

आज का सुविचार
त्याग के बिना कुछ भी पाना संभव नहीं है, एक सांस लेने के लिए भी एक सांस छोड़नी पड़ती है।

03 श्रीदुर्गा - स्तोत्र ॥ (हिंदी अर्थ सहित)

06 डिजिटल संसार में सेहत के जोखिम

08 भारत की प्राचीन ज्ञान परंपराओं को नया जीवन देने की दिशा में एक बड़ा कदम सामने आया

दिल्ली में ई-रिक्शा पंजीकरण: बिना लाइसेंस के रफतार, जनता की जान पर वार ?

एक ही ड्राइविंग लाइसेंस पर कई - कई ई - रिक्शा, हजारों वाहन बिना लाइसेंस और बिना पंजीकरण - क्या दिल्ली की सड़कें प्रयोगशाला बन चुकी हैं?

संजय कुमार बाठला

ई-रिक्शा: कानून, आदेश और तथ्य:-
ई-रिक्शा: कानून बनाम जमीनी हकीकत

1. प्रमुख कानूनी प्रावधान केंद्रीय मोटर यान नियमों में ई-रिक्शा/ई-कार्ट के लिए न्यूनतम 10 दिन का प्रशिक्षण और प्रशिक्षण प्रमाणपत्र के साथ ड्राइविंग लाइसेंस का प्रावधान किया गया है (नियम 8A व संबंधित संशोधन)।

* ई-रिक्शा के लिए पंजीकरण करते समय रोड - वर्दीनेस सर्टिफिकेट, बिन्नी प्रमाणपत्र और अन्य मानक कागजात अनिवार्य किए गए हैं, ताकि केवल प्रमाणित मॉडल ही सड़कों पर उतरें।

2. दिल्ली परिवहन विभाग के हालिया आदेश 25 अप्रैल 2022 के आदेश के तहत दिल्ली में ई-रिक्शा खरीदने और पंजीकरण के लिए "स्थायी ड्राइविंग लाइसेंस" अनिवार्य कर दिया गया; लॉगिंग लाइसेंस पर बिन्नी-पंजीकरण की सुविधा समाप्त की गई।

* इसी आदेश के बाद विभाग ने बिना लाइसेंस या केवल लॉगिंग लाइसेंस पर चल रहे ई-रिक्शा पकड़ने के लिए विशेष अभियान चलाया, जिसमें एक ही दिन की कार्रवाई में 235 से अधिक ई-रिक्शा जब्त किए गए और माना गया कि बड़ी संख्या बिना स्थायी लाइसेंस के चल रहे हैं।

3. उच्च न्यायालय/नीति-स्तर की पृष्ठभूमि दिल्ली उच्च न्यायालय ने 2014 में बिना पंजीकरण चल रहे ई-रिक्शाओं को अवरुद्ध कर दिया और 236 सड़कों पर ई-रिक्शा संचालन व खड़े होने पर प्रतिबंध लगाने वाले नोटिफिकेशन की पृष्ठभूमि तैयार की।

* हाल के वर्षों में अदालतों और विशेषज्ञ निकायों ने बार-बार यह प्रश्न उठाया है कि ई-रिक्शा के लिए वैध वाणिज्यिक लाइसेंस, पंजीकरण और संचालन क्षेत्रों पर सख्ती के बिना जनता की सुरक्षा सुनिश्चित नहीं हो सकती।

4. नियम-उल्लंघन और चालान के ताजा रुझान दिल्ली यातायात पुलिस और परिवहन विभाग के आंकड़ों के अनुसार, पिछले दो वर्षों में ई-रिक्शा से जुड़े उल्लंघन तीन गुना तक बढ़े हैं; 2025 तक केमरा - आधारित और मैनुअल मिलाकर लाखों चालान जारी किए गए।

* सर्वाधिक उल्लंघनों में गलत पार्किंग, नो-एंट्री / रोग साइड पर चलना, प्रतिबंधित सड़कों पर

संचालन, बिना लाइसेंस ड्राइविंग और "अनधिकृत व्यक्ति को वाहन चलाने देना" शीर्ष पाँच अपराधों में शामिल हैं।

5. जांच के मुख्य निष्कर्ष (रिपोर्टर की फील्ड-फाइंडिंग) एक ही ड्राइविंग लाइसेंस नंबर पर कई - कई ई - रिक्शाओं का पंजीकरण पाया गया, जबकि ड्राइविंग लाइसेंस व्यक्ति की योग्यता का प्रमाण है, किसी "फ्लैट" का नहीं; इससे दुर्घटना के समय जिम्मेदारी तय करना बेहद कठिन हो जाता है।

* मौके पर जांच में यह भी देखा गया कि बड़ी संख्या में ई-रिक्शा बिना स्थायी लाइसेंस, बिना अपडेटेड बीमा और बिना फिटनेस सर्टिफिकेट के चल रहे हैं; कई ड्राइवर्स के पास केवल पुराना लॉगिंग लाइसेंस या कोई दस्तावेज ही नहीं था।

* भौंडाबाड़ वाले स्कूल, अस्पताल और मेट्रो स्टेशन क्षेत्रों के आसपास ओवरलॉडिंग, गलत दिशा में चलना और अनधिकृत स्टैंड बनाना आम है, जिससे न सिर्फ ट्रैफिक जाम बढ़ता है बल्कि पैदल यात्रियों, खासकर बच्चों और बुजुर्गों की सुरक्षा पर सीधा खतरा बढ़ जाता है।

दिल्ली की सड़कों पर तेजी से बढ़ते ई - रिक्शा आम नागरिक के लिए सस्ता और सुगम सफर देते हैं, लेकिन इन्हीं वाहनों के पंजीकरण और ड्राइविंग लाइसेंस व्यवस्था में गहरी खामियों जनता की सुरक्षा पर बड़ा सवाल खड़ा कर रही हैं। एक जांच में सामने आया कि एक ही ड्राइविंग लाइसेंस पर कई - कई ई - रिक्शाओं का पंजीकरण किया गया है, जबकि बड़ी संख्या में वाहन ऐसे ड्राइवर चला रहे हैं जिनके पास स्थायी ड्राइविंग लाइसेंस ही नहीं है।

कानूनी स्थिति: लाइसेंस अनिवार्य, डील कहाँ से? केंद्र सरकार ने 2014 की अधिसूचनाओं और बाद के नियमों के जरिए ई - रिक्शा को मोटर वाहन अधिनियम के दायरे में लाते हुए ड्राइविंग लाइसेंस को अनिवार्य बनाया। ई - रिक्शा के लिए अधिकतम गति 25 किमी प्रति घंटा और सीमित सवारी संख्या जैसे सुरक्षा प्रावधान भी तय किए गए।

दिल्ली परिवहन विभाग ने 2022 के आदेश में स्पष्ट किया कि अब राजधानी में ई - रिक्शा खरीदने के लिए स्थायी ड्राइविंग लाइसेंस होना जरूरी है, लॉगिंग लाइसेंस पर बिन्नी और पंजीकरण पर रोक लगाई गई है; साथ-साथ बिना वैध लाइसेंस चल रहे ई-रिक्शाओं के खिलाफ विशेष



अभियान भी शुरू किया गया।

जांच में खुलासा: एक लाइसेंस, कई ई-रिक्शा जांच में जो तथ्य सामने आए - कि एक ही ड्राइविंग लाइसेंस नंबर पर कई - कई ई - रिक्शाओं का पंजीकरण किया गया - वे अकेले नहीं हैं; देश के कई शहरों में इसी तरह के आरोप सामने आ चुके हैं जहाँ फर्जी कागजात और मिली जुली सेंटिंग के जरिये एक लाइसेंस पर कई वाहन जोड़ दिए गए।

सामान्यतः ड्राइविंग लाइसेंस किसी व्यक्ति की ड्राइविंग योग्यता का प्रमाण होता है, न कि उसकी "फ्लैट" का; जबकि ई - रिक्शा जैसे पब्लिक सर्विस व्हीकल के लिए अपेक्षा यह रहती है कि ड्राइवर स्वयं पंजीकृत मालिक हो या उसके कागजात स्पष्ट रूप से रिकॉर्ड में हों।

एक ही लाइसेंस पर कई वाहन दर्ज होने से विंग डेटा एनालिसिस, दुर्घटना ट्रैकिंग और जिम्मेदारी तय करने की पूरी व्यवस्था संदिग्ध हो जाती है; सड़क हादसे की स्थिति में यह पता लगाना ही कठिन हो जाता है कि उस समय वास्तविक ड्राइवर कौन था और बीमा/कानूनी जवाबदेही किस पर है।

जनता के लिए कितना सुरक्षित? प्रमुख खतरे ई - रिक्शा का उद्देश्य "क्लीन और सुरक्षित अंतिम मील परिवहन" था, लेकिन बिना लाइसेंस ड्राइविंग और कागजातों की गड़बड़ी ने इसे सुरक्षा के लिए जोखिम बना दिया है।

बिना प्रशिक्षण और बिना वैध लाइसेंस के

ड्राइवर: कई रिपोर्टों और सरकारी अभियानों में सामने आया कि बड़ी संख्या में ई - रिक्शा ड्राइवर या तो लॉगिंग लाइसेंस पर सालों से चल रहे हैं या उनके पास कोई लाइसेंस ही नहीं; ऐसे ड्राइवर न तो राइट - ऑफ - वे, सिग्नल, ओवरटेकिंग और पैदल यात्रियों के अधिकारों को ठीक से समझते हैं, न ही आपात स्थिति में वाहन को नियंत्रित करने की क्षमता रखते हैं।

ओवरलॉडिंग, गलत दिशा और प्रतिबंधित मार्गों पर संचालन: दिल्ली व NCR के कई ट्रैफिक सर्वे बताते हैं कि ई - रिक्शा अक्सर निर्धारित सीट सीमा से अधिक यात्रियों को बैठाकर चलते हैं, यू - टर्न और रेड लाइट को नजर अंदाज करते हैं और मेट्रो स्टेशन - बाजारों के बाहर फुटपाथ और मुख्य सड़क के बीच "अनौपचारिक स्टैंड" बना लेते हैं, जिससे जाम और दुर्घटनाएँ बढ़ती हैं।

बिना पंजीकरण और बिना फिटनेस के वाहन: सरकारी आंकड़े मानते हैं कि दिल्ली में चल रहे लगभग आधे ई-रिक्शा या तो पंजीकृत नहीं हैं, या उनकी फिटनेस और बीमा अवधि समाप्त हो चुकी है; ऐसे वाहन दुर्घटना में शामिल होने पर पीड़ित को मुआवजा दिलाना बेहद कठिन हो जाता है।

नियामकीय हिलड़ी और संभावित भ्रष्टाचार जहाँ कानून स्पष्ट रूप से कहता है कि ई-रिक्शा के पंजीकरण के लिए वैध ड्राइविंग लाइसेंस, रोड-वर्दीनेस सर्टिफिकेट और बीमा प्रमाणपत्र आवश्यक हैं, वहीं जमीन पर देखने में

आता है कि "दलाल चक्र" और विभागीय लापरवाही मिलकर इस पूरी व्यवस्था को पंगु बना रहे हैं।

एक ही लाइसेंस पर कई वाहन दर्ज होना इस बात का संकेत है कि डेटा-एंट्री और वरिफिकेशन के स्तर पर या तो सॉफ्टवेयर सुरक्षा कमजोर है या जानबूझकर "रेड फ्लैग" को नजरअंदाज किया गया; सामान्यतः किसी RTO सॉफ्टवेयर में एक लाइसेंस पर एक से अधिक PSV पंजीकरण होने पर सिस्टम अलर्ट होना चाहिए।

ई - रिक्शा रजिस्ट्रेशन में रिश्तत और बिचौलिये: नागरिक संगठनों और सड़क सुरक्षा नेटवर्क ने कई बार रिपोर्ट किया है कि ई - रिक्शा मालिकों से रजिस्ट्रेशन नंबर और फिटनेस सर्टिफिकेट दिलाने के नाम पर मोटी रकम वसूली जाती है, जबकि फाइलें महीनों तक लंबित रहती हैं; इस "अनौपचारिक टैक्स" का नुकसान अंततः गरीब ड्राइवर और आम यात्री दोनों को झेलना पड़ता है।

प्रशासन और नीति - निर्माताओं के लिए सुझाव इस स्थिति से निकलने के लिए तत्काल और दीर्घकालिक दोनों स्तरों पर कदम उठाने होंगे, ताकि ई-रिक्शा जनता के लिए सस्ता ही नहीं, सुरक्षित भी बन सके।

सिंगल-लाइसेंस, सिंगल-ई-रिक्शा नियम: ड्राइविंग लाइसेंस नंबर के साथ केवल एक सक्रिय ई - रिक्शा पंजीकरण की अनुमति हो; यदि एक व्यक्ति बेड़ा चलाता चाहता है तो उसे "फ्लैट ओनर/ऑपरेटर" के रूप में अलग श्रेणी

में पंजीकृत किया जाए और प्रत्येक वाहन के लिए प्रशिक्षित व लाइसेंस युक्त ड्राइवर का नाम रिकॉर्ड में दर्ज हो।

डिजिटल वरिफिकेशन और रियल-टाइम फ्लैगिंग: दिल्ली परिवहन विभाग के Vahan/Sarathi सॉफ्टवेयर को इस प्रकार अपडेट किया जाए कि जैसे ही किसी लाइसेंस पर दूसरा ई-रिक्शा लिंक करने की कोशिश हो, सिस्टम ऑटोमैटिक रूप से रोक दे और अधिकारी स्तर पर जांच आवश्यक हो; साथ ही पुलिस और ट्रैफिक स्टॉफ को हेड-हेल्ड डिवाइस से मौके पर लाइसेंस और RC की क्रॉस-चेकिंग की सुविधा दी जाए।

अनिवार्य प्रशिक्षण और रिक्रेशन कोर्स: केंद्रीय मोटर वाहन नियमों में ई-रिक्शा के लिए न्यूनतम प्रशिक्षण के प्रावधान हैं, पर व्यवहार में इनकी अनदेखी होती है; दिल्ली में नगरपालिका/डीटीसी डिपो व ITI के सहयोग से अल्प-अवधि प्रशिक्षण केन्द्र बनाकर हर नए ड्राइवर को 7-10 दिन का बेसिक रोड सेफ्टी, फर्स्ट-एड और ट्रैफिक नियम प्रशिक्षण अनिवार्य किया जा सकता है।

हाई-रिस्क जोन में विशेष नियंत्रण: स्कूलों, अस्पतालों, मेट्रो स्टेशन और भौंडाबाड़ वाले बाजारों के आसपास सीमित संख्या में "लाइसेंस-लिंकड ई-रिक्शा वे" बनाए जाएँ जहाँ बिना रजिस्ट्रेशन, बिना लाइसेंस और ओवरलॉडिंग करने वाले वाहन तुरंत जब्त किए जाएँ और उनका विवरण वेबसाइट पर सार्वजनिक किया जाए।

जनहित के लिए अपील ई - रिक्शा गरीब और मध्यमवर्गीय नागरिक के लिए राहत है, लेकिन बिना लाइसेंस और बिना पंजीकरण के चलने पर ये राहत, जोखिम में बदल जाती है। जनता का अधिकार है कि जिस वाहन में वह बैठे, उसका ड्राइवर प्रशिक्षित और लाइसेंसधारी हो, वाहन पंजीकृत हो और दुर्घटना की स्थिति में कानूनी सुरक्षा उपलब्ध हो।

समय आ गया है कि दिल्ली सरकार, परिवहन विभाग, ट्रैफिक पुलिस और न्यायपालिका मिलकर ई-रिक्शा व्यवस्था को सख्त, पारदर्शी और जवाबदेह बनाएँ - ताकि "हर सफर सुरक्षित हो, और हर यात्रा की गारंटी कानून दे सके।"

टैपल आफ लिबरलाइजेशन एंड वेलफेयर अलाइड ट्रस्ट पंजीकृत
<https://tolwa.com/about.html> | tolwaindia@gmail.com, tolwadelhi@gmail.com



पूजा प्रसून

आज का साइबर सुरक्षा विचार

प्रत्येक थाने में साइबर पेट्रोलिंग और इंटेलिजेंस टीम की स्थापना समय की मांग है

है।

2. साइबर क्राइम विंग की पहल

* पुलिस महानिदेशक (डीजीपी), साइबर क्राइम विंग, तमिलनाडु पुलिस, श्री संदीप मिश्र के नेतृत्व में मुख्यालय पर एक समर्पित साइबर पेट्रोलिंग और इंटेलिजेंस टीम का गठन किया गया है।

* यह टीम कानून प्रवर्तन में एकरणनीतिक बदलाव का प्रतीक है: शिकायत मिलने के बाद कार्रवाई करने के बजाय अपराध को पहले ही रोकना।

3. टीम का कार्यक्षेत्र टीम को निम्नलिखित जिम्मेदारियाँ सौंपी गई हैं:

* निरंतर निगरानी: सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म, वेबसाइटों और ऑनलाइन मंचों पर सतत निगरानी।

* धोखाधड़ी की पहचान: फर्जी निवेश ऐप्स, धोखाधड़ी योजनाओं और भ्रामक अभियानों का पता लगाना।

* पीड़ितों का बचाव: समय रहते हस्तक्षेप कर नागरिकों को धोखाधड़ी से बचाना।

* खाते ब्लॉक करना: अवैध गतिविधियों को बढ़ावा देने वाले खातों/पेजों को निष्क्रिय करना।

* इंटेलिजेंस संग्रह: उभरते साइबर अपराध रुझानों और तरीकों पर उपयोगी जानकारी तैयार करना।

* सहयोग: राष्ट्रीय और राज्य स्तरीय एजेंसियों के साथ जानकारी साझा कर समन्वित कार्रवाई।

4. उपलब्धियाँ टीम ने अब तक उल्लेखनीय सफलता हासिल की है:

* 1,212 संभावित पीड़ितों को बचाया गया

* 200 पीड़ित तमिलनाडु से

* 1,012 पीड़ित अन्य राज्यों से

* 1,507 सोशल मीडिया खातों और पेजों को ब्लॉक किया गया, जो फर्जी निवेश ऐप्स और धोखाधड़ी योजनाओं को बढ़ावा दे रहे थे।

* संगठित साइबर धोखाधड़ी नेटवर्क को बाधित कर उनके प्रसार को कम किया गया।

5. रणनीतिक महत्व

* प्रोएक्टिव पुलिसिंग:

शिकायत - आधारित कार्रवाई से हटकर रोकथाम आधारित हस्तक्षेप।

* नागरिक सुरक्षा: विशेषकर नए इंटरनेट उपयोगकर्ताओं और वरिष्ठ नागरिकों को शोषण से बचाना।

* विश्वास निर्माण: डिजिटल सुरक्षा में पुलिस की क्षमता पर जनता का भरोसा बढ़ाना।

* मॉडल फ्रेमवर्क: अन्य राज्यों और एजेंसियों द्वारा अपनाए जाने योग्य उदाहरण।

6. आगे की राह इस पहल को और मजबूत करने के लिए निम्नलिखित कदम सुझाए जाते हैं:

* विस्तार: जिला और जोन स्तर पर इसी तरह की टीमों स्थापित करना।

* क्षमता निर्माण: अधिकारियों को उन्नत साइबर फॉरेंसिक, एआई आधारित निगरानी और बहुभाषी धोखाधड़ी पहचान का प्रशिक्षण देना।

* तकनीकी एकीकरण: पैटन पहचान, प्रेडिक्टिव एनालिटिक्स और स्वचालित अलर्ट के लिए एआई उपकरणों का उपयोग।

(मतदाता सूची सत्यापन)

पिकी कुड्ड
ल्लो की प्रत्येक विधानसभा में आगामी तीन दिनों तक सभी पोलिंग स्टेशनों पर बूथ लेवल ऑफिसर (BLO) उपस्थित रहेंगे। यह प्रक्रिया दिल्ली में प्रारंभ होने वाले विशेष गहन पुनरीक्षण (SIR) से पूर्व की महत्वपूर्ण तैयारी प्रक्रिया है।
इस प्रक्रिया के माध्यम से -
* न्यूरेशन फॉर्म भरने में सुविधा होगी
* एम्बैट, शिफ्टेड एवं दिवंगत मतदाताओं की सूची सुव्यवस्थित रूप से तैयार की जा सकेगी
* मतदाता सूची को सटीक, अद्यतन एवं त्रुटिरहित बनाया जा सकेगा
विशेष रूप से ध्यान दें अत्यंत महत्वपूर्ण एवं प्राथमिक कार्य -
अपने-अपने BLO से संपर्क स्थापित करना एवं मतदाताओं के वोट का सत्यापन सुनिश्चित करना।
इस कार्य की गंभीरता को समझें
* समय एवं फॉर्म विवरण
* स्थान: संबंधित पोलिंग स्टेशन
* समय: प्रातः 10:00 बजे से शाम 4:00 बजे तक
* भरे जाने वाले फॉर्म:
* फॉर्म 6
* फॉर्म 7
* फॉर्म 8

आप सभी अपना वोटर आई कार्ड में अपना नाम/पिता का नाम/ घर का पता /जन्मतिथि अगर इसमें कोई चेंज है तो उसे ठीक कराए जल्द SIR शुरू होने वाला है।

भारत निर्वाचन आयोग
ELECTION COMMISSION OF INDIA

दिल्ली में S.I.R.
शुरू होने वाली है!

सभी लोग अपनी वोटर आईडी में नाम, जन्म तिथि, पिता का नाम और पता समय से पहले सही करवा लें!

✓ नाम सही करें ✓ जन्म तिथि सही करें
✓ पिता का नाम सही करें ✓ पता सही करें

S.I.R. - विशेष संक्षिप्त पुनरीक्षण
अपनी वोटर आईडी को सही करे, ताकि आप चुनाव में अपने मतदाताओं का सही से उपयोग कर सकें।

एक मजबूत राष्ट्र और एक मजबूत नेतृत्व के लिए वोट



डॉ. पूजा प्रसून

वेनेजुएला में हाल की घटनाएँ राष्ट्रीय स्थिरता और मजबूत नेतृत्व के महत्व की एक कड़ी याद दिलाती हैं।

अमेरिकी स्पेशल फोर्स द्वारा राष्ट्रपति निकोलस मादुरो और उनकी पत्नी को पकड़े जाने की इस घटना से यह बात सामने आती है कि देशों को अपनी संप्रभुता और स्थिरता सुनिश्चित

करने के लिए मजबूत शासन और लोकतांत्रिक संस्थाओं को प्राथमिकता देनी चाहिए।

इन घटनाओं को देखते हुए, हमारे लिए प्रभावी नेतृत्व के महत्व और राजनीतिक अस्थिरता के संभावित परिणामों पर विचार करना जरूरी है। किसी भी देश की ताकत अक्सर व्यवस्था बनाए रखने,

अपने नागरिकों की भलाई सुनिश्चित करने और जटिल भू-राजनीतिक संबंधों को संभालने की उसकी क्षमता से मापी जाती है।

वोट देने समय हमें छोटी-मोटी बातों से ऊपर उठना चाहिए और हमें एक मजबूत राष्ट्र और एक मजबूत नेतृत्व के लिए वोट देना चाहिए।



स्वास्थ्य विशेष

स्वास्थ्य आपका कोशिश हमारी

बिना जुकाम के नाक बंद रहती है? तिल का तेल अपनाएँ – आजमाया हुआ देसी उपाय



बिना जुकाम के नाक बंद रहती है? तिल का तेल अपनाएँ – आजमाया हुआ देसी उपाय

पिकी कुंडू

कई लोगों को बिना सर्दी-जुकाम के भी नाक बंद रहने, सांस ठीक से न आने या नाक के अंदर सूखपन महसूस होने की समस्या रहती है। आयुर्वेद में ऐसी स्थिति में तिल के तेल से नस्य को लाभकारी माना गया है। तिल के तेल के प्रमुख लाभ नाक की रुकावट को खोलने में मदद तिल का तेल * नाक के अंदर जमी सूखी परत को नरम करता है * अंदर की जमी रुकावट को ढीला करता है * नाक धीरे-धीरे खुलने लगती है सांस लेने में राहत नस्य करने से * नाक की अंदरूनी नसों को आराम मिलता है * हवा का प्रवाह बेहतर होता है * घुटन और भारीपन कम महसूस होता है सूखपन और जलन में कमी तिल का तेल प्राकृतिक नमी प्रदान करता है

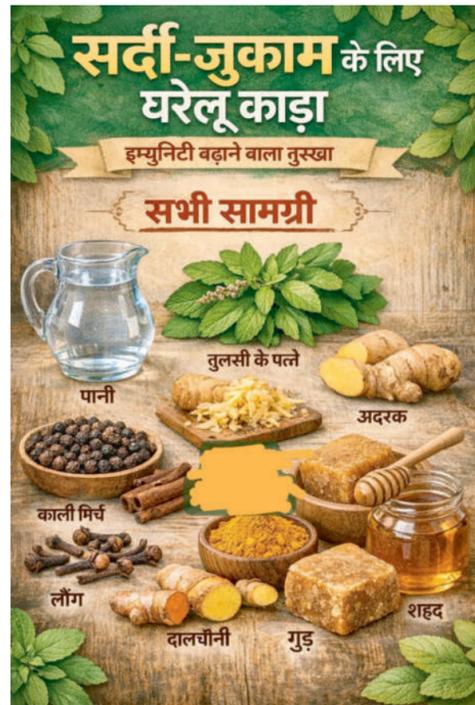
* नाक के अंदर की त्वचा को हाइड्रेट रखता है * जलन, खुजली और बार-बार छींक आने की परेशानी घटती है सिर भारीपन और दर्द में सहायक, नाक बंद रहने से होने वाला सिर दर्द माथे का भारीपन आंखों के आसपास दबाव समय के साथ कम होने लगता है इन्स्टेमाल करने का तरीका सुबह खाली पेट या रात को सोने से पहले तिल का तेल हल्का गुनगुना करें दोनों नथुनों में 1-1 बूंद डालें 2-3 मिनट शांत होकर लेटे रहें जरूरी सावधानियां जरूरत से ज्यादा तेल न डालें तेज बुखार, सर्दी या साइनस की समस्या में पहले डॉक्टर से सलाह लें बच्चों में प्रयोग से पहले विशेषज्ञ से पूछना उचित है सही तरीके और नियमितता से करने पर नाक की बंद समस्या में राहत मिल सकती है।

खाना पचेगा या सड़ेगा

पिकी कुंडू

खाना खाने के बाद पेट में खाना पचेगा या खाना सड़ेगा, यह जानना बहुत जरूरी होता है। हमने रोटी खाई, हमने दाल खाई, हमने सब्जी खाई, हमने दही खाया लस्सी पी, दूध, दही छाछ, लस्सी फल आदि यह सब कुछ भोजन के रूप में हमने ग्रहण किया। यह सब कुछ हमें उर्जा देते हैं और पेट उस उर्जा को आगे ट्रांसफर करता है। पेट में एक छोटा सा स्थान होता है, जिसको हम हिन्दी में रआमाशय कहते हैं। इसका संस्कृत नाम है रजतर। यह एक थैली की तरह होता है। यह जठर हमारे शरीर में सबसे महत्वपूर्ण है, क्योंकि सारा खाना सबसे पहले इसी में आता है। यह बहुत छोटा सा स्थान है। हम जो कुछ भी खाते हैं, वह सब इस आमाशय में आ जाता है। आमाशय में जो अग्नि प्रदीप्त होती है उसे जठराग्नि कहते हैं। यह जठराग्नि आमाशय में प्रदीप्त होने वाली अग्नि है। जैसे ही हम खाना खाना खाते हैं, जठराग्नि प्रदीप्त हो जाती है। यह ऑटोमेटिक है, जैसे ही हमने रोटी का पहला टुकड़ा मुँह में डाला, कि इधर जठराग्नि प्रदीप्त हो गई। यह अग्नि तब तक जलती है जब तक खाना पचता है। अब हमने खाना खाते ही गटगट पानी पी लिया और खूब ठंडा पानी पी लिया। अब जो आमा (जठराग्नि) जल रही थी, वह बुझ गयी। आमा अगर बुझ गयी, तो पचने की जो क्रिया है वह रुक जाती है। अब हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि खाना पेट में जाने पर पेट में दो ही क्रियाएं होती हैं, एक क्रिया है जिसको हम कहते हैं पचना, और दूसरी है, सड़ना। आयुर्वेद के हिसाब से आमा जलेगी तो खाना पचेगा, खाना पचेगा तो उससे रस बनेगा। रस से मांस, मज्जा, रक्त, वीर्य, हड्डियां, मल, मूत्र और अस्थि बनेगा और सबसे अंत में मेद बनेगा। यह तभी होगा जब खाना पचेगा। खाना सड़ने पर सबसे पहला जहर जो बनता है वह है यूरिक एसिड। यूरिक एसिड बढ़ने से ही घुटने, कंधे, कमर में दर्द होता है। जब खाना सड़ता है, तो यूरिक एसिड जैसा ही एक दूसरा विष बनता है जिसको हम कहते हैं एलडीएल (खराब कोलेस्ट्रॉल)। खराब कोलेस्ट्रॉल के बढ़ने से ही ब्लड प्रेशर (बीपी) बढ़ता है। ये सभी बीमारियां तब आती हैं जब खाना पचना नहीं है, बल्कि सड़ता है। खाना पचने पर किसी भी प्रकार का कोई भी जहर नहीं बनता है। खाना पचने पर जो बनता है वह है मांस, मज्जा, रक्त, वीर्य, हड्डियां, मल, मूत्र, अस्थि और खाना नहीं पचने पर बनता है यूरिक एसिड, कोलेस्ट्रॉल, एलडीएल, वीएलडीएल और यही हमारे शरीर को रोगों का घर बनाते हैं। पेट में बनने वाला यही जहर जब ज्यादा बढ़कर खून में आता है, तो खून दिल की नाडियों में से निकल नहीं पाता और रोज थोड़ा थोड़ा कचरा जो खून में आया है, इकट्ठा होता रहता है और एक दिन नाड़ी को ब्लॉक कर देता है। इसी से हार्ट अटैक होता है। अतः हमें ध्यान इस बात पर देना चाहिए कि जो हम खा रहे हैं, वह ठीक से पचना चाहिए, इसके लिए

में दो ही क्रियाएं होती हैं, एक क्रिया है जिसको हम कहते हैं पचना, और दूसरी है, सड़ना। आयुर्वेद के हिसाब से आमा जलेगी तो खाना पचेगा, खाना पचेगा तो उससे रस बनेगा। रस से मांस, मज्जा, रक्त, वीर्य, हड्डियां, मल, मूत्र और अस्थि बनेगा और सबसे अंत में मेद बनेगा। यह तभी होगा जब खाना पचेगा। खाना सड़ने पर सबसे पहला जहर जो बनता है वह है यूरिक एसिड। यूरिक एसिड बढ़ने से ही घुटने, कंधे, कमर में दर्द होता है। जब खाना सड़ता है, तो यूरिक एसिड जैसा ही एक दूसरा विष बनता है जिसको हम कहते हैं एलडीएल (खराब कोलेस्ट्रॉल)। खराब कोलेस्ट्रॉल के बढ़ने से ही ब्लड प्रेशर (बीपी) बढ़ता है। ये सभी बीमारियां तब आती हैं जब खाना पचना नहीं है, बल्कि सड़ता है। खाना पचने पर किसी भी प्रकार का कोई भी जहर नहीं बनता है। खाना पचने पर जो बनता है वह है मांस, मज्जा, रक्त, वीर्य, हड्डियां, मल, मूत्र, अस्थि और खाना नहीं पचने पर बनता है यूरिक एसिड, कोलेस्ट्रॉल, एलडीएल, वीएलडीएल और यही हमारे शरीर को रोगों का घर बनाते हैं। पेट में बनने वाला यही जहर जब ज्यादा बढ़कर खून में आता है, तो खून दिल की नाडियों में से निकल नहीं पाता और रोज थोड़ा थोड़ा कचरा जो खून में आया है, इकट्ठा होता रहता है और एक दिन नाड़ी को ब्लॉक कर देता है। इसी से हार्ट अटैक होता है। अतः हमें ध्यान इस बात पर देना चाहिए कि जो हम खा रहे हैं, वह ठीक से पचना चाहिए, इसके लिए



पेट में ठीक से आमा (जठराग्नि) प्रदीप्त होनी ही चाहिए, क्योंकि बिना आमा के खाना पचना नहीं है और खाना पचना भी नहीं है। महत्व की बात खाने को खाना नहीं खाने को पचना है। हमने क्या खाया, कितना खाया यह महत्वपूर्ण नहीं है। खाना अच्छे से पचने इसके लिए वाग्भट्ट जी ने सूत्र दिया है- "भोजनान्ते विषं वारी" (खाना खाने के तुरंत बाद पानी पीना जहर पीने के बराबर है)। इसलिए खाने के तुरंत बाद पानी कभी नहीं पीना चाहिए। जब हम खाना खाते हैं तो जठराग्नि द्वारा सब एक दूसरे में मिक्स होता है और फिर खाना पेट में बदलता है। पेट में बदलने की क्रिया होने तक एक घंटा ४८ मिनट का समय लगता है। उसके बाद जठराग्नि कम हो जाती है। बुझती तो नहीं, लेकिन बहुत धीमी हो जाती है। पेट बनने के बाद शरीर में रस बनने की प्रक्रिया शुरू होती है, तब हमारे शरीर को पानी की जरूरत होती है।

सर्दी-जुकाम के लिए आयुर्वेदिक काढ़ा

पिकी कुंडू

सामग्री (Ingredients)

- * लौंग - 4 से 5
- * काली मिर्च - 8 से 10 दाने
- * दालचीनी - 1 इंच टुकड़ा
- * अदरक - 1 इंच (कूटी हुई)
- * कच्ची हल्दी - 1 इंच (कूटी हुई)
- * तुलसी के पत्ते - 6 से 8
- * नींबू - 1/2 (रस बाद में डालने के लिए)
- * पानी - 2 कप
- * शहद - 1 छोटा चम्मच
- * गुड़ - 1 छोटा टुकड़ा

बनाने की विधि

1. एक पैन या भगोने में 2 कप पानी डालें।
2. उसमें लौंग, काली मिर्च और दालचीनी डालें।
3. अब अदरक और कच्ची हल्दी डालकर मध्यम आंच पर उबालें।
4. जब पानी अच्छी तरह उबलने लगे तो तुलसी के पत्ते डालें।
5. काढ़े को 5-7 मिनट तक धीमी आंच पर उबालें, जब तक पानी आधा न रह जाए।
6. गैस बंद करें और काढ़े को छान लें।
7. हल्का गुनगुना होने पर इसमें गुड़ या शहद मिलाएँ।
8. अंत में नींबू का रस डालकर अच्छी तरह मिला लें।

ध्यान रखें: शहद और नींबू कभी भी उबलते काढ़े में न डालें।

सेवन करने का तरीका

- * दिन में 1-2 बार गुनगुना काढ़ा पिएँ।
- * सुबह खाली पेट या रात को सोने से पहले पीना ज्यादा लाभदायक होता है।

फायदे

- * सर्दी, जुकाम और खांसी में राहत
- * गले की खराश और बंद नाक में आराम
- * शरीर की रोग-प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है
- * शरीर को अंदर से गर्म रखता है



असली हींग की पहचान कैसे करें ?

बाजार में अंधकाश मिलावटी हींग विकती है। इनमें चोखी हींग, हीरा हींग, तलाव हींग इत्यादि अच्छी समझी जाती हैं। जो हींग रूमी मस्तगी के समान वर्ण वाली, गरम घी में डालने से लाबा के समान छिल जाने वाली तथा लालिमा लिये भूरे या बादामी रंग की हो वह अच्छी मानी जाती है। उत्तम हींग की डली को तोड़ने से वह भाग बादामी रंग का दिखाई पड़ता है। इसका स्वाद कड़वा और लहसुन के समान खराशदार तथा इसकी गन्ध लहसुन के समान तीव्र होती है। पानी में घोलने से सफेद रंग की दिखाई पड़ती है। हींग के वृक्ष काबुल, हिरात, खुरासान, फारस एवं अफगानिस्तान आदि प्रदेशों में उत्पन्न होते हैं तथा इस देश के पंजाब और काश्मीर में कहीं कहीं देखने में आते हैं। विभिन्न जातियों में थोड़ा बहुत स्वरूप में अंतर होता है। * हींग का वृक्ष झाड़ के समान छोटा, 5 से 8-9 फीट तक ऊँचा होता है। * पत्ते अनेक भागों में विभक्त, अजमोदे के पत्तों के समान कटे किनारे वाले एवं 1-2 फुट लम्बे होते हैं तथा * टहनियों के अन्त में फूलों के गुच्छे लगते हैं। * फल-तिहाई से तीन चौथाई इंच के धेरे में अण्डाकार होते हैं। चार वर्ष का वृक्ष होने पर इसको काटते हैं और * भूमि के पास वाली जड़ को तिरछे तराशने से जो रस निकल कर सूख जाता है उसको दो दिन के बाद खुरच कर संरक्ष कर लेते हैं। * फिर दो दिन के बाद जड़ को उसी प्रकार ऊपर से तराश कर छोड़ देते हैं और सूखने पर खुरच कर इकट्ठा कर लेते हैं। * यही सूखा हुआ पदार्थ हींग है। * प्रत्येक वृक्ष से 2-3 छटांक से 5-6 छटांक तक हींग मिल सकती है।

असली-नकली हींग की पहचान ऐसे करें

साधारण परीक्षा -

1. जल के साथ घोटने से इसका पीताभ दुधिया धोल क्षार मिलाने पर हरिताप पीत हो जाता है।
2. थोड़े से हींग को गन्धक के तेजाब के साथ गरम करने पर लाल से भूरे रंग का धोल बनता है। इस धोल को अधिक जल से विरल बनाकर (Dilute), छानकर (filtering) उसको क्षारीय करने से एक गाढ़े नीले रंग की चमक उत्पन्न होती है (Purplish-blue fluorescence)। हींग मसाले में उपयोग होने वाली बेहतर हींग औषधि है। हींग को दूध के साथ लेने से मल गलकर निकल जाता है। हींग आँतों को साफ कर लिक्वर को शक्ति प्रदान करती है। इस लेख में शास्त्रमत विधि से जानेगे - हींग के बारे में वह सब कुछ, हींग का वणन लगभग 10 से 12 आयुर्वेदिक ग्रन्थों में संस्कृत के श्लोकों में मिलता है।

हिनोति शीघ्र गच्छति नासां, हि गतौ।।
आयुर्वेदिक भावप्रकाश पृष्ठ ४०/१९१

अर्थात् - हींग में भयंकर गंधयुक्त होने कारण तुरन्त नाक पर त्वरित मालूम पड़ती है। द्रव्यगुण विज्ञान नामक पुस्तक के अनुसार संस्कृत का यह श्लोक हींग के गुण बताता है- !शूलगुल्मोदरानाहकुम्भिनं पित्तवर्द्धनम्!! अर्थात् - हींग पेट, यकृत, की सृजन एवं दर्द, उदर रोग, आनाह यानि अफरा, हजम न होना, गैस की तकलीफ तथा पेट के कृमि विषाणु नष्ट करता है। हींग का अधिक सेवन करने से शरीर में पित्त की वृद्धि होने लगती है। कुछ वेद्याचार्य वायुविकार एवं कफ को सन्तुलित करने हेतु हिंवाप्टक चूर्ण खिलाते थे। हींग वात नाशक भी होती है। हींग के प्रतिजैविकी (Antibiotics) गुणवत्ता की वजह से, इसे अनेक प्रकार की दवाइयों के लिए भी होना चाहिए। जीवित और प्राकृतिक दोनों ही हमें वास्तविक ऊर्जा देता है।

उत्तम स्वास्थ्य ही हमारी असली धरोहर है।। प्राकृतिक जीवन अपनाएँ, निरोगी बनें।।

।। प्राकृतिक आहार: उत्तम स्वास्थ्य का आधार ।।

“करिए आहार शाक, फल, कंदा, हृदय बसे सदा सत्य-आनंदा। तृप्ति हो आत्मा, तन हो हलका, साथ रहे प्रभु सचिदानंदा।।”

भावार्थ: शुद्ध सात्विक आहार — हरी सब्जियाँ, रसीले फल और प्राकृतिक कंदमूल — न केवल शरीर को हल्का और निरोगी बनाते हैं, बल्कि मन में शांति, संतोष और दिव्य आनंद का संचार भी करते हैं। संदेश “जैसा खाए, अनन्, वैसा होवे तन और मन।” भोजन केवल भूख मिटाने के लिए नहीं, बल्कि आत्मा की शुद्धि के लिए भी होना चाहिए। जीवित और प्राकृतिक दोनों ही हमें वास्तविक ऊर्जा देता है। उत्तम स्वास्थ्य ही हमारी असली धरोहर है।। प्राकृतिक जीवन अपनाएँ, निरोगी बनें।।

अमरबेल, प्रकृति का चमत्कार

अमरबेल अमर बेल एक पराश्रयी (दूसरों पर निर्भर) लता है, जो प्रकृति का चमत्कार ही कहा जा सकता है। * बिना जड़ की यह बेल जिस वृक्ष पर फैलती है, अपना आहार उससे रस चूसने वाले सूत्र के माध्यम से प्राप्त कर लेती है। * अमर बेल का रंग पीला और पत्ते बहुत ही बारीक तथा नहीं के बराबर होते हैं। * अमर बेल पर सर्व ऋतु में कर्णफूल की तरह गुच्छों में सफेद फूल लगते हैं। * जब राई के समान हल्के पीले रंग के होते हैं। * अमर बेल बसन्त ऋतु (जनवरी-फरवरी) और ग्रीष्म ऋतु (मई-जून) में बहुत बढ़ती है और शीतकाल में सूख जाती है। * जिस पेड़ का यह सहारा लेती है, उसे सुखाने में कोई कसर बाकी नहीं रखती है। रंग: अमर बेल का रंग पीला होता है। स्वाद: इसका स्वाद चरपरा और कषैला होता है। संभाव: अमर बेल गर्म एवं रूखी प्रकृति की है। इस लता के सभी भागों का उपयोग औषधि के रूप में किया जाता है। मात्रा (खुराक): अमरबेल को लगभग 20 ग्राम की मात्रा में प्रयोग कर सकते हैं। गुण: आकाश बेल ग्राही, कड़वी, आंखों के रोगों को नाश करने वाली, आंखों की जलन को दूर करने वाली तथा पित्त कफ और आमवात को नाश करने वाली है। यह वीर्य को बढ़ाने वाली रसायन और बलकारक है। **अमरबेल के औषधीय प्रयोग:-**

1. रक्तविकार (Blood Disorder) : 4 ग्राम ताजी बेल का काढ़ा बनाकर पीने से पित्त शमन और रक्त शुद्ध होता है।
2. शिशु रोग: * अमर बेल को शुभमुहूर्त में लाकर सूती धागों में बांधकर बच्चों के कंठ (गले) व भुजा (बाजू) में बांधने से कंठ बाल रोग दूर होते हैं। * इस बेल को तीसरे या चौथे दिन आने वाले बुखारों में बुखार आने से पहले गले में बांधने से बुखार नहीं चढ़ता है।
3. बालों का बढ़ना: 250 ग्राम अमरबेल की बूटी (लता, बेल) लेकर 3 लीटर पानी में उबाल लें। जब पानी आधा रह जाये तो इसे उतार लें। सुबह इससे बालों को धोयें इससे बाल लंबे हो जाते हैं।
4. बालों का झड़ना: अमरबेल के रस को रोजाना सिर में मालिश करने से बाल उग आते हैं।
5. बाँझपन (गर्भाशय का न ठहरना) : अमरबेल या आकाशबेल (जो बेर के समान वृक्षों पर पीले धागे के समान फैले होते हैं) को छाया में सुखाकर रख लेते हैं। इसे चूर्ण बनाकर मासिक धर्म के चौथे दिन से पवित्र होकर प्रतिदिन स्नान के बाद 3 ग्राम चूर्ण 3 मिलीलीटर जल के साथ सेवन करना चाहिए। इसे नियमित रूप से 9 दिनों सेवन करना चाहिए। इससे स्वभावतः प्रथम संधी में ही गर्भाधान हो जाएगा। यदि ऐसा न हो सके तो योग पर अविश्वास न करके इसका प्रयोग पुनः करें, इसे कहीं चाछखेल नाम से भी जाना जाता है।
6. जुएँ का पड़ना: हरे अमरबेल को पीसकर पानी के साथ मिला लें और बालों को धोएँ। इससे जुएँ मर जायेंगे। इसे पीसकर तेल में मिलाकर लगायें, इससे बालों के उगने में लाभ होगा।
7. बालरोग हितकर: अमरबेल का टुकड़ा बच्चों के गले, हाथ या बालों में बांधने से बच्चों के सभी रोग समाप्त हो जाते हैं।
8. घाव: * अमरबेल के काढ़े से घाव या खुजली को धोने से बहुत फायदा होता है। * अमरबेल पीले धागे की तरह सेभिन्न व हरे रंग की भी पायी जाती है जिसे पीसकर मखन तथा सोंठ के साथ मिलाकर लगाने से चोट का घाव जल्दी ही ठीक हो जाता है। * अमर बेल के 2-4 ग्राम चूर्ण को या ताजी बेल को पीसकर सोंठ और धी में मिलाकर लेप करने से पुराना घाव भर जाता है। * अमर बेल का चूर्ण, सोंठ का चूर्ण समान मात्रा में मिलाकर आधी मात्रा में घी मिलाएँ और तैयार लेप को घाव पर लगाएँ।
9. पित्त बढ़ने पर: आकाशबेल का रस आधा से 1 चम्मच सुबह-शाम खाने से यकृत (लीवर) के सारे दोष और कब्ज दूर हो जाते हैं, इसके साथ पित्त की वृद्धि को भी रोकता है जिससे जलन खत्म हो जाती है।
10. पेट का बढ़ा हुआ होना (आमाशय का फैलना) : हरे रंग की अमरबेल को पीसकर काढ़ा बनाकर 20 से लेकर 40 मिलीलीटर की मात्रा में सुबह और शाम सेवन करने से यकृत या प्लीहा (तिल्ली) की वृद्धि के कारण पेट में आए फैलाव को नियंत्रित करता है। ध्यान रहे कि पीले रंग वाली अमरबेल का प्रयोग न करें।
11. सौंदर्य प्रसाधन: अमरबेल (पौधे पर फैले पीले धागे जैसी परजीवी) की तरह की अमरबेल की एक और जाति होती है जोकि अपेक्षाकृत पीले से ज्यादा हरा होता है। इस हरे अमरबेल को पीसकर पानी में मिलाकर बाल धोने से सिर की जुएँ समाप्त हो जाती है। इसे तेल में मिलाकर लगाने से बाल भी जल्दी बढ़ जाते हैं।
12. बाल: बेल को तिल के तेल में पीसकर सिर में लगाने से सिर की गंज में लाभ होता है तथा बालों को जड़ें मजबूत होती हैं। * बेल का हिम या रस लगभग 5-10 मिलीलीटर का चूर्ण मिलाकर आंखों में लेप करने से नेत्राग्निशय (मोतियाबिंद), आंखों की सृजन में लाभ होता है।
13. अंखों में सूजन (Swelling in eyes) : बेल के लगभग 10 मिलीलीटर रस में शक्कर मिलाकर आंखों में लेप करने से नेत्राग्निशय (मोतियाबिंद), आंखों की सृजन में लाभ होता है।
14. मस्तिष्क (दिमाग) विकार: इसके 10-20 मिलीलीटर स्वरस को प्रायः पानी के साथ सेवन करने से मस्तिष्क के विकार दूर होते हैं।
15. पेट के विकार: * अमरबेल को उबालकर पेट पर बांधने से डकारें आदि दूर हो जाती हैं। * अकाशबेल का रस 500 मिलीलीटर या चूर्ण 1 ग्राम को मिश्री 1 किलोग्राम में मिलाकर धीमी आंच पर गर्म करके शबंत तैयार कर लें। इसे सुबह-शाम करीब 2 ग्राम की मात्रा में उतना ही पानी मिलाकर सेवन करने से शीघ्र ही वातगुल्म (वायु का गोला) और उदरशूल (पेट के दर्द) का नाश होता है।
16. यकृत: बेल का काढ़ा 40-60 मिलीलीटर पिलाने से तथा पीसकर पेट पर लेप करने से यकृत वृद्धि में लाभ होता है। * बेल का हिम या रस लगभग 5-10 मिलीलीटर का चूर्ण मिलाकर आंखों में लेप करने से नेत्राग्निशय (मोतियाबिंद) का रस सुबह-शाम सेवन करने से यकृत सही हो जाता है। इससे यकृत दोष से उत्पन्न रोग भी दूर हो जाते हैं।
17. सूतिका रोग: अमर बेल का काढ़ा 40-60 मिलीलीटर की मात्रा में पिलाने से प्रसूता की आंखें शीघ्र ही निकल जाती हैं।
18. अर्श (बवासीर) में : अमरबेल के 10 मिलीलीटर रस में पांच ग्राम कालीमिर्च का चूर्ण मिलाकर खूब घोंटकर रोज सुबह ही पिला दें। 13 दिन में ही खूनी और वादी दोनों प्रकार की बवासीर में विशेष लाभ होता है। दस्त याक होता है तथा अन्य अंगों की सूजन भी उतर जाती है।
19. उपदंश (सिफिलिस) : अमरबेल का रस उपदंश के लिए अधिक गुणकारी है।
20. जोड़ों के (गठिया) दर्द: * अमर बेल का बफारा देने से गठिया वात की पीड़ा और सूजन शीघ्र ही दूर हो जाती है। बफारा देने के पश्चात इस पानी से स्नान कर लें तथा मोटे कपड़े से शरीर को खूब पोछ लें, तथा घी का अधिक सेवन करें। * अमर बेल का बफारा (धाप) देने से अंडकोष की सूजन उतरती है।
21. बलवर्धक (ताकत बढ़ाने हेतु) : 11.5 ग्राम ताजी अमर बेल को कुचलकर स्वच्छ महीन कपड़े में पोटीली बांधकर, 500 मिलीलीटर गाय के दूध में डालकर या लटककर धीमी आंच पर पकायें। जब एक चौथाई दूध शेष बचे तो इसे सफेद मिश्री मिलाकर सेवन करें। इससे कमजोरी दूर होती है। इस प्रयोग के समय ब्रह्मचर्य का पालन करना चाहिए।
22. खुजली (itching) : अमर बेल को पीसकर बनाएँ एक लोप को शरीर के खुजली वाले अंगों पर लगाने से आराम मिलता है।
23. पेट के कीड़े (Stomach bug) : अमर बेल और सुनक्कों को समान मात्रा में लेकर पानी में उबालकर काढ़ा तैयार कर लें। इस काढ़े को छानकर 3 चम्मच रोजाना सोते समय देने से पेट के कीड़े नष्ट हो जाते हैं।
24. गंजापन (बालों का असमय झड़ जाना) (Baldness) : बालों के झड़ने से उत्पन्न गंजापन को दूर करने के लिए गंजे हुए स्थान पर अमर बेल को पानी में घिसकर तैयार किया लेप धैर्य के साथ नियमित रूप से दिन में दो बार चार या पांच हफ्ते लगाएँ, इससे अवश्य लाभ मिलता है।
25. छोटे कर्क के बच्चों की वृद्धि हेतु: जो बच्चे नाटे कद के रह गए हों, उन्हें आम के वृक्ष पर चिपकी हुई अमर बेल निकालकर सुखाएँ और उसका चूर्ण बनाकर 1-1 चम्मच की मात्रा में सुबह-शाम पानी के साथ कुछ क्क करके नियमित रूप से खिलाएँ।
26. पेट के रोग (Stomach diseases) : अमर बेल के बीजों को पानी में पीसकर बनाएँ गूलेप को पेट पर लगाकर कपड़े से बांधने से गैस की तकलीफ, डकारें आना, अघाना वयु (गैस) न निकलना, पेट दर्द एवं मरोड़ जैसे कष्ट दूर हो जाते हैं।
27. सुजाक व उपदंश में : अमर बेल का रस दो चम्मच की मात्रा में दिन में तीन बार सेवन करने से कुछ ही हफ्तों में इस रोग में पूर्ण आराम मिलता है।
28. यकृत रोगों में (Liver diseases) : यकृत (जिगर) की कठोरता, उसका आकार बढ़ जाना जैसी तकलीफों में अमर बेल का काढ़ा तीन चम्मच की मात्रा में दिन में 3 बार कुछ हफ्ते तक पीना चाहिए।
29. रक्तविकार (Blood diseases) : अमर बेल का काढ़ा शहद के साथ बराबर की मात्रा में मिलाकर दो चम्मच की मात्रा में दिन में तीन बार सेवन करें।
30. नजर तेज: नजर कमजोर होने पर, आंखों पर सूजन होने पर, अमर बेल का लेप आंखों की पलकों और माथे पर मालिश करने धीरे धीरे फायदा होता है। नजर तेज कराने में अमर बेल सहायक है।

धर्म अध्यात्म



॥ श्रीदुर्गा- स्तोत्र ॥ (हिंदी अर्थ सहित)



पिंकी कुंडू

त्वमेव गङ्गा तुलसी त्वं च स्वाहा स्वधा सती।
त्वदंशांशांशकलया सर्वदेवादिपथितः ॥

स्त्रीरूपं चापिपुरुषं देवि त्वं च नपुंसकम्।
वृक्षाणां वृक्षरूपा त्वं सृष्टा चाङ्कुररूपिणी ॥

वह्नी च दाहिकाशक्तिर्जले शैत्यस्वरूपिणी।
सूर्ये तेजःस्वरूपा च प्रभारूपा च संततम् ॥

गन्धरूपा च भूमौ च आकाशे शब्दरूपिणी।
शोभास्वरूपा चन्द्रे च पद्मसङ्घे च निश्चितम् ॥

सृष्टौ सृष्टिस्वरूपा च पालने परिपालिका।
महामारी च संहारे जले च जलरूपिणी ॥

शुक्लं दया त्वं निद्रा त्वं तुष्णा त्वं बुद्धिरूपिणी।
तुष्टिस्त्वं चापि पुष्टिस्त्वं श्रद्धा त्वं च क्षमा स्वयम् ॥

शान्तिस्त्वं च स्वयं भ्रान्तिः कान्तिस्त्वं कीर्तिरिव च।
लज्जा त्वं च तथा माया भुक्ति मुक्ति स्वरूपिणी ॥

सर्वशक्ति स्वरूपा त्वं सर्वसम्पत्प्रदायिनी।
वेदेऽनिर्वचनीया त्वं त्वानं जानाति कश्चन ॥

सहस्रवक्रस्तव्वां स्तोतुं न च शक्तः सुरेश्वरि।
वेदानं शक्ताः को विद्वान् न च शक्ताः सरस्वती ॥

स्वयं विधाता शक्तो न च विष्णुः सनातनः।
किं स्तौमि पद्मवक्त्रेण रणत्रयो महेश्वरि ॥

कृपां कुरु महामाये मम शत्रुक्षयं कुरु।
हिंदी भावार्थ - श्री महादेव जो ने कहा - दुर्गाति का विनाश करने वाली महादेवि दुर्गे! मैं शत्रु के चंगुल में फँस गया हूँ, अतः कृपामयि! मुझ अनुरक्त भक्त की रक्षा करो, रक्षा करो। महाभोगे जगदम्बिके! विष्णुमाया, नारायणी, सनातनी, ब्रह्मस्वरूपा, परमा और नित्यानन्दस्वरूपिणी - ये तुम्हारे ही नाम हैं। तुम ब्रह्मा आदि देवताओं की जननी हो। तुम्हीं सगुण-रूप से साकार और

वेदानां जननी त्वं च सावित्री च परात्परा।
वैकुण्ठे च महालक्ष्मीः सर्वसम्पत्स्वरूपिणी ॥

मर्त्यलक्ष्मीश्च क्षीरोदे कामिनी शेषशायिनः।
स्वर्गेषु स्वर्गलक्ष्मीस्त्वं राजलक्ष्मीश्च भूतले ॥

नागादिलक्ष्मीः पाताले गृहेषु गृहदेवता।
सर्वशस्यस्वरूपा त्वं सर्वेश्वर्यविधायिनी ॥

रागाधिष्ठातृदेवी त्वं ब्रह्मणश्च सरस्वती।
प्राणानामधिदेवी त्वं कृष्णस्य परमात्मनः ॥

गोलोके च स्वयं राधा श्रीकृष्णस्यैव वक्षसि।
गोलोकाधिष्ठाता देवी वृन्दावनवने वने ॥

श्रीरामण्डले रम्या वृन्दावनविनोदिनी।
शतश्रृङ्गाधिदेवी त्वं नामन चित्रावलीति च ॥

दक्षकन्या कुत्र कल्पे कुत्र कल्पे च शैलजा।
देवमातादितिस्त्वं च सर्वाधारा वसुधरा ॥



निर्गुण - रूप से निराकार हो। सनातनि! तुम्हीं माया के वशीभूत हो पुरुष और माया से स्वयं प्रकृति बन जाती हो तथा जो इन पुरुष-प्रकृति से परे हैं, उस परब्रह्म को तुम धारण करती हो। तुम वेदों की माता परात्परा सावित्री हो। वैकुण्ठ में समस्त सम्पत्तियों की स्वरूपभूता महालक्ष्मी, क्षीरसागर में शेषशायी नारायण की प्रियतमा मर्त्यलक्ष्मी, स्वर्ग में स्वर्गलक्ष्मी और भूतलपर राजलक्ष्मी तुम्हीं हो। तुम पाताल में नागादिलक्ष्मी, घरों में गृहदेवता, सर्वशस्यस्वरूपा तथा सम्पूर्ण ऐश्वर्यों का विधान करने वाली हो। तुम्हीं ब्रह्मा की रागाधिष्ठात्री देवी सरस्वती हो और परमात्मा श्रीकृष्ण के प्राणों की अधिदेवी भी तुम्हीं हो। तुम गोलोक में श्रीकृष्ण के वक्षःस्थल पर शोभापाने वाली गोलोक की अधिष्ठात्री देवी स्वयं राधा, वृन्दावन में होने वाली रामण्डल में सौन्दर्यशालिनी वृन्दावनविनोदिनी तथा चित्रावली नाम से प्रसिद्ध शतश्रृङ्गपर्वत की अधिदेवी हो। तुम किसी कल्प में दक्ष की कन्या और किसी कल्प में हिमालय की पुत्री हो जाती हो।

देवमाता अदिति और सबकी आधारस्वरूपा पृथ्वी तुम्हीं हो।

तुम्हीं गङ्गा, तुलसी, स्वाहा, स्वधा और सती हो। समस्त देवाङ्गनाएँ तुम्हारे अंशांश की अंशकाला से उत्पन्न हुई हैं। देवि! स्त्री, पुरुष और नपुंसक तुम्हारे ही रूप हैं। तुम वृक्षां में वृक्षरूपा हो और अंकुर-रूप से तुम्हारा सृजन हुआ है। तुम अग्नि-में दाहिका शक्ति, जल में शीतलता, सूर्य में सदा तेजःस्वरूप तथा कान्तिरूप, पृथ्वी में गन्धरूप, आकाश में शब्दरूप, चन्द्रमा और कमलसमूह में सदा शोभास्वरूप, सृष्टि में सृष्टिस्वरूप, पालन-कार्य में भलीभाँति पालन करने वाली, संहारकाल में महामारी और जल में जलरूप में वर्तमान रहती हो।

तुम्हीं क्षुधा, तुम्हीं दया, तुम्हीं निद्रा, तुम्हीं तृष्णा, तुम्हीं बुद्धिरूपिणी, तुम्हीं तुष्टि, तुम्हीं पुष्टि, तुम्हीं श्रद्धा और तुम्हीं स्वयं क्षमा हो। तुम स्वयं शान्ति, भ्रान्ति और कान्ति हो तथा कीर्ति भी तुम्हीं हो। तुम लज्जा तथा भोग-मोक्ष-स्वरूपिणी माया हो। तुम सर्वशक्ति स्वरूपा और सम्पूर्ण सम्पत्ति प्रदान करने वाली हो। वेद में भी तुम अनिर्वचनीय हो, अतः कोई भी तुम्हें यथार्थरूप से नहीं जानता।

सुरेश्वरि! न तो सहस्र मुखवाले शेष तुम्हारा स्तवन करने में समर्थ हैं, न वेदों में वर्णन करने की शक्ति है और न सरस्वती ही तुम्हारा बखान कर सकती है; फिर कोई विद्वान् कैसे कर सकता है? महेश्वरि! जिसका स्तवन स्वयं ब्रह्मा और सनातन भगवान्-विष्णु नहीं कर सकते, उसकी स्तुति युद्ध से भयभीत हुआ मैं अपने पाँच मुखों द्वारा कैसे कर सकता हूँ? अतः महामाये! तुम मुझपर कृपा करके मेरे शत्रु का विनाश कर दो।

* इस स्तोत्र का स्तवन भगवती दुर्गा को प्रसन्न करने के लिए भगवान्-शिव ने किया था।

* ब्रह्मवैवर्त पुराण के श्रीकृष्ण जन्म खण्ड के उद्धृत इस स्तोत्र द्वारा स्तवन करके शम्भु ने त्रिपुरासुर का वध किया था।

* यह स्तोत्रराज संपूर्ण अज्ञान को नाश करने वाला तथा मनोरथों को पूरा करने वाला है।

इति शिव कृतं श्री दुर्गा स्तोत्रं समाप्तम्

॥ श्रीविश्वनाथ- चतुःश्लोकी ॥

पिंकी कुंडू

काशीश्वरं विरूपाक्षं भालचन्द्रं महेश्वरम्।

त्रिशूलधारिणं देवं वन्दे विश्वेश्वरं प्रभुम् ॥१॥

अर्थ-

काशी के स्वामी, त्रिनेत्रधारी, मस्तक पर द्वितीया का चन्द्रमा धारण करने वाले महान-ईश्वर और हाथ में त्रिशूल धारण करने वाले प्रभु श्रीविश्वनाथ की मैं वन्दना करता हूँ।

गङ्गातरङ्गसुप्रीतं दीनबन्धुं दयानिधिम।

भक्तिगम्यं कृपासिन्धुं प्रपद्येऽहं सदाशिवम् ॥२॥

अर्थ-

गङ्गाजी की लहरों से परम प्रसन्न रहने वाले, दीनों के सखा और दया के भण्डार, केवल अनन्य भक्ति से प्राप्त होने वाले कृपासागर सदाशिव की मैं शरण लेता हूँ। चिन्मयं सत्यसङ्कल्पं ज्ञानविज्ञानदायकम्।

शिवांशुमानसस्थं च वन्दे कल्याणसुन्दरम् ॥ ॥

अर्थ-

जो चैतन्यस्वरूप है, सत्यसङ्कल्प है और लौकिक व पारलौकिक ज्ञान के प्रदाता है; अपने भक्त 'शिवांशु' के मानस-कमल में निवास करने वाले उन परम कल्याणकारी सुन्दर महादेव की मैं वन्दना करता हूँ। शिवांशुकविना प्रोक्तं स्तोत्रमेतन्मोहहर्म्।

यः पठेच्छ्रद्धया युक्तः स शिवत्वं प्रपद्यते ॥४॥

अर्थ-

कवि 'शिवांशु' द्वारा रचित इस मनोहारी स्तोत्र का जो भी मनुष्य



श्रद्धापूर्वक पाठ करेगा, वह भगवान्-शिव के परम पद (शिवत्व) को प्राप्त कर लेता है।

इति श्रीअरविन्दशिवांशु-विरचिता श्रीविश्वनाथ-चतुःश्लोकी सम्पूर्णः ॥

मां वैष्णो देवी माता

पिंकी कुंडू

वैष्णो देवी यात्रा भारत की सबसे पवित्र और लोकप्रिय तीर्थ यात्राओं में से एक मानी जाती है।

यह यात्रा जम्मू-कश्मीर के त्रिकुटा पर्वत पर स्थित श्री माता वैष्णो देवी भवन तक की जाती है, जहाँ माता रानी पिंडी रूप में विराजमान हैं।

मान्यता है कि माता वैष्णो देवी स्वयं महालक्ष्मी, महाकाली और महासरस्वती का संयुक्त स्वरूप हैं। यात्रा का आरंभ कटरा नगर से होता है। यहाँ से लगभग 12-13 किलोमीटर की चढ़ाई करके श्रद्धालु माता के दरबार तक पहुँचते हैं। मार्ग में बाणगंगा, अर्धकुंवारी गुफा, हिमकोटी और सांडीछत जैसे प्रमुख पड़ाव आते हैं।

अर्धकुंवारी गुफा का विशेष महत्व है, जहाँ माता ने जो माह तक तपस्या की थी (माता के दर्शन के बाद अधिकांश श्रद्धालु भैरवनाथ मंदिर के दर्शन भी करते हैं, जिन्हें यात्रा की पूर्णता माना जाता है।

मान्यता है कि भैरवनाथ के दर्शन के बिना यात्रा अधूरी रहती है। पूरी यात्रा के दौरान "जय माता दी" के जयकारों से वातावरण भक्तिमय रहता है।

वैष्णो देवी यात्रा वर्ष भर होती है, परंतु नवरात्रि के समय इसका विशेष महत्व होता है। यह यात्रा केवल शारीरिक परिश्रम नहीं, बल्कि श्रद्धा, विश्वास और आत्मिक शक्ति का अनुभव कराती है।

संक्षेप में, वैष्णो देवी यात्रा भक्ति, तपस्या और माता की कृपा का दिव्य मार्ग है, जिसे हर श्रद्धालु जीवन में एक बार अवश्य करना चाहता है।



चंद्रवंश की कहानी: बुध से पुरूरवा तक

पिंकी कुंडू

बुध (Mercury), जो ज्ञान और बुद्धि के प्रतीक थे, ने एक ऐसे राजवंश की स्थापना की जो सूर्यवंश के साथ-साथ हिंदू पौराणिक कथाओं में सबसे महत्वपूर्ण माना जाता है।

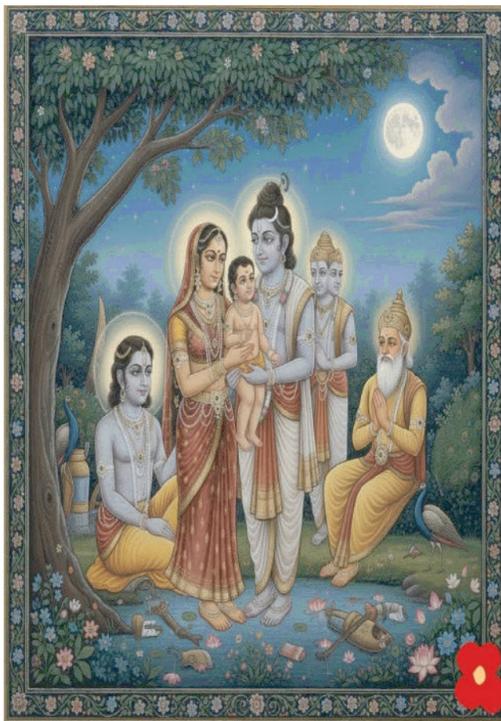
बुध और इला का मिलन (The Union of Budha and Ila) बुध का विवाह इला (या इला) से हुआ, जो मनु (मानव जाति के पहले राजा) की पुत्री थीं।

इला की कहानी स्वयं में अनोखी है। वह मूल रूप से एक पुरुष थीं, जिनका नाम सुद्युम्न था। एक श्राप के कारण वह स्त्री (इला) बन गईं। बुध ने उनसे विवाह किया। उनकी संतान के रूप में पुरूरवा का जन्म हुआ।

पुरूरवा: चंद्रवंश के संस्थापक (Pururava: Founder of the Lunar Dynasty) पुरूरवा अत्यंत पराक्रमी और तेजस्वी राजा थे। पुरूरवा ने अपने नाना, मनु के ज्येष्ठ पुत्र न होने के कारण, प्रतिष्ठानपुर (आधुनिक प्रयागराज के पास) में राज्य स्थापित किया।

पुरूरवा को ही विधिवत रूप से 'चंद्रवंश' (Lunar Dynasty) या ऐल वंश का संस्थापक माना जाता है, क्योंकि वे इला (ऐल) के पुत्र थे और चंद्रदेव उनके दादा थे।

पुरूरवा और उर्वशी की अमर प्रेम कथा (The Eternal Love Story of Pururava and Urvashi): चंद्रवंश की सबसे प्रसिद्ध कहानियों में से एक पुरूरवा और अप्सरा उर्वशी की प्रेम



कहानी है, जिसका वर्णन कालिदास ने अपने प्रसिद्ध नाटक विक्रमोर्वशीयम् में भी किया है।

उर्वशी एक श्राप के कारण स्वर्ग से पृथ्वी पर आई थीं। पुरूरवा ने उसकी रक्षा की और दोनों एक-दूसरे के प्रेम में

पुरूरवा ने घोर तपस्या की और देवताओं से प्रार्थना की। अंततः, देवताओं ने उन्हें कुछ शतों के साथ उर्वशी के साथ रहने की अनुमति दी, जिससे उनका प्रेम अमर हो गया।

चंद्रवंश का विस्तार और महान राजा (Expansion and Great Kings) पुरूरवा के बाद चंद्रवंश का विस्तार हुआ और इसमें कई महान शासक हुए:

पुरूरवा और उर्वशी के पुत्र आयु राजा बने।

आयु के वंश में आगे चलकर प्रसिद्ध राजा ययाति हुए। ययाति के दो प्रमुख पुत्र थे:

यदु: जिनके वंश में आगे चलकर भगवान् कृष्ण का जन्म हुआ (यदुवंश)।

पुरु: जिनके वंश में आगे चलकर कौरव और पांडव (कुरुवंश) का जन्म हुआ।

पुरु के वंश में ही आगे चलकर राजा भरत हुए, जिनके नाम पर देश का नाम 'भारत' पड़ा। इसी वंश में राजा कुरु हुए, जिनके नाम पर कुरुक्षेत्र और कौरव नाम पड़े।

चंद्रवंश केवल एक शाही परिवार नहीं था; इसने भारतीय उपमहाद्वीप के इतिहास, धर्म और दर्शन को गहराई से प्रभावित किया। महाभारत और भागवत पुराण की केंद्रीय कहानियाँ इसी वंश के इर्द-गिर्द घूमती हैं।

यह चंद्रवंश की संक्षिप्त रूपरेखा है, जो तारा और चंद्रदेव के विवादास्पद प्रेम से शुरू होती है और भारत के महानतम राजवंशों तक पहुँचती है।

नंदी जी के जन्म और शिव-गण बनने की संपूर्ण और विस्तृत कथा

पिंकी कुंडू

"हर हर महादेव"

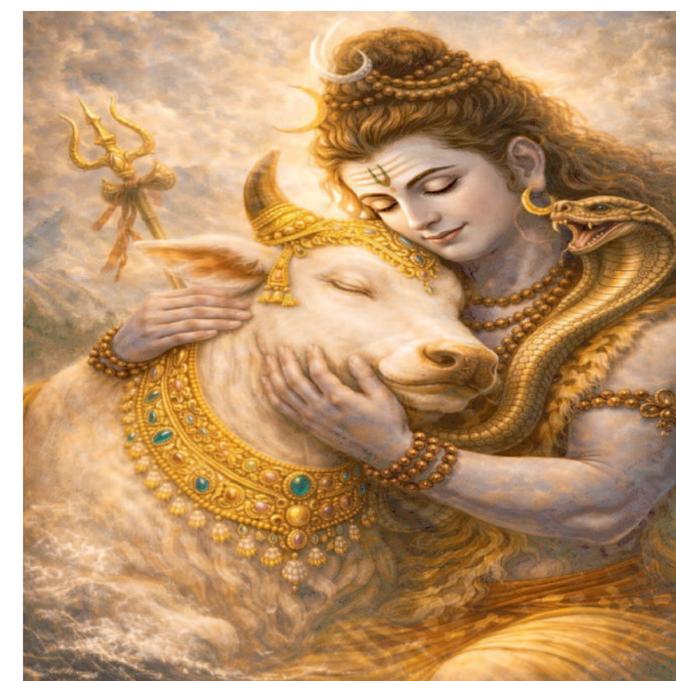
हम सभी मंदिर में जाकर नंदी जी के कान में अपनी मनोकामना कहते हैं, लेकिन बहुत कम लोग जानते हैं कि आखिर नंदी जी का जन्म कैसे हुआ और कैसे एक साधारण बालक मृत्यु को जीतकर कैलाश का द्वारपाल बना।

यह प्रामाणिक कथा श्री शिव महापुराण की शतरुद्र संहिता में विस्तार से वर्णित है।

प्राचीन काल में 'शिलाद' नाम के एक महान ऋषि थे। वे आजीवन ब्रह्मचारी रहकर तपस्या में लीन थे। एक बार उनके पूर्वज (पितृ) उनके पास आए और बोले, 'रघु, अगर तुमने संतान उत्पन्न नहीं की, तो हमारा वंश समाप्त हो जाएगा और हमें मुक्ति नहीं मिलेगी।' ऋषि शिलाद धर्म संकट में पड़ गए। वे एक साधारण पुत्र नहीं चाहते थे। उनकी इच्छा थी कि उन्हें एक ऐसा पुत्र मिले जो अयोनिज (बिना गर्भ के जन्मा हो), मृत्युहीन (अमर) हो और स्वयं भगवान् शिव के समान तेजस्वी हो।

ऋषि शिलाद ने घोर तपस्या की। उनकी तपस्या से देवराज इंद्र प्रकट हुए। ऋषि ने जब 'अमर और शिव समान' पुत्र की मांग की, तो इंद्र ने हाथ जोड़ लिए और कहा— 'ऋषिदेव! मृत्यु पर विजय प्राप्त करना और शिव के समान पुत्र देना मेरे अधिकार में नहीं है। इसके लिए आप महादेव की शरण में जाएं।' ऋषि शिलाद ने फिर भगवान् शिव की कठोर तपस्या शुरू की। हजारों वर्षों की तपस्या के बाद महादेव प्रसन्न हुए। ऋषि शिलाद ने वरदान माँगा— 'रघु! मुझे आप जैसा पुत्र चाहिए जो अजर-अमर हो।' भोलेश्वर ने मुस्कुराते हुए कहा— 'रहे मुनि! मेरे समान तो कोई दूसरा है ही नहीं, इसलिए मैं स्वयं तुम्हारे पुत्र के रूप में अवतर लूँगा।'

कुछ समय बाद, जब ऋषि शिलाद यज्ञ के लिए खेत जोत रहे थे, तो धरती से एक दिव्य बालक प्रकट हुआ। उस बालक की छवि साक्षात् शिव जैसी थी— सिर पर जटाएँ, तीन नेत्र और चार भुजाएँ। ऋषि शिलाद उसे देखकर परमातं (अत्यंत सुख) में डूब गए, इसलिए उन्होंने बालक का नाम 'नंदी' रखा (नंदी का अर्थ है—



आनंद देने वाला)। बाद में ऋषि की प्रार्थना पर उस बालक ने एक सामान्य मनुष्य का रूप धारण कर लिया और पिता के साथ आश्रम आ गया।

नंदी बहुत ही कुशाग्र बुद्धि के थे। उन्होंने 5 वर्ष की आयु में ही वेदों का ज्ञान प्राप्त कर लिया। एक दिन ऋषि शिलाद के आश्रम में दो दिव्य ऋषि 'मित्र' और 'वरुण' पधारे। उन्होंने नंदी का सत्कार देखा और बहुत प्रसन्न हुए। लेकिन जाते समय उनकी आँखों में आँसू थे।

ऋषि शिलाद ने डरते हुए कारण पूछा, तो ऋषियों ने कहा— 'रघुनिवर! हमें दुख है कि आपके इस सर्वगुण संपन्न पुत्र की आयु बहुत कम है। यह केवल 8 वर्ष तक ही जीवित रहेगा। यह सुनते ही ऋषि शिलाद पछाड़ खाकर गिर पड़े और विलाप करने लगे।

पिता को रोता देख बालक नंदी ने पूछा, 'रघुनिवर, आप क्यों रो रहे हैं?' ऋषि शिलाद ने उन्हें उनकी अलप्यु (कम उम्र) के बारे में बताया। यह सुनकर नंदी जोर से हँसे और बोले— 'रघुनिवर! मेरा जन्म स्वयं महादेव की कृपा से

हुआ है। जिसने मुझे भेजा है, वही मेरी रक्षा भी करेगा। आप शोक त्याग दें, मैं मृत्यु को जीतकर वापस आऊँगा।'

पिता के चरण स्पर्श कर नंदी वन में चले गए। उन्होंने भुवन नदी के किनारे बैठकर भगवान् शिव का ध्यान शुरू किया। नंदी ने 'रुद्र मंत्र' का ऐसा कठोर जाप किया कि वे समाधि में लीन हो गए। उन्होंने नभूष की सुघं थी, न प्यास की और न ही काल (मृत्यु) का भय। बालक नंदी की ऐसी कठोर तपस्या देखकर पूरा ब्रह्मांड डोलने लगा। अंततः भगवान् शिव और माता पार्वती स्वयं वहाँ प्रकट हुए। शिवजी बोले— 'वत्स नंदी! नेत्र खोलो। मैं तुम्हारी भक्ति से अत्यंत प्रसन्न हूँ।'

जैसे ही नंदी ने आँखें खोलीं, सामने साक्षात् महादेव को पाया। वे शिवजी के चरणों में गिर पड़े। भगवान् शिव ने नंदी को उठाकर अपने हृदय से लगा लिया और कहा— 'नंदी! तुम्हें मृत्यु का भय कैसा? तुम तो मेरे ही अंश हो। आज से तुम अजर और अमर हो। काल (मृत्यु) कभी तुम्हें छू भी नहीं पाएगा।'

उसी क्षण भगवान् शिव ने अपनी स्वयं की माला उतारकर नंदी के गले में डाल दी। इस माला के पड़ते ही नंदी दिव्य हो गए। शिवजी ने घोषणा की कि आज से तुम मेरे सभी गणों के स्वामी (गणाध्यक्ष) होगे। तुम्हें 'नंदीश्वर' के नाम से पूजा जाएगा। तुम मेरे सबसे प्रिय वाहन बनोगे और मेरे निवास कैलाश के मुख्य द्वारपाल रहोगे। मेरी आज्ञा के बिना कोई मेरे दर्शन नहीं कर पाएगा। जहाँ मैं रहूँगा, वहाँ तुम रहोगे। तुम मेरे परम सखा हो। शिवजी ने वहीं सभी देवताओं के सामने नंदी का अभिषेक किया और बाद में उनका विवाह मरुत की पुत्री सुयशा के साथ संपन्न हुआ।

इस प्रकार, अपनी अटूट भक्ति और विश्वास के बल पर नंदी जी ने न केवल अपनी मृत्यु को टाला, बल्कि भगवान् शिव के सबसे करीब और पूजनीय बन गए। इसीलिए कहा जाता है कि शिव की पूजा नंदी के बिना अधूरी है। (स्रोत: शिव महापुराण, शतरुद्र संहिता)

प्रेम से बोलिए— नंदीश्वर भगवान् की जय! हर हर महादेव!

देश की न्याय व्यवस्था पर बढ़ता बोझ: 5.41 करोड़ लंबित मामलों ने खड़ा किया गंभीर संकट

परिवहन विशेष न्यूज

“यदि न्यायिक सुधारों को लेकर त्वरित और प्रभावी कदम नहीं उठाए गए, तो न्याय में देरी की यह समस्या देश की लोकतांत्रिक और संवैधानिक व्यवस्था के लिए और भी गंभीर चुनौती बन सकती है।”

- टाकुर संजीव कुमार सिंह

नई दिल्ली। न्यायहित में, संवैधानिक संकट की इस गंभीर स्थिति पर चिंता व्यक्त करते हुए सुप्रीम कोर्ट के वरिष्ठ अधिवक्ता एवं कांग्रेस के राष्ट्रीय नेता टाकुर संजीव कुमार सिंह ने कहा कि देश की न्याय व्यवस्था इस समय अभूतपूर्व दबाव से गुजर रही है। निचली अदालतों से लेकर हाई कोर्ट और सुप्रीम कोर्ट तक लंबित मामलों की संख्या 5 करोड़ 41 लाख के पार पहुंच चुकी है। यह आंकड़ा न केवल न्यायिक प्रणाली की क्षमता पर सवाल खड़ा करता है, बल्कि आम नागरिकों को समय पर न्याय मिलने की संवैधानिक गारंटी के लिए भी गंभीर चुनौती बनता जा रहा है।

नेशनल ज्यूडिशियल डेटा ग्रिड (एनजेडीजी) के 28 दिसंबर 2025 तक के

आंकड़ों के अनुसार, देशभर की निचली अदालतों में ही 4.76 करोड़ मामले लंबित हैं। इनमें से 3.65 करोड़ मामले आपराधिक प्रकृति के हैं, जबकि शेष सिविल विवादों से जुड़े हैं। इसके अतिरिक्त, देश के विभिन्न हाई कोर्ट में 63.67 लाख और सुप्रीम कोर्ट में करीब 19.89 हजार मामले विचाराधीन हैं।

अदालतों में लंबित मामलों और खाली पद

उन्होंने कहा कि न्यायिक पेंडेसी की गंभीरता को जजों के खाली पद और भी बढ़ा रहे हैं। सुप्रीम कोर्ट में एक पद रिक्त है, जबकि हाई कोर्ट्स में 297 जजों के पद खाली पड़े हैं। निचली अदालतों में यह संख्या और भी चिंताजनक है, जहां 4,855 पद रिक्त हैं। अकेले दिल्ली हाई कोर्ट में ही 15.85 लाख मामले लंबित हैं, जो शहरी न्याय प्रणाली पर बढ़ते दबाव को दर्शाता है।

संवैधानिक संकट की चेतावनी

इस गंभीर स्थिति पर उन्होंने आगे कहा कि न्यायिक मामलों का बढ़ता बोझ अब केवल आंकड़ों की समस्या नहीं रह गया है, बल्कि यह एक संभावित संवैधानिक संकट का रूप ले चुका



है। उन्होंने कहा कि करोड़ों मामलों की पेंडेसी न्याय तक सार्थक पहुंच को प्रभावित कर रही है और तत्काल न्यायिक सुधारों की आवश्यकता है।

संजीव कुमार सिंह के अनुसार, सुप्रीम कोर्ट

में लंबित मामलों का बड़ा हिस्सा विशेष अनुमति याचिकाओं (एसएलपी) का है, जिनमें अधिकांश सेवा, भूमि विवाद तथा सामान्य दीवानी और आपराधिक अपीलें से जुड़े हैं। ऐसे मामलों का निपटारा हाई कोर्ट स्तर पर ही हो

जाना चाहिए था।

जोनल बेंच की आवश्यकता

उन्होंने समाधान के तौर पर सुप्रीम कोर्ट की जोनल बेंच की स्थापना पर गंभीरता से विचार करने की वकालत की। उत्तर, दक्षिण, पूर्व और

पश्चिम में चार स्थायी जोनल बेंच और नई दिल्ली में स्थायी संविधान पीठ की स्थापना से न्याय तक पहुंच का विकेंद्रीकरण संभव होगा। इससे वादियों को होने वाली भौगोलिक और आर्थिक परेशानियों कम होंगी और न्याय प्रक्रिया अधिक प्रभावी बन सकेगी।

सरकार और न्यायपालिका की पहल

गौरतलब है कि नवंबर में शपथ ग्रहण से पहले जस्टिस सूर्यकांत ने भी पेंडेसी को अपनी प्राथमिकताओं में शीर्ष पर रखा था। उन्होंने कहा था कि उपलब्ध संसाधनों का बेहतर उपयोग कर लंबित मामलों को कम करने के लिए एक कदम उठाए जाएं। वहीं, पिछले वर्ष 11 जुलाई को विधि मंत्रालय ने केंद्र सरकार के विभिन्न मंत्रालयों और विभागों को निर्देश जारी किए थे कि जिन मामलों में संस्कार पंक्षकार है, उनके शीघ्र निपटारे को सुनिश्चित किया जाए।

आखिर में श्री सिंह ने कहा स्पष्ट है कि यदि न्यायिक सुधारों को लेकर त्वरित और प्रभावी कदम नहीं उठाए गए, तो न्याय में देरी की यह समस्या देश की लोकतांत्रिक और संवैधानिक व्यवस्था के लिए और भी गंभीर चुनौती बन सकती है।

कक्षा की दीवारों से बाहर शिक्षा: अनिवार्य उपस्थिति की वैचारिक पड़ताल

- डॉ सत्यवान सौरभ

उच्च शिक्षा का मुख्य उद्देश्य केवल छात्रों को डिग्री देना या उन्हें एक निश्चित संघे में ढालना नहीं है। इसका सार यह भी है कि एक छात्र को उसकी बेंडियों से मुक्त कर एक चिंतनशील नागरिक बनाना जो स्वतंत्र सोच के योग्य हो। फिर भी भारतीय कॉलेजों और विश्वविद्यालयों ने एक-एसी प्रणाली लागू की है जहाँ हर छात्र को कक्षा में उपस्थित होना अनिवार्य है, और यह डिग्री शिक्षा की सीमा है, और इससे अधिक रूढ़िवादी और अनुशासन नहीं है। यदि किसी की उपस्थिति का भौतिक स्थान सीखने के लिए एक पूर्वापेक्षा बन जाता है, तो ज्ञान यांत्रिक हो जाता है, जिससे जिज्ञासा, संवाद और आलोचनात्मक सोच जैसे अन्य तत्व बाहर हो जाते हैं। ऐसी परिस्थितियों में, सभी छात्र सीखने की खुशी या बौद्धिक जिज्ञासा नहीं, बल्कि नियमों और दंड से प्रेरित होते हैं। ऐसे वातावरण में, इस मुद्दे के नैतिक और कानूनी आयाम को दिल्ली उच्च न्यायालय के हालिया बयानों द्वारा रेखांकित किया गया है। न्यायालय ने दोहराया कि छात्रों को परीक्षा देने या अकादमिक रूप से आगे बढ़ने का अवसर न देना, यदि उन्होंने रिकटोर उपस्थिति मानदंड के अनुसार अपने प्रदर्शन का कम से कम एक अंश दिखाया है, तो यह शिक्षा के हानिकारक कारण का अपमान है। ये बयान इस दृष्टिकोण को व्यक्त करते हैं कि, आज तक, उच्च शिक्षा में छात्र केवल बच्चे नहीं हैं, वे अधिक परिपक्व लोग हैं, जिन्हें अनुभव के साथ आने वाले आत्म-अनुशासन और जिम्मेदारी की आवश्यकता होती है। शिक्षा का मूल्य वास्तव में सीखने की क्षमता के अनुसार मूल्यांकन किया जाना चाहिए, न कि केवल कुछ पाठों में बैठने के अनुसार, न्यायालय ने निष्कर्ष निकाला। यह भारतीय विश्वविद्यालय संस्थानों में परंपरिक प्रथा को चुनौती देता है जो उपस्थिति को शैक्षिक योग्यता का मुख्य प्रतिबिंब मानता है। इन परिप्रेक्ष्यों के भीतर पाउलो फ्रेरे की 'आलोचनात्मक शिक्षाशास्त्र' और विशेष रूप से उनका 'बैंकिंग मॉडल' प्रचलित शैक्षिक मॉडल को एक शक्तिशाली

आलोचना प्रस्तुत करता है। शिक्षण के उस

चरित्र के द्वारा जिसमें शिक्षक ज्ञान के जमाकता होते हैं और छात्र निर्भर प्रकृति होते हैं, एक शैक्षिक प्रक्रिया प्रेरें के अनुसार असंतुलित रहती है। इस बैंकिंग मॉडल में, शिक्षक बैंक का दिल होता है, और छात्र मूल रूप से, आज्ञाकारी उपभोक्ता होता है। अनिवार्य उपस्थिति की धारणा केवल इस मॉडल को मजबूत करती है, क्योंकि अब यह छात्र की उपस्थिति है न कि सीखने की गुणवत्ता। इस तरह, शिक्षा संवाद और सहयोग का कार्य बनना बंद कर देती है और नियंत्रण और नियंत्रण का तंत्र बन जाती है। ऐसे सिस्टम के नैतिक परिणाम गंभीर होते हैं। जैसे ही स्कूल छात्रों को नियमों का पालन करने वालों की श्रृंखला के रूप में देखना शुरू करते हैं, वे उनकी स्वायत्तता और गरिमा छीन लेते हैं। शिक्षा, जो स्वतंत्र सोच और आत्मनिर्भरता को उत्पन्न करने का साधन है, अनुशासन उपकरण बन जाती है। और वहीं, उन्हें यह प्रतिक्रिया मिलती है कि उनका उपस्थिति महत्वपूर्ण है, यदि नहीं तो उनकी पढ़ाई, या प्रश्न पूछने के लिए एकमात्र है। समय के साथ, यह मानसिकता स्थापित हो जाती है, कि सीखना बाहरी उत्तेजनाओं के सामने किया जाता है, आंतरिक प्रेरणा के पक्ष में नहीं। नैतिक रूप से, यह आज्ञाकारिता के लिए शिक्षा है, स्वतंत्रता के लिए नहीं। अनिवार्य उपस्थिति के इस कठोर दृष्टिकोण से छात्र स्तर पर कई समस्याएं उत्पन्न होती हैं। उच्च शिक्षा कई मायनों में आज तक की तुलना में अधिक जटिल और बहुआयामी है। नए प्रकार के सीखने और अवसर मौजूद हैं जिनमें ऑनलाइन संसाधन, वेब-आधारित सामग्री, अनुसंधान जर्न, परियोजनाएं और फोडबैक शामिल हैं। इसके साथ कहा गया है, उपस्थिति केवल कक्षा में बैठने जितनी महत्वपूर्ण है, जिसका अर्थ है कि ये सफल, वैकल्पिक सीखने के तरीके नजर अंदाज किए जाते हैं। यह शिक्षा को मानक और विशिष्ट बनाता है, क्योंकि ज्ञान का क्षेत्र लगातार बढ़ रहा है और गतिशील है। अनिवार्य उपस्थिति नीति



सामाजिक और आर्थिक असमानताओं को और बढ़ा देती है। ऐसे छात्र हैं जो आर्थिक कारणों से अंशकालिक काम कर रहे हैं, माता-पिता जो अपने सभी बच्चों की देखभाल कर रहे हैं, कुछ जो स्वास्थ्य समस्याओं से जूझ रहे हैं, और कई जिन्हें अभी नौकरी नहीं मिली है। ऐसी कठोर उपस्थिति नियम इन विविध परिस्थितियों को नजर अंदाज करते हैं और सभी छात्रों के लिए एक ही उपस्थिति मानक लागू करते हैं। इस संदर्भ में दिल्ली उच्च न्यायालय की चिंता महत्वपूर्ण है, इस अर्थ में कि यह अन्याय और देखभाल के हमले के तहत शिक्षा का मामला है, यह जोर महत्वपूर्ण है क्योंकि यह निहित करता है कि शिक्षा को न्याय और मानव संवेदनशीलता के संदर्भ से जांचा जाना चाहिए। जब यह छात्रों की वास्तविक स्थिति से अवगत नहीं होता है, जहां वे अपने जीवन में हैं, हम समान अवसर नहीं दे सकते हैं। सामान्य अवसरों के बहुत अंधाधुनक पतली हो जाती है। प्रेरें की आलोचनात्मक शिक्षाशास्त्र में, शिक्षा का उपयोग सामाजिक परिवर्तन के एक साधन के रूप में किया जाता है। उनके अनुसार, शिक्षा की भूमिका केवल ज्ञान प्रदान करना नहीं है बल्कि चेतना को प्रोत्साहित करना भी है, छात्रों को एक-नौव प्रदान करना जो उन्हें अपने सामाजिक, राजनीतिक और सांस्कृतिक वातावरण के साथ आलोचनात्मक रूप से जुड़ने और प्रभाव डालने के लिए सशक्त बनाता है। बैंकिंग मॉडल के अभाव के साथ, बैंकिंग मॉडल छात्रों को यथास्थिति बनने के लिए सिखाता है।

जब शिक्षा को अनिवार्य उपस्थिति के माध्यम से नियंत्रण और अनुशासन के साथ जोड़ा जाता है, तो यह आलोचनात्मक चेतना के गठन में बाधा बन जाती है। यथास्थिति को चुनौती देने और विभिन्न दृष्टिकोणों को देखने के बजाय, छात्र सीखते हैं कि सुरुआत नियमों के अनुसार उपस्थिति में निहित है। भारतीय उच्च शिक्षा में ऐतिहासिक और संरचनात्मक स्तरों पर, हमें समस्या मिलती है। औपनिवेशिक स्कूलिंग सिस्टम ने प्रशासनिक नियंत्रण और अनुशासन को शिक्षा के मौलिक स्तंभ बना दिया था। स्वतंत्रता के बाद भी कई स्कूल अनजाने में इस ही प्रतिमान में उलझ गए। अनिवार्य उपस्थिति उसी परंपरा का हिस्सा है जो नियंत्रण बनाए रखने की है; शिक्षा को एक नौकरशाही प्रक्रिया की तरह चलाया जाता है। अंतरराष्ट्रीय स्तर पर, उच्च शिक्षा अधिक लचीले, छात्र-केंद्रित और संवाद-आधारित दृष्टिकोणों की ओर बढ़ रही है। दूसरा, उपस्थिति और सीखने का सीधा और प्राकृतिक संबंध नहीं है। कुछ छात्रों के लिए, शिक्षक या शिक्षक-जारीभक्त गतिविधि उन्हें एक उद्देश्य की भावना प्रदान करती है जब वे केवल एक बैठक में भाग लेने में संतुष्ट होते हैं लेकिन एक निष्क्रिय तरीके से भाग लेते हैं, जबकि ये सभी छात्र अपने स्वयं के अध्ययन, चर्चा और अनुसंधान के साथ अधिक सीखते हैं और विश्वविद्यालय उपस्थिति को सीखने के साथ बराबर करते हैं - वे इस जटिलता को नजर अंदाज करते हैं। ऐसा करने में, शैक्षिक गुणवत्ता को केवल उपस्थिति पर आंका जा

सकता है। इसलिए, जो हम जानते हैं उसका वास्तविकता में बहुत कम आधार है। उपरोक्त स्थिति को ध्यान में रखते हुए, दिल्ली उच्च न्यायालय की टिप्पणियों को उच्च शिक्षा की नीतियों का पुनर्मूल्यांकन करने के लिए एक वाहन के रूप में देखा जा सकता है। उनके लेस के माध्यम से, अदालतें तर्क देती हैं, शिक्षा सीखने के बारे में होनी चाहिए, न कि दंड के बारे में। उपस्थिति को पूरी तरह से समाप्त करना अव्यावहारिक हो सकता है, लेकिन यहाँ बहुत कुछ दांव पर है, जिसमें इसे अनिवार्य और गंभीर बनाना शामिल है। हमें उपस्थिति को सीखने के लिए एक अतिरिक्त सहायता के रूप में देखना चाहिए न कि स्वयं अंत लक्ष्य के रूप में। यदि हमारी शिक्षा संवाद, भागीदारी और साझेदारी के माध्यम से समृद्ध होती है, तो प्रेरें का शिक्षाशास्त्रीय दृष्टिकोण हमें दिखाता है कि कैसे। जब शिक्षक और छात्र सीखने की प्रक्रिया में साझेदारी के रूप में काम करते हैं, तो सीखना जीवंत और मूल्यवान हो जाता है। शिक्षा को मानवीय और लोकतांत्रिक बनाना चाहिए, यदि विश्वविद्यालयों में संस्थान सीखने की गुणवत्ता, भागीदारी और आलोचनात्मक संवाद को महत्व देते हैं और अनिवार्य नामांकन की गारंटी नहीं देते हैं। इस प्रकार छात्र न केवल पाठ्यक्रम को पूरा करेंगे, बल्कि समाज के प्रति अपनी जिम्मेदारी के बारे में भी ज्ञान प्राप्त करेंगे। अंत में, प्रश्न उपस्थिति का नहीं है, बल्कि हमारी समझ का है कि शिक्षा क्यों है। यदि शिक्षा को केवल अनुशासन और नियंत्रण की प्रणाली के रूप में देखा जाता है, तो यह बैंकिंग मॉडल के संदर्भ में सीमित रहेगी। लेकिन अगर शिक्षा चेतना, स्वतंत्रता और बौद्धिक विकास का वाहन है, तो अनिवार्य उपस्थिति जैसी नीतियों पर सवाल उठाना एक आवश्यकता होनी चाहिए। दिल्ली उच्च न्यायालय द्वारा प्रस्तावित सुझाव और पाउलो फ्रेरे के विचार इस तरह सोचने के लिए मार्गदर्शन के रूप में काम करते हैं: भारतीय विश्वविद्यालयों में शिक्षा का उद्देश्य समर्पण नहीं है; यह प्रबंधन, संवाद और मानवता का विकास है।

आज जो कुछ आप दे रहे हो, वही आपके पास लौटकर आएगा.यही सत्य है



कृष्ण कुमार छावड़ा

जब तक करनी और कथनी में अंतर रहेगा, तब तक किसी भी रिश्ते की नींव मजबूत नहीं हो सकती।

इसलिए दिल,जबान और व्यवहार में एक जैसा होना जरूरी है, तभी सभी रिश्ते गहराई से और दूर तक चलते हैं।

लेकिन अफसोस लोग ऐसा करते नहीं, उनके दिल में कुछ और होता है,कथनी में कुछ और होता है और व्यवहार में कुछ और होता है।

तभी आपस में दूरियों बढ़ती हैं, इसीलिए अच्छे से अच्छा रिश्ता भी कमजोर हो कर टूट जाता है। आप क्या सोचते हैं यह आपके ऊपर है।

* ईंसान को अपने जीवन को पल-पल बदलना चाहिए।

* समय के साथ चलना चाहिए।

* नई-नई बातें सीखनी चाहिए,लेकिन इन सब के साथ,आपको अपने संस्कार नहीं भूलने चाहिए,जो कि सबसे उत्तम धन है।

* जब पुराने और नए का मेल होता है तो उस जैसी कोई बात नहीं होती, क्योंकि जोश के साथ होश का होना भी जरूरी है।

कहते हैं कि आप अपने माता-पिता के दिए हुए संस्कार और अपने धर्म के संस्कार को कभी मत छोड़ो, क्योंकि ईंसान जो देता है, वही पलट कर उसके पास आता है।

आज अगर आप सभी को इज्जत सम्मान देते हैं और प्यार से बात करते हैं तो आज भले ही आप को उसका फल ना मिले, लेकिन आपकी चीज आपके पास लौट कर आएगी और आप एक सम्मान पाने वाले व्यक्ति बनेंगे।

जो लोग दूसरों की इज्जत नहीं करते, उनके व्यवहार कपट से परिपूर्ण होता है।

ऐसे लोगों की कोई भी आने वाले समय में इज्जत नहीं करता क्योंकि आज जो कुछ आप दे रहे हो वही आपके पास लौटकर आएगा।

यही सत्य है आप क्या सोचते हैं यह आप पर निर्भर करता है।

राजनैतिक व्यंग्य-समागम : 1. अच्छा लड़का धरमेन्दर : विष्णु नागर

1. अच्छा लड़का धरमेन्दर : विष्णु नागर

धरमेन्दर एक अच्छा लड़का है। इतना अच्छा लड़का है कि उसे भी लगता है कि वह बहुत ही अच्छा लड़का है। उसकी दुआ है कि हर मां-बाप को उस जैसी संतान हो। वह हर लड़के को देखकर मन ही मन तुलना करता है कि यह मेरे जैसा अच्छा लड़का है या नहीं है और हर बार वह यह जानकर खुश हो जाता है कि उसके जैसा अच्छा लड़का कोई हो ही नहीं सकता। वह सोचता तो यह भी है कि उसके जैसा लड़का ही क्या, लड़की भी शायद ही कोई इस दुनिया में हो, मगर इस बारे में वह निश्चय नहीं कर पाता, क्योंकि लड़कियां उसे बहुत अच्छी लगती हैं। हो सकता है, उनमें उस जैसी कोई पूरी तरह नहीं तो 80 प्रतिशत हो, मगर उस जैसी सौ-फीसदी अच्छी तो कोई हो ही नहीं सकती। वह सुरक्षित। वह सुरक्षित है। वह हर दिन अपनी मम्मी से पूछता है कि मम्मी मैं एक अच्छा लड़का हूँ न! मैं कहती हूँ, हां मेरे लाल, तेरे जैसा अच्छा लड़का, दुनिया में कोई नहीं। मैं भी नहीं, तेरे पापा भी नहीं, कोई और भी नहीं। भगवान भी नहीं। वह पिता से पूछता है। 'खुश हो जाएगा क्या। तो वह कह देते हैं। एक दिन उन्होंने कहा कि हमसे तो रोज पूछते हो, मगर तुम ये तो कभी नहीं कहते कि पापा, आप बहुत अच्छे हो, मम्मी, तुम बहुत अच्छी हो। वह सोच में पड़ गया। मजबूरी में कह तो दिया कि आप दोनों बहुत अच्छे हो, मगर वह जानता था कि वही सबसे अच्छा है। मां-बाप में वह बात कहाँ, जो उसमें है!

धरमेन्दर के घर में रोज किसी नरेंद्र की तारीफ होती रहती थी। रोज शाम को कोई आ जाता और नरेंद्र की तारीफ शुरू हो जाती। उस दौरान कोई गलती से भी धरमेन्दर की तारीफ नहीं करता था धरमेन्दर को इसका बहुत बुरा लगता। उससे अच्छा

भी इस दुनिया में कोई हो सकता है? पता चला, यह वही नरेंद्र है, जो रोज अखबार में आता है, टीवी में भेस बदल-बदल कर छाता है। सड़क पर जिसका फोटो टंगा मिलता है।

एक दिन धरमेन्दर ने अपने पापा से पूछा, पापा, क्या ये नरेंद्र, मुझे भी अच्छा है? पापा ने मुस्कराते हुए कहा, जाओ, बेटा खेले। इसके आगे कुछ नहीं कहा। धरमेन्दर ने सोचा, जरूर नरेंद्र मुझसे अच्छा है। अब नरेंद्र, धरमेन्दर का आदर्श बन गया। उसका लक्ष्य अब नरेंद्र बनना था।

धरमेन्दर को अब जहां भी नरेंद्र की तस्वीर दिख जाती, उसके वह हाथ जोड़ना नहीं भूलता। एक बार साइकिल से जा रहा था, तो उसे नरेंद्र की तस्वीर दिख गई। उसे ध्यान नहीं रहा और दोनों हाथ छोड़कर हाथ जोड़ने के चक्कर में अपने हाथ-पैर लड़ गया। इससे उसकी नरेंद्र के प्रति श्रद्धा बढ़ गई। वह नरेंद्र का नाम जहां सुनता, वहां श्रद्धा से उसका सिर झुक जाता। उसकी आवाज सुनता, तो सब काम छोड़कर उसकी वाणी का आनंद लेने लगता। स्कूल में भी नरेंद्र-नरेंद्र का जान पड़ता। वह नरेंद्र की तरह बोलता। नरेंद्र की तरह बातें को, पैड़ों को, हवा को टाटा किया करता। उसके सब साथी उससे ऊबने लगे थे। उसे चिढ़ाने लगे थे। धरमेन्दर को पालन समझने लगे थे। साथी, जितना उसे पालन समझते, उतना ही उसका नरेंद्र बनने का संकल्प मजबूत होता जाता था।

वह बिना टिकट एक दिन दिल्ली पहुंच गया। लोक कल्याण मार्ग पर उसे बार बार चक्कर लगाता देख पुलिस ने उसे पकड़ लिया। फिलहाल वह जेल में है। वहां उससे पूछताछ जारी है। वहां भी वह नरेंद्र-नरेंद्र का अहर्निश जाग किया करता है। उसे उन्मीद है कि एक दिन नरेंद्र-नरेंद्र खुद आएंगे। जेल से उसे छुड़ाकर ले जाएंगे और अपनी भक्ति का आदर्श बताते हुए उसे युवाओं के सामने पेश करेंगे। उस दिन तालियों की गड़गड़ाहट से दुनिया का आकाश गुंज जाएगा। नरेंद्र की भी एक दिन सब भूल जाएगा। सब धरमेन्दर-धरमेन्दर करेंगे।

(कई पुरस्कारों से सम्मानित विष्णु नागर साहित्यकार और स्वतंत्र पत्रकार हैं। जनवादी लेखक संघ के उपाध्यक्ष हैं।)



2. 2026: हिंदू राष्ट्र आरंभ है... आही

गया, कोई शक! : राजेंद्र शर्मा

साल का आखिरी दिन था। रात आठ बजे थे। देश के सारे टेलीविजनों पर अचानक एक अति, परम, घनघोर विशेष प्रसारण शुरू हो गया। राष्ट्र के नाम संदेश। किसका संदेश? और किसका, सर्वोच्च नेता का संदेश!

मेरे प्यारे परिवारी जनों, नव वर्ष की पूर्व-संध्या में मैं आप सब को अपनी हार्दिक शुभकामनाएं देता हूँ और आपके तथा राष्ट्र के मंगल की कामना करता हूँ। आप कहेंगे, बस इतना? इसी के लिए राष्ट्र के नाम संबोधन, वह भी रात आठ बजे वाला? अपने परिवारी जनों का यही अति-आकांक्षी होना मुझे सबसे ज्यादा पसंद है! जो है, हमेशा उससे ज्यादा की आकांक्षा करना। और तो और मुझ को रेवडियां भी मिल रही हों, तो भी मेरे देशवासियों को एम्प्ट्यू चाहिए।

सुना है कि बिहार में खातों में दस हजार पहुंचने के बाद, जीविका दीर्घायं अब नीतीशा बाबू से दो लाख की उम्मीद ही नहीं, बाकायदा मांग कर रही हैं। मध्य प्रदेश में तो तीन हजार का वादा पूरा नहीं हुआ तो लाडली बहानाएं, लड़ाकी बहानाएं ही बन गयीं; बेचारे अमित शाह को काले झंडे दिखाने पर उतर आये। मेरे देश के नौजवान तो इतने आकांक्षी हैं, इतने आकांक्षी हैं कि उनके बल पर हम राष्ट्र को तेज रफ्तार नहीं, तूफानी उड़ान देने जा रहे हैं। मस्जिदों के आगे नाचने-गाने का, गिरजों में तोड़फोड़ मचाने का,

कभी गोरक्षा, तो कभी बांग्लादेशी भगाओ के नाम पर लिंगिंग का रोजगार मिला हुआ है और इसमें बोदी-बोदी करना भी जोड़ दें तो, लगभग फुल टाइम रोजगार मिला हुआ है। फिर भी मेरे नौजवान आए दिन नौकरी नहीं, तो भर्ती परीक्षा के रिजल्ट की मांग को लेकर सड़कों पर उतर आते हैं और कभी लिखऊ तो कभी पटना, कभी भोपाल तो, कभी दिल्ली में लाठियों खाकर ही वापस जाते हैं। पर लाठियों खाने के बाद मेरे भाई और भी जोर से बोदी-बोदी चिल्लाते हैं!

मेरे प्यारे बहनों, भाईयों, आपका यह बेटा, आज आपको सचमुच की शुभकामना देने आया है। आपका यह भाई आपका नया वर्ष सचमुच शुभ बनाने आया है। आपका यह प्रधान सेवक आपको एक बहुत बड़ा गिफ्ट देने आया है। सचमुच बड़ी खुशखबरी, एक खुशखबरी, जिसका हम और आप सब, एक हजारा साल से ज्यादा से इंतजार कर रहे थे। बेशक, राम मंदिर की खुशखबरी का भी आपने एक हजार साल इंतजार किया था। वह पल वाकई युग परिवर्तन का पल था, जब हजारों वर्ष के वनवास के बाद, प्रभु श्रीराम की अयोध्या वापसी हुई थी। आप सब के आशीर्वाद से आपके इस सेवक को इधर-उधर भटकते रामलला को उंगली पकड़ाकर, अयोध्या में उन्नते नये आवास में पहुंचने का सौभाग्य प्राप्त हुआ था। पर वह खुशखबरी तो आपका यह सेवक आपको दो साल पहले ही दे चुका था। उसके बाद हुए चुनाव में तो आप खुशी से ऐसे मान हुए, ऐसे मान हुए कि, चुनाव

में अपने इस सेवक के निशान पर बटन दबाना तक भूल गए। रामलला आए के साथ, रामभक्त वनवास पर धाएँ तो पुरानी पड़ चुकीं। और तो और मंदिर पर धर्म ध्वजा फहराने की खुशखबरी भी पुरानी पड़ चुकी। मैं आपके लिए एकदम नयी खुशखबरी लाया हूँ। नया साल, नयी खुशखबरी। 2026, नया गिफ्ट!

बहनों, भाईयों, 31 दिसंबर की रात को आप सोएंगे धर्मनिरपेक्ष भारत में, और 1 जनवरी की सुबह आप जागेंगे, हिंदू राष्ट्र में। न धर्मनिरपेक्ष, न समाजवादी, जनतांत्रिक, संघात्मक वगैरह कुछ भी नहीं, बस खालिस हिंदू राष्ट्र। मुझे पता है कि आप में बहुत से तो नये साल को लाने के बाद ही सोने जाएंगे। आप इस बार नये साल के साथ एक नये भारत का स्वागत करेंगे -- हिंदू भारत। माने भारत हिंदू तो पहले से ही था, हमेशा से। इसीलिए, तो सनातन को सनातन कहते हैं। पर बीच में हिंदू भारत कहीं खो- सा गया था। वैसे ही जैसे रामलला खो-से गए थे। और आप का जो बोदी राम को लाया है, वही बोदी हिंदू राष्ट्र को लाएगा। दो साल पहले राम जी की वापसी। अब हिंदू राष्ट्र की वापसी। आप देख लींजिएगा यह बोदी एक-एक कर हर उस चीज को वापस लाएगा, जो एक हजार सालों में या उससे भी ज्यादा में कहीं खो-सी गयी थी। चतुर्वर्ण व्यवस्था भी। ब्राह्मण की सर्वोच्चता और शूद्र की नीचाई भी। औरतों को अनुशासन में रखने की पुड्डा व्यवस्था भी। जरूरत पड़ी तो, सती प्रथा भी। बस आप अपना आशीर्वाद बनाए रखिएगा। और हां! चुनाव में वोट भी देते रहिएगा। ऐसा नहीं हो कि इस बार की तरह, फिर से इतने ज्यादा खुश हो जाएं, कि अपने प्रधान सेवक को वोट देना ही भूल जाएं। आप तो समझते ही हैं, वोट नहीं मिलेगा, तो आपके सेवक को आपकी सेवा करते रहने का मौका कैसे मिलेगा? क्या कहा दूसरे तरीकों से। पर भारत को पहले वहां तक पहुंचने तो हींजिए।

बहनों, भाईयों, वह मत भूलना कि राम लला को वापसी हो या हिंदू राष्ट्र की, कोई भी वापसी आसान नहीं थी। आपके आशीर्वाद से कामयाबी मिली जरूर है, पर इसके लिए आपके इस सेवक को बहुत संघर्ष करना

पड़ा है। अठारह-अठारह घंटे काम करना पड़ा है। देश-दुनिया में लगातार भटकना पड़ा है। हर वक्त चुनावी मुद्रा में रहना पड़ा है। बहुत बार तो विरोधियों तो विरोधियों, अपनों के विरोध का भी गरल पीना पड़ा है। पर बाबा विश्वनाथ की कृपा से, अपना यह सेवक भी नीलकंठ बनकर सारा विष पी गया है और हिंदू राष्ट्र खींचकर लाने वालों को अमृत का कलश मिल गया है। तभी तो विरोधी तो विरोधी, संविधान, अदालतें, मीडिया कोई कुछ नहीं कर पाया, और हिंदू राष्ट्र बनता चला गया। और अब वह खड़ी आ गयी है जब मां भारती का यह बेटा, गर्व के साथ यह घोषणा कर सकता है कि 2025 के साथ, पुराने भारत का अंत हो रहा है और 2026 की भोर की किरणों के साथ, यह विश्व एक नये राष्ट्र का उदय देखेगा -- हिंदू राष्ट्र का।

बहनों, भाईयों, आपके इस सेवक की भी हार्दिक इच्छा थी कि 2025 के आखिरी दिन और 2026 के पहले दिन की मध्य रात्रि में, संसद का विशेष सत्र होता और उसमें हिंदू राष्ट्र की जीत की घोषणा का साफ खंडन कर दिया। कहां कि जब खुद भागवत ने कह दिया है कि हिंदू राष्ट्र की घोषणा नहीं भी हो, तो फर्क नहीं पड़ेगा, फिर फोदी हिंदू राष्ट्र की घोषणा क्यों करेंगे? पता 8 बजे वाला प्रसारण ही नहीं हुआ। नफे चैनल, प्रसारण समेत डिजिटल अंधेरे में गायब हो गया।

(2026 आया, पर हिंदू राष्ट्र साथ में नहीं आया। सरकार ने हिंदू राष्ट्र की घोषणा का साफ खंडन कर दिया। कहां कि जब खुद भागवत ने कह दिया है कि हिंदू राष्ट्र की घोषणा नहीं भी हो, तो फर्क नहीं पड़ेगा, फिर फोदी हिंदू राष्ट्र की घोषणा क्यों करेंगे? पता 8 बजे वाला प्रसारण ही नहीं हुआ। नफे चैनल, प्रसारण समेत डिजिटल अंधेरे में गायब हो गया।)

(लेखक वरिष्ठ पत्रकार और 'लोकलहर' के संपादक हैं।)

डिजिटल संसार में सेहत के जोखिम



● विजय गर्ग



बच्चों के मामले में यह स्थिति और भी संवेदनशील है। उनका दिमाग अभी विकसित हो रहा होता है। 'विजुअल प्रोसेसिंग' यानी दृश्य प्रसंस्करण वह क्षमता है, जिससे बच्चा आकार, रंग, दूरी, दिशा और गति को समझता है। दृश्य स्मृति वह शक्ति है, जिससे वह देखी हुई जानकारी को याद रखता है, चाहे वह शब्दों का रूप हो, किसी का चेहरा हो या रास्ते की पहचान।

यह मानव स्वभाव है कि हर पीढ़ी अपने बच्चों को खुद से अधिक सुविधाएं देने का प्रयास करती है। मगर ऐसा लगता है कि आज की हमारी पीढ़ी ने अपने बच्चों को पूरी दुनिया एक छोटी सी स्क्रीन में सौंप दी है। बच्चे अब पहाड़, समुद्र, युद्ध, महामारी और उत्सव सब कुछ अंगुलियों के एक स्पर्श से देख सकते हैं, लेकिन सवाल यह है कि क्या दुनिया को समझ भी पा रहे हैं? या फिर सिर्फ सक्रियता को प्रभावित कर रही है। 'बेड-रॉटिंग' का अर्थ है- लंबे समय तक बिस्तर पर ही पड़े रहना और मोबाइल चलते रहना। पढ़ाई, मोबाइल, आराम सब कुछ एक ही जगह पर यह आदत अकसर धकान उदासी के नाम पर शुरू होता है रू होती है, लेकिन धीरे-धीरे जीवनशैली बन जाती है। विशेषज्ञों के अनुसार, जब बिस्तर केवल सोने की जगह न रहकर जागने और स्क्रीन देखने का

केंद्र बन जाता है, तो दिमाग को स्पष्ट संकेत नहीं मिलते। इसका सीधा असर नौद की गुणवत्ता और स्मृति निर्माण की प्रक्रिया पर पड़ता है। बच्चों के मामले में यह स्थिति और भी संवेदनशील है। उनका दिमाग अभी विकसित हो रहा होता है। 'विजुअल प्रोसेसिंग' यानी दृश्य प्रसंस्करण वह क्षमता है, जिससे बच्चा आकार, रंग, दूरी, दिशा और गति को समझता है। दृश्य स्मृति वह शक्ति है, जिससे वह देखी हुई जानकारी को याद रखता है, चाहे वह शब्दों का रूप हो, किसी का चेहरा हो या रास्ते की पहचान। इन क्षमताओं का विकास केवल किताबों या स्क्रीन से नहीं होता, बल्कि वास्तविक दुनिया के अनुभवों से होता है, जैसे खुली जगह, खेल, दौड़ना, चेहरे पढ़ना, और वस्तुओं को छूकर समझना आदि। लगातार बिस्तर पर रहकर एक सीमित दूरी से स्क्रीन देखना दृश्य अनुभव को संकुचित कर देता है। ऐसे में बच्चा तेज, चमकीली और लगातार बदलती तस्वीरों का आदी हो जाता है। तंत्रिका तंत्र

विज्ञान से जुड़े शोध बताते हैं कि इस तरह के एक-दूसरे दृश्य अनुभव से मस्तिष्क के ध्यान केंद्रित करने की क्षमता और दृश्य विशेष रकौशल कमजोर हो सकता है। इसका असर आगे चलकर पढ़ने-लिखने और समझने की क्षमता पर भी दिखता है। इसी सीमित दृश्य संसार में प्रवेश करती है 'डम स्क्रीलिंग' यानी नकारात्मक, डराने वाली और संकर से भरी सूचनाओं को बिना रुके देखते जाना महामारी, युद्ध, अपराध और आपदाओं की लगातार तस्वीरें बच्चों और किशोरों के मन में यह भावना बैठा देती है कि दुनिया असुरक्षित और भयावह है। अंतरराष्ट्रीय अध्ययनों के अनुसार, इस तरह की आदत चिंता, अवसाद और मानसिक थकान बढ़ाती है। चिंतित दिमाग न तो ध्यान केंद्रित कर पाता है और न ही नई जानकारी को ठीक से याद रख पाता है। इससे विपरीत हाल के वर्षों में 'ब्लूम-स्क्रीलिंग' की अवधारणा सामने आई है, यानी सकारात्मक, प्रेरक और ज्ञानवर्धक सामग्री को चुनकर देखना सही तरीके से अपनाया

जाए, तो यह बच्चों में जिज्ञासा, आशावाद और रचनात्मक सोच को बढ़ा सकता है। लेकिन समस्या यह है कि अधिकांश डिजिटल मंच बच्चों को सोच-समझकर चुनने की बजाय लगातार स्क्रील करते रहने के लिए डिजाइन किए गए हैं। एल्गोरिदम का उद्देश्य मानसिक विकास नहीं, बल्कि स्क्रीन-समय बढ़ाना होता है। 'बेड-रॉटिंग' और 'स्क्रीलिंग' संस्कृति का समग्र प्रभाव बच्चों की ध्यान क्षमता पर साफ दिखाई देता है शिक्षक बताते हैं कि बच्चे लंबे समय तक किसी पाठ पर ध्यान नहीं लगा पाते।

इस पर हुए अध्ययन इस बात का संकेत देते हैं कि अत्यधिक स्क्रीन-उपयोग से क्रियाशील स्मृति और अनुक्रमिक विचारशीलता कमजोर हो सकती है। नौद इस पूरी समस्या का केंद्र है। वैज्ञानिक रूप से यह स्थापित तथ्य है कि स्मृति विशेषकर दृश्य नौद के दौरान स्मरण शक्ति में स्थायित्व हासिल करने में स्क्रीन से भरी सूचनाओं को बिना रुके देखते रहते हैं, तो नौद की अवधि ही नहीं, उसकी गुणवत्ता भी घटती है। स्क्रीन से निकलने वाली नीली रोशनी मेलानोटोनिन हार्मोन को दबाती है, जिससे दिमाग को आराम का संकेत नहीं मिल पाता। नतीजतन अगला दिन थकान, चिड़चिड़ेपन और ध्यान भंग के साथ शुरू होता है। एक समय था, जब परिवार के बुजुर्ग बच्चों से कहकर रूप से पूछ लेते थे- 'कोई पहाड़ सुनाओ।' यह केवल गणित का अभ्यास नहीं था, बल्कि बच्चे की मानसिक सक्रियता को परखने। तरीका था। वैज्ञानिक दृष्टि से देखें, तो पहाड़ याद करना क्रियाशील स्मृति,

संपादकीय

चिंतन-मगन



अनुक्रमित प्रसंस्करण और दृश्य श्रवण समन्वय तीनों को सक्रिय करता है। बच्चे को अंकों को का दृश्य छवि बनानी होती है, क्रम याद रखना होता है और बिना रुके सही उत्तर देना होता है। तंत्रिका तंत्र विज्ञान बताता है कि ऐसी गतिविधियां मस्तिष्क के हास एजिमेन्ट को सक्रिय करती, जो ध्यान और स्मृति के लिए हैं। आज जब उत्तर एक क्लिक में स्क्रीन पर मिल जाता है, तो दिमाग को पार्थक्य बनाना चाहिए समाज का जगह है, पूरे दिन कि बिस्तर केवल सोने की जगह है, गतिविधियों केंद्र नहीं। स्क्रीन मुक्त समय और स्थान तय करना, बच्चों के साथ बैठकर रसमग्न चुनना तथा उनके डिजिटल अनुभव पर संवाद करना आज की जरूरत है। स्कूलों को भी अपनी भूमिका पर पुनर्विचार करना होगा। डिजिटल साक्षरता का अर्थ केवल तकनीक का इस्तेमाल नहीं, बल्कि यह समझना भी है कि इसमें परीसी जा रही रही सामग्री का बच्चों के दिमाग पर कैसा असर हो रहा है। बच्चों को यह सिखाना जरूरी है कि नकारात्मक सूचनाओं और सामग्री से मानसिक दूरी कैसे बनाई जाए और सकारात्मक जानकारी को कैसे चुना जाए। बच्चों का मानसिक और संज्ञानात्मक स्वास्थ्य केवल परिवार की नहीं, पूरे समाज जिम्मेदारी है। उम्र-आधारित शिक्षा-निर्देश, डिजिटल मंच की जवाबदेही और सार्वजनिक जागरूकता, तीनों पर एक साथ काम करने की जरूरत है।

सवाल यह है कि क्या बच्चों को स्क्रीन से अलावा भी देखने, चलने, खेलने और सोचने के पर्याप्त अवसर मिल रहे हैं? यदि नहीं, तो उनकी मामले दृश्य स्मृति और समझ अधूरी ही रह जाएगी। इस माता-पिता की भूमिका निर्णायक है। यह स्पष्ट होना चाहिए समाज का जगह है, पूरे दिन कि बिस्तर केवल सोने की जगह है, गतिविधियों केंद्र नहीं। स्क्रीन मुक्त समय और स्थान तय करना, बच्चों के साथ बैठकर रसमग्न चुनना तथा उनके डिजिटल अनुभव पर संवाद करना आज की जरूरत है। स्कूलों को भी अपनी भूमिका पर पुनर्विचार करना होगा। डिजिटल साक्षरता का अर्थ केवल तकनीक का इस्तेमाल नहीं, बल्कि यह समझना भी है कि इसमें परीसी जा रही रही सामग्री का बच्चों के दिमाग पर कैसा असर हो रहा है। बच्चों को यह सिखाना जरूरी है कि नकारात्मक सूचनाओं और सामग्री से मानसिक दूरी कैसे बनाई जाए और सकारात्मक जानकारी को कैसे चुना जाए। बच्चों का मानसिक और संज्ञानात्मक स्वास्थ्य केवल परिवार की नहीं, पूरे समाज जिम्मेदारी है। उम्र-आधारित शिक्षा-निर्देश, डिजिटल मंच की जवाबदेही और सार्वजनिक जागरूकता, तीनों पर एक साथ काम करने की जरूरत है।

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल मलोट पंजाब

ऊर्जा की जरूरतों का हरित विकल्प

डॉ विजय गर्ग

केंद्र सरकार ऊर्जा की कमी को पूरा करने के लिए हरित हाइड्रोजन को बढ़ावा दे रही है। सरकार का लक्ष्य हर वर्ष 50 लाख टन हरित हाइड्रोजन के जरिए ऊर्जा उत्पादन के क्षेत्र में एक बड़ी उपलब्धि हासिल करना। गौरतलब है हरित हाइड्रोजन उद्योग जिस तरह बड़े पैमाने पर स्थापित हो रहे हैं, ऐसे में उच्च क्षमता वाला बिजली उत्पादन और विभिन्न क्षेत्रों में ऊर्जा की आपूर्ति हासिल करना मुश्किल नहीं होगा। वर्तमान में वैश्विक हाइड्रोजन आपूर्ति के लिए जो विधि उपयोग में लाई रही है, वह सुगम और सस्ती है। मगर वहीं पर पर हाइड्रोजन ऊर्जा की आपूर्ति के आंकड़े वर्तमान सीमित हैं, क्योंकि दुनिया में करीबन 96.5 फीसद हाइड्रोजन हाइड्रोकार्बन से पैदा होती है। इसमें महज तकरीबन चार फीसद बिजली के इलेक्ट्रोलाइसिस (विद्युत अपघटन) द्वारा तैयार की जाती है। भारत सरकार चाहती कि जब तक हर गांव और बाजार मुहल्ले। ऊर्जा जरूरतें इसके जरिए न पूरी होने लगे, तब तक इसके लिए लगातार कोशिश करते रहना चाहिए। इससे जागरूकता आएगी और लोग हाइड्रोजन ईंधन की महत्ता को भी समझने लगेंगे

हाइड्रोजन आने वाले वक्त का ऊर्जा आपूर्ति का आधार बनेगा। हरित हाइड्रोजन में कार्बन उत्सर्जन कम करने और ऊर्जा के क्षेत्र में आत्मनिर्भरता हासिल करने की अपार क्षमता है। यह परिवहन और उद्योग में परंपरिक जीवाश्म ईंधन की जगह ले सकता है, जो ऊर्जा का एक निरंतर और विश्वसनीय स्रोत होगा। कह सकते हैं कि जीवाश्म ईंधन में कमी लाने वाला ऊर्जा विकल्प का सबसे बेहतर स्रोत हरित हाइड्रोजन बनने जा रहा है। आने वाले समय में शायद हर क्षेत्र में इसका इस्तेमाल होगा। जिंदगी को अधिक सुगम बनाने के लिए इसका उपयोग समाज के प्रत्येक वर्ग की जिंदगी को प्रभावित करेगा।

उत्तर प्रदेश जैसे कुछ बड़े राज्य स्वच्छ किफायती और टिकाऊ ऊर्जा के लिए बड़े सोलर पार्क, हरित हाइड्रोजन, विकेंद्रीकृत ऊर्जा, और माइक्रो ग्रिड के जरिए ऊर्जा जरूरतों को पूरा करने पर खास जोर दे रहे हैं। सरकार ने 2047 तक इस लक्ष्य को पूरा करने के लिए विशेषज्ञों के साथ मिल कर आगे की कार्ययोजना तैयार की है। इसी तरह की योजना देश के सभी राज्यों को तैयार करनी होगी, क्योंकि कार्बन-मुक्त ऊर्जा पैदा

करने के लिए जैव ऊर्जा सबसे किफायती है। इससे बेहतर दूसरा कोई विकल्प नहीं है। हरित हाइड्रोजन में कई संभावनाएं छिपी हैं। दरअसल, ऊर्जा क्षेत्र में कमी को पूरा करने के लिए सरकार हरित हाइड्रोजन को बढ़ावा दे रही है। नवीन एवं नवीकरणीय ऊर्जा मंत्रालय के अनुसार वैश्विक क्षमताओं को छूकर समझना आदि। लगातार बिस्तर पर रहकर एक सीमित दूरी से स्क्रीन देखना दृश्य अनुभव को संकुचित कर देता है। ऐसे में बच्चा तेज, चमकीली और लगातार बदलती तस्वीरों का आदी हो जाता है। तंत्रिका तंत्र

इन्फ्रा-रेंज ऊर्जा को बढ़ावा दिया जाएगा। यह परंपरिक जीवाश्म ईंधन की जगह ले सकता है, जो ग्रीन हाउस गैस उत्सर्जन में महत्वपूर्ण योगदान देता है। हरित हाइड्रोजन पर तीसरे अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन में बताया गया कि भारत निर्धारित लक्ष्य हासिल कर लेगा। यह इसलिए महत्वपूर्ण है कि 2023 में शुरू किए गए राष्ट्रीय हरित हाइड्रोजन मिशन के तहत भारत ने 2030 तक हरित हाइड्रोजन की



वर्षिक उत्पादन क्षमता जोड़ने की वार्षिक उत्पादन क्षमता 50 लाख टन रखी है। इससे यह अनुमान लगाया गया है। कि ऊर्जा की कमी जिन क्षेत्रों में दिखाई दे रही है, उन सभी क्षेत्रों में इसका इस्तेमाल करके इस कमी को पूरा किया जा सकता है। वर्ष 2047 तक ऊर्जा क्षेत्र में आत्मनिर्भर होने के लक्ष्य की घोषणा की है। इन लक्ष्यों को हासिल करने की दिशा में हरित हाइड्रोजन महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। इसका उत्पादन कई नजरिए से खास है। पर्यावरणीय मानकों पर यह सबसे खरा उतरता है, क्योंकि हरित हाइड्रोजन का उत्पादन, इलेक्ट्रोलाइसिस द्वारा किया जाता है। इस प्रक्रिया में सौर, पवन या जलविद्युत जैसे अक्षय स्रोतों से उत्पन्न बिजली का

इस्तेमाल कर पानी को आक्सीजन और हाइड्रोजन में विभाजित किया जाता है। इस प्रक्रिया के परिणामस्वरूप स्वच्छ और उत्सर्जन मुक्त ईंधन प्राप्त होता है। इसमें जीवाश्म ईंधन को प्रतिस्थापित करने और कार्बन उत्सर्जन को कम करने की अपार क्षमता दुनियाभर में परिवहन, पत्तन और स्टील सहित। कई क्षेत्रों को कार्बन-मुक्त करने के लिए हाइड्रोजन की मांग तेजी से बढ़ रही है। विशेषज्ञों के अनुसार भारत में हाइड्रोजन का अकूत भंडार है। जिससे दो सौ वर्षों से समय के लिए जरूरी ऊर्जा के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है। सबसे दिलचस्प बात यह है कि हाइड्रोजन का इस्तेमाल नए आविष्कारों का उद्देश्य भारत को उपयोग के लिए जल्द ही सुलभ हो सकता

है। नवीकरणीय ऊर्जा क्षमता जोड़ने की वार्षिक आवश्यकता के बारे में बताया गया है। भारत विजली खरीद या बिक्री समझौते पर हस्ताक्षर के लिए पहले से ही लॉबिंग 40 गीगावाट क्षमता पर ध्यान केंद्रित करेगा। यह भी बताया गया है कि वर्तमान में कार्यान्वयन के विभिन्न चरणों में 160 गीगावाट की नवीकरणीय ऊर्जा परियोजनाएं प्रक्रियाधीन हैं। भारत को वर्ष 2030 तक 500 गीगावाट ऊर्जा क्षमता का लक्ष्य हासिल करने के लिए हर साल कम से कम 50 गीगावाट नवीकरणीय ऊर्जा क्षमता जोड़नी होगी। अत्याधुनिक प्रौद्योगिकियों की शुरुआती परियोजनाओं के लिए नए प्रस्ताव आर्म्बजेंट किए जा चुके हैं। इसमें सौ करोड़ रुपये के प्रियेय के साथ हरित हाइड्रोजन के उत्पादन के लिए जैविक पदार्थों का उपयोग सहित शामिल है। हरित हाइड्रोजन के उत्पादन के लिए जैविक पदार्थों के उपयोग सहित अत्याधुनिक तकनीक को जोड़ा जाएगा। इन परियोजनाओं के लिए कुल सौ करोड़ रुपये का आवंटन किया गया है जो एन-जीएफएम के तहत नवउद्यम योजनाओं के लिए पहले से आवंटित सौ करोड़ रुपये के अतिरिक्त है। गौरतलब है एनएफएम का उद्देश्य भारत को हरित हाइड्रोजन के उत्पादन, उपयोग एवं

निर्यात का वैश्विक केंद्र बनाना 'बनाना है।' इसका परिचय 19,744.1 करोड़ रुपये [है। साथ ही इसका लक्ष्य 125 गीगावाट नवीकरणीय ऊर्जा क्षमता, आठ लाख करोड़ रुपये से अधिक का निवेश और छह लाख से अधिक हरित रोजगार उत्पन्न करना भी है। रोजगारपरक होने की 1 वजह से इस क्षेत्र में रोजगार के बेहतर संभावनाएं हैं। इसलिए सरकार इस क्षेत्र को प्राथमिकता दे रही है। ऊर्जा जरूरतों की आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए केंद्र सरकार हाइड्रोजन सहित सौर ऊर्जा, जल विद्युत ऊर्जा या पवन ऊर्जा को बढ़ावा देने में जुटी है, इनसे आने वाले वक्त में कई क्षेत्रों में ऊर्जा की कमी से कार्यों में आने वाली रुकावटों से निजात मिलेगी। इससे सबसे बड़ा फायदा पर्यावरणीय समस्याओं से निजात पाने में दिखाई देगा। देश के बड़े शहरों, नगरों और कस्बों में कार्बन और धूल प्रदूषण से बीमारियों सहित अत्याधुनिक तकनीक को जोड़ा जाएगा। इन परियोजनाओं के लिए कुल सौ करोड़ रुपये का आवंटन किया गया है जो एन-जीएफएम के तहत नवउद्यम योजनाओं के लिए पहले से आवंटित सौ करोड़ रुपये के अतिरिक्त है। गौरतलब है एनएफएम का उद्देश्य भारत को हरित हाइड्रोजन के उत्पादन, उपयोग एवं

मलोट पंजाब

आज की समृद्धि, कल की कीमत: वैश्विक कर्ज का सच

[वैश्विक कर्ज संकट: भविष्य की नीतियों पर बढ़ता बोझ]

इसकी सौवीं सदी के तीसरे दशक में वैश्विक अर्थव्यवस्था एक ऐसे मोड़ पर आ खड़ी हुई है, जहां विकास की गति से अधिक तेजी से कर्ज का पहिया घूम रहा है। दुनिया का कुल सार्वजनिक कर्ज 100 ट्रिलियन डॉलर की ऐतिहासिक सीमा पार कर चुका है, जो अब वैश्विक सकल घरेलू उत्पाद के लगभग 94.7 प्रतिशत के बराबर है। अंतरराष्ट्रीय मुद्रा कोष के अनुसार यह आंकड़ा 2025 में लगभग 111 ट्रिलियन डॉलर तक पहुंच गया है और यदि मौजूदा प्रवृत्तियां जारी रहें, तो 2029 तक यह जीडीपी के 100 प्रतिशत को पार कर सकता है (प्रतिकूल स्थिति में 115-123% तक)। यह स्थिति केवल आर्थिक आंकड़ों की बात नहीं है, बल्कि यह वैश्विक वित्तीय स्थिरता, सामाजिक संतुलन और राजनीतिक निर्णय क्षमता के लिए एक गंभीर चेतावनी बन चुकी है। कर्ज अब केवल विकास का साधन नहीं, बल्कि भविष्य की नीतियों पर बोझ बनता जा रहा है। विकसित अर्थव्यवस्थाओं में यह संकट और भी गहराता दिख रहा है। अमेरिका, यूरोप और जापान जैसे देशों में सार्वजनिक कर्ज जीडीपी के 110 प्रतिशत के आसपास पहुंच चुका है। अकेले अमेरिका का राष्ट्रीय कर्ज 38.5 ट्रिलियन डॉलर के करीब है, जहां सालाना ब्याज भुगतान लगभग 1 ट्रिलियन डॉलर तक पहुंच चुका है यह राशि कई देशों के कुल रक्षा बजट से भी अधिक है। ओईसीडी की रिपोर्ट चेतावनी देती है कि सरकारों का बढ़ता ब्याज व्यय अब शिक्षा, स्वास्थ्य और बुनियादी ढांचे जैसे उत्पादक क्षेत्रों के लिए उपलब्ध संसाधनों को निगल रहा है। जब सरकारें कर्ज चुकाने में अधिक धन खर्च करती हैं, तो विकास निवेश

स्वाभाविक रूप से सिमट जाता है, जिससे दीर्घकालिक आर्थिक स्थिरता खतरे में पड़ जाती है। इस वैश्विक कर्ज संकट की जड़ें हाल के वर्षों की असाधारण घटनाओं में छिपी हैं। कोविड-19 महामारी ने सरकारों को अभूतपूर्व स्तर पर उधार लेने के लिए मजबूर किया। स्वास्थ्य प्रणालियों को संभालने, लॉकडाउन के दौरान अर्थव्यवस्था को जीवित रखने और सामाजिक सहायता योजनाओं को चलाने के लिए ट्रिलियनों डॉलर के प्रोत्साहन पैकेज जारी किए गए। इसके तुरंत बाद रूस-यूक्रेन युद्ध ने ऊर्जा और खाद्य संकट को जन्म दिया, जिससे स्विडिस और रक्षा खर्च में जबरदस्त बढ़ोतरी हुई। इन दोनों घटनाओं ने राजकीय कर्ज संतुलन को पूरी तरह बिगाड़ दिया। नतीजा यह हुआ कि ओईसीडी देशों में ब्याज खर्च जीडीपी का 3.3 प्रतिशत तक पहुंच गया, जो अब रक्षा व्यय से भी अधिक है। विकासशील और उभरती अर्थव्यवस्थाओं की स्थिति और भी नाजुक है। इन देशों पर कुल कर्ज लगभग 31 ट्रिलियन डॉलर तक पहुंच चुका है और वे हर साल करीब 921 अरब डॉलर केवल ब्याज भुगतान में खर्च कर रहे हैं। ऊंची वैश्विक ब्याज दरें और कमजोर आर्थिक वृद्धि इस संकट को और गहरा कर रही हैं। आईएमएफ की रिपोर्ट बताती है कि कॉर्पोरेट और सरकारी बॉन्ड मिलाकर वैश्विक बॉन्ड बाजार 100 ट्रिलियन डॉलर से अधिक का हो चुका है, जिससे रिफाइनेंसिंग जोखिम खतरनाक स्तर पर पहुंच गया है। उभरते बाजारों में विशिष्ट पूंजी का बहिर्वाह को मुद्रा अवमूल्यन और भुगतान संतुलन संकट की आशंका लगातार बढ़ रही है। आने वाला वर्ष 2026 इस संकट का

निर्णायक पड़ाव साबित हो सकता है। अनुमान है कि बढ़ता कर्ज वैश्विक आर्थिक विकास दर को लगभग 3.2 प्रतिशत पर सीमित कर देगा। उभरते बाजारों में करीब 8 ट्रिलियन डॉलर के बॉन्ड रिडेम्पशन की चुनौती सामने होगी, जिससे कई देशों की मुद्राएं दबाव में आ सकती हैं। अमेरिका की सार्वजनिक कर्ज जीडीपी के 102 प्रतिशत तक पहुंचने की संभावना है, जहां ब्याज भुगतान संघीय बजट का लगभग 17 प्रतिशत हिस्सा निगल सकता है। यूरोप में पेंशन और स्वास्थ्य सेवाओं पर कटौती का खतरा मंडरा रहा है, जबकि एशिया में चीन का बढ़ता उधार उसकी विकास गति को सुस्त कर सकता है। आईएमएफ चेतावनी देता है कि प्रतिकूल परिस्थितियों में वैश्विक कर्ज जीडीपी के 115 प्रतिशत तक जा सकता है, जो एक नई वैश्विक मंदी को जन्म दे सकता है। नकारात्मक परिदृश्य में वैश्विक वित्तीय बाजारों में बढ़ा संकट भी संभव है। अंतरराष्ट्रीय वित्त संस्थान की रिपोर्ट के अनुसार लगभग 16 ट्रिलियन डॉलर का रिफाइनेंसिंग संकट विकसित बाजारों को हिला सकता है। उभरते बाजारों का भरोसा डगमगाया, तो शेयर और बॉन्ड बाजारों में भारी गिरावट देखी जा सकती है, जो 2008 की वित्तीय मंदी से भी अधिक गहरी हो सकती है। विकासशील देशों में बेरोजगारी, महंगाई और सामाजिक अस्थिरता बढ़ने का खतरा है, जबकि अमीर देशों में आय और संपत्ति की असमानता और तेज हो सकती है। भू-राजनीतिक तनाव और प्रवाह को बढ़ाते हैं, जिससे उधार और महंगा हो जाएगा और संकट का दायरा और फैल जाएगा।

इतिहास गवाह है कि जब कर्ज पर से नियंत्रण फिसलता है, तो उसके झटके केवल अर्थव्यवस्था तक सीमित नहीं रहते, बल्कि समाज और राजनीति की नींव तक को हिला देते हैं। ग्रीस और इटली जैसे देशों के कर्ज संकट ने यह कड़वा सच उजागर किया है कि वित्तीय असंतुलन कैसे वर्षों तक विकास की गति को जकड़ सकता है और नीतिगत विकल्पों को सीमित कर देता है। लेकिन आज का वैश्विक संकट इन उदाहरणों से कहीं अधिक व्यापक और जटिल है, क्योंकि विश्व की अर्थव्यवस्थाएं अभूतपूर्व स्तर पर आपस में जुड़ चुकी हैं। ऐसे में यदि बड़ी अर्थव्यवस्थाएं डगमगाती हैं, तो उसकी कीमत छोटे और कमजोर देशों को कहीं अधिक भारी रूप में चुकानी पड़ती है। इस संकट से बाहर निकलने के लिए अब ठोस और साहसिक कदम जरूरी हैं। आईएमएफ और अन्य अंतरराष्ट्रीय संस्थाएं एक सुधार, व्यय नियंत्रण और कर्ज को जीडीपी के 100 प्रतिशत से नीचे लाने की सलाह दे रही हैं, लेकिन राजनीतिक इच्छाशक्ति की कमी सबसे बड़ी बाधा है। डिजिटल मुद्राएं और ब्लॉकचेन जैसी तकनीकें धार प्रक्रिया में पारदर्शिता ला सकती हैं, जबकि सरस्टेनबल और ग्रीन बॉन्ड भविष्य के विकास को अधिक जिम्मेदार दिशा दे सकते हैं। विकासशील देशों के लिए सहायता, पुनर्गठन और निवेश प्रवाह बंदह आवश्यक है। यदि समय रहते कदम नहीं उठाए गए, तो यह कर्ज संकट केवल आर्थिक नहीं, बल्कि सामाजिक और मानवीय संकट का रूप ले सकता है, जो आने वाली पीढ़ियों पर गहरा प्रभाव छोड़ेगा। प्रो. आरके जैन "अरिजीत", बडवानी (मप्र)

डॉ विजय गर्ग

प्रायश्चित एक मानवीय भावना है, जो हमें जीवन में सही राह पर जाने की प्रेरणा प्रदान करती है। कई बार हमें यह भी लगता है कि अब वक्त निकल गया, तो अब इसके विषय में क्या ही किया जा सकता है। मगर प्रायश्चित का यह भाव किसी भी वक्त का मोहताज नहीं होता है। यह हमारे कल की गलतियों को आज का सबक बनाता है, जिससे आजीवन हम सीखते रहते हैं। जीवन में हम सभी कभी न कभी किसी न किसी प्रकार की गलती कर बैठते हैं। यह मानव होने के नाते स्वाभाविक गति को जकड़ रहा है और नीतिगत विकल्पों को सीमित कर देता है। लेकिन आज का वैश्विक संकट इन उदाहरणों से कहीं अधिक व्यापक और जटिल है, क्योंकि विश्व की अर्थव्यवस्थाएं अभूतपूर्व स्तर पर आपस में जुड़ चुकी हैं। ऐसे में यदि बड़ी अर्थव्यवस्थाएं डगमगाती हैं, तो उसकी कीमत छोटे और कमजोर देशों को कहीं अधिक भारी रूप में चुकानी पड़ती है। इस संकट से बाहर निकलने के लिए अब ठोस और साहसिक कदम जरूरी हैं। आईएमएफ और अन्य अंतरराष्ट्रीय संस्थाएं एक सुधार, व्यय नियंत्रण और कर्ज को जीडीपी के 100 प्रतिशत से नीचे लाने की सलाह दे रही हैं, लेकिन राजनीतिक इच्छाशक्ति की कमी सबसे बड़ी बाधा है। डिजिटल मुद्राएं और ब्लॉकचेन जैसी तकनीकें धार प्रक्रिया में पारदर्शिता ला सकती हैं, जबकि सरस्टेनबल और ग्रीन बॉन्ड भविष्य के विकास को अधिक जिम्मेदार दिशा दे सकते हैं। विकासशील देशों के लिए सहायता, पुनर्गठन और निवेश प्रवाह बंदह आवश्यक है। यदि समय रहते कदम नहीं उठाए गए, तो यह कर्ज संकट केवल आर्थिक नहीं, बल्कि सामाजिक और मानवीय संकट का रूप ले सकता है, जो आने वाली पीढ़ियों पर गहरा प्रभाव छोड़ेगा। प्रो. आरके जैन "अरिजीत", बडवानी (मप्र)

कई बार कुछ लोगों को ऐसा भी लग सकता है कि हमें अपनी भूलों के प्रति इतना ज्यादा गंभीर नहीं होना चाहिए, क्योंकि ये हमें शायद नकारात्मकता की ओर ले जाएं। मगर प्रायश्चित और पश्चाताप दोनों में काफी फर्क है। प्रायश्चित हमें अपनी गलतियों को सुधारने की दिशा में लेकर जाता है, जबकि पश्चाताप केवल एक अहसास है। प्रायश्चित एक महत्वपूर्ण चीज है, जो क्रियात्मक रूप में की जाती है। इसलिए पश्चाताप के बजाय प्रायश्चित की दिशा में कदम बढ़ाना चाहिए, ताकि हम नकारात्मक न बनें और अपनी भूलों को सुधारने के प्रयास में लग जाएं। हम सफल तभी होंगे, जब हमारा मन इस ओर बिल्कुल पवित्र, सहज और सरल होगा। ऐसे में यह भावना हमें किसी भी तरह की नकारात्मकता प्रदान नहीं कर सकती है। हम सभी को याद होगा कि जब हम बचपन में परीक्षा की अच्छी तैयारी नहीं कर पाते थे और परीक्षा में कम अंक लाने पर

हमारा मन अंदर ही अंदर दुखी होता था। साथ ही अपना मूल्यांकन करता रहता था। वह हमारा पश्चाताप होता था, लेकिन हम उस भूल को सुधारकर कड़ी मेहनत के साथ अगली बार परीक्षा में अच्छे अंक ला पाते थे, तो वह भी हमारा प्रायश्चित था। प्रायश्चित वह भाव है, जो हमें जीवन को इस रूप में भी नहीं लेना चाहिए कि हर छोटी से छोटी गलती को या किसी भूल को हम गम बना लें और जीवन पर उसे सीने से लगाकर घुमें। बल्कि इसे अपने अंदर सकारात्मक बदलाव की दिशा में समझकर उसके मूल भाव को दृष्टिकोण में रख कर अपना सामर्थ्य के अनुसार सुधारात्मक प्रयास करना चाहिए। अगर हम गम गले से लगा कर रखेंगे तो पूरी जिंदगी अफसलता, बेचारी और कटुता को लेकर घूमेंगे। इस तरह से पश्चाताप करना प्रायश्चित का मूल उद्देश्य बिल्कुल नहीं है। इसके मूल में यही बात छिपी है, जिससे हम समझाएंगे, शिक्षा या अनुभव का नाम दे सकते हैं। इस ज्यादा गंभीर नहीं होना चाहिए, क्योंकि ये हमें शायद नकारात्मकता की ओर ले जाएं। मगर प्रायश्चित और पश्चाताप दोनों में काफी फर्क है। प्रायश्चित हमें अपनी गलतियों को सुधारने की दिशा में लेकर जाता है, जबकि पश्चाताप केवल एक अहसास है। प्रायश्चित एक महत्वपूर्ण चीज है, जो क्रियात्मक रूप में की जाती है। इसलिए पश्चाताप के बजाय प्रायश्चित की दिशा में कदम बढ़ाना चाहिए, ताकि हम नकारात्मक न बनें और अपनी भूलों को सुधारने के प्रयास में लग जाएं। हम सफल तभी होंगे, जब हमारा मन इस ओर बिल्कुल पवित्र, सहज और सरल होगा। ऐसे में यह भावना हमें किसी भी तरह की नकारात्मकता प्रदान नहीं कर सकती है। हम सभी को याद होगा कि जब हम बचपन में परीक्षा की अच्छी तैयारी नहीं कर पाते थे और परीक्षा में कम अंक लाने पर

जो पश्चाताप की अग्नि में जल रहा होता है। बिना किसी बड़ी बात के पश्चाताप करना गलत है, क्योंकि यह न केवल हमारे वक्त की बर्बादी है, बल्कि उपयोगिता वीहिन विषय है। पश्चाताप का भाव परीक्षा में अच्छे अंक ला पाते थे, तो वह भी हमारा प्रायश्चित था। प्रायश्चित वह भाव है, जो हमें जीवन को इस रूप में भी नहीं लेना चाहिए कि हर छोटी से छोटी गलती को या किसी भूल को हम गम बना लें और जीवन पर उसे सीने से लगाकर घुमें। बल्कि इसे अपने अंदर सकारात्मक बदलाव की दिशा में समझकर उसके मूल भाव को दृष्टिकोण में रख कर अपना सामर्थ्य के अनुसार सुधारात्मक प्रयास करना चाहिए। अगर हम गम गले से लगा कर रखेंगे तो पूरी जिंदगी अफसलता, बेचारी और कटुता को लेकर घूमेंगे। इस तरह से पश्चाताप करना प्रायश्चित का मूल उद्देश्य बिल्कुल नहीं है। इसके मूल में यही बात छिपी है, जिससे हम समझाएंगे, शिक्षा या अनुभव का नाम दे सकते हैं। इस ज्यादा गंभीर नहीं होना चाहिए, क्योंकि ये हमें शायद नकारात्मकता की ओर ले जाएं। मगर प्रायश्चित और पश्चाताप दोनों में काफी फर्क है। प्रायश्चित हमें अपनी गलतियों को सुधारने की दिशा में लेकर जाता है, जबकि पश्चाताप केवल एक अहसास है। प्रायश्चित एक महत्वपूर्ण चीज है, जो क्रियात्मक रूप में की जाती है। इसलिए पश्चाताप के बजाय प्रायश्चित की दिशा में कदम बढ़ाना चाहिए, ताकि हम नकारात्मक न बनें और अपनी भूलों को सुधारने के प्रयास में लग जाएं। हम सफल तभी होंगे, जब हमारा मन इस ओर बिल्कुल पवित्र, सहज और सरल होगा। ऐसे में यह भावना हमें किसी भी तरह की नकारात्मकता प्रदान नहीं कर सकती है। हम सभी को याद होगा कि जब हम बचपन में परीक्षा की अच्छी तैयारी नहीं कर पाते थे और परीक्षा में कम अंक लाने पर

जो पश्चाताप की अग्नि में जल रहा होता है। बिना किसी बड़ी बात के पश्चाताप करना गलत है, क्योंकि यह न केवल हमारे वक्त की बर्बादी है, बल्कि उपयोगिता वीहिन विषय है। पश्चाताप का भाव परीक्षा में अच्छे अंक ला पाते थे, तो वह भी हमारा प्रायश्चित था। प्रायश्चित वह भाव है, जो हमें जीवन को इस रूप में भी नहीं लेना चाहिए कि हर छोटी से छोटी गलती को या किसी भूल को हम गम बना लें और जीवन पर उसे सीने से लगाकर घुमें। बल्कि इसे अपने अंदर सकारात्मक बदलाव की दिशा में समझकर उसके मूल भाव को दृष्टिकोण में रख कर अपना सामर्थ्य के अनुसार सुधारात्मक प्रयास करना चाहिए। अगर हम गम गले से लगा कर रखेंगे तो पूरी जिंदगी अफसलता, बेचारी और कटुता को लेकर घूमेंगे। इस तरह से पश्चाताप करना प्रायश्चित का मूल उद्देश्य बिल्कुल नहीं है। इसके मूल में यही बात छिपी है, जिससे हम समझाएंगे, शिक्षा या अनुभव का नाम दे सकते हैं। इस ज्यादा गंभीर नहीं होना चाहिए, क्योंकि ये हमें शायद नकारात्मकता की ओर ले जाएं। मगर प्रायश्चित और पश्चाताप दोनों में काफी फर्क है। प्रायश्चित हमें अपनी गलतियों को सुधारने की दिशा में लेकर जाता है, जबकि पश्चाताप केवल एक अहसास है। प्रायश्चित एक महत्वपूर्ण चीज है, जो क्रियात्मक रूप में की जाती है। इसलिए पश्चाताप के बजाय प्रायश्चित की दिशा में कदम बढ़ाना चाहिए, ताकि हम नकारात्मक न बनें और अपनी भूलों को सुधारने के प्रयास में लग जाएं। हम सफल तभी होंगे, जब हमारा मन इस ओर बिल्कुल पवित्र, सहज और सरल होगा। ऐसे में यह भावना हमें किसी भी तरह की नकारात्मकता प्रदान नहीं कर सकती है। हम सभी को याद होगा कि जब हम बचपन में परीक्षा की अच्छी तैयारी नहीं कर पाते थे और परीक्षा में कम अंक लाने पर

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल मलोट पंजाब

समझिए, साल 2026 में आखिर क्या होनी चाहिए बारूदी ढेर सुलगती दुनिया की प्राथमिकताएं?

कमलेश पांडे

साल 2026 में देश-दुनिया की प्राथमिकताएं क्या होनी चाहिए, इसमें पूंजीवादी देशों, साम्यवादी देशों और समाजवादी देशों के शासकों और उनके कथित संरक्षकों में मतभेद हो सकते हैं लेकिन इस बात से कोई इंकार नहीं कर सकता है कि समदर्शी व समावेशी लोकतंत्र, जलवायु परिवर्तन, आर्थिक असमानता कम करना और हर हाल में विश्व में शांति की स्थापना उनकी पहली प्राथमिकता होनी चाहिए क्योंकि ये उपेक्षित विषयवस्तु / क्षेत्र वैश्विक स्थिरता, विकास और दुनियावी सुशासन के लिए बेहद महत्वपूर्ण हैं। ये मुद्दे आम आदमी के समासमयिक व दूरगामी हितों की दृष्टि से भी काफी जरूरी हैं।

अंतर्राष्ट्रीय विशेषज्ञों के अनुसार, सतत विकास और तकनीकी नवाचार पर ध्यान केंद्रित करना आवश्यक है क्योंकि ऐसा करके ही उपयुक्त दुरुह यानी कठिन लक्ष्य को हासिल करके इस दुनिया को रमणीय बनाया जा सकता है। देखा जाए तो प्रकृति ने प्राणिमात्र के लिए सबकुछ निःशुल्क दिए हैं, बस आवश्यकता इस बात की है कि इसे

कारोबारी नजरिए से नहीं बल्कि प्राणी मात्र के अहर्निश सेवा भाव के नजरिए से देखे जाने की जरूरत है। इस हेतु संयुक्त राष्ट्र संघ के नेतृत्व में समवेत कोशिश होनी चाहिए।

पहला, समदर्शी व समावेशी लोकतंत्र:

दुनिया आज लोकतांत्रिक स्वतंत्रता, समानता और बंधुत्व के संवैधानिक आधारशिला पर खड़ी है, लेकिन जब नानाविध भेदभावों को समुचित नियम कानूनों के जरिए परोसा जाएगा तो समानता व बंधुत्व का भाव गायब होना लाजिमी है। आज की लोकतांत्रिक दुनिया इसी अनैतिक विडंबना से ग्रस्त है, क्योंकि बहुमत के लोकतंत्र से आगे सर्वसम्मत लोकतंत्र की बात सोचने, समझने और उसे अंगीकार करने की चाहत हमलोगों में न के बराबर है, जबकि यह भावना प्रबल होनी चाहिए क्योंकि इसी में सबका हित सन्निहित है।

खासकर जब दुनिया की संपदा महज 10 प्रतिशत लोगों के पास सिमटी हुई हो तो समदर्शी और समावेशी लोकतंत्र व अर्थतंत्र की बात और ज्यादा मुखर हो उठती है। इसलिए संयुक्त राष्ट्र संघ,

अमेरिका, रूस, चीन, भारत, फ्रांस, जर्मनी, जापान, इंग्लैंड, ब्राजील, दक्षिण अफ्रीका और इजरायल जैसे देशों लोकतांत्रिक या साम्यवादी/समाजवादी देशों को फ्रांसीसी क्रांति की मूल भावना को सरजमीं पर लागू करना चाहिए ताकि बेलगाम अमेरिकी पूंजीवाद और चीनी साम्यवादी पूंजीवाद को असली समाजवादी भावना की कसौटी पर कसा जा सके। यदि ऐसा नहीं होगा तो जलवायु संकट समेत तमाम विभिन्नताओं को बढ़ावा मिलेगा।

दूसरा, जलवायु संकट:

समासमयिक जलवायु परिवर्तन से निपटने के लिए 2026 में नवीकरणीय ऊर्जा में निवेश बढ़ाना सबकी स्पष्ट प्राथमिकता होनी चाहिए। चूंकि चरम मौसम यानी ग्लोबल वार्मिंग व प्रदूषण जैसी घटनाओं में लगातार वृद्धि हो रही है, इसलिए वैश्विक समझौतों को मजबूत करना जरूरी है। इस नजरिए से विकसित और विकासशील देशों को उत्सर्जन कम करने के ठोस लक्ष्य निर्धारित करने चाहिए। जहां तक संभव हो विकास और सुशासन के प्राकृतिक मॉडल को अपनाने की नीति का अनुशरण सभी देशों को

करना चाहिए। अन्यथा ग्लोबल वार्मिंग और सभी प्रकार के प्रदूषणों में बढ़ोतरी होगी, जिसकी कीमत खास आदमी से ज्यादा आम आदमी चुकाने की अभिशप्त नजर आता है। इससे आर्थिक अस्थिरता भी बढ़ती है।

तीसरा, आर्थिक स्थिरता:

असमानता घटाने हेतु धनी देशों को विकासशील राष्ट्रों की सहायता करनी चाहिए। क्योंकि दुनियावी रिपोर्ट्स बताती हैं कि शीर्ष 10% लोगों के पास अधिकांश धन केंद्रित है। इसलिए रोजगार सृजन और शिक्षा पर जोर देकर सभी देशों के मध्यम वर्ग को मजबूत बनाया होगा। आखिर में दुनिया की सरकारों को भूमि संपदा के समुचित बंटवारे, खनिज संपदा के उपभोग में सहकारिता की भावनाओं को मजबूत करने और सबके लिए शिक्षा और रोजगार के समान अवसर पैदा करने की बात सोची जानी चाहिए। इसके साथ ही बच्चों व बुजुर्गों की सेवा भावना और युवाओं के लिए स्वस्थ कार्यशैली विकसित किए जाने पर जोर देना चाहिए। इसके अलावा, सेवाओं की गुणवत्ता और स्वास्थ्यपरक कूरता को कुचलने के लिए सबको एकजुट रहना चाहिए।

मुक्ति का मार्ग श्रीराम

डॉ. नीरज भारद्वाज

भगवान श्रीराम भारतीय जनमानस में समग्र चेतना का रूप हैं। श्रीराम नाम के साथ एक मंत्र है, जो सभी को पर उतार देता है। श्रीराम एकत्व और समूह सभी का स्वरूप हैं। हमारे साथ श्रीराम हैं और श्रीराम के साथ हम हैं अर्थात् हम में श्रीराम हैं और श्रीराम में हम हैं। सियराम मय सब जग जानी। श्रीराम हर एक वस्तु में हैं, चारों ओर देखें तो हर दिशा और लोक में श्रीराम के ही दर्शन होते हैं। श्रीराम सकल संसार के तारण हार हैं। श्रीराम नाम श्रीराम की गाय-सुना है, वह पर उतर गया है।

श्रीराम भक्ति सुमिरन जितना किया जाए, उतना ही कम लगता है। अयोध्या में श्रीराम जन्मभूमि पर भव्य, दिव्य, अलौकिक श्रीराम मंदिर का निर्माण लगभग 500 वर्ष बाद हुआ है। श्रीराम मंदिर एक मंदिर होने के साथ-साथ त्रेतायुग से और वर्तमान युग तक के सभी प्रमाण, आस्था, विश्वास, भक्ति, योग, साधना, व्रत और साधु, संत, महात्माओं के संकल्प का प्रतीक है। श्रीराम हमारे रोम-रोम में बसे हैं।

भारत भूमि का हर एक खंड तीर्थ है। विचार करें तो अयोध्या धाम हर युग में तीर्थ स्थल रहा है और आगे भी रहेगा। इसकी कितनी ही कथाएं हमारे वेदों, शास्त्रों आदि में लिखी हैं। हमारे पूज्य संतों ने इसके बारे में बताया भी है। तीर्थ-नगरी में संतों के यज्ञ, तप का ही फल है कि वहां दिव्य अवतार होते हैं। महात्मा परम पूज्य ऋष्यश्रृंग ने अग्नि से भगवान श्रीराम के पैदा होने वाले उसे दिव्य, अद्भुत पदार्थ का पान तीनों माताओं को

कराया। माता कौशल्या को प्रभु श्रीराम ने गर्भ में ही दर्शन दिए लेकिन माता ने शिशु लीला करने की बात कही और प्रभु ने इसे स्वीकार किया। प्रभु श्रीराम सहज, सरल, सौम्य आदि दिव्य गुणों से भरे हुए हैं। अयोध्या में भगवान श्रीराम के जन्म के साथ भगवान की बाललीला और राज के बारे में संत-महात्मा कथाओं में बताते हैं।

आज भी विश्व में किसी राज में सुशासन की बात होती है तो वह रामराज की ही बात होती है। गांधी जी भी भारतवर्ष में रामराज की बात करते रहे। वर्तमान में देश के यशस्वी प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी की सरकार में भगवान श्रीराम बनकर तैयार हुआ है, साथ ही श्रीराम मंदिर की नींव रखने से लेकर धर्म ध्वज लहराते तक की यात्रा में मोदी जी हर कार्य में उपस्थित रहे हैं। संत समागम और सामान्य जन की उपस्थिति में यह सभी मांगलिक कार्य समायुक्त हुए हैं। धर्म ध्वज मंदिर के शिक्षण पर लहराने के साथ-साथ भारतीय जनमानस के हृदय में भी लहरा रही है। जब देश का प्रधान सेवक राममय होकर कार्य करता है तो वहां रामराज ही दिखाई देता है। भगवान श्रीराम की असीम कृपा के चलते ही सुयोग्य पात्र को ही श्रीराम मंदिर के सभी मांगलिक कार्य करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ है। श्रीराम आस्था, विश्वास, भक्ति के साथ-साथ लोगों के साथ सीधे जुड़े हुए हैं। जितने भी साधु, संत, महात्मा आदि जल और वायु को ही ग्रहण करके अपने दिव्य संकल्प, व्रत के साथ राम मंदिर निर्माण में लग रहे, उन सबका

संकल्प भी पूरा हुआ है। कितने ही समाधि में चले गए, इस संकल्प को पूरा करने के लिए। भगवान श्रीराम की दिव्य जन्मभूमि पर जिसके भी चरण पड़ते हैं वह राममय हो जाता है। मां सरयू के पानव पुनीत तट पर कितने ही साधु, संत, महात्माओं का तप इस दिव्य भूमि को और भी अधिक उज्वलत तथा प्रकाशवान बना देता है।

अयोध्या धाम भगवान श्रीराम के अवतार और राज के साथ-साथ दिव्य यज्ञ, तप, व्रत आदि की भूमि है। श्रीराम के दर्शन अयोध्या के कण-कण में दिखाई देते हैं। श्रीराम हमारी आत्मा हैं। जब हमारे अंदर श्रीराम नाम का प्रकाश आता है तो हमारे सारे तप, अंधकार और विकार मिट जाते हैं। श्रीराम का भजन करने से संकटों का नाश हो जाता है। गोस्वामी तुलसीदास सुंदरतट पर कितने ही लिखते हैं, सकल सुमंगल दायक रघुनाथक गुणगान। सादर सुनहिं तैतरीहिं भवसिंधु विना जलजान। भगवान श्रीराम का भजन करते रहो, जीवन में जो भी मिलना-मिलाना है और जो आवागमन का चक्कर है उससे मुक्ति मिल जाएगी।

श्रीराम स्वयं रचना करते हैं, श्रीराम ही शब्द देते हैं, वही प्राण तत्व हैं। अपनी इच्छा से नहीं, प्रभु इच्छा से हमें कार्य करना चाहिए। भगवान स्वयं संतों से मार्ग जानते हैं, हमें भी संतों की सेवा करनी चाहिए और भागवत भजन करते रहना चाहिए। श्रीराम का नाम है तो मार्ग और मुक्ति दोनों हैं, वरना मनुज मृत्यु और मुश्किल के जंजाल में फंसा रहता है।

भारत की प्राचीन ज्ञान परंपराओं को नया जीवन देने की दिशा में एक बड़ा कदम सामने आया है।

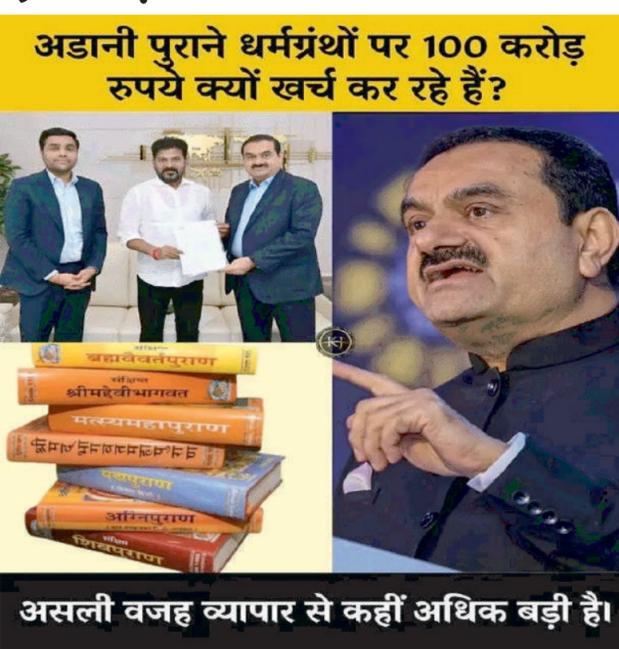
पिकी कुडू

अडानी ग्लोबल इंडोलॉजी कॉन्क्लेव में गौतम अडानी ने भारत की सभ्यतागत विरासत को संरक्षित और पुनर्जीवित करने के लिए ₹100 करोड़ देने की घोषणा की।

इसे हाल के वर्षों में इंडोलॉजी के क्षेत्र में सबसे महत्वाकांक्षी पहलों में से एक माना जा रहा है। इस पहल का केंद्र है भारत नॉलेज ग्राफ, जो 5,000 से अधिक वर्षों की भारतीय ज्ञान परंपरा को आधुनिक तकनीक के माध्यम से दुनिया के सामने लाने का प्रयास है। इसमें वेद, संस्कृत साहित्य, आयुर्वेद, प्राचीन खगोल विज्ञान, व्याकरण और भारतीय विज्ञान से जुड़े ग्रंथों को ऑर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और डेटा के जरिये डिजिटल रूप में संरक्षित और समझने योग्य बनाया जाएगा।

यह परियोजना केवल अतीत को सहेजने तक सीमित नहीं है, बल्कि उसे आज की पीढ़ी और आने वाले भविष्य से जोड़ने का प्रयास है। शोध, डिजिटल आर्काइव और वैश्विक सहयोग के माध्यम से भारत की बौद्धिक धरोहर को नई प्रासंगिकता दी जाएगी।

गौतम अडानी का संदेश साफ है—अगर हम अपनी जड़ों की रक्षा नहीं करेंगे, तो मशीनें हमारे सोचने का तरीका तय करेंगी। यह पहल याद दिलाती है कि भविष्य तभी मजबूत होता है, जब अतीत को सम्मान और समझ के साथ सहेजा जाए।



असली वजह व्यापार से कहीं अधिक बड़ी है।

तालचेर पुलिस स्टेशन के सामने युवक की बेरहमी से हत्या, आरोपी फरार

मनोरंजन शासमल, स्टेट हेड ओडिशा

भूवनेश्वर: तालचेर पुलिस स्टेशन के सामने एक युवक की बेरहमी से हत्या कर दी गई। मृतक की पहचान तालचेर टाउन के बददंद साहिर संतोष थपापात्रा के रूप में हुई है। बताया गया है कि किचन में पैसों को लेकर हुए विवाद में हत्या की गई। हालांकि, आरोपी बददंद साहिर को घटनास्थल से भागने के बाद गिरफ्तार कर लिया गया। जानकारों के मुताबिक, आज सुबह करीब 10 बजे संतोष पुलिस स्टेशन के सामने



सड़क पर टहल रहा था। उसी समय वहां पहले से पहरा दे रहे गार्ड ने संतोष के सिर पर लोहे की रॉड से हमला कर दिया। इसके बाद उसने

हालांकि, वहां डॉक्टर ने उसे मृत घोषित कर दिया। यह खबर फैलने के बाद अस्पताल के साथ-साथ तालचेर पुलिस स्टेशन के सामने भी लोगों की भारी भीड़ जमा हो गई। पुलिस ने खून बहने वाली जगह पर बैरिकेड लगाकर पहरा दे दिया है। पुलिस की साइटेफिक टीम दोपहर में जांच के लिए आने की उम्मीद है। पुलिस स्टेशन के सामने इस तरह की हत्या से जहां इलाके में हड़कंप मच गया है, वहीं तालचेर में लोगों का रिएक्शन है कि अपराधियों को अब पुलिस का डर नहीं रहा।

पांडियन के खिलाफ जांच शुरू

मनोरंजन शासमल, स्टेट हेड ओडिशा

भूवनेश्वर: क्राइम ब्रांच ने S-1 के पूर्व सेक्रेटरी वीके पांडियन के खिलाफ जांच शुरू कर दी है। क्राइम ब्रांच ने BJD सरकार के दौरान पांडियन पर नियमों का उल्लंघन करने के आरोपों की जांच शुरू कर दी है। क्राइम ब्रांच ने शिकायत करने वाले भारतीय विकास परिषद के प्रेसिडेंट सुरेंद्र पानीग्रही को लोटर लिखकर पांडियन के खिलाफ लगे आरोपों की जांच के लिए अगले महीने को 6 तारीख तक सभी डॉक्यूमेंट्स, इलेक्ट्रॉनिक रिकॉर्ड और दूसरे सबूत जमा करने को कहा है। क्राइम ब्रांच ने सुरेंद्र पानीग्रही को 8 फरवरी, 2024 को राज्य के होम सेक्रेटरी के पास उनकी शिकायत की जांच के लिए नोटिस जारी किया है। यह नोटिस 15 दिसंबर को क्राइम ब्रांच के जांच अधिकारी, DSP संतोष कुमार गौड़ा ने BNSB के सेक्शन 94 के तहत जारी किया था। शिकायत के मुताबिक, फाइव-टी के चेयरमैन रहते हुए पांडियन ने कई मीटिंग और इवेंट में अपने ऑफिशियल अधिकार का गलत इस्तेमाल किया। क्राइम ब्रांच इन आरोपों की जांच कर रही है कि पांडियन ने हेलीकॉप्टर टूर समेत इवेंट ऑर्गनाइज करने के लिए सरकारी फंड से बहुत सारा पैसा खर्च किया। पता चला है कि क्राइम ब्रांच ने S-1 के पूर्व चेयरमैन पांडियन के खिलाफ आरोपों की सच्चाई वैरिफाई करने के लिए 29 मई, 2025 को शुरूआती जांच भी शुरू कर दी थी। सुरेंद्र पानीग्रही ने पांडियन पर ओडिशा रूलस ऑफ बिजनेस-1956 के उल्लंघन समेत दूसरे आरोप भी लगाए हैं।

सिंहभूम में भड़के जंगली हाथी ने तीन लोगों को मार डाला

कार्तिक कुमार परिष्ठा, स्टेट हेड - झारखंड

रांची, झारखंड के परियम सिंखम जिले के वार्डबसा वन प्रभाग के अंतर्गत आने वाले अरुण-अरुण गांवों में एक लक्षी ने गुरुवार देर रात तीन लोगों को कुत्तक कर डाला। सारंडा क्षेत्र जंगली लक्षियों का इलाका है जो अरुण कालीय रक्षा जिले के अधिकारी कम जगते हैं, अरुण से सुग्रीम कोर्ट इसे अग्रगण्य घोषित करने में सरकार को तौहे के वने बसाने हेतु मजबूर कर दिया है। वार्डबसा के संगमोय वन अधिकारी आदित्य नारायण ने बताया कि ये घटनाएं रोरो वन क्षेत्र के अंतर्गत आने वाले विभिन्न गांवों में हुईं। जल आदित्य नारायण से मृत्यु वन संरक्षक उर्फ जवाना वॉलेंट कि सांडा में लक्षियों का क्या रिश्ता है। अंतर्गत आदित्य नारायण कस कि लक्षी का पता लगाने और ब्राह्मणों को उन क्षेत्रों में जाने से रोकने के लिए एक वृत्तित प्रतिक्रिया दत्त (क्यूआरटी) तैनात किया गया है, जहां लक्षी अक्सर आता-जाता है। आदित्य नारायण ने बताया कि लक्षी अक्सर जुड़े से भटक गया और डर के कारण ब्राह्मणों पर हमला कर दिया। एक वृत्तित प्रतिक्रिया दत्त प्रकटा पीछा कर रहा है और ब्राह्मणों को उन इलाकों में जाने से रोक रहा है, जहां वह लक्षी आ सकता है। मृतकों की पहचान रोरो बिबासी दिव्य सुंदी (57), हुरुदुय बलंडी (63), बीरसिंहराट्ट विवासी के रूप में हुई है, ये सभी टोटो पुलिस स्टेशन क्षेत्र के अंतर्गत आते हैं। अंतर्गत आदित्य नारायण ने कहा कि अतिम संस्कार करने के लिए परिवारों को तत्काल सहायता प्रदान की गई है। उन्होंने आगे कि आवश्यक दस्तावेज जमा करने के बाद सरकारी गांवदंडों के अनुसार लक्षी के रूपले में नारे उप लोगों को परिवारों को मुआवजा दिया जाएगा। इससे पहले भी जंगली लक्षियों ने विभिन्न जिलों में कई लोगों को कुत्तक कर मार डाला। आदित्य नारायण ने भी अतिम संस्कार निमित्त धन प्रत्यक्ष कराया पर इस जाती की रीतिरिवाज को झारखंड सरकार को भी भाती समझना चाहिए।



रांची में अखिल भारतीय न्यायाधीश बैडमिंटन टूर्नामेंट

* नौ हाईकोर्ट के इकतीस जज न्याय कोर्ट से बैडमिंटन कोर्ट तक *

कार्तिक कुमार परिष्ठा, स्टेट हेड - झारखंड

रांची: झारखंड उच्च न्यायालय की ओर से आयोजित दूसरा अखिल भारतीय न्यायाधीश बैडमिंटन टूर्नामेंट 2026 का शनिवार विधिवत शुभारंभ किया गया। मुख्य अतिथि झारखंड उच्च न्यायालय न्यायमूर्ति तरलोक सिंह चौहान, न्यायमूर्ति रंगोण मुखोपाध्याय, न्यायमूर्ति अनुभारवत चौधरी और भारतीय महिला हॉकी टीम की कप्तान निक्की प्रधान ने दीप प्रज्वलित कर प्रतियोगिता का शुभारंभ किया गया।

उद्घाटन समारोह को संबोधित करते हुए मुख्य न्यायाधीश तरलोक सिंह चौहान ने कहा कि खेल न केवल स्वास्थ्य के लिए आवश्यक है, बल्कि यह अनुशासन, टीम भावना और आपसी सहयोग को भी सुदृढ़ करता है। ऐसे आयोजन न्यायपालिका के सदस्यों को अपने दायित्वों के साथ-साथ स्वस्थ जीवनशैली अपनाने की प्रेरणा देते हैं। राष्ट्रीय स्तर की प्रतिष्ठित बैडमिंटन प्रतियोगिता 03 से 04 जनवरी तक झारखंड की राजधानी रांची स्थित खेलगांव परिसर के ठाकुर विश्वनाथ शहदेव इंडोर स्टेडियम, मेगा स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स में आयोजित की गई है।

प्रतियोगिता में देश के 09 विभिन्न उच्च



न्यायालयों झारखंड, इलाहाबाद, मद्रास, तेलंगाना, उड़ीसा, बॉम्बे, ओडिशा, राजस्थान, केरल एवं कर्नाटक से आए 31 न्यायाधीश भाग ले रहे हैं। टूर्नामेंट का उद्देश्य न्यायपालिका से जुड़े माननीय पदाधिकारियों के बीच खेल भावना, आपसी सौहार्द, शारीरिक-मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता एवं सकारात्मक ऊर्जा को बढ़ावा देना है।

प्रतियोगिता के दौरान मेन सिंगल्स, मेन डबल्स, वूमन सिंगल्स एवं मिक्सड डबल्स कुल चार श्रेणियों में मुकाबले आयोजित किए जा रहे हैं, जिनमें माननीय न्यायाधीश अपने खेल कौशल का प्रदर्शन करेंगे। उच्च न्यायालय द्वारा आयोजित इस

टूर्नामेंट के सफल एवं सुचारु संचालन के लिए खेलांगण परिसर में अंतरराष्ट्रीय मानकों के अनुरूप बैडमिंटन कोर्ट, खिलाड़ियों के लिए विश्राम स्थल, चिकित्सा सुविधा, सुरक्षा व्यवस्था और अन्य बुनियादी सुविधाएं उपलब्ध कराई गई हैं।

उद्घाटन समारोह के दौरान प्रतियोगिता के सफल आयोजन के लिए जिला प्रशासन, रांची द्वारा किए गए उत्कृष्ट प्रबंधन एवं समन्वय की सराहना की गयी। इस अवसर पर न्यायमूर्ति रंगोण मुखोपाध्याय की ओर के उपायुक्त मन्जुनाथ भर्जनी चार श्रेणियों में मुकाबले आयोजित किए जा रहे हैं, जिनमें माननीय न्यायाधीश अपने खेल कौशल का प्रदर्शन करेंगे। उच्च न्यायालय द्वारा आयोजित इस

स्लाइट में अमर शहीद संत हरचंद सिंह लोंगोवाल जी का जन्म दिवस पुरी श्रद्धा और उत्साह के साथ मनाया

लोंगोवाल, 3 जनवरी (जगसीर सिंह) - भारत सरकार के प्रमुख तकनीकी संस्थान स्लाइट में अमर शहीद संत हरचंद सिंह लोंगोवाल जी का 102वां

जन्म दिवस पुरी श्रद्धा और उत्साह के साथ मनाया गया इस अवसर पर स्लाइट के परिसर में विशेष समारोह का आयोजन किया गया, जिसमें संस्थान के सभी कर्मचारी, स्टाफ और छात्रों ने बह-चढ़कर भाग लिया। कार्यक्रम की शुरुआत स्लाइट के निदेशक प्रो. मणिकांत पासवान के मनभावन संबोधन से हुई। उन्होंने संत लोंगोवाल जी के जीवन आदर्शों, शिक्षा के प्रति समर्पण और समाज सेवा के योगदान को याद करते हुए कहा कि उनके सिद्धांत आज भी हमें प्रेरित करते हैं। प्रो. पासवान ने युवाओं से अपील की कि वे संत जी के दिखाए मार्ग पर चलकर राष्ट्र निर्माण में योगदान दें। इस समारोह में संस्थान के सभी कर्मचारी, स्टाफ सदस्यों और छात्रों ने अपने विचार व्यक्त किए। विभिन्न विभागों से प्रतिनिधियों ने कविताएं सुनाईं, भजन गाए और संत जी के जीवन पर आधारित भाषण दिए, परिसर को फूलों और रंगोली से सजाया गया था, और लंगर भी लगाया गया। पूरा वातावरण भक्ति और उत्साह से गुंज उठा। यह जन्म दिवस समारोह न केवल संत हरचंद सिंह लोंगोवाल जी को श्रद्धांजलि अर्पित करने का माध्यम बना, बल्कि स्लाइट परिसर को एकजुट करने का अवसर भी प्रदान किया। संस्थान प्रबंधन ने कहा कि यह परंपरा हर वर्ष जारी रहेगी।



एम पी अजब है - इन्दौर के भागीरथपुरा घटना पर खरी खरी - जनता परेशान, नेता बदजुबान और अफसर पहलवान....।

स्वतंत्र लेखक हरिहर सिंह चौहान

इन्दौर

अरे यहां क्या हो गया आज बिखरे हुए क्यों हो आप हम ने तो कोई गलती तो नहीं कर दी...। आप तो हमेशा से अपनी बेबाक राय के लिए जाने जाते रहे हों। जमीनी कार्यकर्ता से सत्ता के इस गलियारों तक पहुंचने के बाद भागीरथपुरा का यहां दुश्य कैसे समझें हमें। आप की कार्यशैली से तो हर कोई वाकिफ हैं। इतनी बड़ी घटना जिसमें 15 लोगों की जान चली गई कई लोग अभी भी अस्पतालों में भर्ती हैं। पानी का खेल में खेला हो गया शहर की प्रतिष्ठा मान सम्मान धराशाई होने के बाद भी आप का अंदाजे क्या तो सबसे जोरा नजर आ रहा है। बाधा की शैली व अपनी सभ्यता को काट के समान क्यों कर रहे हो आप...। घटना हो या फिर दुख-तकलीफ या अन्य परेशानी अपनी बात कहें कर आप का संतोष रुपी बीज का रोपण होता तो अच्छा होता। लेकिन आप की कुंठा कहे या सत्ता का नशा बेलगाम नाकारात्मक

बातों से सभी आहात है। पद की गरिमा व्यक्तित्व का आचरण सभ्य समाज में अलंकृत होता है। इस तरह गली मोहल्ले में आप की जुबान ने तो गुस्से में जो कुछ भी बजसया वह ठीक नहीं रहा। ऐसे आप ने त्वरित टिप्पणी पर माफ़ी मांग ली, जो सबसे सरल है। पर उससे वह दिन-रात आप के लिए अक्सर देने वाले आप की सरकार का प्रसार प्रचार करने वाले जनता के बीच आप की बात पहुंचने वालों का मनोबल पर आप जैसे वरिष्ठ नेता की भाषा शैली का क्या असर पड़ेगा, यह क्यों नहीं समझ सकें। हम तो इन्दौर है इतनी जल्दी हताश परेशान थक जाते हैं क्या। हम तो जमीन से जुड़े हैं, अगर गलती हुई है कहीं शासन प्रशासन और नगर निगम की तो उस पर पर्दा क्यों डाल रहे हो। मौत पर राजनीतिक फायदा नुकसान तलाशाना कैसे ठीक माना जायेगा। अगर आप भड़सा निकाल रहे हों तो कमजोर कड़ियों को खोजें। समाज के आँसू चोथे स्तंभ के इन सजग रुपी और जबाज निर्भिक निडर

यादव, अपर आयुक्त रोहित सिहोनिया, और सजीव श्रीवास्तव को भागीरथपुरा घटना के बाद तत्काल प्रभाव से निलंबित कर दिया गया। यहां एक्शन जरूरी था। महापौर जी भी अपने काम के प्रति सतर्कता का फ़र्ज़ निभाये। सिर्फ यहाँ कहें देने से ठीक नहीं हो जायेगा अधिकारी नहीं सुनते। ऐसे में जनता क्या करेगी? इन सभी बातों को देखें तो जनता परेशान नेता बदजुबान अफसर पहलवान ऐसे में मुख्यमंत्री मोहन यादव को मुखिया हैं उनसे ही आशा कि किरणें दिख रही है। अब सभी चीजों को ठीक करने का है जो बिगड़ गई है क्यों सबसे स्वच्छ शहर इन्दौर की बहुत जग हँसाई हो चुकी है।