरी इस बात से सहमत होंगे कि वर्तमान समय में तनाव और चिन्ता से भरे जीवन में लोगों को जीवन-शैली से जुड़ी बहुत-सी बीमारियां हो रही हैं। पर योग हमारे देश की एक ऐसी प्राचीन विधा है जिसका अभ्यास करने से इनसे छुटकारा पाया जा सकता है। योग मन और शरीर को संतुलित करता है तथा यह हमारे आंतरिक बल को बढ़ाता है।

भारत समृद्ध संस्कृति, परंपरा और रहस्यवाद वाला देश है। भारत ने ही दुनिया को योग जैसा उत्कृष्ट उपहार दिया है। 'योग' शब्द की उत्पत्ति संस्कृत के 'युज' शब्द से हुई है, जिसका अर्थ 'जोड़ना' और 'समाधि' अथवा 'ध्यान' है। यह एक ऐसी प्राचीन विधि और दर्शन है जो हमें हमारे देश के योगियों, मुनियों और पतंजलि जैसे विख्यात दार्शनिकों और प्रचारकों से प्राप्त हुआ है।

पंतजलि का योग सूत्र योग शिक्षकों, पेशेवरों और योग से जुड़े सामान्य जनों के लिए भी मूलभूत सूत्र के रूप में प्रख्यात है। योग एक शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक अनुशासन है और यह विभिन्न आसनों तथा श्वास क्रियाओं के माध्यम से धरती मां की सकारात्मक ऊर्जा को ग्रहण करने अर्थात् मन, शरीर एवं आत्मा की 'साधना' है। इसका मुख्य उद्देश्य ज्ञान और स्व-चेतना के माध्यम से आत्म-नियंत्रण की उच्चतम अवस्था को प्राप्त करना है।

योग व्यक्तिगत चेतना को सर्वोच्च चेतना से जोड़ने पर बल देता है और यही इसका उद्देश्य भी है। योग से सभी आयुवर्गों और धर्मों के लोगों के शारीरिक, भावनात्मक, सामाजिक तथा मानसिक स्वास्थ्य में सुधार होता है और अंततः उनके आध्यात्मिक विकास का मार्ग भी प्रशस्त होता है जिससे समाज और देश का भी भला होता है।

बालाजी निरोगधाम योग और प्राकृतिक चिकित्सा को लोगों की जीवन-शैली से जोड़ने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है। हममें से ज्यादातर लोग जानते हैं कि पिछले कुछ दशकों में योग की लोकप्रियता बहुत बढ़ी है। योग विज्ञान और इससे प्राप्त होने वाले लाभों के संबंध में बहुत से वैज्ञानिक परीक्षण किए गए हैं। आधुनिक समय में सूचना और संचार तकनीक के उपयोग से भी लोगों में योग के प्रति सामाजिक स्तर पर जागरूकता बढ़ी है।

योग से मिलने वाले दीर्घावधि स्वास्थ्य लाभों को देखते हुए, 2014 में संयुक्त राष्ट्र महासभा ने 21 जून को "अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस" घोषित किया और 2015 में पहली बार 192 देशों द्वारा इसका आयोजन किया गया था। यह हमारे लिए गर्व की बात है कि गत वर्षों से योग को एक विश्व उत्सव के रूप में मनाया जा रहा है।

हमारे प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदीजी ने संयुक्त राष्ट्र महासभा में अपने भाषण में कहा था कि योग का संबंध केवल स्वस्थ रहने और व्यायाम से ही नहीं है, बल्कि इसका अर्थ अपनी जीवन शैली बदलने से है और उन्होंने इस प्राचीन पद्धति को अपनाने पर जोर दिया, जिससे स्वामी विवेकानंद ने पश्चिमी जगत को परिचित कराया था।

उन्होंने एक संपूर्ण और आनंदमय जीवन हेतु योग, ध्यान और वेदों के महत्व पर बल दिया। उनके बताए मार्ग पर चलते हुए आज मानवता की समृद्धि के लिए 'योग की ओर लौटना' समय की आवश्यकता है। दिसम्बर, 2016 में अदिस अबाबा, इथियोपिया में अमूर्त संस्कृति का संरक्षण करने के लिए आयोजित अंतर सरकारी समिति के 11वें सत्र के दौरान यूनेस्को की मानवता की अमूर्त सांस्कृतिक विरासत की सूची में योग को अंकित किया गया था। भारत से सूचीबद्ध योग का अमूर्त सांस्कृतिक विरासत सूची में 13वां स्थान है।

देवियो और सज्जनो, हमारे देश में स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय के अंतर्गत 30 मार्च, 1978 को एक पंजीकृत सोसाइटी के रूप में केंद्रीय योग और प्राकृतिक चिकित्सा अनुसंधान परिषद की स्थापना हुई थी। इस संयुक्त परिषद की स्थापना के बाद आयुर्वेद, योग और प्राकृतिक चिकित्सा, यूनानी सिद्ध और होम्योपैथी प्रत्येक के लिए एक स्वतंत्र अनुसंधान परिषद की स्थापना का मार्ग खुला। इनमें से प्रत्येक परिषद, भारत सरकार के अंतर्गत नवगठित आयुष मंत्रालय के तहत एक स्वायत्त संगठन के रूप में कार्य कर रहा है।

पिछले कुछ वर्षों में, प्राकृतिक चिकित्सा और योग वैकल्पिक चिकित्सा अथवा उपचार विज्ञान के रूप में उभरकर सामने आए हैं। रोगों के उपचार में सदियों से इस चिकित्सा पद्धति के लाभों को देखते हुए, हमारे देश में शोधकर्ताओं, सरकार और समाज ने एक साथ मिलकर प्रयास किए हैं। शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के क्षेत्र में योग की भूमिका का पता लगाने के लिए भारत में अनेक अनुसंधान किए जा रहे हैं।

आयुष मंत्रालय, भारत सरकार, योग और प्राकृतिक चिकित्सा के अलग-अलग क्षेत्रों में अनुसंधान में सहायता कर रहा है। हाल ही में विज्ञान और प्रौद्योगिकी विभाग (डीएसटी) ने योग अनुसंधान को बढ़ावा देने के लिए योग और ध्यान विज्ञान और प्रौद्योगिकी (सत्यम) नामक एक योजना भी आरंभ की है।

प्राकृतिक चिकित्सा एक ऐसी वैकल्पिक चिकित्सा पद्धति है, जो एक बीमार शरीर को प्राकृतिक रूप से स्वस्थ बनाने में लाभ पहुंचाती है। प्राकृतिक चिकित्सा हमारे शरीर में मौजूद पंचतत्वों का प्रकृति के साथ सामंजस्य बनाती है और पर्यावरण में विद्यमान रोगाणुओं के विरुद्ध प्रतिरक्षण प्रणाली को मजबूत बनाकर शरीर को स्फूर्ति और ऊर्जा प्रदान करती है।

यह एक ऐसी चिकित्सा पद्धति है जिसमें दवाइयों का इस्तेमाल नहीं किया जाता और जो शरीर और पर्यावरण के बीच सामंजस्य बनाकर हमारे शरीर से विषैले तत्वों को बाहर निकालती है।

गांधीजी का प्राकृतिक चिकित्सा में अगाध विश्वास था। वह स्वयं पर भी और अपने परिवार के सदस्यों और अपने आश्रम के सदस्यों पर इस पद्धति को आजमाते थे। वह 1934 से 1944 के दौरान पूना के नेचर केयर क्लिनिक जाते रहते थे। उनकी याद में, भारत सरकार ने पुणे में 1986 में राष्ट्रीय प्राकृतिक चिकित्सा संस्थान की स्थापना की।

मित्रो, आपको यह जानकर खुशी होगी कि भारत सरकार विभिन्न तरीकों से लोगों के बीच योग और प्राकृतिक चिकित्सा को बढ़ावा देने पर ध्यान दे रही है। योग, 'फिट इंडिया अभियान' का एक भाग है। केंद्र द्वारा प्रायोजित योजना राष्ट्रीय आयुष मिशन के अंतर्गत, योग वेलनेस केन्द्रों और प्राकृतिक चिकित्सा वेलनेस केन्द्रों की स्थापना करने के लिए राज्यों और संघ राज्य क्षेत्रों को आर्थिक सहायता दी जाती है। इसके अतिरिक्त, आयुष्मान भारत योजना के अंतर्गत आम आदमी को योग का अभ्यास करने के लिए आवश्यक सुविधाएं प्रदान करने हेतु योग को 1.5 लाख प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल केंद्रों का अभिन्न अंग बना दिया गया है।

विश्वविद्यालय अनुदान आयोग ने आयुष मंत्रालय के निर्देश पर सभी शैक्षणिक संस्थानों को पीएचडी कार्यक्रम में अभ्यर्थियों के नामांकन हेतु अपने संस्थानों में आयुष के विषयों को शामिल करने का परामर्श दिया है। सरकार ने लोगों के बीच योग को लोकप्रिय बनाने के लिए 'सेलेब्रिटींग योगा' नामक एक मोबाइल एप की शुरुआत की है। इसके अतिरिक्त 'पर्यटन वीजा' और 'ई-पर्यटन वीजा' में भी अल्पावधि योग कार्यक्रम आरंभ किए गए हैं।

प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति के बारे में आप सभी यह जानना चाहेंगे कि देश में 18 नवंबर, 2018 को प्रथम प्राकृतिक चिकित्सा दिवस मनाया गया था। देश में प्राकृतिक चिकित्सा को बढ़ावा देने के अतिरिक्त

सरकार राष्ट्रीय प्राकृतिक चिकित्सा संस्थान, पुणे के अंतर्गत शैक्षणिक कार्यकलापों, कौशल विकास कार्यक्रमों और छात्रवृत्ति कार्यक्रमों का आयोजन भी कर रही है।

इन्हीं शब्दों के साथ, मैं सरकार के साथ-साथ बालाजी निरोगधाम द्वारा योग और प्राकृतिक चिकित्सा के क्षेत्र में अपने पारस्परिक प्रयासों के माध्यम से एक स्वस्थ जीवन से जुड़ी खुशियों और प्रसन्नता को फैलाने की दिशा में किए जा रहे उनके उत्तम प्रयासों के लिए एक बार फिर से उन्हें बधाई देता हूँ।

मैं इस क्षेत्र में अब तक उनके द्वारा किए गए प्रयासों की प्रशंसा करता हूँ और भविष्य में उनकी सफलता की कामना करता हूँ। अंत में, मैं संस्कृत के इस प्रसिद्ध और प्रायः उल्लेख किए जाने वाले श्लोक की ओर आपका ध्यान आकर्षित करता हूँ :-

"सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः

सर्वे भद्राणि पश्यन्तुमा कश्चित् दुःखं भाग्भवेत् ।"
