नई दिल्ली, उत्तर प्रदेश, हरियाणा, पंजाब, राजस्थान, महाराष्ट्र, मध्य प्रदेश, झारखंड, उड़ीसा, बिहार से प्रसारित

सोशल मीडिया से जुड़ें
Parivehan_Vishesh

RNI No :- DELHIN/2023/86499
DCP Licensing Number : F.2 (P-2)
Press/2023

www.newsparivahan.com

परिवहन विशेष

वर्ष 03, अंक 260, नई दिल्ली, बुधवार 26 नवम्बर 2025, मूल्य ₹ 5, पेज 8

देश का पहला ट्रांसपोर्ट दैनिक समाचार पत्र

आज का सुविचार

मेहनत करने से दरिद्रता नहीं रहती, धर्म करने से पाप नहीं रहता, मौन रहने से कलह नहीं होता.

03 पर्यावरण पाठशाला : पर्यावरण के लिए बच्चों और युवाओं की भूमिका...

06 टीम, टाइम और टेक्नोलॉजी का सुमेल

08 मुख्यमंत्री मोहन माझी ने समृद्ध ओडिशा 2036 कार्यक्रम का उद्घाटन किया

प्रदूषण में बस कहने भर को सुधार, दिल्ली की हवा लगातार 12 दिन से 'बेहद खराब'

दिल्ली में हवा की गति बढ़ने से प्रदूषण में मामूली सुधार हुआ है, लेकिन यह अभी भी 'बहुत खराब' श्रेणी में है। सीपीसीबी के अनुसार, दिल्ली का औसत एक्यूआई 353 दर्ज किया गया। रोहिणी में प्रदूषण का स्तर सबसे गंभीर रहा। वाहनों का उत्सर्जन प्रदूषण का मुख्य कारण है, जबकि पराली जलाने का योगदान कम है। अगले कुछ दिनों में वायु गुणवत्ता और खराब हो सकती है।

परिवहन विशेष न्यूज

नई दिल्ली। हवा की रफ्तार में वृद्धि और आसमान साफ रहने के कारण प्रदूषण के स्तर में मंगलवार को आंशिक गिरावट देखने को मिली। हालांकि अब भी दिल्ली के 39 केंद्रों में से 36 में प्रदूषण का स्तर 'बहुत खराब' श्रेणी में दर्ज किया गया।

दिन में 11:30 बजे से 5:30 बजे तक पश्चिमी हवा की गति 10 से 15 किमी प्रति घंटा थी। दिल्ली के लिए वायु गुणवत्ता प्रारंभिक चेतावनी प्रणाली द्वारा जारी पूर्वानुमान के अनुसार, अगले छह दिनों के लिए वायु गुणवत्ता 'गंभीर' से लेकर "बहुत खराब" तक हो सकती है।

केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड (सीपीसीबी) के अनुसार मंगलवार को दिल्ली का औसत एक्यूआई 353 रहा, जो 'बहुत खराब' श्रेणी में आता है। लगातार 12वें दिन यह स्थिति बनी रही। इससे पहले सोमवार को यह 382 दर्ज किया गया था।

सीपीसीबी के समीर एप के अनुसार, मंगलवार को रोहिणी का एक्यूआई 405 दर्ज किया गया। सभी 39 निगरानी केंद्रों में केवल एक रोहिणी में ही एक्यूआई 'गंभीर' श्रेणी में दर्ज हुआ।

मंगलवार को दिन में तीन बजे पीएम 10 का स्तर 319 और पीएम 2.5 का स्तर 178.9 माइक्रोग्राम प्रति घन मीटर पर रहा। यानी दिल्ली-एनसीआर की हवा में मानकों से साढ़े तीन गुना ज्यादा प्रदूषक कण मौजूद हैं।

आईआईटीएम पुणे के डिसीजन सपोर्ट सिस्टम (डीएसएस) के अनुसार मंगलवार को दिल्ली के प्रदूषण में वाहनों से निकलने वाले उत्सर्जन का योगदान 19.6 प्रतिशत था, जो सभी स्रोतों में सबसे अधिक है। पराली जलाने से सिर्फ 1.5 प्रतिशत प्रदूषण हुआ। बुधवार के लिए, इनका योगदान क्रमशः 21.1 प्रतिशत और 1.5 प्रतिशत रहने का अनुमान है।

मंगलवार को इन दस जगहों की हवा रही सबसे खराब

विवेक विहार - 381
वजीरपुर - 386
सोनिया विहार - 351
सिरीफोर्ट - 360
आरके पुरम - 370
पंजाबी बाग - 381
पटपड़गंज - 371
नेहरु नगर - 380
नरेला - 365
मुंडका - 384

स्थानीय गाड़ी मालिकों की बढ़ी परेशानी

बड़ी कंपनियों व बाहरी वाहनों के दबदबे से घटा काम यूनियन के नेताओं पर पक्षपात के लग रहे आरोप

परिवहन विशेष न्यूज

राउरकेला: परिवहन व्यवसाय से जुड़े स्थानीय सिंगल मोटर गाड़ी मालिकों की स्थिति लगातार दयनीय होती जा रही है। बड़ी कंपनियों और बड़े फ्लीट साइज वाले मालिकों के बाजार में प्रवेश ने छोटे गाड़ी मालिकों के लिए काम के अवसर लगभग खत्म कर दिए हैं। इस पर से झारखंड, बिहार, छत्तीसगढ़, मध्य प्रदेश और पश्चिम बंगाल सहित कई राज्यों की गाड़ियों का विशेष रूप से माइनिंग क्षेत्र में बढ़ता उपयोग स्थानीय वाहन मालिकों की मुश्किलें और बढ़ा रहा है।

गाड़ी मालिकों का आरोप है कि जिन यूनियनों पर भरोसा कर वे काम की उम्मीद लगाए बैठे थे, वही यूनियन नेता अपनी गाड़ियों के लिए प्राथमिकता सुनिश्चित कर रहे हैं। विश्वस्त सूत्रों के अनुसार कुछ यूनियन नेताओं के वाहन डेढ़ साल में 800 से अधिक ट्रिप कर चुके हैं, जबकि सामान्य गाड़ी मालिकों को इसी अवधि में 100 ट्रिप भी नसीब नहीं हुए।

ट्रांसपोर्टर विकास सिंह का कहना है, "यूनियन नेतृत्व उन्हीं लोगों के हाथ में होना चाहिए जिनके पास एक–दो गाड़ियां हों, ताकि वे आम वाहन मालिकों की पीड़ा समझ सकें, न कि बड़े फ्लीट वाले मालिकों को।"

एक अन्य गाड़ी मालिक के अनुसार, अधिकांश वाहन किस्तों के भारी बोझ तले दबे हैं। वे कहते हैं, "यदि कोई गाड़ी मालिक समय पर किस्त भर पा रहा है, तो समझिए वह घर से पैसा डाल रहा है।"

स्थिति तब और गंभीर हो जाती है जब यूनियन नेताओं पर डीओ (डिलिवरी ऑर्डर) बेचने तक के आरोप लगते हैं। गाड़ी मालिकों का कहना है कि यूनियन के कुछ प्रभावशाली लोग अपने या रिश्तेदारों के नाम पर परिवहन संस्थाएं खोलकर काम मांगने में लगे हैं, जिससे यूनियन का मूल उद्देश्य—छोटे वाहन मालिकों का हित—लगातार कमजोर पड़ रहा है।

स्थानीय वाहन मालिकों ने प्रशासन से हस्तक्षेप कर रही समस्याओं का समाधान करने और यूनियनों को पारदर्शी तरीके से काम करने के लिए बाध्य करने की मांग की है, ताकि सामान्य गाड़ी मालिकों को उनका वाजिब हक मिल सके।

टेंपल आफ लिबरलाइजेशन एंड वेलफेयर अलाइड ट्रस्ट पंजीकृत

पिंकी कुंडू
महासचिव,
सदस्य बंगाली प्रकोष्ठ
भाजपा दिल्ली प्रदेश,
सदस्य उज्जवला योजना
भाजपा दिल्ली प्रदेश
https://tolwa.com/about.html
tolwadelhi@gmail.com
tolwaindia@gmail.com
9811732095

Ethiopia volcano eruption:

ज्वालामुखी विस्फोट एक प्राकृतिक घटना है, लेकिन ये किसी नेचुरल डिजास्टर से कम नहीं है. दुनिया में इन दिनों अलग-अलग जगह धरती के नीचे उथल-पुथल मची है. बीते दिनों जापान के सकुराजिमा ज्वालामुखी में जोरदार विस्फोट हुआ, जिसके बाद आसमान में करीब 4 किलोमीटर की ऊंचाई तक काल धुआं देखा गया. अब पूर्वी अफ्रीकी देश इथियोपिया में एक एक्टिव ज्वालामुखी में भयानक विस्फोट से हड़कंप मच गया है. ज्वालामुखी से निकली राख आसमान में करीब 10-15 किलोमीटर तक ऊपर पहुंच गई. चौंकाने वाली बात ये है कि अब ज्वालामुखी के इस राख के मंगलवार तक दिल्ली और जयपुर तक पहुंचने की उम्मीद है.

मीडिया रिपोर्ट के अनुसार ज्वालामुखी की राख और धुआं लाल सागर के ऊपर से ओमान और यमन की ओर बढ़ रहा है. एक्सपर्ट्स ने बताया कि ज्वालामुखी की राख मंगलवार तक दिल्ली और जयपुर तक पहुंचने की संभावना है, जिससे वहां के मौसम और हवा की स्थिति में बदलाव आ सकता है. यह विस्फोट इथियोपिया के अफार क्षेत्र में हुआ, जो पृथ्वी के सबसे गर्म और दुर्गम इलाकों में गिना जाता है.

दस रुपये की नोट की गड्डी बनाम भ्रष्टाचार

रिज़र्व बैंक ऑफ़ इंडिया एवं केंद्र सरकार का ध्यान आकर्षित करने हेतू

देश में भ्रष्टाचार किस हद तक आम आदमी के जीवन में घुस चुका है इसका सबसे सरल और कड़वा उदाहरण आज दस रुपये के नए नोटों की गड्डी है कभी एक साधारण-सा शादी का कार्ड बैंक में दिखाते ही 10 और 20 रुपये के नोटों की नई गड्डियाँ आदरपूर्वक दे दी जाती थीं यह कोई सुविधा नहीं बल्कि आम जनता का अधिकार था खासकर शादी-ब्याह जैसे पारिवारिक अवसरों पर लेकिन आज स्थिति ठीक उलट है अब न शादी का कार्ड काम आता है न वाजिब अनुरोध न ही ग्राहक का अधिकार बैंक में नई गड्डी मांगो तो या तो सीधा मना कर दिया जाता है या फिर कह दिया जाता है कि "स्टॉक नहीं है" और आश्चर्य की बात तो यह है कि जो नई गड्डियाँ बैंक में उपलब्ध नहीं वही बाहर बाजार में, दुकानदारों और नोट की माला बनाने वालों के पास ढेरों मात्रा में ब्लैक रेट पर उपलब्ध हैं

सबसे बड़ा प्रश्न यही है

जो चीज़ सरकारी बैंक में 'नहीं है', वह बाहर बाजार में इतनी आसानी से कैसे उपलब्ध हो जाती है?

बैंक के अंदरूनी नेक्सस की ओर संकेत

कई बैंक कर्मचारियों का कहना है कि "यदि बैंक मैनेजर चाहें तो गड्डी दी जा सकती है"

तो प्रश्न उठता है

क्या बैंक मैनेजर की "मर्ज़ी" देश की मुद्रा व्यवस्था से ऊपर है?

क्या 10 की साधारण गड्डी देना अब किसी बैंक अधिकारी की मनोदशा संबंध या सिफारिश पर निर्भर करेगा?

इस कथन से यह साफ संकेत मिलता है कि बैंक के भीतर ही एक ऐसा ग़ैर-कानूनी नेटवर्क (नेक्सस) सक्रिय है जो रिज़र्व बैंक से आने वाली नई नोटों की खेप को जनता तक पहुँचने से पहले ही बाहर के व्यापारियों और बिचौलियों में बांट देता है जहां वही नोटें कई गुना कीमत पर बेची जाती हैं

आम आदमी मजबूर शादी-ब्याह पर भी "ब्लैक"

शादी-ब्याह में लोग मजबूरी में दस-दस रुपये की गड्डियों का इंतज़ाम करते हैं क्योंकि इन गड्डियों से

- नोट की माला बनती है
-तिलक-शगुन के लिफाफे तैयार किए जाते हैं
- रिश्तेदारों को शुभकामना स्वरूप दें देने की परंपरा निभाई जाती है पर जब बैंक में गड्डियाँ मिलती ही नहीं, तो जनता को मजबूरी में 400–500 अतिरिक्त देकर ब्लैक में खरीदना पड़ता है क्या यह किसी लोकतांत्रिक और पारदर्शी बैंकिंग व्यवस्था के लिए शर्मनाक स्थिति नहीं?

केंद्र सरकार व RBI से आग्रह

हम केंद्र सरकार, वित्त मंत्रालय और रिजर्व बैंक ऑफ़ इंडिया से यह स्पष्ट और निर्णायक कार्रवाई की अपेक्षा करते हैं

1. RBI से आने वाले नई नोटों की गड्डियों की आपूर्ति और वितरण पर विशेष निगरानी तंत्र बनाया जाए

2. हर बैंक शाखा को यह बाध्य किया जाए कि शादी-ब्याह या विशेष जरूरत पर ग्राहक को सीमित संख्या में गड्डियाँ अवश्य उपलब्ध कराई जाएं

3. बैंक मैनेजरों और कैश विभाग की कार्यप्रणाली की गुप्त जाँच हो।

जहाँ भी नई गड्डियाँ गायब पाई जाएँ, वहाँ कठोर दंडात्मक कार्रवाई अनिवार्य की जाए

4. बाजार में ब्लैक में नोट बेचने वाले व्यापारियों और नेटवर्क पर सख्त छापेमारी हो

5. ऑनलाइन/ऑफ़लाइन शिकायत दर्ज के लिए एक सीधी शिकायत-पोर्टल की व्यवस्था हो, ताकि जनता सीधे RBI तक अपनी समस्या पहुँचा सके

अंत में - सवाल देश की ईमानदारी का

दस रुपये की गड्डी सुनने में छोटी बात लग सकती है पर यही छोटी-सी चीज़ जब भ्रष्टाचार की वजह से आम आदमी की पहुंच से बाहर हो जाए तो समझ लेना चाहिए कि समस्या गहरी है

यदि एक साधारण नोट की गड्डी तक बैंक में उपलब्ध न हो और बाहर ब्लैक में बिके तो यह सिर्फ भ्रष्टाचार नहीं—

यह बैंकिंग व्यवस्था पर गहरी चोट और जनता के भरोसे के साथ खिलवाड़ है केंद्र सरकार और RBI से उम्मीद है कि इस गंभीर विषय पर त्वरित कार्रवाई हो ताकि आम आदमी को उसकी ही मुद्रा खरीदने के लिए "ब्लैक" ना देना पड़े....

आज का साइबर सुरक्षा विचार

जिम्मेदार एआई उपयोग : जी20 जोहानेसबर्ग में पीएम मोदी का आह्वान

माननीय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने जी20 शिखर सम्मेलन (Johannesburg) में स्पष्ट कहा कि कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) का उपयोग आतंकवाद, अपराध और डीपफेक जैसे क्षेत्रों में सख्ती से प्रतिबंधित होना चाहिए। उन्होंने विश्व नेताओं से आग्रह किया कि एक वैश्विक समझौता (Global Compact) बनाया जाए, जिससे एआई का जिम्मेदारीपूर्वक उपयोग सुनिश्चित हो और इसके दुरुपयोग पर मजबूत नियंत्रण रहे।

एआई का दुरुपयोग—विशेषकर डीपफेक्स के माध्यम से—गंभीर खतरे पैदा करता है: यह वास्तविकता को विकृत कर सकता है, प्रोपेगेंडा फैला सकता है, लोकतंत्र में विश्वास को कमजोर कर सकता है और आतंकवादी संगठनों को भर्ती, योजना और साइबर हमलों के लिए नए उपकरण प्रदान कर सकता है।

डीपफेक्स के खतरे

भ्रामक सूचना और प्रोपेगेंडा: अत्यधिक वास्तविक दिखने वाले नकली वीडियो और ऑडियो जनमत को प्रभावित कर सकते हैं, चुनावों को बिगाड़ सकते हैं और लोकतांत्रिक संस्थाओं को कमजोर कर सकते हैं।

धोखाधड़ी और घोटाले: एआई-जनित आवाज़ें और वीडियो पहले से ही डिजिटल गिरफ्तारी घोटालों और फ़िशिंग हमलों में उपयोग किए जा रहे हैं, जिससे नागरिकों को पैसे ट्रांसफर करने के लिए धोखा दिया जा रहा है।

विश्वास का क्षरण: जब "देखना ही मानना नहीं रह जाता," तो नागरिक मीडिया, शासन और व्यक्तिगत संचार पर भरोसा खो देते हैं।

सामाजिक अशांति: डीपफेक्स साम्प्रदायिक तनाव भड़का सकते हैं, घृणा फैलाने वाले भाषण फैला सकते हैं या झूठी घटनाएँ गढ़ सकते हैं जो समाज को अस्थिर कर दें।

लक्षित उत्पीड़न: व्यक्तियों को बदनाम या ब्लैकमेल करने के लिए नकली सामग्री का उपयोग किया जा सकता है, जिससे प्रतिष्ठा और मानसिक स्वास्थ्य को नुकसान पहुँचता है।

आतंकवादी मॉड्यूल में एआई का उपयोग

प्रोपेगेंडा का विस्तार: आईएसआईएस और अल-कायदा जैसे संगठन एआई टूल्स का प्रयोग कर परिष्कृत वीडियो, सिंथेटिक वॉइस क्लिप और नकली समाचार बना रहे हैं जो असली पत्रकारिता जैसे दिखते हैं।

भर्ती और कट्टरपंथीकरण: एआई-जनित सामग्री भावनात्मक रूप से कमजोर व्यक्तियों को प्रभावित कर सकती है, जिससे उग्रवादी विचार अधिक प्रभावी बन जाते हैं।

संचालन योजना: बड़े भाषा मॉडल आतंकवादियों को रणनीति सीखने, हमले की योजना बनाने और लॉजिस्टिक्स समन्वय में मदद कर सकते हैं।

साइबर युद्ध: एआई का उपयोग हैकिंग, फ़िशिंग और मैलवेयर फैलाने के लिए हथियार के रूप में किया जा सकता है, जिससे महत्वपूर्ण ढाँचे और वित्तीय प्रणालियाँ निशाना बनती हैं।

युद्धक्षेत्र भ्रम: नकली छवियाँ और वीडियो संघर्षों की वास्तविकता को विकृत कर सकते हैं, अंतरराष्ट्रीय पर्यवेक्षकों को गुमराह कर सकते हैं और मानवीय प्रतिक्रियाओं को प्रभावित कर सकते हैं।

पीएम मोदी के वक्तव्य की मुख्य बातें

एआई दुरुपयोग पर सख्त रोक: एआई को कभी भी आतंकवाद, अपराध या डीपफेक्स को बढ़ावा देने की अनुमति नहीं दी जानी चाहिए।

वैश्विक समझौते का प्रस्ताव: एआई को नियंत्रित करने के लिए अंतरराष्ट्रीय समझौते की आवश्यकता है, जिसमें मानव पर्यवेक्षण, सुरक्षा-आधारित डिज़ाइन और पारदर्शिता पर ध्यान हो।

जिम्मेदार एआई उपयोग: तकनीक मानवता की सेवा करे, नुकसान न पहुँचाए। अनियंत्रित दुरुपयोग समाजों को अस्थिर कर सकता है।

डीपफेक चिंताएँ: डीपफेक्स लोकतंत्र को खतरे में डालते हैं, गलत सूचना फैलाते हैं और विश्वास को कमजोर करते हैं।

यह क्यों महत्वपूर्ण है

वैश्विक सुरक्षा: आतंकवादी संगठन एआई का उपयोग प्रोपेगेंडा या साइबर हमलों के लिए कर सकते हैं, जिससे अभूतपूर्व जोखिम पैदा हो सकते हैं।

जन विश्वास: डीपफेक्स लोकतंत्र, न्याय और सामाजिक सद्भाव को भ्रामक बातों के माध्यम से कमजोर कर सकते हैं।

पीएम मोदी का जोहानेसबर्ग संबोधन अंतरराष्ट्रीय सहयोग के लिए एक सशक्त आह्वान था, ताकि एआई प्रगति का साधन बने, हथियार नहीं। उनका रुख एआई दुरुपयोग पर बढ़ती वैश्विक चिंता और सामूहिक सुरक्षा उपायों की तात्कालिक आवश्यकता को दर्शाता है।

सतर्क रहें। सशक्त बनें।

डिजिटल जागरूकता = राष्ट्रीय सुरक्षा

इश्क और हवस के जाल से जेल तक, फर्जी IAS संतोष वर्मा की क्राइम फाइल आप भी पढ़ें—-

— 2016 में एक महिला ने इंदौर के लसूड़िया थाने में रिपोर्ट दर्ज कराई कि संतोष वर्मा ने शादी का वादा किया, लिव-इन में रखा। महिला का शोषण किया। लेकिन बाद में पता चला कि वे पहले से शादीशुदा है। यह बात उसने छुपाई। बाद में इस ठरकी IAS के इश्क़ के और कई चर्चे भी सरेआम हुए।

—- राज्य सेवा के अफसर संतोष वर्मा 2021 में जब आईएफएस पद पर प्रमोट हुआ तब इसे जेल तक जाना पड़ा था।

—— एक महिला ने वर्मा पर मारपीट, गाली-गलौज और धमकी का आरोप लगाया था।

—— इसी मामले को लेकर वर्मा ने दो जाली दस्तावेज़ तैयार कराए। एक में लिखा गया कि उन्हें बरी कर दिया गया है। दूसरे में कहा कि दोनों पक्षों में समझौता हो गया है।

—— इस मामले में जिन विशेष न्यायाधीश विजेंद्र रावत का नाम का इस्तेमाल हुआ था, उन्होंने शिकायत कर बताया कि उन्होंने कोई ऐसा आदेश दिया ही नहीं था क्योंकि आदेश की तारीख वाले दिन तो वो छुट्टी पर थे।

—— 27 जून 2021 को पुलिस ने इसे गिरफ्तार कर जेल भेज दिया था। जहाँ ये महीनों जेल में झाड़ू लगाता रहा।

मंदिर पर धर्म ध्वजा क्यों लहराई जाती है!

मंदिर पर धर्म ध्वजा क्यों लहराई जाती है! हिन्दु सनातन संस्कृति की मान्यताओं के अनुसार मंदिर में भगवान की उपस्थिति का संकेत देना, दिव्य ऊर्जा का संचार करना, और दूर से दिशा-निर्देश के रूप में काम करने के लिए यह उपयुक्त मानी गई है! धर्म ध्वजा आध्यात्मिक प्रतीकों, मंदिर की रक्षा और भक्तों को पुण्यफल दिलाने में भी सहायक होती है। मंदिर के शिखर पर लगी ध्वजा यह दर्शाती है कि यहां भगवान का वास है साथ ही दिव्य ऊर्जा का संचार भी इसे माना जाता है और इसके लहराने से मंदिर का शिखर ब्रह्मांडीय ऊर्जा प्राप्त करता है और ध्वज उस ऊर्जा को पूरे परिसर में फैलाने में मदद करता है, जिससे सकारात्मक वातावरण बनता है। प्राचीन काल में दूर से लोगों को मंदिर का स्थान बताने के लिए ध्वजा एक महत्वपूर्ण दिशा-सूचक होती थी, खासकर घने जंगलों और गांवों में। धर्म ध्वजा को एक रक्षा कवच भी माना जाता है जो मंदिर और नगर की रक्षा करता है। हमारे शास्त्रों के अनुसार, मंदिर की ध्वजा और शिखर के दर्शन से भी मंदिर के अंदर जाकर दर्शन करने के समान पुण्यफल प्राप्त होता है। नारंगी ध्वजा अहंकार को त्यागकर परमात्मा के प्रति समर्पित होने का प्रतीक है। धर्म ध्वजारोपण से मंदिर के यक्ष को समस्त दिशाओं में फैलाती है और वह नगर हर क्षेत्र में विजयी होता है। ध्वज स्तंभ को पृथ्वी और ब्रह्मांड को जोड़ने वाली एक धुरी के रूप में भी देखा जाता है, जो स्वर्ग से पृथ्वी तक दिव्य ऊर्जा और आशीर्वाद के प्रवाह को दर्शाता है। आज धर्म ध्वजा का श्री राम मंदिर में लहराना इस बात का प्रतीक है कि अयोध्या पति राजा राम इस भूखण्ड पर विराज मान है और जहां से भी यह ध्वजा नजर आए आप राजा राम के प्रति अपनी प्रतिबद्धता, श्रद्धा समर्पण करे!

अयोध्या पति राजा राम आज से अपने महल रूपी मंदिर में पूर्ण रूप से विराज मान हो गए है धर्म ध्वजारोहण इस बात की पूर्ण पुष्टि करता है! अब भारत के राजा राम है!

प्रेम से बोलिए "राजा रामचन्द्र की जय"

रघुपति राजा राम की कृपा हम सभी पर बनी रहे, आपका दिन मंगलमय हो

स्वास्थ्य विशेष

स्वास्थ्य आपका कोशिश हमारी

हाथ-पैर में चढ़ने लगती है झुनझुनी? हो सकती है कैल्शियम की कमी, शरीर के छोटे-छोटे बदलावों को न करें इग्नोर

कैल्शियम शरीर के लिए एक जरूरी मिनरल है जो केवल हड्डियों को ही मजबूती प्रदान नहीं करता है बल्कि दांतों को भी स्वस्थ बनाए रखता है। अगर इसका स्तर कम हो जाए तो आपको कई तरह की समस्याएं हो सकती हैं। आप इन संकेतों की मदद से कैल्शियम की कमी का पता लगा सकते हैं।

बढ़ती उम्र के साथ हड्डियों का कमजोर होना एक स्वाभाविक प्रक्रिया है और कैल्शियम की कमी इसमें अहम भूमिका निभाती है। हालांकि कम उम्र में भी कैल्शियम डेफिशिएंसी की शिकायत हो सकती है, लेकिन कई लोग इस बारे में देर में जान पाते हैं। क्योंकि उन्हें लगता है कि कैल्शियम की कमी का पहला संकेत आसानी से फ्रैक्चर होना होता है, लेकिन ऐसा नहीं है। डॉक्टर सौरभ सेठी, जो कि एक मशहूर हार्वर्ड ट्रेन्ड गैस्ट्रोएंटेरोलॉजिस्ट और लिवर स्पेशलिस्ट हैं, उन्होंने अपनी एक रिसेंट वीडियो में कैल्शियम की कमी के पहले संकेतों के बारे में जानकारी दी है। उनका कहना है कि अगर आपको भी ये शारीरिक बदलाव महसूस हों तो इन्हें इग्नोर न करें। आइए जानते हैं कैल्शियम के कमी के अर्ली साइन्स और इनकी पूर्ति करने के लिए बेस्ट 5 फूड्स के बारे में।

कैल्शियम की कमी के संकेत

कैल्शियम एक आवश्यक मिनरल है जो शरीर को मजबूत हड्डियों और दांतों को बनाए रखने में मदद करता है। इसके अलावा भी अन्य शारीरिक कार्यों के लिए इसकी जरूरत होती है। लेकिन अगर शरीर में इस जरूरी खनिज की कमी हो जाए तो कई तरह की परेशानियां भी होने लगती हैं। इसका सीधा असर आपकी हड्डियों पर भी पड़ता है। और क्या आप जानते हैं कुछ शारीरिक लक्षण आपको घर बैठे ही कैल्शियम डेफिशिएंसी के बारे में बता सकते हैं। डॉक्टर सेठी ने बताया कि कैल्शियम की कमी की शुरुआत आपकी उंगलियों में झुनझुनी या सुन्नता से होती है। जब कैल्शियम का स्तर गिरता है, तो आपकी नसें अधिक उत्तेजित हो जाती हैं, जिससे छोटी मांसपेशियों में मरोड़ या झुनझुनी महसूस होती है। यह आपके लिए शुरुआती खतरे की घंटी होती है। ऐसे में इन्हें इग्नोर न करें।

बेस्ट कैल्शियम रिच फूड लिस्ट

अच्छी बात ये है कि आप कुछ फूड आइटम्स को अपनी डाइट का हिस्सा बनाकर आसानी से कैल्शियम की पूर्ति कर सकते हैं और इसकी कमी से होने वाली समस्याओं से बच सकते हैं।

दूध, पनीर और अन्य डेयरी फूड्स कैल्शियम का बेस्ट सोर्स माने जाते हैं। खासकर वेजिटेरियन्स के लिए। अगर आप कैल्शियम की पूर्ति करना चाहते हैं तो रोजाना एक गिलास दूध का सेवन करें। इसके अलावा आप अपनी प्लेट में दही, पनीर, छाछ और चीज जैसे डेयरी उत्पाद को भी शामिल कर सकते हैं। जिससे आपको भरपूर कैल्शियम मिलेगा।

बादाम का दूध

इसके अलावा आप डेली बादाम के दूध का भी सेवन कर सकते हैं। बता दें 100 मिलीलीटर फोर्टिफाइड Almond Milk में आमतौर पर लगभग 120 मिलीग्राम कैल्शियम होता है। आप इसे कई तरह से अपनी डाइट का हिस्सा बना सकते हैं, जैसे कि इसे स्मूदी में मिलाएं, कॉफी में डालें या इसे केवल दूध के तौर पर सेवन करें।

टोफू

टोफू में भी भरपूर मात्रा में कैल्शियम मौजूद होता है। इसके अलावा आप इसके जरिए प्रोटीन की भी पूर्ति कर सकते हैं। टोफू का सेवन न केवल हड्डियों को मजबूत बनाएगा बल्कि मांसपेशियों को भी स्ट्रॉन्ग बनाने में मदद करेगा।

हरी पत्तेदार सब्जियां

हरी पत्तेदार सब्जियां प्राकृतिक रूप से कैल्शियम से भरपूर होती हैं। डेली पालक, मेथी, सरसों का साग, बथुआ और चौलाई जैसी सब्जियों का सेवन कैल्शियम की बड़ी मात्रा प्रदान करते हैं, जिससे आपको दैनिक कैल्शियम की खुराक पूरी करने में मदद मिलती है। इसके अलावा ये सब्जियां सेहत को कई अन्य फायदे भी पहुंचाती हैं।

तिल

हड्डियों के लिए तिल भी एक वरदान की तरह साबित हो सकते हैं। इसमें प्रति 100 ग्राम में लगभग 975 मिलीग्राम कैल्शियम होता है, जो दूध की तुलना में कहीं अधिक है। ये बीज हड्डियों की मजबूती बनाए रखने में आपकी मदद करेंगे। इन्हें आप सलाद, स्मूदी, लड्डू, चटनी में डालकर इन्हें आसानी से डाइट का हिस्सा बना सकते हैं।

नोट- कैल्शियम रिच फूड्स खाने के साथ-साथ ये सुनिश्चित करें कि आपको पर्याप्त विटामिन डी मिल रहा है, क्योंकि इसके बिना, कैल्शियम शरीर से बाहर चला जाता है।

इस ब्लड ग्रुप वालों का जल्दी सड़ता है लिवर
वैज्ञानिकों की चेतावनी-सबकुछ छोड़ 5 काम करें

अध्ययन में 1200 से अधिक लोगों को शामिल किया गया, जिनमें से 114 लोग ऑटोइम्यून लिवर बीमारी से पीड़ित थे। नतीजों में पाया गया कि सबसे ज्यादा मरीज ब्लड ग्रुप A वाले थे, उसके बाद O, फिर B और सबसे कम AB ग्रुप में थे।

आपका ब्लड ग्रुप आपकी सेहत के बारे में बहुत कुछ बताता है। एक नई स्टडी में पता चला है कि ब्लड ग्रुप से आपकी लिवर हेल्थ के बारे में भी बहुत कुछ पता चल सकता है। यह स्टडी फ्रंटियर्स जर्नल में प्रकाशित हुई है। स्टडी में सामने आया है कि ब्लड ग्रुप ए वाले लोगों में ऑटोइम्यून लिवर डिजीज का खतरा ज्यादा होता है।

इस बीमारी में शरीर की इम्यून सिस्टम गलती से लिवर पर हमला करती है और उसे धीरे-धीरे नुकसान पहुंचाती है। इसके विपरीत ब्लड ग्रुप बी वाले लोगों में यह खतरा कम देखा गया है। लिवर की आम बीमारियां वैसे तो खराब डाइट और शराब के सेवन से होती हैं लेकिन जिन लोगों का ब्लड ग्रुप ए होता है उन्हें इस बीमारी का खतरा खुद हो सकता है।

इस बीमारी में लिवर में सूजन बढ़ती है और लिवर धीरे-धीरे फाइब्रोसिस या स्कार का रूप ले लेता है। इतना ही नहीं, समय पर इलाज न मिले तो यह कंडीशन सिरोसिस और आखिर में लिवर फेलियर तक पहुंच सकती है।

ब्लड ग्रुप का लिवर से क्या संबंध है?

स्टडी के अनुसार (ref.) ब्लड ग्रुप ब्लड सेल्स पर मौजूद A, B या H एंटीजन से तय होता है और इसके आधार पर ब्लड चार ग्रुप्स A, B, AB और O में बांटा जाता है, जिनमें पॉज़िटिव और नेगेटिव भी होते हैं। अध्ययन में 1200 से अधिक लोगों को शामिल किया गया, जिनमें से 114 लोग ऑटोइम्यून लिवर बीमारी से पीड़ित थे। नतीजों में पाया गया कि सबसे ज्यादा मरीज ब्लड ग्रुप A वाले थे, उसके बाद O, फिर B और सबसे कम AB ग्रुप में थे।

अगर आपका ब्लड ग्रुप A है तो क्या करें?

इसका मतलब यह नहीं कि ब्लड ग्रुप ए होने पर आपको बीमारी जरूर होगी लेकिन ऐसे लोगों को अपनी सेहत पर खास ध्यान देना चाहिए। अगर आप बार-बार थकान, बिना वजह जोड़ों में दर्द या लिवर की हल्की परेशानियां जैसे लक्षण महसूस कर रह रहे हैं, तो साप सतर्क हो जाएं। रेगुलर चेकअप, हेल्दी लाइफस्टाइल और समय पर इलाज से लिवर को सुरक्षित रखा जा सकता है।

शराब छोड़ दें, हेल्दी डाइट लें

लिवर रोगों में शराब लिवर को तेजी से नुकसान पहुंचाती है इसलिए इसे पूरी तरह छोड़ना या कम से कम रखना जरूरी है। साथ ही कम नमक वाली डाइट अपनाना चाहिए, क्योंकि यह शरीर में पानी जमा होने को रोकती है। हेल्दी और संतुलित भोजन भी बेहद जरूरी जिसमें साबुत अनाज, फल-सब्जियां, दालें, नट्स और ऑलिव ऑयल जैसे हेल्दी फैट शामिल हों और सैचुरेटेड फैट को कम किया जाए।

विटामिन डी है जरूरी

पीबीसी जैसी लिवर बीमारियों में हड्डियों की मजबूती कमजोर हो सकती है, इसलिए डॉक्टर अक्सर कैल्शियम युक्त भोजन और विटामिन डी सप्लीमेंट लेने की सलाह देते हैं। इसके साथ ही रोजाना व्यायाम करना भी जरूरी है क्योंकि यह शरीर को एक्टिव रखता है और हड्डियों की सेहत बनाए रखने में मदद करता है।

लक्षणों को हल्के में न लें

अगर आपका ब्लड ग्रुप A है, तो थोड़ी सी सतर्कता ही आपकी लिवर हेल्थ को लंबे समय तक सुरक्षित रख सकती है। जल्दी पहचान होने पर इलाज आसान और असरदार होता है, इसलिए शरीर के छोटे-छोटे संकेतों को कभी भी नजरअंदाज न करें।

डायबिटीज है तो हार्ट अटैक का खतरा होगा डबल! डॉक्टर ने बताया दोनों में खतरनाक कनेक्शन

आजकल डायबिटीज और हार्ट डिजीज के मामले बढ़ रहे हैं, जिसका मुख्य कारण बदलती जीवनशैली है। डॉ. रिपेन गुप्ता के अनुसार, डायबिटीज के मरीजों में दिल से जुड़ी जटिलताओं का खतरा ज्यादा होता है। हाई ब्लड शुगर धमनियों को नुकसान पहुंचाता है, जिससे दिल और ब्रेन में ऑक्सीजन की आपूर्ति कम हो जाती है। आइए जानते हैं डायबिटीज और हार्ट डिजीज का कनेक्शन।

लाइफस्टाइल डेस्क, नई दिल्ली। डायबिटीज और हार्ट डिजीज के मामले आजकल काफी बढ़ने लगे हैं। लोगों की बदलती लाइफस्टाइल और खानपान की आदतें अक्सर इन बीमारियों का कारण बनती है। इसके अलावा और भी कई कारण हैं, जो इनकी वजह बनते हैं। हालांकि, बेहद कम लोग ही यह जानते होंगे कि डायबिटीज और हार्ट डिजीज भी एक-दूसरे से काफी हद तक जुड़े हुए हैं।

इस बारे में कार्डियोलॉजी, मैक्स स्मार्ट सुपर स्पेशियलिटी हॉस्पिचटल, साकेत में कार्डियोलॉजी के प्रिंसिपल डायरेक्टर और यूनिट हेड डॉ. रिपेन गुप्ता से बताया कि डायबिटीज से जुड़े ज्यादातर लोगों को दिल से जुड़ी जटिलताएं होने की संभावनाएं उन लोगों की तुलना में ज्यादा होती है, जिन्हें डायबिटीज नहीं है। यही मेटाबॉलिज्म असंतुलन, जो ब्लड शुगर को बढ़ाता है और समय के साथ ब्लड वेसल्स और हार्ट को भी नुकसान पहुंचाता है।

दिल के लिए कैसे हानिकारक है डायबिटीज

जब ब्लड शुगर का लेवल हाई रहता है, तो इससे आर्टरीज में सूजन और कठोरता आ जाती है, इस प्रक्रिया को एथेरोस्क्लेरोसिस कहते हैं। इससे ब्लड वेसल्स संकरी हो जाती हैं, जिससे हार्ट और ब्रेन में ऑक्सीजन की आपूर्ति कम हो जाती है। इसके अलावा, डायबिटीज में अक्सर हाई ब्लड प्रेशर, असामान्य कोलेस्ट्रॉल लेवल और मोटापे जैसी समस्या आम होती है।

ऐसे में ये मिलकर एक खतरनाक समूह बनाते हैं, जिसे मेटाबोलिक सिंड्रोम कहा जाता है। ये दोनों एक-दूसरे के खतरे को बढ़ाते हैं, जिससे एक ऐसा दुष्चक्र बनता है जो चुपचाप हार्ट हेल्थ को नुकसान पहुंचाता है।

क्या होता सेहत पर असर

डायबिटीज से पीड़ित लोगों में दिल का दौरा, स्ट्रोक और हार्ट फेलियर मौत के प्रमुख कारणों में से एक हैं। असल में, डायबिटीज से पीड़ित लगभग 70% मौतें हार्ट डिजीज के कारण होती हैं। हालांकि, यह संबंध जरूरी नहीं है। शोध से पता चलता है कि सही तरीके से ग्लूकोज कंट्रोल करना, ब्लड प्रेशर और कोलेस्ट्रॉल के सख्ती से मैनेज करना हार्ट डिजीज के खतरे को कम कर सकता है। डॉक्टर की दी गई कुछ दवाएं, जैसे SGLT2 इनहिबिटर्स और GLP-1 रिसेप्टर एगोनिस्ट न सिर्फ ब्लड शुगर को कम करती हैं, बल्कि हार्ट और किडनी की भी रक्षा करती हैं।

कैसे करें अपना बचाव

ऐसे में सवाल यह उठता है कि इससे खुद को कैसे बचाया जाए। डॉक्टर की मानें, तो इसकी कुंजी प्रारंभिक जांच और सही मैनेजमेंट में है। इसलिए डायबिटीज से पीड़ित व्यक्ति को नियमित रूप से हार्ट हेल्थ चेक करवाना चाहिए, वजन नियंत्रण पर ध्यान देना चाहिए, संतुलित, फाइबर से भरपूर डाइट लेनी चाहिए, धूम्रपान से बचना चाहिए और रेगुलर एक्सरसाइज करना चाहिए।

गुड़मार (Gymnema sylvestre)
एक प्राचीन, प्रतिष्ठित और अत्यंत प्रभावशाली औषधीय वनस्पति

आयुर्वेद में गुड़मार को "मधुनाशिनी" अर्थात "शक्कर को नष्ट करने वाली" के नाम से भी जाना जाता है।

आप सभी की जानकारी के प्रति नीचे इसकी प्रभाविता, उपयोगिता, कार्य-प्रणाली और नवीनतम शोध का प्रभावशाली एवं विस्तृत विवरण प्रस्तुत हैं

गुड़मारः क्या है और क्यों महत्वपूर्ण है? गुड़मार एक सदाबहार औषधीय लता है, जो भारत के उष्णकटिबंधीय क्षेत्रों में पाई जाती है। इसके पत्तों में पाए जाने वाले जिम्नेमिक एसिड (Gymnemic Acids) नामक घटक इसकी मुख्य औषधीय शक्ति का स्रोत हैं।

आयुर्वेद के अनुसार यह—

1. मधुमेह में लाभकारी
2. पाचन तंत्र को संतुलित
3. अग्न्याशय (Pancreas) की क्रिया को सहयोग
4. मीठे की लालसा कम करने वाला और
5. समग्र चयापचय (Metabolism) सुधारने वाला माना जाता है।

गुड़मार की प्रमुख क्रियाएँ (Mechanisms of Action)

1. मीठे का स्वाद दबाता है गुड़मार का पत्ता चबाने पर जीभ पर मौजूद शुगर रिसेप्टर्स कुछ समय के लिए सुन्न हो जाते हैं। इसके कारण

१. मीठे का स्वाद कम हो जाता है—

२. मीठा खाने की इच्छा घटती है

*. मिठाइयों और मीठे पेय पदार्थों का सेवन स्वतः कम हो जाता है

2. रक्त शर्करा (Blood Sugar) नियंत्रित करने में सहयोग नवीन शोध संकेत देते हैं कि गुड़मार—

१. आंतों में चीनी के अवशोषण को धीमा कर सकता है

२. अग्न्याशय की बीटा कोशिकाओं को समर्थन दे सकता है

3. रक्त में ग्लूकोज के स्तर को अधिक स्थिर बनाए रखता है

3. प्राकृतिक एंटी-डायबेटिक गुण Gymnemic acids इंसुलिन संवेदनशीलता (insulin sensitivity) में सुधार पा सकते हैं, जिससे शरीर ग्लूकोज़ को बेहतर ढंग से उपयोग कर पाता है।

4. वजन प्रबंधन में संभावित लाभ मीठा खाने की craving कम होने और शुगर अवशोषण घटने से—

१. कैलोरी सेवन कम होता है

२. वजन प्रबंधन में अप्रत्यक्ष मदद मिलती है

अन्य लाभ (Traditional + Emerging Evidence)

1. लिपिड प्रोफाइल सुधारने में संभावित सहयोग

2. फैटी लिवर में सहायक प्रभाव (हद तक)

3. सूजनरोधी (Anti-inflammatory) गुण

4. एंटीऑक्सीडेंट प्रभाव

5. पाचन तंत्र के संतुलन में हल्का सुधार

नवीनतम शोध व विकास (2023–2025) हाल के वैज्ञानिक अध्ययनों में गुड़मार को लेकर कई उत्साहजनक निष्कर्ष सामने आए हैं—

1. ग्लूकोज़ मेटाबॉलिज़्म पर गहरी समझ 2023–2024 में प्रकाशित कुछ शोधों में पाया गया कि जिम्नेमिक एसिड आंतों में ग्लूकोज़ रिसेप्टर्स के साथ सीधे इंटरैक्ट कर रक्त में शर्करा के बढ़ने की गति को नियंत्रित कर सकता है।

2. अग्न्याशय के संरक्षण पर संकेत प्रीक्लिनिकल अध्ययनों (lab + animal models) में यह दिखाया गया कि गुड़मार के सक्रिय घटक बीटा-सेल्स पर रक्षात्मक प्रभाव दिखा सकते हैं, जिससे इंसुलिन उत्पादन में सहयोग मिलता है।(मानवों में अभी व्यापक अध्ययन जारी हैं।)

3. वजन और cravings पर प्रभाव 2024–25 के पोषण विज्ञान संबंधी अध्ययनों में यह दर्शाया गया है कि गुड़मार सप्लीमेंट लेने वाले लोगों में मीठा खाने की इच्छा में स्पष्ट कमी देखी गई, जिससे वजन नियंत्रण कार्यक्रमों में यह एक सहायक विकल्प बन रहा है।

सावधानियाँ

1. मधुमेह की दवा ले रहे लोग डॉक्टर से सलाह लेकर ही प्रयोग करें, क्योंकि रक्त शर्करा अधिक कम होने का जोखिम हो सकता है।

2. गर्भावस्था और स्तनपान में सुरक्षितता के लिए पर्याप्त प्रमाण उपलब्ध नहीं हैं।

3. अत्यधिक सेवन पेट में हल्की गड़बड़ी या भूख में कमी पैदा कर सकता है।

सरल और स्पष्ट निष्कर्ष गुड़मार एक प्रभावशाली, वैज्ञानिक रूप से आशाजनक और पारंपरिक रूप से प्रतिष्ठित औषधि है। यह मीठे की लालसा कम करने, रक्त शर्करा नियंत्रित रखने, चयापचय सुधारने और वजन प्रबंधन में सहयोगी भूमिका निभा सकता है।

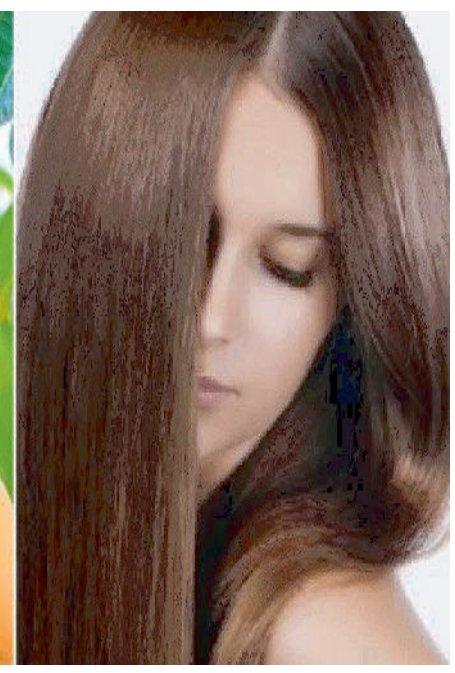
आधुनिक शोध इसके एंटी-डायबेटिक प्रभावों को और अधिक पुष्ट करता जा रहा है।

टूटते-झड़ते बालों में दोबारा जान भर सकती हैं आम की पत्तियां, बस जान लें कैसे करना होगा इस्तेमाल

गली-मोहल्ले या किसी पार्क में आम का पेड़ आपको आसानी से लगा मिल जाएगा। क्या आप जानते हैं कि इसकी पत्तियां आपके बालों के लिए कितनी गुणकारी साबित हो सकती हैं? जी हां अगर आप भी इनके लाजवाब फायदों (Mango Leaves For Hair) से अनजान हैं तो यहां हम आपको बताने जा रहे हैं कि हेयर-केयर में इन्हें किस तरह शामिल करना बालों के लिए बहुत फायदेमंद हो सकता है।

क्या आपके बाल भी टूटते और झड़ते हैं? क्या आप भी अपने बेजान बालों में नई जान डालना चाहते हैं? अगर इन सवालों के जवाब हां में हैं, तो यह आर्टिकल आपको जरूर पढ़ना चाहिए है। दरअसल, यहां हम बात कर रहे हैं आम की पत्तियों (Mango Leaves) की! जी हां, ये सिर्फ फल देने वाला पेड़ नहीं है, बल्कि बालों की कई समस्याओं का शानदार समाधान भी हैं।

आपने शायद ही कभी सोचा होगा कि आम की पत्तियां भी हमारे बालों के लिए इतनी फायदेमंद हो सकती हैं। दरअसल, इनमें विटामिन ए, सी, बी और कई एंटीऑक्सीडेंट्स भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं, जो बालों को मजबूत बनाने, उन्हें झड़ने से रोकने और उनमें चमक लाने में मदद करते हैं। आइए जानें।



कैसे करें आम की पत्तियों का इस्तेमाल? आम की पत्तियों का इस्तेमाल करना बेहद आसान है। यहां कुछ तरीके दिए गए हैं जिन्हें आप आजमा सकते हैं:

1. आम की पत्तियों का हेयर मास्क यह सबसे असरदार तरीकों में से एक है।

सामग्रीः

1. ताजी आम की पत्तियां (लगभग 10-15)
2. थोड़ा पानी
3. 1 चम्मच नारियल का तेल या जैतून का तेल

बनाने का तरीकाः

1. आम की पत्तियों को अच्छी तरह धो लें।
2. इन्हें थोड़ा पानी मिलाकर मिक्सर में पीस लें ताकि एक गाढ़ा पेस्ट बन जाए।
3. अगर आप चाहें तो इसमें नारियल का तेल या जैतून का तेल मिला सकते हैं।
4. इस पेस्ट को अपने बालों की जड़ों से लेकर सिरे तक अच्छी तरह लगाएं।
5. इसे 30-45 मिनट तक लगा रहने दें।
6. फिर हल्के शैम्पू से धो लें। बेहतर रिजल्ट्स के लिए इसे हफ्ते में 1-2 बार इस्तेमाल करें।

आम की पत्तियों का पानी यह बालों को साफ रखने और उन्हें पोषण देने का एक आसान तरीका है।

सामग्रीः

1. ताजी आम की पत्तियां (लगभग 15-20)
2. 2-3 कप पानी

बनाने का तरीकाः

1. एक बर्तन में पानी और आम की पत्तियां डालें।
2. पानी को तब तक उबालें जब तक पत्तियों का रंग बदलने न लगे और पानी थोड़ा कम न हो जाए।
3. पानी को ठंडा होने दें और फिर पत्तियों को छानकर अलग कर दें।
4. अपने बालों को शैम्पू करने के बाद, इस पानी से बालों को धो लें। इसे धोना नहीं है। यह आपके बालों को मजबूत बनाने और चमक देने में मदद करेगा। आम की पत्तियों का तेल

यह तरीका बालों को लंबे समय तक पोषण देने के लिए है।

सामग्रीः

1. आम की सूखी पत्तियां (या ताजी पत्तियां जिन्हें धूप में सुखा लिया गया हो)
2. नारियल का तेल या जैतून का तेल

बनाने का तरीकाः

1. आम की सूखी पत्तियों को छोटे टुकड़ों में तोड़ लें।
2. एक पैन में नारियल का तेल गरम करें और उसमें ये पत्तियां डाल दें।
3. धीमी आंच पर तब तक पकाएं जब तक पत्तियों का रंग काला न हो जाए और उनके पोषक तत्व तेल में मिल न जाएं।
4. तेल को ठंडा करें और छानकर एक बोतल में रख लें।
5. इस तेल से हफ्ते में 2-3 बार अपने बालों और स्कैल्प की मालिश करें।

आतंकवाद और ड्रग्स का जहर, देश दुनिया के लिए बनता नासूर

ज्योति स्वरूप गौड़
उप- निरीक्षकदिल्ली-पुलिस

भारत एक लोकतांत्रिक एवं धर्मनिरपेक्ष देश हैं। अनेकता में एकता भारत की विविधता है। आतंकवाद का अर्थ है। विनाशलीला। जो अपने उद्देश्यों को पूरा करने या करवाने के लिए देशद्रोही आतंकवाद का सहारा लेते हैं। जो देश के विकास, उन्नति और शान्ति में सबसे बड़ा बाधक है। भारत युवा देश है। हमें युवा देश होने पर नाज हैं लेकिन हमारे युवा यौवन के जोश में समाज में बढ़ते खुलेपन और नैतिक मूल्यों में गिरती गिरावट के कारण युवाओं की जीवन शैली में भौतिकवाद का जहर इस कदर घुल गया है। जो क्षणिक आनंद के लिए युवा-पीढ़ी नशे के आगोश में आनंदविभोर होती जा रही है। आतंकवाद के पोषण में कट्टरवाद, रूढ़िवादिता, धर्मान्धता अहम् भूमिका निभाते है। नशा युवा-शक्ति को नष्ट कर देता है। आधुनिक भौतिकवाद युग में आतंकवाद और ड्रग्स के जहर ने देश और दुनिया में अपने पांव तेजी से पसार लिए है। युवा पीढ़ी तेजी से तरक्की पाने के मंसूबे को पूरा करने के लिए किसी भी हद तक जाने को तैयार हैं। युवा शक्ति पथ से भटककर आतंकवाद और नशे से नाता-जोड़कर कामयाबी की मंजिल चूमने के लिए लालायित हो चुकी है।

आइए जानते है आतंकवाद की विनाशलीला?

आतंकवाद की खेती में अनाथ, बेसहारा, लावारिस बच्चों की धार्मिक भावनाओं को भड़काकर आतंक की खेती में धकेल दिया जाता है। आतंकियों को तालीम देने का काम उन्ही देशों में होता है जहां युवाओं को अपने भविष्य के बारे में कुछ पता नहीं होता। जहां बेरोजगारी में देश उबल रहा होता है। रोजगार पाने के उद्देश्य से आतंक का रास्ता अपना लेते है। उनके लिए जीवन-मरण कोई मायने नहीं रखता। उनकी मंशाए आक्रामक और दिल-दहला देने वाली होती है। हिंसा लोगों को नारकीय जीवन जीने को मजबूर कर देती है। अब आधुनिक युग में आतंकवाद की खेती में शिक्षित वर्ग सफेदपोश अपराधियों ने जो पेशे से इंजीनियर, डाक्टर आदि ने गुनाह की दुनिया मैं अपने कदम रख दिए हैं। जिनको सफेदपोश आतंकवाद भी कहा जाता है। सफेदपोश आतंकवाद में शामिल गुनहगार जो ड्रोन, राकेट के घातक हमलों से देश मैं तबाही का मंजर लाने की हिमाकत करते हैं। लालकिले पर सफेदपोश आतंकवाद की विनाशलीला उनके खतरनाक मंसूबों का प्रत्यक्ष उदाहरण है।

वैश्विक परिप्रेक्ष्य में देखा जाए तो फिलिस्तीन, इजरायल, यूक्रेन, रूस, आदि इस दंश को झेल रहे है। पड़ोसी मुल्क में आतंकवाद की खेती की जाती है। इस मुल्क द्वारा विश्व के अन्य देशों में आतंक की पौध निर्यात की जाती है। इसके जहरीले बीज अब उनके अपने गेंहू में मिक्स हो गए है। अब उनको हर निवाला निगलने में कठिनाई होने लगी है। हिंसा से समाज में नफरत, अंशाति, तनाव, मनमुटाव, राष्ट्र की संपति का विनाश, निर्दोष लोगों की मौत हिंसा का परिणाम होता है। हिंसा का रास्ता देश दुनिया के लिए नासूर है।

आइए जानते है। ड्रग्स की विनाशलीला क्या होती है?

नशा, मनुष्य को तबाही की ओर ले जाता है। जहां जीवन का कोई उद्देश्य नहीं रहता। जहां जीवन शून्य हो जाता है। सपने बिखर जाते हैं, टूट जाते हैं। जीवन को खोखला कर देता है। डर और भय जीवन में अंधकार फैला देता है। एकाग्रता की शक्ति को खत्म कर देता है। जीवन एक तमाशबीन बन जाता है। नशा युवाओं के सारे मंसूबे खाक कर देता है। समाज, परिवार, पड़ोस उससे दूरी बना लेता है। आधुनिक जीवन शैली मैं यूवा पीढ़ी भौतिकवाद की चकाचौंध मैं आकर युवा शक्ति क्षणिक आनंद के चक्कर में नशे के आगोश में जकड़ती जा रही हैं। खुद को बिंदास, बेपरवाह दिखाने के चक्कर में युवा शक्ति नशे की चपेट में आ रही है।

अंत मै युवाओं को संदेश देकर चेताना, जगाना चाहता हूं। आतंकवाद और ड्रग्स की चपेट में आकर जीवन को बर्बादी से रोकना होगा। इस बर्बादी का असर परिवार, समाज और राष्ट्र को झेलना पड़ता है। युवा शक्ति किसी भी राष्ट्र की अमूल्य धरोहर होती है। जिनके कन्धों पर राष्ट्र का विकास होता है। अब समय आ गया है युवाओं को अपनी समस्याओं के कारणों की खोज यर्थाथवादी ढ़ग से करनी होगी। युवाओं को सत्य स्वीकारना होगा। नैतिक मूल्यों को जीवन में उतारना होगा। भौतिकवाद-चकाचौंध के जहर से बचना होगा। कड़ी-मेहनत, मशक्कत करके कामयाबी की मंजिल को चूमना होगा। आतंकवाद की खेती के पोषण में चाहे प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से शामिल गुनाहगारों को उनके गुनाहों के हिसाब से आखिरी निर्णायक उनके आतंक का हिसाब करना होगा। सफेदपोश अपराधियों पर कड़ी नजर रखनी होगी। तभी देश का विकास, उन्नति और शान्ति स्थापित हो सकती है। तभी युवा पीढ़ी देश और दुनिया में विश्व के मानचित्र पर अपनी दस्तक देकर अपना लोहा मनवा सकती हैं।

पर्यावरण पाठशाला: पर्यावरण के लिए बच्चों और युवाओं की भूमिका – 2047 का सपना और हमारा आज

भारत के लिए "विकसित भारत 2047" केवल एक नारा नहीं, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के स्वच्छ, सुरक्षित और स्वस्थ जीवन का वह संकल्प है जिसे हम सब मिलकर ही पूरा कर सकते हैं। पर एक सच्चाई यह भी है कि क्या हम उस भारत का सपना देखते हुए डर-डरकर जीना चाहते हैं? क्या हम प्रदूषण, कचरा, जल संकट और असुरक्षित वातावरण को अपनी नियति मान लें?

या फिर आज ही ऐसा कार्य करें जिससे हमारा भारत ऐसा बने जहाँ हर नागरिक खुलकर, गर्व से और सुरक्षित सांस ले सके।

बच्चों और युवाओं की भूमिका क्यों सबसे महत्वपूर्ण है?

आज की पीढ़ी सिर्फ कल का भविष्य नहीं, बल्कि आज के परिवर्तन की सबसे बड़ी शक्ति है। बच्चों और युवाओं में सीखने की क्षमता, ऊर्जा, संवेदनशीलता और बदलाव लाने का जज़्बा सबसे अधिक होता है। पर्यावरण संरक्षण की इस लड़ाई को सफलतापूर्वक आगे बढ़ाने के लिए इन्हें समझ, जागरूकता और अवसर की आवश्यकता है।

1. छोटे-छोटे कदम, बड़े बदलाव

स्कूल बैग में स्टील की बोतल, घर में अलग-अलग डस्टबिन, पेड़-पौधों के प्रति संवेदनशीलता—ये छोटे कदम नहीं, बल्कि जीवनभर चलने वाली आदतों का निर्माण हैं। बच्चे जब सीखते हैं तो पूरा परिवार बदलता है, और जब परिवार बदलता है तो पूरा समाज।

2. डिजिटल युग में पर्यावरण नायकों की जरूरत

मोबाइल और सोशल मीडिया केवल मनोरंजन नहीं, प्रेरणा का बड़ा माध्यम भी बन सकते हैं। युवा अगर 30 सेकंड के एक वीडियो में प्लास्टिक के नुकसान, वायु प्रदूषण, या वृक्षारोपण का महत्व समझा दें—तो हजारों लोग सीख जाते हैं।

3. धरती की खातिर साहस दिखाइए

सवाल यही है—क्या हम डर-डरकर जीना चाहते हैं? धुएँ से भरी हवा, प्लास्टिक से भरी नदियाँ, और कचरे से पटी सड़कें... यह भविष्य हमें मंजूर नहीं होना चाहिए।

अगर हम आज खड़े होंगे, आवाज़ उठाएंगे, और आदतें बदलेंगे—तो 2047 का स्वच्छ भारत कोई सपना नहीं, बल्कि वास्तविकता होगा।

4. युवाओं का नेतृत्व—समाधान की सबसे बड़ी चाबी

साइकलिंग, कारपूल और पब्लिक ट्रांसपोर्ट का उपयोग

प्लास्टिक-फ्री कैंपस बनाना

वॉलंटियर ग्रुप बनाकर सफाई अभियान

स्कूल–कॉलिज में "ग्रीन क्लब"

जल, बिजली और कागज की बचत

एक संगठित युवा शक्ति देश को एक नई दिशा दे सकती है।

5. 2047 का भारत – भयमुक्त, प्रदूषण मुक्त

हमारा लक्ष्य ऐसा भारत है जहाँ:

हर बच्चा पेड़ों को अपने मित्र की तरह जानता हो,
हर युवा पर्यावरण का रक्षक बने,
हवा में डर नहीं, ताजगी हो,
नदियाँ प्रदूषण से नहीं, जीवन से भरी हों।

यह काम सिर्फ सरकार का नहीं, बल्कि हम सभी का है।

पर्यावरण पाठशाला का उद्देश्य है—मन में जागरूकता, व्यवहार में जिम्मेदारी, और कार्य में निरंतरता।

अगर बच्चे और युवा आज संकल्प ले लें कि वे धरती की रक्षा करेंगे—तो 2047 का "विष्वगुरु भारत" केवल आर्थिक शक्ति नहीं, बल्कि पर्यावरण के प्रति सजग और संवेदनशील देश के रूप में दुनिया के सामने खड़ा होगा।

आइए, हम सब मिलकर आज काम करें—
ताकि कल हमारे बच्चे बिना डर के, गर्व से और खुलकर सांस ले सकें।

—डॉ. अंकुर शरण
पर्यावरण पाठशाला

भारतीय परिवारों में संपत्ति से जुड़ी समस्याएं जटिल हैं

डॉ.मुश्ताक़ अहमद शाह

मामलों में गलतफहमी और नापसंदगी के चलते आपसी संवाद संपन्न नहीं कर पाते। कानूनी दृष्टिकोण से विवादों का समाधान परिवारिक संवाद, मध्यस्थता, और यदि आवश्यक हो तो अदालत के माध्यम से किया जाता है। परिवार के बीच सहमति से संपत्ति का बंटवारा विवादों को रोकने का सबसे अच्छा तरीक़ा माना जाता है।ऐसे विवादों में न केवल परिवार के रिश्ते प्रभावित होते हैं, बल्कि मनोवैज्ञानिक और सामाजिक स्तर पर भी चोट लगती है। इसलिए, परिवार की संपत्ति से जुड़े मामलों को आपसी विश्वास और परिवार के सम्मान को बनाए रखते हुए सुलझाने का प्रयास करना चाहिए। यह आवश्यक है कि परिवार के सदस्य अपने फ़र्ज़ और ज़िम्मेदारी को समझें और लालच तथा स्वार्थ से ऊपर उठकर परिवार की भलाई के लिए काम करें। अगर परिवार में यह समझदारी बनी रहे तो संपत्ति विवाद से उत्पन्न त्रासदी को रोका जा सकता है।इस प्रकार भारतीय परिवारों में संपत्ति से जुड़ी समस्याएं जटिल हैं और उन्हें संवेदनशीलता से संभालने की जरूरत होती है। परिवार के प्रति सम्मान, उचित संवाद, और समझौते की भावना से ही सही मायनों में परिवार को धन और रिश्तों दोनों की मज़बूती मिलती है।

धरम जी (श्रद्धांजलि)

जीवन जिसका कोई अनोखा संदेश दे जाए वो तो
अमर हो जाता है सभी की यादों में अक्सर,
अपनी मिट्टी अपनी जड़ों से होता है जो जुड़ा वो सब
पर छोड़ जाता है एक अद्भुत करिश्माई असर ।

ऐसे ही बिरले व्यक्तित्व वाले इंसान थे धरम जी
प्रशंसकों ने उन्हें प्रेम से बुलाया ही मैन, धरम गरम,
अपने आकर्षक रूतबे, रूहानी दिलकश अंदाज से
उनके चाहने वालों की संख्या सीमा है चरम ।

नवासी साल के अपने जीवन काल में उन्होंने जिया
जीवन के हर उतार-चढ़ाव को गुनगुनाहट से,
छोड़ गए वो अपनी छवि के कई सारे प्यारे किस्से
गले लगा मृत्यु को भी ₹आनंद₹ मुस्कुराहट से ।

अपनी ही मृत्यु की खबर को देख और सुनकर वो
माया नगरी के मायाजाल से नहीं हुए विस्मित,
एक अलग कहानी कह गए ईश्वर का बुलावा न आए
दुनिया के दांव पेंचों से नहीं होना विचलित ।

जाना तो है सबको एक दिन इस जग से उनको भी
था इस सत्य का भली-भांति पूर्णतया अहसास,
अपने जीवन के हर दिन को उन्होंने बनाया कभी
परिवार कभी सभी चाहने वालों के लिए बेहद ख़ास ।

एक युग का अंत नहीं ये तो इसी कलयुग की है एक
जीती-जागती शिक्षाप्रद बड़ी अनोखी मिसाल,
कह गए धरम जी सबसे बॉटना सीखो खुशियॉं ख़ुद
पर करो यकीन हर एक दिन है बेहद ख़ास ।

– मोनिका डागा "आनंद" , चेन्नई, तमिलनाडु

सर्वभाषा कवि सम्मेलन 2026 में 90 वर्षीय वरिष्ठ साहित्यकार डॉ. बी.एल. गौड़ का चयन

— डॉ. शंभू पंवार

नई दिल्ली। भारतीय साहित्य जगत के लिए गर्व का विषय है कि 90 वर्षीय वरिष्ठ साहित्यकार, लेखक एवं समाजसेवी डॉ. बी.एल. गौड़ का चयन ऑल इंडिया रेडियो द्वारा गणतंत्र दिवस पर आयोजित होने वाले विश्व के सबसे बड़े सर्वभाषा कवि सम्मेलन 2026 के 70वें संस्करण में हिंदी भाषा के कवि के रूप में किया गया है। संविधान की आठवीं अनुसूची में शामिल 22 भारतीय भाषाओं के प्रतिनिधियों के साथ आयोजित होने वाला यह मंच साहित्य जगत में अत्यंत प्रतिष्ठित माना जाता है।

डॉ. गौड़, भारतीय रेल में 31 वर्ष सेवा देने के बाद सीनियर सेक्शन इंजीनियर के पद से स्वैच्छिक सेवानिवृत्ति लेकर पूर्णतः साहित्य और समाजसेवा को समर्पित हैं। वे अब तक लगभग दो दर्जन पुस्तकों का लेखन कर चुके हैं तथा 20 देशों की साहित्यिक यात्रा कर चुके हैं। साहित्य और समाज के प्रति निरंतर सक्रिय भूमिका के कारण वे हिंदी अकादमी दिल्ली की कार्यकारिणी, संस्कृति मंत्रालय की हिंदी सलाहकार समिति तथा शिक्षा मंत्रालय की केंद्रीय अनुदान समिति के सदस्य भी रह चुके हैं।

उल्लेखनीय है कि डॉ. गौड़ को अब तक साहित्य रत्न, साहित्य भूषण, विद्यासागर, डी.लिट., लाइफटाइम अचीवमेंट सहित अनेक राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय सम्मानों से सम्मानित किया जा चुका है। वर्ष 2005 से वे 'द गॉड्स टाइम्स' नामक हिंदी–अंग्रेज़ी पाक्षिक पत्र का सफल प्रकाशन भी कर रहे हैं।

उनकी इस महत्वपूर्ण उपलब्धि पर

साहित्यिक और सांस्कृतिक जगत में हर्ष की लहर दौड़ गई है। पूर्व केंद्रीय शिक्षा मंत्री तथा उत्तराखंड के पूर्व मुख्यमंत्री डॉ. रमेश पोखरियाल 'निशंक', अंतरराष्ट्रीय हिंदी समिति (अमेरिका) के न्यासी एवं समाजसेवी डॉ. इंद्रजीत शर्मा, धरा धाम इंटरनेशनल के प्रमुख डॉ. सौरभ पांडे, साहित्यकार डॉ. प्रेम भारद्वाज 'ज्ञानभिक्षु', डॉ. वीणा मित्तल, वर्ल्ड रिकॉर्ड होल्डर एवं अंतरराष्ट्रीय लेखक पत्रकार,विचारक डॉ. शंभू पंवार, साहित्यकार एवं गीतांजलि काव्य प्रसार मंच की राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. गीतांजलि नीरज अरोड़ा 'गीत',कला भारती फाउंडेशन की प्रमुख ममता सोनी, वरिष्ठ साहित्यकार डॉ. सविता चड्ढा, शिक्षाविद एवं साहित्यकार डॉ. पुष्पा जोशी, कुमार सुबोध सहित अनेक साहित्यकारों, संस्थाओं और साहित्यप्रेमियों ने उन्हें हृदय से बधाइयाँ दी हैं।

सफदरजंग अस्पताल में पहली बार सफल बाल चिकित्सा किडनी प्रत्यारोपण, केंद्रीय सरकारी अस्पतालों में भी पहला मामला

स्वतंत्र सिंह भुल्लर नई दिल्ली

नई दिल्ली। वर्धमान महावीर मेडिकल कॉलेज (VMMC) और सफदरजंग अस्पताल ने अपने रीनल ट्रांसप्लांट कार्यक्रम में एक ऐतिहासिक उपलब्धि हासिल की है। 19 नवंबर 2025 को अस्पताल में सफलतापूर्वक बाल चिकित्सा किडनी प्रत्यारोपण (Paediatric Renal Transplant) किया गया। अस्पताल के निदेशक डॉ. संदीप बंसल ने बताया कि यह न सिर्फ सफदरजंग अस्पताल में पहली बार हुआ है, बल्कि किसी भी केंद्रीय सरकारी अस्पताल में किया गया पहला बाल चिकित्सा किडनी प्रत्यारोपण है।

सर्जिकल टीम का नेतृत्व यूरोलॉजी और रीनल ट्रांसप्लांट विभाग के निदेशक प्रोफेसर एवं विभागाध्यक्ष डॉ. पवन वासुदेवा ने किया, जिनके साथ डॉ. नीरज कुमार (प्रोफेसर, यूरोलॉजी) शामिल रहे। बाल चिकित्सा टीम का नेतृत्व बाल गुर्दा रोग विभाग की निदेशक प्रोफेसर एवं इंचार्ज डॉ. (श्रीमती) शोभा शर्मा ने किया। टीम में डॉ. श्रीनिवासवरदन (असिस्टेंट प्रोफेसर) और प्रोफेसर एवं विभागाध्यक्ष बाल रोग विभाग के डॉ. प्रदीप के देबता के मार्गदर्शन में विशेषज्ञ शामिल थे। एनेस्थीसिया टीम का नेतृत्व डॉ. सुशील ने किया, टीम में डॉ. ममता और डॉ. सोनाली शामिल रहीं, यह सभी एनेस्थीसिया विभाग की निदेशक प्रोफेसर एवं विभागाध्यक्ष डॉ. कविता रानी शर्मा के मार्गदर्शन में कार्यरत थे।

मरीज 11 वर्षीय बालक था, जिसे 'बाइलेटरल हाइपोडिस्प्लास्टिक किडनी' नामक दुर्लभ बीमारी के कारण अंतिम चरण की किडनी विफलता हो गई थी। डॉ. शोभा शर्मा ने बताया कि लगभग डेढ़ साल पहले बच्चा बेहद गंभीर हालत में अस्पताल लाया गया था और उसे कार्डियक अरेस्ट के बाद पुनर्जीवित करना पड़ा। उसी समय किडनी फेल होने का पता चला और तब से बच्चा बाल नेफ्रोलॉजी विभाग की देखरेख में नियमित डायलिसिस पर था।

डॉ. पवन वासुदेवा ने बताया कि बाल चिकित्सा किडनी प्रत्यारोपण अत्यंत जटिल सर्जरी होती है, क्योंकि इसमें दाता की किडनी को बच्चे की बड़ी रक्त वाहिकाओं से जोड़ना और उसके शरीर में वयस्क किडनी के लिए पर्याप्त स्थान बनाना चुनौतीपूर्ण होता है। इस मामले में दाता बच्चे की 35 वर्षीय माता थीं। उन्होंने संतोष व्यक्त किया कि प्रत्यारोपित किडनी ने ठीक प्रकार से कार्य करना शुरू कर दिया है, बच्चा डायलिसिस से मुक्त हो चुका है और उसकी स्थिति सामान्य है तथा वह शीघ्र ही अस्पताल से छुट्टी पा लेगा। उन्होंने निदेशक डॉ. संदीप बंसल, चिकित्सा अधीक्षक डॉ. चारु बंबा और प्राचार्य डॉ. गीतिका खन्ना के सहयोग के लिए आभार व्यक्त किया।

निदेशक डॉ. संदीप बंसल ने कहा कि सफदरजंग अस्पताल सभी नागरिकों को उच्च गुणवत्ता वाली चिकित्सा सेवाएँ निःशुल्क उपलब्ध कराने के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने बताया कि सुल्तानपुर (उत्तर प्रदेश) से आने वाले इस बच्चे के परिवार ने आर्थिक तंगी के कारण आशा खो दी थी, क्योंकि निजी क्षेत्र में ऐसा ऑपरेशन लगभग 15 लाख रुपये का होता। उन्होंने यह प्रसन्नता जताई कि बच्चा अब स्वस्थ है और नए जीवन की शुरुआत कर रहा है। चिकित्सा अधीक्षक डॉ. चारु बंबा ने बताया कि प्रत्यारोपण के बाद जीवनभर उपयोग होने वाली महंगी 'इम्यूनोसप्रेसिव दवाएं' भी अस्पताल की ओर से बच्चे को निःशुल्क उपलब्ध कराई जाएंगी।

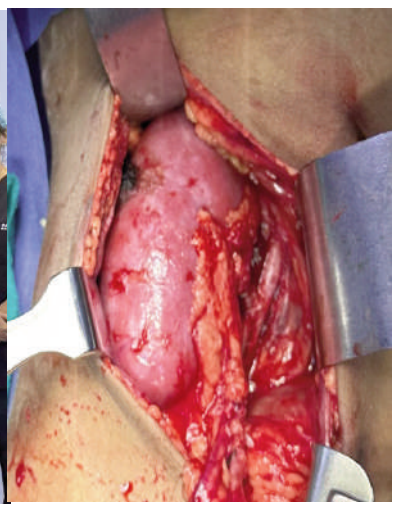
यह उपलब्धि न केवल सफदरजंग अस्पताल की चिकित्सा क्षमता का प्रमाण है, बल्कि उन परिवारों के लिए भी उम्मीद की किरण है जो आर्थिक तंगी के चलते जटिल चिकित्सा प्रक्रियाओं का लाभ नहीं उठा पाते।

ऑपरेशन गंगा रॉ के द्वारा अंजाम दिया गया एक ऐसा ऑपरेशन जिसकी आड़ में पाकिस्तान के दो टुकड़े किए गए

1971 की लड़ाई के पीछे रा ने जो सर्वश्रेष्ठ ऑपरेशन किया ऐसा ऑपरेशन पूरी दुनिया में कहीं नहीं हुआ होगा लड़ाई के पहले एक ऑपरेशन किया गया जिसका नाम ऑपरेशन गंगा रखा गया था

1970 में सितंबर या अक्टूबर का समय था, देश की तत्कालीन प्रधानमंत्री "इंदिरा गांधी" कोलकाता की एक सभा को सम्बोधित कर रही थी। बड़े बड़े स्पीकरों से खनकती आवाज के साथ इंदिरा की आवाज यकायक रुक गई। कारण था; एक के बाद एक दो जेट विमानों की गड़गड़ाहट भरी भारी आवाज, जिसने अगले कुछ मिनटों तक "इंदिरा गांधी" की आवाज को खामोश कर दिया था।

"इंदिरा गांधी" के पीए थे एक कश्मीरी पण्डित ₹पी एन हॉक्सर₹ से इंदिरा ने पूछा,₹क्या ये हमारे फाइटर प्लेन है.? पीए ने बताया कि ये अमेरिकी जेट है, जो पाकिस्तान के पास है, चूंकि पूर्वी पाकिस्तान से पश्चिमी पाकिस्तान तक आवाजाही के लिए पाकिस्तान भारतीय वायु सीमा का इस्तेमाल कर सकता है, इसलिए ये विमान हमारे सर के ऊपर से गुजरे। इंदिरा गांधी को बात लग गई, क्योंकि जिस देश के ऊपर से दुश्मन के जहाज उड़ते हो, उसकी प्रभुता क्या रह गई.?



इंदिरा ने तत्कालीन रॉ के चीफ ₹रामेश्वरनाथ काव₹ से इस बारे में चर्चा की, ₹क्या भारतीय सीमा में पाकिस्तानी एयर प्लेन का इस्तेमाल बन्द हो सकता है.?₹ रामेश्वरनाथ काव ने कहा,₹हमें सिर्फ आपकी अनुमति चाहिए।₹ ₹इंदिरा गांधी₹ ने तुरन्त रामेश्वरनाथ काव को पूरी छूट दी। उस समय पूर्वी पाकिस्तान में ₹मुक्तिवाहनी₹ बंगलादेश बनवाने की ख़ातिर मुखर थी। जिसमे बंगाली युवकों का नेतृत्व भारतीय सेना के अफसर कर रहे थे, उनसे तैयारियां मुखर करने का आदेश दिया गया।

अब रिसर्च एनालेसिस विंग के एक जासूस आर के यादव जो उस समय 21-22 वर्ष के थे ने श्रीनगर के एक कॉलेज में एडमिशन लिया। वहां पर उन्होंने दो कुरैशी भाइयो, हासिम और अशरफ़ के साथ मित्रता की। उस समय वे दोनों 16-17 साल के थे। यादव ने उन्हें अपने भरोसे में लिया और दोनों जो कि पहले ही कश्मीर को भारत से आज़ाद कराने का सपना देखते थे, यादव के साथ बिल्कुल खुल गए।

हासिम कुरैशी₹ ने ₹आर के यादव₹ को बताया कि वो 1969 में जब अपनी बहन से मिलने पाकिस्तान में गया तो वहां उसे ₹जे एंड के लिबरेशन फ्रंट₹ का अध्यक्ष मकबूल भट्ट मिला था, जिसने उसे विमान अपहरण करने को कहा था। ₹यादव₹ ने उसे कहा कि विमान लूटने के लिए तुम्हे हथियार की जरूरत पड़ेगी, इसलिए यादव ने उसे एक नकली पिस्तौल और लकड़ी का बना एक नकली ग्रेनेड जिसपर पेंट किया गया था मुहैया करवाया।

30 जनवरी 1971 को इंडियन एयरलाइंस का एक विमान जिसका नाम ₹गंगा₹ था, श्रीनगर से उड़ने को तैयार हुआ। अब आगे जाने से पहले एक बेहद रोमांचक जानकारी दे दूँ, यह विमान 6 महीने पहले ही एयरलाइंस से रिटायर हो चुका था। लेकिन यह उड़ने में सक्षम था इसलिए उस समय के विमान से इसे बदल दिया गया। ₹गंगा₹ को कुरैशी बंधुओ ने नकली हथियारों के दम पर अपहरण कर लिया। विमान में कुल 27 यात्री थे, जिनको अशरफ़ क़ुरैशी ने नकली ग्रेनेड और पायलेट के सर पर हासिम कुरैशी ने नकली पिस्तौल रखकर अगुवा किया।

विमान को लेकर कुरैशी बन्धु लाहौर पहुँचे। पूरे पाकिस्तान में उस समय क़ुरैशी बंधु हीरो बन गए थे, सब और उनका नाम छाया था। कुरैशी बंधुओ ने मकबूल भट्ट के इशारों पर भारत से ₹जे एंड के लिबरेशन फ्रंट₹ के 36 अलगाववादीयों को छोड़ने को कहा। भारत ने उनकी कोई भी मांग मानने से इनकार कर दिया।

उस समय पाकिस्तान के तत्कालीन विदेश मंत्री "जुल्फिकार अली भुट्टो" ने सभी अगुवा यात्रियों सहित एक भीड़ को सम्बोधित किया। इस विमान अपहरण को अपनी बहुत बड़ी कामयाबी मान रहे पाकिस्तानी विदेश मंत्री अति भावुकता में बोले,"हम कश्मीरियों के साथ है और भारत को बताना चाहते है कि कश्मीर की जनता भी पाकिस्तान के साथ है। हम लोगों को भारत की जनता से कोई दुश्मनी नही है, मगर हम भारत सरकार को जवाब देंगे। हम भारत के सभी यात्रियों को छोड़ रहे है लेकिन भारत के विमान को जला देंगे।" भारतीय नागरिकों को छोड़ने के बाद, विमान को आग लगा दी गई।

"रॉ" की चाल कामयाब रही, पाकिस्तानी सरकार जाल में फंस गई। इसके बाद भारत ने पाकिस्तान से वायु सीमा समझौता तोड़ दिया, और आगे की कहानी आप सब जानते है, युद्ध हुआ और पाकिस्तान को मुंह की खानी पड़ी। "पूर्वी पाकिस्तान₹ आज़ाद हो कर "बंगलादेश" बन गया।

"आईएसआई" को जब भारत की चाल का पता चला तो उसने कुरैशी बंधुओ को बंदी बना लिया। कुछ साल बाद कुरैशी भाइयो को छोड़ दिया गया, अशरफ़ कुरैशी मर चुका है और हासिम कुरैशी आजकल कश्मीर का नेता बना हुआ है, जिसने बाद में "आर के यादव" पर केस भी किया था।"

श्रीराम मंदिर पर फहराता यह केसरिया ध्वज धर्म, सत्य, न्याय और मर्यादा का प्रतीक: समाजसेवी पंकज जैन

यह धर्मध्वज आने वाली पीढ़ियों को प्रभू श्रीराम के जीवन, त्याग, मर्यादा और आदर्शों का स्मरण कराता रहेगा तथा सभी को उनके दिखाए मार्ग पर चलने के लिए प्रेरित करेगा : समाजसेवी पंकज जैन
यह केसरिया ध्वज राष्ट्र धर्म और भारतीय सांस्कृतिक पुनर्जागरण का प्रबल संदेश देता है, जिसने भारत की आत्मा को सदियों से आलोकित किया : समाजसेवी पंकज जैन

उत्तर प्रदेश। भगवान श्रीराम की जन्मभूमि अयोध्या में रविवार का दिन इतिहास के स्वर्णिम अध्याय के रूप में दर्ज हो गया। मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम के भव्य एवं दिव्य मंदिर के शिखर पर विधिवत रूप से पवित्र केसरिया धर्मध्वज का आरोहण किया गया। यह समारोह माता सीता और प्रभु श्रीराम के पावन विवाह दिवस पर सम्पन्न हुआ, जिसने इस ऐतिहासिक क्षण को और भी महत्त्वपूर्ण बना दिया।

इस स्वर्णिम और ऐतिहासिक क्षण पर समाजसेवी पंकज जैन ने कहा कि श्रीराम मंदिर पर फहराता यह केसरिया ध्वज न केबल धर्म, सत्य, न्याय और मर्यादा का प्रतीक है, बल्कि यह राष्ट्र धर्म और भारतीय सांस्कृतिक पुनर्जागरण का भी प्रबल संदेश देता है। यह मात्र एक ध्वज नहीं, बल्कि सनातन संस्कृति की गौरवशाली परंपराओं का उज्ज्वल प्रतीक है, जिसने भारत की आत्मा को सदियों से आलोकित किया है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि यह धर्मध्वज आने वाली पीढ़ियों को श्रीराम के जीवन, त्याग, मर्यादा और आदर्शों का स्मरण कराता रहेगा तथा सभी को उनके दिखाए मार्ग पर चलने के लिए प्रेरित करेगा।

उन्होंने आखिर में कहा कि अयोध्या धाम में केसरिया ध्वज के आरोहण ने समस्त वातावरण को भक्ति, उल्लास और सांस्कृतिक गौरव से परिपूर्ण कर दिया हैं। मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम संपूर्ण मानवता के लिए धर्म और कर्म का आदर्श माने जाते हैं। ऐसे में यह अवसर न केवल रामभक्तों के लिए, बल्कि सम्पूर्ण सनातन समाज के लिए गर्व और आस्था का अद्वितीय क्षण है।

इमीग्रेशन एंड फॉरेनर्स ऐक्ट 2025 राष्ट्रीय सुरक्षा सुदृढ़ करने की दिशा में अत्यंत महत्वपूर्ण बड़ा कदम: राजेश खुराना

परिवहन विशेष न्यूज

आगरा। अवैध प्रवास और फर्जी दस्तावेज़ों के बढ़ते जाल पर निर्णायक प्रहार करते हुए केंद्र सरकार ने इमीग्रेशन एंड फॉरेनर्स ऐक्ट, 2025 लागू कर दिया है। यह नया अधिनियम देश की आंतरिक सुरक्षा, सीमा प्रबंधन और आव्रजन प्रणाली को आधुनिक तकनीक से लैस एक व्यापक ढांचा प्रदान करता है।

वरिष्ठ समाजसेवी एवं आगरा स्मार्ट सिटी (भारत सरकार) के सदस्य राजेश खुराना ने इस अधिनियम को "राष्ट्रीय सुरक्षा के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण कदम" बताते हुए कहा कि नया कानून अवैध प्रवासियों, मानव-तस्करी गिरोहों और फर्जी दस्तावेज़ नेटवर्क पर सीधा प्रहार करने में सक्षम है। इससे राष्ट्रीय सुरक्षा को नई मजबूती मिलेगी। यह नया कानून भारत की इमीग्रेशन प्रणाली को अंतरराष्ट्रीय मानकों के अनुरूप बनाने की दिशा में ऐतिहासिक कदम है।

राजेश खुराना ने इसे सिस्टमेटिक, कड़े और तकनीक आधारित सुधार बताते हुए कहा कि यह नया अधिनियम न सिर्फ अवैध प्रवास पर रोक लगाएगा बल्कि देश की आंतरिक सुरक्षा और सीमा प्रबंधन को अभूतपूर्व मजबूती प्रदान करेगा। इस नए कानून में भारी दंड का प्रावधान किया गया है। नकली पासपोर्ट या जाली वीज़ा जाली कागजात के साथ पकड़े जाने पर न्यूनतम 2 वर्ष से 7 वर्ष तक की सज़ा और 1 लाख से 10 लाख रुपये तक का जुर्माना लगाया जा सकेगा। बिना वैध पासपोर्ट/वीज़ा भारत में प्रवेश करने पर 5 वर्ष तक की जेल और 5 लाख रुपये तक का जुर्माना निर्धारित किया गया है। उन्होंने आगे कहा कि कठोर प्रावधान इस बात का संकेत हैं कि अब अवैध रूप से भारत में प्रवेश करने या फर्जी कागज़ात का सहारा लेने वालों पर कड़ी कार्रवाई सुनिश्चित की जाएगी।

उन्होंने बताया कि इस नए कानून के तहत होटल, विश्वविद्यालय, अस्पताल और अन्य संस्थानों को विदेशी नागरिकों से जुड़ी जानकारी समय पर सरकार को उपलब्ध कराना अनिवार्य होगा। किसी संस्थान द्वारा जानकारी छिपाने या अवैध प्रवासियों को आश्रय देने पर कठोर दंड, यहाँ तक कि पंजीकरण निरस्तीकरण की कार्रवाई भी हो सकती है। यह व्यवस्था अवैध प्रवासियों की पहचान और निगरानी को अत्यंत प्रभावी व पारदर्शी बनाएगी।

इस अधिनियम का सबसे आधुनिक और महत्वपूर्ण हिस्सा है। इंटीग्रेटेड इमीग्रेशन मैनेजमेंट सिस्टम (IIMS) यह एक डिजिटल प्लेटफॉर्म है, जिसमें शामिल होंगे। बायोमेट्रिक डेटा, कृत्रिम बुद्धिमत्ता आधारित निगरानी, रीयल-टाइम ट्रैकिंग प्रणाली विदेशी नागरिकों के सभी विवरण डिजिटल रूप से दर्ज होंगे। पता, नौकरी, विश्वविद्यालय या निवास में परिवर्तन की जानकारी तत्काल एफआरआरओ को देनी होगी।

चार पुराने कानून अब इतिहास - इमीग्रेशन एंड फॉरेनर्स ऐक्ट, 2025 ने निम्नलिखित चार पुराने कानूनों को पूरी तरह प्रतिस्थापित कर दिया हैं। 1. पासपोर्ट (एंट्री इंटू इंडिया) अधिनियम, 1920, 2. रजिस्ट्रेशन ऑफ फॉरेनर्स अधिनियम, 1939, 3. फॉरेनर्स एक्ट, 1946, 4. इमीग्रेशन (कैरियर्स लाइबिलिटी) एक्ट, 2000, नए प्रावधान नेपाल और भूटान के नागरिकों पर लागू नहीं होंगे। यह नया कानून ब्यूरो ऑफ इमीग्रेशन (BoI) को अधिक शक्तिशाली और स्वायत्त बनाता है। अब बॉल अवैध विदेशी नागरिकों को त्वरित रूप से डिपोर्ट कर सकेगा। राज्यों और सुरक्षा एजेंसियों के साथ प्रत्यक्ष समन्वय स्थापित कर सकेगा।

गुरु जी का जीवन सत्य व त्याग की मिसाल रहा: अजीत भोगल

सुनील चिंचोलकर

बिलासपुर,छत्तीसगढ़। श्री गुरु तेग बहादुर उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में गुरु तेग बहादुर जी का 350वाँ शहीदी दिवस श्रद्धा और सम्मान के साथ मनाया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ शिक्षण समिति के पदाधिकारियों द्वारा गुरु जी के छायाचित्र पर पुष्पांजलि एवं दीप प्रज्वलन के साथ हुआ। इसके पश्चात ज्ञानी सरवन सिंह जी ने गुरुवाणी का पाठ कर अरदास की।

शिक्षण समिति के अध्यक्ष अजीत सिंह भोगल ने बच्चों को संबोधित करते हुए कहा कि सिखों के नौवें गुरु श्री गुरु तेग बहादुर जी का पूरा जीवन सत्य, साहस, समानता और त्याग की मिसाल रहा। उन्होंने कहा कि गुरु जी ने अपनी वाणी में राम नाम की महिमा, शांति, संतुलन, और मानवता के उत्थान का संदेश दिया। गुरु जी का संदेश है कि सही कार्य के लिए सदैव खड़े रहना चाहिए, भले ही उसके लिए सर्वोच्च बलिदान ही क्यों न देना पड़े। अजीत भोगल ने कहा कि मनुष्य को सुख- दुःख दोनों स्थितियों में संतुलित, दयालु तथा अहंकार रहित रहना चाहिए।

कार्यक्रम में उपस्थित विद्यार्थियों व शिक्षकों को प्रसाद वितरित किया गया। गुरु जी की स्मृति में जरूरतमंद बच्चों को स्वेटर तथा विद्यालय की स्वच्छता दीदियों को कंबल प्रदान किए गए। उत्साह से भरे बच्चों ने "श्री गुरु तेग बहादुर जी अमर रहें" के नारे लगाए। कार्यक्रम में त्रिलोचन सिंह, गुरप्रीत सिंह, अमरदेव भगत, सुखविंदर सिंह, मनदीप कौर, गरिमा सिंह, ग्राम विकास विभाग नगर प्रमुख अमित चतुर्वेदी, पार्षद नितिन पटेल, शिक्षिका प्रतिभा यादव, तृप्ति कर्मकार, निशा यादव, प्रमिला साहू, सरल तिवारी सहित विद्यालय के सभी शिक्षक-शिक्षिकाएँ उपस्थित रहे।

श्री अरविंदो सोसाइटी के लिविंग वेदा - 2025, मथुरा एडिशन के अंतर्गत होगा "वैदिक ज्ञान के व्यवहारिक उपयोग" विषय पर मंथन

(डॉ. गोपाल चतुर्वेदी)

मथुरा। दिल्ली-आगरा राष्ट्रीय राजमार्ग स्थित संस्कृति विश्वविद्यालय के संतोष ऑडिटोरियम में श्री अरविंदो सोसाइटी के लिविंग वेदा - 2025, मथुरा एडिशन के अंतर्गत ₹वैदिक ज्ञान के व्यवहारिक उपयोग₹ विषय पर द्विदिवसीय अंतरराष्ट्रीय संगोष्ठी 28 व 29 नवम्बर 2025 को आयोजित की गई है।

संस्कृति विश्वविद्यालय के जनसम्पर्क अधिकारी किशन चतुर्वेदी ने बताया है कि इस संगोष्ठी का उद्घाटन 28 नवंबर को प्रातः 10:30 बजे होगा।इसके विशिष्ट अतिथि केन्द्रीय खाद्य प्रसंस्करण उद्योग मंत्री चिराग पासवान, नेशनल असेसमेंट एंड एक्रिडिटेशन काउंसिल की एक्जीक्यूटिव कमेटी के चेयरमैन प्रोफेसर अनिल सहस्त्रबुद्धि, संस्कृत विश्वविद्यालय, चेन्नई के कुलपति प्रोफेसर श्रीनिवास वारखेड़ी, उत्तर प्रदेश ब्रज तीर्थ विकास परिषद, मथुरा के उपाध्यक्ष शेलजाकान्त मिश्र एवं मुस्लिम स्कॉलर व समाज सुधारक कल्बे रुशैद रिजवी होंगे।

उन्होंने बताया है कि इस अंतरराष्ट्रीय संगोष्ठी में उद्घाटन भाषण संस्कृति विश्वविद्यालय के कुलाधिपति सचिन गुप्ता देंगे। विषय प्रस्तुति श्री अरविंदो सोसाइटी, कर्नाटक के चेयरमैन डॉ. अजित सबनिस करेंगे।धन्यवाद ज्ञापन साक्षी ट्रस्ट, बंगलुरू (कर्नाटक) के मैनेजिंग ट्रस्टी डॉ. आर.वी. जहागिरदार करेंगे।

सचिन गुप्ता,कुलाधिपति – संस्कृति विश्वविद्यालय, मथुरा

श्री अरविंदो सोसाइटी (उत्तर प्रदेश व उत्तराखंड) के चेयरमैन विष्णु प्रकाश गोयल एवं संस्कृति विश्वविद्यालय के कुलपति प्रोफेसर एम.बी. चेट्टी ने सभी से इस अंतरराष्ट्रीय संगोष्ठी में उपस्थित होने का अनुरोध किया है।

सन्तश्री प्रेमधन लालनजी महाराज के श्रीमुख से श्रीकृष्ण जन्म की कथा श्रवण कर भाव-विभोर हुए भक्त-श्रद्धालु

(डॉ. गोपाल चतुर्वेदी)

वृन्दावन। कालीदह क्षेत्र स्थित राधा कृपा आश्रम में लाला सद्दनलाल अग्रवाल परिवार (मुम्बई) के द्वारा ठाकुरश्री ब्रजवल्लभ लाल महाराज एवं सद्गुरुश्री सन्त मां ब्रजदेवी जी के पावन सानिध्य में चल रहे सप्त दिवसीय श्रीमद्भागवत कथा ज्ञान यज्ञ महोत्सव के चौथे दिन व्यासपीठ से प्रख्यात भागवताचार्य सन्तश्री प्रेमधन लालनजी महाराज ने देश-विदेश से आए समस्त भक्तों-श्रद्धालुओं को अपनी मधुर वाणी के द्वारा वामन अवतार, बलि प्रसंग, गंगा अवतरण, श्रीराम जन्म एवं श्रीकृष्ण जन्म की कथा श्रवण कराई। श्रद्धेय सन्तश्री प्रेमधन लालनजी महाराज ने भगवान के दिव्य स्वरूप का वर्णन करते हुए कहा कि भगवान ने श्रीकृष्ण के रूप में ब्रज में अवतार लेकर पूरब से लेकर पश्चिम तक धर्म की स्थापना के लिए समस्त राक्षसों का उद्धार कर सभी जीवों को सुख प्रदान किया।

उन्होंने कहा कि पृथ्वी पर जब-जब अधर्म बढ़ता है और धर्म की हानि होने लगती है,तब-तब अधर्म का नाश करने के लिए और धर्म की रक्षा व पुनःस्थापना के लिए भगवान नारायण पृथ्वी पर अवतरित होते हैं।इसीलिए वे तारणहार कहे जाते हैं। महोत्सव में पधारे श्रीराधा रमण मन्दिर के सेवाधिकारी वैष्णवाचार्य श्रीवत्स गोस्वामी महाराज ने कहा कि अखिल कोटि ब्रह्मांड नायक भगवान श्रीकृष्ण ने पृथ्वी पर जन्म लेकर न केवल पापियों, अत्याचारियों व दैत्यों का संघार किया बल्कि उन तमाम भक्तों, ऋषियों-मुनियों एवं साधु-संतों की वाणियों को साकार किया, जिन्होंने पूर्व जन्मों में भगवान श्रीकृष्ण की लीलाओं में संलग्न होने का वरदान प्राप्त किया था।

कार्यक्रम के अंतर्गत ब्रज सेवा संस्थान के अध्यक्ष "यूपी रत्न" डॉ. गोपाल चतुर्वेदी ने व्यासपीठ का पूजन अर्चन करके संत श्री प्रेम धन लालन जी महाराज का उनके द्वारा धर्म व अध्यात्म के क्षेत्र में की गई अविस्मरणीय सेवाओं के लिए सम्मान किया।

इससे पूर्व भव्य नंदोत्सव आयोजित किया गया।साथ ही भगवान श्रीकृष्ण के बाल स्वरूप की दिव्य झांकी सजाई गई।इसके अलावा जन्म से संबंधित बधाईयों व भजनों का संगीत की मृदुल स्वर लहरियों के मध्य गायन किया गया।जिसके अंतर्गत रुपए-पैसे, खेल-खिलौने, वस्त्र-आभूषण आदि लुटाए गए। इस अवसर पर श्रीराधावल्लभ सम्प्रदायाचार्य गोस्वामी सुकृत लाल महाराज, सन्त बिहारी दास भक्तमाली, राष्ट्रपति पुरुस्कार प्राप्त प्रख्यात रासाचार्य स्वामी फतेह कृष्ण शर्मा, पण्डित रवि शर्मा (इन्दौर), स्वामी राधाकांत शर्मा (छोटे स्वामी), कृष्णांश शर्मा, मुख्य यजमान अशोक कुमार अग्रवाल (मुम्बई), श्रीमती ऊषा अग्रवाल, अरविन्द कुमार अग्रवाल, श्रीमती भारती अग्रवाल, अरुण कुमार अग्रवाल, श्रीमती कल्पना अग्रवाल, अजय अग्रवाल, आशीष गोयल, सीमा अग्रवाल, ऋतु गोयल, कंचन कृष्ण, साध्वी कुंज दासी, साध्वी प्रिया दासी, साध्वी हरि दासी, गुंजन मेहता, नवीन अग्रवाल, सविता अग्रवाल, अश्विन अग्रवाल व अदिति अग्रवाल (अमेरिका) के अलावा विभिन्न क्षेत्रों के तमाम गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

नया रेंट एग्रीमेंट रूल्स 2025 - मॉडल टेनेंसी एक्ट के संशोधन मकान मालिकों और किरायेदारों दोनों के हित संतुलित रूप से सुरक्षित होंगे

नए रेंट एग्रीमेंट रूल्स 2025- सकारात्मक क्रांतिकारी कदम है? -सफ़लता का माप तब होगा जब ये नियम ज़मीन पर समान रूप से और संकेतित लक्ष्य के अनुरूप लागू हों

नए रेंट एग्रीमेंट रूल्स 2025, समरसता से लागू किए जाएँ तो भारतीय किराये बाज़ार को पारदर्शिता, न्यायसंगतता और मोबिलिटी की दिशा में एक बड़ा कदम माना जा सकता है- **एडवोकेट किशन सनमुखदास भावनानीं गोंदिया महाराष्ट्र**

भारत में आवास-किराये का बाजार पिछले दो दशकों में तीव्र रूप से बदल चुका हैअधिक जनसंख्या-शिफ्ट, अस्थायी रोजगार, शहरों में युवा-प्रवासन औररेंटल एन्टरप्रेन्योरशिप के कारण पारंपरिक अनौपचारिक समझौतों (11-महीने के लिखित/अनलिखित समझौते आदि) की सीमाएँ उजागर हुईं। इन चुनौतियों अनियमित रजिस्ट्रेशन सुरक्षा-जमानत पर अनिर्धारित बोझ,अचानक निष्कासन, और डिस्प्यूट्स को रोके रखने की धीमी न्यायिक प्रक्रियाओं, को हल करने के लिए 2025 में केंद्र/नीतिगत निकायों ने एक नया समेकित रेंट-रूल/रजिस्ट्रेशन ढाँचा प्रस्तावित/प्रचारित किया जिसे सामान्यत, न्यू रेंट एग्रीमेंट रूल्स 2025 के रूप में जाना जा रहा है। यह नया फ्रेमवर्क मूल रूप से 2021 के मॉडल टेनेंसी एक्ट के सिद्धांतों पर आधारित है,जिसका उद्देश्य किरायेदार और मकान-मालिक दोनों के हितों का संतुलन और शीघ्र विवाद निपटान सुनिश्चित करना था। मैं एडवोकेट किशन सनमुखदास भावनानीं गोंदिया महाराष्ट्र यह मानता हूं कि भारत में न्यू रेंट एग्रीमेंट 2025 का परिचय उसी समय परिपक्वता की दिशा में एक बड़े सुधार के रूप में देखा जा सकता है, क्योंकि देश में किराए पर रहने वालों (टेनेंट्स) और किराया- देनदार मकान मालिकों की संख्या तेजी से बढ़ रही है, जिससे संपत्ति- बाजार में पारदर्शिता, विवाद और कानूनी जटिलताओं की समस्या भी बढ़ती जा रही थी। इस पृष्ठभूमि में, सरकार ने इस नए ढांचे को लागू किया है, जो मुख्य रूप से मॉडल टेनेंसी एक्ट (एमटीए) और हालिया बजट प्रावधानों पर आधारित है, ताकि रेंटिंग सिस्टम को एक तय,सुरक्षित और सुव्यवस्थित प्रणाली में बदला जा सके।

साथियों बात अगर हम नए रेंट एग्रीमेंट रूल्स 2025 के कानूनी उद्गम और आधार (मॉडल टेनेंसी एक्ट का स्थान और महत्ता) इसको समझने की करें तो,मॉडल टेनेंसी एक्ट 2021 को केंद्र- सरकार की ओर से एक मॉडल अधिनियम के रूप में जारी किया गया था ताकि राज्यों को किराये संबंधी सुव्यवस्थित कानून अपनाने में मार्गदर्शन मिले। इसका उद्देश्य सुस्पष्ट रजिस्ट्रेशन, किराए की वृद्धि के नियम,सुरक्षा जमा- सीमाएँ, और रेण्ट अथॉरिटी/ट्रिब्यूनल जैसे फास्ट-ट्रैक मैकेनिज़्म को स्थापित करना था। 2025 के नए रूल्स ने इन सिद्धांतों को डिजिटल रजिस्ट्रेशन ई-स्टैम्पिंग,और डिफ़ाइंड पेनल्टीज़ /प्रोसीजर के साथ व्यावहारिक रूप दिया है यानी एमटीए पर आधारित संरचना को व्यवहारिक रूप में लागू करने का प्रयास।

साथियों बात अगर हम नए रेंट एग्रीमेंट रूल्स 2025 क़ेप्रमुख प्रावधानों को समझने की करें तो,सबसे पहला और बुनियादी परिवर्तन रेंट एग्रीमेंट का पंजीकरण है। पुराने असमर्थित या अनौपचारिक एग्रीमेंट (जैसे केवल लिखित, हस्तलिखित या मौखिक) की स्वीकार्यता को सीमित करते हुए,नए नियमों के तहत हर किराया अनुबंध को दो महीने के भीतर पंजीकृत करना अनिवार्य है। यदि यह समय सीमा पूरी न हो, तो जुर्माना 5,000 रूपए तक लगाया जा सकता है। यह रजिस्ट्रेशन या तो राज्य की ऑनलाइन प्रॉपर्टी रजिस्ट्रेशन वेबसाइट के माध्यम से या नजदीकी रजिस्टार कार्यालय में किया जा सकता है। इसके साथ ही,डिजिटल ई- स्टांपिंग अनिवार्य कर दी गई है,1 जुलाई 2025 से सभी नए रेंट एग्रीमेंट्स को अधिकृत डिजिटल प्लेटफार्मों पर ई-स्टाम्प करना होगा; यदि ऐसा नहीं किया गया, तो भी जुर्माना 5,000 रूपए तक हो सकता है। इससे पहले के पारंपरिक स्टैंप पेपर पर निर्भर दस्तावेजों की असुरक्षा और जाली दस्तावेजों की समस्या को काफी कम करने की कोशिश की गई है।दूसरा, किरायेदारों की सुरक्षा को मजबूत करने के लिए सिक्योरिटी डिपॉज़िट (एडवांस किराया) की सीमा तय की गई है। रिहायशी प्रॉपर्टी के मामले में, अधिकतम दो महीने का एडवांस किराया (सिक्योरिटी) लिया जा सकता है। यह महत्वपूर्ण राहत है क्योंकि पुरानी प्रैक्टिस में कई स्थानों पर मकान मालिक छह महीने या उससे अधिक का एडवांस मांगते थे, जिससे किरायेदारों पर वित्तीय बोझ बहुत बढ़ जाता था। वहीं, कमर्शियल प्रॉपर्टियों के लिए एडवांस की अधिकतम सीमा छह महीने निर्धारित की गई है। इस सीमा निर्धारण से किराएदारों को शुरू में अधिक नकदी जमा करना कम करना होगा, जिससे उनकी आर्थिक योजना बेहतर हो सकेगी और नए किरायेदारी झंझटों में उनकी पहुँच आसान हो जाएगी।तीसरा,मकान मालिकों (लैंडलॉर्ड) और किरायेदारों के बीच विवादों और मनमानी से उत्पन्न समस्याओं को नियंत्रित औरन्यायसंगत बनाने के लिए नए कानूनी संरक्षण और प्रक्रिया निर्धारित की गई है। सबसे पहले, मकान मालिक अब बिना पूर्व सूचना (नोटिस) अचानक किरायेदार को घर खाली करने का आदेश नहीं दे सकता, नए नियमों के अंतर्गत उचित नोटिस पीरियड देना अनिवार्य होगा।यह नियम टेनेंट्स को अचानक बेदखली या मनमानी निकासी के जोखिम से बचाता है और उन्हें कानूनी सुरक्षा प्रदान करता है। इसके अतिरिक्त, किराया बढ़ोतरी (रेंट हाइक) को नियंत्रित करने के लिए मकान मालिक को पूर्व सूचना देना होगा और वृद्धि किसी भी समय मनमानी रूप से नहीं की जा सकेगी। समय पर विवादों के समाधान के लिए स्पेशल रेंट कोर्ट्स और ट्रिब्यूनल्स की स्थापना की गई है, जिनका लक्ष्य है कि किरायेदारी से जुड़े मामले 60 दिनों के अंदर निपटाए जाएँ।इस व्यवस्था से पारंपरिक कोर्ट प्रणाली में होने वाली देरी और खर्च कम होंगे, और दोनों पक्षों,मकान मालिक और किरायेदार,को जल्दी न्याय मिलेगा। इसके अलावा, यदि किराया तीन महीने या उससे अधिक समय तक न दिया जाए, तो मकान मालिक रेंट ट्रिब्यूनल के माध्यम से त्वरित कार्रवाई कर सकता है। यह प्रावधान टेनेंट को भी जवाबदेह बनाए रखता है और मकान मालिक की सुरक्षा को सुनिश्चित करता है कि गैर- भुगतान की स्थितिमें कानूनी रास्ता उपलब्ध है।चौथा, टैक्स और वित्तीय पक्षों में मकान मालिकों को बढ़ी हुई छूट और प्रोत्साहन दिए गए हैं। टैक्स डिडक्शन एट सोर्स की सीमा को बढ़ाकर 6 लाख रूपए सालाना कर दिया गया है, पहले यह सीमा 2.40 रूपए लाख थी। यह वृद्धि मकान मालिकों को कर बोझ से राहत देती है, विशेष रूप से उन मालिकों को जिन्होंने किराए की कमाई से बड़ी आय दर्ज की है। साथ ही, किराए से होने वाली आय को अब इन्कम फ्रॉम हाउसिंग प्रॉपर्टी के तहत सीधे गिनना होगा,जिससे टैक्स रिपोर्टिंग प्रक्रिया सरल हो जाएगी और मालिकों के लिए पारदर्शिता बढ़ेगी।इसके अतिरिक्त, मकान मालिकों को यह भी लाभ हो सकता है कि अगर वे घर की मरम्मत (रिपेयर) करते हैं या किराया कम रखते हैं, तो राज्य- योजनाओं के तहत टैक्स छूट जैसी छूटें मिल सकें। इसके अलावा, मकान मालिकों को उनका न्याय सुनिश्चित करने का अधिकार भी दिया गया है जब विवाद हो।नए ट्रिब्यूनल्स उन्हें कानूनी उपाय देते हैं, और वे दुबारा किराया प्राप्ति, बेदखली,जैसी समस्याओं में त्वरित कार्रवाई कर सकते हैं। इस प्रकार,लैंडलॉर्ड अपने अधिकारों के संरक्षण में सक्षम होंगे,जबकि त्वरित न्याय प्रणाली उन्हें लंबे कानूनी झमेले से बचाएगी 2025 के नए रूल्स का प्राविधिक रूप से कुछ भाग (जैसे ई-स्टैम्पिंग प्लेटफार्म नियम) केंद्र/केन्द्रप्राय निकायों द्वारा निर्देशित किए गए और 1 जुलाई 2025 जैसी तारिखों का जिक्र मिलता है;पर राज्य-स्तरीय कानूनी स्वीकृति/मालिकाना नियमों के लिए अलग-अलग क्रियान्वयन तिथियाँ हो सकती हैं।

साथियों बात अगर हम केन्द्र और राज्य सरकारों के अधिकार, संवैधानिक दृष्टि को समझने की करें तो संवैधानिक रूप से भारत की सातवीं अनुसूची में भूमि/भूमि-सम्बन्धी अधिकार, भूमि संपत्ति,भूमि-टेन्यूर्स और मकान-मालिक-किरायेदार सम्बन्धी विषय' राज्यों के विषय माने गए हैं। इसका अर्थ यह है कि रैंट/टेनेंसी पर कानून बनाना परंपरागत रूप से राज्य विधानसभाओं का अधिकार है। इसलिए केंद्र सीधे तौर पर संपूर्ण देश-व्यापी किराये का कानून पारित नहीं कर सकता (जब तक वह किसी अन्य संवैधानिक आधार का उपयोग न करे) इसलिए केंद्र ने मॉडल टेनेंसी एक्ट जैसे मॉडल कानूनी ढाँचे बनाए और राज्यों से अनुरोध किया कि वे उसे अपनाएं/संशोधित करें,यही कारण है कि 2025 का नया फ्रेमवर्क अधिकतर एमटीए के सिद्धांतों पर आधारित है पर ऐक्ट्यूअल क्रियान्वयन में राज्यों द्वारा बदलाव, विलम्ब या स्थानीय समायोजन सामान्य रूप से होता देखा गया।संक्षेप में: केंद्र नीति-निर्देश और तकनीकी/डिजिटल गाइड लाइन दे सकता है; राज्यों के पास अंतिम विधायी/नियामक अधिकार होता है।

अतः अगर हम उपरोक्त पूरे विवरण का अध्ययन कर इसका विशेषण करें तो हम पाएंगे कि यह सकारात्मक क्रांतिकारी कदम है?नए रेंट एग्रीमेंट रूल्स 2025, यदि ठीक-ठीक और समरसता से लागू किए जाएँ, तो भारतीय किराये बाज़ार को पारदर्शिता, न्यायसंगतता और मोबिलिटी की दिशा में एक बड़ा कदम माना जा सकता है।डिजिटल रजिस्ट्रेशन व ई-स्टामपिंग धोखाधड़ी कम करेंगे; सुरक्षा-जमानत की सीमाएँ टेनेंट्स को राहत देंगी; और रेंट अथॉरिटी/ट्रिब्यूनल से विवादों का त्वरित निपटारा संभव होगा।

पूर्व सीजेआई बी.आर.गवई द्वारा एससी-एसटी कोटा से क्रीमी लेयर को बाहर रखने समेत अन्य महत्वपूर्ण मुद्दों पर तर्कसम्मत बातें रखने के सियासी मायने

कमलेश पांडेय

अल्पसंख्यक 'दलित बौद्ध' सम्प्रदाय से आने वाले निवर्तमान प्रधान न्यायाधीश (सीजेआई) बी. आर. गवई जाते-जाते एक नया वैचारिक-वैधानिक विचार विस्फोट कर गए जिसके दूरगामी न्यायिक और सियासी असर होंगे, इसलिए इसके कुछेक मायने अहम हैं। बताते चलें कि फॉर्मर चीफ जस्टिस गवई ने न्यायाधीशों की नियुक्ति की कॉलेजियम प्रणाली का गत रविवार को पुरजोर बचाव किया, साथ ही अनुसूचित जाति-जनजाति (एससी-एसटी) कोटा से क्रीमी लेयर यानी संपन्न लोगों को बाहर रखने का समर्थन किया। वहीं, शीर्ष अदालत में अपने कार्यकाल के दौरान किसी भी महिला न्यायाधीश की नियुक्ति नहीं करने पर खेद व्यक्त किया।

दरअसल, अपने आधिकारिक आवास पर राष्ट्रीय-अंतर्राष्ट्रीय मीडिया संस्थानों के जागरूक पत्रकारों के साथ अनौपचारिक बातचीत में 52वें प्रधान न्यायाधीश गवई ने कहा कि वह संस्था को "पूर्ण संतुष्टि और संतोष की भावना के साथ" छोड़ रहे हैं और सेवानिवृत्ति के बाद कोई भी कार्यभार स्वीकार नहीं करने के अपने संकल्प पर कायम रहेंगे। उल्लेखनीय है कि वह पहले बौद्ध सीजेआई होने के अलावा के. जी. बालकृष्णन के बाद भारतीय न्यायपालिका का नेतृत्व करने वाले दूसरे दलित हैं। इसलिए जाते जाते उन्होंने जो कुछ भी टिप्पणी की है, उससे निकट भविष्य में न्यायपालिका और सियासत दोनों के प्रभावित होने की अटकलें तेज हो चुकी हैं। जब निवर्तमान प्रधान न्यायाधीश ने यह कहा कि, "मैंने पदभार ग्रहण करते समय ही स्पष्ट कर दिया था कि मैं सेवानिवृत्ति के बाद कोई भी आधिकारिक कार्यभार स्वीकार नहीं करूंगा। अगले 9 से 10 दिन 'कूलिंग ऑफ' अवधि है। उसके बाद एक नयी पारी शुरू करूँगा।"

सीजेआई गवई ने एससी-एसटी आरक्षण में भी क्रीमी लेयर का सिद्धांत लागू करने के वकालत की भी बात कही

सीजेआई गवई ने एससी-एसटी आरक्षण में भी क्रीमी लेयर का सिद्धांत लागू करने के वकालत की। उन्होंने ओबीसी आरक्षण में क्रीमी लेयर के सिद्धांत के लागू होने और एससी-एसटी आरक्षण में क्रीमीलेयर के लागू नहीं हो पाने की सियासी वजहों और व्यक्तिगत न्यायिक दृष्टिकोण को स्पष्ट करते हुए कहा कि वह खुद एससी-एसटी आरक्षण में क्रीमी लेयर की अवधारणा को लागू करने के पक्षधर हैं। इससे जरूरतमंदों को फायदा पहुंचेगा।

मसलन, अपने कार्यकाल के आखिरी दिन भी चीफ जस्टिस बीआर गवई ने आरक्षण से जुड़े उस महत्वपूर्ण मामले को उठाया, जिस पर वह बोलते रहे हैं। उन्होंने अनुसूचित जाति-अनुसूचित जनजाति (एससी-एसटी) में भी क्रीमीलेयर लागू करने की वकालत की। देखा जाए तो चीफ जस्टिस गवई ने इस मुद्दे से जुड़े जिन पहलुओं को उठाया, वे अपनी जगह पर बिल्कुल सही है और हमारे राजनीतिक नेतृत्व द्वारा उन पर गम्भीरता पूर्वक गौर किया जाना चाहिए।

अनुसूचित जातियों के संपन्न लोगों को आरक्षण के लाभों से वंचित करने के लिए क्रीमी लेयर की अवधारणा लागू करने पर अपने विचारों का पुरज़ोर बचाव करते हुए उन्होंने कहा, "अगर ये लाभ बार-बार एक ही परिवार को मिलते रहेंगे, तो वर्ग के भीतर वर्ग उभर आएगा। आरक्षण उन लोगों तक पहुंचना चाहिए जिन्हें इसकी सचमुच ज़रूरत है।" उन्होंने सवाल किया, "अगर किसी मुख्य सचिव के बेटे या गांव में काम करने वाले भूमिहीन मज़दूर के बच्चे को... किसी आईएएस या आईपीएस अधिकारी के बेटे से प्रतिस्पर्धा करनी पड़े... तो क्या यह समान स्तर पर होगा?"

न्यायमूर्ति गवई ने आगाह किया कि इस तरह के कदम उठाये बिना, आरक्षण का लाभ पीढ़ी दर पीढ़ी कुछ परिवारों द्वारा हथिया लिया जाता है जिससे "वर्ग के भीतर वर्ग" का निर्माण होता है। हालांकि, उन्होंने स्पष्ट किया कि इस मुद्दे पर अंतिम निर्णय "सरकार और संसद को लेना है।" आरक्षण के जनहितकारी उद्देश्य को स्पष्ट करते हुए चीफ जस्टिस गवई ने कहा कि रिजर्वेशन उसी को मिलना चाहिए, जो जरूरतमंद है। क्योंकि आरक्षण का उद्देश्य भी सामाजिक न्याय सुनिश्चित करना और ऐतिहासिक रूप से पिछड़े वर्गों को आगे बढ़ने के लिए समान अवसर प्रदान करना है लेकिन पिछड़े वर्गों के भीतर भी जो आगे बढ़ चुके हैं, उन्हें हमेशा के लिए यह लाभ नहीं मिलना चाहिए।

कहना न होगा कि आरक्षण में क्रीमी लेयर का सवाल बहुत ही पुराना मुद्दा है यानी क्रीमीलेयर का सवाल बिल्कुल नया नहीं है बल्कि तमिलनाडु सरकार ने 1969 में पिछड़े वर्गों की सामाजिक-आर्थिक स्थिति का अध्ययन करने के लिए सत्तनाथन कमिशन का गठन किया था जिसने क्रीमीलेयर का कॉन्सेप्ट पेश किया। वहीं, 1986 में कर्नाटक सरकार से जुड़े एक मुकदमे में शीर्ष अदालत ने कहा था कि राज्य सरकार को आर्थिक आधार पर जांच लागू करनी चाहिए ताकि सही लोगों को आरक्षण का लाभ मिल सके।

यही वजह है कि सीजेआई ने क्रीमी लेयर के मसले पर अपनी दो टूक राय रखी क्योंकि यह ओबीसी आरक्षण में पहले से ही लागू है। इस मामले में इंदिरा साहनी बनाम भारत संघ का मुकदमा नजीर बन चुका है। इसी मामले में सुप्रीम कोर्ट ने आरक्षण की सीमा 50 प्रतिशत से ज्यादा नहीं रखने और ओबीसी में क्रीमीलेयर लागू करने का फैसला दिया था। इसके बाद केंद्र ने एक आयोग गठित किया ताकि क्रीमीलेयर परिभाषित हो सके।

सवाल है कि जब एक वर्ग में प्रशासनिक क्राइटेरिया तय है तो इसे दूसरे वर्गों में भी आजमाने में दिक्कत नहीं आनी चाहिए ताकि सभी तक फायदा पहुंचे। उल्लेखनीय है कि सुप्रीम कोर्ट ने पिछले साल अगस्त 2024 में ही एससी-एसटी कैटिगरी के भीतर सब-कैटिगरी को मंज़ूरी दी थी। इसका मकसद यही था कि वर्ग के भीतर मौजूद हर जाति तक आरक्षण का फायदा पहुंचे और कोई खास तबका ही लाभान्वित न होता रहे।

सच कहा जाए तो क्रीमीलेयर भी इसी मकसद के लिए जरूरी है। 50 साल पहले जस्टिस कृष्ण अय्यर ने आरक्षण की इसी खामी की ओर ध्यान दिलाया था कि चूंकि समाज का ऊपरी तबका सारे लाभ ले जाता है। इसलिए सभी के लिए मौका सुनिश्चित करने की संसदीय पहल अविलंब शुरू की जानी चाहिए। इस अहम मुद्दे पर दलगत भावना से ऊपर उठकर कार्य करना चाहिए।

चूंकि पूरे देश में इस समय आरक्षण की सीमा को लेकर चर्चा है। यह एक बड़ी मांग है कि 50 प्रतिशत लिमिट नहीं होनी चाहिए लेकिन, अगर जरूरतमंदों को फायदा नहीं मिल रहा तो कोई भी लिमिट आरक्षण के उद्देश्य को पूरा नहीं कर सकती है। इसलिए विधायिका, कार्यपालिका और न्यायपालिका में जो लोग आरक्षण का लाभ लेकर आगे बढ़ चुके है, उन्हें दूसरों का रास्ता रोकने के बजाय, आगे से हटकर पीछे वालों को रास्ता देना चाहिए। आखिर सांसद, विधायक, सरकारी अधिकारी-कर्मचारी, न्यायाधीशों के पुत्र-पुत्रियां या उनके आश्रित जब पुनः आरक्षण का लाभ लेते हैं तो यह आरक्षण के सिद्धांत का दुरुपयोग है।

विगत लगभग 8 दशकों से जारी इस पक्षपात पर खामोश विधायिका को अब कठघरे में खड़ा करने का वक्त आ गया है। इस पर कुतर्क गढ़ रहे बुद्धिजीवियों की नकेल भी कसनी चाहिए। इसी में भारतीय समाज का हित निहित है। तभी तो अपने कार्यकाल के अंतिम दिन न्यायमूर्ति गवई ने लगभग सभी महत्वपूर्ण मुद्दों पर बात की, जिनमें जूता फेंके जाने की घटना, लंबित मामले, राष्ट्रपति के राय मांगे जाने पर उनके फैसले की आलोचना, अनुसूचित जातियों में क्रीमी लेयर को आरक्षण के लाभ से बाहर रखने पर उनके विवादास्पद विचार तथा उच्च न्यायपालिका में महिलाओं का कम प्रतिनिधित्व शामिल थे।

सीजेआई गवई ने कॉलेजियम प्रणाली का पुरजोर बचाव किया

वहीं, कॉलेजियम प्रणाली का पुरजोर बचाव करते हुए उन्होंने कहा कि यह "न्यायपालिका की स्वतंत्रता बनाए रखने" में मदद करती है। यह स्वीकार करते हुए कि कोई भी व्यवस्था पूर्णतः परिपूर्ण नहीं होती, उन्होंने कहा कि यह न्यायाधीशों के "चयन के लिए बेहतर है" क्योंकि वकील "प्रधानमंत्री या कानून मंत्री के सामने आकर बहस नहीं करते।" उन्होंने कहा, "इस बात की आलोचना होती है कि न्यायाधीश स्वयं नियुक्ति करते हैं। लेकिन इससे स्वतंत्रता सुनिश्चित होती है। हम खुफिया ब्यूरो की जानकारी और सरकार के विचारों पर भी राय जाहिर करते हैं, लेकिन अंतिम निर्णय कॉलेजियम का होता है।"

वहीं, विधेयकों पर राज्यपालों के निर्णयों से जुड़ी समय-सीमा के मुद्दे पर न्यायमूर्ति गवई ने कहा, "संविधान न्यायालय को ऐसी समय-सीमा की व्याख्या करने की अनुमति नहीं देता जहां कोई समय-सीमा मौजूद ही न हो। लेकिन हमने कहा है कि राज्यपाल अनिश्चित काल तक विधेयक को रोक कर नहीं रख सकते। अत्यधिक विलंब होने पर न्यायिक समीक्षा का विकल्प उपलब्ध है।" उन्होंने "शक्तियों के पृथक्करण" का हवाला दिया और कहा कि जबकि राज्यपाल "अंतहीन समय तक विधेयक को रोक कर नहीं रख सकते" और सीमित न्यायिक समीक्षा उपलब्ध है, न्यायपालिका संविधान में कुछ ऐसी व्याख्या नहीं कर सकती जो संविधान में नहीं है।

उल्लेखनीय है कि राजनीतिक कार्यकर्ता रामकृष्ण एस. गवई के पुत्र, न्यायमूर्ति गवई ने सामाजिक कार्य शुरू करने के बारे में कहा कि यह "उनके खून में" है और वह अपने गृह जिले अमरावती में आदिवासी कल्याण के लिए काम करते हुए समय बिताना चाहते हैं। वहीं, लंबित मामलों को एक "बड़ी समस्या" बताते हुए, उन्होंने कहा कि उनके नेतृत्व में शीर्ष अदालत ने मामलों को श्रेणीबद्ध किये जाने और वर्गीकरण के लिए कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) का उपयोग शुरू किया और इससे निपटना "सर्वोच्च प्राथमिकता" होनी चाहिए।

निवर्तमान प्रधान न्यायाधीश ने अपने कार्यकाल के दौरान शीर्ष न्यायालय में महिला न्यायाधीश की नियुक्ति न कर पाने पर खेद व्यक्त किया लेकिन स्पष्ट किया कि ऐसा प्रतिबद्धता की कमी के कारण नहीं हुआ। उन्होंने कहा, "कॉलेजियम के फैसलों में कम से कम चार न्यायाधीशों की सहमति जरूरी है। आम सहमति जरूरी है। ऐसा कोई नाम नहीं आया जिसे कॉलेजियम सर्वसम्मति से मंज़ूरी दे सके।"

फिर न्यायमूर्ति विपुल मनुभाई पंचोली को उच्चतम न्यायालय में पदोन्नत करने की कॉलेजियम की सिफारिश पर न्यायमूर्ति बी.वी. नागरत्ना की लिखित असहमति के बारे में सवाल पूछा गया। उन्होंने कहा, "ऐसा पहली बार नहीं हो रहा है। अगर असहमति में कोई दम होता तो उस पर चार अन्य न्यायाधीशों को भी सहमत होना चाहिए।"

उन्होंने कहा, "आप अपने समक्ष मौजूद कागजों के आधार पर फ़ैसला करें। सरकार जीत सकती है या हार सकती है। आज़ादी इस बात से नहीं मापी जाती कि आप कितनी बार केंद्र के खिलाफ़ फ़ैसला सुनाते हैं।"

वहीं, न्यायमूर्ति गवई ने उस अभूतपूर्व और चौंकाने वाली घटना का भी ज़िक्र किया, जिसमें एक बुज़ुर्ग वकील ने उनके न्यायालय कक्ष में उनकी ओर जूता फेंका था। भगवान विष्णु के बारे में उनकी कथित टिप्पणी को लेकर वकील ने ऐसा किया था। यह पूछे जाने पर कि उन्होंने वकील को "माफ़" क्यों किया, उन्होंने कहा, "मुझे लगता है कि यह वह फ़ैसला था जो मैंने सहज रूप से लिया था, शायद बचपन में विकसित हुई सोच के कारण। मैंने सोचा कि सही यही होगा कि उसे अनदेखा कर दिया जाए।"

मनुमुक्त 'मानव' की 43वीं जयंती पर वर्चुअल कवि-सम्मेलन आयोजित

परिवहन विशेष न्यूज़

नारनौल। मनुमुक्त 'मानव' मेमोरियल ट्रस्ट द्वारा भारतीय पुलिस सेवा के दिवंगत अधिकारी डॉ. मनुमुक्त 'मानव' की 43वीं जयंती पर विशाल वर्चुअल अंतरराष्ट्रीय कवि-सम्मेलन '43वीं जयंती : 43 देश, 43 कवि' का आयोजन गत शाम किया गया, जिसमें छह महाद्वीपों और तेतालीस देशों के तेतालीस कवियों ने सहभागिता की। सिंघानिया विश्वविद्यालय, पचेरी बड़ी (राजस्थान) के कुलपति तथा भारतीय प्रशासनिक सेवा के पूर्व अधिकारी डॉ. अशोककुमार गर्ग की अध्यक्षता में आयोजित इस कवि-सम्मेलन में भाषा आयोग, काठमांडू (नेपाल) के अध्यक्ष डॉ. गोपाल ठाकुर मुख्य अतिथि थे, वहीं विश्व बैंक, वाशिंगटन डीसी (अमेरिका) की वरिष्ठ अर्थशास्त्री डॉ. एस. अनुकृति स्वागताध्यक्ष के रूप में उपस्थित रहीं। उद्योगविस्तार अधिकारी डॉ. सुनील भारद्वाज द्वारा प्रस्तुत प्रार्थना-गीत के उपरांत ट्रस्टी डॉ. कांता भारती के प्रेरक सान्निध्य और डॉ. पंकज गौड़ के कुशल संचालन में सम्पन्न हुए इस कवि-सम्मेलन के प्रारंभ में चीफ ट्रस्टी डॉ. रामनिवास 'मानव' ने ट्रस्ट की गतिविधियों और उपलब्धियों का विवरण प्रस्तुत किया तथा दोहों के माध्यम से अपने दिवंगत पुत्र मनुमुक्त को भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की। उनका एक दोहा था- पुत्र-शोक के बाद भी, करता हूँ उपभोग। मुझसे थे दशरथ भले, सह न सके वियोग।। मुख्य अतिथि डॉ. गोपाल ठाकुर ने अपने संबोधन में मनुमुक्त-परिवार द्वारा अपने व्यक्तिगत दुख को वैश्विक सौहार्द और संपर्क का सेतु बनाने के प्रयास को अत्यंत सराहनीय और प्रेरणादायी बताया, वहीं डॉ. मनोजकुमार गर्ग ने अध्यक्षीय वक्तव्य में डॉ. मनुमुक्त के असामयिक निधन को देश और समाज के लिए अपूरणीय क्षति बताते हुए कहा कि एक प्रतिभाशाली और ऊर्जावान पुलिस अधिकारी का अल्पायु में निधन किसी हृदय-विदारक त्रासदी से कम नहीं है।

इन कवियों ने की सहभागिता : इस अवसर पर दिवंगत मनुमुक्त को श्रद्धा-सुमन अर्पित करते हुए टोक्यो (जापान) की डॉ. रमा पूर्णिमा शर्मा, सूवा (फीजी) की सुएता दत्त चौधरी, सिडनी (आस्ट्रेलिया) के प्रगीत कुँअर, ऑकलैंड (न्यूजीलैंड) के रोहितकुमार 'हैप्पी', होचिमिन्हसिटी (वियतनाम) की साधना सक्सेना, बैंकॉक (थाईलैंड) की शिखा रस्तोगी, मेडान (इंडोनेशिया) के आशीष शर्मा, सिंगापुर सिटी (सिंगापुर) की आराधना सक्सेना, तियानजिन (चीन) के हरप्रीतसिंह पुरी, काठमांडू (नेपाल) के डॉ. पुष्करराज भट्ट, थिंपू (भूटान) की अर्चना ठाकुर, लाडनूँ (भारत) के डॉ. गजादान चारण 'शक्तिसुत', कोलंबो (श्रीलंका) की डॉ. अंजलि मिश्रा, मस्कट (ओमान) की सिम्मी कुमारी, दुबईसिटी (दुबई) की अनुबाफना, शारजाह सिटी (शारजाह) की अंजू मेहता, आबूधाबी सिटी (आबूधाबी) के अंकुर रांका, दोहा (कतर) के डॉ. बैजनाथ शर्मा, कुवैत सिटी (कुवैत) की नाज़नीन अली 'नाज़', बेल रोज (मॉरिशस) की डॉ. सुरीति रघुनंदन, दार-ए-सलाम (तंजानिया) के अजय गोयल, लागोस (नाईजीरिया) की राखी बिलंदानी, अकरा (घाना) की मीनाक्षी सौरभ, जोहान्सबर्ग (दक्षिण अफ्रीका) की झरना दीक्षित, मास्को (रूस) की श्वेतासिंह 'उमा', अंकारा (तुर्किये) के ऐमराह करकोच, सोफिया (बुल्गारिया) की डॉ. मोना कौशिक, स्टॉकहोम (स्वीडन) के सुरेश पांडे, कोपनहेगन (डेनमार्क) की सविता जाखड़, बर्लिन (जर्मनी) की डॉ. योजना शाह जैन, आसन (नीदरलैंड) की डॉ. ऋतु शर्मा, ब्रुसेल्स (बेल्जियम) के कपिल कुमार, लक्समबर्गसिटी (लक्जमबर्ग) के मनीष पांडेय, वियना (आस्ट्रिया) की अमिता लुग़र, मिलान (इटली) की उर्मिला चक्रवर्ती, मैड्रिड (स्पेन) की पूजा अनिल, लिस्बन (पुर्तगाल) के डॉ. शिवकुमार सिंह, लंदन (ब्रिटेन) के आशीष मिश्रा, बेलफास्ट (आयरलैंड) के डॉ. अभिषेक त्रिपाठी, टोरंटो (कनाडा) की डॉ. शैलजा सक्सेना, वर्जीनिया (अमेरिका) की मंजू श्रीवास्तव, पोर्ट ऑफ स्पेन (त्रिनिडाड) की आशा मोर और लैंडिंग (सूरीनाम) की सुषमा खेदू के अतिरिक्त सिडनी (आस्ट्रेलिया) की डॉ. भावना कुँअर और भारत से अलवर के संजय पाठक तथा नारनौल के डॉ. जितेंद्र भारद्वाज, डॉ. पंकज गौड़ और डॉ. सुनील भारद्वाज ने उनकी स्मृति में मर्मस्पर्शी काव्य-पाठ किया, जिसे भरपूर सराहना मिली।

इनकी रही उल्लेखनीय उपस्थिति : लगभग तीन घंटों तक चले इस यादगारी कवि-सम्मेलन में वाशिंगटन डीसी (अमेरिका) के प्रो. सिद्धार्थ रामलिंगम, ऑकलैंड (न्यूजीलैंड) के बाबूलालशर्मा, कोपनहेगन (डेनमार्क) के गजेंद्रसिंह जाखड़ तथा भारत से प्रो. विजयकुमार मिर्चे, सुरेंद्र कागद, रवि श्रीवास्तव, मुहम्मद आरिफ गौरी, महीपालसिंह, डॉ. भीमसिंह सुथार, सुरेशचंद्र शर्मा, रंजीता वर्मा, डॉ. शर्मिला यादव, रिधु कँवर आदि साहित्य-प्रेमियों की गरिमापूर्ण उपस्थिति उल्लेखनीय रही।

जान की दुश्मन बन रही है एसआईआर

ज्ञान चंद पाटनी

भारत के 12 राज्यों और केंद्रशासित प्रदेशों में मतदाता सूची का विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) अभियान इन दिनों जोर-शोर से चल रहा है। चिंताजनक बात यह है कि इस प्रक्रिया के तनाव और चुनौतियों के कारण बीएलओ और मतदाताओं दोनों के स्वास्थ्य—मानसिक स्थिति पर गहरा असर पड़ा है जिससे आत्महत्या और गंभीर बीमारियों की घटनाएं भी सामने आ रही हैं। आजादी के बाद ऐसा पहली बार हो रहा है जब मतदाता सूचियों के पुनरीक्षण कार्यक्रम के दौरान इस तरह के दुखद मामले सामने आए हैं। इससे साफ है कि इस प्रक्रिया में गंभीर खामियां हैं जिनको अब तक दूर नहीं किया गया है।

मतदाता सूची का पुनरीक्षण का काम चुनाव प्रक्रिया की अहम कड़ी है। भारत निर्वाचन आयोग ने संविधान अनुच्छेद 324 व जनप्रतिनिधित्व अधिनियम 1950 के तहत 9 राज्यों और 3 केंद्रशासित प्रदेशों—छत्तीसगढ़, गोवा, गुजरात, केरल, मध्यप्रदेश, राजस्थान, तमिलनाडु, उत्तर प्रदेश, पश्चिम बंगाल, अंडमान-निकोबार, लक्षद्वीप और पुडुचेरी—में इस अभियान का दूसरा चरण शुरू किया है। इस दौरान मतदाताओं की सूची एक महीने में अपडेट की जानी है।

इस अभियान के तहत प्रत्येक मतदाता को एक गणना प्रपत्र दिया गया है जिसे बूथ लेवल अधिकारी (बीएलओ) कम से कम तीन बार घर-घर जाकर वितरित और एकत्रित कर रहे हैं। पूरे देश में 5.3 लाख से अधिक बीएलओ, 7.64 लाख बीएलए और हजारों ईआरओ/डीईओ इस प्रक्रिया में लगे हैं. इसका उद्देश्य योग्य नागरिकों का नाम मतदाता सूची में शामिल करना और अपात्र या मृत व्यक्तियों का नाम हटाना है।

बीएलओ मतदाता सूची पुनरीक्षण कार्यक्रम की रीढ़ हैं लेकिन इस बार समय-सीमा में काम पूरा करने का भारी दबाव है और तकनीकी दिक्कतें भी सामने आ रही हैं। इससे मानसिक तनाव, थकान और कई बार हार्ट अटैक या अवसाद जैसी स्वास्थ्य संबंधी गंभीर दिक्कतें पैदा हो रही हैं। आधिकारिक आंकड़ों के मुताबिक, राज्यवार समीक्षा बैठकों में बीएलओ की समस्याएं लगातार सामने आई हैं। दिनोंदिन मामलों की संख्या बढ़ती जा रही हैं। खासकर ग्रामीण क्षेत्रों में बीएलओ को ज्यादा मुश्किल हो रही है। इसके चलते आत्महत्या और बीमार पड़ने के कई दुर्भाग्यपूर्ण मामले भी दर्ज हुए हैं। दूसरी तरफ पुनरीक्षण की पूरी प्रक्रिया पारदर्शी और सटीक करने की कोशिश के बावजूद कई मतदाता इस आशंका से परेशान हैं कि उनके या परिवार के सदस्य का नाम सूची से कट सकता है। जिन क्षेत्रों, खासतौर पर पश्चिम बंगाल में नागरिकता को लेकर विवाद हैं, वहां सामाजिक तनाव और अविश्वास की स्थिति ज्यादा है। कुछ घटनाओं में यह देखा गया कि नाम हटने की आशंका या मतदान अधिकार खोने का डर इतना बैठ गया कि व्यक्ति ने आत्महत्या तक कर ली।

एसआईआर (विशेष गहन पुनरीक्षण) अभियान के दौरान बूथ लेवल ऑफिसर्स (बीएलओ) की मौत और मतदाताओं द्वारा आत्महत्या के मामलों ने राजनीतिक और सामाजिक स्तर पर गहरा चिंता पैदा कर दी है। कुछ राजनीतिक दलों ने भी इस मामले को प्रमुखता से उठाया है लेकिन समस्या का समाधान नहीं हो पाया। पश्चिम बंगाल की मुख्यमंत्री ममता बनर्जी ने एसआईआर प्रक्रिया को "खतरनाक" बताया है। उन्होंने इस हालत के लिए चुनाव आयोग को जिम्मेदार ठहराते हुए कहा कि इस प्रक्रिया के दबाव और अव्यवस्था के कारण कई बीएलओ आत्महत्या कर चुके हैं। उन्होंने सवाल उठाया कि और कितनी जानें जाएंगी। उन्होंने चुनाव आयोग से इस मामले की गंभीर समीक्षा करने की मांग की है। वे चुनाव आयोग और केंद्र सरकार की आलोचना करते हुए इस प्रक्रिया को तत्काल रोकने की मांग कर रही हैं। सपा प्रमुख अखिलेश यादव ने भी इस प्रक्रिया के दौरान बीएलओ की मौतों पर चुनाव आयोग के रवैये पर सवाल उठाए हैं। इसी प्रकार राजस्थान के पूर्व मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने निर्वाचन आयोग पर मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) को लेकर अनावश्यक विवाद पैदा करने का आरोप लगाते हुए कहा कि चुनाव आयोग की 'बेवकूफी' से ही इस तरह के हालात बने हैं। कर्मचारी संघों ने भी सरकार और चुनाव आयोग से बीएलओ के कार्यभार, मानसिक स्वास्थ्य, वेतन, सुविधाओं और कार्य की स्थिति की समीक्षा करने का आग्रह किया है। उनका कहना है कि बिना जरूरी सहायता और संसाधन के यह भारी जिम्मेदारी वे ढो नहीं सकते, जिससे तनाव और दबाव बढ़ता जा रहा है। इस मामले को लेकर सुप्रीम कोर्ट तक गुहार लगाई गई है।

भारत में, मतदाता सूची अद्यतन करने का कार्य कई बार विवाद का कारण बना है। इसलिए मतदाता सूची का प्रमाणिक होना बहुत आवश्यक है। इस मामले में बहुत सावधानी बरती जानी चाहिए। बिना भेदभाव और कानूनी प्रोटोकॉल से काम करना जरूरी होता है—अन्यथा आगे चलकर मतदान अधिकार पर सवाल उठ सकते हैं लेकिन जो लोग काम कर रहे हैं, उन पर ऐसा दबाव तो नहीं होना चाहिए कि वे आत्महत्या तक करने लगें। तकनीकी खामियों, डेटा एंट्री-मिस्टेक, समन्वय की कमी और धरातल पर संसाधनों की सीमितता के कारण बीएलओ और मतदाताओं दोनों पर दबाव बढ़ा है। बेहतर तो यह था यह कार्यक्रम शुरू करने से पहले बीएलओ के लिए पर्याप्त प्रशिक्षण पर ध्यान दिया जाता और तकनीकी पहलुओं को निरापद बनाया जाता। इस मामले में चुनाव आयोग ने जिस तरह की जल्दबाजी दिखाई है, वह समझ से परे है।

राज्य सरकारें और चुनाव आयोग आवश्यक तकनीकी प्रशिक्षण के साथ ऐसी व्यवस्था करें ताकि इस काम से जुड़े कर्मचारियों पर काम का बोझ नहीं पड़े। मतदाताओं के लिए जागरूकता अभियान चलाया जाए जिससे उन्हें सही दस्तावेज, प्रक्रिया व अधिकार के बारे में स्पष्ट जानकारी मिले। विवादित क्षेत्रों में पुनरीक्षण के लिए अतिरिक्त संसाधन और मनोवैज्ञानिक सपोर्ट रखा जाए। नाम हटने या गलती की स्थिति में प्रभावी शिकायत निवारण प्रणाली लागू हो जिससे मतदान अधिकार सुरक्षित रहें। चुनाव ही नहीं, मतदाता सूची की प्रमाणिकता भी लोकतंत्र के लिए आवश्यक है। यदि मतदाता सूची पर ही सवाल उठने लगें तो चुनावों का कोई मतलब नहीं है। इस लिहाज से पुनरीक्षण अभियान के दौरान पूरी गंभीरता और सावधानी बरती जानी चाहिए लेकिन मतदान अधिकार और बीएलओ-बूथ लेवल अधिकारियों की सुरक्षा भी प्राथमिकता होनी चाहिए।

रिहायशी इलाके में पुलिस कैंप, छीनी जाती ज़मीन : 'नए भारत' में आदिवासी

(आलेख : सिराज दत्ता)

15 नवंबर को बिरसा मुंडा की जयंती पर मोदी सरकार ने फिर धूमधाम से 'जनजाति गौरव दिवस' मनाया और अपने को आदिवासियों (जिनकी आबादी देश की जनसंख्या का लगभग 9% है) के हितैषी के रूप में पेश किया।

वहीं दूसरी ओर, हाल में, सरकार ने लद्दाख के आदिवासियों की संवैधानिक मांग के लोकतांत्रिक संघर्ष को बुरी तरह से कुचला। मणिपुर में आदिवासी-मूलवासी समुदायों पर दो साल की हिंसा के बाद भी स्थिति सामान्य नहीं हुई है। माओवाद खात्मे के नाम पर बस्तर में आदिवासियों का पुलिसिया दमन हुआ है। झारखंड समेत अन्य राज्यों के आदिवासियों के स्वतंत्र धार्मिक कोड की मांग पर केंद्र चुप्पी साधे हुए है।

पिछले 11 सालों की नीतियों और केंद्र के रवैये को देखें, तो यह साफ़ दिखता है कि मोदी सरकार के 'नए भारत' में आदिवासियों का अस्तित्व ही ख़तरे में है।

आदिवासियों का जीवन, आजीविका व पहचान उनकी सामूहिकता, संस्कृति एवं जल, जंगल, ज़मीन से सघन रूप से जुड़ा हुआ है। इन सबके बिना आदिवासी श्रम बाज़ार में एक महज़ शोषित मज़दूर बन कर रह जाते हैं। देश में आदिवासियों के संसाधनों के दोहन और उनके सामाजिक-आर्थिक शोषण का लंबा इतिहास है। इस शोषण के विरुद्ध आदिवासियों के संघर्ष का इतिहास भी लंबा है — चाहे अंग्रेजों के विरुद्ध हो या गैर-आदिवासी सामंतवादी शोषकों के या सरकारों की आदिवासी विरोधी नीतियों के विरुद्ध हो।

इस संघर्ष ने अंग्रेज़ शासकों को कई आदिवासी-पक्षीय कानून बनाने के लिए मज़बूर किया, जैसे झारखंड में छोटा नागपुर व संथाल परगना काश्तकारी अधिनियम (सीएनटी व एसपीटी कानून)। ऐसे अनेक कानूनों को आज़ाद हिंदुस्तान में भी सुचारु रखा गया। साथ ही, आज़ादी के बाद समय-समय पर जल, जंगल, ज़मीन पर आदिवासियों के अधिकार व उनके स्वायत्तता के संरक्षण के लिए कई संवैधानिक प्रावधान व कानून बनाए गए, जैसे पांचवी व छठी अनुसूची, पंचायत उपबंधों का विस्तार (अनुसूचित क्षेत्र में) कानून (पेसा), वन अधिकार कानून आदि।

इन सबका मूल यही है कि आदिवासी अपने जीवन, संस्कृति व संसाधनों का प्रबंधन अपने पारंपरिक स्वशासन व्यवस्था के अनुरूप कर सकते हैं, ताकि गैर-आदिवासी समूह व व्यवस्था उन पर हावी न हो पाएं, एवं सरकार उनकी सामूहिक अनुमति के बगैर उनके जल, जंगल, जमीन से संबंधित निर्णय नहीं ले सकती है।

हालांकि, आज तक किसी भी केंद्र या राज्य सरकार ने ईमानदारी के साथ इन कानूनों का पालन नहीं किया। लेकिन मोदी सरकार द्वारा हिंदू राष्ट्र स्थापित करने, संसाधनों के निरंकुश दोहन एवं निजी कंपनियों को संसाधनों को सौंपने के एजेंडा ने पिछले 11 सालों में आदिवासियों को और ज़्यादा हाशिये पर धकेल दिया है।

आदिवासी स्वायत्तता को ख़त्म करना एवं जल, जंगल, जमीन का दोहन

देश के 10 राज्यों के आदिवासी क्षेत्र पांचवी अनुसूची अंतर्गत अधिसूचित हैं, जबकि कई उत्तर-पूर्वी राज्यों के आदिवासी सघन क्षेत्रों में छठी अनुसूची व्यवस्था लागू है। पांचवी अनुसूची क्षेत्र में आदिवासियों के भूमि संरक्षण के लिए और शोषण के विरुद्ध विशेष नियम बनाए जा सकते हैं। पेसा कानून अंतर्गत पांचवी अनुसूचित क्षेत्रों में आदिवसियों की संस्कृति व संसाधनों पर स्वायत्तता के विशेष प्रावधान हैं। वहीं, छठी अनुसूची में संसाधनों और शासन व्यवस्था पर स्वायत्तता के और ज़्यादा मजबूत व प्रभावी प्रावधान हैं।

हाल में लद्दाख में हुई घटनाक्रम मोदी सरकार की आदिवासियों के स्वायत्तता के संवैधानिक अधिकारों को ख़त्म करने के तानाशाही रवैये को उजागर करती है। लद्दाख में जहां की 95 प्रतिशत आबादी आदिवासी हैं, लंबे समय से छठी अनुसूची व्यवस्था लागू करने की मांग रही है।

वर्ष 2019 में मोदी सरकार ने बंदूक की नोक पर जम्मू-कश्मीर से धारा 370 हटाकर उसका विशेष राज्य का दर्जा ख़त्म किया और उसे दो केंद्र-शासित प्रदेशों — जम्मू-कश्मीर व लद्दाख — में बांट दिया। साथ ही, धारा 35-क को भी ख़त्म कर दिया था, जिसके तहत स्थानीय लोगों के भूमि, नौकरी आदि के लिए विशेष संरक्षण था।

हालांकि, लद्दाख के अनेक लोगों ने धारा 370 हटाने का समर्थन किया था, क्योंकि उन्हें उम्मीद थी कि उनके पूर्ण राज्य व छठी अनुसूची के दशकों की मांग अब पूरी होगी। केंद्र ने ऐसा वादा भी किया था। लेकिन अब स्थानीय लोगों का कहना है की उनके संसाधनों, नौकरी व शासन व्यवस्था पर उन्हीं का कोई नियंत्रण नहीं बचा। उदाहरण के लिए, लद्दाख के लोगों से सहमति लिए बिना पिछले साल से वहां एक बड़ी सोलर पावर परियोजना लगायी जा रही है, जिसका सीधा दुष्प्रभाव आजीविका और पर्यावरण पर पड़ेगा।

केंद्र ने लद्दाख के आदिवासियों द्वारा पूर्ण राज्य व छठी अनुसूची के लिए चल रहे शांतिपूर्ण आंदोलन को हाल में व्यापक दमन के साथ रोक दिया है। पुलिसिया हिंसा में चार लोगों की मौत भी हुई व अनेकों पर मामले दर्ज कर उन्हें गिरफ्तार किया गया। आंदोलन से जुड़े जाने-माने गांधीवादी पर्यावरणविद् सोनम वांगचुक के विरुद्ध तो राष्ट्रीय सुरक्षा अधिनियम के तहत मामला दर्ज कर उन्हें गिरफ्तार कर लिया गया है।

एक ओर मोदी सरकार आदिवासियों के विकास का ढिंढोरा पीटती है, वहीं दूसरी ओर, लगातार निजी कंपनियों के फायदे के लिए उनके जल, जंगल, ज़मीन के दोहन का रास्ता खोल रही है। इसके लिए पेसा व वन अधिकार अधिनियम के प्रावधानों को निष्क्रिय करते हुए जल, जंगल, ज़मीन और खनन से संबंधित कानूनों में संशोधन किया जा रहा है।

2014 में सरकार बनते ही भूमि अधिग्रहण कानून 2013 में संशोधन का अध्यादेश पारित किया गया था। 2013 के कानून में अधिग्रहण के लिए लोगों की सहमति एवं सामाजिक प्रभाव व पर्यावरण प्रभाव के आकलन को अनिवार्य बनाया गया था। लेकिन मोदी सरकार ने इन दोनों प्रावधानों को हटा दिया। आदिवासियों व अन्य किसान समूहों के व्यापक विरोध के बाद केंद्र को इन बदलावों को निरस्त करना पड़ा।

लेकिन इसके बाद केंद्र ने चालाकी से इन बदलावों को कई भाजपा-शासित राज्यों, जैसे झारखंड में राज्य सरकार द्वारा लागू करवा लिया। इसके अलावा, झारखंड में आदिवासियों के भूमि अधिकार के लिए सुरक्षा कवच माने जाने वाले सीएनटी-एसपीटी कानूनों में रघुवर दास सरकार ने 2016-17 में संशोधन की कोशिश की थी। लेकिन व्यापक जन विरोध के बाद सरकार को पीछे हटना पड़ा।

मोदी सरकार की जंगलों के संसाधनों, भूमि और क्षेत्र में खनन की संभावनाओं पर विशेष नज़र है। वन अधिकार कानून व पेसा को अनदेखी कर 2020 में मोदी सरकार ने कोयले के लिए व्यावसायिक खनन व्यवस्था लागू कर निजी कंपनियों के लिए संसाधनों को लूटने के दरवाज़े को और बड़ा कर दिया। 2023 में सरकार ने वन संरक्षण कानून में संशोधन कर आदिवासियों व वन पर निर्भर अन्य समुदायों की सहमति के प्रावधानों को कमज़ोर कर दिया एवं निजी कंपनियों के हाथों में सौंपने की व्यवस्था कर दिया।

यह महज़ संयोग नहीं है कि 2023 में छत्तीसगढ़ विधान सभा चुनाव जीतने के बाद ही भाजपा सरकार अडानी की खनन परियोजना के लिए रातों-रात हंसदेव जंगल को ख़त्म कर समतल करने में लग गई। झारखंड, छत्तीसगढ़, ओडिशा व अन्य आदिवासी सघन क्षेत्रों में खनन व विभिन्न सरकारी व निजी परियोजनाओं के लिए बिना लोगों की सहमति के ही जंगलों का दोहन करना आम बात हो गई है। उदाहरण के लिए, ओडिशा के रायगड़ा में वेदांता और कोरापुट में अडानी का बॉक्साइट खनन परियोजना, छत्तीसगढ़ के बस्तर और महाराष्ट्र के गडचिरोली में लौह अयस्क खनन परियोजना एवं झारखंड के हजारीबाग में अडानी का कोयला खनन परियोजना।

आदिवासी क्षेत्रों को पुलिस राज में बदलना

आदिवासियों पर पुलिसिया दमन का शर्मनाक और अंतहीन इतिहास रहा है। पिछले 11 सालों में इसने विकराल रूप ले लिया है। माओवाद खात्मे के नाम पर आदिवासी क्षेत्रों में बिना लोगों की सहमति के सुरक्षा बलों के अनेकों कैंप स्थापित किए गए हैं, अधिकांश ग्राम सभा की सहमति के संवैधानिक प्रावधानों को ताक पर रख के। आदिवासी बंदूकों के साये में जीने को मज़बूर हो गए हैं। उनकी दैनिक आज़ादी पर पाबंदी लग गई है। अपने पर्व के लिए हाट बाज़ार से महज़ चावल खरीद के लाने पर भी सुरक्षा कर्मी रोक कर सवाल करते हैं।

पिछले कुछ सालों में बस्तर में सैकड़ों कैंप स्थापित हुए हैं। एक आकलन के अनुसार वहां प्रत्येक 9 आदिवासी पर एक सुरक्षा बल कर्मी है। झारखंड के पश्चिमी सिंहभूम के कोल्हान और सारंडा जंगल के चंद हज़ार एकड़ के क्षेत्र में ही कम-से-कम 25 कैंप स्थापित किए गए हैं।

गृह मंत्री अमित शाह बार-बार बोल रहे हैं कि मार्च 2026 तक माओवादियों को ख़त्म कर दिया जाएगा। लेकिन ख़त्म तो आदिवासी हो रहे हैं। जनवरी 2024 में बस्तर में केंद्र सरकार ने राज्य के साथ मिलकर 'ऑपरेशन कगार' शुरू किया, जिसमें अब तक लगभग 500 लोग, अधिकांश आदिवासी मारे गए हैं। मारे जाने वालों में माओवादी भी हैं और अनेक सामान्य नागरिक भी। इन हत्याओं के लिए सुरक्षा बलों को करोड़ों का इनाम मिला है। केवल सशस्त्र आंदोलन के विरुद्ध ही सरकार का ऐसा रवैया नहीं है, बल्कि विस्थापन, जबरन खनन, जबरन कैंप निर्माण और बढ़ते सैन्यकरण के विरुद्ध आदिवासियों के शांतिपूर्ण लोकतांत्रिक विरोध को भी कुचला जा रहा है। बस्तर के आदिवासी युवाओं का संगठन -- मूलवासी बचाओ मंच — लगातार जबरन कैंप व विस्थापन के विरुद्ध संघर्ष कर रहा था। मंच को प्रतिबंधित करते हुए मंच के युवा नेताओं को यूएपीए समेत विभिन्न फर्जी आरोपों पर गिरफ्तार कर लिया गया है।

धीरे-धीर कई क्षेत्रों में माओवाद तो रहा नहीं, लेकिन कैंप अस्थायी से स्थायी बन गए हैं। सरकार की प्राथमिकता का आकलन इससे किया जा सकता है कि कैंपों की स्थापना के विपरीत आदिवासी क्षेत्रों में अनेक विद्यालयों को युक्तियुक्तकरण के नाम पर बंद कर, दूर किसी विद्यालय के साथ विलय कर दिया गया है। यह भी किसी से छुपा नहीं है कि सुरक्षा बलों के कैंप लगने के कुछ दिनों में ही अक्सर खनन या किसी कॉरपोरेट परियोजना का आगाज़ होता है।

हालांकि, हाल के दिनों में लगातार कई शीर्ष माओवादी नेता व कैडर सरेंडर कर रहे हैं, लेकिन आदिवासियों के मूल मुद्दों के प्रति सरकार का उदासीन रवैया जस-का-तस है।

आदिवासी अस्तित्व पर हिंदुत्व का प्रहार

जहां एक ओर संसाधनों के दोहन और कॉरपोरेट हित के लिए आदिवासियों के संवैधानिक अधिकारों को ख़त्म किया जा रहा है, वहीं दूसरी ओर आदिवासी समाज पर हिंदुत्व का प्रहार लगातार बढ़ा है. राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (आरएसएस) की हिंदुत्व विचारधारा के अनुसार आदिवासी हिंदू वर्ण व्यवस्था के निचले पायदान पर खड़े वनवासी हैं.

1952 में आरएसएस द्वारा वनवासी कल्याण आश्रम स्थापित करने के बाद लगातार आदिवासियों में हिंदुत्व का फैलाव किया जा रहा है। इसके लिए वनवासी कल्याण आश्रम समेत अन्य हिंदुत्व संगठन कई हथकंडे अपनाते हैं : जैसे आदिवासियों के बीच हिंदू धर्म व संस्कृति का प्रचार, आदिवासियों की संस्कृति, पूजा स्थल आदि पर धार्मिक कब्ज़ा करना, ईसाई आदिवासियों के विरुद्ध अन्य आदिवासियों को भड़काना आदि।

आदिवासियों में धर्म के नाम पर विभाजन पैदा करने और उनको हिंदुत्व की ओर आकर्षित करने के लिए इन संगठनों की एक प्रमुख मांग रही है ईसाई आदिवासियों को अनुसूचित जनजाति सूची से हटाने की। यह प्रक्रिया पिछले दशक में और तीव्र हो गई है.

झारखंड समेत अन्य राज्यों के आदिवासियों की एक बड़ी आबादी अपनी स्वतंत्र धार्मिक व्यवस्था (जैसे झारखंड में सरना धर्म) की औपचारिक पहचान के लिए लगातार संघर्ष कर रही है। वहीं, दूसरी ओर, हिंदुत्व संगठन 'सरना-सनातन एक' जैसे नारे के साथ इनकी स्वतंत्र धार्मिक पहचान को हिंदू व्यवस्था का हिस्सा बनाने में लगे हुए हैं।

अयोध्या में राम मंदिर बनने के दौरान भाजपा नेताओं व हिंदुत्व संगठनों द्वारा झारखंड के कई सरना स्थलों (आदिवासियों के पूजा स्थल) से मिट्टी जमा करके मंदिर के निर्माण के लिए भेजा गया था। साथ ही, सुनियोजित तरीके से आदिवासियों को तीर्थ के लिए अयोध्या भी ले जाया गया।

जनगणना में धर्म के कॉलम में आदिवासी धर्म के एक अलग कोड की मांग लंबे समय से रही है। वर्तमान में जनगणना में केवल 6 धर्मों -- हिंदू, मुस्लिम, सिख, ईसाई, बौद्ध व जैन — की ही अलग से गिनती की जाती है। हालांकि, 'अन्य' में भी दर्ज करने का विकल्प रहता है। लेकिन इसके प्रति सचेत न होने के कारण अधिकांश आदिवासी जो इन 6 धर्मों के नहीं है, जनगणना कर्मी द्वारा उन्हें अक्सर हिंदू में ही डाल दिया जाता है।

झारखंड सरकार ने 2020 में आदिवासियों के अलग धर्म कोड की मांग पर विधानसभा से प्रस्ताव पारित करके केंद्र को भेजा था। केंद्र ने 2026 में होने वाली जनगणना में जाति की गिनती तो जोड़ ली, लेकिन आदिवासियों के लिए अलग धर्म कोड नहीं जोड़ा है। भाजपा के नए भारत में आदिवासियों को अपने स्वतंत्र पहचान के साथ नहीं, बल्कि सनातन पहचान के साथ ही जीना है।

केवल पूर्वी व मध्य भारत ही नहीं, बल्कि पूर्वोत्तर राज्यों में भी आरएसएस के हिंदुत्व एजेंडा को और बल मिला है। वहां हिंदुत्व संगठनों द्वारा सनातन को आदि धर्म के रूप में प्रस्तुत कर व ईसाई आदिवासियों को बाहरी धर्म के साथ जोड़कर विभिन्न आदिवासी-मूलवासी समुदायों को हिंदुत्व के एजेंडा में शामिल किया जा रहा है। इसका सबसे भयावय उदाहरण है मणिपुर में हुई हिंसा एवं इस केंद्र सरकार की चुप्पी।

मणिपुर में आदिवासी-मूलवासी समुदायों (कुकी, नगा व मेईतेई) के आपसी टकराव के इतिहास को भाजपा के हिंदुत्व आधारित शासन ने और व्यापक कर दिया। भाजपा शासित केंद्र व राज्य सरकार महीनों तक मूकदर्शक बने बैठे रहे और हिंसा को होने दिया गया।

आदिवासी बनाम कॉरपोरेट राज

आदिवासी लगातार उनके अधिकारों के उल्लंघन और संसाधनों के दोहन का स्थानीय स्तर पर विरोध कर रहे हैं। आदिवासियों का एक बड़ा हिस्सा हिंदुत्व का भी विरोध कर रहा है। लेकिन यह भी सच है कि पिछले दो दशकों में आदिवासियों में भाजपा की चुनावी पैठ काफी बढ़ी है। हालांकि देश की 543 लोकसभा सीटों में 8 प्रतिशत सीटें आदिवासियों के लिए आरक्षित है, लेकिन राष्ट्रीय स्तर पर आदिवासियों की मजबूत राजनैतिक आवाज़ की कमी दिखती है।

दूसरी ओर, झारखंड में आदिवासी मुद्दों पर चुनाव जीतने वाली झामुमो गठबंधन सरकार भी आदिवासी अधिकारों के प्रति उदासीन है। ऐसी परिस्थिति में इतिहास से सीख लेकर आदिवासियों को ही संगठित होकर अपने अस्तित्व को बचाना होगा और मज़बूत राजनैतिक हस्तक्षेप भी करना होगा।

(लेखक सामाजिक कार्यकर्ता हैं और झारखंड में जन मुद्दों पर संघर्ष करते हैं।)

विजय गर्ग

कई प्लास्टिक कंटेनर पॉलिमर से बने होते हैं जो समय के साथ रसायनों को जारी कर सकते हैं। जब दवाएं – विशेष रूप से गोलियां, कैप्सूल, सिरप या मरहम – ऐसे प्लास्टिक के सीधे संपर्क में आते हैं, तो फाल्टेलेट्स (डीईएचपी) या बिस्फेनॉल ए (बीपीए) जैसे हानिकारक पदार्थ उनमें रिस सकते हैं।

प्लास्टिक कंटेनरों में दवा का भंडारण: छिपे हुए जोखिम हम अक्सर अनदेखा करते हैं

अधिकांश घरों में, सुविधा के लिए दवाओं को उनकी मूल पैकेजिंग से प्लास्टिक बॉक्स, गोली आयोजक या छोटे पाउच में बदलना आम बात है। जबकि यह हानिरहित लगता है, चिकित्सा विशेषज्ञ प्लास्टिक कंटेनरों में दवाओं को स्टोर करने या फिर से पैक करने के खिलाफ दृढ़ता से सलाह देते हैं। प्लास्टिक की सामग्री, तापमान संवेदनशीलता और रासायनिक व्यवहार दवाओं की सुरक्षा और प्रभावकारिता को महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित कर सकते हैं।

1। प्लास्टिक और रासायनिक लीचिंग

कई प्लास्टिक कंटेनर पॉलिमर से बने होते हैं जो समय के साथ रसायनों को जारी कर सकते हैं। जब दवाएं - विशेष रूप से गोलियां, कैप्सूल, सिरप या मरहम - ऐसे प्लास्टिक के सीधे संपर्क में आते हैं, तो फाल्टेलेट्स (डीईएचपी) या बिस्फेनॉल ए (बीपीए) जैसे हानिकारक पदार्थ उनमें रिस सकते हैं।

यह खतरनाक क्यों है?

ये रसायन दवा की रासायनिक संरचना को बदल सकते हैं।

वे शक्ति को कमजोर कर सकते हैं, जिससे दवा कम प्रभावी हो जाती है।

प्लास्टिसाइज़र के लंबे समय तक संपर्क हार्मोनल असंतुलन, यकृत क्षति और प्रजनन समस्याओं से जुड़ा हुआ है।

2। नमी और हवा के कारण शक्ति का नुकसान

मूल दवा पैकेजिंग के लिए डिज़ाइन किया गया है:

नमी-प्रतिरोधी

वायुरोधी

प्रकाश-सुरक्षित

प्लास्टिक के कंटेनरों में आमतौर पर इस तरह की सुरक्षा नहीं होती है। जब दवाएं नमी को अवशोषित करती हैं या हवा के साथ प्रतिक्रिया करती हैं:

गोलियां टूट सकती हैं, सूजन या ढह सकती हैं।

कैप्सूल नरम या चिपक सकते हैं।

सक्रिय अवयवों को क्षरण से गुजरना पड़ सकता है, जिससे दवा का चिकित्सीय प्रभाव कम हो जाता है। 3। तापमान संवेदनशीलता

प्लास्टिक के कंटेनर गर्मी को पकड़ते हैं, और कई दवाएं तापमान-संवेदनशील होती हैं। गर्मी का जोखिम हो सकता है:

इंसुलिन में एंजाइमों को निष्क्रिय करें,

एंटीबायोटिक्स की ताकत को कम करें,

नुकसान विटामिन,

कार्डियक दवाओं की आणविक संरचना को बदलें।

कारों, रसोई या बाथरूम में प्लास्टिक के बक्से में संग्रहीत दवाओं को तापमान में उतार-चढ़ाव के कारण अधिक जोखिम होता है।

4। प्रदूषण और स्वच्छता के मुद्दों का जोखिम

प्लास्टिक की गोलियों के आयोजक या पुनः उपयोग किए जाने वाले प्लास्टिक बॉक्स अक्सर विकसित होते हैं

ठीक खरोंच

माइक्रो-क्रैक्स

अवशेष निर्माण

ये बैक्टीरिया, कवक और धूल को आश्रय दे सकते हैं, जिससे दवा दूषित हो सकती है। फार्मास्युटिकल-ग्रेड पैकेजिंग के विपरीत, घरेलू प्लास्टिक कंटेनर शायद ही कभी बाँझ होते हैं।

5। प्रकाश एक्सपोजर और दवा अस्थिरता

कुछ दवाएं प्रकाश संवेदनशील होती हैं। जब पारदर्शी या अर्ध-पारदर्शक प्लास्टिक बक्से में रखा जाता है, तो वे सूर्य की रोशनी या इनडोर प्रकाश के संपर्क में आते हैं, जिसके परिणामस्वरूप

रासायनिक टूटना

मलिनकिरण

कम प्रभावशीलता

यह विशेष रूप से नाइट्रेट्स, स्टेरॉयड, एंटीबायोटिक्स और कुछ विटामिन जैसी दवाओं के लिए सच है।

6। दवाओं के मिश्रण से खतरा बढ़ जाता है

कई लोग एक ही प्लास्टिक बॉक्स में कई दवाओं को एक साथ स्टोर करते हैं। यह असुरक्षित है क्योंकि:

दवाएं एक दूसरे के साथ प्रतिक्रिया कर सकती हैं।

एक गोली से पाउडर दूसरों को दूषित कर सकता है।

पहचान मुश्किल हो जाती है, गलत खुराक या गलत दवा का खतरा बढ़ जाता है। 7। निर्माता पैकेजिंग सुरक्षा के लिए डिज़ाइन किया गया है

दवा कंपनियां उपयोग करती हैं:

ब्लिस्टर पैक

उच्च गुणवत्ता वाले एम्बर ग्लास

मेडिकल-ग्रेड प्लास्टिक

पन्नी स्ट्रिप्स

इन सामग्रियों को स्थिरता, सुरक्षा और शेल्फ-लाइफ संरक्षण के लिए परीक्षण के बाद चुना जाता है। दवाओं को उनकी मूल पैकेजिंग से बाहर ले जाना उन्हें इन नियंत्रित स्थितियों से हटा देता है।

दवाओं को सुरक्षित रूप से कैसे स्टोर करें

दवाओं को हमेशा मूल पैकेजिंग में रखें।

कमरे के तापमान पर स्टोर करें (जब तक कि अन्यथा निर्देश न दिया जाए)।

सीधे सूर्य के प्रकाश, बाथरूम और रसोई की गर्मी से दूर रखें।

एयर कंडीशनिंग या शांत, सूखी अलमारियों का उपयोग करें।

यदि एक गोली आयोजक आवश्यक है, तो इसे केवल छोटी अवधि के लिए भरें (जैसे, साप्ताहिक) और एक ठंडी, सूखी जगह में स्टोर करें। निष्कर्ष

प्लास्टिक के कंटेनरों में दवाओं को स्टोर करना सुविधाजनक लग सकता है, लेकिन दीर्घकालिक जोखिम लाभ से कहीं अधिक हैं। प्लास्टिक दवाओं की गुणवत्ता, शक्ति और सुरक्षा को बदल सकता है, जिससे वे अप्रभावी या हानिकारक भी हो सकते हैं। सबसे सुरक्षित दृष्टिकोण सरल है: हमेशा दवाओं को उनकी मूल पैकेजिंग में रखें और उन्हें निर्देश के अनुसार स्टोर करें

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल एजुकेशनल कॉलमिस्ट एमिनेंट एजुकेशनिस्ट स्ट्रीट कुर चंद एमएचआर मलोट पंजाब

'हमेशा ऑनलाइन' रहने के मायाजाल की दौड़ में थकते युवा

डिजिटल पहचान की अंधी प्रतिस्पर्धा ने मानसिक स्वास्थ्य, सामाजिक जीवन और वास्तविक अनुभवों को संकट में डाल दिया है।

सोशल मीडिया का बढ़ता प्रभाव युवाओं के मानसिक संतुलन और जीवनशैली पर गहरा असर डाल रहा है। लाइक, व्यूज़ और फॉलोअर्स की प्रतिस्पर्धा ने उन्हें एक अदृश्य दबाव में धकेल दिया है, जहाँ डिजिटल मान्यता ही आत्मविश्वास का आधार बनती जा रही है। घंटों स्क्रोल करना, हर पल ऑनलाइन बने रहना और दूसरों से तुलना करना तनाव, अनिद्रा, चिंता और अकेलेपन को जन्म दे रहा है। वास्तविक रिश्ते, संवाद और अनुभव स्क्रीन के पीछे छूटते जा रहे हैं। समाधान डिजिटल अनुशासन, सीमित उपयोग, नोटिफिकेशन नियंत्रण और वास्तविक दुनिया को प्राथमिकता देने में है। संतुलन ही मानसिक शांति का आधार है।

-डॉ सत्यवान सौरभ

आज का भारतीय समाज एक ऐसे संक्रमणकाल से गुजर रहा है जहाँ तकनीक अवसर भी दे रही है और संकट भी खड़ा कर रही है। सोशल मीडिया का तेजी से बढ़ता दायरा इस संक्रमणकाल का सबसे बड़ा प्रतीक है। फेसबुक, इंस्टाग्राम, यूट्यूब, एक्स और अन्य प्लेटफॉर्म ने आम लोगों को वह मंच दिया है, जिसकी कल्पना कुछ दशक पहले संभव नहीं थी। लेकिन यह सशक्तिकरण जितनी उम्मीदें लेकर आया था, उतने ही उलझाव उसने मनोवैज्ञानिक और सामाजिक स्तर पर पैदा कर दिए हैं। युवा पीढ़ी लाइक, व्यूज़, फॉलोअर्स और डिजिटल सेलिब्रिटी बनने की सतही चाह में उलझकर मानसिक थकान और सामाजिक दूरी के ऐसे भंवर में फंसती जा रही है जो दिखाई तो नहीं देता, पर भीतर तक कमजोर कर रहा है। भारत में सोशल मीडिया उपयोगकर्ताओं की संख्या 50 करोड़ पार कर चुकी है—यह दुनिया के सबसे बड़े डिजिटल समुदायों में से एक है। यह संख्या जितनी विशाल है, उससे कहीं अधिक विशाल है वह दबाव, जो इसने युवाओं के मन पर डाला है। सुबह उठते ही फोन उठाकर रात को आंख बंद होने तक स्क्रीन पर स्क्रोल करते रहने की आदत आज सामान्य लगती है, लेकिन यह सामान्यता ही सबसे बड़ा खतरा बन चुकी है। लाइक-व्यूज़ के माध्यम से मान्यता पाने की चाह युवाओं को धीरे-धीरे वास्तविक जीवन से काट रही है।

सोशल मीडिया का सबसे आकर्षक और सबसे खतरनाक पहलू यह है कि यह एक समानांतर दुनिया रचता है—एक ऐसी दुनिया जहाँ आप अपनी इच्छानुसार छवि गढ़ सकते हैं, अपनी वास्तविकता से अलग व्यक्तित्व प्रदर्शित कर सकते हैं और अपनी जिंदगी को चमकदार फ्रेम्स में पिरो सकते हैं। लेकिन इस दुनिया में स्वीकृति की कीमत बहुत भारी है। कुछ सेकंड का ध्यान पाने के लिए लगातार नए पोस्ट, नई तस्वीरें, नए रील्स और नई अभिव्यक्तियाँ देनी पड़ती हैं। युवाओं में यह दबाव बढ़ रहा है कि यदि उनकी पोस्ट को पर्याप्त लाइक या व्यूज़ नहीं मिले, तो वे किसी अदृश्य प्रतियोगिता में पिछड़ गए हैं। यह डिजिटल पहचान की एक ऐसी प्रतिस्पर्धा है जिसमें न कोई स्पष्ट लक्ष्य है, न कोई अंत, और न ही कोई वास्तविक विजेता। हर युवा अपनी ही छवि की तुलना दूसरों से करता है। किसी और की मुस्कुराहट, जीवनशैली, शरीर, छुट्टियाँ, करियर, रिश्ते—सब कुछ तुलना का आधार बन जाता है। यह तुलना आत्म-सम्मान को चोट पहुंचाती है और धीरे-धीरे युवा महसूस करने लगते हैं कि वास्तविक जीवन में जितना वे पाते हैं, वह पर्याप्त नहीं है।

कई सर्वे बताते हैं कि 18–34 आयु वर्ग के 59% युवा स्वीकार करते हैं कि सोशल मीडिया उनके मानसिक संतुलन को प्रभावित कर रहा है। इनमें चिंता, तनाव, अनिद्रा, ओवरथिंकिंग, अत्यधिक उत्तेजना और आत्म-संदेह जैसी समस्याएँ तेजी से बढ़ रही हैं। युवाओं के दिमाग में हर समय दो सवाल घूमते रहते हैं—इस पोस्ट पर कितने लाइक आए? लोग मेरे बारे में क्या सोच रहे होंगे? इन सवालों का बोझ इतना बढ़ चुका है कि वास्तविक उपलब्धियाँ भी कई बार डिजिटल प्रतिक्रिया के बिना युवा को अधूरी लगती हैं। आत्मविश्वास की नींव खुद के मूल्य पर नहीं, बल्कि दूसरों की डिजिटल स्वीकृति पर टिकने लगती है।

सबसे चिंताजनक बात यह है कि सोशल मीडिया पर अधिक समय बिताने वाले युवाओं में अवसाद और अकेलेपन की समस्या तेजी से बढ़ी है। बाहर से वे "कनेक्टेड" दिखते हैं, लेकिन भीतर वे अत्यधिक अलगाव महसूस करते हैं। वास्तविक बातचीत में कमी आने से भावनात्मक अभिव्यक्ति भी कमजोर हो गई है। आज कई परिवारों में यह आम दृश्य है कि भोजन की मेज पर बैठे सभी लोग मोबाइल स्क्रीन में झुके हैं। माता-पिता कभी समझ नहीं पाते कि बच्चे किस पोस्ट को बनाने में इतना वक्त लगा रहे हैं, या क्यों एक तस्वीर को कई बार परफेक्ट एंगल से लेना आवश्यक है। युवा पीढ़ी की भावनाएँ, संवाद शैली और प्राथमिकताएँ तेजी से डिजिटल स्वरूप में बदल रही हैं, जबकि बुजुर्ग अभी भी वास्तविक संवाद और संबंधों को महत्व देते हैं। इस पीढ़ीगत अंतर ने परिवारों को भावनात्मक रूप से दूर कर दिया है।

दोस्तों के साथ घूमने जाना अब एक अनुभव नहीं, बल्कि कंटेंट बनाने का अवसर बन गया है। हर जगह "पोस्ट करने लायक" तस्वीर ढूंढना मानो एक अनिवार्य कार्य बन गया है। रिश्ते धीरे-धीरे वास्तविकता से हटकर प्रदर्शन के माध्यम बन रहे हैं। कई युवा स्वीकार करते हैं कि वे सोशल मीडिया पर दिखने वाले "परफेक्ट रिश्तों" से प्रभावित होकर अपने संबंधों को लेकर अनावश्यक उम्मीदें पाल लेते हैं, जो बाद में निराशा का कारण बनती हैं।

सोशल मीडिया की सबसे बड़ी समस्या है—हमेशा उपलब्ध रहने का दबाव। नोटिफिकेशन की लगातार झंकार, मैसेज का तुरंत जवाब देने की आदत, किसी नए ट्रेंड में पीछे न छूटने का डर, और हर समय अपडेटेड दिखने की चाह युवाओं की मानसिक ऊर्जा को धीरे-धीरे खत्म कर रही है। डिजिटल थकान आज एक वास्तविक समस्या बन चुकी है। कई युवा रात को देर तक नींद नहीं ले पाते क्योंकि उन्हें लगता है कि वे कुछ मिस कर देंगे। दिन में उनकी एकाग्रता भंग रहती है क्योंकि दिमाग हर समय स्क्रीन की ओर खिंचता रहता है। यह चक्र अंतहीन है और जितना समय बढ़ता है, उतनी थकान गहराती जाती है।

राहत की आह: नई मलेरिया दवा नैदानिक परीक्षणों में सफल हो जाती है क्योंकि मौजूदा उपचार विफल होते हैं

डॉ विजय गर्ग

मलेरिया के खिलाफ वैश्विक लड़ाई को एक नई, अगली पीढ़ी की एंटी-मलेरिया उपचार के लिए चरण III नैदानिक परीक्षणों के सफल समापन के साथ महत्वपूर्ण बढ़ावा मिला है जिसे गनलूम (केएलयू156 के रूप में भी जाना जाता है), नोवार्टिस और मेडिसिन फॉर मलेरिया वेंचर (एमवी) द्वारा विकसित संयोजन चिकित्सा। यह सफलता एक बहुत ही आवश्यक ₹आराम की आह₹ प्रदान करती है क्योंकि दवा प्रतिरोध वर्तमान फ्रंटलाइन उपचारों की प्रभावशीलता को कम करना जारी रखता है। तत्काल आवश्यकता: मौजूदा उपचारों को विफल करना दो दशकों से अधिक समय तक, आर्टेमिसिनिन-आधारित संयोजन चिकित्सा (एसीटी) बिना किसी जटिलता वाले प्लास्मोडियम फाल्सीपारम मलेरिया के इलाज के लिए स्वर्ण मानक रही है। एसीटी एक लंबे समय तक काम करने वाली साथी दवा के साथ तेजी से अभिनय आर्टेमिसिन व्युत्पन्न को जोड़ते हैं। हालांकि, मलेरिया परजीवी में विकसित होने की कुख्यात क्षमता है, और दवा प्रतिरोध तेजी से उभर रहा है, विशेष रूप से आर्टेमिसिन घटक के लिए। आंशिक प्रतिरोध: आंशिक आर्टेमिसिनिन प्रतिरोध के संकेत, जहां दवा परजीवी को साफ करने में अधिक समय लेती है, 2008 से दक्षिण पूर्व एशिया में देखी गई है और अब अफ्रीका के कुछ हिस्सों (रूवांडा, युगांडा और तंजानिया सहित) में रिपोर्ट की जा रही है, जहां बीमारी का बोझ सबसे ज्यादा है। पार्टनर ड्रग रेजिस्टेंस: एक्ट्स में साथी दवाओं के लिए प्रतिरोध, जैसे कि लुमेफैंट्रिन, भी एक बढ़ती चिंता है। खतरा: विशेषज्ञ चेतावनी देते हैं कि एसीटी की प्रभावशीलता कम हो रही है, जिससे क्लोरोक्विन जैसी पुरानी दवाओं के खिलाफ देखी गई प्रतिरोध के समान सार्वजनिक स्वास्थ्य संकट को रोकने के लिए कार्रवाई के नए तंत्रों के साथ नई दवाओं की महत्वपूर्ण आवश्यकता पैदा होती है। गनलम: उपचार में एक प्रमुख नवाचार गैनलम, जिसे एफडीए द्वारा फास्ट ट्रैक पदनाम दिया गया है, दो यौगिकों का संयोजन है गानाप्लासाइड: यह एक प्रथम श्रेणी का इमिडाज़ोलोपिपरजिन है और एक उपन्यास, गैर-आर्टेमिसिन दवा वर्ग का प्रतिनिधित्व करता है। यह परजीवी की प्रोटीन परिवहन प्रणाली को बाधित करके काम करता है, जो लाल रक्त कोशिकाओं के अंदर इसके अस्तित्व के लिए महत्वपूर्ण है। लुमेफैंट्रिन (नया फार्मूला): एक नई तैयार की गई, मौजूदा लंबे समय तक चलने वाली मलेरिया विरोधी दवा। नैदानिक परीक्षण सफलता कलुमा चरण III अध्ययन 12 अफ्रीकी देशों में आयोजित किया गया था, जिसमें 1,600 से अधिक वयस्क और बच्चे शामिल थे। नवंबर 2025 में प्रस्तुत परिणाम अत्यधिक आशाजनक थे: उच्च प्रभावशीलता: गैनलम ने देखभाल के वर्तमान मानक (आर्टेमेथेर-ल्यूमेंफैट्राइन, या कोएरेटम®) से कम नहीं होने के अपने प्राथमिक अंत बिंदु को पूरा किया। इसने 97.4% की उच्च पीसीआर-सही उपचार दर (सामान्य विश्लेषण के तहत 99.2%) का प्रदर्शन किया, जो देखभाल के मानक से बेहतर था। प्रतिरोध-बस्टिंग: महत्वपूर्ण रूप से, अतिरिक्त विश्लेषण ने दिखाया कि आंशिक दवा प्रतिरोध के साथ जुड़े उत्परिवर्ती मलेरिया परजीवी के खिलाफ उपचार अत्यधिक प्रभावी था। ट्रांसमिशन ब्लॉकिंग: दवा ने गैमेटोसाइट्स (परजीवी का यौन चरण) के खिलाफ एक त्वरित प्रतिक्रिया दिखाई, जो मच्छर द्वारा आगे संचरण के लिए जिम्मेदार हैं। यह गनलम को समुदाय के प्रसार को कम करने का एक संभावित उपकरण बनाता है। प्रशासन: इसे वर्तमान मानक देखभाल के समान, तीन दिनों तक प्रतिदिन एक बार दाने के थैले के रूप में प्रशासित किया जाता है। आगे का रास्ता: पहुंच और प्रभाव यदि अनुमोदित किया जाता है, तो गैनलम 25 साल पहले एसीटी की शुरुआत के बाद से मलेरिया विरोधी उपचार में पहला प्रमुख नवाचार होगा। नियामक अनुमोदन: नोवार्टिस जल्द से जल्द विनियामक अनुमोदन प्राप्त करने की योजना बना रहा है, जिसमें अगले वर्ष दवा संभावित रूप से उपलब्ध होगी। समान पहुंच: यह देखते हुए कि मलेरिया कम आय वाले क्षेत्रों को असमान रूप से प्रभावित करता है, पहुंच और सामर्थ्य सर्वोपरि हैं। इस विकास को सार्वजनिक-निजी साझेदारियों द्वारा सह-वित्त पोषित किया गया था, जिसमें एमएमवी और यूरोपीय और विकासशील देशों की नैदानिक परीक्षण साझेदारी (ईडीसीटीपी) शामिल है, जिससे पता चलता है कि वैश्विक पहुंच रोलआउट रणनीति का एक केंद्रीय हिस्सा होगी। सफल परीक्षण एक महत्वपूर्ण मोड़ को चिह्नित करता है, जो एक परजीवी के खिलाफ एक शक्तिशाली नया हथियार प्रदान करता है जिसने लगातार दवा से आगे बढ़ाया है। यह दुनिया भर में मलेरिया नियंत्रण कार्यक्रमों की प्रभावशीलता को बढ़ाने के लिए एक बहुत ही आवश्यक जीवन रेखा प्रदान करता है।

सेवानिवृत्त प्रधान शैक्षिक स्तंभकार प्रतिष्ठित शिक्षाविद स्ट्रीट कुर चंद एमएचआर मलोट पंजाब

ठहराव के बीच : डॉ विजय गर्ग

हम एक ऐसे समय में जी रहे हैं जहां हर पल कुछ न कुछ बदल रहा है, लेकिन इस बदलाव की गति ने हमारी चेतना को लगभग सुन्न कर दिया है। खबरें आती हैं, हिलाती हैं और अगले ही पल किसी और सनसनी के नीचे दब जाती हैं । इस तेजी से भागती दुनिया में सबसे दुर्लभ चीज है ठहराव, और शायद सबसे जरूरी भी । देश में चुनावी शोर होता ही रहता है। हर गली-कूचे में नारों की गूंज, मीडिया में बहसों की गरमी, सोशल मीडिया पर आरोप-प्रत्यारोप की झड़ी लगी रहती है। लेकिन अगर हम इन आवाजों के बीच कुछ देर चुप बैठकर सोचें, तो पाएंगे कि आम आदमी की आवाज कहीं खो सी गई है। वास्तव में जिसे लोकतंत्र का केंद्र होना चाहिए, वही सबसे हाशिये पर है। गांवों में पानी नहीं है, शहरों में हवा नहीं है, किसान आज भी कर्ज के बोझ तले आत्महत्या कर रहे हैं और युवा बेरोजगारी के में फंसे हुए दुश्चक्र । लेकिन चुनावी बहसें मंदिर-मस्जिद, जाति-धर्म, राष्ट्रवाद और विरोधियों की गालियों के इर्द-गिर्द घूमती हैं । हम जैसे देखना ही भूल गए हैं कि राजनीति का मतलब लोगों की जिंदगी बेहतर करना है ।

इस सबके बीच, ऐसा लगता और दिखता है कि तकनीक ने हमारी दुनिया को व्यापक स्तर पर जोड़ा है। मगर सच्चाई यह है कि तकनीकी दुनिया का विस्तार जैसे - जैसे होता गया है, उतना ही हम अलग-थलग भी हुए हैं। हम घंटों मोबाइल, कंप्यूटर या टीवी के स्क्रीन पर टिके रहते हैं, लेकिन पास बैठे लोगों से आंख मिलाने का हमारे पास वक्त नहीं होता। हम आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस यानी कृत्रिम बुद्धिमत्ता, अंतरिक्ष तकनीकी और जैव तकनीकी के युग में हैं, लेकिन मनुष्यता का सबसे बड़ा प्रश्न आज भी वही है - सहानुभूति । सवाल है कि क्या हम एक-दूसरे के दुख को महसूस करना भूल गए हैं? दिल्ली की किसी झुग्गी में बैठी एक मां, जो दिन भर घरों में झाड़ू-पोंछा कर अपना पेट पालती है, आज महंगाई की मार से दो जून की रोटी भी मुश्किल से जुटा पा रही है। उसकी पीड़ा और अभाव की हालत किसी 'विकास दर' में दर्ज नहीं होती । न ही वह किसी आधुनिक और मशहूर ट्रेन की तस्वीर में शामिल है। मगर असल भारत वहीं सांस लेता है- गर्मी के मौसम की झुलसती दोपहर में, टूटी हुई चप्पलों के साथ ।

कभी-कभी लगता है कि जैसे हम एक बड़े भ्रम में जी रहे हैं। एक विकासशील देश होने का भ्रम, एक महान संस्कृति के वाहक होने का भ्रम, एक विश्वगुरु बनने की आकांक्षा का

भ्रम, लेकिन क्या हमने अपने भीतर झांककर देखा है? सार्वजनिक रूप से भी बोली जाने वाली हमारी भाषा कितनी आक्रामक हो गई । असहमति का मतलब दुश्मनी, आलोचना का मतलब राष्ट्रद्रोह और सवाल पूछने का मतलब साजिश बन गया दिखता है। यह केवल भारत की कहानी नहीं है। पूरी दुनिया जैसे किसी अस्थायी असंतुलन से गुजर रही है। यूक्रेन में युद्ध अब पुराना हो चला है, गाजा में बच्चों की लाशें अब आंकड़ों में बदल चुकी हैं। जलवायु संकट सिर पर है, लेकिन औद्योगिक राष्ट्र अपने मुनाफे से आगे कुछ सोचने को तैयार नहीं । अफ्रीका की भूख, एशिया की बेरोजगारी और अमेरिका की बंदूकें - ये सब मिलकर एक थके हुए, डरे हुए और भविष्यविहीन मानवता की तस्वीर पेश करते हैं ।

सब तरफ निराशा की धुंध दिखती है, लेकिन इसी अंधकार के बीच कुछ रोशनी भी है। एक बच्चा जब स्कूल में दाखिला पाता है, एक लड़की जब बिना डर के साइकिल चला पाती है, एक किसान जब अपने खेत से उपज लेकर लौटता है, तो एक छोटी-सी आशा जन्म लेती है। ये छोटी आशाएं ही बड़े बदलाव की जमीन तैयार करती हैं। अब सवाल यह है कि हम किस ओर जाना चाहते हैं? क्या हम केवल एक उपभोक्ता समाज बनकर संतुष्ट रहेंगे, जहां मनुष्य केवल एक ग्राहक है? या फिर हम एक ऐसा समाज बनाएंगे या बनाना चाहते हैं, जहां हर जीवन की गरिमा हो ?

हमें इस बात पर फिर से विचार करना होगा कि लोकतंत्र केवल पांच साल में एक बार वोट डालने का नाम नहीं है। यह रोजमर्रा की भागीदारी, सवाल करने की संस्कृति और जवाबदेही की मांग से ही जीवित रहता है । और अगर हम अपने अधिकारों के प्रति सजग नहीं होंगे, तो इतिहास गवाह है कि सत्ताएं धीरे-धीरे नागरिकों के मुंह बंद करना जानती हैं। इसलिए जरूरी है कि हम ठहरें और देखें कि हमारे आसपास क्या हो रहा है। क्या हम वाकई बेहतर हो रहे हैं या बस बेहतर दिखने की कोशिश में लगे हैं ? देश से लेकर दुनिया भर में आंकड़ों का जो चकाचौंध परोसा जा रहा है, क्या वह जमीनी स्तर पर भी वास्तव में अपनी तेज जितना ही प्रभाव दिखा पा रहा है ?

दुनिया आगे जा रही है या कहें कि आगे जाती हुई दिख रही है, लेकिन हमें यह तय करना होगा कि यह आगे बढ़ना किस दिशा में है। क्या दुनिया का 'आगे जाना' मानवीय मूल्यों के साथ है या फिर ये मूल्य पीछे छूट रहे हैं, नजरअंदाज किए जा रहे हैं या कहीं इसके विरुद्ध भी तो रास्ता नहीं तैयार किया जा रहा है ? बिना मूल्यों के, बिना करुणा के बिना आत्मनिरीक्षण के कोई भी प्रगति खोखली होती है। और खोखली इमारतें, चाहे कितनी भी ऊंची हों, एक दिन ढह जाती । हम अभी भी संभल सकते हैं।

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल मलोट पंजाब

टीम, टाइम और टेक्नोलॉजी का सुमेल

डॉ विजय गर्ग

जीवन के लक्ष्यों को चुनना और उन्हें प्राप्त करना आसान है बशर्ते व्यक्ति उन इच्छाओं को छोड़ दे जो इस मिशन के विपरीत लें। जैसे कुछ छोटी-छोटी बातों का ध्यान रखकर टाइम मैनेज कर सकते हैं। इसके लिए टारगेट की लिस्ट को टीम ,टाइम और टेक्नोलॉजी के साथ कोऑर्डिनेट करना होगा।

'सब बोलते हैं बड़े सपने देखो,बड़ा सोचो ,अपने टारगेट बड़े रखो। तभी बड़े आदमी बनोगे। पर मैंने तो सब कुछ करके देख लिया। रोज लिस्ट बनाता हूं ,सुबह से रात तक काम करता हूं, इतनी मेहनत करता हूं कि फैमिली और फ्रेंड्स को भी टाइम नहीं दे पाता। लेकिन नतीजा वही ढाक के तीन पात।'

कोई व्यक्ति न केवल अपने जीवन के लक्ष्य आसानी से चुन सकता है बल्कि उन सभी लक्ष्यों को अचीव भी कर सकता है बशर्ते वह उन इच्छाओं को छोड़ दे जो इस मिशन के विपरीत हों। अगर आप कुछ छोटी-छोटी बातों का ध्यान रखें तो अपना टाइम मैनेज कर सकते हैं और आसानी से अपने लक्ष्य पूरा कर सकते हैं।

सपोर्ट लेने की आदत डालें

सबसे पहले आपको अपनी जिम्मेदारी की समीक्षा करनी होगी। इसके लिए आपको तय करना होगा कि कौन से काम आपको खुद करने हैं और कौन से काम आप अपनी टीम को सौंप सकते हैं। ताकि आप बेहतर तरीके से अन्य काम कर सकें। इसलिए जरूरी है कि आप पहचानें कि कौन से काम आप दूसरे के जिम्मे कर दें तो कोई दिक्कत नहीं और कौन से काम ऐसे हैं जिन्हें स्वयं आपको ही करना पड़ेगा।

बेवजह व्यस्त न हों

दूसरों के काम में न उलझें। अपने समय का सही उपयोग करने के लिए बेवजह लोगों से मिलना-जुलना बंद करें। गैर जरूरी मीटिंगों से दूर रहें। बात-बात में मीटिंग अरेंज ना

करें। अगर किसी मीटिंग में आपका योगदान जरूरी नहीं है तो उसमें से खुद को हटा लें। ऐसा करने से आपका अतिरिक्त बोझ हल्का होगा और अपने मुख्य काम पर ज्यादा ध्यान दे पाएंगे।

तकनीक का इस्तेमाल

स्मार्टफोन और इंटरनेट ने दूरियां कम कर दी हैं। समय को दो गुना कर दिया है और ठेक सैवी व्यक्ति की कार्य क्षमता बढ़ा दी है। पहले आपको किसी व्यक्ति से मिलकर ही सब बातें करनी होती थीं, मीटिंग के लिए समय खर्च करके जाना पड़ता था, पेमेंट के लिए बैंक जाना पड़ता था। अब आप अपनी डेस्क पर बैठ कर नेफ्ट, आरटीजीएस, गूगल पे से पेमेंट कर सकते हैं, वीडियो कॉल या जूम मीटिंग से एक साथ कई लोगों के साथ विचार विनिमय कर सकते हैं, वहीं ईमेल, व्हाट्स एप से डॉक्यूमेंट, फोटो, सैंपल भेज सकते हैं। जहां फिजिकल सैंपल भेजना हो वहां स्वीगी, जीनी के माध्यम से भेज सकते हैं। इसलिए टेक स्मार्ट बनिए।

खुद को वक्त दें

एनर्जी रीस्टोर करने के लिए खुद को थोड़ा आराम देने के लिए टाइम निकालें। काम के बीच में ब्रेक लेना, परिवार और दोस्तों के साथ समय बिताना या अपने शौक पूरा करना जरूरी है। इससे आप अधिक स्पष्ट सोच पाएंगे और भविष्य के लिए बेहतर निर्णय ले सकेंगे ।

सामंजस्य और स्पष्टता जरूरी

विभिन्न लक्ष्यों के बीच सामंजस्य बनाने का पहला कदम यह है कि आप अपने सबसे महत्वपूर्ण लक्ष्यों और उन्हें हासिल करने वाली गतिविधियों को साफ-साफ लिखें। इसके बाद यह समझने की कोशिश करें कि कौन से लक्ष्य आपस में जुड़े हैं और एक-दूसरे की पूर्ति करते हैं। उदाहरण के लिए अगर आपका लक्ष्य फिट रहना और पढ़ाई में अच्छा प्रदर्शन करना है तो नियमित व्यायाम दोनों में मदद करेगा। यह आपके स्वास्थ्य को बेहतर बनाएगा और पढ़ाई के लिए ऊर्जा भी देगा। इसी तरह जब आप सामंजस्य को पहचान लेते हैं तो आपकी छोटी सी मेहनत भी एक साथ कई बड़े लक्ष्यों को पूरा करने में मदद करती है।

आत्म नियंत्रण

हर इच्छा लक्ष्य नहीं होती। कई बार मन में उपजे विचार सिर्फ प्रलोभन होते हैं जो आपकी मेहनत को बर्बाद करते हैं। इसलिए आत्म नियंत्रण बेहद जरूरी है इसेसी अनुपादक, निरर्थक इच्छाओं को समय रहते पहचानना और उनसे दूर रहना बेहद जरूरी है।

बाधाओं का पूर्वानुमान

जब आप कोई लक्ष्य निर्धारित करें तो उसके रास्ते में आने वाली संभावित बाधाओं का पहले से अंदाजा लगाएं। ऐसा करने से आप विचलित होने की बजाय अपने मुख्य उद्देश्यों पर ही टिके रहेंगे। संघर्ष करने से हिचकें नहीं क्योंकि यही आपको मजबूत बनाता है

सेवानिवृत प्रिंसिपल मलोट पंजाब

नेत्रहीन नहीं—नेत्रदीपक: भारत की बेटियों ने छुआ विश्व का शिखर

अँधकार की गिरहों को उधेड़कर उजाले को अपनी मुट्ठी में भर लेने का साहस—जहाँ आँखों में रोशनी भले न हो, पर भीतर का आकाश सपनों से दिपदिपाता हो—उसी पवित्र जगह पर भारत की बेटियाँ वह इतिहास रच रही हैं जो केवल धरती की धूल को सम्मान नहीं देता, बल्कि समाज की उन कठोर दीवारों को भी ध्वस्त करता है जो दृष्टि की कमी को सीमा समझ बैठी थीं। ये बेटियाँ साबित करती हैं—जब मन देखना सीख ले, तो दुनिया की हर बाधा धुंधली पड़ जाती है।

जब कोलंबो के पी. सरवणमुत्तु स्टेडियम में सफेद गेंद खड़खड़ाती हुई विकेट की ओर लुढ़की और फुला सरेन ने उसे एक करारे शॉट में बाउंड्री के पार भेजा, तो उस एक पल में सदियों की चुप्पी टूट गई। भारत ने नेपाल को सात विकेट से रौंदकर पहला दृष्टिबाधित महिला टी20 विश्व कप (11 नवंबर से 23 नवंबर 2025 तक कोलंबो, श्रीलंका में आयोजित) अपने नाम कर लिया। बारह ओवर, तीन विकेट, 117 रन। लक्ष्य पूरा। यह सिर्फ जीत नहीं थी; यह उन अनगिनत भारतीय महिलाओं की सामूहिक पुकार थी, जिन्हें कभी मैदान से वंचित किया गया, घर की दीवारों में बाँध दिया गया, जिनकी आँखें तो खुली थीं पर सपनों को अंधा कर दिया गया था। आज उन सपनों ने काली पट्टी बाँधकर दुनिया को समझा दिया—अंधेरा आँखों में नहीं, इरादों में बसता है—और हमारे इरादे धधक रहे हैं।

इस उद्घाटन दृष्टिबाधित महिला टी20 विश्व कप में नियमों की कठोरता ने खेल को एक अनुशासन नहीं, एक जीवंत कला बना दिया। सोचिए उस गेंदबाज़ को, जो पहले धीमे से पूछता है, "तैयार हो?" और फिर "प्ले!" की पुकार के साथ अंडरआर्म गेंद डालता है, जिसे कम-से-कम एक उछाल अनिवार्य है। हर टीम में 11 योद्धा—पर उनमें कम से कम चार पूर्ण नेत्रहीन, बी-1 श्रेणी के (खिलाड़ी पट्टी बाँधते हैं), जिनके हर रन को दोगुना गिना जाता है। बी-1 बल्लेबाज़ रनर संग खेलते हैं, स्टंपिंग से मुक्त। फील्डर अपनी जगह ताली से बताते हैं, और आंशिक दृष्टि वाले बी-2 (2 मीटर तक) और बी-3 (6 मीटर तक) अपनी सीमित रोशनी में दुनिया को फिर से आकार देते हैं। यह क्रिकेट नहीं, एक संवेदनशील संवाद है—आवाज़ों का, स्पर्श का, और उस अदृश्य विश्वास का। और यही विश्वास कहता है—अंधेरा आँखों में हो सकता है, पर जीत हमेशा उस उजाले की होती है जो भीतर जलता है।

यह विश्व कप पहला था, इसलिए इसके हर रन में इतिहास लिखा जा रहा था। छह देश—ऑस्ट्रेलिया, पाकिस्तान, श्रीलंका, संयुक्त राज्य अमेरिका, नेपाल और भारत—एक ही मैदान पर, सबकी आँखें पट्टी से ढकी, फिर भी दृष्टि सबसे साफ़ भारत की थी। पूरे टूर्नामेंट में उसने एक भी मैच नहीं गंवाया। सेमीफाइनल में ऑस्ट्रेलिया बिखर गया, और फाइनल में नेपाल को इस कदर दबोचा गया कि पूरी पारी में उसके बल्ले से सिर्फ़ एक चौका निकला—सिर्फ़ एक। बाकी सब डॉट या विकेट।

यह सिर्फ़ दबदबा नहीं था; यह अस्तित्व की धमक थी। फुला सरेन को प्लेयर ऑफ द मैच नाबाद 44 रन की पारी कोई सांख्यिकीय उपलब्धि नहीं, बल्कि झारखंड की उन आदिवासी बस्तियों से उठी लौ थी जहाँ बिजली की रोशनी आज भी संकोच में है, मगर हौसले सदियों से जलते आए हैं। उसने हर रन बी-1 श्रेणी में खेलते हुए बनाया—यानी पूरी तरह नेत्रहीन होकर। और नियम कहता है, B1 का हर रन दोगुना गिना जाता है। यानी मैदान पर उसके 44 रन, स्कोरबोर्ड की दृष्टि में 88 बनकर दहाड़े—समाज की उन सारी आवाज़ों के मुँह पर, जिन्होंने कभी कहा था, "तू अंधी है, तू क्या कर लेगी?"

पाकिस्तान की मेहरीन अली ने इस टूर्नामेंट में 600 से ज़्यादा रन बरसाए—78 गेंदों पर 230, टी-20 इतिहास की पहली डबल सेंचुरी। फिर भी सेमीफाइनल में नेपाल ने उसकी गति रोक दी। मेहरीन टूटी नहीं; उसने बस इतना कहा—"मेरा खेल खत्म नहीं हुआ।" और उसी सच को भारत की टीम ने उजागर कर दिया। खेल कभी समाप्त नहीं होता, वह बस अपना रूप बदलता है। आज उसका रूप विश्व कप की चमकती ट्रॉफी है; कल वही रूप लाखों नेत्रहीन लड़कियों में जगेगा, जो अब गली-मोहल्लों में प्लास्टिक की गेंद की खड़खड़ाहट सुनकर अपनी पहली बल्लेबाज़ी रचेंगी—और उस खड़खड़ाहट में अपने भविष्य की आवाज़ पहचानेंगी।

हम उस देश में रहते हैं जहाँ दिव्यांगता को योग्यता नहीं, दया की चादर ओढ़ा दी जाती है। ऐसे में यह जीत सिर्फ़ एक ट्रॉफी नहीं, बल्कि सामाजिक क्रांति का पहला अंकुर है। 2011 की जनगणना अनुसार, भारत के 2.68 करोड़ दिव्यांग नागरिकों में लगभग 50 लाख नेत्रहीन हैं, जिनमें आधे से अधिक महिलाएँ। लेकिन खेल के मैदान पर उनकी उपस्थिति लगभग शून्य—क्रिकेट तो उनकी दुनिया में मानो किसी कल्पना-लोक की चीज़ रही। यही कारण है कि डब्ल्यूबीसीसी के तहत खेला गया यह विश्व कप सिर्फ़ टूर्नामेंट नहीं, सशक्तिकरण का जीवंत प्रतीक बन गया। अरबों का बजट रखने वाले क्रिकेट बोर्ड के सामने ब्लाइंड क्रिकेट को आज भी फंड की गुहार लगानी पड़ती है। फिर भी ये बेटियाँ विश्व चैंपियन बनकर लौटीं। यह जीत नहीं—व्यवस्था के गाल पर गूँजता हुआ थप्पड़ है। यह सवाल है—जब ये लड़कियाँ आँखें बंद करके विश्व कप जीत सकती हैं, तो आँखें खोलकर हमारा सिस्टम इन्हें सम्मान देने से अब तक क्यों अंधा बना हुआ है?

अब समय आ गया है साफ़-साफ़ फैसला करने का—या तो हम इन बेटियों को वही सम्मान दें जिसके वे जन्म से हक़दार हैं: राष्ट्रीय परेड में स्थान, स्टेडियमों की दीवारों पर उनके नाम, और IPL जैसी भव्य एक ब्लाइंड महिला लीग; या फिर हम अपनी पुरानी आदत के मुताबिक़ इन्हें फिर से अनदेखा कर दें। पर याद रखें—इतिहास भुलक्कड़ नहीं होता। 2025 का यह नवंबर साफ़ कर चुका है कि भारत की असली ताकत उसकी बेटियों की धड़कनों में बसती है—भले ही उनकी आँखें देखती हों या नहीं। फुला सरेन, गंगाधारी महतो, रवीना, दीपाली—ये नाम अब सिर्फ़ स्कोरकार्ड पर नहीं, बल्कि इस देश की चेतना, उसके हर कोने, हर स्मृति और हर गर्व में दर्ज होने चाहिए।

इस जीत की गूंज, कोलंबो से दिल्ली तक, सोशल मीडिया पर तूफान बन गई, जहां आम लोग अपनी कहानियां साझा कर रहे हैं। एक माँ ने लिखा, ?मेरी बेटी भी अब आंखों की कमी से नहीं डरेगी।? यह भावनात्मक उफान, तो जैसे नदी का बहाव जो बांध तोड़ देता है। नेपाल की हार में भी विजय है—उनकी सरिता घिमीरे ने साबित किया कि हिमालय की बेटियां भी मैदान पर गरज सकती हैं। भारत की अजेयता, टूर्नामेंट भर बरकरार, तो जैसे एक मंत्र: ?अंधकार में भी प्रकाश है, बस सुनना सीखो।? भविष्य? अगला विश्व कप, 2027 में प्रस्तावित, भारत यदि अकेला मेजबान बना और फुला, सरिता, मेहरीन साथ खेलीं—तो वह क्रिकेट का महोत्सव नहीं, मानवता का उत्सव होगा। वहाँ गेंद की खड़खड़ाहट संगीत बन जाएगी, और पट्टीबद्ध आँखें सपनों की खुली खिड़कियाँ।

भारत की बेटियों ने साबित कर दिया—इतिहास रचने के लिए आंखें नहीं, हौसला चाहिए। और यह हौसला, अब अमर हो चुका है। जो देश अपनी बेटियों को आँखों पर पट्टी बाँधकर भी विश्व विजेता बना दे—उसे कोई ताकत, कोई अंधेरा, कोई संदेह हरा नहीं सकता। यह विश्व कप नहीं था—यह घोषणा थी। भारत की नेत्रहीन बेटियों की घोषणा कि अंधेरा चाहे जितना भी गहरा क्यों न हो, हम उसी के भीतर अपना सूरज गढ़ देते हैं।

प्रो. आरके जैन "अरिजीत", बड़वानी (मप्र)

26 नवम्बर, संविधान दिवस भारत की महानता का प्रमाण है संविधान

ओ पी सोनिक

हमारे समाज में माना जाता है कि बच्चा जन्म से ही अपनी मुट्ठी में तकदीर लेकर आता है पर भारतीय समाज की संरचना में यह धारणा सटीक नहीं बैठती। जातियों के जंजाल में फंसे समाज में बच्चे की तकदीर और उसके भविष्य की तस्वीर, दोनों को तय करने में जाति की मुख्य भूमिका रही है। इतिहास गवाह है कि इस विषमतावादी संरचना का समाज को अक्सर खामियाजा उठाना पड़ा है। साथ ही सामाजिक संरचना ने भारत की महानता को इस हद तक प्रभावित किया कि भारत को गुलामी के लम्बे दौर से गुजरना पड़ा। आजादी का सपना सामाजिक पृष्ठभूमि से जन्म लेता है, यानी कि आजादी के कई मायने होते हैं।

भारत के स्वतंत्रता संग्राम की बात करें तो डा० अम्बेडकर ने कई बार सामाजिक आजादी के सपने को आकार देने की बात की क्योंकि वो कांग्रेस के स्वतंत्रता आन्दोलन को राजनीतिक आजादी का आन्दोलन अधिक मानते थे। एक तरफ राजनीतिक आजादी के कारण एक निर्दलीय विधायक भी मुख्यमंत्री बन सकता है। महिलाएं भी राष्ट्रपति तक बन सकती हैं। एक दलित महिला बड़े प्रदेश की कई बार मुख्यमंत्री बन सकती है पर आजादी के बाद भी समाज में व्याप्त जातीय शोषण की बढ़ती घटनाएं डा० अम्बेडकर की आशंकाओं की पुष्टि कर रही हैं।

अगर डा० अम्बेडकर को आजाद भारत के संविधान निर्माण में मुख्य भूमिका निभाने का अवसर न मिलता तो अंदाजा लगा सकते हैं कि आज के भारत की तस्वीर कैसी होती। डा० अम्बेडकर ने संविधान सौंपते हुए कहा था कि हमने राजनीतिक लोकतंत्र तो हासिल कर लिया है पर अब इसे सामाजिक लोकतंत्र में बदलना सत्ताधारियों की जिम्मेदारी है। समाज का रूढ़िवादी वर्ग अक्सर संविधान की मूल भावना के विरुद्ध रहा है और परिवर्तनवादियों ने हमेशा संविधान को दिल से लगाया है। यही कारण है कि भारत में कभी संविधान से खतरा बताकर तो कभी संविधान को खतरे में बताकर सत्ता तक पहुँचने के राजनीतिक प्रयास होते रहे हैं। हमारे देश की राजनीति लोगों को यह समझाने में असफल रही है कि हमारा संविधान हर उस खतरे से सुरक्षा की गारंटी देता है जो देश की एकता को चुनौती देने का प्रयास करे।

भारत में पिछले कुछ वर्षों से संविधान को लेकर फिर से एक राजनीतिक बैचेनी का माहौल देखने को मिल रहा है। कभी डा० अम्बेडकर को संविधान सभा में पहुंचने से रोकने के प्रयास करने वाली राजनीति ने पिछले लोकसभा चुनावों में संविधान को खतरे में बताकर मतदाताओं का ध्रुवीकरण करने का प्रयास किया जिसका असर उत्तर प्रदेश में देखने को मिला। लोगों में संविधान के प्रति जागरूकता के अभाव में राजनीति ऐसे प्रभाव छोड़ पाती है। डा० अम्बेडकर को मानने वाले प्रत्येक वर्ष २६ नवम्बर को संविधान दिवस के रूप में मनाकर जागरूकता अभियान जरूर चलाते हैं।

सरकारी प्रयासों के क्रम में एक अगस्त २०२५ को लोकसभा में एक प्रश्न के जवाब में पेश जानकारी के अनुसार संविधान अंगीकरण के 75 वर्ष पूरे होने के उपलक्ष्य में भारत सरकार के संस्कृति मंत्रालय द्वारा २६ नवंबर २०२४ को एक वर्ष का स्मरणोत्सव प्रारंभ किया गया जिसे संविधान दिवस के रूप में मनाया जाता है। इसमें कोई दो राय नहीं कि संविधान के स्मरणोत्सव अभियान की थीम "हमारा संविधान, हमारा स्वाभिमान" लोगों को आकर्षित करती है। जन चेतना में भारत के संविधान के लिए एक दृश्य चिन्ह बनाना, भारत के संविधान के विवरण के बारे में जागरूकता बढ़ाना, संविधान के निर्माण में मुख्य भूमिका निभाने वाले महापुरूषों और राजनेताओं को याद कर उसे सार्वजनिक पटल पर लाना, भारत के लोगों में संविधान के प्रति गौरव की भावना पैदा करना, ऐसे तमाम उद्देश्य उपरोक्त अभियान का हिस्सा बने। उक्त जानकारी मिलने तक करीब 140 करोड़ की आबादी वाले भारत में कुल तेरह हजार सात सौ से अधिक संबंधित कार्यक्रम आयोजित किए गए जिनमें एक करोड़ से अधिक नागरिकों ने भाग लिया।

संविधान को याद करना निश्चित रूप से भारत की आजादी के संघर्ष की याद दिलाता है। हमारा संविधान सामाजिक परिवर्तन और देश की प्रगति की गारंटी देने वाला एक ऐसा दस्तावेज है जो सभी नागरिकों को गर्व की अनुभूति कराता है। यह भी सच है कि उपरोक्त गारंटी को नीति और नीयत के फर्क को मिटाकर ही हासिल किया जा सकता है। डा० अम्बेडकर को संविधान निर्माण कार्य में प्रारूप समिति के अध्यक्ष के रूप में अहम जिम्मेदारी देकर राजनीतिक उदारता का परिचय देने का जो प्रयास हुआ, वह राजनीतिक मजबूरी थी या डा० अम्बेडकर की विद्वता का प्रभाव था, लोग इसका आंकलन अपनी सुविधानुसार करते हैं। संविधान दिवस एक ऐसा दिन है जो केवल एक दस्तावेज को याद करने के लिए नहीं बल्कि उस ऐतिहासिक चिंतन, संघर्ष और दूरदर्शिता को समझने के लिए मनाया जाता है जिसने आधुनिक भारत की नींव रखी। डा० अम्बेडकर का योगदान सिर्फ संविधान लिखने भर तक सीमित नहीं था बल्कि उन्होंने भारत के सामाजिक ढ़ांचे, न्याय, समानता और मानवाधिकारों की नई परिभाषा गढ़ी।

1946 में जब संविधान सभा का गठन हुआ तब भारत एक ऐसे दौर से गुजर रहा था जहां सामाजिक असमानता जातिगत भेदभाव आर्थिक समानता और औपनिवेशिक शासन की छाया बहुत गहरी थी। देश को एक ऐसी रूपरेखा चाहिए थी जो न केवल शासन चलाने में सक्षम हो बल्कि सामाजिक न्याय और समान अवसर भी सुनिश्चित करें। इसके लिए जरूरी है कि संविधान की साक्षरता का देशव्यापी कार्यक्रम भी चलाया जाना चाहिए जिसकी शुरुआत स्कूली बच्चों को संविधान की संक्षिप्त प्रति वितरित करके की जा सकती है। जब सरकार स्कूली बच्चों को मुफ्त पुस्तकें उपलब्ध करा सकती है तो संविधान की प्रतियां भी उपलब्ध करा सकती है। संविधान सभा में देश के सभी वर्गों का प्रतिनिधित्व शामिल था। संविधान हमारी आजादी का एक ऐसा दस्तावेज है जो हमें दुनिया को संदेश देता है कि आजाद भारत की महानता का प्रमाण है संविधान। इस महानता को बनाए रखने के लिए जरूरी है कि हम संवैधानिक उद्देश्यों की प्राप्ति को सुनिश्चित करें।

देश के लोकतंत्र की खूबसूरती का ऐतिहासिक दिन संविधान दिवस

(26 नवंबर को संविधान दिवस)

स्कूलों में स्टूडेंट्स को यह तो पता होता है कि संविधान किस दिन लागू हुआ था, लेकिन उन्हें यह कम ही पता होता है कि संविधान किस दिन अपनाया गया था। स्टूडेंट्स को यह बताना ज़रूरी है कि संविधान किस दिन अपनाया गया था और उसका क्या महत्व है। डॉ. भीमराव अंबेडकर ने भारत के संविधान को बनाने में अहम भूमिका निभाई थी, इसलिए उन्हें संविधान का आर्किटेक्ट कहा जाता है। बेशक, संविधान बनाने में भारत रत्न डॉ. भीमराव साहेब के अमूल्य योगदान को कभी नहीं भुलाया जा सकता। भारत सरकार ने 19 नवंबर 2015 को एक नोटिफिकेशन जारी किया कि पूरे देश में हर साल 26 नवंबर को संविधान दिवस मनाया जाएगा, क्योंकि भारत का संविधान इसी दिन 26 नवंबर 1949 को संविधान सभा ने अपनाया था, जबकि यह 26 जनवरी 1950 को लागू हुआ था। हालांकि भारत को 15 अगस्त 1947 को आज़ादी मिली, लेकिन तब तक हमारे देश का कोई परमानेंट संविधान नहीं था। इसके कानून बदले हुए कॉलोनियल गवर्नमेंट ऑफ़ इंडिया एक्ट, 1935 पर आधारित थे।एक डोमिनियन था। जॉर्ज VI हेड ऑफ़ स्टेट थे और लॉर्ड माउंटबेटन गवर्नर जनरल थे। 29 अगस्त 1947 को एक परमानेंट संविधान का ड्राफ्ट बनाने के लिए एक कमेटी बनाई गई, जिसके चेयरमैन डॉ. भीम राव अंबेडकर थे। संविधान सभा के सदस्यों को भारत की राज्य विधानसभाओं के चुने हुए सदस्य चुनते थे। जवाहरलाल नेहरू, डॉ. राजेंद्र प्रसाद, सरदार वल्लभभाई पटेल, श्यामा प्रसाद मुखर्जी, मौलाना अबुल कलाम आज़ाद इस सभा के खास सदस्य थे। कमेटी ने 9 दिसंबर 1946 से संविधान का ड्राफ्ट बनाना शुरू किया और 4 नवंबर 1947 को ड्राफ्ट असेंबली को सौंप दिया गया। संविधान का ड्राफ्ट बनाने में 2 साल, 11 महीने और 18 दिन लगे। संविधान को अपनाने से पहले असेंबली 166 दिनों तक सेशन में मिली। प्रेस और जनता को इन मीटिंग में हिस्सा लेने की आज़ादी थी। बहुत सोच-विचार और बदलाव के बाद, 308 सदस्यों ने 24 जनवरी 1950 को डॉक्यूमेंट की दो हाथ से लिखी कॉपी (एक इंग्लिश में और दूसरी हिंदी में) पर साइन किए। दो दिन बाद, भारत का संविधान पूरे भारत का कानून बन गया। भारत का संविधान 26 जनवरी 1950 को इंडियन स्टैंडर्ड टाइम के हिसाब से सुबह 10:18 बजे लागू हुआ। पार्टियों द्वारा 26 जनवरी को संविधान को अपनाना 26 जनवरी और आज़ादी के दीवानों को एक श्रद्धांजलि थी। इंग्लैंड के प्राइम मिनिस्टर सर एंथनी ईडन ने इंडियन रिपब्लिक के बनने के बारे में कहा था, "शुरुआत से अब तक सरकार में जितने भी एक्सपेरिमेंट हुए हैं, मुझे लगता है कि इंडिया का पार्लियामेंट्री डेमोक्रेसी अपनाना सबसे ज़्यादा हिम्मत देने वाला है। एक बड़ा सबकॉन्टिनेंट अपने लाखों लोगों पर आज़ाद डेमोक्रेसी का सिस्टम कोशिश कर रहा है। यह बहुत हिम्मत का काम है। इंडिया ने हमारे तरीके की कॉपी नहीं की है, बल्कि डेमोक्रेसी को ऐसे लेवल पर है जिसके बारे में हमने कभी सपने में भी नहीं सोचा था। अगर यह कामयाब हो जाता है, तो एशिया पर इसके लंबे समय तक चलने वाले असर की कल्पना करना मुश्किल है। नतीजा जो भी हो, हमें इस का सम्मान करना चाहिए।" भारतीय संविधान के कई नियम सामाजिक क्रांति के मकसद को सीधे पूरा करने के लिए हैं या इसे पाने के लिए ज़रूरी हालात बनाकर इस क्रांति को लाने की कोशिश के लिए हैं।

संविधान के मकसद बताने के लिए आमतौर पर संविधान से पहले एक प्रस्तावना पेश की जाती है। भारतीय संविधान की प्रस्तावना अमेरिकी संविधान से प्रभावित है और इसे दुनिया में सबसे अच्छा माना जाता है। प्रस्तावना के ज़रिए भारतीय संविधान का सार, उम्मीदें, मकसद, लक्ष्य और सोच सामने आती है। प्रस्तावना यह बताती है कि संविधान को अपनी ताकत सीधे लोगों से मिलती है, इसलिए यह 'हम भारत के लोग' लाइन से शुरू होती है। संविधान की प्रस्तावना इस प्रकार हैः हम भारत के लोग, भारत को एक पूर्ण प्रभुत्वसंपन्न, समाजवादी, धर्मनिरपेक्ष, लोकतंत्रात्मक गणराज्य के रूप में स्थापित करने तथा उसके समस्त नागरिकों को सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक न्याय, अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता, विश्वास, धर्म और उपासना की स्वतंत्रता, अवसर और सम्मान की समानता सुरक्षित करने तथा इन सब में भाईचारे की भावना को बढ़ावा देने के लिए संकल्पित होकर, व्यक्ति की गरिमा और राष्ट्र की एकता और अखंडता की रक्षा करने वाले, अपनी संविधान सभा में 26 नवम्बर, 1949 को इस संविधान को अंगीकृत, स्वीकार और समर्पित करते हैं। यहां यह उल्लेख करना महत्वपूर्ण है कि समाजवादी, धर्मनिरपेक्ष और राष्ट्र की एकता शब्द 1976 में 42वें संविधान संशोधन द्वारा प्रस्तावना में जोड़े गए थे। भारतीय संविधान विश्व का सबसे बड़ा और व्यापक संविधान है। संविधान निर्माण के समय इसमें 395 अनुच्छेद, 22 भाग तथा 8 अनुसूचियां थीं अभी फेडरल स्ट्रक्चर को और ज़्यादा पावर देने की बहुत ज़रूरत है। 26 नवंबर को, स्कूल के स्टूडेंट्स को कॉन्स्टिट्यूशन डे के बारे में अवेयर करने के लिए, एजुकेशन डिपार्टमेंट से स्कूलों में अलग-अलग एक्टिविटीज़ और कॉम्पिटिशन ऑर्गनाइज़ करने के लिए कहा गया है, जो एक अच्छा कदम है। तो, आइए हम सब देश बनाने में अपना सही योगदान दें और देश के लोगों की ज़िंदगी को खुशहाल बनाने की कोशिश करें, और सच्चे देशभक्त और देश के सच्चे नागरिक होने का सबूत दें। जय हिंद!!

अवनीश लोंगोंवा, बडबर (ज़िला बरनाला)

भारत का संविधान: अतीत की विरासत और भविष्य की दिशा

प्रत्येक वर्ष २६ नवंबर को संविधान दिवस के रूप में मनाया जाता है। पाठकों को बताता चलूं कि इसे 'राष्ट्रीय विधि दिवस' के नाम से भी जाना जाता है। यह वही दिन है जब सन् 1949 में संविधान सभा ने भारत के संविधान को औपचारिक रूप से अंगीकृत किया था, जबकि इसे लागू २६ जनवरी 1950 को किया गया। बहुत कम लोग यह बात जानते होंगे कि भारत का मूल संविधान हाथ से लिखा गया है, तथा खूबसूरत कलाकृतियों से सजाया गया है और आज भी संसद भवन की लाइब्रेरी में एक विशेष हिलियम-युक्त केस में सुरक्षित रखा गया है। एक और कम ज्ञात तथ्य यह है कि संविधान निर्माण में डॉ. भीमराव अंबेडकर के नेतृत्व में बनी ड्राफ्टिंग कमेटी के अलावा कुल २२ समितियों ने अलग-अलग विषयों पर विस्तृत कार्य किया था। ध्यातव्य है कि २६ नवंबर की एक और बड़ी याद २००8 के मुंबई आतंकी हमलों की बरसी भी है। इस वजह से यह दिन हमें संविधान की रक्षा, देश की एकता और आतंकवाद के खिलाफ हमारी मजबूती की भी याद दिलाता है। इसलिए २६ नवंबर सिर्फ संविधान दिवस नहीं, बल्कि हमारे लोकतांत्रिक मूल्यों, संस्थाओं पर भरोसे और देश की सुरक्षा के प्रति जागरूक रहने का खास मौका भी है। बहरहाल, यदि हम यहां पर भारतीय संविधान की विशेषताओं के बारे में बात करें तो भारतीय संविधान की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि यह दुनिया का सबसे बड़ा और सबसे विस्तृत संविधान है, जिसमें देश की विविधता, संस्कृति और आवश्यकताओं को ध्यान में रखकर प्रावधान बनाए गए हैं। यह संविधान संघीय ढाँचे पर आधारित है, लेकिन केंद्र को पर्याप्त शक्तियाँ देकर इसे मजबूत संघ बनाया गया है। इसमें मौलिक अधिकारों के माध्यम से नागरिकों की आज़ादी और सम्मान की रक्षा की गई है, वहीं मौलिक कर्तव्यों से नागरिकों को राष्ट्र के प्रति जिम्मेदार बनने की प्रेरणा मिलती है। संविधान में धर्मनिरपेक्षता, लोकतंत्र, सामाजिक न्याय, समानता और स्वतंत्र न्यायपालिका जैसी मूलभूत विशेषताएँ उसे आधुनिक और प्रगतिशील बनाती हैं। इसके अलावा, इसमें समय के साथ बदलाव की सुविधा भी है, जिससे संविधान बदलती परिस्थितियों के अनुरूप स्वतः विकसित होता रहता है। यही लचीलापन और व्यापकता भारतीय संविधान को दुनिया के सबसे सफल संविधानों में एक बनाती है। हमारे देश का संविधान दिवस हमें न्याय, स्वतंत्रता, समानता और बंधुत्व जैसे लोकतांत्रिक आदर्शों को याद दिलाता है। यह सिर्फ एक आयोजन नहीं, बल्कि लोकतंत्र की आत्मा का सम्मान है। वास्तव में, यह दिन हमें यह बताता है कि मजबूत लोकतंत्र मजबूत संवैधानिक संस्थाओं और कानून के शासन से ही कायम रहता है। कहना ग़लत नहीं होगा कि भारतीय संविधान हमारे देश की नींव है। आज़ादी मिलने के बाद हमारे नेताओं ने मिलकर ऐसा नियम बनाया, जो हर नागरिक को अधिकार दे और देश को सही दिशा में चलाए। समय के साथ संविधान ने देश को मज़बूत लोकतंत्र बनाया, जहाँ हर व्यक्ति को बोलने, शिक्षा पाने, न्याय पाने और बराबरी का हक मिलता है। आज भी संविधान हमें सही और गलत में फर्क करने की ताकत देता है और सरकार को जनता के प्रति जवाबदेह बनाता है। आने वाले समय में तकनीक, इंटरनेट, सुरक्षा और समाज में होने वाले बदलावों के कारण नई चुनौतियाँ आएंगी, लेकिन संविधान की खासियत यही है कि यह समय के साथ बदलता है और देश को आगे बढ़ने का रास्ता दिखाता रहता है। इस तरह संविधान भारत के भूतकाल की शक्ति, आज की पहचान और भविष्य की दिशा-तीनों का आधार है। हमारे देश का संविधान केवल एक कानूनी दस्तावेज नहीं है, बल्कि यह हमारे स्वतंत्रता संघर्ष की आकांक्षाओं, बलिदानों और लोकतांत्रिक सपनों का परिणाम है। गौरतलब है कि 1946 में संविधान सभा का गठन हुआ और लगभग तीन साल तक विस्तृत बहसों, समितियों और चिंतन के बाद २६ नवंबर 1949 को हमारे देश का संविधान अंगीकृत हुआ। इसमें दुनिया के श्रेष्ठ लोकतांत्रिक मूल्यों को भारतीय परिस्थितियों और विविधता के अनुरूप ढाला गया, फिर चाहे वह मौलिक अधिकार हों, सामाजिक न्याय की अवधारणा हो या संघीय व्यवस्था। यह वह समय था जब भारत ने कानून के राज, समानता, धर्मनिरपेक्षता और स्वतंत्रता को अपनी राष्ट्र-आत्मा बनाया। आज समय बदल चुका है, लेकिन संविधान भारतीय लोकतंत्र की रीढ़ है। यह न केवल शासन व्यवस्था का मार्गदर्शन करता है, बल्कि नागरिकों के अधिकारों की रक्षा और सत्ता पर नियंत्रण का साधन भी है। न्यायपालिका से लेकर चुनाव आयोग तक कई संस्थाएं संविधान की भावना को लागू करती हैं। तकनीक, अर्थव्यवस्था, वैश्वीकरण और सामाजिक चेतना के तेज़ बदलावों के बीच संविधान एक स्थिर आधार प्रदान करता है। संविधान में समय-समय पर संशोधन की व्यवस्था इसे जीवंत और समय के अनुरूप बनाती है। हाल फिलहाल, सरल शब्दों में यह कहा जा सकता है कि आने वाले समय में हमारे संविधान के सामने कई नई चुनौतियाँ आएँगी-जैसे डिजिटल दुनिया में हमारी निजता की सुरक्षा, आर्टिफ़िशियल इंटेलिजेंस और साइबर अपराध, जलवायु से जुड़ी समस्याएँ, केंद्र और राज्यों के बीच बेहतर तालमेल, और समाज में एकता बनाए रखना। भविष्य का भारत संविधान से जुड़ी दो ज़रूरी जिम्मेदारियाँ निभाएगा। पहली, संविधान और उसकी संस्थाओं की रक्षा करना, और दूसरी, समय के अनुसार ज़रूरी बदलाव करना, ताकि लोकतंत्र सबके लिए और बेहतर बन सके। संविधान आगे भी हमें यही सीख देता रहेगा कि देश तभी मजबूत होता है, जब लोग अपनी जिम्मेदारियाँ निभाएँ और सरकार ईमानदारी से काम करे। संविधान दिवस २०२५ केवल एक औपचारिकता मात्र नहीं है, बल्कि अपने लोकतांत्रिक सफर का आत्ममंथन करने का अवसर है। यह दिन हमें याद दिलाता है कि संविधान की मूल आत्मा- न्याय, स्वतंत्रता, समानता और बंधुता वही है, जो देश और समाज को दिशा देती है। बीते कुछ वर्षों में नागरिकों में संवैधानिक जागरूकता उल्लेखनीय रूप से बढ़ी है। स्कूलों, विश्वविद्यालयों और डिजिटल प्लेटफॉर्म्स पर संविधान को समझने और उस पर चर्चा करने का माहौल मजबूत हुआ है। डिजिटल भारत के विस्तार ने शासन को अधिक पारदर्शी और संवेदनशील बनाया है, जिससे सामान्य नागरिक तक सरकारी सेवाएँ आसानी से पहुँचने लगी हैं। आज न्यायपालिका में ई-कोर्ट्स और वर्चुअल सुनवाई जैसी पहलें हमारे देश की न्याय प्रक्रिया को आधुनिक और सुलभ बनाने का संकेत देती हैं। साथ ही, सामाजिक सुरक्षा और कल्याणकारी योजनाओं ने समाज के कमजोर वर्गों को नया आत्मविश्वास प्रदान किया है, जो संविधान के सामाजिक न्याय की भावना को और सशक्त बनाता है। हालाँकि, इन उपलब्धियों के बीच कुछ चिंताएँ भी कम नहीं हैं। लोकतंत्र की नींव समझी जाने वाली असहमति की संस्कृति कमजोर होती दिख रही है; अलग राय रखने वालों के प्रति असहिष्णुता बढ़ी है, जिससे संवाद की गुणवत्ता प्रभावित हुई है। संवैधानिक संस्थाओं की स्वतंत्रता और उनके बीच संतुलन पर उठते सवाल यह याद दिलाते हैं कि लोकतंत्र केवल चुनावों से नहीं, बल्कि मजबूत और निष्पक्ष संस्थाओं से चलता है। नागरिकों में अधिकारों के प्रति जागरुकता तो बढ़ी है, लेकिन कर्तव्यों की चेतना उतनी तीव्र नहीं दिखती। राष्ट्र के प्रति जिम्मेदार व्यवहार और सामाजिक सद्भाव की भावना को जितना विस्तार मिलना चाहिए था, वह अभी भी कहीं न कहीं अधूरा ही है। कुल मिलाकर, संविधान दिवस २०२५ हमें यह सिखाता है कि हमने बहुत कुछ पाया है-जागरुकता, तकनीकी प्रगति और सामाजिक सुरक्षा की दिशा में महत्वपूर्ण कदम। दूसरे शब्दों में कहें तो संविधान दिवस हमें यह सिखाता है कि एक देश तभी मजबूत बनता है, जब उसके नागरिक अपने अधिकारों के साथ-साथ अपनी जिम्मेदारियों को भी समझें। यह दिन हमें याद दिलाता है कि संविधान सिर्फ एक कानूनी दस्तावेज नहीं, बल्कि यह तो हमारे देश की आत्मा है, जो हमें बराबरी, स्वतंत्रता, न्याय और बंधुत्व के रास्ते पर चलना सिखाता है। संविधान दिवस हमें प्रेरित करता है कि हम लोकतांत्रिक मूल्यों का सम्मान करें, विभिन्नताओं को स्वीकारें, और राष्ट्र की एकता तथा सामूहिक प्रगति के लिए मिलकर काम करें। यह दिन हमें यह भी समझाता है कि देश का भविष्य तभी सुरक्षित है, जब हम संविधान की रक्षा करें और इसे अपने व्यवहार का हिस्सा बनाएं। सच तो यह है कि भारतीय संविधान हमें अपने अधिकारों के साथ-साथ विभिन्न जिम्मेदारियों का भी बोध कराता है। पिछले वर्षों में पारदर्शिता और सामाजिक न्याय जैसे क्षेत्रों में प्रगति हुई है, लेकिन संवाद की संस्कृति, संस्थागत निष्पक्षता पर भरोसा और नागरिक कर्तव्यों की भावना जैसी मूल्यवान चीजें कुछ कमजोर पड़ी हैं। संविधान दिवस हमें याद दिलाता है कि संविधान एक जीवंत दस्तावेज है, जिसे सिर्फ पढ़ने नहीं, बल्कि अपने दैनिक जीवन में अपनाने की आवश्यकता है। संविधान दिवस हमें यह याद दिलाता है कि अधिकारों के साथ-साथ कर्तव्य भी उतने ही महत्वपूर्ण हैं। नागरिकों का प्रथम कर्तव्य है-संविधान का सम्मान करना और उसके आदर्शों को अपने व्यवहार में अपनाना। हमें राष्ट्रीय ध्वज, राष्ट्रीय प्रतीकों और संस्थाओं का आदर करना चाहिए। कानून का पालन करना, दूसरों के अधिकारों का सम्मान करना, हिंसा और भेदभाव से दूर रहना भी हमारी जिम्मेदारी है। देश की एकता, अखंडता और सद्भाव बनाए रखना हर नागरिक का नैतिक कर्तव्य है। इसके साथ-साथ पर्यावरण की रक्षा करना, सार्वजनिक संपत्ति की देखभाल करना और समाज के हित में सकारात्मक योगदान देना भी संविधान द्वारा बताए गए प्रमुख कर्तव्यों में शामिल है। संक्षेप में, संविधान दिवस हमें सिखाता है कि एक जिम्मेदार नागरिक वही है, जो अपने अधिकारों के साथ अपने कर्तव्यों का भी ईमानदारी से पालन करे। निष्कर्ष के तौर पर कहा जा सकता है कि न्याय, स्वतंत्रता, समानता और बंधुत्व के मूल्यों को व्यवहार में उतारकर ही हम लोकतंत्र को मजबूत बना सकते हैं और उसके आदर्शों को सच में प्राप्त कर सकते हैं।

सुनील कुमार महला, फ्रीलांस राइटर, कालमिस्ट व युवा साहित्यकार, उत्तराखंड।

वंदे मातरम देशगीत से राष्ट्रगीत के 150 वर्ष

डा.वेदप्रकाश

वंदे मातरम् कोटि-कोटि देशवासियों के अन्तर्मन की अनुभूति का व्यक्त रूप है। इसके एक-एक शब्द में ऐसा जागरण एवं जीवनी शक्ति है जो नित्य नूतन ऊर्जा का संचार करती है। वंदे मातरम् के संबंध में अपने प्रसिद्ध उपन्यास आनंदमठ में बंकिमचंद्र चट्टोपाध्याय ने लिखा है- यह अपूर्व देशगीत गाते-गाते आंखों में जल आने लगता है। सर्वविदित है कि 1875 में अपनी रचना के बाद से ही वंदे मातरम् भारतवर्ष की स्वतंत्रता के लिए खड़े होने वाले प्रत्येक क्रांतिकारी का जीवन गीत बन गया। चाहे वे कारागार में रहे, चाहे सड़क पर, चाहे यातनाएं सही, चाहे फांसी के फंदे चूमें लेकिन वे गाते ही रहे- वंदे मातरम्। वर्ष 1947 में स्वतंत्रता प्राप्त होने के बाद २4 जनवरी 1950 को संविधान सभा द्वारा वंदे मातरम् को राष्ट्रगीत के रूप में मान्यता दी गई।

राष्ट्रगीत के 150 वर्ष पूरे होने आज यह आवश्यक है कि यह जनगीत बने। देश का प्रत्येक नागरिक इसके महत्व को समझकर गौरवान्वित हो। आज यह भी आवश्यक है कि पूरा देश अपनी अपनी भक्ति और संकीर्णताओं को छोड़कर भारत माता की भक्ति करे। वंदे मातरम् एक शब्द युग्म मात्र नहीं है, यह माँ भारती की आराधना है।

तुमी धर्म, तुमी कर्म, तुमी शक्ति और तुमी भक्ति आदि भावों के माध्यम से वंदे मातरम् गीत भारत माता को ही सर्वस्व मानकर समर्पण-वंदन का उद्घोष है। यह जन-जन के लिए प्रभात का स्वर है। यह एक ऐसी चेतन शक्ति है जो जन मन में मातृभूमि के प्रति अगाध प्रेम,निष्ठा, त्याग एवं समर्पण को अंकुरित और स्थापित करता है। सर्वविदित है कि 1875 में कार्तिक शुक्ल नवमी अथवा अक्षय नवमी के दिन बंकिमचंद्र चट्टोपाध्याय ने इसकी रचना की। तदुपरांत उन्होंने 188२ में इसे अपने महत्वपूर्ण उपन्यास आनंदमठ में सम्मिलित किया। वहीं से यह भारतीय स्वतंत्रता संग्राम का विचार अथवा बीज बना।उपन्यास के आरंभ में बंगाब्द सन् 1174 यानी ईस्वी सन् 1768 के आसपास बंगाल में भीषण अकाल, गरीबी, भुखमरी एवं बदहाली और उसके बाद की स्थितियों का उद्घाटन है। बंकिम इन बदहाल क्षेत्रों में कलेक्टर रहे। इसलिए उन्होंने आनंदमठ में साक्षी भाव से लिखा है- जनता रोगाक्रांत होने लगी। गो, बैल, हल बेचे गये, घर-बार बेचा, खेती-बारी बेची। इसके बाद लोगों ने लड़कियां बेचना शुरू किया, फिर लड़के बेचे जाने लगे... घर-घर लोग महामारी से मरने लगे। ऐसी त्रासद स्थिति में भी मालगुजारी जारी थी। ईस्ट इंडिया कंपनी ने 1757 में प्लासी के युद्ध में नवाब सिराजुद्दौला को हराकर मीर जाफर को बंगाल का नवाब बना दिया लेकिन दीवानी अपने पास ही रखी। बंगाल में बदहाली और अंग्रेजों के दमन से त्रस्त होकर जन आक्रोश और संन्यासी विद्रोह पनप रहा था। ये विद्रोही भारत के युवा थे, भारत माता की संतान ही थे। स्वयं बंकिमचंद्र ने इन्हें संतान कहकर संबोधित किया है, जो मां की रक्षा के लिए सर्वस्व समर्पित करते हुए वंदे मातरम् के माध्यम से राष्ट्र की सुषुप्त शिराओं में नव जागरण का मंत्र फूंक रहे थे।

वेद भारतीय ज्ञान परंपरा के आदि ग्रंथ हैं। अथर्ववेद में- माता भूमिः पुत्रो अहं पृथिव्याः अर्थात् यह भूमि मेरी माता है और मैं इसका पुत्र हूं, यह उद्घोष मिलता है। वंदे मातरम् इसी भाव का विस्तार है। यह गीत हमें भारतवर्ष के प्राकृतिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, ऐतिहासिक एवं भौगोलिक वैभव से जोड़ता है। यह भारत की समृद्ध विरासत का भी दर्शन करवाता है।1857 के प्रथम स्वतंत्रता संग्राम के बाद समाज सुधारक, साहित्यकार एवं क्रांतिकारी अपने-अपने तरीके से भारतबोध और नवजागरण की चेतना के प्रसार का प्रयास कर रहे थे। भारतेंदु द्वारा भारत दुर्दशा और अंधेर नगरी देश की दशा बता चुके थे, तो आर्य समाज के माध्यम से स्वामी दयानंद सरस्वती ने समाज में फैली विकृतियों से मुक्ति का अभियान छेड़ा था। यह औपनिवेशिक भारत का सर्वाधिक अंधकारमय कालखंड था। ऐसे में जाति, मत, पंथ, अमीर-गरीब और क्षेत्रीयता आदि में बटे देश को एक ऐसे गीत की आवश्यकता थी जो सभी को एकता के सूत्र में बांध सके। वंदे मातरम् उसी का साकार रूप है। इसका अर्थ ही स्पष्टता से आह्वान करता है- हे मातृभूमि मैं तुम्हारी वंदना करता हूं। तदुपरांत प्राकृतिक सौंदर्य और भौगोलिक भव्यता का उद्घाटन किया है। गीत के पहले दो पद संस्कृत में हैं और बाकी हिस्सा बांग्ला में है। संस्कृत और बांग्ला का यह अद्भुत सामंजस्य जन जन में सांस्कृतिक गौरव का भाव जगाता है। हाल ही में मन की बात नामक कार्यक्रम में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा- वंदेमातरम् इस एक शब्द में कितने ही भाव हैं, कितनी ऊर्जाएं हैं। सहज भाव में ये हमें माँ भारती के वात्सल्य का अनुभव कराता है। यही हमें माँ भारती की संतानों के रूप में अपने दायित्वों का बोध कराता है। स्पष्टतः वे विकसित भारत के जिस बड़े लक्ष्य को लेकर चल रहे हैं उसके लिए युवाओं और जन-जन की भागीदारी महत्वपूर्ण है। राष्ट्रगीत का महत्व समझते हुए वह भागीदारी मजबूत होगी।

ध्यान रहे आत्मविश्वास से रहित और निहित स्वार्थों में लिप्त लोग विकास अथवा नव निर्माण के पथिक नहीं बन सकते। आत्मविश्वास के जागरण हेतु गौरवशाली अतीत का बोध आवश्यक है। आज जब देश विकसित भारत का संकल्प लेकर आगे बढ़ रहा है, तब यह आवश्यक है कि देश का जन-जन इस भू सांस्कृतिक राष्ट्र की गौरवशाली विरासत से परिचित हो। सभी शिक्षण संस्थानों में, गांवों एवं नगरों में वंदे मातरम् के भाव को समझने एवं जन-जन को उससे जोड़ने के लिए व्यापक स्तर पर कार्यक्रम चलें। पाठ्य पुस्तकों के आरंभ में वंदे मातरम् गीत केवल लिखा न जाए अपितु प्रतिदिन शिक्षण संस्थानों में उसका गायन अनिवार्य हो। जाति, मत, संप्रदाय, भाषा एवं क्षेत्रीयता की संकीर्णताओं से परे सभी राष्ट्रगीत के महत्व को आत्मसात करें। ध्यान रहे देशभक्ति एवं मातृभूमि के वंदन से बढ़कर न कोई पंथ हो सकता है और न ही कोई पूजा पद्धति। इसलिए राष्ट्रगीत के रूप में वंदे मातरम् के 150 वर्ष पूर्ण होने पर यह भी आवश्यक है कि यह देशगीत और राष्ट्रगीत अब जनगीत बने।

भारतीय लोकतंत्र का प्राणस्वर – संविधान दिवस [संविधान: संघर्षों का संकलन, भविष्य का संकल्प]

संविधान दिवस यह भी आग्रह करता है कि हम अपने कर्तव्यों की ओर ध्यान दें, क्योंकि लोकतंत्र केवल स्वतंत्रता की घोषणा से नहीं, अनुशासन और उत्तरदायित्व की भावना से फलता-फूलता है। यदि अधिकार हमें शक्तिशाली बनाते हैं, तो कर्तव्य हमें संवेदनशील बनाते हैं। यह दिन हमें उन अनदेखी लड़ाइयों की भी याद दिलाता है, जो न्याय और समानता के लिए सड़क से लेकर संसद तक लड़ी गईं, और आज भी लड़ी जा रही हैं।

भारत की सामूहिक चेतना में कुछ तिथियाँ यूँ अंकित हैं कि वे बीतती नहीं—मन और इतिहास दोनों में सतत स्पंदित रहती हैं। ये तिथियाँ हमें बार-बार याद दिलाती हैं कि राष्ट्र का निर्माण भूगोल से नहीं, बल्कि विचारों, संघर्षों और उन मूल्यों से होता है। 26 नवम्बर ऐसा ही दिन है—एक ऐसा मौन, दृढ़ और प्रखर स्मरण जिसने भारत को केवल शासन प्रणाली ही नहीं दी, बल्कि एक नैतिक दिशा, एक दार्शनिक आधार और भविष्य गढ़ने की शक्ति भी दी। यही वह क्षण था जब भारतीय संविधान सभा ने यह घोषित किया कि अब भारत अपना पथ स्वयं चुनेगा; यह कि अब कोई शक्ति हमें यह नहीं बताएगी कि कैसे जीना है, कैसे सोचना है, और किस तरह इस विशाल विविधता को एक साझा पहचान में पिरोकर आगे बढ़ना है।

संविधान को अंगीकृत करने की इस ऐतिहासिक प्रक्रिया के पीछे केवल विधायी कौशल नहीं, बल्कि समाज को भीतर से पढ़ने वाली एक गहरी दृष्टि थी—एक ऐसी दृष्टि जो समझती थी कि भारत को केवल प्रशासनिक खाका नहीं चाहिए, बल्कि ऐसा जीवंत दस्तावेज़ चाहिए जो हर भारतीय को यह महसूस कराए कि वह इस राष्ट्र का अनिवार्य हिस्सा है। दो वर्ष, ग्यारह महीने और अठारह दिनों तक चली चर्चाओं के दौरान संविधान सभा के अनेक सदस्य केवल विधिक विषय नहीं, बल्कि समाज की पीड़ा, जनता की आकांक्षाएँ, और स्वतंत्रता की कीमत को साथ लेकर बैठे थे। वे समझते थे कि एक नए भारत को आकार देना केवल कानून लिख देने से पूरा नहीं होगा; यह न्याय, समानता, स्वतंत्रता और बंधुत्व जैसे मूल्यों को जीवन का आधार बनाकर ही संभव होगा।

डॉ. भीमराव आंबेडकर के नेतृत्व में रचा गया भारतीय संविधान किसी एक मस्तिष्क की उपज नहीं, बल्कि उन सैकड़ों विमर्शों, हजारों सुझावों और अनगिनत संशोधनों का सघन परिणाम है, जिनमें भारत के भविष्य की हर संभावना को गहराई से परखा गया। इसमें कोई भी तत्व संयोगवश नहीं आया—हर शब्द सुविचारित, हर अनुच्छेद दूरदृष्टि से प्रेरित, और हर अधिकार नागरिक की गरिमा को केंद्र में रखकर गढ़ा गया। इसी कारण इसे "जीवित दस्तावेज़" कहा जाता है—क्योंकि यह समय से संवाद करता है, परिस्थितियों के साथ स्वयं को रूपांतरित करता है, और बदलते युग में भी नागरिकों के साथ कदम मिलाकर चलने की शक्ति रखता है।

26 नवम्बर का महत्व इसीलिए गहरा है कि यह केवल संविधान की अंगीकृति का दिन नहीं, बल्कि उस वैचारिक क्रांति का प्रतीक भी है जिसने भारत को एक आधुनिक लोकतंत्र बनने का आत्मविश्वास दिया। यह हमें यह समझने का अवसर देता है कि राष्ट्र-निर्माण अधिकारों की सूची बनाने से नहीं, बल्कि उन अधिकारों का सम्मान करने वाले समाज को गढ़ने से होता है। यह दिन याद दिलाता है कि प्रस्तावना में लिखा "हम, भारत के लोग..." केवल एक उद्घोषणा नहीं—यह एक साझा प्रतिज्ञा है कि हम एक-दूसरे के अधिकारों की रक्षा करेंगे, विविधता का सम्मान करेंगे, और भेदभाव की हर दीवार को गिराने की दिशा में प्रयासरत रहेंगे।

संविधान दिवस यह भी आग्रह करता है कि हम अपने कर्तव्यों की ओर ध्यान दें, क्योंकि लोकतंत्र केवल स्वतंत्रता की घोषणा से नहीं, अनुशासन और उत्तरदायित्व की भावना से फलता-फूलता है। यदि अधिकार हमें शक्तिशाली बनाते हैं, तो कर्तव्य हमें संवेदनशील बनाते हैं। यह दिन हमें उन अनदेखी लड़ाइयों की भी याद दिलाता है, जो न्याय और समानता के लिए सड़क से लेकर संसद तक लड़ी गईं, और आज भी लड़ी जा रही हैं। संविधान केवल शासकीय प्रणाली का आधार नहीं; यह उस संघर्ष का जीवंत स्मारक है, जिसने भारत को जाति, धर्म और असमानता की पुरानी जंजीरों से मुक्त करने का संकल्प लिया।

इस दिन का वास्तविक अर्थ तब पूरा होता है जब हम औपचारिकताओं से ऊपर उठकर स्वयं से यह प्रश्न पूछें—क्या हम अपनी स्वतंत्रता का उपयोग विवेकपूर्ण ढंग से कर रहे हैं, या केवल सुविधा के अनुसार? क्या हम भिन्नताओं के बावजूद समाज में सौहार्द बनाए रखने का प्रयास करते हैं, या मतभेदों की दीवारों को और ऊँचा कर देते हैं? क्या हम अपने संविधान के मूल्यों को केवल पाठ्यपुस्तक तक सीमित रखते हैं, या उन्हें अपने आचरण का हिस्सा बनाते हैं? संविधान दिवस असल में वही ठहराव है, जहाँ राष्ट्र हमसे सवाल नहीं करता—हम स्वयं से करते हैं। यह वह क्षण है जब हम अपने नागरिक होने के अर्थ को नए सिरे से समझते हैं, और यह पहचानते हैं कि देश की प्रगति क़ानूनों में नहीं, बल्कि उन्हें जीने की हमारी प्रतिबद्धता में बसती है।

26 नवम्बर इसलिए महज़ स्मरण नहीं—यह प्रेरणा का स्रोत है, जिम्मेदारी का संकेत है और भविष्य की दिशा दिखाने वाली अग्निशिखा भी है। यह वही उजास है जो समझाता है कि भारत की वास्तविक शक्ति उसकी संख्या या वैभव में नहीं, बल्कि उस संवैधानिक दृष्टि में है जो हर नागरिक को गरिमा, हर व्यक्ति को अधिकार और हर जीवन को अवसर देने का वचन देती है। यह दिन बताता है कि भारत को महान केवल शासन नहीं, बल्कि सजग और संवेदनशील नागरिक बनाते हैं—और उस सजगता की शुरुआत संविधान को समझने, अपनाने और उसे अपने आचरण में रूपांतरित करने से होती है। इसी अर्थ में 26 नवम्बर केवल अतीत नहीं; यह हर भारतीय के भीतर जलती वह चिर-चेतना है जो याद दिलाती है कि राष्ट्र की असली पहचान उसके लोगों की नीयत, नैतिकता और संवैधानिक प्रतिबद्धता में बसती है।

प्रो. आरके जैन "अरिजीत",

मुख्यमंत्री मोहन माझी ने समृद्ध ओडिशा 2036 कार्यक्रम का उद्घाटन किया

मनोरंजन सासमल, स्टेट हेड ओड़िशा

भूबनेश्वर : मुख्यमंत्री मोहन माझी ने समृद्ध ओडिशा 2036 प्रोग्राम का उद्घाटन किया। इस प्रोग्राम का उद्घाटन उत्कल चैंबर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्री लिमिटेड ने किया। ओडिशा सरकार और उत्कल चैंबर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्री लिमिटेड ने समृद्ध ओडिशा 2036 प्रोग्राम का उद्घाटन किया है।2036 तक ओडिशा की इकॉनमी को 500 बिलियन बनाने का टारगेट है। चीफ गेस्ट के तौर पर चीफ मिनिस्टर मोहन चरण माझी ने प्रोग्राम का उद्घाटन किया।

इस मौके पर चीफ मिनिस्टर ने कहा, अगले 10 साल ओडिशा के लिए सपनों का दशक है। पिछले 80 साल ओडिशा के नुकसान का दशक है। ओडिशा ह्यूमन कैपिटल बनेगा। ओडिशा में इंडस्ट्रियल क्रांति शुरू हो गई है। इससे ओडिशा और राज्य की सूरत बदल जाएगी। राज्य अभी 120 बिलियन की इकॉनमी में है। 2036 तक ओडिशा को 500 बिलियन की इकॉनमी बनाना है। हमारी सरकार ने अब तक 5 लाख 60 हजार करोड़ के 260 प्रोजेक्ट्स को मंजूरी दी है। जिससे 3 लाख 60 हजार रोजगार के मौके बनेंगे। जिसमें से 2 लाख करोड़ के प्रोजेक्ट्स ग्राउंडेड हो चुके हैं। जहां सभी राज्य सेमीकंडक्टर में 1st हैं, वहीं हम 5th हैं। ओडिशा नंबर वन है।

अपने कीनोट एड्रेस में चीफ मिनिस्टर माझी ने पिछली सरकार की कड़ी आलोचना की थी कि 24 साल की स्टेबिलिटी के बावजूद वह इंडसट्रियल क्रांति लाने में फेल रही। उन्होंने कहा कि विज़न और पॉलिटिकल विल की कमी की वजह से ओडिशा के साथ धोखा हुआ है, और मेक-इन ओडिशा जैसे पिछले इनिशिएटिव ज़्यादातर इवेंट-ड्रिवन थे और ज़मीन पर रिज़ल्ट देने में फेल रहे। लेकिन सिर्फ़ 17 महीनों में अपनी सरकार की अचीवमेंट्स बताते हुए, चीफ़ मिनिस्टर माझी ने अनाउंस किया कि ओडिशा को 17 लाख करोड़ रुपये के इन्वेस्टमेंट प्रपोज़ल मिले हैं, जो राज्य के इतिहास में सबसे बड़ा है।

रियल-टाइम प्रोजेक्ट इम्प्लीमेंटेशन के लिए अपनी सरकार के कमिटमेंट को कन्फर्म करते हुए, चीफ़ मिनिस्टर माझी ने कहा कि 30 ज़िलों में 64 इंडस्ट्रीज़ लगाई जाएंगी, और 14 ज़िलों में फाउंडेशन स्टोन रखने का काम पूरा किया जाएगा। उन्होंने भरोसा दिलाया कि सरकार इवेंट मैनेजमेंट पर नहीं बल्कि विज़िबल इंडस्ट्रीज़ की ग्रोथ पर फोकस कर रही है, जो ओडिशा को मौके और खुशहाली का एक उभरता हुआ हब बनाएगी।

ईडी की सम्मन का अवहेलना पर मुख्यमंत्री हेमंत के अंतरिम जमानत राहत को हाईकोर्ट ने किया समाप्त

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड - झारखंड

रांची, ईडी के समन की अवहेलना करने के मामले में मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन की अंतरिम राहत को झारखंड हाई कोर्ट ने समाप्त कर दिया है। जस्टिस एके चौधरी की अदालत ने ईडी की शिकायतवाद पर एमपी-एमएलए की विशेष अदालत में ट्रायल की प्रक्रिया जारी रखने का निर्देश दिया है। अदालत में सुनवाई के दौरान प्रार्थी हेमंत सोरेन की ओर से समय दिए जाने की मांग की गई और अंतरिम राहत (व्यक्तिगत उपस्थिति से छूट) को बढ़ाने का आग्रह किया गया।

अदालत ने उनके आग्रह को अस्वीकार करते हुए पहले जारी किए गए अंतरिम आदेश को निरस्त कर दिया। मामले में ईडी की ओर से अधिवक्ता अमित कुमार दास और सौरभ कुमार ने पक्ष रखा। एमपी-एमएलए की विशेष अदालत में इस मामले में सुनवाई 28 नवंबर की तिथि पूर्व से निर्धारित है। इसके बाद राजनीतिक सरगर्मी बढ़ गई है।

चार दिसंबर 2024 को मामले में कोर्ट ने अंतरिम आदेश देते हुए समन अवहेलना मामले में हेमंत सोरेन को एमपी-एमएलए कोर्ट में व्यक्तिगत उपस्थिति से छूट दी थी। हेमंत सोरेन की ओर से एमपी-एमएलए कोर्ट के उक्त आदेश को निरस्त करने का आग्रह करते हुए याचिका दाखिल की गई है। ईडी द्वारा मुख्यमंत्री पर समन की अवहेलना का आरोप लगाते हुए निचली अदालत में शिकायतवाद दर्ज कराया है।

एमपी-एमएलए मामले की विशेष अदालत में सुनवाई के दौरान हेमंत सोरेन को व्यक्तिगत रूप से उपस्थित होने का निर्देश दिया था। इसके खिलाफ मुख्यमंत्री ने व्यक्तिगत उपस्थिति से छूट की याचिका दाखिल की थी। जिसे निचली अदालत ने खारिज कर दी थी। इसी आदेश को चुनौती देते हुए मुख्यमंत्री ने हाई कोर्ट में याचिका दायर की थी।

जज- वकील मामले पर सुप्रीम कोर्ट का निर्णय आने के बाद हाईकोर्ट में होगी अगली सुनवाई, झारखंड हाईकोर्ट का चर्चित मामला

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड -झारखंड

रांची। झारखंड हाई कोर्ट की पांच जजों की वृहद पीठ में जस्टिस राजेश कुमार और वकील महेश तिवारी के साथ हुए विवाद मामले में मंगलवार को सुनवाई हुई।

सुनवाई के दौरान कोर्ट को बताया गया कि वकील महेश तिवारी ने हाई कोर्ट के आदेश के खिलाफ सुप्रीम कोर्ट में याचिका दाखिल की है। इसके बाद अदालत ने कहा कि सुप्रीम कोर्ट का निर्णय आने के बाद मामले में अगली सुनवाई होगी

चीफ जस्टिस तरलोक सिंह चौहान, जस्टिस सुजीत नारायण प्रसाद, जस्टिस आर मुखोपाध्याय, जस्टिस आनंद सेन और जस्टिस राजेश शंकर की पीठ ने अधिवक्ता महेश तिवारी के खिलाफ आपराधिक अवमानना का आरोप तय करते हुए महेश तिवारी से स्पष्टीकरण मांगा था।

लेकिन उनकी ओर से अभी तक जवाब दाखिल नहीं किया गया है। हाई कोर्ट की एकलपीठ में एक मामले की सुनवाई के दौरान अधिवक्ता महेश

हाई कोर्ट में होने वाली लाइव स्ट्रीमिंग के जरिए नोंक-झोंक का वीडियो हो गया था। इसके बाद हाई कोर्ट की पूर्ण पीठ ने निर्णय था कि मामले में पांच जजों की पीठ आपराधिक अवमानना का मामला सुनेगी।

इसके बाद चीफ जस्टिस सहित पांच जजों की पीठ में मामले की सुनवाई हुई। इस दौरान पेन ड्राइव के जरिए कोर्ट रूम में पूरे दिन की कोर्ट प्रोसिडिंग की रिकार्डिंग प्रसारित की गई। चीफ जस्टिस ने अधिवक्ता महेश तिवारी से पूछा कि इस मामले में उन्हें कुछ कहना है या सफाई देनी है।

क्योंकि एकल पीठ में हुए इस कृत्य को प्रथम दृष्टया हम लोग आपराधिक अवमानना मान चुके हैं। कोर्ट आरोप तय करने के लिए बैठी है। इसपर अधिवक्ता महेश तिवारी ने कहा था कि हुजूर हमने कोई गलती नहीं की है। मैंने यह बयान बिल्कुल होश में दिया है।

गुरु तेग बहादुर जी के 350वें शहीदी समागम को समर्पित गुरुद्वारा भाई घनेइया जी में मेडिकल व रक्तदान कैंप आयोजित

अमृतसर, 25 नवंबर (साहिल बेरी)

गुरु तेग बहादुर जी के 350वें शहीदी समागम को समर्पित गुरुद्वारा भाई घनेइया जी में कांग्रेस पार्टी के इंचार्ज बरजिंदर सिंह टिंकू की ओर मेडिकल व रक्तदान कैंप आयोजित हुआ। स्री गुरु तेग बहादुर जी के 350 साला शहादत समागम को समर्पित करते हुए आज गुरुद्वारा भाई घनेइया जी तथा कांग्रेस पार्टी के इंचार्ज बरजिंदर सिंह टिंकू की ओर से मेडिकल कैंप और रक्तदान कैंप लगाया गया।

कैंप में ज़रूरतमंद मरीज़ों को मुफ़्त दवाइयां और अन्य आवश्यक सुविधाएं प्रदान की गईं। इस अवसर पर कश्मीर सिंह (प्रधान, गुरुद्वारा भाई घनेइया जी कमेटी), अमरजीत सिंह जोड़ा (इंचार्ज), अशोक कुमार (ब्लॉक प्रधान, ओबीसी विंग साउथ), जसविंदर सिंह शेर गिल (काउंसलर), मोहन सिंह माड़ीमेगा (काउंसलर), लखविंदर सिंह, हरजिंदर सिंह संधू, जगतार सिंह राजू, अंग्रेश सिंह, बाबा अमनदीप, हरप्रीत, सुरजीत सिंह गिल, प्रीतम सिंह बावा, बलविंदर सिंह चहल, संदीप सिंह, बाबा रंन्जोद, अमृत जोड़ा, कोमलप्रीत, शिपु, हरदीप सिंह, दिलावर सिंह आदि मौजूद रहे।

अमृतसर के मेयर जतिंदर सिंह भाटिया द्वारा जोड़ा फाटक की सड़कों पर प्रीमिक्स डालने के कार्य की शुरुआत

जोड़ा फाटक क्षेत्र की सड़कों के नवीनीकरण का कार्य शुरू, मेयर जतिंदर सिंह भाटिया ने किया शुभारंभ

अमृतसर, 25 नवंबर (साहिल बेरी)

शहर में विकास कार्यों को लगातार आगे बढ़ाते हुए माननीय मेयर श्री जतिंदर सिंह भाटिया जी ने आज जोड़ा फाटक क्षेत्र में सड़कों पर प्रीमिक्स डालने के काम का उद्घाटन किया। इस कार्य से वार्ड नंबर 24 सहित आसपास के इलाकों को टूटी-फूटी सड़कों से राहत मिलेगी और लोगों को आवागमन में बड़ी सुविधा प्राप्त होगी।

मेयर भाटिया जी ने कहा कि शहर के हर वार्ड में बुनियादी ढांचे को मजबूत करना और नागरिकों को बेहतर सुविधाएं प्रदान करना नगर निगम की सर्वोच्च प्राथमिकता है। उन्होंने बताया कि ये प्रीमिक्स सड़कें उच्च गुणवत्ता के मानकों के अनुसार बनाई जाएंगी, जो लंबे समय तक टिकाऊ रहेंगी और लोगों के दैनिक जीवन को अधिक सुगम बनाएंगी।

उन्होंने यह भी कहा कि आने वाले समय में शहर के बाकी बचे विकास कार्यों को भी तेज़ी से पूरा किया जाएगा।

इस अवसर पर वार्ड नंबर 24 के काउंसलर श्री सतनाम सिंह विशेष रूप से उपस्थित थे। काउंसलर सतनाम सिंह ने वार्ड निवासियों की ओर से मेयर साहिब का दिल से धन्यवाद किया और कहा कि सड़कों का काम पूरा होने के बाद इलाके की सूरत बदल जाएगी।

इसके अलावा वार्ड के कई प्रमुख कार्यकर्ता और स्थानीय निवासी भी उद्घाटन समारोह में मौजूद रहे।

जब थक जाएगा तू दुनिया की दौड़ में

संजय अग्रवाला, जलपाईगुड़ी, पश्चिम बंगाल

जब थक जाएगा तू दुनिया की दौड़ में,
हर चेहरा लगेगा तुझसे आगे दौड़ में।
तब बैठ एक कोने में ख़ुद से बात कर,
ज़रा थम के अपने जज़्बातों को याद कर।

जब सबकी आवाज़ें तुझ पर हावी हों जाएँ,
तेरे ख़्वाब भी तुझसे दूरी बनाएँ।
जब लगे कि तू हार रहा है भीड़ के बीच,
तब ख़ुद से करना — "मैं अब भी हूं विशेष।"

जब सुबहें बेजान हों और रातें तन्हा,
और मुस्कान लगे बस चेहरों की चकाचौंध का बहाना।
जब अपने भी पराये लगने लगें एक रोज़,
तब अपने दिल को बनाना तू अपना सबसे करीबी दोस्त।

जब ख़्वाहिशें रेत सी फिसलती जाएँ हाथों से,
और उम्मीदें छूटती जाएँ तेरे सपनों के साथों से।
तब तू आसमान में एक तारा चुन लेना,
और हर रात उससे अपनी बातों का सिलसिला बुन लेना।

जब लोग तुझसे पूछें, "क्या पाया तूने?",
पर कोई न पूछे, "क्या खोया तूने?"
तब तू ख़ुद को दो जवाब देना,
जो कोई और नहीं दे सकता — सिर्फ तू ही देना।

जब रास्ते उलझ जाएँ मंज़िल की भीड़ में,
और तू खड़ा रह जाए किसी वीरान मोड़ में।
तब याद रखना — हर मोड़ पर एक मौका है छिपा,
हर ठहराव में भी जीवन का संगीत है बसा।

कभी ख़ुद को आँसू देने की इजाज़त भी देना,
कभी मुस्कुरा के दर्द को अलविदा कहना।
क्योंकि तू ही है अपना सबसे बड़ा सहारा,
दुनिया की दौड़ से ऊपर है तेरा सच्चा सितारा।

जब थक जाएगा तू दुनिया की दौड़ में,
याद रखना — थोड़ा रुकना भी एक जीत है इस दौर में।

देबाशीष सामंतराय ने इस्तीफ़ा देने की खतरनाक वजह बताई

मनोरंजन सासमल, स्टेट हेड ओड़िशा

भुबनेश्वर: MP देबाशीष सामंत्रय ने इस्तीफा दे दिया है। देबाशीष ने मंगलवार को BJD सीनियर सिटीजन सेल के वाइस प्रेसिडेंट पद से इस्तीफा दे दिया। देबाशीष ने अपना इस्तीफा BJD प्रेसिडेंट नवीन पटनायक को भेजा। इससे पहले, वह पार्टी से नाखुश थे। हालांकि, देबाशीष ने अपने इस्तीफे में लिखा कि उन्होंने पद इसलिए छोड़ा क्योंकि उन्हें महत्व नहीं दिया गया।देबाशीष ने लेटर में कहा है कि पार्टी अब बीजू बाबू के उसूलों पर नहीं चल रही है। देबाशीष ने कहा, बीजू जनता दल अब एक ब्यूरोक्रेटिक पार्टी बन गई है। BJD अब बीजू बाबू के उसूलों पर नहीं चल रही है। अब चर्चा है कि देबाशीष सामंत्रे जल्द ही BJD छोड़कर BJP में शामिल हो जाएंगे।

गौरतलब है कि कुछ दिन पहले जब BJD ने श्रीमयी मिश्रा को पार्टी से निकाला था, तो देबाशीष सामंत्रे ने इसकी बुराई की थी। देबाशीष ने श्रीमयी मिश्रा का सपोर्ट करते हुए कहा, श्रीमयी ने जो कहा वह सही कहा। पार्टी ने श्रीमयी को टिकट मांगने के बाद भी नहीं दिया। देबाशीष ने कहा कि श्रीमयी ने जो कुछ भी कहा वह सच है।

प्रसन्ना आचार्य ने BJD MP देबाशीष सामंत्रे के पार्टी विरोधी बयान पर रिएक्शन दिया है। उन्होंने कहा, ₹हर परिवार में मतभेद होते हैं, समझदारी और सोच-समझकर काम करना बेहतर है। पार्टी में कई मुद्दों पर अलग-अलग राय होती है। पार्टी एक राय के साथ आगे बढ़ती है,₹ प्रसन्ना ने कहा।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक एवं संपादक संजय कुमार बाटला द्वारा इम्प्रेशंस प्रिंटिंग एंड पैकेजिंग लिमिटेड, सी-18,19,20 सेक्टर 59, नोएडा (उत्तर प्रदेश) से मुद्रित एवं 3, प्रियदर्शनी अपार्टमेंट ए-4, पश्चिमी विहार, नई दिल्ली- 110063 से प्रकाशित। सम्पर्क : 9212122095, 9811902095. newstransportvishesh@gmail.com
(इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं संपादन पी.आर.बी. एक्ट के अंतर्गत उत्तरदायी) किसी भी कानूनी विवाद की स्थिति में निपटारा दिल्ली के न्यायालय के अधीन होंगे। RNI No :- DELHIN/2023/86499. DCP Licensing Number F.2 (P-2) Press/2023