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 294, नई दिल्ली, बुधवार 24 दिसम्बर 2025, मूल्य ₹ 5, पेज 8

देश का पहला ट्रांसपोर्ट दैनिक समाचार पत्र

आज का सुविचार

सूरज हमे ये सिखाता है की हर काली रात के बाद उझाला ज़रूर आता है।

03 जो आप अकेले में, खाली कमरे में करते हैं, वही आपका चरित्र गढ़ता है

06 तनावग्रस्त शिक्षक, चिंतित बच्चे: बढ़ती हुई परेशानी में एक स्कूल प्रणाली

08 सांसें गिन रही है देव नदी- पानी नहीं, रेत का अवैध परिवहन जारी - डॉ यादव

वायु प्रदूषण के नाम पर ट्रांसपोर्ट सेक्टर पर अन्याय, दिल्ली टैक्सी एंड टूरिस्ट ट्रांसपोर्टर्स एसोसिएशन

संजय कुमार बाठला

दिल्ली टैक्सी एंड टूरिस्ट ट्रांसपोर्टर्स एसोसिएशन ने वायु प्रदूषण के नाम पर टैक्सी, बस और टूरिस्ट वाहन मालिकों के साथ हो रहे भेदभाव तथा आम जनता को झेलनी पड़ रही कठिनाइयों को लेकर मीडिया को संबोधित किया।

यह प्रेस कॉन्फ्रेंस प्रेस क्लब आफ इंडिया, राय सिंह रोड, नई दिल्ली में आयोजित की गई। एसोसिएशन के अध्यक्ष संजय सम्राट ने कहा कि वायु प्रदूषण के नाम पर वाहन उद्योग में जबरन नए वाहन बिकवाने का माहौल बनाया जा रहा है।

वर्ष 2000 में सुप्रीम कोर्ट के आदेश के बाद डीज़ल टैक्सियों और बसों को बंद किया गया, लेकिन उसके बाद 2001 में दिल्ली सरकार ने BS-II और 2011 में BS-IV मानक के वाहन स्वयं पंजीकृत किए। उन्होंने सवाल उठाया कि ₹यदि यह वाहन प्रदूषणकारी थे, तो इन्हें दिल्ली/एनसीआर में पंजीकरण की अनुमति क्यों दी गई?

₹संजय सम्राट ने आगे कहा कि कोविड-19 महामारी के दौरान परिवहन क्षेत्र पहले ही भारी नुकसान झेल चुका है, ऐसे में बिना किसी मुआवज़े या नीति-गारंटी के BS-VI वाहन खरीदने की अनिवार्यता परिवहन व्यवसाय पर

अनुचित बोझ डाल रही है।

यह वाहन लगभग 30 प्रतिशत महंगे हैं, जिससे छोटे ट्रांसपोर्टर और पर्यटन क्षेत्र सबसे अधिक प्रभावित हुए हैं।

एसोसिएशन की मुख्य आपत्तियाँ:

* सरकार की अनुमति से खरीदे गए BS-IV वाहनों पर बीच में प्रतिबंध लगाना अन्यायपूर्ण है।

* RC, फिटनेस, बीमा और PUC वैध होने के बावजूद वाहनों को अवैध घोषित किया जा रहा है।

* जब PUC प्रमाणपत्र सरकार स्वयं जारी करती है, तो उसी वाहन को प्रदूषणकारी बताना विरोधाभासी है।

* निर्माण से उठने वाली धूल, पेड़ कटाई और अत्यधिक कंक्रीटीकरण जैसे वास्तविक प्रदूषण स्रोतों पर कोई ठोस कार्रवाई नहीं हो रही।

* परिवहन सेक्टर, विशेषकर मध्यम वर्ग और छोटे टूर-ऑपरेटर, इस नीति से बुरी तरह प्रभावित हैं।

मुख्य मांगें:

* BS-IV वाहनों को उनकी RC की पूरी वैध अवधि तक चलने दिया जाए।

* सरकार द्वारा जारी PUC प्रमाणपत्र का सम्मान किया जाए।

* यदि प्रतिबंध लगाया जाए तो उचित मुआवज़ा या सब्सिडी दी जाए तथा

* नीति स्पष्ट की जाए।

* BS-IV और BS-VI वाहनों को RC समाप्ति तक चलाने की लिखित गारंटी दी जाए।

* निर्माण स्थलों की धूल और पेड़ों की कटाई पर सख़्त नियंत्रण किया जाए।

* किसी भी नए निर्णय से पहले ट्रांसपोर्ट संगठनों से परामर्श किया जाए।

* संगठन ने यह भी मांग की कि एथनॉल-मिला पेट्रोल की बिक्री पर रोक लगाई जाए, क्योंकि यह गन्ने या मक्के से बनता है और इसके जलने से भी प्रदूषण की संभावना रहती है।

* साथ ही, हवाई जहाज़ों का भी प्रदूषण स्तर और उम्र की जाँच की जाए—15 वर्ष से पुराने विमानों को बंद किया जाए और उनके लिए भी प्रदूषण प्रमाणपत्र अनिवार्य किया जाए।

एसोसिएशन ने कमीशन फॉर एयर क्वालिटी मैनेजमेंट, केंद्र सरकार और दिल्ली सरकार से अपील की कि वे व्यावहारिक, वैज्ञानिक और मानवीय नीति बनाएँ, जिससे पर्यावरण संरक्षण के साथ-साथ लाखों परिवारों का रोजगार भी सुरक्षित रहे।

इस अवसर पर गृह मंत्री अमित शाह, पर्यावरण मंत्री भूपेन्द्र यादव, और दिल्ली के पर्यावरण मंत्री मंजिन्दर सिंह सिरसा को ज्ञापन भी सौंपा गया।

जय जगन्नाथ जी

जगन्नाथ पुरी धाम दर्शन यात्रा

(दिल्ली से फ्लाइट द्वारा यात्रा)

यात्रा तिथि: 19 जनवरी से 21 जनवरी

यात्रा कार्यक्रम :

DAY 1 – दिल्ली भुवनेश्वर
(फ्लाइट द्वारा)
होटल में चेक-इन
खंडगिरी एवं उदयगिरी गुफाएं
एलिफेंटा / लायन / क्वीन केव्स
लिंगराज मंदिर
जैन मंदिर
मुक्तेश्वर मंदिर
बिंदुसागर
रात्रि विश्राम – भुवनेश्वर

DAY 2
नाश्ता
बुद्ध स्तूप
कोणार्क सूर्य मंदिर
चंद्रभागा बीच
रामचंडी मंदिर
पुरी होटल में ठहराव
श्री जगन्नाथ मंदिर दर्शन
विमला शक्तिपीठ
रात्रि विश्राम – पुरी

DAY 3
नाश्ता
चिल्का झील (डॉल्फिन सैंक्चुरी)
दिल्ली वापसी

पैकेज में शामिल :
हवाई यात्रा
होटल ठहराव
केवल नाश्ता

पैकेज मूल्य : 25,000 /- प्रति व्यक्ति

बुकिंग अंतिम तिथि : 15 दिसंबर

संपर्क करें :
9716338127,
9811732094
9212632095

निजी वित्तीय संस्था द्वारा कथित अवैध वाहन जब्ती, अवैध वसूली एवं नागरिक अधिकारों के उल्लंघन का गंभीर मामला

परिवहन विशेष न्यूज

नई दिल्ली। मैं, राजीव रंजन, यह प्रेस नोट भारत के संविधान द्वारा प्रदत्त अधिकारों के अंतर्गत मीडिया, प्रशासन एवं समस्त सक्षम प्राधिकरणों के संज्ञान हेतु जारी कर रहा हूँ।

मेरे स्वामित्व/उपयोग में निम्नलिखित दो वाहन रहे हैं—

1. वाहन संख्या DL1LAJ2665
2. वाहन संख्या DL1LAJ2687

वाहन संख्या DL1LAJ2665 पर सुंदरम फाइनेंस लिमिटेड से वित्तीय अनुबंध था, जिसकी अवधि दिसंबर 2024 में पूर्ण हो चुकी थी। इसके उपरांत भी, विवाद से बचने एवं सद्भावना के उद्देश्य से मैंने सुंदरम फाइनेंस को कुल ₹3,70,000/- (तीन लाख सत्तर हजार रुपये) का भुगतान किया, जो मेरी वास्तविक देय राशि से अत्यधिक अधिक था। यह भुगतान संदीप एवं प्रकाश नामक व्यक्तियों के माध्यम से किया गया, जो स्वयं को सुंदरम फाइनेंस लिमिटेड से संबद्ध बताते हैं।

कथित अवैध कृत्य

उक्त भुगतान के बावजूद, सुंदरम फाइनेंस लिमिटेड के कुछ कर्मचारियों द्वारा निम्नलिखित कृत्य किए जाने का गंभीर आरोप है—

1. दिनांक से पूर्व एवं विशेष रूप से दिनांक 05.12.2025 को मेरी दूसरी गाड़ी (DL1LAJ2687), जिसका उक्त वित्तीय अनुबंध से कोई प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष संबंध नहीं था, को बिना किसी न्यायालयीन आदेश अथवा विधिक प्रक्रिया का पालन किए जबरन कब्जे में लिया गया।

2. वाहन जब्ती के समय चालक से मोबाइल फोन एवं वाहन की चाबी छीन ली गई, जो प्रथमदृष्टया भारतीय दंड संहिता तथा मौलिक अधिकारों का उल्लंघन प्रतीत होता है।

3. चालक को कथित रूप से दिल्ली से हरियाणा ले जाकर छोड़ दिया गया, जिससे उसकी व्यक्तिगत स्वतंत्रता का हनन हुआ।

4. सुंदरम फाइनेंस के मैनेजर बताए जाने वाले प्रकाश द्वारा कथित रूप से यह कहा गया कि ₹20,000/- नकद देने पर NOC प्रदान की जाएगी, जो प्रथमदृष्टया अवैध मांग एवं अनुचित दबाव की श्रेणी में आता है।

5. उक्त कथित अवैध मांग स्वीकार न करने पर वाहन जब्ती की धमकी दी गई, जिसे बाद में अमल में लाया गया।

6. घटना के समय 112 आपातकालीन सेवा पर सूचना दिए जाने के बावजूद कोई प्रभावी या त्वरित राहत प्राप्त नहीं हुई।

विधिक कार्यवाही एवं शिकायतें

न्याय प्राप्ति हेतु मैंने विधिवत निम्नलिखित संस्थानों के समक्ष लिखित शिकायतें/आवेदन प्रस्तुत किए हैं—

मोती नगर थाना, दिल्ली – दिनांक 05.12.2025

भारतीय रिजर्व बैंक (RBI) – दिनांक 09.12.2025

माननीय राष्ट्रपति महोदय – दिनांक 09.12.2025

माननीय प्रधानमंत्री, गृह मंत्री, वित्त मंत्री, परिवहन मंत्री (भारत सरकार) – दिनांक 09.12.2025

माननीय मुख्यमंत्री, दिल्ली सरकार एवं पुलिस आयुक्त, दिल्ली पुलिस

वित्तीय सेवा विभाग, भारत सरकार (वित्त मंत्रालय) – दिनांक 10.12.2025

सुंदरम फाइनेंस लिमिटेड के निदेशक, तमिलनाडु एवं दिल्ली हेड ऑफिस (बाराखंबा रोड) – दिनांक 12.12.2025

विधिक एवं सार्वजनिक महत्व के प्रश्न

क्या कोई निजी वित्तीय संस्था बिना न्यायालयीन आदेश वाहन जब्त कर सकती है?

क्या फाइनेंस अनुबंध से असंबंधित वाहन की जब्ती विधिसम्मत है?

क्या नकद धनराशि की मांग कर NOC रोकी जा सकती है?

क्या चालक के साथ किया गया व्यवहार संविधान के अनुच्छेद 21 (जीवन एवं व्यक्तिगत स्वतंत्रता का अधिकार) के अनुरूप है?

मांग

मैं मीडिया एवं समस्त सक्षम प्राधिकरणों से यह अपेक्षा करता हूँ कि—

1. पूरे प्रकरण की निष्पक्ष, स्वतंत्र एवं समयबद्ध जांच कराई जाए।

2. मेरी जब्त गाड़ी को तत्काल विधिसम्मत रूप से मुक्त कराया जाए।

3. यदि आरोप सत्य पाए जाएँ, तो संबंधित व्यक्तियों/कर्मचारियों के विरुद्ध प्रचलित कानून के अनुसार कठोर कार्रवाई की जाए।

4. भविष्य में इस प्रकार की घटनाओं की पुनरावृत्ति रोकने हेतु निजी वित्तीय संस्थानों पर प्रभावी नियामक नियंत्रण सुनिश्चित किया जाए।

यह विषय केवल एक व्यक्ति का निजी विवाद नहीं है, बल्कि देश के हजारों ड्राइवरों एवं वाहन स्वामियों के संवैधानिक, कानूनी एवं मानवीय अधिकारों से प्रत्यक्ष रूप से जुड़ा हुआ है।

इस प्रकरण में राष्ट्रीय ड्राइवर संयुक्त मोर्चा समिति, दिल्ली एक ड्राइवर के साथ हुए कथित अन्याय के विरुद्ध पूर्ण संवैधानिक, कानूनी एवं लोकतांत्रिक सहयोग प्रदान करते हुए इस मामले को प्रमुखता से उठाने का समर्थन करती है।

—राजीव रंजन

CAQM के आदेश पर GRAP स्टेज-IV लागू, गुरुग्राम में सरकारी दफ्तरों के समय में बदलाव

परिवहन विशेष न्यूज

वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग (CAQM) ने आदेश संख्या 120017/27/GRAP/ 2021/ CAQM दिनांक 13-12-2025 के तहत दिल्ली-एनसीआर में ग्रेडेड रिस्पॉन्स एक्शन प्लान (GRAP) का स्टेज-IV लागू कर दिया है। इसके तहत अतिरिक्त आपातकालीन उपाय अपनाने के निर्देश दिए गए हैं।

डीसी अजय कुमार ने जारी निर्देशों की अनुपालना में जिला गुरुग्राम में राज्य सरकार तथा नगर निकायों के अंतर्गत आने वाले सभी सार्वजनिक कार्यालयों के लिए स्टैगर्ड ऑफिस टाइमिंग लागू करने के आदेश जारी किए हैं।

नई कार्यालय समय-सारिणी (GRAP स्टेज-IV के दौरान):

राज्य सरकार के अधीन कार्यालय

सुबह 9:30 बजे से शाम 5:30 बजे तक

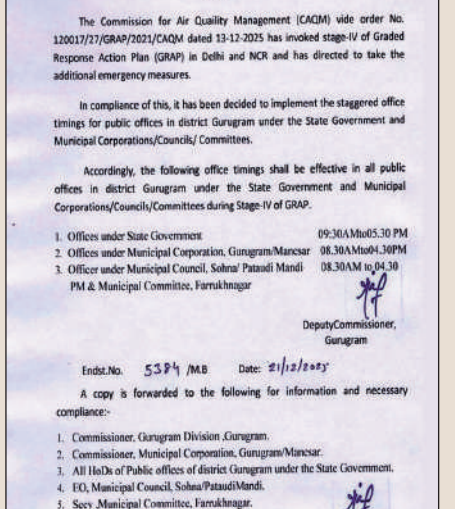
नगर निगम गुरुग्राम / नगर निगम मानेसर

सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे तक

नगर परिषद सोहना / पटौदी मंडी एवं नगर समिति फर्रुखनगर

सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे तक

यह समय-सारिणी GRAP स्टेज-IV प्रभावी रहने तक लागू रहेगी।



उपायुक्त कार्यालय, गुरुग्राम
Office of Deputy Commissioner, Gurugram
Office : Mini Secretariat, Gurugram- Phone - 0124-2321144 Fax No. 0124-2325500
E-mail dcgrg@hry.nic.in

Order

The Commission for Air Quality Management (CAQM) vide order No. 120017/27/GRAP/2021/CAQM dated 13-12-2025 has invoked stage-IV of Graded Response Action Plan (GRAP) in Delhi and NCR and has directed to take the additional emergency measures.

In compliance of this, it has been decided to implement the staggered office timings for public offices in district Gurugram under the State Government and Municipal Corporations/Councils/ Committees.

Accordingly, the following office timings shall be effective in all public offices in district Gurugram under the State Government and Municipal Corporations/Councils/Committees during Stage-IV of GRAP.

1. Offices under State Government 09:30AMto05.30 PM
2. Offices under Municipal Corporation, Gurugram/Manesar 08.30AMto04.30PM
3. Officer under Municipal Council, Sohna/ Pataudi Mandi PM & Municipal Committee, Farrukhnagar 08.30AM to 04.30

DeputyCommissioner, Gurugram

Endst.No. 5384 /MB Date: 21/12/2025

A copy is forwarded to the following for information and necessary compliance:-

1. Commissioner, Gurugram Division ,Gurugram.
2. Commissioner, Municipal Corporation, Gurugram/Manesar.
3. All HoDs of Public offices of district Gurugram under the State Government.
4. EO, Municipal Council, Sohna/PataudiMandi.
5. Secy ,Municipal Committee, Farrukhnagar.
6. DIPRO,Gurugram.

Deputy Commissioner, Gurugram

टेंपल आफ लिबरलाइजेशन एंड वेलफेयर अलाइड ट्रस्ट पंजीकृत

https://tolwa.com/about.html | tolwaindia@gmail.com
tolwadelhi@gmail.com

पिंकी कुंडू

आज का साइबर सुरक्षा विचार

मास्क्ड आधार से अपनी पहचान सुरक्षित रखें

मास्क्ड आधार आपके आधार कार्ड का गोपनीयता-संवर्धित संस्करण है, जिसमें पहले 8 अंक छिपे रहते हैं (XXXX XXXX) और केवल अंतिम 4 अंक दिखाई देते हैं। यह सामान्य आधार की तरह ही पहचान सत्यापन (KYC, होटल, हवाई अड्डे, बैंक, सिम कार्ड) के लिए मान्य है, लेकिन आपके पूरे आधार नंबर के दुरुपयोग को रोकता है।

आप इसे आसानी से UIDAI पोर्टल, DigiLocker, या mAadhaar ऐप से डाउनलोड कर सकते हैं।

मास्क्ड आधार के उपयोग के लाभ

• बेहतर गोपनीयता: पहले 8 अंक छिपे रहते हैं, जिससे आधार के दुरुपयोग का जोखिम घटता है।

* धोखाधड़ी से सुरक्षा : आधार-लिंक्ड पेमेंट फ्रॉड, सिम स्वैप और पहचान चोरी से बचाव करता है।

• कानूनी रूप से मान्य: बैंक, हवाई अड्डे, होटल, टेलीकॉम ऑपरेटर और e-KYC में स्वीकार्य।

• पासवर्ड-संरक्षित प्रारूप: सुरक्षित PDF के रूप में डाउनलोड होता है, जिसे केवल आपका पासवर्ड खोल सकता है।

• सुविधाजनक: अधिकांश स्थानों पर उपयोगी जहाँ आधार की आवश्यकता होती है, बिना संवेदनशील विवरण उजागर किए।

* अनुपालन-अनुकूल: भारत के डिजिटल पर्सनल डेटा प्रोटेक्शन एक्ट (DPDP Act, 2023) के अनुरूप सुरक्षित आधार उपयोग को प्रोत्साहित करता है।

मास्क्ड आधार डाउनलोड और उपयोग करने की चरण-दर-चरण प्रक्रिया

विकल्प 1: UIDAI वेबसाइट

1. UIDAI आधिकारिक पोर्टल पर जाएँ।

2. "Download Aadhaar" सेक्शन में जाएँ।

3. अपना आधार नंबर, एनरोलमेंट आईडी या वर्चुअल आईडी दर्ज करें।

4. "Masked Aadhaar" विकल्प चुनें।

5. पंजीकृत मोबाइल नंबर पर भेजे गए OTP से सत्यापन करें।

6. PDF डाउनलोड करें।

o पासवर्ड प्रारूप: आपके नाम के पहले 4 अक्षर (CAPS में) + जन्म वर्ष (जैसे RAMA1990)।

विकल्प 2: DigiLocker

1. अपने DigiLocker खाते में लॉगिन करें।

2. आधार को DigiLocker से लिंक करें।

3. Masked Aadhaar विकल्प चुनें।

4. सुरक्षित रूप से डाउनलोड और स्टोर करें।

विकल्प 3: mAadhaar ऐप

1. आधिकारिक mAadhaar ऐप (Android/iOS) इंस्टॉल करें।

2. आधार-लिंक्ड मोबाइल नंबर से पंजीकरण करें।

3. Download Aadhaar → Masked Aadhaar चुनें।

4. डिजिटल कॉपी सेव करें और KYC या पहचान सत्यापन में उपयोग करें।

नागरिकों के लिए महत्वपूर्ण सुझाव

* हमेशा मास्क्ड आधार का उपयोग करें सामान्य पहचान जांच के लिए (होटल, सिम कार्ड, यात्रा बुकिंग)।

• पूरा आधार केवल तभी साझा करें जब कानूनी रूप से आवश्यक हो (जैसे सरकारी सब्सिडी, PAN लिंकिंग)।

• पोर्टल की प्रामाणिकता जाँचें—केवल UIDAI, DigiLocker या mAadhaar का उपयोग करें।

• कॉपी सुरक्षित रखें; ईमेल/व्हाट्सऐप पर आधार भेजने से बचें जब तक एनक्रिप्टेड न हो।

• सतर्क रहें: यदि दुरुपयोग का संदेह हो, तुरंत UIDAI या अपने बैंक को रिपोर्ट करें।

निष्कर्ष मास्क्ड आधार एक गोपनीयता-प्रथम विकल्प है जो सुविधा और सुरक्षा का संतुलन बनाता है। इसे सामान्य आधार की जगह उपयोग करके आप धोखाधड़ी के जोखिम को कम करते हैं और फिर भी पहचान सत्यापन की आवश्यकताओं को पूरा करते हैं। यह हर नागरिक के लिए डिजिटल स्वच्छता मजबूत करने का सरल कदम है।

अति विशेष अगर आपकी आयु 45 वर्ष या उससे अधिक है, पढ़े, समझे और पालन करें

पिंकी कुंडू

इस भीषण ठंड में जिनकी आयु 45 वर्ष से अधिक है, उन्हें रात में सोने के बाद जब भी बिस्तर से उठना पड़े, तब एकदम से ना उठे।

कारण क्योंकि ठंड के कारण शरीर का खून (ब्लड) गाढ़ा हो जाता है और वह धीरे धीरे कार्य करता हैं जिस कारण पूरी तरह हार्ट में नहीं पहुँच पाता और शरीर छूट जाता है।

जिस कारण से सर्दी के महीनों में 45 वर्ष से ऊपर के लोगों की हृदय गति रुकने से दुर्घटनाए अत्यधिक होती पाई गई हैं, इसलिए सभी को जो 45 वर्ष या उससे अधिक आयु के है को सावधानी अत्यधिक बरतने की आवश्यकता है।

सुझाव मात्र साढ़े तीन मिनिट:

* जिन्हें सुबह या रात में सोते समय पेशाब करने जाना पड़ता हैं उनके लिए विशेष सूचना!! हर व्यक्ति कृप्या साढ़े तीन मिनिट में सावधानी जरूर करे। यह इतना महत्व पूर्ण क्यों है?

* क्योंकि यही साढ़े तीन मिनिट अकस्मात होने वाली मौतों की संख्या कम कर सकते हैं।

* जब जब ऐसी घटना हुई हैं, परिणाम स्वरूप तंदुरुस्त व्यक्ति भी रात में ही मृत पाया गया हैं।

* ऐसे लोगों के बारे में हम कहते हैं, कि कल ही हमने इनसे बात की थी। ऐसा अचानक क्या हुआ? यह कैसे मर गया?

* इसका मुख्य कारण यह है कि रात मे जब भी हम मूत्र विसर्जन के लिए जाते हैं, तब सभी फुर्ती से उठते हैं, परिणाम स्वरूप मस्तिष्क तक रक्त नही पहुंचता है।

* इसीलिए यह साढ़े तीन मिनिट बहुत महत्वपूर्ण होते हैं।

* मध्य रात्रि में जब पेशाब करने उठते है तो हमारा ईसीजी का पैटर्न बदल सकता है। इसका कारण यह है, कि अचानक खड़े होने पर मस्तिष्क को रक्त नहीं पहुच पाता और हमारे हृदय की क्रिया बंद हो जाती है।

* साढ़े तीन मिनिट का प्रयास एक उत्तम उपाय है।

1. नींद से उठते समय आधा मिनिट गद्दे पर लेटे हुए रहिए।

2. अगले आधा मिनिट गद्दे पर बैठिये।

3. अगले अढाई मिनिट पैर को गद्दे के नीचे झूलते छोड़यिे।

साढ़े तीन मिनिट के बाद आपका मस्तिष्क बिना खून का नहीं रहेगा और हृदय की क्रिया भी बंद नहीं होगी! इससे अचानक होने वाली मौतें भी कम होंगी।

स्वास्थ्य विशेष

स्वास्थ्य आपका कोशिश हमारी

त्रिकटु आयुर्वेद में एक शक्तिशाली औषधीय संयोजन

यह तीन प्रमुख जड़ी-बूटियों—सोंठ (सूखी अदरक), काली मिर्च, और पिप्पली (लंबी मिर्च)—सबका बराबर बराबर मिश्रण है। आयुर्वेद में त्रिकटु को ₹उष्ण वीर्य₹ (गर्म प्रकृति) वाला माना जाता है, जो पाचन तंत्र को उत्तेजित करने, चयापचय को बढ़ाने और शरीर से विषाक्त पदार्थों (आम) को निकालने में मदद करता है। इसका उपयोग मुख्य रूप से पाचन, श्वसन, और चयापचय से संबंधित समस्याओं के उपचार में किया जाता है। नीचे त्रिकटु के औषधीय उपयोग और अन्य जड़ी-बूटियों के साथ इसके कुछ प्रभावी नुस्खों का विस्तृत विवरण दिया गया है।

त्रिकटु के औषधीय उपयोग, त्रिकटु का आयुर्वेद में व्यापक उपयोग है, और इसके निम्नलिखित लाभ हैं:

पाचन तंत्र को मजबूत करना: त्रिकटु अग्नि (पाचन शक्ति) को प्रज्वलित करता है, जिससे भूख बढ़ती है और अपच, गैस, और कब्ज जैसी समस्याओं में राहत मिलती है। यह आंतों में विषाक्त पदार्थों को हटाने में मदद करता है, जिसे आयुर्वेद में ₹आम दोष₹ कहा जाता है। यह पेट फूलना (bloating) और पाचन एंजाइमों के स्राव को बढ़ाने में सहायक है।

वजन प्रबंधन: त्रिकटु चयापचय (मेटाबॉलिज्म) को तेज करता है, जिससे वसा जलने की प्रक्रिया में सुधार होता है। यह मोटापा कम करने और शरीर में जमा अतिरिक्त चर्बी को नियंत्रित करने में मदद करता है।

थायरॉइड में फायदेमंद: जबान के नीचे एक चौथाई चम्मच पावडर रख कर चूसने से थायरॉइड नॉर्मल होने लगता है।

श्वसन स्वास्थ्य: त्रिकटु में कफ-नाशक गुण होते हैं, जो खांसी, जुकाम, अस्थमा, और ब्रोंकाइटिस जैसी श्वसन समस्याओं में राहत प्रदान करते हैं। यह बलगम को पतला करके श्वसन मार्ग को साफ करने में मदद करता है।

रोग प्रतिरोधक क्षमता: त्रिकटु में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट और रोगाणुरोधी गुण शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाते हैं। यह मौसमी बीमारियों जैसे सर्दी-जुकाम और फ्लू से बचाव में सहायक है।

जोड़ों और मांसपेशियों का दर्द: त्रिकटु की गर्म प्रकृति के कारण यह जोड़ों के दर्द, गठिया, और मांसपेशियों की जकड़न में राहत देता है। यह रक्त परिसंचरण को बेहतर बनाता है, जिससे सूजन कम होती है।

त्वचा स्वास्थ्य: त्रिकटु का उपयोग त्वचा की समस्याओं जैसे मुंहासे और त्वचा में जलन को कम करने में किया जाता है, क्योंकि यह रक्त को शुद्ध करता है।

विषहरण (डिटॉक्स): त्रिकटु शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने में मदद करता है, जिससे यकृत और गुर्दे की कार्यक्षमता में सुधार होता है।

त्रिकटु के साथ अन्य जड़ी-बूटियों के नुस्खे त्रिकटु का उपयोग अकेले या अन्य जड़ी-बूटियों के साथ संयोजन में किया जाता है ताकि इसके प्रभाव को बढ़ाया जा सके। नीचे कुछ प्रभावी नुस्खे दिए गए हैं:

1. त्रिकटु और त्रिफला चूर्ण (पाचन और डिटॉक्स के लिए)

सामग्री:
* त्रिकटु चूर्ण: 1/4 चम्मच
* त्रिफला चूर्ण: 1/2 चम्मच
* गुनगुना पानी: 1 गिलास

बनाने की विधि:
* त्रिकटु और त्रिफला चूर्ण को गुनगुने पानी में मिलाएं।
* इसे रात को सोने से पहले या सुबह खाली पेट पिएं।

लाभ:
* यह पाचन तंत्र को मजबूत करता है, कब्ज से राहत देता है, और शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालता है।
* त्रिफला (आंवला, हरड़, और बहेड़ा) और त्रिकटु का संयोजन आंतों की सफाई और चयापचय को बढ़ाने में मदद करता है।

सावधानी: गर्भवती महिलाओं और गर्म प्रकृति वाले व्यक्तियों को इसका उपयोग वैद्य की सलाह पर करना चाहिए।

2. त्रिकटु और गिलोय (रोग प्रतिरोधक क्षमता और बुखार के लिए)

सामग्री:
* त्रिकटु चूर्ण: 1/4 चम्मच
* गिलोय रस या चूर्ण: 1 चम्मच
* शहद: 1 चम्मच
* गुनगुना पानी: 1/2 गिलास

बनाने की विधि:
* त्रिकटु चूर्ण और गिलोय को शहद के साथ मिलाकर गुनगुने पानी में घोलें।
* इसे दिन में एक बार, विशेष रूप से सुबह खाली पेट लें।

लाभ:
* यह नुस्खा रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है और बुखार, सर्दी-जुकाम, और वायरल संक्रमण में राहत देता है।
* गिलोय की इम्यूनोमॉड्यूलेटरी प्रॉपर्टीज और त्रिकटु की गर्म प्रकृति मिलकर शरीर को डिटॉक्स करते हैं।

सावधानी: गिलोय का अधिक सेवन लीवर को प्रभावित कर सकता है, इसलिए मात्रा का ध्यान रखें।

3. त्रिकटु और अश्वगंधा (तनाव और कमजोरी के लिए)

सामग्री:
* त्रिकटु चूर्ण: 1/4 चम्मच
* अश्वगंधा चूर्ण: 1/2 चम्मच
* गर्म दूध: 1 गिलास

बनाने की विधि: त्रिकटु और अश्वगंधा चूर्ण को गर्म दूध में मिलाकर रात को सोने से पहले पिएं।

लाभ:
* यह नुस्खा तनाव, थकान, और शारीरिक कमजोरी को दूर करता है।
* अश्वगंधा मानसिक और शारीरिक शक्ति बढ़ाता है, जबकि त्रिकटु इसके अवशोषण को बेहतर बनाता है।

सावधानी: उच्च रक्तचाप वाले व्यक्तियों को अश्वगंधा का उपयोग सावधानी से करना चाहिए।

4. त्रिकटु और तुलसी (श्वसन स्वास्थ्य के लिए)

सामग्री:
* त्रिकटु चूर्ण: 1/4 चम्मच
* तुलसी की पत्तियां: 5-7
* शहद: 1 चम्मच
* गुनगुना पानी: 1/2 गिलास

बनाने की विधि:
* तुलसी की पत्तियों को उबालकर काढ़ा बनाएं, फिर इसमें त्रिकटु चूर्ण और शहद मिलाएं।
* इसे दिन में दो बार पिएं, खासकर सुबह और शाम।

लाभ:
* यह खांसी, जुकाम, और अस्थमा में राहत देता है।
* तुलसी के एंटीमाइक्रोबियल गुण और त्रिकटु की कफ-नाशक प्रकृति श्वसन मार्ग को साफ करती है।

सावधानी: अधिक मात्रा में तुलसी का सेवन गर्मी बढ़ा सकता है।

5. त्रिकटु और हल्दी (सूजन और जोड़ों के दर्द के लिए)

सामग्री:
* त्रिकटु चूर्ण: 1/4 चम्मच
* हल्दी पाउडर: 1/2 चम्मच
* गर्म दूध या पानी: 1 गिलास

बनाने की विधि:
* त्रिकटु और हल्दी को गर्म दूध या पानी में मिलाकर पिएं।
* इसे रात को सोने से पहले लेना सबसे प्रभावी है।

लाभ: हल्दी में मौजूद कर्क्यूमिन और त्रिकटु की गर्म प्रकृति जोड़ों की सूजन, गठिया, और मांसपेशियों के दर्द में राहत देती है। यह रक्त परिसंचरण को बेहतर बनाता है और शरीर को डिटॉक्स करता है।

सावधानी: पित्त की समस्या वाले व्यक्तियों को हल्दी का उपयोग सीमित मात्रा में करना चाहिए।

6. त्रिकटु और शहद (वजन घटाने के लिए)

सामग्री:
* त्रिकटु चूर्ण: 1/4 चम्मच
* शहद: 1 चम्मच
* नींबू का रस: 1 चम्मच
* गुनगुना पानी: 1 गिलास

बनाने की विधि: त्रिकटु, शहद, और नींबू के रस को गुनगुने पानी में मिलाकर सुबह खाली पेट पिएं।

लाभ:
* यह मेटाबॉलिज्म को तेज करता है और वसा को जलाने में मदद करता है।
* नींबू और शहद डिटॉक्स प्रभाव को बढ़ाते हैं।

सावधानी: नींबू का अधिक सेवन दांतों के इनेमल को नुकसान पहुंचा सकता है।

त्रिकटु के उपयोग की विधि और मात्रा सामान्यतः 1/4 से 1/2 चम्मच त्रिकटु चूर्ण दिन में 1-2 बार लिया जाता है। इसे शहद, गुनगुने पानी, या दूध के साथ ले सकते हैं।

सेवन का समय: सुबह खाली पेट या भोजन से पहले लेना सबसे प्रभावी होता है।

सावधानी:
* त्रिकटु की गर्म प्रकृति के कारण इसे पित्त प्रकृति वाले व्यक्तियों को सावधानी से लेना चाहिए।
* गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाओं को इसका उपयोग करने से पहले आयुर्वेदिक चिकित्सक से परामर्श करना चाहिए।
* अधिक मात्रा में सेवन से पेट में जलन या गर्मी की शिकायत हो सकती है।

सावधानियां और दुष्प्रभाव

प्रतिकूल प्रभाव: त्रिकटु की गर्म प्रकृति के कारण अधिक मात्रा में सेवन से पेट में जलन, एसिडिटी, या दस्त हो सकते हैं।

दवा के साथ अंतःक्रिया: त्रिकटु कुछ दवाओं के अवशोषण को प्रभावित कर सकता है, इसलिए अन्य दवाओं के साथ इसका उपयोग करने से पहले चिकित्सक से परामर्श लें।

एलर्जी: कुछ लोगों को त्रिकटु में मौजूद किसी जड़ी-बूटी से एलर्जी हो सकती है। यदि त्वचा पर चकत्ते, सांस लेने में तकलीफ, या अन्य लक्षण दिखें, तो उपयोग बंद करें।

निष्कर्ष त्रिकटु एक शक्तिशाली आयुर्वेदिक मिश्रण है जो पाचन, श्वसन, और चयापचय से संबंधित कई समस्याओं में प्रभावी है। इसे अन्य जड़ी-बूटियों जैसे त्रिफला, गिलोय, अश्वगंधा, तुलसी, और हल्दी के साथ मिलाकर उपयोग करने से इसके लाभ बढ़ जाते हैं। हालांकि, इसका उपयोग सही मात्रा में और आयुर्वेदिक विशेषज्ञ की सलाह के साथ करना चाहिए, विशेष रूप से यदि आप किसी अन्य स्वास्थ्य स्थिति या दवा पर हैं। साथ में DIP डाइट लेने से हर बीमारी में अधिक लाभ मिलता है।

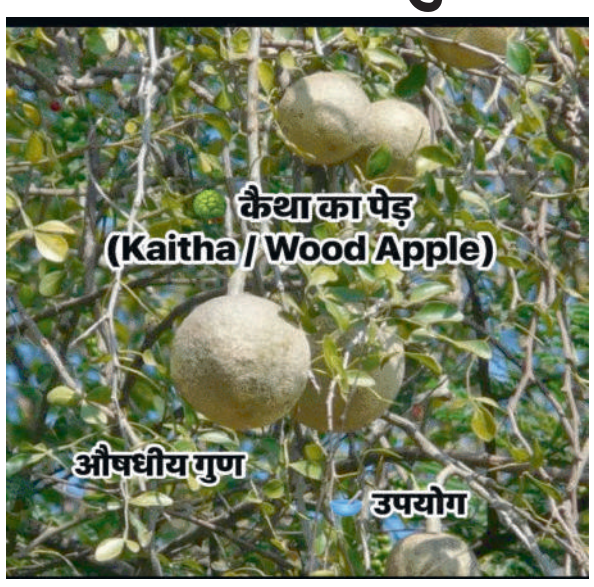
कैथा भारत का एक प्राचीन एवं औषधीय फलदार वृक्ष है, जो आजकल धीरे-धीरे दुर्लभ होता जा रहा है

कैथा भारत का एक प्राचीन एवं औषधीय फलदार वृक्ष है, जो आजकल धीरे-धीरे दुर्लभ होता जा रहा है।

वैज्ञानिक परिचय
* वैज्ञानिक नाम: Limonia acidissima
* अन्य नाम: कैथा, कौथा, वुड एप्पल (Wood Apple)
* कुल (Family): Rutaceae
* प्रकृति: पर्णपाती (पतझड़ी) वृक्ष

पेड़ का विवरण
* ऊँचाई: लगभग 8–15 मीटर
* तना: मजबूत, कांटेदार
* पत्तियाँ: छोटी, गहरे हरे रंग की, सुगंधयुक्त
* फूल: छोटे, हरे-सफेद
* फल: गोल, सख्त खोल वाला, अंदर भूरा-चिपचिपा गूदा

फल (कैथा) का वर्णन
* आकार: सेब जैसा गोल
* छिलका: बहुत कठोर
* स्वाद: खट्टा-मीठा
* फल पकने का समय: मार्च–मई



* कच्चा फल: अधिक औषधीय
* पका फल: खाद्य व पौष्टिक

पोषक तत्व, कैथा में पाए जाते हैं:
* विटामिन C
* कैल्शियम
* आयरन
* फाइबर
* एंटीऑक्सीडेंट
* टैनिन

औषधीय गुण (Ayurvedic Benefits)
1. पाचन तंत्र के लिए लाभकारी
* दस्त, पेचिश, गैस में उपयोगी
2. लीवर को मजबूत करता है
3. इम्यूनिटी बढ़ाता है
4. डायबिटीज में सहायक (सीमित मात्रा)
5. त्वचा रोगों में लाभ
6. कृमिनाशक गुण
7. गर्मी में ठंडक देता है

आयुर्वेद में कैथा का उपयोग चूर्ण, काढ़ा और शरबत के रूप में किया जाता है।

उपयोग के तरीके
* कैथा का शरबत
* चटनी
* मुरब्बा
* काढ़ा (पत्ते/छाल से)

खेती व संरक्षण
* मिट्टी: दोमट व हल्की क्षारीय
* जलवायु: शुष्क व गर्म
* सिंचाई: बहुत कम आवश्यक
* प्रवर्धन: बीज व ग्राफ्टिंग से

आज कैथा के पेड़:
* जंगलों की कटाई
* नई पीढ़ी द्वारा अनदेखी
* खेती में रुचि की कमी

के कारण विलुप्ति की कगार पर हैं।

संरक्षण का संदेश
* कैथा जैसे देसी वृक्ष लगाएँ
* औषधीय पौधों को बचाएँ
* आने वाली पीढ़ी के लिए प्रकृति की धरोहर सुरक्षित रखें।

पत्थर फूल का उपयोग न केवल स्वाद बढ़ाने के लिए किया जाता है, बल्कि आयुर्वेद और पारंपरिक चिकित्सा में भी इसका विशेष महत्व है

भारतीय रसोई में उपयोग होने वाले कई मसाले ऐसे हैं, जिनका नाम तो आम है लेकिन उनकी वास्तविक पहचान और प्रकृति के बारे में बहुत कम लोग जानते हैं। पत्थर फूल भी ऐसा ही एक रहस्यमय और रोचक पदार्थ है, जिसे अक्सर सूखा फूल या साधारण मसाला समझ लिया जाता है, जबकि वास्तव में यह न तो पौधा है और न ही फूल। यह प्रकृति की एक अनोखी रचना है, जो कवक और शैवाल के सहजीवन से बनती है और वर्षों की प्राकृतिक प्रक्रिया के बाद पहाड़ी एवं स्वच्छ वातावरण में स्वयं विकसित होती है। अपनी विशिष्ट मिट्टी जैसी सुगंध, हल्के कड़वे स्वाद और औषधीय गुणों के कारण पत्थर फूल का उपयोग न केवल स्वाद बढ़ाने के लिए किया जाता है, बल्कि आयुर्वेद और पारंपरिक चिकित्सा में भी इसका विशेष महत्व है। इस लेख में हम पत्थर फूल की वास्तविक पहचान, बनने की प्रक्रिया, फायदे, उपयोग की सही विधि और असली–नकली की पहचान को सरल और प्रामाणिक रूप में समझेंगे।

पत्थर फूल क्या है? पत्थर फूल एक प्रकार की लाइकेन है, जिसे हिंदी में शैवाल-कवक संघ भी कह सकते हैं। इसका वैज्ञानिक नाम Parmelia perlata है।

* यह न तो साधारण पौधा है और न ही फूल, बल्कि कवक + शैवाल के सहजीवन से बना जीव है।
* इसका स्वाद हल्का कड़वा और खुशबू मिट्टी जैसी होती है, इसीलिए इसे मसालों में प्रयोग किया जाता है।

पत्थर फूल कैसे बनता है? यह प्राकृतिक रूप से बनता है। यह चट्टानों, पत्थरों, पेड़ों की छाल पर उगता है। सामान्य तरीके से घर पर इसे उगाना लगभग असंभव है। इसे बहुत शुद्ध हवा, प्राकृतिक नमी, वर्षों का समय लगता है। क्योंकि यह बीज से नहीं उगता, खेती जैसी विधि भी संभव नहीं। इसलिए यह: जंगलों, पहाड़ी क्षेत्रों, बिना प्रदूषण वाली जगहों पर

स्वतः बनता है जहाँ: साफ हवा हो, नमी हो, प्रदूषण कम हो।
* कवक इसे संरचना और सुरक्षा देता है।
* शैवाल सूर्य के प्रकाश से भोजन बनाता है।
* दोनों मिलकर एक नया जीव बनाते हैं। तब उगता है पत्थर फूल है।
* इसकी वृद्धि बहुत धीमी होती है, इसलिए यह दुर्लभ और कीमती है।

पत्थर फूल के फायदे
* पाचन के लिए लाभकारी गैस, अपच और पेट भारीपन में मदद करता है। भूख बढ़ाने में सहायक हैं।
* जीवाणुरोधी गुण इसमें एंटीबैक्टीरियल और एंटीफंगल गुण होते हैं।
* संक्रमण से बचाव में सहायक हैं।
* श्वसन तंत्र के लिए खांसी, कफ और अस्थमा जैसी समस्याओं में उपयोगी हैं।
* हृदय स्वास्थ्य कोलेस्ट्रॉल स्तर संतुलन में मददगार माना जाता है।
* औषधीय महत्व आयुर्वेद और यूनानी चिकित्सा में प्रयोग होता है। सूजन और हल्के दर्द में लाभकारी है।

असली पत्थर फूल की पहचान
* रंग– ऊपर से भूरा, हरा-भूरा या स्लेटी, नीचे से काला या गहरा भूरा
* आकार – सूखे, मुड़े-तुड़े पत्तों जैसा, मोटा नहीं, बल्कि पतली परत जैसा
* गंध – सूंघने पर गीली मिट्टी जैसी महक। तेज मसालेदार गंध नहीं होती है।
* स्वाद – हल्का कड़वा और कसैला होता है।
* पानी में भिगोने पर – थोड़ा नरम हो जाता है। रंग पानी में नहीं छोड़ता है।

पत्थर फूल खाने का सही तरीका
* हमेशा भूनकर या तड़के में डालकर उपयोग करें
* कच्चा नहीं खाना चाहिए
* हल्का भूनने से इसकी खुशबू निकलती है और कड़वाहट कम होती है
* सीधा पीसकर नहीं डालें, पहले हल्का भूनें, फिर हाथ से मसलकर या दरदरा पीसकर डालें।

सुरक्षित मात्रा कितनी लगभग 0.2–0.3 ग्राम प्रति किलो सब्जी।

ज्यादा डालने पर स्वाद कड़वा हो जाता है, पेट में जलन या भारीपन हो सकता है।

लोकप्रिय फूड ब्रांड्स और भारतीय उपभोक्ताओं का स्वास्थ्य

पिंकी कुंडू

एक भयावह सच: भारत के महानगरों से लेकर शांत उपनगरों तक, जहाँ कभी घर के बने भोजन की सुगंध जीवन का आधार हुआ करती थी। आज वहाँ तले हुए फ्राइज, बर्गर और नगेट्स आधुनिक जीवनशैली का प्रतीक बन चुके हैं, परंतु इसी चमक-दमक के पीछे एक गंभीर और चिंताजनक सच्चाई छिपी हुई है — एक ऐसी सच्चाई जो हमारे स्वास्थ्य, हमारी आने वाली पीढ़ियों और पूरे राष्ट्र के भविष्य को प्रभावित कर सकती है।

खाद्य सुरक्षा के नाम पर खिलवाड़ हाल के वर्षों में भारत की खाद्य सुरक्षा एजेंसियों द्वारा की गई जाँचों ने कई प्रतिष्ठित और वैश्विक फास्ट-फूड ब्रांड्स के विरुद्ध चौंकाने वाले तथ्य उजागर किए हैं। इन जाँचों में साफ हुआ कि कई जगहों पर:

* स्वच्छता मानकों की खुलेआम अनदेखी की जा रही थी
* खाद्य सामग्री की गुणवत्ता बेहद निम्न स्तर की थी और
* कुछ मामलों में ऐसे रसायनों व पदार्थों का प्रयोग हो रहा था, जिन्हें संभावित कैंसर-कारक (carcinogenic) माना जाता है

तेल, रंग और रसायनों का ज़हर बार-बार उपयोग किया गया तलने का तेल, जो देखने में सामान्य लगता है, वास्तव में उच्च तापमान पर टूटकर एक्रिलामाइड, पॉलीसाइक्लिक एरोमैटिक हाइड्रोकार्बन (PAHs) जैसे विषैले यौगिक उत्पन्न करता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के अनुसार, येतत्व कोलन, पेट और अग्न्याशय के कैंसर के जोखिम को बढ़ा सकते हैं।

इसी प्रकार: कृत्रिम रंग (Synthetic food colours) DNA को नुकसान पहुँचा सकते हैं।

*घटिया या गैर-खाद्य-ग्रेड सामग्री से भारी धातुएँ शरीर में प्रवेश कर सकती हैं

* एक्सपायरी छुपाकर बेचा गया भोजन फफूँद (mold) उत्पन्न करता है, जो अफ्लाटॉक्सिन जैसे खतरनाक विष बनाता है — यह यकृत (liver) कैंसर का ज्ञात कारण है, आंतों से कैंसर तक: एक मौन यात्रा

लगातार दूषित और अस्वास्थ्यकर भोजन:

*आंतों की प्राकृतिक सुरक्षा परत को नष्ट करता है।

*शरीर में क्रॉनिक सूजन (chronic inflammation) पैदा करता है और

*यह स्थिति धीरे-धीरे कैंसर की भूमि तैयार करती है,

यह प्रक्रिया अचानक नहीं होती। यह वर्षों तक चुपचाप चलती रहती है — जब तक कोई रिपोर्ट, बायोप्सी या निदान इस सच्चाई को उजागर न कर दे।

भारत में कैंसर का बढ़ता संकट, भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद (ICMR) के अनुमानों के अनुसार: भारत में कैंसर के मामलों में निरंतर वृद्धि हो रही हैं।

* युवा वर्ग (30–50 वर्ष) में कोलोरेक्टल, स्तन और पेट के कैंसर तेज़ी से बढ़ रहे हैं। अत्यधिक प्रोसेस्ड फूड, शर्करा-युक्त कोल्ड ड्रिंक्स, संरक्षक (preservatives) और रेड मीट इस वृद्धि में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं।
* विशेषज्ञ इसे "प्लेट का पश्चिमीकरण" (Westernization of Diet) कहते हैं - जहाँ सुविधा ने पोषण को पीछे छोड़ दिया है।

2025 तक के नवीनतम कदम
* FSSAI द्वारा देशव्यापी ऑडिट और कड़े निरीक्षण
* दोषी पाए गए प्रतिष्ठानों पर भारी जुर्माने और अस्थायी सीलिंग
* सप्लाई चेन में पारदर्शिता हेतु डिजिटल ट्रैकिंग और थर्ड-पार्टी ऑडिट
*कुछ राज्यों में "क्लीन लेबल फूड" और सुरक्षित रसोई प्रमाणन की पहल
* उपभोक्ताओं के बीच सोशल मीडिया के माध्यम से जागरूकता और बहिष्कार अभियान,

अब जिम्मेदारी किसकी? यह केवल सरकार या एजेंसियों की लड़ाई नहीं है। यह हर उपभोक्ता की जिम्मेदारी है कि वह:-
आँख बंद करके ब्रांड पर भरोसा न करे
*लेबल पढ़े, सवाल पूछे
* बार-बार फास्ट-फूड को जीवनशैली ना बनाए और
* शुद्ध, ताजा, घर के भोजन को प्राथमिकता दे

निष्कर्ष- आज का हर निवाला केवल भूख नहीं मिटाता — वह भविष्य भी गढ़ता है। यदि सुविधा के नाम पर हम ज़हर को अपनाते रहेंगे, तो कीमत हमारी सेहत, हमारे बच्चे और हमारा राष्ट्र चुकाएगा।

पिंकी कुंडू

सूर्य ग्रह को मजबूत करने के लिए करें ये उपाय

सूर्य अगर मजबूत हो तो, हमें मान-सम्मान, सुख-समृध्धि मिलती है, पिता का संग और सहयोग मिलता है. अगर सूर्य कमजोर हो तो पिता से नहीं बनेगी, सरकार से या सरकारी नौकरी में सस्पेंड होना या झूठे आरोप लगना मान सम्मान को ठेस पहुंचना आदि परेशानी रहेगी. सूर्य को बल देने के लिए चौकर वाले आटे कि रोटी खाएं, फल अधिक खाएं. गुड़ खाकर ऊपर से पानी पियें. रोज़ाना व्यायाम करें सूर्य को जल दें !!

कमजोर सूर्य की निशानी:---

* गुरु, देवता और पिता साथ छोड़ देते हैं. !
* राज्य की ओर से दंड मिलता है. !
* नौकरी चली जाती है. !
* सोना खो जाता है या चोरी हो जाता है. !
* यदि घर पर या घर के आस-पास लाल गाय या भूरी भैंस है तो वह खो जाती है या मर जाती है. !

•यदि आपको अधिक आलस आता है तो सूर्य की स्थिति अशुभ हो सकती है. !

•अगर आपके चेहरे पर तेज का अभाव है और आप हमेशा खुद को थका-थका महसूस करते हैं किसी काम को करने में आप आलस्य महसूस करते हैं. !

•हृदय के आसपास कमजोरी का आभास होता है. !

•सूर्य के अशुभ होने पर पेट, आँख, हृदय का रोग हो सकता है. !

•अहंकार इतना अधिक होना कि स्वयं का नुकसान करते जाना. !

•पिता के घर से अलग होना. !

•कानूनी विवादों में फंसना और संपति विवाद होना. !

•अपने से बड़ों से विवाद. !

सूर्य को अच्छा बनाने के तरीके :---

• * घर की पूर्व दिशा दूषित होने से. !
* विष्णु का अपमान. !
* पिता का सम्मान न करना. !
* देर से सोकर उठना.
* रात्रि के कर्मकांड करना. !
* राजाज्ञा-न्याय का उल्लंघन करना. !
* घर की पूर्व दिशा वास्तुशास्त्र अनुसार ठीक करें.
* भगवान विष्णु की उपासना. !
* बंदर, पहाड़ी गाय या कपिला गाय को भोजन कराएं. !
* सूर्य को अर्घ्य देना. !

* रविवार का व्रत रखना. !
* मुंह में मीठा डालकर ऊपर से पानी पीकर ही घर से निकलें. !
* पिता का सम्मान करें. प्रतिदिन उनके चरण छुएं. !
* आदित्य हृदय स्तोत्र का पाठ करें. !
* गायत्री मंत्र का जाप करें. !
* तांबा, गेहूं एवं गुड़ का दान करें. !
* प्रत्येक कार्य का प्रारंभ मीठा खाकर करें. !
* **तांबे के एक टुकड़े को काटकर उसके दो भाग करें. एक को पानी में बहा दें तथा दूसरे को जीवनभर साथ रखें. !
* ॐ रं रवये नमः या ॐ घृणी सूर्याय नमः 108 बार (1 माला) जाप करें. !

ब्रह्मा, विष्णु व महेश में श्रेष्ठ कौन?

महर्षि भृगु, जो ब्रह्माजी के मानस पुत्र और सप्तर्षिमंडल के एक प्रमुख ऋषि थे, इस कथा के मुख्य पात्र हैं।

एक बार सरस्वती नदी के तट पर एकत्रित ऋषि-मुनियों के बीच इस विषय पर गहन चर्चा हुई कि ब्रह्मा, विष्णु और महेश में से कौन सर्वश्रेष्ठ है। जब इस चर्चा का कोई निष्कर्ष नहीं निकला, तो उन्होंने त्रिदेवों की परीक्षा लेने का निश्चय किया और इस कार्य के लिए महर्षि भृगु को नियुक्त किया।

महर्षि भृगु सर्वप्रथम ब्रह्माजी के पास गए। उन्होंने वहाँ न तो प्रणाम किया और न ही उनकी स्तुति की। यह देखकर ब्रह्माजी अत्यंत क्रोधित हो गए और उनका मुख लाल हो गया, परंतु यह सोचकर कि भृगु उनके पुत्र हैं, उन्होंने अपने विवेक से क्रोध को शांत कर लिया। इसके पश्चात महर्षि भृगु कैलाश गए। वहाँ भगवान शिव ने प्रसन्न होकर उन्हें गले लगाना चाहा, किंतु भृगु ने उनका आलिंगन अस्वीकार करते हुए कहा कि वे धर्म और वेदों की मर्यादा का उल्लंघन करते हैं। यह सुनकर शिवजी क्रोध से तिलमिला उठे और उन्होंने त्रिशूल उठा लिया, लेकिन देवी सती के अनुनय-विनय करने पर उनका क्रोध शांत हुआ।

अंत में, भृगु मुनि वैकुण्ठ लोक पहुँचे। वहाँ भगवान विष्णु देवी लक्ष्मी की गोद में सिर रखकर विश्राम कर रहे थे। भृगु ने जाते ही उनके वक्ष पर लात मारी। भक्त-वत्सल भगवान विष्णु तुरंत उठे और क्रोधित होने के बजाय महर्षि के चरण सहलाते हुए बोले, ₹भगवन! मेरे कठोर वक्ष से आपके कोमल पैरों में चोट तो नहीं लगी? मुझे आपके आगमन का ज्ञान नहीं था, इसलिए मैं आपका स्वागत न कर सका।₹ भगवान विष्णु की यह सहनशीलता और प्रेम देखकर भृगु मुनि की आँखों से आँसू बहने लगे। उन्होंने वापस लौटकर ऋषियों को अपना अनुभव सुनाया, जिससे सभी के संदेह दूर हो गए और वे भगवान विष्णु को सर्वश्रेष्ठ मानकर उनकी पूजा करने लगे। वास्तव में, यह घटना मनुष्यों के संदेह निवारण के लिए रची गई एक ईश्वरीय लीला थी।

यह कथा आपके हृदय के तारों को झनझना देगी, आँखों के कोरों को भिगो देगी

पिंकी कुंडू

उड़ीसा की पावन माटी के एक सुदूर, निर्धन गाँव में एक छोटी सी पर्णकुटी थी, जो दामोदर का महल थी। भौतिक जगत में दामोदर नितांत दरिद्र था, दिन भर हाड़-तोड़ मेहनत करता, किंतु उसके पास एक ऐसी अनमोल निधि थी जो बड़े-बड़े धनपतियों के पास भी दुर्लभ थी—भगवान जगन्नाथ के चरणों में निश्छल, अडिग विश्वास। न जेब में कौड़ी थी, न पुरी तक की यात्रा का सामर्थ्य, और न ही याचना करने का स्वभाव। बस, हर भोर उसकी आँखें मंदिर की दिशा में उठतीं, हाथ जुड़ते और एक ही मूक प्रार्थना आकाश की ओर चल पड़ती—

"हे जगदीश्वर! क्या इस जन्म में इस दास को आपका महाप्रसाद चखने का सौभाग्य नहीं मिलेगा?"

पुरी का भव्य मंदिर उसके लिए एक अलभ्य स्वप्न था। रास्ता बहुत लंबा था, साधन शून्य थे, मगर उसका मन भक्ति के रस से लबालब भरा था। उसके होंठों पर कभी शिकायत नहीं आई, न ही उसने कभी अपने भाग्य को कोसा। गाँव वाले उसकी फटेहाली पर तरस खाते, लेकिन दामोदर के चेहरे पर एक दिव्य संतोष की आभा रहती, मानो उसे पक्का विश्वास हो कि उसका 'कालिया' सब देख रहा है।

और फिर... पुरी के विशाल मंदिर के गर्भगृह में एक अद्भुत घटना घटी। प्रधान पुजारी प्रभु की सेवा में लीन थे, कि अचानक उनके अंतर्मन में

एक दिव्य, स्पष्ट और गूंजती हुई वाणी सुनाई दी—

"मेरा महाप्रसाद तत्काल मेरे भक्त दामोदर तक पहुँचाओ।"

पुजारी स्तब्ध रह गए! कौन दामोदर? कहाँ रहता है वह? किंतु, जब आदेश स्वयं त्रिलोक के स्वामी का हो, तो वहाँ तर्क नहीं, केवल समर्पण शेष रह जाता है। खोजबीन हुई, उस अज्ञात गाँव का पता चला, और अगले ही सूर्योदय पर पुजारी स्वयं प्रभु का महाप्रसाद हाथों में लिए उस धूल-भरी पगडंडी पर चल पड़े।

जब राजसी वस्त्रों में सजे पुजारी उस टूटी-फूटी झोपड़ी के द्वार पर पहुँचे, तो दामोदर उन्हें देखकर अवाक रह गया। वह साधारण सा भक्त समझ ही नहीं पा रहा था कि यह कोई सुखद स्वप्न है या जाग्रत सत्य। पुजारी ने आदरपूर्वक महाप्रसाद की थाली आगे बढ़ाई और गदगद कंठ से बोले—

"स्वयं भगवान जगन्नाथ ने तुम्हारे लिए यह भेजा है, दामोदर।"

बस... इतना सुनना था कि दामोदर के धैर्य का बाँध टूट गया। उसकी आँखों से आँसुओं का सैलाब उमड़ पड़ा। थरथराते हाथों से उसने उस पवित्र महाप्रसाद को स्पर्श किया, माथे से लगाया और फूट-फूटकर रो पड़ा। वह रुदन किसी पीड़ा का नहीं था, वह उस चरम प्रेम की अभिव्यक्ति थी, जब भक्त की पुकार सुनकर भगवान को स्वयं उसके द्वार पर चलकर आना पड़ा।

उस दिन उस छोटे से गाँव ने एक बड़ा सत्य जाना—

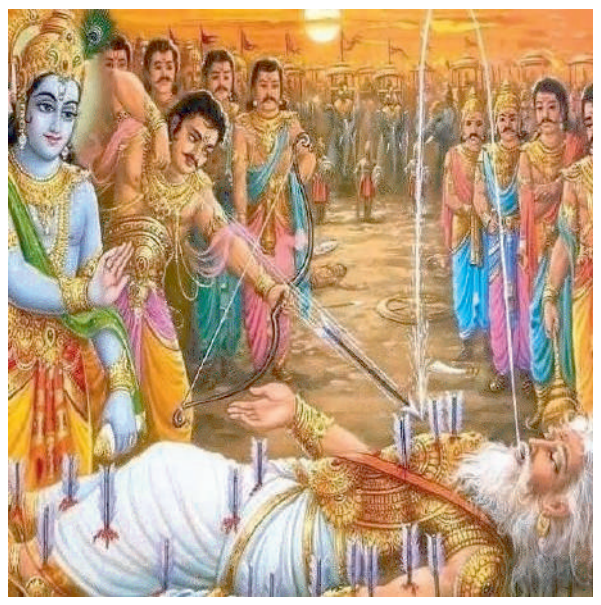
ईश्वर को पाने के लिए न तो अपार धन की आवश्यकता है, न ही भौगोलिक दूरी कोई बाधा है। आवश्यकता है तो बस एक सच्चे, निश्छल मन की।

जहाँ भक्ति निष्कलंक होती है, वहाँ भगवान स्वयं पगडंडियाँ खोज लेते हैं।

जहाँ आस्था पर्वत सी अडिग होती है, वहाँ चमत्कार स्वयं नतमस्तक हो जाते हैं।

यदि "महाभारत" को पढ़ने का समय न हो तो भी इसके नौ सार- सूत्र हमारे जीवन में उपयोगी सिद्ध हो सकते हैं

पिंकी कुंडू



1. कौरव संतानों की गलत मांग और हठ पर समय रहते अंकुश नहीं लगाया गया, तो अंत में आप असहाय हो जाएंगे

2. कर्ण आप भले ही कितने बलवान हो लेकिन अधर्म के साथ हों, तो आपकी विद्या, अस्त्र-शस्त्र-शक्ति और वरदान सब निष्फल हो जायेगा

3. अश्वत्थामा संतानों को इतना महत्वाकांक्षी मत बना दो कि विद्या का दुरुपयोग कर स्वयंनाश कर सर्वनाश को आमंत्रित करे.

4. भीष्म पितामह कभी किसी को ऐसा वचन मत दो कि आपको अधर्मियों के आगे समर्पण करना पड़े.

5. दुर्योधन संपत्ति, शक्ति व सत्ता का दुरुपयोग और दुराचारियों का साथ अंत में स्वयंनाश का दर्शन कराता है.

6. धृतराष्ट्र अंध व्यक्ति- अर्थात मुद्रा, मदिरा, अज्ञान, मोह और काम (मृदुला) अंध व्यक्ति के हाथ में सत्ता भी विनाश की ओर ले जाती है.

7. अर्जुन यदि व्यक्ति के पास विद्या, विवेक से बंधी हो तो विजय अवश्य मिलती है.

8. शकुनि हर कार्य में छल, कपट, व प्रपंच रच कर आप हमेशा सफल नहीं हो सकते

9. युधिष्ठिर यदि आप नीति, धर्म, व कर्म का सफलता पूर्वक पालन करेंगे, तो विश्व की कोई भी शक्ति आपको पराजित नहीं कर सकती.

यदि इन नौ सूत्रों से सबक लेना सम्भव नहीं होता है तो जीवन में महाभारत संभव हो जाता है।

शनि महाराज की कृपा प्राप्त करने का सबसे सुगम और सटीक उपाय है, हनुमानजी महाराज की भक्ति

पिंकी कुंडू

आज हम हनुमानजी और शनि महाराज के एक प्रसंग का स्वाध्याय करेंगे, तुलसीदासजी कहते हैं- ₹संकट ते हनुमान छुड़ावें₹ शनि को हम संकट कहते हैं, एक बार हनुमानजी पहाड़ की तलहटी में बैठे थे तभी शनि महाराज हनुमानजी के सिर पर आ गये, हनुमानजी ने सिर खुजाया लगता है कोई कीड़ा आ गया, हनुमानजी ने पूछा तू है कौन? शनिदेव ने कहां- मैं शनि हूँ, मैं संकट हूँ, हनुमानजी ने कहा मेरे पास क्यो आये हो? शनि बोले मैं अब आपके सिर पर निवास करूँगा।

हनुमानजी ने कहाँ- अरे भले आदमी, मैंने ही तुझे रावण के बंधन से छुड़वाया था और मेरे ही सिर पर आ गये, बोले हाँ क्यो छुड़ाया था आपने, इसका फल तो आपको भोगना पडेग़ा, अच्छा कितने दिन रहना है? शनि बोला साढ़े सात साल और अच्छी खातिरदारी हो गयी तो ढाई साल और, हनुमानजी ने कहा भले आदमी किसी और के पास जाओं।

मैं भला श्री रामजी का मजदूर आदमी, सुबह से शाम तक सेवा में लगा रहता हूँ, मुश्किल पड़ जाएगी, तुम भी दुःख भोगेगे और मुझे भी परेशान करोगे, शनिदेव ने कहा मैं तो नही जाऊंगा, हनुमानजी बोले कोई बात नही तुम ऐसे नही मानोगे, हनुमानजी ने एक बहुत बड़ा पत्थर उठाया और अपने सिर पर रखा,

पत्थर शनिदेव के ऊपर आ गया, शनि महाराज बोले यह क्या कर रहे हो? बोले माँ ने कहा था कि चटनी बनाने के लिए एक बटना ले आना वह ले जा रहा हूँ, हनुमानजी ने जैसे ही पत्थर को उठाकर मचका दिया तो शनि चीं बोलने लगा, दूसरी बार किया तो बोले क्या करते हो? बोले चिन्ता मत करों, शनिदेव बोले- छोड़ो-छोड़ो, हनुमानजी बोले नहीं अभी तो साढ़े सात मिनट भी नहीं हुये है, तुम्हें तो साढ़े सात साल रहना है।

जब दो-तीन मचके ओर दिये तो शनिदेव तिलमिला गये, शनिदेव ने कहा भैय्या मेरे ऊपर कृपा करो, बोले ऐसी कृपा नही करूँगा, बोले वरदान देकर जाओं, शनि का ही दिन था, हनुमानजी ने कहा कि तुम मेरे भक्तो को सताना बंद करोगे, तब शनि ने कहा कि हनुमानजी के जो भी भक्त शनिवार को आपका स्मरण करेगा आपके चालीसा का पाठ करेगा मैं उसके यहाँ नही, बल्कि उसके पडोसी के वहाँ भी कभी नही जाऊंगा, उसका संकट दूर हो जायेगा।

फिर शनिदेव ने कहा कि हनुमानजी एक कृपा आप भी मुझ पर कर दीजिये, हनुमानजी बोले क्या? शनिदेव बोले- आपने इतनी ज्यादा मेरी हड्डियां चरमरा दी हैं, इसलिये थोड़ी तेल मालिश हो जाये तो बड़ी कृपा हो जायें, हनुमानजी ने कहा कि ठीक है मैं अपने भक्तो को कहता हूँ कि शनिवार के दिन जो शनिदेव को तेल चढ़ायेंगा उसके संकट मैं स्वयं दूर करूँगा।

दूसरा संकट क्या है? त्रिताप ही संकट है, दैविक, दैहिक तथा भौतिक ताप यही संकट है और इसकी मुक्ति का साधन क्या है? केवल भगवान्का सुमिरन, ₹राम राज बैठें त्रैलोका, हरषित भये गये सब सोका₹ रामराज कोई शासन की व्यवस्था का नाम नही है, रामराज मानव के स्वभाव की अवस्था का नाम है, समाज की दिव्य अवस्था का नाम है।

आज कहते हैं कि हम राम राज लायेंगे, तो भाई-बहनों फिर राम कहाँ से लायेंगे? नहीं-नहीं व्यवस्था नहीं, वह अवस्था जिसको राम राज कहते हैं,

रामराज्य की अवस्था क्या है? ₹सब नर करहिं परस्पर प्रीती, चलहिं स्वधर्म निरत श्रुति नीती₹ यह रामराज्य की अवस्था है, व्यवस्था कैसी भी हो अगर, व्यक्तियों की और समाज की यह अवस्था रहेगी तो शासन में कोई भी बैठो राज्य राम का ही माना जायेगा,

राम मर्यादा है, धर्म है, सत्य है, शील है, सेवा है, समर्पण है, राम किसी व्यक्तित्व का नाम नही है, राम वृत्ति का नाम है, स्वरूप का नाम राम नहीं है बल्कि स्वभाव का नाम राम है, इस स्वभाव के जो भी होंगे वे सब राम ही कहलायेंगे, वेद का, धर्म की मर्यादा का पालन हो, स्वधर्म का पालन हो, यही रामराज्य है।

स्वधर्म का अर्थ हिन्दू, मुसलमान, सिक्ख, ईसाई, बौद्ध धर्म का पालन नही है, स्वधर्म का अर्थ है जिस-जिस का जो-जो धर्म है, पिता का पुत्र के प्रति धर्म, पुत्र का पिता के प्रति धर्म, स्वामी का धर्म, सेवक का धर्म, राजा का धर्म, प्रजा का धर्म, पति का धर्म, पत्नी का धर्म, शिक्षक का धर्म, शिष्य का धर्म।

यानी अपने-अपने कर्तव्य का पालन, जैसे सड़क पर अपनी-अपनी लाईन में यदि वाहन चलेंगे तो किसी प्रकार की टकराहट नही होगी, संघर्ष नही होगा और जब आप लाईन तोड़ देंगे जैसे मर्यादा की रेखा जानकीजी ने तोड़ दी थी, आखिर कितने संकट में फँस गयी, कितना बड़ा युद्ध करना पड़ा जानकीजी को छुड़ाने के लियें।

जरा सी मर्यादा का उल्लंघन जीवन को कितने बड़े संकट में फँसा सकता है, जो रामराज्य में रहेगा हनुमानजी उसके पास संकट आने ही नही देंगे, क्योंकि रामराज्य के मुख्य पहरेदार तो श्री हनुमान जी महाराज हैं, तीनों कालों का संकट हनुमान जी से दूर रहता है, संकट होता है- शोक, मोह और भय से, भूतकाल का भय ऐसा क्यों कर दिया, ऐसा कर देता तो मोह होता है।

वर्तमान में जो कुछ सुख साधन आपके पास हैं यह बना रहे, इसको पकड़कर बैठना यह मोह और भय होता है, भविष्यकाल में कोई छीन न ले कोई लूट न ले, भविष्य का भय की मेरा क्या होगा? भाई-बहनों आपको भविष्य की चिंता छोड देना, क्योंकि, हनुमानजी सब कालों में विधमान हैं, ₹चारों जुग प्रताप तुम्हारा, है प्रसिद्ध जगत उजियारा₹ हनुमानजी तो अमर हैं।

चारों युगों में हैं सम्पूर्ण संकट जहाँ छूट जाते हैं शोक, मोह, भय वह है भगवान-श्री रामजी की कथा, कथा में हनुमानजी रहते हैं, अगर वृत्तियाँ न छूटे तो हनुमानजी छुड़ा देंगे, बिल्कुल मानस के अंत में पार्वतीजी ने प्रमाणित किया है, ₹सुनि भुसुंडि के बचन सुहाये, हरषित खगपति पंख फुलाये₹ तीनों संकट अगर दूर चले जाते हैं, या छोड़ देते हैं, मनुष्य को तो वह श्रीराम की कृपा मिल जाती है, और उस कृपा से मोह का नाश होता है,

बिनु सतसंग न हरि कथा, तेहि बिनु मोह न भाग।

मोह गएँ बिनु राम पद, होय न दृढ़ अनुराग।।

जो आप अकेले में, खाली कमरे में करते हैं , वही आपका चरित्र गढ़ता है

पिंकी कुंडू

रामायण हमें यह नहीं सिखाती कि जीवन केवल युद्ध के मैदान में जीता जाता है। रामायण सिखाती है कि वास्तविक जीवन तो तब बनता है, जब कोई देखने वाला नहीं होता—-जब कक्ष खाली हो। जब कोई ताली न बजा रहा हो। जब कोई प्रशंसा, पद, मंच या भीड़ न हो।

चौदह वर्ष का वनवास न कोई राजसिंहासन।न कोई जयकार। न कोई दरबार। राजा का पुत्र, पर वनवासी का जीवन। यही Empty Room Principle है।

राम ने वन में धर्म नहीं छोड़ा क्योंकि कोई देख रहा था, राम ने धर्म निभाया क्योंकि वह उनका स्वभाव बन चुका था।

जब कोई देखने वाला नहीं होता, तभी असली चरित्र दिखाई देता है।

लक्ष्मण ने कोई राज्य नहीं माँगा। कोई श्रेय नहीं माँगा। कोई पहचान नहीं माँगी। रातों को जागना, दिन में सेवा करना, हर क्षण सजग रहना — बिना किसी प्रशंसा के। लक्ष्मण हमें सिखाते हैं कि महानता शोर नहीं करती। सच्ची निष्ठा चुपचाप निभाई जाती है।

अशोक वाटिका में कोई मंच नहीं था। कोई सुनने वाला नहीं था। कोई सहानुभूति नहीं थी। फिर भी सीता का आत्मबल अडिग रहा। उन्होंने अपने मूल्यों को इसलिए नहीं छोड़ा कि परिस्थिति कठिन थी।

सीता बताती हैं कि चरित्र वही होता है जो आप तब चुनते हैं, जब टूट जाना आसान हो।

लंका जलाने के बाद भी हनुमान ने कहा—"मैंने कुछ नहीं किया, सब राम का कार्य था।"

यह Empty Room Principle का शिखर है।

जब आप कुछ बड़ा कर लें, और फिर भी स्वयं को केंद्र न बनाएँ —वहीं सच्चा नेतृत्व जन्म लेता है।

आज का खाली कक्ष है—

"जब कोई आपकी मेहनत नहीं देख रहा

"जब सोशल मीडिया पर कोई लाइक नहीं

"जब कोई धन्यवाद नहीं कह रहा

"जब परिवार या समाज समझ नहीं पा रहा

उसी समय आप क्या करते हैं—यही तय करता है कि आप कौन बनेंगे।

रामायण कहती है कि "भीड़ में किया गया प्रदर्शन नहीं, बल्कि एकांत में निभाया गया धर्म आपको महान बनाता है।"

जो व्यक्ति खाली कक्ष में भी ईमानदार रहता है, वही भरे दरबार में सम्मान पाता है।

अगर आज आपका जीवन शांत है, अनदेखा है, अप्रशंसित है- तो घबराइए मत। यही वह समय है जब आपका चरित्र गढ़ा जा रहा है।

रामायण में महानता हमेशा पहले एकांत में जन्म लेती है और बाद में इतिहास बनती है।

खाली कक्ष में हार मत मानिए —वहीं आपकी असली यात्रा चल रही है।

A MUST. MUST READ. 1942. Rangoon.

While most Indians remember freedom through textbooks, one 15-year-old girl lived it through sacrifice.

Her name was Saraswati Rajamani.

Born into obscene wealth.

A mansion. Silk dresses. Diamonds. Cars.

Her father owned a gold mine.

But destiny didn't want her to live behind curtains.

It wanted her in shadows.

That day, Rangoon shook.

Netaji Subhas Chandra Bose stood before the crowd and thundered:

"Give me blood, and I will give you freedom."

Something ignited inside that teenage girl.

She didn't clap.

She didn't cheer.

She removed every ornament from her body — necklace, bangles, earrings — and donated them to the Azad Hind Fauj. On the spot.

The next morning, an army jeep stopped outside her mansion.

Netaji himself stepped out.

He came to return the jewellery.

He thought it was emotion. Impulse. Youth.

Rajamani looked him straight in the eye and said:

"Netaji, I did not give it by mistake.

I gave it to my country.

And I never take back what I give."

Netaji saw it instantly.

Not a girl.

Steel.

He renamed her "Saraswati."

And said:

"I don't want you with a gun.

Your task will be harder."

Her long hair was cut.

Loose clothes replaced silk.

Saraswati Rajamani became "Mani."

Her mission: espionage.

At 16, the girl who slept on cushioned beds worked inside British military mess halls, disguised as a boy.

Polishing boots.

Serving tea.

Sweeping floors.

The British officers laughed freely, confident these "local boys" understood nothing.

Right in front of them, they planned bombings.

Supply routes.

INA movements.

Mani listened.

Memorised.

Recorded everything in her mind.

Later, she scribbled notes in washrooms, hid them in shoes and bread, and smuggled intelligence to Netaji.

Day after day.

One mistake away from death.

Then the nightmare struck.

Her partner Durga was captured.

INA's rule was brutal but clear:

Never be taken alive.

Everyone told Mani to flee.

She refused.

"My friend is captured.

I won't run."

At night, disguised again, she entered the British prison.

Drugged the guards.

Stole the keys.

Freed Durga.

As they escaped, alarms screamed.

Searchlights cut through darkness.

Shots rang out.

Mani was hit in the leg.

She didn't stop.

Stopping meant death.

They vanished into the forest.

Hunted by soldiers and dogs.

They survived by climbing a tree and hiding there for three days — wounded, feverish, silent — while British patrols searched below.

Eventually, they escaped.

Back at INA camp, Mani collapsed.

As doctors removed the bullet, Netaji saluted the teenager and said:

"I didn't know our army hid such explosives.

You are India's first woman spy.

You are my Rani of Jhansi."

He wanted to gift her his pistol.

She wanted only one thing:

Freedom.

India became free in 1947.

And then India forgot her.

No chapter.

No spotlight.

No gratitude.

The girl who gave her youth, blood, and family wealth lived her final years in a small rented room in Chennai.

Her pension delayed.

Her life ignored.

Yet she never complained.

During the 2004 tsunami, when people begged for aid, this old woman — who struggled for her own medicines — donated her savings for relief.

When asked why, she smiled:

"Giving is in my blood."

In 2018, at 91, Saraswati Rajamani passed away quietly.

No national mourning.

No breaking news.

No outrage.

But remember this:

Free India stands on the courage of a 15-year-old girl who chose the nation over comfort, silence over safety, and sacrifice over recognition.

Her name was Saraswati Rajamani.

History forgot her.

We must not.

शहिदी हफ्ता 23.12.1704

नवदीप सिंह

गुरु साहिब की माता श्री गुजर कौर जी और दोनों छोटे साहिबजादे गंगू ब्राह्मण के द्वारा गहने एवं अन्य सामान चोरी करने के उपरांत तीनों को मुखबरी कर मोरिंडा के चौधरी गनी खान और मनी खान के हाथों ग्रिफ्तार करवा दिया गया और गुरु साहिब को अन्य साथियों की बात मानते हुए चमकौर छोड़ना पड़ा।

RSKS

चमकौर साहिब के युद्ध में युद्ध भूमि लाशों से पट गयी थी

बड़े साहिबजादे अजीत सिंह जी सिर्फ 18 साल की आयु में शहीद हुए और छोटे जुझार सिंह जी सिर्फ 14 साल की आयु में

बड़े साहिबजादे का शरीर युद्ध भूमि में देख एक सिख ने अपनी पगड़ी उतार के उससे ढक दिया। ये देख गुरु साहेब ने कहा कि या तो सबको कफन ओढाओ या इसे भी खुला छोड़ दो .....

कफन तक नसीब नही हुए थे साहिबज़ादों को .....

उसके बाद जब माता जी से पहली बार भेंट हुई तो उन्होंने पूछा ..... मेरे बेटे कहाँ हैं ??????

तब गुरु जी ने जवाब दिया था .....

इन पुतरन के सीस पर, वार दिये सुत चार, चार मुए तो क्या हुआ , जब जीवत कई हज़ार

20 Dec से 26 Dec 1705 के बीच गुरु जी के चारों बेटे शहीद हो गए ....

सुल्तानपुर लोधी यह जगद्गुरु बाबा गुरु नानक देव जी का सिखों की पवित्र नगरी है सुल्तानपुर लोधी ..... यहां अजित जी के स्कूल में 700 बच्चे पढ़ते हैं। ज़्यादातर सिख हैं ..... इनमे से एक का भी नाम अजीत सिंह , जुझार सिंह , जोरावर सिंह या फतेह सिंह नही है ..... इतनी जल्दी भुला दिया हमने गुरु जी की क़ुर्बानियों को ??????

पुराने ज़माने में पंजाब के लोग 20 दिसंबर से 26 दिसंबर के बीच शोक मनाते थे और एक हफ्ता ज़मीन पे सोते थे ..... क्योंकि जब छोटे साहिबज़ादों को सरहिन्द के किले में कैद कर लिया गया तो वो सर्द रातें उन्होंने उस ठंडे कैदखाने में ज़मीन पे सो के बिताई थीं ..... फिर उन्हें ज़दि दीवारों में चिनवा दिया गया ..... छोटा 7 साल का था और बड़ा 9 साल का ..... जब दीवार छोटे की नाक तक आ गयी तो बड़ा रोने लगा ..... छोटे ने पूछा रो क्यों रहा है ??????

बड़े ने जवाब दिया , तू छोटा है , पर कौम के लिए मुझसे पहले शहीद हो रहा है .....

इस शहादत को हमने सिर्फ 300 साल में ही भुला दिया ???????

जिस हफ्ते में हमको शोक सप्ताह मनाना चाहिए उसमे हम Parties करते हैं ?????? Celebrate करते हैं ????? शराब के गिलास सिर पर रख के नाचते हैं ??????

प्रण कीजिये कि इस साल 20 से 27 दिसम्बर के बीच भूमि शयन -- ज़मीन पर सो के शोक सप्ताह मना के चारों साहिबज़ादों को श्रद्धांजलि देंगे .....

अवश्य पढ़ें। अवश्य याद रखें। 1942 — रंगून।

जब ज़्यादातर भारतीय आज़ादी को किताबों के पन्नों में पढ़ते हैं, तब एक 15 साल की लड़की उसे अपने बलिदान से जी रही थी।

उसका नाम था सरस्वती राजामणि।

अपार धन में जन्म—

भव्य हवेली, रेशमी वस्त्र, हीरे-ज़ेवर, गाड़ियाँ।

पिता सोने की खदान के मालिक।

लेकिन नियति ने उसे परदों के पीछे नहीं रखा।

नियति ने उसे परछाइयों में लड़ने के लिए चुना था।

उस दिन रंगून काँप उठा।

मंच पर खड़े सुभाष चंद्र बोस गरजे—

"तुम मुझे खून दो, मैं तुम्हें आज़ादी दूँगा।"

उस किशोरी ने तालियाँ नहीं बजाईं।

नारे नहीं लगाए।

उसने अपने शरीर से एक-एक गहना उतार दिया—

हार, चूड़ियाँ, बालियाँ—

और आजाद हिंद फौज को तुरंत दान कर दिया।

अगली सुबह उसकी हवेली के बाहर एक सैन्य जीप रुकी।

नेताजी स्वयं आए।

वे आभूषण लौटाने आए थे।

उन्हें लगा— भावुकता है, आवेग है, कम उम्र का जोश।

सरस्वती ने आँखों में आँखें डालकर कहा—

"नेताजी, मैंने गलती से नहीं दिया।

मैंने अपने देश को दिया है।

और जो मैं देती हूँ, उसे कभी वापस नहीं लेती।"

नेताजी समझ गए।

यह लड़की नहीं— फौलाद है।

उन्होंने उसका नाम "सरस्वती" रखा और कहा—

"मैं तुम्हें बंदूक के साथ नहीं चाहता।

तुम्हारा काम इससे कहीं कठिन होगा।"

लंबे बाल कटे।

रेशम की जगह ढीले कपड़े।

सरस्वती राजामणि बन गई "मणि"।

मिशनः जासूसी।

16 साल की उम्र में वह—

लड़के का भेष धरकर—

ब्रिटिश सैन्य मेस में काम करने लगी।

जूते पॉलिश, चाय परोसना, फर्श साफ करना।

अंग्रेज अफ़सर हँसते-बोलते, निश्चिंत—

उन्हें क्या पता कि यह "स्थानीय लड़का"

उनकी ही मेज़ पर बैठी योजनाएँ याद कर रहा है—

बमबारी की तिथियाँ,

रसद मार्ग,

INA की चालें।

मणि सब सुनती।

दिमाग़ में दर्ज करती।

बाद में—

शौचालयों में नोट्स लिखती,

जूते और रोटियों में छुपाती,

और ख़ुफ़िया जानकारी नेताजी तक पहुँचाती।

हर दिन— मौत से बस एक गलती दूर।

फिर वह रात आई।

उसकी साथी दुर्गा पकड़ी गई।

INA का नियम सख़्त था—

ज़िंदा पकड़े मत जाओ।

सबने मणि से कहा— भाग जाओ।

उसने मना कर दिया।

"मेरी दोस्त पकड़ी गई है।

मैं भाग नहीं सकती।"

रात में— फिर भेष बदलकर—

वह ब्रिटिश जेल में घुसी।

पहरेदारों को बेहोश किया।

चाबियाँ चुराईं।

दुर्गा को मुक्त कराया।

भागते ही सायरन चीखे।

सर्चलाइटें चलीं।

गोलियाँ बरसीं।

मणि के पैर में गोली लगी।

वह रुकी नहीं।

रुकना— मौत थी।

दोनों जंगल में गुम हो गईं।

पीछे सैनिक और कुत्ते।

तीन दिन—

एक पेड़ पर—

घायल, बुख़ार में, बिना आवाज़—

नीचे तलाश करती ब्रिटिश टुकड़ियाँ।

आख़िरकार— वे बच निकलीं।

INA शिविर पहुँचीं तो मणि गिर पड़ी।

डॉक्टरों ने गोली निकाली।

नेताजी ने उस किशोरी को सलाम किया और कहा—

"मुझे नहीं पता था हमारी सेना में ऐसे विस्फोटक छिपे हैं।

तुम भारत की पहली महिला जासूस हो।

तुम मेरी झाँसी की रानी हो।"

वे अपनी पिस्तौल उपहार में देना चाहते थे।

मणि ने बस एक चीज़ माँगी—

आजादी।

1947 में भारत आज़ाद हुआ।

और फिर—

भारत ने उसे भुला दिया।

न पाठ्यक्रम में अध्याय।

न सुर्ख़ियाँ।

न कृतज्ञता।

जिस लड़की ने अपना यौवन, खून और पारिवारिक संपत्ति दे दी—

वह चेन्नई के एक छोटे से किराए के कमरे में ज़िंदगी के आख़िरी साल बिताती रही।

पेंशन देर से मिली।

ज़िंदगी अनदेखी रही।

उसने कभी शिकायत नहीं की।

2004 की सुनामी में—

जब लोग मदद माँग रहे थे—

वह बुज़ुर्ग महिला, जिसे अपनी दवाइयों की चिंता थी,

ने अपनी जमा पूँजी दान कर दी।

क्यों— पूछा गया।

वह मुस्कुराई—

"देना मेरे खून में है।"

2018 में, 91 वर्ष की उम्र में,

सरस्वती राजामणि चुपचाप चली गईं।

न राष्ट्रीय शोक।

न ब्रेकिंग न्यूज़।

न आक्रोश।

पर याद रखिए—

आजाद भारत

एक 15 साल की लड़की के साहस पर खड़ा है—

जिसने आराम से ज़्यादा राष्ट्र चुना,

सुरक्षा से ज़्यादा मौन,

और पहचान से ज़्यादा बलिदान।

उसका नाम था सरस्वती राजामणि।

इतिहास ने भुला दिया।

हमें नहीं भूलना चाहिए।

सरकार ने निजी अस्पतालों की मनमानी रोकने के लिए 'वेंटिलेटर बिलिंग' के नए नियम अनिवार्य

परिवहन विशेष न्यूज

सरकार ने निजी अस्पतालों की मनमानी रोकने के लिए 'वेंटिलेटर बिलिंग' के नए नियम अनिवार्य कर दिए हैं। अब किसी भी मरीज को वेंटिलेटर पर रखने से पहले अस्पताल को परिजनों की लिखित सहमति लेनी होगी। साथ ही, इलाज का संभावित खर्च, जोखिम और वेंटिलेटर की जरूरत के बारे में पहले से स्पष्ट जानकारी देनी होगी।

नए निर्देशों के तहत, अस्पतालों को वेंटिलेटर और आईसीयू के चार्ज बिलिंग काउंटर और वेबसाइट पर सार्वजनिक रूप से प्रदर्शित करने होंगे। बिलिंग केवल मशीन के वास्तविक उपयोग (usage-based billing) पर ही आधारित होगी। इसके अलावा, मरीजों की शिकायतों के लिए समयबद्ध निवारण व्यवस्था बनाना और इलाज का पूरा रिकॉर्ड रखना भी अब अनिवार्य कर दिया गया है।

अरावली पर्वतमाला विवाद- खनन संरक्षण और सुप्रीम कोर्ट के नए नियमों का समग्र अंतरराष्ट्रीय विश्लेषण

अरावली पर्वतमाला भारतीय उपमहाद्वीप की पर्यावरणीय रीढ़, जलवायु संतुलन का आधार और रेगिस्तान को रोकने वाली प्राकृतिक दीवार है

अरावली पर्वतमाला विवाद को खनन बनाम पर्यावरण की सरल बहस में सीमित करना गलत होगा, इस मुद्दे पर केवल सोशल मीडिया के नारों पर नहीं बल्कि तथ्यों विज्ञान और कानून के आधार पर संवाद हो- **एडवोकेट किशन सनमुखदास भावनानीं गोंदिया महाराष्ट्र**

वैश्विक स्तरपर अरावली पर्वतमाला केवल भारत की एक भौगोलिक संरचना नहीं है,बल्कि यह भारतीय उपमहाद्वीप की पर्यावरणीय रीढ़,जलवायुसंतुलन का आधार और रेगिस्तान को रोकने वाली प्राकृतिक दीवार है। लगभग 200 करोड़ वर्ष पुरानी यह पर्वतमाला मानव सभ्यता से भी कहीं अधिक प्राचीन है। किंतु विडंबना यह है कि आधुनिक विकास,खनन,शहरीकरण और नीतिगत अस्पष्टताओं के चलते आज यही पर्वतमाला अस्तित्व के संकट से जूझ रही है। हाल ही में खनन से जुड़े नए नियमों और सुप्रीम कोर्ट के आदेशों को लेकर सोशल मीडिया पर # सेव अरावाल्ली जैसे हैशटैग ट्रेंड कराए जा रहे हैं। आरोप लगाए जा रहे हैं कि ये नियम अरावली को बचाने के बजाय उसे कमजोर करेंगे।मैं एडवोकेट किशन सनमुखदास भावनानीं गोंदिया महाराष्ट्र यह मानता हूं क़ि इस पृष्ठभूमि में यह आवश्यक हो जाता है कि पूरे विवाद का तथ्यात्मक, कानूनी वैज्ञानिक और अंतरराष्ट्रीय दृष्टिकोण से सोशल प्रिंटर इलेक्ट्रिक मीडिया पर चल रहे विचारों के आदान- प्रदान व डिबेट क़ा समग्र विश्लेषण किया जाए, जो मीडिया में आ रही जानकारी के आधार पर है।

साथियों बात कर हम अरावली पर्वतमाला, भौगोलिक विस्तार और ऐतिहासिक महत्व को समझने की करें तो अरावली पर्वतमाला भारत के पश्चिमी भाग में गुजरात, राजस्थान,हरियाणा और दिल्ली तक फैली हुई है और इसका कुल क्षेत्रफल लगभग 1,47,000 वर्ग किलोमीटर है।यह पर्वतमाला गुजरात के पालनपुर से शुरू होकर दिल्ली तक जाती है।अरावली की सबसे ऊंची चोटी गुरु शिखर (1722 मीटर) माउंट आबू में स्थित है। यह पर्वतमाला थार रेगिस्तान को पूर्व की ओर फैलने से रोकती है और उत्तर भारत के भूजल स्तर,मानसून पैटर्न और जैव विविधता को संतुलित रखने में निर्णायक भूमिका निभाती है।इतिहास की दृष्टि से अरावली ने हड़प्पा सभ्यता, राजपूत राज्यों और मुगल काल में भी जल स्रोतों,खनिजों और प्राकृतिक सुरक्षा कवच के रूप में कार्य किया।अंतरराष्ट्रीय भूवैज्ञानिक मानकों के अनुसार इतनी प्राचीन पर्वतमालाएं पृथ्वी पर बहुत कम बची हैं, इसलिए अरावली का संरक्षण केवल भारत नहीं बल्कि वैश्विक पर्यावरणीय जिम्मेदारी भी है।खनिज संपदा और खनन का आकर्षणअरावली पर्वतमाला खनिज संसाधनों से भरपूर है।यहां तांबा, जिंक, लेड, ग्रेनाइट, मार्बल और कॉपर जैसे मूल्यवान खनिज पाए जाते हैं। औद्योगिक विकास और निर्माण क्षेत्र की बढ़ती मांग ने अरावली को खनन उद्योग के लिए अत्यंत आकर्षक बना दिया।विशेषकर राजस्थान और हरियाणा में दशकों तक अनियंत्रित और अवैध खनन हुआ, जिससे पहाड़ों का क्षरण, जंगलों का विनाश और जल स्रोतों का सूखना शुरू हो गया।यही वह बिंदु है जहां विकास और संरक्षण के बीच टकराव पैदा होता है। अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी यही बहस अमेज़न, एंडीज़ और अफ्रीकी रिफ्ट वैली में देखी गई है।

साथियों बात अगर हम चार राज्यों, चार अलग-अलग नियम,भ्रम और पारदर्शिता का संकट इसको समझने की करें तो, अरावली पर्वतमाला चार राज्यों में फैली होने के कारण हर राज्य के अपने-अपने खनन और पर्यावरणीय नियम थे। कहीं पहाड़ियों की परिभाषा अलग थी, कहीं ऊंचाई की सीमा नहीं थी, तो कहीं वन क्षेत्र की पहचान अस्पष्ट थी।इस असमानता के कारण न केवलप्रशासनिक भ्रम पैदा हुआ बल्कि खनन माफिया ने भी इसी अस्पष्टता का लाभ उठाया।अंतरराष्ट्रीय पर्यावरण शासन (इंविरोंमेन्टल गवर्नेंस) के सिद्धांतों के अनुसार, साझा प्राकृतिक संसाधनों के लिए एकरूप नियमों की आवश्यकता होती है। इसी सिद्धांत के तहत अरावली के लिए भी एक समान नीति की मांग लंबे समय से उठ रही थी।

साथियों बात अगर हम सुप्रीम कोर्ट का हस्तक्षेप- न्यायपालिका की निर्णायक भूमिका इसको समझने की करें तो, पर्यावरण संरक्षण के मामलों में भारतीय सुप्रीम कोर्ट की भूमिका वैश्विक स्तर पर सराही जाती है। गंगा, यमुना, ताज ट्रेपेज़ियम और वनों के संरक्षण में कोर्ट के हस्तक्षेप मिसाल रहे हैं। अरावली के मामले में भी सुप्रीम कोर्ट ने इस गंभीरता को समझते हुए एक उच्चस्तरीय समिति का गठन किया।इस समिति में पर्यावरण मंत्रालय, फॉरेस्ट सर्वे ऑफ इंडिया,चारों राज्यों के वन विभाग के अधिकारी और स्वयं सुप्रीम कोर्ट के प्रतिनिधि शामिल थे। यह संरचना अंतरराष्ट्रीय पर्यावरण आयोगों के अनुरूप थी, जहां नीति, विज्ञान और न्याय का सटीक समन्वय होता है। समिति की सिफारिशें और नवंबर 2025 की मंजूरी- समिति ने विस्तृत सर्वेक्षण,उपग्रह चित्रों, भूवैज्ञानिक डेटा और पर्यावरणीय प्रभावआकलन के आधार पर अपनी सिफारिशें सुप्रीम कोर्ट को सौंपीं।नवंबर 2025 में कोर्ट ने इन सिफारिशों को मंजूरी दी।यही वे सिफारिशें हैं जो आज विवाद का केंद्र बनी हुई हैं।पहली सिफारिश,100 मीटर ऊंचाई की परिभाषा- नई व्यवस्था के अनुसार, सिर्फ 100 मीटर या उससे ऊंची पहाड़ियों को ही अरावली पर्वतमाला का हिस्सा

माना जाएगा।ऐसे क्षेत्रों में खनन पूरी तरह प्रतिबंधित होगा।आलोचकों का कहना है किइससे 100 मीटर से कम ऊंचाई वाली पहाड़ियों को खनन के लिए खोल दिया जाएगा।किंतु समिति का तर्क है कि वैज्ञानिक रूप से पर्वतमाला की पहचान ऊंचाई, निरंतरता और भूगर्भीय संरचना से होती है।अंतरराष्ट्रीय भूवैज्ञानिक मानकों में भी पर्वत और पहाड़ी के बीच यही अंतर किया जाता है।दूसरी सिफारिश,500 मीटर निरंतरता का सिद्धांत-दूसरा महत्वपूर्ण नियम यह है कि यदि 100 मीटर से ऊंची दो पहाड़ियों के बीच की दूरी 500 मीटर से कम है, तो उस पूरे क्षेत्र को अरावली पर्वत श्रृंखला माना जाएगा और वहां खनन नहीं होगा।यहनियम पर्वतमाला की भौगोलिक निरंतरता को बचाने के लिए है, ताकि खनन के कारण पहाड़ टुकड़ों में न टूट जाएं।यह सिद्धांत यूरोपियन अल्प्स और अमेरिकी अपलाचियन पर्वतमालाओं में भी अपनाया जाता है।सरकार का पक्ष- 90 प्रतिशत क्षेत्र संरक्षित सरकारी आंकड़ों के अनुसार, इन नियमों के लागू होने से अरावली का करीब 90 प्रतिशत क्षेत्र संरक्षित हो जाएगा। खनन केवल 0.19 प्रतिशत क्षेत्र,यानी लगभग 278 वर्ग किलोमीटर में ही संभव होगा। सरकार का दावा है कि इससे अवैध खनन रुकेगा, नियमों में स्पष्टता आएगी और पर्यावरणीय निगरानी बेहतर होगी।

साथियों बातें कर हम सोशल मीडिया बनाम तथ्य- # सेव अरावल्ली विवाद इसको समझने की करें तो, सोशल मीडिया पर चल रहे अभियानों में भावनात्मक अपील अधिक और तथ्य कम दिखाई देते हैं। कई पोस्ट्स में यह दावा किया गया कि अरावली को कानूनी रूप से खत्म किया जा रहा है,जबकि वास्तविकता यह है कि सुप्रीम कोर्ट के आदेश संरक्षण को कानूनी मजबूती प्रदान करते हैं।यह प्रवृत्ति वैश्विक स्तर पर भी देखी जाती है, जहां जटिल पर्यावरणीय नीतियों को सरल नारों में प्रस्तुत कर भ्रम फैलाया जाता है।

साथियों बात अगर हम अंतरराष्ट्रीय तुलना,भारत की नीति कहां खड़ी है इसको समझने की करें तो,यदि हम ऑस्ट्रेलिया, कनाडा और चिली जैसे देशों से तुलना करें, तो वहां खनन की अनुमति केवल सीमित नियंत्रित और वैज्ञानिक रूप से परिभाषित क्षेत्रों में दी जाती है। भारत में अरावली के लिए बनाए गए नए नियम इसी वैश्विकमानक के अनुरूप हैं।वास्तविक चुनौती,नियम नहीं,उनका क्रियान्वयन अरावली संकट की जड़ केवल नियमों में नहीं,बल्कि उनके ईमानदार क्रियान्वयन में है।यदिस्थानीय प्रशासन, पर्यावरणीय मंजूरी प्रक्रिया और निगरानी तंत्र मजबूत नहीं हुए, तो सबसे अच्छे नियम भी निष्प्रभावी हो सकते हैं।

अतः अगर हम उपरोक्त पूरे विवरण का अध्ययन कर इसका विश्लेषण करें तो हम पाएंगे क़ि संरक्षण बनाम भ्रम,अरावली पर्वतमाला विवाद को केवल खनन बनाम पर्यावरण की सरल बहस में सीमित करना गलत होगा। सुप्रीम कोर्ट के नए नियम, यदि सही संदर्भ में देखें, तो वे अरावली को बचाने का एक ठोस कानूनी ढांचा प्रदान करते हैं। आवश्यकता है कि इस मुद्दे पर तथ्य, विज्ञान और कानून के आधार पर संवाद हो, न कि केवल सोशल मीडिया के नारों पर।अरावली का संरक्षण केवल आज की पीढ़ी के लिए नहीं, बल्कि आने वाली सदियों के लिए भारत की जल, जलवायु और जीवन सुरक्षा का प्रश्न है।

पेट्रोल के लिए पॉल्यूशन सर्टिफिकेट ज़रूरी; विरोध के बाद नियमों में रात मे एक्शन शुभे मे ढील

मनोरंजन सासमल , स्टेट हेड ओड़िशा

भुबनेश्वरः ट्रांसपोर्ट डिपार्टमेंट के रात में गाड़ियों में पेट्रोल और डीज़ल भरवाने के लिए पॉल्यूशन सर्टिफिकेट ज़रूरी करने के आदेश पर लोगों के गुस्से के बीच, डिपार्टमेंट ने सावधानी भरा रवैया अपनाया है। बिना पॉल्यूशन सर्टिफिकेट वाली गाड़ियों को फ्यूल देने से मना करने के फैसले को लागू करने से पहले अगले 15 दिनों तक लोगों को जागरूक करने का फैसला किया गया है।हालांकि, ट्रांसपोर्ट अथॉरिटी ने साफ किया है कि जिन लोगों पर कुछ दिनों में पॉल्यूशन फाइन लगा है, उन्हें इग्नोर किया जाएगा। सोमवार को भुवनेश्वर RTO-1 परिसर में ट्रांसपोर्ट अथॉरिटी अमिताभ ठाकुर की अध्यक्षता में तेल डिस्ट्रीब्यूशन कंपनियों और ट्रांसपोर्ट डिपार्टमेंट के अधिकारियों के साथ एक मीटिंग हुई। इसके बाद मीडिया को जानकारी देते हुए मिस्टर ठाकुर ने कहा, ₹नैतिक रूप से, हमें पर्यावरण प्रदूषण के लिए ज़िम्मेदार होना होगा। इसे ध्यान में रखते हुए, पेट्रोल और डीज़ल के लिए प्रदूषण सर्टिफ़िकेट के नियम जारी किए गए हैं। लेकिन इसे सख्ती से लागू नहीं किया गया है। प्रदूषण सर्टिफ़िकेट लेने के लिए 15 दिन का समय दिया जाएगा। 1 जनवरी से सख्त इंस्पेक्शन शुरू होगा। इसके बाद, बिना वैलिड सर्टिफ़िकेट के फ़्यूल नहीं मिलेगा। जिन लोगों पर पहली बार जुर्माना लगा है, उन्हें छूट दी जाएगी। इसके अलावा, जिन लोगों का चालान बकाया है, उन्हें भी वन टाइम स्कीम (OTS) के ज़रिए 50% की छूट मिलेगी। इसके अलावा, प्रदूषण सर्टिफ़िकेट जारी करने वाली एजेंसी को सर्टिफ़िकेट की वैलिडिटी साफ़-साफ़ बतानी होगी। जो एजेंसियां गैर-कानूनी काम कर रही हैं, उनके ख़िलाफ़ कार्रवाई की जा रही है। गौरतलब है कि 20 तारीख़ को ट्रांसपोर्ट डिपार्टमेंट ने ईंधन भरवाने के लिए प्रदूषण सर्टिफ़िकेट को ज़रूरी करने का निर्देश जारी किया था। जब इसे लेकर लोगों में हलचल मची, तो सुबह पेट्रोल भरवाना मुश्किल हो गया। ऐसे में प्रदूषण जांच केंद्रों पर लोगों की भीड़ लग गई। हालांकि, बड़ी बात यह है कि 7 दिनों के अंदर सर्टिफ़िकेट लेने वालों की संख्या बढ़ गई है। पॉल्यूशन फाइन मिलने के 10 दिन बाद भी नियमों के मुताबिक, जिन लोगों को फाइन नहीं देना है, उन्हें छूट नहीं मिल रही है। क्योंकि वेबसाइट में दिक्कतों की वजह से वे सर्टिफिकेट अपलोड नहीं कर पा रहे हैं। इस वजह से उन्हें 10,000 रुपये का फाइन देना पड़ रहा है। इस बारे में सोमवार को 'समाज' में एक रिपोर्ट छपी थी। मीटिंग में इंडियन ऑयल के CGM कमल शील, HPCL के CR विजय कुमार, उत्कल पेट्रोलियम डीलर्स एसोसिएशन के प्रेसिडेंट संजय लाठ के साथ ट्रांसपोर्ट डिपार्टमेंट के दूसरे सीनियर अधिकारी मौजूद थे।

अलविदा 2025 : बदलाव ,बहस और उम्मीदों का साल !

डॉ घनश्याम बादल

जैसा कि हर साल होता है, एक और साल विदाई के कगार पर खड़ा है। 2025 भी अपनी स्मृतियों और समय के रेत पर अपने पदचिन्ह छोड़कर जा रहा है, फिर कभी न लौटने के लिए। अपनी सारी धरोहर 2026 की झोली में डालकर 2025 काल के गर्त में खो जाएगा लेकिन उसने जो जो किया या सहा वह सब इतिहास में दर्ज हो जाएगा।

2025 केवल एक साधारण कैलेंडर वर्ष नहीं रहा बल्कि यह ऐसे घटनाक्रमों का साक्षी बना जिनका असर राजनीति, अर्थव्यवस्था, समाज और जनमानस पर लंबे समय तक दिखाई देगा। अंतरराष्ट्रीय मंचों से लेकर देश के गाँवों तक, वाद विवाद, संवाद, निर्णय, टकराव, सौहार्द्र , उपलब्धियाँ और प्रयोग, इसने खुशी के साथ-साथ कभी न मिटने वाले घाव हर 2025 देकर अपनी एक अलग ही छाप छोड़ी है ।

अंतरराष्ट्रीय घटनाक्रम पर निगाह डालें तो रूस और यूक्रेन का टकराव जारी रहा इसराइल ने हमास की कमर तोड़ दी मगर लड़ाई अभी खत्म नहीं हुई है. नेपाल में जैन जी आंदोलन ने ओली सरकार का तख्ता पलट कर कुछ बड़े संकेत दिए. वहां सुशीला जोशी अब राजकाज देख रही हैं । वहीं बांग्लादेश में भी शेख हसीना को वहां के कोर्ट ने फांसी की सजा सुना दी। पाकिस्तान में ऑपरेशन सिंदूर में मुंह की खाने के बावजूद आसिम मुनीर का रुतबा सातवें आसमान पर है लेकिन इमरान की जनता पर पकड़ अभी भी बनी हुई है और शहबाज शरीफ एक कठपुतली प्रधानमंत्री की तरह सरकार चला रहे हैं मगर इन सब घटनाक्रमों से अलग 2025 में डोनाल्ड ट्रंप के 'टैरिफटेरर' ने दुनिया भर को हिला कर रखा. ब्राज़ील, चीन और भारत पर सबसे ज्यादा 50% टैरिफ लगने के बावजूद भारत की जीडीपी जबरदस्त तरीके से बढ़ी। आतंकवाद का कहर और उसके विरुद्ध कार्रवाई भी जारी रही पहलगाम हमले की परिणिति ऑपरेशन सिंदूर के रूप में सामने आई। अफगानिस्तान और पाकिस्तान में भी जबरदस्त टकराव हुआ। ट्रंप प्रशासन द्वारा भारत, चीन और कुछ एशियाई देशों पर जबरदस्त टैरिफ बढ़ाने की घोषणा ने वैश्विक व्यापार को झकझोर दिया। इससे भारत सहित कई उभरती अर्थव्यवस्थाओं के निर्यात और मुद्रा बाज़ारों पर दबाव भी बना।

इसी वर्ष लाल सागर और फारस की खाड़ी में समुद्री मार्गों पर अस्थिरता के कारण कई देशों को अपने व्यापारिक रास्ते बदलने पड़े। ऊर्जा आपूर्ति बाधित होने से कच्चे तेल की कीमतों में उतार–चढ़ाव देखा गया।

आतंकवाद के विरुद्ध वैश्विक अभियान के तहत भारत ने अंतरराष्ट्रीय समुदाय के सहयोग से "ऑपरेशन सिंदूर" को अंजाम दिया जिसे सीमा-पार आतंकी नेटवर्क के खिलाफ एक निर्णायक कार्रवाई के रूप में देखा गया। इस ऑपरेशन ने यह स्पष्ट संदेश दिया कि भारत आतंकवाद के मुद्दे पर अब केवल कूटनीतिक विरोध तक सीमित नहीं रहेगा।

आर्थिक दृष्टि से विश्व की तीसरी अर्थव्यवस्था बनने की ओर अग्रसर भारत के राष्ट्रीय परिदृश्य के हिसाब से भी 2025 घटना प्रधान वर्ष सिद्ध हुआ। कई योजनाओं का पुनर्गठन और राजनीतिक संकेत देश के भीतर 2025 का सबसे चर्चित घटनाक्रम रहा जैसे मनरेगा का पुनर्गठन कर उसे विकसित भारत "जी-राम-जी (ग्रामीण आजीविका एवं रोजगार गारंटी योजना)" के रूप में प्रस्तुत किया जाना। विपक्ष के कड़े विरोध और हंगामा के बीच सरकार ने इसे केवल नाम परिवर्तन नहीं बल्कि डिजिटल ट्रैकिंग, परिसंपत्ति निर्माण और कौशल-आधारित रोजगार से जोड़ने का प्रयास बताया हालांकि विपक्ष ने इसे "पुरानी योजना को नए पैकेट में पेश करने" की संज्ञा दी।

संसद के शीतकालीन सत्र में इस बदलाव को लेकर तीखी बहस प्रदर्शन और वॉक आउट तक हुए। ।ग्रामीण रोजगार, बजट आवंटन और राज्यों की भूमिका जैसे सवालों ने राजनीतिक विमर्श को धार दी।

इसी वर्ष चुनावी सुधार, एक देश–एक चुनाव और प्रशासनिक पारदर्शिता जैसे मुद्दों पर भी सरकार और विपक्ष आमने-सामने रहे जिससे 2025 राजनीतिक रूप से बेहद सक्रिय वर्ष साबित हुआ। विशेष गहन पुनरीक्षण एस आई आर ने भी हलचल मचाए रखी बिहार में 65 लाख से ज्यादा वोट कट गए और अब बंगाल तथा उत्तर प्रदेश के साथ उत्तरी पूर्वी राज्यों में यह जारी है ।ममता बनर्जी का विरोध 2025 में विशेष रूप से दर्ज किया गया। चुनाव आयोग विपक्ष के निशाने पर रहा तो सरकार का हाथ उसकी पीठ पर लगातार दिखाई दिया.

आर्थिक घटनाक्रम में महंगाई, डिजिटल अर्थव्यवस्था और दबाव सुर्खियों में रहे।

2025 में महंगाई नियंत्रण सरकार के लिए सबसे बड़ी चुनौती बनी रही। खाद्य पदार्थों और ईंधन की कीमतों में वैश्विक अस्थिरता का सीधा असर आम आदमी की जेब पर पड़ा। सोने चांदी जैसी कीमती धातुओं के भाव एक ही वर्ष में रॉकेट की स्पीड से बढ़े और रिकॉर्ड ऊंचाई तक पहुंचे।

हालाँकि डिजिटल भुगतान प्रणाली (UPI) ने भी नया रिकॉर्ड बनाया। स्टार्टअप और ग्रीन एनर्जी सेक्टर में निवेश बढ़ा। जीएसटी की दरों में सुधार से व्यापार एवं निवेश में रहता मिलती दिखाई दी। बावजूद 50% टैरिफ की मार झेलने के भारत दुनिया की सबसे तेज़ी से बढ़ती डिजिटल अर्थव्यवस्थाओं में बना रहा लेकिन मध्यम वर्ग और ग्रामीण अर्थव्यवस्था की सुस्ती वर्ष की बड़ी आर्थिक सच्चाई रही।

2025 में सामाजिक स्तर पर युवाओं में रोजगार को लेकर बढ़ती बेचैनी, डिजिटल युग में निजता और डेटा सुरक्षा व महिलाओं की सुरक्षा और कार्यस्थल पर समानता, शिक्षा और प्रतियोगी परीक्षाओं से जुड़े विवाद, ऑनलाइन धोखाधड़ी के बढ़ते मामले और मानसिक स्वास्थ्य पर खुली चर्चा छाए रहे।।

खेलों के मोर्चे पर 2025 भारत के लिए उत्साहजनक रहा। क्रिकेट में भारत की एशिया कप जीत ने देशभर में जश्न का माहौल बनाया। युवा खिलाड़ियों के प्रदर्शन ने यह भरोसा दिलाया कि भारतीय क्रिकेट का भविष्य सुरक्षित हाथों में है।

इसके अलावा हालांकि इस बीच साउथ अफ्रीका से टेस्ट क्रिकेट मैच की श्रृंखला हारने का ग़म भी साथ रहा। 2026 में होने वाले 2020 विश्व कप के दल की घोषणा में जब शुभमन गिल और यशस्वी जायसवाल के नाम देखने को नहीं मिले तो साफ संकेत मिला कि अब नाम नहीं प्रदर्शन ही आपका चयन की कसौटी है। शतरंज में गुकेश का जलवा कायम रहा तो क्रिकेट में वैभव सूर्यवंशी और शेफाली वर्मा भविष्य की आशा के रूप में दिखाई दिए।

एथलेटिक्स और बैडमिंटन में भी भारतीय खिलाड़ियों ने अंतरराष्ट्रीय पदक जीते

महिला क्रिकेट खिलाड़ियों ने भारत को विश्व कप जितवाया तो स्क्वैश का वर्ल्ड कप भी भारत की झोली में आया। इन सफलताओं ने खेलों में नई प्रेरणा दी.

बांग्लादेश जल रहा है, लेकिन हौसले बुलंद हैं!

(आलेख : शांतनु डे, अनुवाद : संजय पराते)

बांग्लादेश अशांति की स्थिति में है। यह नफ़रत की आग में जल रहा है। हिंसक, कट्टरपंथी, उन्मादी उग्रवादियों द्वारा एक के बाद एक भयानक घटनाओं को अंजाम दिया जा रहा हैं। भारत विरोधी बयानबाजी खतरनाक गति से बढ़ रही है और पूरे बांग्लादेश में भारत विरोधी नारे लगाए जा रहे हैं।

मैमनसिंह में, दीपू दास नाम के एक युवा कपड़ा मजदूर को इस्लाम के खिलाफ़ अपमानजनक टिप्पणी करने के आरोप में एक भीड़ ने बेरहमी से उत्पीड़ित किया और मार डाला। फिर उसकी लाश को एक पेड़ से लटकाकर आग लगा दी गई – यह सब लोगों के सामने, बर्बर जश्न के माहौल में हुआ। मीडिया संस्थान 'प्रोथोम आलो' और एक और बड़े अख़बार, 'द डेली स्टार' – जो देश के दो सबसे जाने-माने अख़बार हैं – के दफ़्तरों में भी तोड़फोड़ की गई और आग लगा दी गई। पत्रकारों को जान का खतरा था। दोनों अख़बारों ने पिछले साल के जुलाई आंदोलन का समर्थन करते हुए मज़बूत रुख अपनाया था, फिर भी उन्हें सुरक्षा नहीं मिली। इतिहास हमें बताता है कि उग्रवाद किसी दोस्त को भी नहीं बख्शता। आज के साथी कल के शिकार हो सकते हैं। आधी रात को, न्यू एज के संपादक और एडिटर्स काउंसिल के अध्यक्ष नूरुल कबीर पर हमला किया गया। खुलना में एक पत्रकार की गोली मारकर हत्या कर दी गई। वह खुलना प्रेस क्लब के अध्यक्ष थे।

सांस्कृतिक संस्थानों पर हमला

यहां तक कि राष्ट्रकवि को भी नहीं बख्शा गया। रवींद्रनाथ टैगोर और काजी नज़रुल इस्लाम की यादों से जुड़ा, ऐतिहासिक रूप से प्रसिद्ध सांस्कृतिक संस्थान, छायानाट को भी आग के हवाले कर दिया गया। छायानाट नज़रुल के प्रसिद्ध कविता संग्रहों में से एक का शीर्षक भी है – 'छाया' (परछाई) और 'नाट' (नाट्य यानी प्रदर्शन कला)। पाकिस्तान के शासन के दौरान, खासकर अयूब खान के समय में, टैगोर के काम की आधिकारिक तौर पर उपेक्षा की गई और प्रतिबंधित कर दिया गया था। 1961 में, पाकिस्तानी शासन की धमकियों की परवाह न करते हुए, टैगोर की जन्म शताब्दी मनाई गई थी, और उसी वक्त छायानाट का जन्म हुआ था। यह सिर्फ़ बांग्लादेश का एक सांस्कृतिक संस्थान नहीं है ; यह बंगाली सांस्कृतिक विरासत को आगे बढ़ाता है और बंगालियों के लिए पहचान का प्रतीक है – उनके साझा इतिहास और लचीलेपन की एक जीवित याद। अपनी स्थापना के बाद से, इसे कभी चुप नहीं कराया जा सका। इसने टैगोर-नज़रुल, बाउल-भटियाली की धुनें बंगाल की धरती पर फैलाई हैं। छायानाट के नए साल के उत्सव को अब यूनेस्को की मान्यता प्राप्त है – फिर भी ऐसा प्रतिष्ठित संस्थान गुंडों से बच नहीं पाया। रवींद्रनाथ टैगोर की तस्वीरें और किताबें जला दी गईं हैं, और ज़्यादातर उपकरण नष्ट कर दिए गए हैं। उन्मादी भीड़ ने हारमोनियम तोड़ दिए, सात मंज़िला इमारत के हर कमरे में घुस गए, और कुर्सियाँ, मेजें, बेंचें – जो कुछ भी उन्हें मिला, सब तोड़ दिया। फिर उन्होंने सब कुछ जला दिया ; यहाँ तक कि लालन के चित्र भी फाड़ दिए गए। सांस्कृतिक संगठन उदिची पर भी हमला किया गया। छायानाट की स्थापना के आठ साल बाद, क्रांतिकारी लेखक सत्येन सेन और रणेश दासगुप्ता ने उदिची शिल्पीगोष्ठी के गठन का नेतृत्व किया था। इसकी स्थापना के बाद, समाजवादी सिद्धांतों में प्रशिक्षित मजदूरों और कार्यकर्ताओं ने गाँवों, खेतों और नदी-किनारों पर बंगाली जनगीतों का तूफान ला दिया। मुक्ति संग्राम के दौरान, छायानाट और उदिची के कलाकारों ने स्वर-लड़ाकों के रूप में काम किया और अपनी आवाज़ का हथियार के रूप में इस्तेमाल किया। आज़ादी के बाद भी, उन कलाकारों पर कट्टरपंथी ताकतों द्वारा बार-बार हमले किए गए। 1999 में, जेसोर टाउन हॉल में उदिची द्वारा आयोजित एक बाउल-गीत संगीत कार्यक्रम में, कट्टरपंथियों द्वारा किए गए बम विस्फोट में सांस्कृतिक कार्यकर्ताओं और दर्शकों सहित दस लोग मारे गए थे। 2001 में, रमना बटामूल में छायानाट के नए साल के जश्न के दौरान, एक उग्रवादी बम धमाके में सांस्कृतिक कार्यकर्ताओं और दर्शकों सहित दस लोगों की जान चली गई। फिर भी उनका हौसला और मनोबल कभी कम नहीं हुआ। नफरत की आग ने एक बीएनपी नेता की सात साल की बेटी को भी लील लिया। इस बीएनपी नेता और उनकी दो बेटियों का फिलहाल अस्पताल में इलाज चल रहा है।

अपनी स्थापना के बाद 27 सालों में पहली बार, बांग्लादेश के सबसे ज़्यादा पढ़े जाने वाले अख़बार 'प्रोथोम आलो' का 19 दिसंबर को प्रकाशन नहीं हुआ। इसका ऑनलाइन संस्करण भी बंद कर दिया गया था। रात में हुई हिंसा के बाद ढाका के कारवां बाज़ार में स्थित अख़बार के दफ़्तर में अंधेरा छा गया। शहर के बाहर, कुश्तिया, खुलना और सिलहट में अख़बार के दफ़्तरों पर हमला किया गया और तोड़फोड़ की गई, और चटगाँव, बोगुरा और बारिसल में भी दफ़्तरों पर हमला करने की कई कोशिशें की गईं। अपने 33 साल के इतिहास में पहली बार, 'द डेली स्टार' भी प्रकाशित नहीं हो सका, और इसका ऑनलाइन संस्करण भी लंबे समय के लिए बंद कर दिया गया।

18 दिसंबर को जब जुलाई आंदोलन के एक मुख्य ग्रुप इंकलाब मंच के संयोजक उस्मान हादी की मौत की खबर ढाका पहुंची, तो तनाव बढ़ गया। दक्षिणपंथी इस्लामी कट्टरपंथियों, ऑनलाइन कार्यकर्ताओं और पाकिस्तान समर्थक तत्वों ने भीड़ को भड़काना और इकट्ठा करना शुरू कर दिया। ये हमले साफ़ तौर पर योजनाबद्ध थे, जैसा कि जमात की छात्र शाखा इस्लामी छात्र शिविर के महासचिव मुस्तफ़िज़ुर रहमान ने जहांगीरनगर विश्वविद्यालय में रात की हिंसा के दौरान कहा था – ₹हमें वामपंथियों, शाहबागी, छायानाट और उदिची को खत्म करना होगा।"

बांग्लादेश में राजनीतिक हिंसा कोई नई बात नहीं है। देश पिछले साल जुलाई-अगस्त की उथल-पुथल को नहीं भूला है, जिसका नतीजा हसीना के तानाशाह शासन के पतन के रूप में निकला था। मुहम्मद यूनुस के नेतृत्व में एक अंतरिम प्रशासन ने इन उम्मीदों के बीच कार्यभार संभाला था कि शांति, स्थिरता और सुरक्षा सुनिश्चित की जाएगी, जिससे भय मुक्त माहौल में स्वतंत्र, निष्पक्ष और बिना किसी भेदभाव के चुनाव कराने का रास्ता साफ होगा। इसके बजाय, गड़बड़ी करने वाली, नफरत की एक संस्कृति हावी हो गई है। कट्टरपंथी तत्वों ने सूफी दरगाहों और बाउल सभाओं पर हमले करवाए हैं ; कब्रों को अपवित्र किया गया है, लाशों को घसीटकर सबके सामने जलाया गया है ; लड़कियों के फुटबॉल मैचों को रोकने की कोशिशें की गई हैं ; और पूरे देश में सांस्कृतिक जगहों को सीमित कर दिया गया है। समाज का एक कट्टरपंथी तबका अब खुद को मुख्यधारा मानता है, और एक ऐसे बांग्लादेश की कल्पना करता है, जो बहुलतावाद और असहमति वाले विचारों से रहित हो।

सरकार ने बार-बार इन ग्रुपों को सिर्फ़ 'प्रेशर ग्रुप' बताया है -- यह एक ऐसी व्याख्या है, जो खतरे की गंभीरता को कम करके आंकती है।

कट्टरपंथ का खतरा

बांग्लादेश में फरवरी में राष्ट्रीय चुनाव होने वाले हैं, लेकिन मौजूदा माहौल बिल्कुल भी भरोसेमंद नहीं है। देश तेज़ी से बदल रहा है, और कट्टरपंथियों के समर्थन से और नेताओं की भड़काऊ बयानबाजी से, एक पारंपरिक रूप से मित्र देश में भारत-विरोधी भावना तेज़ी से बढ़ रही है। मुक्ति संग्राम की भावना कमज़ोर हो रही है, और बंगाली भाषा पर आधारित संस्कृति को किनारे किया जा रहा है। एक इस्लामिक राज्य बनाने की खुली कोशिशें हो रही हैं – बांग्लादेश को 'बंगाली पाकिस्तान' के रूप में फिर से बनाने की कोशिश की जा रही है।

पिछले दो महीनों में ही, पाकिस्तान की सेना के पांच प्रतिनिधिमंडल खास मिशन पर आए हैं, और हाफिज सईद का करीबी सहयोगी भी चक्कर लगा चुका है। जमात को अब पहली बार लग रहा है कि वह राज्य की सत्ता पर कब्ज़ा कर सकती है, हालांकि पाकिस्तान के समय में भी वोटों में उसकी हिस्सेदारी सिर्फ 8-10 प्रतिशत ही रही है। ढाका विश्वविद्यालय के चुनावों में, इस्लामी छात्र शिविर एक भी सीट जीतने में नाकाम रहा है। नतीजतन, निष्पक्ष चुनाव की संभावना पर संदेह बना हुआ है, जो कि स्वाभाविक चिंता है।

ढाका विश्वविद्यालय द्वारा पिछले सितंबर में किए गए एक सर्वे से पता चला है कि बांग्लादेश में अभी लगभग 400,000 अवैध हथियार घूम रहे हैं। हर तरफ पसरी हुई कानून-व्यवस्था की कमी के बीच, यह शक बना हुआ है कि फरवरी में निष्पक्ष और स्वतंत्र चुनाव हो पाएंगे या नहीं। उसी रिपोर्ट में यह भी बताया गया है कि अगस्त और सितंबर के बीच राजनीतिक हिंसा में 281 लोग मारे गए थे और 7,689 घायल हुए थे।

लोकतांत्रिक चुनावों की एक अहम बुनियाद – प्रेस की आज़ादी – है, जिस पर बहुत ज़्यादा दबाव है। इसी दौरान 1,126 पत्रकारों को गिरफ्तार किया गया है, उन पर कानूनी मुकदमे दायर किए गए हैं, या उन पर हमले हुए हैं। स्वीडन के फोजो मीडिया इंस्टीट्यूट की 7 दिसंबर की एक रिपोर्ट में यह पाया गया है कि 89 प्रतिशत पत्रकारों को 26 फरवरी के चुनाव के दौरान हमलों का डर है। यह डर दो अखबारों के दफ्तरों में हाल ही में हुई आगजनी की घटना से और बढ़ गया है। संस्थागत नियंत्रण कम होने के साथ, बांग्लादेश की स्थिति बिगड़ती जा रही है।

धार्मिक कट्टरपंथ का उभार सीमा पार भी गंभीर नुकसान पहुंचा रहा है, जो न सिर्फ़ बांग्लादेश, बल्कि पड़ोसी भारत को भी झुलसा रहा है। सीमा के दोनों ओर सांप्रदायिक ताकतें एक-दूसरे को बढ़ावा दे रही हैं, जिससे नफ़रत, दुश्मनी और गहरी फूट का माहौल बन रहा है। अंतरिम सरकार को निर्णायक कार्रवाई करनी चाहिए, इन उग्रवादी तत्वों पर लगाम लगानी चाहिए और हिंसा करने वाले हर अपराधी को त्वरित न्याय के दायरे में लाया जाना चाहिए।

जवाबी कार्रवाई करने का संकल्प

साथ ही, अगर बांग्लादेश सच में लोकतंत्र के रास्ते पर लौटना चाहता है, तो चुनाव ही एकमात्र सही रास्ता है। अगर आंदोलनकारी, उनके हथियारबंद समर्थक और राजनीतिक संरक्षक चुनाव को रोकने या टालने में कामयाब हो जाते हैं, तो देश में अराजकता फैल जाएगी, जिसके नतीजे समझना मुश्किल होगा। जब कोई भीड़ – एक उन्मादी भीड़ – यह तय करती है कि कौन लिख सकता है, गा सकता है या छाप सकता है, तो एक क्रियाशील राज्य का पूरा विचार ही ध्वस्त हो जाता है।

ज़िम्मेदारी अब सिर्फ़ सरकार की नहीं है, बल्कि उन लोगों की भी है, जो अब भी एक बहुलवादी बांग्लादेश का सपना देखते हैं। नागरिकों को इस हिंसा के प्रतिरोध में उठ खड़ा होना चाहिए, और बेहिचक कई-कई पार्टियों और अलग-अलग विचारों के अस्तित्व, मज़बूत विरोध और प्रेस की आज़ादी, और पत्रकारों, कलाकारों, सांस्कृतिक कार्यकर्ताओं और उनके संस्थानों और मंचों की सुरक्षा की अपनी मांगों को साफ़ तौर पर रखना चाहिए। कम से कम, सरकार को हिंसा की पूरी जांच करनी चाहिए, वीडियो में कैद लोगों की पहचान करनी चाहिए, और उन्हें अदालत के सामने पेश करना चाहिए।

बांग्लादेश अब विरोध में खड़ा हो गया है। राख से प्रोथोम आलो और द डेली स्टार फिर से उभरे हैं, उनकी प्रतियां एक बार फिर पाठकों तक पहुंच रही हैं। 20 दिसंबर को, यह घोषणा करते हुए कि हम अपना सिर नहीं झुकाएंगे, द डेली स्टार ने एक बैनर हेडलाइन चलाई : हम झुकेंगे नहीं ! इसके पहले पन्ने के संपादकीय में, जो बोल्ड और साहसी था, शीर्षक था : 'स्वतंत्र पत्रकारिता के लिए एक काला दिन', जिसके बाद एक प्रतिज्ञा थी : 'वे हमारे दफ्तर को जला सकते हैं, लेकिन वे हमारे संकल्प को नहीं जला सकते।' ढाका की सड़कों पर, रैलियों और सभाओं में एक जोरदार संदेश गूंज रहा है : हम बांग्लादेश के लिए अपनी पूरी ताकत से विरोध करेंगे। रैली में नारे लग रहे थे — 'बांस की लाठियां तैयार करो / कट्टरपंथ को सबक सिखाओ।' ये नारे उग्रवाद को पीछे धकेलने के सामूहिक दृढ़ संकल्प को रेखांकित करते हैं।

बहुत पहले, कवि शम्सुर रहमान ने चेतावनी दी थी, कृष्णपक्ष कोरेछे घेराओ अमादेर (अंधेरे पखवाड़े ने हमें घेर लिया है) और विनती की थी, कोबे शेष होबे कृष्णपक्ष! (यह अंधेरा पखवाड़ा कब खत्म होगा!) – यह एक ऐसी पुकार है, जो आज भी सच लगती है। कवि नाज़िम हिकमत के शब्द भी उतने ही प्रासंगिक हैं : अगर मैं नहीं जलूंगा/ अगर तुम नहीं जलोगे/ अगर हम नहीं जलेंगे/ तो रोशनी/ अंधेरे को कैसे हराएगी?

(लेखक स्वतंत्र पत्रकार हैं। अनुवादक अखिल भारतीय किसान सभा से संबद्ध छत्तीसगढ़ किसान सभा के उपाध्यक्ष हैं।)

क्रिसमस और नए साल के लिए राष्ट्रीय राजधानी में कड़े सुरक्षा इंतजाम, पुलिस बल की 15 प्लाटून सुरक्षा करेंगी...

मनोरंजन सासमल , स्टेट हेड ओड़िशा

भुबनेश्वर: क्रिसमस के मौसम और नए साल के जश्न के लिए राजधानी भुवनेश्वर में सुरक्षा कड़ी कर दी गई है। कमिश्नरेट पुलिस ने यह पक्का करने के लिए पूरी तैयारी की है कि कोई भी अनहोनी न हो, खासकर ज़ीरो नाइट सेलिब्रेशन के दौरान। शांति और व्यवस्था बनाए रखने के लिए शहर में कड़ी सुरक्षा फोर्स तैनात की गई है ।भीड़ को कंट्रोल करने और सिक्योरिटी के लिए राजधानी में अलग-अलग ज़रूरी जगहों पर पुलिस फोर्स की 15 एक्स्ट्रा प्लाटून तैनात की जाएंगी। शराब पीकर गाड़ी चलाने वालों पर खास नज़र रखी जाएगी। शहर की अलग-अलग सड़कों पर नाकाबंदी और चेकिंग तेज़ की जाएगी। इसलिए कमिश्नरेट पुलिस ने आम लोगों को शराब पीकर गाड़ी न चलाने की सलाह दी है।

त्योहार के दौरान महिलाओं और लड़कियों की सेफ्टी पक्का करने के लिए खास इंतज़ाम किए गए हैं। इसके लिए हाई एफिशिएंसी रिस्पॉन्स (HER) टीमें तैनात की जाएंगी। इसके अलावा, सादे कपड़ों में पुलिस वाले अलग-अलग जगहों पर पेट्रोलिंग करेंगे, ताकि एंटी-सोशल एक्टिविटीज़ पर रोक लगाई जा सके। पूरे शहर में CCTV कैमरों से कड़ी निगरानी रखी जाएगी।

अलग-अलग होटलों और कुछ खुली जगहों पर ज़ीरो नाइट सेलिब्रेशन की परमिशन दी गई है। हालांकि, इसके लिए फायर डिपार्टमेंट से परमिशन लेना ज़रूरी कर दिया गया है। बार और पब के एंट्री और एग्जिट पॉइंट पर पुलिस तैनात रहेगी। पुलिस कमिश्नर एस. देवदत्त सिंह ने बताया कि बार और पब खोलने का टाइम फ्रेम तय करने के लिए एक्साइज डिपार्टमेंट के साथ बातचीत चल रही है और इस बारे में जल्द ही डिटेल्ड गाइडलाइंस जारी की जाएंगी।

डेमोक्रेटिक ह्यूमन पावर ऑर्गनाइजेशन द्वारा गरीब व जरूरतमंदों को गर्म कपड़े, कंबल, जूते व मोज़े वितरित

संगरूर,23 दिसंबर (जगसीर लोगोंवाल) - पंजाब की नामी सामाजिक संस्था डेमोक्रेटिक ह्यूमन पावर ऑर्गनाइजेशन पंजाब द्वारा लगातार समाज सेवा के कार्य किए जा रहे हैं। इसी कड़ी में हर वर्ष की तरह इस बार भी कड़ाके की सर्दी के मौसम में "मानवता की सेवा – उत्तम सेवा" अभियान की शुरुआत की गई।

इस अभियान के अंतर्गत गरीब, बेसहारा और जरूरतमंद लोगों को नए गर्म कपड़े, कंबल, जूते व मोज़े वितरित किए जा रहे हैं। इस मुहिम की शुरुआत आज संगरूर शहर से संस्था के प्रदेश अध्यक्ष कुलदीप शर्मा के नेतृत्व में पदाधिकारियों और सदस्यों द्वारा की गई। इस दौरान संगरूर शहर के विभिन्न चौकों और फुटपाथों पर रहने वाले जरूरतमंद लोगों को बड़ी संख्या में नए कंबल, गर्म कपड़े, जूते व मोज़े वितरित किए गए।

यह अभियान का पहला दिन था और आने वाले दिनों में भी यह मुहिम लगातार जारी रहेगी। साथ ही संस्था के कार्यकर्ता अन्य जिलों, गांवों और शहरों में भी इस सेवा अभियान को आगे बढ़ाएंगे, ताकि कड़ाके की सर्दी में कोई भी व्यक्ति बिना गर्म कपड़ों और जूतों के न रहे।

इस अवसर पर संस्था के सचिव विक्रांत कुमार ने मीडिया के माध्यम से आम जनता से भी अपील की कि वे अपने आसपास के गरीब और जरूरतमंद लोगों की सहायता के लिए आगे आएं और नए या उपयोग योग्य पुराने गर्म कपड़े दान करें, ताकि कोई भी व्यक्ति ठंड के कारण परेशान न हो।

इस मौके पर मंदीप कुमार, नरेंद्र कुमार, साहिल शर्मा, मनजीत सिंह सहित संस्था के अनेक सदस्य उपस्थित रहे।

गीत ऋषि गोपालदास 'नीरज' जन्मशताब्दी विशेषांक "यादें नीरज की" का 26 को लोकार्पण

डॉ. शंभु पंवार

नई दिल्ली/२३ दिसंबर। हिंदी गीत -साहित्य के अप्रतिम साधक, पद्मभूषण से अलंकृत गीत ऋषि गोपालदास 'नीरज' जी की जन्मशताब्दी वर्ष–२०२५ के पावन अवसर पर उनकी रचनात्मक विरासत को स्मरण और सम्मान देने हेतु एक महत्वपूर्ण साहित्यिक आयोजन का साक्षी बनने जा रहा है।दिल्ली की प्रतिष्ठित साहित्यिक एवं सामाजिक संस्था गीतांजलि काव्य प्रसार मंच द्वारा मंच की ई-पत्रिका "नीरज कुंज" (प्रिंट अंक) का विशेषांक "यादें नीरज की" का आगामी २६ दिसंबर को नोएडा में समारोहपूर्वक भव्य लोकार्पण एवं रचनाकारों का सम्मान किया जाएगा। मंच की राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं पत्रिका की संपादक डॉ.गीतांजलि नीरज अरोड़ा 'गीत' ने बताया कि यह विशेषांक नीरज जी के अमर गीतों, उनके रचनात्मक अवदान, स्मृतियों और उनसे जुड़े संस्मरणों को समर्पित है। इसमें प्रतिष्ठित साहित्यकारों, कवियों और शोधकर्ताओं द्वारा लिखे गए लेख, संस्मरण एवं रचनाएँ संकलित की गई हैं, जो नीरज जी के व्यक्तित्व और कृतित्व की बहुआयामी छवि को उजागर करती हैं।डॉ. अरोड़ा ने जानकारी देते हुए बताया कि यह भव्य आयोजन अपराह्न १ बजे, सेक्टर–१२८, नोएडा में आयोजित होगा। कार्यक्रम का संयोजन मंच की नोएडा इकाई की अध्यक्ष श्रीमती रश्मि भटनागर के नेतृत्व में किया जा रहा है। समारोह में विशिष्ट अतिथियों द्वारा विशेषांक का लोकार्पण किया जाएगा तथा नीरज जी की काव्य-परंपरा को आगे बढ़ाने वाले रचनाकारों को सम्मानित भी किया जाएगा।

डॉ. गीतांजलि नीरज अरोड़ा ने कहा कि "गोपालदास 'नीरज' केवल एक कवि नहीं, बल्कि हिंदी गीत परंपरा के युगप्रवर्तक थे। उनकी रचनाओं में प्रेम, दर्शन, जीवन-मूल्य और मानवीय संवेदना का अद्भुत समन्वय है। जन्मशताब्दी वर्ष में 'यादें नीरज की' विशेषांक का प्रकाशन हमारी ओर से उन्हें सच्ची साहित्यिक श्रद्धांजलि है।"यह आयोजन न केवल नीरज जी की स्मृतियों को सहेजने का प्रयास है,बल्कि नई पीढ़ी को उनके गीत-संसार से परिचित कराने की दिशा में भी एक सार्थक पहल है। साहित्य प्रेमियों, कवियों, शोधार्थियों और संस्कृति-रसिकों के लिए यह समारोह नीरज जी की अमर काव्य-यात्रा को पुन: जीवंत करने वाला एक ऐतिहासिक अवसर सिद्ध होगा।

तनावग्रस्त शिक्षक, चिंतित बच्चे: बढ़ती हुई परेशानी में एक स्कूल प्रणाली

विजय गर्ग

शिक्षण हमेशा से ही मांग वाला रहा है, लेकिन आज शिक्षकों को शैक्षणिक जिम्मेदारियों से कहीं अधिक दबाव का सामना करना पड़ता है। अनुपालन आवश्यकताओं, दस्तावेजीकरण भार, ऑनलाइन अपडेट, पर्यवेक्षी कार्य और गतिविधि समन्वय ने उनकी भूमिकाओं का नाटकीय रूप से विस्तार किया है। अधिकांश शिक्षकों को शिक्षाशास्त्र में प्रशिक्षित किया गया था, नौकरशाही प्रशासन नहीं।

माता-पिता, शिक्षक और यहां तक कि स्कूल प्रणालियां भी तनाव के ऐसे स्तर को लेकर चल रही हैं जो एक पीढ़ी पहले कभी नहीं सुना गया था। हम जो देख रहे हैं वह बिखरी हुई चिंता नहीं है; यह तनाव में पड़ा एक पारिस्थितिकी तंत्र है, और बच्चे सबसे अधिक बोझ उठा रहे हैं।

शिक्षकः अत्यधिक काम करने वाले और भावनात्मक रूप से थके हुए

शिक्षण हमेशा से ही मांग वाला रहा है, लेकिन आज शिक्षकों को शैक्षणिक जिम्मेदारियों से कहीं अधिक दबाव का सामना करना पड़ता है। अनुपालन आवश्यकताओं, दस्तावेज़ीकरण भार, ऑनलाइन अपडेट, पर्यवेक्षी कार्य और गतिविधि समन्वय ने उनकी भूमिकाओं का नाटकीय रूप से विस्तार किया है। अधिकांश शिक्षकों को शिक्षाशास्त्र में प्रशिक्षित किया गया था, नौकरशाही प्रशासन नहीं। यह बेमेल उन्हें चिंतित, थका हुआ और अक्सर मोहभंग कर देता है।

फिर भी उनकी व्यावसायिक भूमिकाओं के पीछे निजी बोझ हैं - वित्तीय चिंताएं, पारिवारिक मुद्दे, देखभाल की जिम्मेदारियां और व्यक्तिगत भावनात्मक संघर्ष। जब कोई शिक्षक कक्षा में थककर प्रवेश करता है, तो पर्यावरण अनिवार्य रूप से उस ऊर्जा को अवशोषित कर लेता है। जैसा कि एक शिक्षक ने हाल ही में कहा, ?हमसे अपेक्षा की जाती है कि हम अपने छात्रों के लिए शांत रहें, तब भी जब हमारे पास सांस लेने का क्षण न हो

एक तनावग्रस्त शिक्षक युवा दिमागों के लिए शांति या लचीलापन का लगातार मॉडल नहीं बना सकता। उनका तंत्रिका तंत्र कक्षा का भावनात्मक वातावरण बन जाता है।

माता-पिताः दबाव में, दोषी और अभिभूत

यदि स्कूल में शिक्षकों को तान दिया जाता है, तो माता-पिता को घर पर भी तान दिया जाएगा। बढ़ती जीवन-यापन लागत, नौकरी में अस्थिरता, स्वास्थ्य संबंधी चिंताएं, परमाणु परिवारों की मांगें और सोशल मीडिया के माध्यम से लगातार तुलना करने ने माता-पिता पर अथक दबाव डाला है। यहां तक कि अच्छे इरादे वाले माता-पिता भी अक्सर अपराध बोध और चिंता के साथ काम करते हैं, जिनका वे पूरा नाम नहीं बता सकते।

बच्चे इसे समझने से बहुत पहले ही आत्मसात कर लेते हैं। भावनात्मक तनाव से भरा हुआ घर चुपचाप उस तनाव का विस्तार बन जाता है जिसका अनुभव बच्चा स्कूल में करता है।

तब प्रश्न अपरिहार्य हो जाता हैः जब शिक्षक और माता-पिता दोनों संघर्ष कर रहे होते हैं, तो बच्चे को कौन पकड़े हुए है?

बच्चेः उच्च दबाव वाली दुनिया में घूमना

आज के छात्र एक ऐसे वातावरण में रहते हैं जो पिछली पीढ़ियों के अनुभव से बिल्कुल अलग है। शैक्षणिक अपेक्षाएं अधिक हैं। सामाजिक तुलनाएं निरंतर हैं। ऑनलाइन व्यक्तित्व सही दिखने के लिए दबाव पैदा करते हैं। अवसर बहुत बड़े हैं, लेकिन असफल होने, पीछे रहने या न्याय पाने का डर भी बहुत बड़ा है।

डिजिटल एक्सपोजर के कारण यह भावनात्मक परिदृश्य और भी तीव्र हो जाता है। पिछले दशक में कई अंतर्राष्ट्रीय समीक्षाएं दर्शाती हैं कि किशोरों के बीच अधिक स्मार्टफोन और सोशल मीडिया का उपयोग अवसाद, चिंता और आत्मघाती सोच — के उच्च जोखिम से सहसंबद्ध है, खासकर जब उपयोग बाध्यकारी हो जाता है।

फिर भी डिजिटल कारक तनाव, भावनात्मक अतिभार और अपूर्ण विकासात्मक आवश्यकताओं के एक बड़े जाल में केवल एक ही पहलू हैं।

छात्रों द्वारा आत्म-क्षति और आत्महत्या की लगातार बढ़ती रिपोर्टें एक ऐसे वातावरण का दुखद प्रतिबिंब हैं जो बच्चों पर दबाव डालता है, जिसका प्रबंधन करने के लिए वे विकासात्मक रूप से असमर्थ होते हैं। कोई भी परामर्श सत्र चिंता से भरे घर या स्कूल के माहौल को संतुलित नहीं कर सकता।

दोषपूर्ण तर्कः ?हमने भी तनाव का सामना किया

वयस्क अक्सर युवा लोगों के संघर्षों पर यह कहकर प्रतिक्रिया देते हैं, ?हमारे भी बड़े होने में तनाव था लेकिन यह तुलना मूलतः त्रुटिपूर्ण है।

1980 और 1990 के दशक में कोई स्मार्टफोन नहीं था, वास्तविक समय की तुलना नहीं थी, कोई एल्गोरिदमिक दबाव नहीं था, कोई अति-प्रतिस्पर्धा नहीं थी, किसी प्रकार का निरंतर शैक्षणिक मूल्यांकन नहीं था, तथा सूचना का अधिभार बहुत कम था। आज के बच्चों को मनोवैज्ञानिक इनपुट का सामना इतनी तीव्रता और गति से करना पड़ता है, जिसका अनुभव पुरानी पीढ़ियों ने नहीं किया। दुनिया बदल गई है। तनाव कई गुना बढ़ गया है। एक बच्चे के आसपास का पारिस्थितिकी तंत्र अब अथाह रूप से भारी है।

अकेले बच्चे को ठीक करना कभी काम क्यों नहीं करता

बच्चे एकांत में नहीं रहते। उनका मानसिक स्वास्थ्य उनके आस-पास के वयस्कों की भावनात्मक स्थिरता से आकार लेता है। जब शिक्षक अत्यधिक बोझिल हो जाते हैं और माता-पिता अभिभूत हो जाते हैं, तो बच्चे ऐसी दुनिया में निवास करते हैं जो इस अस्थिरता को प्रतिबिंबित करती है। यही कारण है कि एक बार की कार्यशालाएं, छोटे परामर्श सत्र या अलग-थलग हस्तक्षेप अक्सर विफल हो जाते हैं।

वास्तविक, स्थायी परिवर्तन के लिए पारिस्थितिकी तंत्र को मजबूत करने की आवश्यकता होती है - वयस्कों, प्रणालियों, अपेक्षाओं - न कि केवल बच्चे।

आगे का रास्ताः पूरे पारिस्थितिकी तंत्र को ठीक करना

एक स्वस्थ शैक्षिक वातावरण के लिए तीन मोर्चों पर संतुलित सुधार की आवश्यकता होती है

स्कूलों मेंः

अनुपालन शिक्षाशास्त्र पर हावी नहीं होना चाहिए। शिक्षकों को आधुनिक कक्षाओं की मनोवैज्ञानिक जटिलताओं के प्रबंधन में उचित अपेक्षाओं, भावनात्मक समर्थन और प्रशिक्षण की आवश्यकता होती है।

घर परः

माता-पिता को भावनात्मक तनाव को कम करने, तनाव का प्रबंधन करने तथा विकासात्मक रूप से स्वस्थ तरीके से संवाद करने के लिए मार्गदर्शन की आवश्यकता होती है। एक शांत घर बच्चों के लिए मनोवैज्ञानिक बफर बन जाता है।

बच्चों के लिएः

कल्याण का अनुभव किया जाना चाहिए, न कि केवल सिखाया जाना चाहिए। वयस्कों द्वारा सिखाई जाने वाली शिक्षा और उनके व्यवहार के बीच स्थिरता महत्वपूर्ण है।

जैसा कि एक परामर्शदाता ने कहा, "आप लगातार कांपती हुई मिट्टी में कल्याण के बीज नहीं बो सकते

एक संभावित भविष्य

संकट वास्तविक है, लेकिन यह उलट-पुलट करने योग्य है। जब हम यह पहचानते हैं कि बच्चों का मानसिक स्वास्थ्य उनके आस-पास के वयस्कों के भावनात्मक स्वास्थ्य को दर्शाता है, तो आगे का रास्ता स्पष्ट हो जाता है। यदि हम शिक्षकों का पालन-पोषण करें, माता-पिता का समर्थन करें और संतुलित स्कूल प्रणाली बनाएं, तो बच्चे स्वाभाविक रूप से अधिक सुरक्षा, आत्मविश्वास और आनंद का अनुभव करेंगे।

एक मानसिक रूप से स्वस्थ बच्चा अलगाव में नहीं बनाया जाता है — वे उस पारिस्थितिकी तंत्र द्वारा आकार लेते हैं जिसमें वे बढ़ते हैं। पारिस्थितिकी तंत्र को ठीक करें, और आप बच्चे को भी ठीक कर देंगे।

रिटायर्ड प्रिंसिपल एजुकेशनल स्तंभकार प्रख्यात शिक्षाविद स्ट्रीट कौर चंद एमएचआर मलोट पंजाब

संपादकीय चिंतन-मनन

क्या बोर्ड सुधार वास्तव में तनाव को कम कर रहे हैं?

डॉ विजय गर्ग

परीक्षाएं हमेशा तनावपूर्ण रही हैं। अधिकांश छात्र अपनी योग्यता साबित करने के लिए इस वार्षिक अभ्यास से गुजरते हैं। पिछले कुछ वर्षों में यह तनाव केवल इसलिए बढ़ा है क्योंकि साथियों का दबाव, माता-पिता की अपेक्षाएं और अध्ययन की लागत कई गुना बढ़ गई है। इसमें प्रतिस्पर्धी नौकरी बाजार को भी जोड़ें, जहां हर किसी को अपने लिए एक जगह बनाने के लिए उत्कृष्टता हासिल करनी पड़ती है। इसे ध्यान में रखते हुए, केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड (सीबीएसई) ने एक योजना बनाई है जो छात्रों से कुछ दबाव हटाने के लिए डिज़ाइन की गई है। जैसा कि सीबीएसई 2026 से अपनी दो-चक्र कक्षा दसवीं बोर्ड परीक्षा प्रणाली को लागू करने की तैयारी कर रहा है, इसे एक स्वागत योग्य कदम के रूप में देखा जा रहा है, फिर भी कुछ चुनौतियां और चिंताएं भी सामने आई हैं।

वर्ष में दो बार परीक्षा-लिखित परीक्षाओं की नई प्रणाली, सुधार की गुंजाइश, जीवन को परिभाषित करने वाले कम क्षणों को एक ही परीक्षण विंडो में संपीड़ित करना - प्रगतिशील लगता है। हालांकि, जमीनी स्तर पर, जहां परीक्षा के मौसम में मानसिक स्वास्थ्य हेल्पलाइन पहले से ही भरी हुई है, वहां बड़ा सवाल यह पूछा जा रहा है कि क्या इससे दबाव कम होगा या इसे कुछ समय तक वितरित किया जाएगा। नई प्रणाली दो लिखित परीक्षा चक्रों को अनिवार्य बनाती है, जिसमें पहली परीक्षा अनिवार्य है। छात्र सुधार के लिए दूसरे चक्र में तीन विषयों तक पुनः उपस्थित होने का विकल्प चुन सकते हैं। व्यावहारिक और आंतरिक मूल्यांकन, महत्वपूर्ण रूप से, पूरे शैक्षणिक वर्ष में केवल एक बार आयोजित किए जाएंगे। अभ्यास में खराब प्रदर्शन के परिणामस्वरूप असफलता हो सकती है, चाहे सिद्धांत में उच्च अंक क्यों न हों। उच्च व्यावहारिक भार वाले विषय में दूसरी लिखित परीक्षा भी नहीं दी जाएगी। यहीं से सुधार काफी अस्थिर दिखने लगता है। जबकि सीबीएसई छात्रों का इरादा बोर्ड परीक्षाओं की ?एक-शॉटर? वाली चिंता को कम करना है, एक बार के व्यावहारिक मूल्यांकन ने पिछले दरवाजे से बहुत दबाव बहाल किया। तनाव को दूर करने के बजाय, यह उसे प्रयोगशालाओं, लाइव वॉयस और आंतरिक मूल्यांकनों में स्थानांतरित कर देता है, जो अक्सर स्कूलों में अपारदर्शी और असमान होते हैं। कम संसाधन वाले संस्थानों में छात्रों या चिंता, बीमारी से जूझ रहे लोगों के लिए एक बुरा व्यावहारिक दिन पूरे वर्ष की मेहनत को पूर्ववत कर सकता है। स्कूल पहले से ही प्री-बोर्ड, संशोधन और गहन व्यावहारिक अभ्यास कर रहे हैं। इसमें यह तथ्य भी जोड़ दें कि पहले चक्र में कई विषयों को याद करने से छात्र दूसरे चक्र से अयोग्य हो जाता है - लचीलापन मौजूद है, लेकिन सीमित तरीके से। इस बीच, भारत में किशोर मानसिक स्वास्थ्य संकट बढ़ रहा है। परामर्श हेल्पलाइनों में बोर्ड के महीनों के दौरान वृद्धि की सूचना मिलती है; बर्नआउट, पैनिक अटैक और नैदानिक चिंता के मामले अब कम उम्र में आम हैं।

ऐसे माहौल में, परीक्षा सुधार मानसिक स्वास्थ्य बुनियादी ढांचे से अलग-थलग होकर काम नहीं कर सकते। भावनात्मक समर्थन के बिना संरचनात्मक परिवर्तन कॉस्मेटिक बन जाता है। तो, दबाव को क्या कम कर सकता है? सबसे पहले, बोर्डों को परीक्षा सुधारों के साथ स्कूलों में मजबूत, दृश्यमान मानसिक स्वास्थ्य सहायता-प्रशिक्षित परामर्शदाताओं, स्पष्ट रेफरल पथ और मदद तक पहुंच की कमी से मेल खाना चाहिए। दूसरा, व्यावहारिक आकलनों को अधिक मानकीकरण और पारदर्शिता की आवश्यकता है ताकि क्षेत्रों और स्कूलों में निष्पक्षता सुनिश्चित की जा सके। छात्रों को यह भी समझना चाहिए कि दो-चक्र प्रणाली परीक्षाओं से बचने के लिए नहीं है। मानसिकता बदलने की भी जरूरत है। जब माता-पिता अपने बच्चों पर अच्छा प्रदर्शन करने के लिए दबाव डालते हैं तो वे लाभ से अधिक नुकसान पहुंचाते हैं। सुधार परीक्षा के पैटर्न को बदल सकते हैं, लेकिन वे अपने आप में बचपन से मुक्त नहीं हो सकते।

सेवानिवृत्त प्रधान शैक्षिक स्तंभकार प्रख्यात शिक्षाविद स्ट्रीट कौर चंद एमएचआर मलोट पंजाब

वापसी की यात्रा

डॉ विजय गर्ग

लौटना और बार-बार जाकर फिर लौटना। यह क्रम हमेशा सहज नहीं होता। सब समाप्त होने के बाद फिर लौटने में थोड़ा सुकून तो होता है, लेकिन कई आशंकाएं भी मन में गहरे उतर आती हैं। लौटता हुआ इंसान कभी बेफिक्र नहीं रह पाता, क्योंकि रास्ते बदलते नहीं, उनसे जुड़ी भावनाएं भी साथ चलती हैं। अतीत की

सुखद अनुभूति उसे अपनी ओर खींचती है, आशाओं से भरती है कि संभवतः इस बार वे सुखद वादे फलीभूत हो जाएंगे। मगर अतीत के कंटक, उनसे उपजे घाव और स्मृतियों में अटकी पीड़ा उसके हृदय को जकड़ लेती है। मन के अंदर दो ध्रुव खिंचाव पैदा करते हैं- एक उम्मीद का, दूसरा भय का।

पूरी तरह कदम खींचकर मुड़कर दूसरी राह पर खुद को जबरदस्ती आगे बढ़ाने का प्रयास करने के बाद जब कोई अज्ञात भावना या ऊर्जा फिर से भीतर हलचल पैदा करती है, तो मन बहुत कुछ समझकर भी उलझ जाता है। प्रेम-पुष्प, जो जगह-जगह से बंध चुका है, पर अभी भी आत्मा की डाली से पृथक नहीं हुआ है, वह पतझड़ से पहले शायद अंतिम उम्मीद के रूप में प्रकृति को निहारता है। मन ही मन प्रार्थना करता है कि शायद उसका अस्तित्व नए रूप में फिर से खिल उठे और हर तरफ महक फैलाए। मगर लौटना केवल किसी व्यक्ति तक सीमित नहीं होता। कई बार यह आत्म- परीक्षण का अवसर होता है- अपने फैसलों को परखने का, अपनी भावनाओं को समझने का और यह तय करने का कि क्या छोड़ा हुआ वास्तव में छोड़ने योग्य था या नहीं। लौटते समय मन की झिझक, संदेह, भय, शर्म और पिछली गलतियों की छाया साथ चलती है। इन्हीं अनुभवों के आधार पर हम स्वयं से प्रश्न करते हैं कि क्या उस समय लिया निर्णय सही था? क्या हमने जल्दबाजी की? या क्या हमने अपने ही

दिल को अनसुना कर दिया था? यह प्रक्रिया हृदय और मस्तिष्क के संतुलन को समझने का अवसर देती है। हमारे भीतर की नादानी, असुरक्षा और छिपे भय सामने आते हैं, जिन्हें पहचानना भी आधा उपचार है। लौटना इसलिए भी आवश्यक हो जाता है कि हम अपने भीतर की आवाज को एक बार फिर सुन सकें, क्योंकि कभी-कभी हम खुद को ही गलत समझ लेते हैं। और यही सबसे बड़ी चूक होती है, क्योंकि ऐसे में कई बार हम अपने सही निर्णय को गलत और गलत को सही मानने के ऊहापोह की स्थिति में पहुंच जाते हैं। जब तक हम अपनी नजर में स्पष्ट न हों कि हम गलत हैं, तब तक नतीजे के तौर पर खुद को गलत मानना ठीक नहीं।

हां, यह सही है कि भावनाएं जब बार-बार लौटने के बाद किसी निर्णायक मोड़ पर पहुंचती हैं, तो उनमें पहले जैसी सहजता नहीं रहती। भीतर एक अतिरिक्त सावधानी जन्म लेती है। एक मौन उदासीनता, जो नाजुक आवरण में छिपी रहती है, ताकि उम्मीदें फिर कभी मृगतृष्णा की तरह भटकती न रह जाएं। और यह भी कि जिस व्यक्ति के पास लौटे हैं, उसके उत्साह, प्रयास और भावनाओं को अपनी आशंकाओं के कारण धूमिल न किया जाए। इसकी वजह यह है कि वह भी समझ चुका होता है कि यह लौटना अंतिम प्रयास हो सकता है और शायद वह भी अपनी ओर से कुछ बदलने का संकल्प लिए बैठा होगा। लेकिन सच्चाई यह है कि इस लौटने और वापस जाने की पुनरावृत्ति में वह पुराना अधिकार भाव नहीं बच पाता। मन किसी कोने में यह भय स्थायी रूप से बस जाता है कि कहीं फिर किसी मोड़ पर अपना समेटा हुआ सामान उठाकर हमेशा के लिए रुखसत न होना पड़ जाए।

के चुका और सामान भी क्या... बहुत कुछ तो पहले ही नष्ट होता है। वे मासूम भावनाएं, एकाधिकार की चाह, अल्हड़ प्रेम और वह सादगी जो अब वैसी कभी नहीं रह सकती। कुछ खनकते कंगनों की ध्वनि... वक्त की सलवटें... आंखों के कोनों में छिपा सूनापन...! ये सब याद दिलाते हैं कि लौटना हमेशा आसान नहीं होता। और जब शक्ति बदले हुए अस्तित्व के साथ फिर से किसी के पास जाती है, तब भी एक अनकही बेचैनी महसूस होती है। उसके बिना रहने की कोशिश, दूर होने पर खुद को संभालने की आशंका और लौटकर भी सामान्य न हो पाने का डर साथ चलता है। मगर अगली बार सच में बसंत आ गया, तो नई कोपलें फिर फूटेंगी... कोयल की कूक फिर गूंजेगी... इंद्रधनुष फिर हृदय पर फागुन बनकर उतरेगा। लौटने की यह यात्रा खुशियों की नई रंगोली बनकर जीवन- बगिया को एक बार फिर महका सकती है। शायद यही वह संकेत हो, उस अज्ञात प्रेरणा का, जो बार - बार भीतर से कहती है कि अभी समाप्त नहीं हुआ, अभी कुछ शेष है। इसलिए अगर कभी इस तरह लौटना

पड़े, तो इसे कमजोरी नहीं समझना चाहिए। यह स्वयं को दिया गया अवसर है, जिससे यह समझा जा सके कि ब्रह्मांड की ऊर्जा के संदेश क्या सच में आत्मा ने ग्रहण किए हैं, या यह केवल टूटे हृदय की पुकार है? कहीं ऐसा तो नहीं कि हम भ्रमवश अपनी ही कमजोरी को संकेत समझ बैठे हों? भविष्य ही बताता है कि यह निर्णय सकारात्मक था या नकारात्मक, लेकिन आत्मविकास का एक नया अध्याय अवश्य रहेगा कि हमने कम से कम एक अंतिम बार मन की सुनकर लौटने का साहस किया। अपने भीतर झांकने का, अपनी भावनाओं को सत्यापित करने का और अपने हृदय की पुकार को उसका हक देने का। क्योंकि कभी-कभी आत्मा की पुनर्परीक्षा भी आवश्यक होती है... और लौटना उसी यात्रा का महत्त्वपूर्ण अध्याय बन जाता है।

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल मलोट पंजाब

तंदुरुस्ती बरकरार रखने को हार्मोनल बदलावों पर दें ध्यान

डॉ विजय गर्ग

पुरुषों में उम्र के साथ हार्मोनल परिवर्तन होते हैं, जिन्हें एंड्रोपॉज कहा जाता है। करीब 40 साल के बाद यह धीरे-धीरे विकसित होने वाली जैविक प्रक्रिया है, जिसमें टेस्टोस्टेरोन का स्तर कम होने लगता है। इससे शारीरिक ऊर्जा, मानसिक संतुलन, आत्मविश्वास व मांसपेशियों की मजबूती पर असर पड़ता है। इसलिए एंड्रोपॉज को समझना अत्यंत आवश्यक है। एंड्रोपॉज के इलाज के लिए दवाएं जरूरी नहीं, कई बार जीवनशैली में बदलाव ही पर्याप्त होते हैं।

अक्सर यह माना जाता है कि हार्मोनल बदलाव केवल महिलाओं के जीवन से जुड़े होते हैं, विशेषकर मेनोपॉज के संदर्भ में। लेकिन यह धारणा अधूरी है। पुरुषों के जीवन में भी उम्र के साथ हार्मोनल परिवर्तन होते हैं, जिन्हें चिकित्सकीय भाषा में 'एंड्रोपॉज' कहा जाता है। यह कोई अचानक होने वाली अवस्था नहीं, बल्कि धीरे-धीरे विकसित होने वाली जैविक प्रक्रिया है, जिसमें पुरुष हार्मोन टेस्टोस्टेरोन का स्तर कम होने लगता है। टेस्टोस्टेरोन न केवल पुरुषों की यौन क्षमता, बल्कि उनकी ऊर्जा, मानसिक संतुलन, आत्मविश्वास, मांसपेशियों की मजबूती और समग्र स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। इसलिए एंड्रोपॉज को समझना आज के समय में अत्यंत आवश्यक हो गया है, खासकर तब जब पुरुषों की औसत आयु बढ़ रही है और जीवनशैली लगातार बदल रही है।

स्वाभाविक लेकिन अनदेखा परिवर्तन

एंड्रोपॉज को पुरुषों का 'मिडलाइफ हार्मोनल ट्रांजिशन' कहा जा सकता है। आमतौर पर यह 40 वर्ष की आयु के बाद शुरू हो सकता है, हालांकि इसके लक्षण हर व्यक्ति में अलग-अलग समय पर और अलग तीव्रता के साथ दिखाई देते हैं। इस अवस्था में टेस्टोस्टेरोन का स्तर हर साल लगभग एक प्रतिशत की दर से कम होने लगता है। यह गिरावट अचानक नहीं होती, इसलिए कई पुरुष इसे सामान्य थकान, काम का दबाव या उम्र का असर मानकर नजरअंदाज कर देते हैं। लेकिन जब ये बदलाव लंबे समय तक बने रहते हैं, तब वे शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक जीवन को प्रभावित कर सकते हैं।

हार्मोनल बदलाव के जैविक कारण

उम्र बढ़ने के साथ शरीर की कई ग्रंथियों की कार्यक्षमता प्रभावित होती है। टेस्टोस्टेरोन का उत्पादन मुख्य रूप से वृषण यानी टेस्टिस में होता है, और उम्र के साथ उनकी सक्रियता धीरे-धीरे कम होने लगती है। इसके अलावा पिट्यूटरी ग्रंथि, जो हार्मोनल संतुलन बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है, वह भी उतनी प्रभावी नहीं रह जाती। आधुनिक जीवनशैली, जैसे शारीरिक गतिविधि की कमी, तनाव, शराब का सेवन और असंतुलित आहार, इस प्राकृतिक प्रक्रिया को और तेज कर देते हैं। मोटापा भी टेस्टोस्टेरोन का स्तर कम करने में भूमिका निभाता है।

शारीरिक लक्षण

एंड्रोपॉज के सबसे पहले दिखने वाले लक्षण शारीरिक स्तर पर महसूस होते हैं। पुरुषों को लगातार थकान महसूस होना, मांसपेशियों की ताकत में कमी, शरीर में चर्बी बढ़ना, विशेषकर पेट के आसपास, और हड्डियों की मजबूती कम होना आम समस्याएं हैं। कई पुरुषों को नींद से जुड़ी परेशानियां भी होती हैं, जैसे देर से नींद आना या बार-बार नींद टूटना। इसके साथ ही इरेक्टाइल डिसफंक्शन व यौन इच्छा में कमी भी देखी जा सकती है।

मानसिक और भावनात्मक प्रभाव

हार्मोनल बदलाव मन और भावनाओं पर भी गहरा असर डालते हैं। एंड्रोपॉज से गुजर रहे पुरुषों में चिड़चिड़ापन, उदासी, आत्मविश्वास में कमी और कभी-कभी अवसाद के लक्षण भी दिखाई दे सकते हैं। निर्णय लेने की क्षमता प्रभावित हो सकती है और ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई होने लगती है। कुछ पुरुषों को लगता है कि वे पहले जैसे सक्षम नहीं रहे, जिससे उनके आत्मसम्मान पर चोट पहुंचती है। यह मानसिक दबाव कार्यस्थल और पारिवारिक जीवन दोनों में तनाव का कारण बन सकता है।

सामाजिक व पारिवारिक जीवन पर असर

जब पुरुष शारीरिक और मानसिक रूप से असंतुलित महसूस करने लगते हैं, तो इसका प्रभाव उनके सामाजिक और पारिवारिक संबंधों पर भी पड़ता है। वैवाहिक जीवन में संवाद की कमी, भावनात्मक दूरी और असंतोष जैसी समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं। कई बार पुरुष अपने अनुभवों को साझा नहीं करते, क्योंकि उन्हें लगता है कि यह कमजोरी का संकेत होता है। यह चुप्पी रिश्तों में गलतफहमियों को भी जन्म दे सकती है। परिवार और समाज का सहयोग इस चरण में बेहद महत्वपूर्ण हो सकता है।

एंड्रोपॉज और जीवनशैली का संबंध

यह समझना जरूरी है कि एंड्रोपॉज की तीव्रता जीवनशैली पर काफी हद तक निर्भर करती है। जो पुरुष नियमित व्यायाम करते हैं, संतुलित आहार लेते हैं और तनाव को नियंत्रित रखना जानते हैं, उनमें इसके लक्षण अपेक्षाकृत हल्के होते हैं। प्रोटीन, विटामिन डी, जिंक और ओमेगा-3 फैटी एसिड से भरपूर आहार टेस्टोस्टेरोन के स्तर को संतुलित रखने में मदद करता है। इसके विपरीत, बैठे रहने वाली जीवनशैली और जंक फूड का अधिक सेवन हार्मोनल असंतुलन को बढ़ा सकता है।

चिकित्सकीय जांच और निदान

एंड्रोपॉज का निदान केवल लक्षणों के आधार पर नहीं किया जाना चाहिए। रक्त जांच के माध्यम से टेस्टोस्टेरोन के स्तर को मापा जा सकता है। इसके साथ ही डॉक्टर व्यक्ति की उम्र, जीवनशैली, मानसिक स्थिति और अन्य स्वास्थ्य समस्याओं को भी ध्यान में रखते हैं। सही समय पर जांच कराने से न केवल समस्या की पहचान होती है, बल्कि भविष्य में होने वाली जटिलताओं को भी रोका जा सकता है, जैसे हृदय रोग, मधुमेह और ऑस्टियोपोरोसिस।

उपचार और प्रबंधन के विकल्प

एंड्रोपॉज का इलाज हमेशा दवाओं से ही हो, यह जरूरी नहीं है। कई मामलों में जीवनशैली में बदलाव ही पर्याप्त होते हैं। नियमित व्यायाम, विशेषकर वेट ट्रेनिंग और योग, हार्मोनल संतुलन में मदद करते हैं। तनाव कम करने के लिए ध्यान और प्राणायाम उपयोगी साबित हो सकते हैं। गंभीर मामलों में डॉक्टर टेस्टोस्टेरोन रिप्लेसमेंट थेरेपी की सलाह दे सकते हैं, लेकिन यह केवल विशेषज्ञ की निगरानी में ही किया जाना चाहिए।

जागरूकता और स्वीकार्यता

एंड्रोपॉज से जुड़ी सबसे बड़ी चुनौती है इसकी सामाजिक स्वीकार्यता की कमी। पुरुषों को यह समझने की जरूरत है कि यह कोई बीमारी नहीं, बल्कि जीवन का एक स्वाभाविक चरण है। जैसे महिलाएं मेनोपॉज के बारे में खुलकर बात करने लगी हैं, वैसे ही पुरुषों को भी अपने हार्मोनल स्वास्थ्य पर संवाद करना चाहिए। जागरूकता बढ़ाने से न केवल समय पर उपचार संभव होगा, बल्कि मानसिक बोझ भी कम होगा। एंड्रोपॉज पुरुष जीवन का एक महत्वपूर्ण पड़ाव है, जिसे अनदेखा नहीं किया जाना चाहिए। सही जानकारी, समय पर जांच, सकारात्मक जीवनशैली और सामाजिक समर्थन के माध्यम से इस चरण को सहज और स्वस्थ बनाया जा सकता है। हार्मोनल बदलाव को समझकर और स्वीकार करके पुरुष न केवल अपने शारीरिक स्वास्थ्य को बेहतर बना सकते हैं, बल्कि मानसिक और भावनात्मक संतुलन भी बनाए रख सकते हैं।

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल मलोट पंजाब

राष्ट्रीय उपभोक्ता अधिकार दिवस : जागरूकता से न्याय की ओर

-सुनील कुमार महला

२४ दिसंबर को पूरे भारत में राष्ट्रीय उपभोक्ता अधिकार दिवस मनाया जाता है।वास्तव में, राष्ट्रीय उपभोक्ता अधिकार दिवस मनाने का मुख्य उद्देश्य क्रमशः उपभोक्ताओं को उनके अधिकारों के प्रति जागरूक करना, उन्हें शोषण, ठगी और भ्रामक विज्ञापनों से बचाना, उन्हें यह समझाना कि वे केवल खरीदार नहीं, बल्कि सशक्त नागरिक हैं तथा न्याय पाने के लिए उपलब्ध कानूनी उपायों की जानकारी देना है। राष्ट्रीय उपभोक्ता अधिकार दिवस हमें यह याद दिलाता है कि जागरूक उपभोक्ता ही मजबूत बाजार व्यवस्था की नींव होता है। जब उपभोक्ता अपने अधिकारों को जानता है, तभी शोषण पर रोक लगती है और ईमानदार व्यापार को बढ़ावा मिलता है। अब यहां सबसे पहला प्रश्न यह उठता है कि आखिर उपभोक्ता से मतलब क्या है अथवा उपभोक्ता कहते किसे हैं? तो इसका सीधा सा उत्तर यह है कि उपभोक्ता वह व्यक्ति होता है जो किसी वस्तु या सेवा को मूल्य देकर अपने व्यक्तिगत उपयोग के लिए खरीदता या प्राप्त करता है। वास्तव में, इसमें वह स्थिति भी शामिल होती है जब भुगतान पूरा न होकर आंशिक हो या उधार पर किया गया हो। यहां यह भी उल्लेखनीय है कि उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम, २०१९ के अनुसार, उपभोक्ता वस्तुओं या सेवाओं का उपयोग अपने लिए करता है, न कि उन्हें पुनः बेचने या बड़े व्यावसायिक लाभ के उद्देश्य से। हालांकि, यदि कोई व्यक्ति किसी वस्तु या सेवा का उपयोग स्व-रोज़गार के माध्यम से अपनी आजीविका चलाने के लिए करता है, तो उसे भी उपभोक्ता की श्रेणी में रखा गया है। सरल शब्दों में कहा जाए तो जो व्यक्ति अपनी आवश्यकता या जीवनयापन के लिए वस्तु या सेवा लेता है, वही उपभोक्ता कहलाता है। बहरहाल, यहां प्रश्न यह उठता है कि आखिर आज उपभोक्ता अधिकारों की जरूरत आखिर क्यों है? तो इसका सीधा सा उत्तर यह है कि आज उपभोक्ता अधिकारों की आवश्यकता इसलिए अत्यंत महत्वपूर्ण हो गई है क्योंकि आज बाजार, तकनीक और व्यापार के तरीके तेजी से बदल गए हैं। कहना ग़लत नहीं होगा कि आज के समय में बाजार में वस्तुओं(तरह तरह के उत्पादों) और सेवाओं की भरमार है, लेकिन उनके साथ मिलावट, नकली सामान, घटिया गुणवत्ता और भ्रामक विज्ञापनों का खतरा भी बढ़ गया है। उपभोक्ता अधिकार वे अधिकार वे अधिकार हैं जो किसी भी उपभोक्ता को धोखाधड़ी से बचाने का कानूनी संरक्षण प्रदान करते हैं। आज ऑनलाइन का जमाना है और घर बैठे या कहीं पर भी बैठे ऑनलाइन खरीद-फरोख्त और डिजिटल भुगतान के बढ़ते चलन में डेटा चोरी, फर्जी वेबसाइट, गलत डिलीवरी और रिफंड से जुड़े विवाद आम हो गए हैं। ऐसे में ये उपभोक्ता अधिकार ही हैं जो उपभोक्ता को सुरक्षित और भरोसेमंद लेन-देन का अधिकार प्रदान करते हैं। आज बाजार में बड़ी बड़ी कंपनियां मौजूद हैं तथा इन बड़ी कंपनियों के पास पूंजी, तकनीक, कानूनी विशेषज्ञ और विज्ञापन जैसी मजबूत ताकत होती है, जबकि उपभोक्ता आमतौर पर अकेला होता है और उसके पास सीमित जानकारी व संसाधन होते हैं। कंपनियाँ अपने उत्पादों की कीमत, शर्तें और नियम तय करती हैं, जिन्हें उपभोक्ता को अक्सर बिना मोलभाव स्वीकार करना पड़ता है। भ्रामक विज्ञापन, जटिल अनुबंध और छोटी-छोटी शर्तें उपभोक्ता के लिए नुकसानदेह हो सकती हैं। किसी समस्या की स्थिति में कंपनी के खिलाफ शिकायत या कानूनी कार्रवाई करना उपभोक्ता के लिए समय, धन और मेहनत का विषय बन जाता है। इसी कारण कहा जाता है कि बड़ी कंपनियों और उपभोक्ता के बीच शक्ति का संतुलन नहीं, बल्कि असंतुलन मौजूद है। ऐसे में उपभोक्ता अधिकार इस असमानता(कंपनी और उपभोक्ता के बीच) को संतुलित करते हुए उपभोक्ता को शिकायत दर्ज करने, सुनवाई और न्याय पाने का अवसर देते हैं। कहना ग़लत नहीं होगा कि उपभोक्ता अधिकार आम आदमी में जागरूकता बढ़ाते हैं, जिससे उपभोक्ता अपने अधिकारों और कर्तव्यों को समझता है तथा गलत प्रथाओं का विरोध कर सकता है। गौरतलब है कि उपभोक्ता अधिकार केवल 'सेवा में कमी' के मामलों तक सीमित नहीं होते हैं। ये अधिकार तब भी लागू होते हैं जब उपभोक्ता को दोषपूर्ण या घटिया वस्तु दी जाए, भ्रामक या झूठा विज्ञापन किया जाए, निर्धारित मूल्य से अधिक राशि वसूली जाए, अनुचित व्यापार व्यवहार अपनाया जाए या उपभोक्ता से संबंधित महत्वपूर्ण जानकारी छिपाई जाए। इसके अलावा यदि कोई वस्तु उपभोक्ता के स्वास्थ्य या सुरक्षा के लिए खतरा बनती है, तब भी उपभोक्ता अपने अधिकारों का प्रयोग कर सकता है। इस प्रकार उपभोक्ता अधिकारों का उद्देश्य केवल सेवा की गुणवत्ता पर निगरानी रखना नहीं है, बल्कि उपभोक्ता को हर प्रकार के शोषण, धोखाधड़ी और अन्याय से पूर्ण सुरक्षा प्रदान करना है। उपभोक्ता अधिकारों के संदर्भ में 'सेवा में कमी' का अर्थ है कि किसी सेवा प्रदाता द्वारा उपभोक्ता को दी जाने वाली सेवा में लापरवाही, देरी, त्रुटि या वादा पूरा न किया जाना। उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम के अनुसार उपभोक्ता को समय पर, सुरक्षित और गुणवत्तापूर्ण सेवा प्राप्त करने का अधिकार है। यदि बैंक समय पर लेन-देन न करे, बीमा कंपनी दावा निपटाने में अनावश्यक देरी करे, अस्पताल इलाज में लापरवाही बरते, स्कूल या कोचिंग संस्थान निर्धारित सेवाएँ न दें या ऑनलाइन प्लेटफॉर्म उचित सेवा प्रदान न करे, तो यह सेवा में कमी मानी जाती है। ऐसी स्थिति में उपभोक्ता को शिकायत दर्ज कराने, मुआवजा मांगने और उपभोक्ता आयोग के माध्यम से न्याय पाने का कानूनी अधिकार प्राप्त है। निष्कर्षतः, हम यह बात कही सकते हैं कि उपभोक्ता अधिकार केवल संरक्षण का साधन नहीं हैं, बल्कि एक निष्पक्ष, पारदर्शी और जिम्मेदार बाजार व्यवस्था की नींव हैं। आज के समय में उपभोक्ता अधिकारों के बिना उपभोक्ता शोषण से मुक्त नहीं रह सकता। बहरहाल, पाठकों को बताता चलूं कि २४ दिसंबर 1986 को भारत में उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम, 1986 लागू हुआ था, यही कारण है कि प्रत्येक वर्ष इसे २४ दिसंबर के दिन मनाया जाता है। गौरतलब है कि इस कानून ने पहली बार उपभोक्ताओं को कानूनी सुरक्षा और न्याय का अधिकार दिया तथा वर्ष २०१९ में नया उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम लागू हुआ, जिससे ई-कॉमर्स और डिजिटल ठगी जैसे नए मुद्दे भी कानून के दायरे में आए। यहां पाठकों को यह भी बताता चलूं कि उपभोक्ताओं को मुख्य रूप से क्रमशः सुरक्षा का अधिकार, सूचना पाने का अधिकार, चयन का अधिकार, सुने जाने का अधिकार, न्याय पाने का अधिकार तथा उपभोक्ता शिक्षा का अधिकार जैसे अधिकार प्राप्त हैं। यहां उल्लेखनीय है कि विश्व उपभोक्ता अधिकार दिवस 15 मार्च को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर मनाया जाता है, तथा इस वर्ष इसकी थीम/विषय 'टिकाऊ जीवनशैली की ओर एक उचित परिवर्तन' रखी गई थी, जिसका उद्देश्य उपभोक्ताओं को ऐसी जीवनशैली अपनाने के लिए सशक्त करना है जो स्वास्थ्यकर, टिकाऊ और सबके लिए उपलब्ध/किफ़ायती हो। बहरहाल, यहां सरल शब्दों में कहें तो उपभोक्ता सिर्फ वही नहीं है जो बाजार से कोई सामान खरीदता है, बल्कि वह व्यक्ति भी उपभोक्ता है जो बैंक, बीमा, अस्पताल, स्कूल, कोचिंग, ऑनलाइन प्लेटफॉर्म या किसी भी तरह की सेवा लेता है। उपभोक्ता संरक्षण कानून के अनुसार, उपभोक्ता को शिकायत करने के लिए वकील रखना भी जरूरी नहीं है, तथा वह खुद अपनी बात उपभोक्ता अदालत में रख सकता है और यह किसी भी उपभोक्ता के लिए अपने आप में एक बहुत बड़ी सुविधा ही कही जा सकती है।

राष्ट्रीय उपभोक्ता दिवस: जागो, सवाल करो, बदलाव लाओ

• प्रो. आरके जैन "अरिजीत"

24 दिसंबर भारतीय लोकतंत्र के सामाजिक इतिहास में वह निर्णायक तिथि है, जब 1986 में उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम ने आम नागरिक को बाजार की मनमानी के विरुद्ध एक सशक्त कवच प्रदान किया। यह दिन मात्र किसी कानून की याद नहीं, बल्कि उस मानसिक क्रांति का प्रतीक है, जिसने उपभोक्ता को शोषण का मूक पात्र नहीं, बल्कि अधिकारों से लैस निर्णायक शक्ति बनाया। वर्षों से ठगे जा रहे, गलत तौल, नकली वस्तुओं और भ्रामक वादों का शिकार होते लोग पहली बार कानून की भाषा में अपने पक्ष को दर्ज कराने लगे। यही वह क्षण था, जब बाजार की सत्ता को जवाबदेह बनाने की यात्रा शुरू हुई और उपभोक्ता आत्मसम्मान के साथ खड़ा हुआ। इसी चेतना का विस्तार आज राष्ट्रीय उपभोक्ता दिवस 2025 की थीम "स्थायी जीवनशैली की ओर एक न्यायसंगत परिवर्तन" में दिखाई देता है, जो उपभोक्ता शक्ति को सामाजिक और पर्यावरणीय बदलाव का केंद्र मानती है।

ग्रामीण भारत की महिलाएं इस परिवर्तन की सबसे जीवंत मिसाल हैं। घरेलू जरूरतों के लिए खरीदे गए नकली सौंदर्य उत्पाद, घटिया उपकरण या मिलावटी खाद्य पदार्थ वर्षों तक उनकी चुप्पी का कारण बने रहे। लेकिन 1986 के अधिनियम और 2019 के संशोधित कानून ने उन्हें बिना वकील, बिना भय, सीधे शिकायत दर्ज करने का अधिकार दिया। आज उपभोक्ता फोरमों में महिलाओं की भागीदारी उल्लेखनीय है, जो यह दर्शाती है कि आर्थिक निर्णयों में उनकी भूमिका सशक्त हुई है। यह केवल उपभोक्ता अधिकार नहीं, बल्कि जेंडर समानता की वह शांत क्रांति है, जो घर की देहरी से निकलकर समाज की दिशा बदल रही है।

डिजिटल युग में उपभोक्ता के सामने चुनौतियों का स्वरूप बदला है। अब खतरा खुली धोखाधड़ी से अधिक 'डार्क पैटर्न्स' का है—छिपे शुल्क, फर्जी छूट और भ्रमित करने वाले विकल्प। 2019 के अधिनियम ने ई-कॉमर्स को उत्पाद दायित्व के दायरे में लाकर कंपनियों को सीधे जिम्मेदार बनाया। नकली सामान, गलत विवरण या डेटा दुरुपयोग पर अब कठोर कार्रवाई संभव है। ऑनलाइन खरीदारी में किया गया हर क्लिक उपभोक्ता अधिकारों से जुड़ा है, जहां डेटा गोपनीयता और पारदर्शिता मिलकर बाजार में विश्वास की नई नींव रख रहे हैं।

उपभोक्ता अधिकार अब केवल व्यक्तिगत हित तक सीमित नहीं रहे, वे पर्यावरण न्याय का भी प्रभावी माध्यम बन चुके हैं। 'ग्रीनवॉशिंग' के नाम पर किए जाने वाले झूठे इको-फ्रेंडली दावों को उपभोक्ता फोरम में चुनौती दी जा सकती है। 2025 की सस्टेनेबल जीवनशैली की वैश्विक चेतना के साथ भारतीय उपभोक्ता प्लास्टिक-प्रदूषक और पर्यावरण-विरोधी उत्पादों को नकार रहे हैं। हर खरीदारी अब केवल सुविधा नहीं, बल्कि पृथ्वी की रक्षा का निर्णय बन रही है। यह वह अदृश्य संघर्ष है, जहां उपभोक्ता की पसंद जलवायु

परिवर्तन के विरुद्ध एक शांत लेकिन निर्णायक हथियार बनती है।

विज्ञापनों की चमक-दमक के पीछे न्यूरोमार्केटिंग का सूक्ष्म खेल चलता है। रंग, ध्वनि, सीमित समय के ऑफर और फोमो (फियर ऑफ मिसिंग आउट) जैसी तकनीकें उपभोक्ता के मन को नियंत्रित कर अनावश्यक खरीदारी कराती हैं। शोध बताते हैं कि बड़ी आबादी ऐसे प्रभावों में निर्णय लेती है। राष्ट्रीय उपभोक्ता दिवस हमें केवल जानकारी पाने का नहीं, बल्कि विज्ञापन के मनोविज्ञान को समझने का अधिकार भी सिखाता है। जागरूक उपभोक्ता अब सवाल करता है, तुलना करता है और इन अदृश्य जालों को पहचानकर तोड़ने का साहस दिखाता है।

उपभोक्तावाद और मानसिक स्वास्थ्य के बीच का संबंध अक्सर अनदेखा रह जाता है। अनियंत्रित खरीदारी, एकतरफा अनुबंध और कर्ज का बोझ तनाव व अवसाद को जन्म देता है। उपभोक्ता कानून इन अदृश्य दबावों के विरुद्ध एक ढाल बनकर खड़ा होता है, जो अनुचित शर्तों को चुनौती देने और न्याय पाने का आत्मबल देता है। ग्रामीण क्षेत्रों में बैंकिंग धोखाधड़ी या घटिया बीजों से प्रभावित किसान अब मुआवजे की मांग कर रहे हैं। यह 'साइलेंट इंपावरमेंट' केवल आर्थिक राहत नहीं, बल्कि आत्मविश्वास और मानसिक संतुलन की भी गारंटी बनकर उभर रहा है।

तकनीक ने इस न्याय यात्रा को अभूतपूर्व गति और पारदर्शिता प्रदान की है। 2025 में AI-पावर्ड नेशनल कंज्यूमर हेल्पलाइन 2.0, जागो ग्राहक जागो ऐप और वर्चुअल सुनवाई जैसी पहलें शिकायत निवारण को तेज, सरल और भरोसेमंद बना रही हैं। ब्लॉकचेन आधारित ट्रेसेबिलिटी से उत्पाद की पूरी यात्रा को स्कैन कर सत्यापित करना संभव हो गया है, जिससे धोखाधड़ी की गुंजाइश सिमटती जा रही है। ई-दाखिल और डिजिटल प्लेटफॉर्मन्याय को घर की चौखट तक पहुंचा रहे हैं। यह किसी दूर के भविष्य की कल्पना नहीं, बल्कि वर्तमान की वह जीवंत क्रांति है, जो उपभोक्ता को सचेत नागरिक से डिजिटल योद्धा में रूपांतरित कर रही है।

इस अधिनियम ने छोटे व्यवसायों की कार्यसंस्कृति को भी गहराई से रूपांतरित किया है। अब ईमानदारी कोई विकल्प नहीं, बल्कि अस्तित्व की शर्त बन चुकी है। पारदर्शी मूल्य निर्धारण, गुणवत्तापूर्ण उत्पाद और स्पष्ट शर्तें अपनाकर छोटे उद्यम न केवल अधिक विश्वसनीय बने हैं, बल्कि प्रतिस्पर्धा में भी सशक्त होकर उभरे हैं। इसका सकारात्मक असर पूरी अर्थव्यवस्था पर पड़ा है, जहां विश्वास विकास की नई पूंजी बन रहा है। परंतु निर्णायक शक्ति आज भी उपभोक्ता के हाथ में है—सस्टेनेबल, नैतिक और जिम्मेदार विकल्प चुनने की शक्ति। हर खरीदारी अब साधारण सौदा नहीं, बल्कि बाजार को दिशा देने वाला सामाजिक वक्तव्य बन चुकी है, जो परिवर्तन की धारा तय करती है।

राष्ट्रीय उपभोक्ता दिवस एक तारीख भर नहीं, बल्कि निरंतर कॉल टू एक्शन है। अधिकार जानो, सवाल करो, शिकायत दर्ज कराओ और बाजार को जवाबदेह बनाओ। उपभोक्ता केवल खरीदार नहीं, बल्कि समाज की अर्थव्यवस्था और नैतिकता का चालक है। एक न्यायपूर्ण, सस्टेनेबल और मजबूत भारत का निर्माण हमारी जागरूकता और कर्म से संभव है। यह दिवस हमें सिखाता है कि सच्ची शक्ति कानून की धाराओं में नहीं, बल्कि जागरूकता और साहसिक एक्शन में निहित है। यही इस दिवस का सार है—जागो, समझो और बदलाव का हिस्सा बनो। जय उपभोक्ता, जय भारत।

गढ़वाल भवन में क्षत्रिय (मल्ल/सैंथवार) महासभा का परिचय सम्मेलन आयोजित

नई दिल्ली। दिल्ली के झंडेवाला स्थित गढ़वाल भवन में क्षत्रिय (मल्ल/सैंथवार) महासभा, दिल्ली प्रदेश द्वारा वार्षिक बैठक एवं परिचय सम्मेलन का भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम में दिल्ली सहित आसपास के क्षेत्रों से समाज के बड़ी संख्या में लोगों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। इस अवसर पर पूर्व सांसद कमांडो कमल किशोर, संस्था के राष्ट्रीय अध्यक्ष गंगा सिंह सैंथवार मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। उनके साथ कई अन्य गणमान्य अतिथियों ने भी कार्यक्रम की शोभा बढ़ाई। दिल्ली प्रदेश अध्यक्ष उग्रसेन सिंह ने सभी अतिथियों का गर्मजोशी से स्वागत करते हुए समाज की एकजुटता और संगठन की मजबूती पर जोर दिया। कार्यक्रम का संपूर्ण आयोजन उग्रसेन सिंह के नेतृत्व में सुव्यवस्थित एवं सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। बैठक के दौरान समाज के सर्वांगीण विकास, संगठन को मजबूत करने तथा भविष्य की योजनाओं पर विस्तार से चर्चा की गई। वक्ताओं ने बताया कि महासभा का प्रमुख उद्देश्य आने वाले समय में समाज के लिए एक भवन का निर्माण कराना है, जिससे सामाजिक, सांस्कृतिक एवं शैक्षणिक गतिविधियों को एक मंच पर संगठित रूप से संचालित किया जा सके। कार्यक्रम के दौरान सांस्कृतिक प्रस्तुतियों का भी आयोजन किया गया, जिसमें बच्चों द्वारा प्रस्तुत गीत एवं नृत्य कार्यक्रमों ने सभी का मन मोह लिया। उपस्थित लोगों ने बच्चों की प्रतिभा की भूरी-भूरी प्रशंसा की। इस मौके पर अमरीश मल्ल, संगीता सिंह, विनय कुमार सिंह, राकेश सिंह सहित काफी संख्या में संस्था से जुड़े हुए लोग शामिल हुए। कार्यक्रम सौहार्दपूर्ण और उत्साहपूर्ण वातावरण में संपन्न हुआ। अंत में समाज को एकजुट रखते हुए आगे बढ़ने तथा संगठन को और अधिक सशक्त बनाने का सामूहिक संकल्प लिया गया।

जमीन जमाबंदी के मामले में हाईकोर्ट का अवमानना पर रांची डीसीएलआर को 25000 रू0 का जूर्माना

जमीन हेरा फेरी झारखंड का आम मामला, रोकड़ा मायने नहीं रखता पर नौकरशाही द्वारा अदालतों का अवमानना कहां तक जायज?

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड -झारखंड

रांची ,झारखंड हाइकोर्ट के जस्टिस गौतम कुमार चौधरी की अदालत ने एक अवमानना मामले में दायर याचिका पर सुनवाई के दौरान आदेश का अनुपालन नहीं होने पर नाराजगी जतायी. मामले की सुनवाई के दौरान प्रार्थी का पक्ष सुनने के बाद अधिकारियों की सुस्ती पर नाराजगी जताते हुए कहा कि एक साल से अधिक समय बीत चुका है, इसके बावजूद अदालती आदेश का पालन नहीं हुआ है. अदालत ने रांची के डीसीएलआर पर 25000 रुपये का जुर्माना लगाया.

साथ ही कहा कि आदेश का अनुपालन नहीं

होने की स्थिति में डीसीएलआर अगली सुनवाई के दौरान सशरीर हाजिर रहेंगे. मामले की अगली सुनवाई के लिए अदालत ने सात जनवरी 2026 की तिथि निर्धारित की. प्रार्थी की ओर से अधिवक्ता विशाल कुमार राय ने पैरवी की. प्रार्थी अनिल कुमार सिंह ने अवमानना याचिका दायर कर एकल पीठ के 11 जनवरी 2024 के आदेश का अनुपालन कराने की मांग की है.

वर्ष 1963 में देवकली देवी नामक महिला ने रांची के लालगुटुवा मौजा में 43 डिसमिल जमीन खरीदी थी. रजिस्ट्री के बाद जमीन का म्यूटेशन हो चुका था तथा लगातार लगान रसीद निर्गत हो रही थी, लेकिन वर्ष 2000 में पुराने जमीन मालिक के कुछ रिश्तेदारों ने चालाकी से उसी जमीन को अजीत कुमार बरियार नाम के व्यक्ति को बेच दी थी. उनकी भी जमाबंदी खोल दी गयी थी. पूर्व में मामले में 11 जनवरी 2024 को रिट याचिका संख्या-2493/2007 में आदेश देते हुए अदालत ने अजित कुमार बरियार वगैरह के नाम पर खोली गयी दोहरी जमाबंदी को अमान्य घोषित कर दिया था. इसके बाद भी जमाबंदी रद्द नहीं की गयी, तो देवकली देवी के पुत्र अनिल कुमार सिंह द्वारा अवमानना याचिका दायर की गयी थी।

गोविन्द धाम में नव-दिवसीय दिव्य श्रीराम कथा महोत्सव 24 दिसम्बर से

(डॉ. गोपाल चतुर्वेदी)

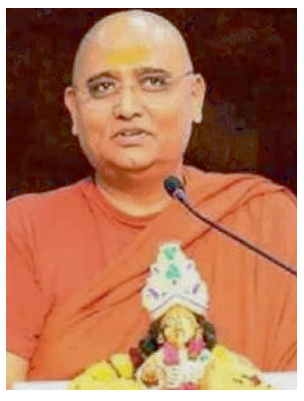
वृन्दावन। चैतन्य विहार फेस-2 स्थित गोविन्द धाम में नव-दिवसीय दिव्य श्रीराम कथा महोत्सव 24 दिसम्बर 2025 से 01 जनवरी 2026 पर्यन्त अत्यन्त श्रद्धा एवं धूमधाम के साथ आयोजित किया गया है।

जानकारी देते हुए महोत्सव के संरक्षक सन्त प्रवर रामदास महाराज (अयोध्या) ने बताया है कि दिव्य सन्तों की सन्निधि में आयोजित नव-दिवसीय श्रीराम कथा महोत्सव में प्रख्यात कथा वाचक श्रीहरिदास अंकित कृष्ण महाराज अपनी रसमयी वाणी के द्वारा नित्य प्रातः 09 बजे से मध्याह्न 01 बजे तक श्रीराम कथा का रसास्वादन कराएंगे। श्रीराम कथा श्रवणार्थ सभी भक्त-श्रद्धालु सादर आमंत्रित हैं।

भगवद्प्राप्ति ही जीव का एकमात्र लक्ष्य होना चाहिए : महामंडलेश्वर स्वामी भास्करानंद महाराज

(डॉ. गोपाल चतुर्वेदी)

वृन्दावन। छटीकरा रोड़ स्थित श्रीकृष्ण जन्माष्टमी आश्रम में चल रहे सप्त दिवसीय श्रीमद्भागवत कथा सप्ताह ज्ञान यज्ञ महोत्सव में व्यासपीठ पर आसीन अखण्ड दया धाम के संस्थापक महामंडलेश्वर आचार्य स्वामी भास्करानंद महाराज ने अपनी सुमधुर वाणी में देश-विदेश से आए सभी भक्तों-श्रद्धालुओं को श्रीमद्भागवत महापुराण की अमृतमयी कथा श्रवण कराते हुए कहा कि हमें अपने आराध्य के प्रति दृढ़ विश्वास और अटूट श्रद्धा रखनी चाहिए।तभी हम प्रभु की साधना करके उनको प्राप्त कर सकते हैं।व्यक्ति के हृदय में श्रद्धा और विश्वास की कमी ही भगवद साधना में रुकावट उत्पन्न करती है।इसके लिए संत समागम और



हरिकथा ही सर्वोत्तम उपाय है।

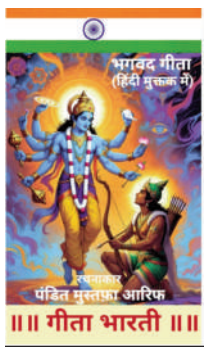
पूज्य महाराजश्री ने कहा कि भगवद्प्राप्ति ही जीव का एकमात्र लक्ष्य होना चाहिए।इसके लिए हमारे ऋषियों-मुनियों ने अनेकों साधन बताये हैं।हमारे धर्म ग्रंथों में नौ प्रकार की भक्ति का वर्णन किया है।जिन्हें नवधा भक्ति भी कहा जाता है।जिनमें श्रवण, कीर्तन, स्मरण, चरण सेवा (पाद सेवन), अर्चन, वंदन, दास्य, सख्य एवं आत्म निवेदन। इन नौ भक्तियों के द्वारा भक्त परमात्मा को प्राप्त कर लेता है।लेकिन गोपियों द्वारा उद्धवजी को बताई गई प्रेमा भक्ति ही संसार में भगवत प्राप्ति का सर्वश्रेष्ठ साधन है।जिसके द्वारा भक्त को शीघ्र ही प्रभु की प्राप्ति हो जाती है।

इस अवसर पर साध्वी कृष्णानंद महाराज, प्रख्यात साहित्यकार रयूपी रत्नर डॉ. गोपाल चतुर्वेदी, मुख्य यजमान पूरनमल मोहनलाल गांधी (रायपुर, छत्तीसगढ़), डॉ. राधाकांत शर्मा आदि के अलावा विभिन्न क्षेत्रों के तमाम गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

सांस्कृतिक समाजिक सद्भाव और सौहार्द की अदभुत मिशाल गीता - भारती

उज्जैन मध्यप्रदेश

सांस्कृतिक सामाजिक सद्भाव पखवाड़े के तहत उज्जैन में आयोजित समाजिक सौहार्द और सदभाव से युक्त इस आध्यात्मिक आयोजन में इस के रचनाकार पंडित मुस्तफा आरिफ का इस स्वर्णिम मंच पर अभिनंदन किया जायेगा। यहां कार्यक्रम 25 दिसंबर 2025 से 12 जनवरी 2026 तक उज्जैन में होगा। इस अवसर पर पंडित मुस्तफा अपने मुखारविंद से भगवद गीता प्रेरित ग्रंथ गीता - भारती का पाठ करेंगे। स्वर्णिम भारत मंच के अध्यक्ष दिनेश श्रीवास्तव ने बताया कि पंडित मुस्तफा आरिफ ने भगवद गीता पर आधारित ग्रंथ गीता - भारती की रचना इसी साल पूर्ण की है। गीता - भारती में भगवद गीता के 700 श्लोक का काव्यात्मक शैली में रुपांतरण 786 हिंदी मुक्तक के संपादन किया है।जिससे आमजन सरल सुबोध भाषा में भगवद गीता को आत्मसात कर सके। दिनेश जी बताया कि भारत में सांस्कृतिक समाजिक सद्भाव और सौहार्द की अदभुत मिशाल को एक पुरोधा के रूप में मुस्तफा आरिफ ने इसके पूर्व कुरान से प्रेरित 10000 हिंदी पदों की रचना 18 अध्याय में कर चुके हैं। भगवद गीता पर आधारित गीता - भारती में 786 पद की रचना कर अपनी राष्ट्रीय भावना की अवधारणा की उन्होंने पुष्टि की है। उज्जैन मध्यप्रदेश में इस संस्कृति व समाजिक सदभाव प्रेमियों से इस पखवाड़े के कार्यक्रम में भाग लेकर सफल बनाने की अपील बोहरा समाज के बुरहानुद्दीन शाकरुवाला और लेखक मौहम्मद हुसैन हाटपीपल्या वाले ने आध्यात्मिक रचनाकार पंडित मुस्तफा आरिफ की इस गौरवमय उपलब्धि पर बधाई दी है।



झारखंड कैबिनेट ने बहुप्रतीक्षित पेशा कानून को दी मंजूरी

ग्रामपंचायत होगें मजबूत ।खनन-वन भूमि , भू अधिग्रहण आदि अब पेसा के अधिकार क्षेत्र में होगें

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड - झारखंड

रांची। झारखंड के हेमंत सरकार ने अंततः पेशा कानून लगा दिया है । आज मुख्यमंत्री की केबिनेट बैठक में इसकी मंजूरी देते हुए विधिवत घोषणा सचिव वंदना दादेल ने बैठक के बाद जानकारी दी । उन्होंने कहा कि इस कानून के लागू होने से ग्राम सभाएं अब पहले से कहीं अधिक शक्तिशाली होंगी। नए नियमों के तहत ग्राम पंचायतों को अपने क्षेत्र में खनन अधिकार, भूमि अधिग्रहण और वन भूमि से जुड़े मामलों में महत्वपूर्ण निर्णय लेने का वैधानिक अधिकार प्राप्त होगा।

पंचायत उपबंध - अनुसूचित क्षेत्रों तक विस्तार कानून के माध्यम से अब पंचायतों को जमीन और

खनिजों पर अधिक नियंत्रण मिलेगा। ग्राम सभा अपने क्षेत्र में खनन कार्यों पर नियंत्रण के अलावा भूमि अधिग्रहण की प्रक्रिया में महत्वपूर्ण भागीदारी निभाएगी। इसके अलावा वन भूमि के प्रबंधन और उससे जुड़े अहम निर्णय में भी ग्राम सभा को कई महत्वपूर्ण अधिकार प्राप्त होंगा

ग्राम सभाओं को तरजीह दी गई है। योजना बनाने में ग्राम सभा की भूमिका होगी। पारंपरिक ग्राम सभाओं को अधिकार दिया गया है। सभी ग्राम सभा अपने परंपरा को नोटिफाई करेगी। अधिसूचना जारी होते ही एक्ट लागू होगा। राज्य के अनुसूचित क्षेत्र में पेसा एक्ट लागू होगा। इसके दायरे में 15 जिले होंगे।कैबिनेट की बैठक में कुल 39 प्रस्तावों पर मुहर लगी है। जिसमें डॉ श्यामा प्रसाद मुखर्जी विश्वविद्यालय के पदों का पुनर्गठन के प्रस्ताव को स्वीकृति दी गई। शैक्षणिक गैर शैक्षणिक पद के लिए 38 नए पद सृजित किए गए। दुमका में 7 किलोमीटर लंबी सड़क के लिए 31 करोड़ और जमशेदपुर में सड़क के लिए 41 करोड़ की प्रशासनिक स्वीकृति दी गई।

मोक्ष प्राप्ति का सर्वोत्तम मार्ग है श्रीमद्भागवत कथा का श्रवण : डॉ. अनुराग कृष्ण पाठक महाराज

(डॉ. गोपाल चतुर्वेदी)

वृन्दावन। अटल्ला चुंगी स्थित श्री वृन्दावन बालाजी देवस्थान में अष्टदिवसीय श्रीमद्भागवत कथा सप्ताह ज्ञान यज्ञ महोत्सव अत्यंत हर्षोल्लास एवं धूमधाम के साथ प्रारम्भ हो गया है।महोत्सव का शुभारंभ दुर्गा कुंड परिवार द्वारा वैदिक मंत्रोच्चार के मध्य श्रीमद्भागवत ग्रंथ एवं व्यासपीठ का पूजन-अर्चन करके किया।इससे पूर्व मथुरा रोड़ से कथा स्थल तक गाजे-बाजे के मध्य श्रीमद्भागवतजी की भव्य शोभायात्रा निकाली गई।जिसमें देश-विदेश के अनेकों भक्त-श्रद्धालु श्रीराधा-कृष्ण की महिमा से ओतप्रोत भजनों पर नाचते-झूमते हुए साथ चल रहे थे।

व्यासपीठ से प्रख्यात धर्मगुरु डॉ. अनुराग कृष्ण पाठक महाराज ने सभी भक्तों-श्रद्धालुओं को श्रीमद्भागवत महापुराण के महात्म्य की कथा श्रवण कराते हुए कहा कि अखिल कोटि ब्रह्माण्ड नायक परब्रह्म परमेश्वर भगवान श्रीकृष्ण का शब्द स्वरूप ग्रंथ श्रीमद्भागवत महापुराण साक्षात कल्पवृक्ष के समान है।इसका आश्रय लेने वाले व्यक्ति की सभी मनोकामनाएं पूर्ण होती हैं।साथ ही उनके सभी पापों का क्षय हो जाता है।

उन्होंने कहा कि श्रीमद्भागवत में समस्त धर्म ग्रंथों का समावेश है।क्योंकि महर्षि वेदव्यासजी महाराज ने सभी ग्रंथों की रचना करने के बाद श्रीमद्भागवत महापुराण की रचना की थी।इसीलिए इसे पंचम वेद माना गया है।वस्तुतः मनुष्य की मोक्ष प्राप्ति का यदि कोई सर्वोत्तम मार्ग है, तो वो श्रीमद्भागवत महापुराण है।

इस अवसर पर प्रमुख समाजसेवी पण्डित राधाकृष्ण पाठक, प्रख्यात साहित्यकार "यूपी रत्न" डॉ. गोपाल चतुर्वेदी, पूर्व प्राचार्य डॉ. रामसुदर्शन मिश्र, आचार्य मनीश शुक्ला, डॉ. राधाकांत शर्मा, कार्यक्रम के मुख्य यजमान अशोक कुमार अग्रवाल श्रीमती ऊषा अग्रवाल, शिल्पी अग्रवाल, सौरभ अग्रवाल आदि के अलावा विभिन्न क्षेत्रों के तमाम गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

झारखंड के तीन शोध विशेषज्ञों ने निकाला अपशिष्ट कोयले को कंक्रीट में बदलने का फार्मूला

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड -झारखंड

रांची ,कोयला खनन से निकलने वाले अपशिष्ट, जिसे अब तक पर्यावरण के लिए गंभीर समस्या माना जाता रहा है, अब निर्माण क्षेत्र में क्रांति ला सकता है. कोयले के कचरे को कंक्रीट की ताकत में बदलने में शोधकर्ताओं को बड़ी सफलता मिली है. इस नई तकनीक से न केवल मजबूत कंक्रीट तैयार किया जा सकेगा, बल्कि धनबाद और झरिया जैसे इलाकों में पहाड़ का रूप ले चुके ओवरबर्डन ओबी के ढेर भी उपयोगी संसाधन में बदल सकेंगे.

यह उल्लेखनीय रिसर्च तीन विशेषज्ञों की एक टीम ने विकसित की है, जिसमें एक जियोलॉजिस्ट, एक सिविल इंजीनियर और एक केमिस्ट शामिल हैं. इस टीम में डॉ. पी. गोपीनाथन जियोलॉजिस्ट मुस्ताक अंसारी सिविल इंजीनियर और वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. एम.एस. संतोष केमिस्ट शामिल हैं. यह रिसर्च हाल ही में प्रतिष्ठित अंतरराष्ट्रीय जर्नल लैंड डिग्रेडेशन एंड डेवलपमेंट वाइली, 2025 में प्रकाशित हुई है. जिससे इसकी वैज्ञानिक प्रमाणिकता और वैश्विक महत्व भी साबित होता है.

वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. एम.एस. संतोष ने बताया कि यह शोध ग्रीन कंस्ट्रक्शन मटीरियल और सर्कुलर इकॉनमी सॉल्यूशंस की दिशा में भारत का एक महत्वपूर्ण कदम है. उन्होंने कहा कि देश में कोयले की धूल और माइनिंग वेस्ट

लंबे समय से औद्योगिक विकास का प्रतीक तो रहे हैं, लेकिन साथ ही पर्यावरणीय क्षति का बड़ा कारण भी बने हैं. हमारी टीम ने ओवरबर्डन को कंक्रीट में नेचुरल एग्रीगेट्स के सस्टेनेबल विकल्प के रूप में इस्तेमाल करने का नया तरीका खोजा है

डॉ. संतोष के अनुसार, धनबाद क्षेत्र में ओबी के कारण बने कृत्रिम पहाड़ अब निर्माण सामग्री का स्रोत बन सकते हैं, जिससे पर्यावरणीय दबाव भी कम होगा और संसाधनों का बेहतर उपयोग संभव होगा. 48 एमपीए की जबरदस्त कम्प्रेसिव स्ट्रेंथ इस रिसर्च में शामिल सिविल इंजीनियर मुस्ताक अंसारी ने बताया कि माइनिंग वेस्ट से तैयार कंक्रीट ने 48 एमपीए की कम्प्रेसिव स्ट्रेंथ हासिल की है, जो कि मिक्स डिजाइन एम-30 के मानकों से भी अधिक है. यह परिणाम तब सामने आया जब कंक्रीट में नेचुरल स्टोन एग्रीगेट्स को पूरी तरह ओवरबर्डन से बदल दिया गया.

उन्होंने बताया कि इससे यह साबित होता है कि ओवरबर्डन से बना कंक्रीट मजबूती और स्थिरता के मामले में पारंपरिक कंक्रीट के बराबर, बल्कि कई मामलों में बेहतर है. स्टडी के अनुसार, इस तकनीक के इस्तेमाल से नेचुरल एग्रीगेट्स की मांग 30 से 50 प्रतिशत तक कम हो सकती है. इससे लाखों टन वर्जिन पत्थरों की बचत होगी और खनन गतिविधियों से होने वाले भूमि क्षरण में भी भारी कमी आएगी

रिसर्च टीम ने भारत के सबसे पुराने और सबसे अधिक प्रभावित माइनिंग क्षेत्रों में से एक झरिया कोलफील्ड से 5 टन से अधिक ओवरबर्डन चट्टानों के सैंपल एकत्र किए. इन सैंपल्स की गहन जांच जियोटेक्निकल, जियोलॉजिकल और केमिकल कैरेक्टराइजेशन के माध्यम से की गई.जांच में पाया गया कि ओवरबर्डन मिनरल्स से भरपूर है. इसमें क्वार्ट्ज, काओलिनाइट, हेमाटाइट और कैल्साइट जैसे खनिज प्रचुर मात्रा में मौजूद हैं, जो कंक्रीट निर्माण में इस्तेमाल होने वाले सामान्य पत्थर के एग्रीगेट्स की तरह ही व्यवहार करते हैं.

माइनिंग वेस्ट को रिसोर्स के रूप में देखने की सोच वैज्ञानिकों का कहना है कि यह सफलता माइनिंग वेस्ट को देखने के नजरिए को पूरी तरह बदल देती है. अब तक जिसे केवल बेकार मलबा और पर्यावरण के लिए खतरा माना जाता था, वह अब उपयोगी संसाधन बन सकता है. केमिस्ट्री, जियोलॉजी और सिविल इंजीनियरिंग के संयुक्त दृष्टिकोण से यह साबित हुआ है कि विज्ञान के जरिए वहां भी मूल्य सृजन संभव है, जहां पहले सिर्फ नुकसान दिखाई देता था

टीम का मानना है कि इस रिसर्च का गहरा प्रतीकात्मक महत्व भी है. जिन कोयला खदानों ने कभी धरती को नुकसान पहुंचाया, वो अब धरती को फिर से मजबूत, टिकाऊ और पर्यावरण के अनुकूल बनाने में मदद कर सकता हैं. यह तकनीक भविष्य में भारत के निर्माण क्षेत्र और पर्यावरण संरक्षण दोनों के लिए मील का पत्थर साबित हो सकती है.

"विकास के नाम पर विनाश का रास्ता"

पिंकी कुंडू

भारत की सबसे प्राचीन पर्वतमाला अरावली आज अपने अस्तित्व की सबसे बड़ी लड़ाई लड़ रही है। हाल ही में सुप्रीम कोर्ट के एक निर्देश के बाद 100 मीटर से कम ऊँचाई वाली पहाड़ियों को "पहाड़" न मानने की व्याख्या सामने आई है, जिसने अरावली के विशाल भूभाग को कानूनी संरक्षण से बाहर करने का खतरा पैदा कर दिया है। यह केवल शब्दों का खेल नहीं है, बल्कि इसके दूरगामी परिणाम राजस्थान, हरियाणा, दिल्ली और पूरे उत्तर-पश्चिम भारत के पर्यावरणीय भविष्य को सीधे प्रभावित करने वाले हैं।

अरावली पर्वतमाला लगभग 692 किलोमीटर तक गुजरात से लेकर दिल्ली तक फैली है और इसे लगभग तीन अरब वर्ष पुरानी पर्वत श्रृंखला माना जाता है। इसका दो-तिहाई हिस्सा राजस्थान में स्थित है, जहाँ यह जलवायु संतुलन, वर्षा चक्र और भूजल रिचार्ज की रीढ़ के रूप में कार्य करती है। विशेषज्ञ मानते हैं कि यदि अरावली न होती, तो पश्चिमी, मध्य और दक्षिण भारत का बड़ा भूभाग रेगिस्तान में बदल चुका होता। ऐसे में इस प्राकृतिक ढाल को कमजोर करना दीर्घकालिक पर्यावरणीय आत्मघात से कम नहीं है।

फॉरेस्ट सर्वे ऑफ इंडिया के आँकड़े इस संकट की गंभीरता को और स्पष्ट करते हैं। देश में मैप की गई 12,081 पहाड़ियों में से केवल 1,048 यानी महज 8.7 प्रतिशत ही 100 मीटर की ऊँचाई के मानक पर खरी उतरती हैं। इसका सीधा अर्थ यह है कि अरावली का लगभग 90 प्रतिशत हिस्सा इस नई व्याख्या के बाद कानूनी सुरक्षा खो सकता है। यह स्थिति खनन, रियल एस्टेट और निजी परियोजनाओं के लिए रास्ता खोलती है, जबकि पर्यावरण और स्थानीय समुदायों के लिए यह विनाश का संकेत है।

अरावली केवल पहाड़ियों की श्रृंखला नहीं है। यह 300 से अधिक जीव-जंतुओं और पक्षियों का प्राकृतिक आवास है, लाखों पशुपालकों के लिए चारागाह है और बनास, साबरमती तथा लूणी जैसी नदियों का उद्गम स्थल भी है। इसकी चट्टानी संरचना वर्षा जल को रोककर उसे जमीन के भीतर पहुँचाती है, जिससे पूरे क्षेत्र में भूजल रिचार्ज होता है। पहले से ही जल संकट से जूझ रहे पश्चिमी राजस्थान के लिए अरावली का कमजोर होना सूखे को स्थायी बना देने जैसा होगा।

सरकार की पर्यावरण नीति की वास्तविक तस्वीर जोजरी नदी की उपेक्षा और खेजड़ी वृक्षों के साथ हो रहे व्यवहार से भी साफ होती है। खेजड़ी, जिसे राजस्थान का राज्य वृक्ष माना जाता है और जो रेगिस्तानी पारिस्थितिकी तंत्र की जीवनरेखा है, आज योजनाबद्ध कटाई का शिकार बन रहा है। सरकारी आँकड़ों और जमीनी आकलनों के अनुसार, सोलर परियोजनाओं और औद्योगिक लीज़ के नाम पर अब तक लगभग 26 लाख खेजड़ी पेड़ काटे जा चुके हैं, जबकि आने वाले समय में करीब 50 लाख और खेजड़ी पेड़ों की कटाई की तैयारी की जा रही है। सबसे चिंताजनक पहलू यह है कि एक पूर्ण विकसित खेजड़ी पेड़ के साथ अन्य पेड़ो को तैयार होने में लगभग 100 वर्ष लगते हैं, जिससे मरुस्थल के इस अनमोल पारिस्थितिकी तंत्र पर दीर्घकालिक और गंभीर प्रभाव पड़ सकता है।

एक पेड़ औसतन 1,200 किलोलीटर ऑक्सीजन प्रतिवर्ष

देता है। इस आधार पर, जो 26 लाख पेड़ काटे गए, वे हर साल लगभग 25 करोड़ किलोलीटर ऑक्सीजन प्रदान करते थे जो अब पूरी तरह बंद हो चुकी है। पेड़ों के कटने और बड़े पैमाने पर ऊर्जा परियोजनाओं की स्थापना के कारण तापमान में 3 से 4 डिग्री तक वृद्धि दर्ज की गई है। पर्यावरणविदों के अनुसार, पश्चिमी राजस्थान में बारिश कम होने का यह एक प्रमुख कारण बन गया है। तापमान बढ़ने और आवास नष्ट होने के चलते रेगिस्तान के कई छोटे जीव भी विलुप्ति के कगार पर पहुँच गए हैं। जबकि यही पारिस्थितिकी तंत्र है जो न्यूनतम पानी में पनपता है, मिट्टी को बाँधकर मरुस्थलीकरण को रोकता है, पशुओं के लिए चारा देता है और स्थानीय ग्रामीण अर्थव्यवस्था का आधार है।

विडंबना यह है कि सुप्रीम कोर्ट ने अतीत में अरावली की रक्षा के लिए ऐतिहासिक भूमिका निभाई है। 1990 के दशक से लेकर एम.सी. मेहता बनाम यूनियन ऑफ इंडिया जैसे मामलों में कोर्ट ने राजस्थान और हरियाणा में अनियंत्रित खनन पर रोक लगाई और यह स्वीकार किया कि इससे होने वाला पर्यावरणीय नुकसान अपूरणीय है। ऐसे में आज उसी अरावली को कमजोर करने वाली व्याख्या सामने आना न केवल चिंताजनक है, बल्कि न्यायिक परंपरा के भी विपरीत प्रतीत होता है।

और भी चिंताजनक तथ्य यह है कि जिस मंत्रालय ने कोर्ट में अरावली की परिभाषा से जुड़े तथ्यों को प्रस्तुत किया है, उसके मंत्री स्वयं अरावली क्षेत्र से निर्वाचित होकर संसद तक पहुँचे हैं। यह सवाल उठना स्वाभाविक है कि क्या राजस्थान का पारिस्थितिकी तंत्र इतना सस्ता है कि बाहरी कंपनियाँ आएँ, पहाड़ और पेड़ काटें और मुनाफा समेटकर चली जाएँ। क्या सरकार यह मान चुकी है कि जनता को भ्रमित कर किसी भी प्रकार के पर्यावरण विरोधी निर्णय पारित कराए जा सकते हैं।

साथ ही एक तरफ सरकार द्वारा अरावली पर्वतमाला के संरक्षण व इसे हरित बनाये रखने के उद्देश्य से बजट 2025–26 में, 250 करोड़ रुपये राशि की 'हरित अरावली विकास परियोजना शुरू करने की घोषणा करी गई थी। दूसरी तरफ उसी अरावली पर्वतमाला को अब खनन के लिए सौंपा जा रहा है। ये विडंबना नहीं है तो क्या है?

अरावली वह प्राकृतिक दीवार है जो पश्चिम से आने वाली जानलेवा लू और थार रेगिस्तान को पूर्वी राजस्थान, दिल्ली और उत्तर प्रदेश के उपजाऊ मैदानों में प्रवेश करने से रोकती है। इस दीवार को कमजोर करना आने वाली पीढ़ियों के भविष्य के साथ सीधा खिलवाड़ है।

कुल मिलाकर, अरावली और खेजड़ी दोनों पर हो रहा यह हमला विकास नहीं, बल्कि विनाश की राजनीति है। यह फैसला खनन माफियाओं और कॉरपोरेट हितों को बढ़ावा देने जैसा है, जबकि पर्यावरण, ग्रामीण आजीविका और भविष्य की पीढ़ियों को इसकी भारी कीमत चुकानी पड़ेगी। इतिहास ऐसे फैसलों को न तो भूलता है और न ही माफ करता है। सरकार को अब स्पष्ट करना होगा कि वह विकास चाहती है या विनाश क्योंकि प्रकृति के साथ किया गया अन्याय अंततः समाज को ही लौटकर मिलता है।

माननीय सर्वोच्च न्यायालय से विनम्र आग्रह है कि इस विषय पर पुनर्विचार किया जाए और आमजन से भी अपील है कि इस लड़ाई को केवल पहाड़ों की नहीं, बल्कि अपने भविष्य की लड़ाई समझकर अपनी आवाज बुलंद करें। इतिहास ऐसे फैसलों को न भूलता है, न माफ करता है और प्रकृति के साथ किया गया अन्याय अंततः समाज को ही लौटकर मिलता है।

सांसें गिन रही है देव नदी- पानी नहीं, रेत का अवैध परिवहन जारी - डॉ यादव

एक समय था जब सालभर देव नदी में पानी भरा रहता था। नदी के दोनों किनारे हरियाली से लहलहाते थे। किसानों की आर्थिक समृद्धि में देव नदी की अहम भूमिका थी। लेकिन ऊपर की ओर झारखंड में बने बैराज के कारण और नदी के पुनरुद्धार के लिए कोई ठोस कदम न उठाए जाने से अब यह नदी मरने की कगार पर पहुंच गई है

परिवहन विशेष न्यूज

राउरकेला: झारखंड के पश्चिम सिंहभूम जिले के गम्हारिया से निकलने वाली देव नदी सुंदरगढ़ जिले के नुआगांव और कुआरमुंडा ब्लॉक के लोगों के लिए जीवनरेखा रही है। लगभग 56 किलोमीटर की दूरी तय करने के बाद यह नदी राउरकेला के झिरपानी के पास कोयल नदी में मिल जाती है। एक समय था जब सालभर देओ नदी में पानी भरा रहता था और नदी के दोनों किनारे फसलों से हरे-भरे रहते थे। किसानों की आर्थिक उन्नति में देओ नदी की महत्वपूर्ण भूमिका थी।

ऊपर की ओर से झारखंड के बैराज का जाल - ऊपरी क्षेत्र में झारखंड में बने बैराज के कारण संकट में पड़ी देओ नदी के पुनरुद्धार के लिए कोई ठोस कदम नहीं उठाए जाने से यह नदी धीरे-धीरे सूखती जा रही है। बरसात के मौसम को छोड़ दें तो साल के बाकी समय नदी में पानी नहीं रहता। कहीं-कहीं बहुत पतली जलधारा ही दिखाई देती है। नदी के एक किनारे नुआगांव ब्लॉक की 20 पंचायतों में से 12 से अधिक पंचायतों के लोग खेती के लिए इसी नदी पर निर्भर हैं।

दूसरी ओर, कुआरमुंडा ब्लॉक की 4–5 पंचायतों के लोग रबी और खरीफ दोनों मौसमों में नदी के पानी का उपयोग करते हैं। नदी किनारे बसे लगभग 75 प्रतिशत ग्रामीण खेती करके अपनी आजीविका चलाते थे। लेकिन अब 12 प्रतिशत भूमि भी सिंचित नहीं हो पा रही है। नुआगांव में खरीफ मौसम में केवल 24 प्रतिशत और रबी मौसम में मात्र 8 प्रतिशत भूमि की ही सिंचाई संभव हो पा रही है। नुआगांव सब्जी उत्पादन के लिए सुंदरगढ़ जिले में अग्रणी माना जाता है।

स्थानीय किसानों का कहना है कि यदि देव नदी में पर्याप्त पानी रहता तो और भी अधिक भूमि पर सब्जियों की खेती की जा सकती थी। फिलहाल पानी के अभाव में नदी किनारे की अधिकांश जमीन बंजर पड़ी हुई है। इतना ही नहीं, खनन विभाग से लीज न मिलने के बावजूद दिन-रात बेधड़क अवैध रूप से रेत का परिवहन किया जा रहा है। रेत माफिया देओ नदी से रेत उठाते रहे हैं, लेकिन उनके खिलाफ कोई ठोस कार्रवाई नहीं की जा रही है, जिससे नदी के अस्तित्व पर और अधिक खतरा मंडरा रहा है।

सिंचाई विभाग द्वारा खेतों तक पानी पहुंचाने के लिए लिम्डा पंचायत के अंतर्गत कुंडा के पास एक पंप हाउस लगाया गया है।

सूखती जा रही है देव -

पानी न होने के कारण यह पंप हाउस किसानों के किसी काम का नहीं रह गया है। देओ नदी के सूखते पानी को रोकने के लिए लुकुमबेड़ा पंचायत के गुपुर क्षेत्र में पिछले दो वर्षों से बैराज निर्माण का कार्य चल रहा है, लेकिन आज तक यह पूरा नहीं हो सका है। कहा जा रहा है कि बैराज का निर्माण पूरा होने के बाद पहले की तरह किसान देओ नदी से सिंचाई के लिए पानी प्राप्त कर सकेंगे।

वहीं डॉ यादव ने प्रशासन को चेतावनी देते हुए कहा कि "रेत माफियाओं के भेंट चढ़ रही देव नदी और यदि राज्य सह केंद्र सरकार रेत माफियाओं के नकेल कसने के साथ देव नदी के पुनरुद्धार के साथ-साथ निर्माणाधीन बैराज का कार्य शीघ्र पूरा नहीं करती है, तो देव नदी के लिए आने वाले दिन और भी अधिक पीड़ादायक साबित होंगे इसलिये सरकार को गंभीरतापूर्वक इस ओर विचार ही नहीं अपितु ठोस कदम उठाने की आवश्यकता है।

डीयू कुलपति प्रो. योगेश सिंह को मिला एआईसीटीई के चेयरमैन का अतिरिक्त पदभार

परिवहन विशेष न्यूज

दिल्ली विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. योगेश सिंह को अखिल भारतीय तकनीकी शिक्षा परिषद (एआईसीटीई) के चेयरमैन पद का अतिरिक्त प्रभार सौंपा गया है। गौरतलब है कि एआईसीटीई के चेयरमैन प्रो. टी. जी. सीताराम का कार्यकाल 20 दिसंबर, 2025 को पूरा होने का पश्चात उन्हें कर्तव्यों से मुक्त किया गया था। भारत सरकार के शिक्षा मंत्रालय द्वारा सोमवार को जारी पत्र के अनुसार प्रो. योगेश सिंह की नियुक्ति एआईसीटीई के रेगुलर चेयरमैन की नियुक्ति होने तक या अगले आदेश तक की गई है।

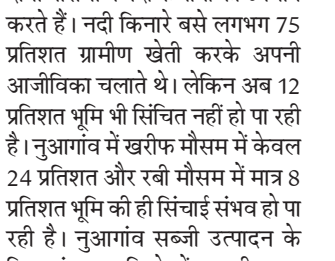
प्रो. योगेश सिंह बेहतरीन प्रशासनिक क्षमता वाले जाने माने शिक्षाविद हैं, जो अक्तूबर, 2021 से दिल्ली विश्वविद्यालय के कुलपति हैं। इसके साथ ही वह नेशनल काउंसिल फॉर टीचर एजुकेशन के चेयरपर्सन भी रहे हैं। अगस्त 2023 में उन्हें स्कूल ऑफ प्लानिंग एंड आर्किटेक्चर (एसपीए) के निदेशक का भी अतिरिक्त प्रभार सौंपा गया था। प्रो. योगेश सिंह वह 2015 से 2021 तक दिल्ली प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय के कुलपति रहे; 2014 से 2017 तक नेताजी सुभाष इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी, दिल्ली के निदेशक रहे और उससे पहले 2011 से 2014 तक वह महाराजा सयाजीराव विश्वविद्यालय, बड़ौदा (गुजरात) के कुलपति रहे हैं। उन्होंने नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी, कुरुक्षेत्र से कंप्यूटर इंजीनियरिंग में पीएचडी की डिग्री प्राप्त की है। सॉफ्टवेयर इंजीनियरिंग के क्षेत्र में क्वालिटी टीचिंग, इनोवेशन और रिसर्च में उनका शानदार ट्रैक रिकॉर्ड है।

अमृतसर में ड्रोन के द्वारा भेजी गई 12 किलोग्राम हेरोइन की खेप बरामद

अमृतसर, 23 दिसंबर (साहिल बेरी)

मुख्यमंत्री भगवंत सिंह मान के निर्देशानुसार पंजाब को सुरक्षित बनाने के लिए चलाई गई मुहिम के दौरान बड़ी सफलता हासिल करते हुए, एंटी-नारकोटिक्स टास्क फोर्स (एएनटीएफ) बॉर्डर रेंज द्वारा सीमा सुरक्षा बल (बीएसएफ) के तालमेल से गांव डालेके, लोपोके, अमृतसर के निकट से लगभग 12.050 किलोग्राम हेरोइन बरामद की गई है। यह जानकारी आज यहां डायरेक्टर जनरल ऑफ पुलिस (डीजीपी) पंजाब गौरव यादव ने दी।

डीजीपी ने कहा कि पहचाने गए संवेदनशील स्थानों की नियमित गश्त के दौरान, डालेके गांव के क्षेत्र के निकट खेतों में ड्रोन की मौजूदगी के बारे में सूचना मिली।



उन्होंने बताया कि इस सूचना पर तुरंत कार्रवाई करते हुए एसपी गुरप्रीत सिंह की निगरानी में एएनटीएफ की संयुक्त टीमों ने संदिग्ध स्थान की योजनाबद्ध तलाशी ली। उन्होंने बताया कि इस दौरान, गांव डालेके के निकट खेतों से हेरोइन की एक खेप बरामद की गई। बरामद नशीले पदार्थ का कुल वजन, जिसमें पैकेजिंग सामग्री भी शामिल है, 12.050 किलोग्राम पाया गया। अधिक विवरण साझा करते हुए, एसपी एएनटीएफ गुरप्रीत सिंह ने बताया कि तकनीकी सबूतों और खुफिया मानवीय जानकारी के आधार पर इस मामले के आगे-पीछे के संबंधों का पता लगाने के लिए प्रारंभिक जांच जारी है। उन्होंने बताया कि संदिग्ध व्यक्तियों, जिनके द्वारा संभावित रूप से यह खेप प्राप्त की जानी थी, की पहचान कर ली गई है और उन्हें पकड़ने के लिए छापेमारी की जा रही है। इस संबंध में एफआईआर नंबर 321 दिनांक 22/12/2025 को थाना एएनटीएफ में एनडीपीएस एक्ट की धारा 21(सी) और 29 के तहत दर्ज की गई है।

करोल बाग में जन कल्याण चैरिटेबल ट्रस्ट द्वारा 29 दिसंबर को नि:शुल्क विशेष स्वास्थ्य जांच शिविर

परिवहन विशेष न्यूज

नई दिल्ली। जन कल्याण चैरिटेबल ट्रस्ट द्वारा दिव्यांगों एवं 55 वर्ष से अधिक आयु की महिलाओं के लिए एक विशेष निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर, चिकित्सक परामर्श एवं डायग्नोस्टिक कैंप का आयोजन किया जा रहा है। यह शिविर सोमवार, 29 दिसंबर 2025 को जन कल्याण चैरिटेबल हॉस्पिटल, करोल बाग में आयोजित होगा।

ट्रस्ट की ओर से जारी जानकारी के अनुसार शिविर का समय प्रातः 9 बजे से दोपहर 1 बजे तक रहेगा, जबकि पंजीकरण सुबह 8:30 बजे से प्रारंभ होगा। शिविर में दिव्यांग मरीजों को आवश्यकता अनुसार कृत्रिम अंगों का निःशुल्क वितरण भी किया जाएगा।

शिविर में शुगर व ब्लड प्रेशर जांच, सभी आवश्यक लैब टेस्ट (FNAC सहित), ईएनटी जांच, नेत्र परीक्षण, आवश्यकतानुसार निःशुल्क ऑपरेशन एवं चश्मा, स्त्री रोग परामर्श, दंत परीक्षण व उपचार (इम्प्लांट को छोड़कर), अल्ट्रासाउंड, हड्डी एवं जोड़ रोग परीक्षण (BMD, Neuropathy, Uric Acid) तथा जनरल फिजिशियन द्वारा परामर्श की सुविधा उपलब्ध कराई जाएगी।

इस अवसर पर नेत्र रोग, मेडिसिन, हड्डी रोग, स्त्री रोग, ईएनटी, डेंटल, त्वचा रोग, फिजियोथेरेपी एवं अल्ट्रासाउंड विभागों के अनुभवी विशेषज्ञ चिकित्सक अपनी सेवाएँ प्रदान करेंगे।

स्वास्थ्य शिविर के सफल आयोजन में K.L. Traders, Sim and Scan (Advocate), Jiwan Mal Nahata Memorial Trust एवं Cool Care Component सहयोगी संस्थाओं के रूप में सहभागिता कर रहे हैं।

ट्रस्ट ने स्पष्ट किया है कि पंजीकरण के समय मूल आधार कार्ड एवं उसकी एक फोटोकॉपी अनिवार्य होगी तथा आधार सत्यापन के बाद ही पंजीकरण मान्य होगा।

जन कल्याण चैरिटेबल ट्रस्ट के प्रधान, महासचिव एवं कार्यकारिणी सदस्यों ने अपील की है कि पात्र नागरिक इस निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर का अधिक से अधिक लाभ उठाएँ और अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरूक बनें।

वीर विनायक दामोदर सावरकर : एक उपेक्षित लेकिन अद्वितीय राष्ट्रवादी व्यक्तित्व...

परिवहन विशेष न्यूज

भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन के इतिहास में कुछ नाम ऐसे हैं, जिनका योगदान समय-समय पर विवादों में घिरा रहा है। वीर विनायक दामोदर सावरकर भी उन्हीं में से एक हैं। आज आवश्यकता है भावनाओं और आरोपों से ऊपर उठकर, उनके जीवन और कार्यों को तथ्यों के आधार पर समझने की।

कुछ वर्गों द्वारा यह तर्क दिया जाता है कि अंग्रेजों से संघर्ष करने वाले ही देशभक्त थे, और जिन्होंने दया याचिकाएँ लिखीं वे देशद्रोही। लेकिन इतिहास केवल एक पंक्ति में नहीं लिखा जाता — उसे पूरे संदर्भ के साथ पढ़ना पड़ता है।

पहले सावरकर को जानिए

1. 1901 में, ब्रिटेन की महारानी विक्टोरिया की मृत्यु पर देशभर में शोक सभाएँ आयोजित हो रही थीं। उस समय नासिक में सावरकर ने इसका विरोध करते हुए प्रश्न उठाया कि विदेशी शासन की प्रतीक रानी के लिए भारत में शोक क्यों?

2. 1902 में, ब्रिटिश सम्राट एडवर्ड सप्तम के राज्याभिषेक के उत्सव के विरोध में त्र्यंबकेश्वर में पोस्टर लगाकर उन्होंने जनता से अपील की — "गुलामी का उत्सव मत मनाओ।"

3. 7 अक्टूबर 1905 को पुणे में विदेशी वस्त्रों की होली जलाने की पहल सबसे पहले वीर सावरकर ने की।

4. इस साहसिक कदम की सराहना लोकमान्य बाल गंगाधर तिलक ने 'केसरी' पत्र में की और उनकी तुलना शिवाजी महाराज से की।

5. इसी मार्ग पर वर्षों बाद 1921 में महात्मा गांधी ने विदेशी वस्त्रों के बहिष्कार का आंदोलन चलाया।

6. विदेशी वस्त्र दहन के कारण 1905 में सावरकर को फर्ग्यूसन कॉलेज, पुणे से निष्कासित कर दिया गया। इस निर्णय के विरोध में छात्रों ने हड़ताल की और तिलक ने सावरकर के समर्थन में संपादकीय लिखा।

7. 1909 में इंग्लैंड में बैरिस्टर की परीक्षा उत्तीर्ण करने के बाद भी, ब्रिटिश राजा के प्रति निष्ठा की शपथ न लेने के कारण उन्हें औपचारिक उपाधि नहीं दी गई।

8. सावरकर ने 1857 के विद्रोह को "गदर" नहीं, बल्कि "1857 का प्रथम स्वातंत्र्य समर" सिद्ध करते हुए ऐतिहासिक ग्रंथ लिखा।

9. इस पुस्तक पर ब्रिटिश सरकार ने प्रकाशित होने से पहले ही प्रतिबंध लगा दिया।

10. यह पुस्तक विदेशों में प्रकाशित हुई और बाद में भारत में क्रांतिकारियों द्वारा प्रसारित की गई। भगत सिंह जैसे क्रांतिकारियों के बीच यह प्रेरणास्रोत बनी।

11. 8 जुलाई 1910 को, भारत लाए जाते समय सावरकर ने समुद्री जहाज से छलांग लगाकर फ्रांस की सीमा में पहुँचने का साहसिक प्रयास किया।

12. उनका मुकदमा अंतरराष्ट्रीय न्यायालय (हेग) में चला, परंतु राजनीतिक कारणों से उन्हें न्याय नहीं मिला।

13. अंग्रेजी शासन ने उन्हें दो आजीवन कारावास (कुल 50 वर्ष) की सजा सुनाई — यह दंड अपने आप में अभूतपूर्व था।

14. काला पानी की कठोर सजा के दौरान उन्होंने कोल्हू चलाकर वर्षों तक अमानवीय यातनाएँ सहीं।

15. सेल्युलर जेल में उन्होंने कविताएँ और विचार रचे, जिन्हें दीवारों पर लिखकर और कंठस्थ रखकर सुरक्षित रखा।

16. स्वतंत्रता के बाद भी उनकी कई पुस्तकों पर वर्षों तक प्रतिबंध रहा।

17. सावरकर ने "हिंदू" की सांस्कृतिक परिभाषा देते हुए राष्ट्र, भूमि और सभ्यता को जोड़कर देखा।

18. 1948 में गांधी हत्या के आरोप में उन्हें हिरासत में लिया गया, परंतु न्यायालय द्वारा आरोप निराधार पाए जाने पर उन्हें सम्मानपूर्वक रिहा किया गया।

19. उनके राष्ट्रवादी विचारों से न केवल ब्रिटिश सत्ता, बल्कि स्वतंत्रता के बाद की सरकारें भी असहज रहीं।

20. 26 फरवरी 1966 को उनके निधन पर संसद में शोक प्रस्ताव तक पर विवाद हुआ।

21. वर्षों बाद, 2003 में, उसी संसद भवन में उनकी प्रतिमा स्थापित की गई।

22. संसद में उनका चित्र लगाए जाने का विरोध भी हुआ, लेकिन तत्कालीन राष्ट्रपति डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम ने इसे राष्ट्र के प्रति सम्मान बताते हुए अनावरण किया।

23. अंडमान की सेल्युलर जेल से उनका शिलालेख हटाया जाना भी राजनीतिक विवाद का विषय बना।

निष्कर्ष

वीर सावरकर केवल एक व्यक्ति नहीं, बल्कि एक विचार थे —

एक ऐसा विचार जिसने राष्ट्र को सर्वोपरि माना, साहित्य, इतिहास और साहस को एक साथ जोड़ा।

उनसे असहमति हो सकती है, पर उनके त्याग, साहस और योगदान को नकारा नहीं जा सकता।

आज जब उनके विचारों पर फिर से चर्चा हो रही है, तो यह इतिहास को नए सिरे से समझने का अवसर है।

वीर सावरकर देशभक्तों के लिए हमेशा 'वीर' रहेंगे।

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