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

सोशल मीडिया से जुड़ें
Parivehan_Vishesh

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

www.newsparivahan.com

परिवहन विशेष

वर्ष 03, अंक 308, नई दिल्ली, बुधवार 07 जनवरी 2026, मूल्य ₹ 5, पेज 8

देश का पहला ट्रांसपोर्ट दैनिक समाचार पत्र

आज का सुविचार

सफलता के लिए पाँच आवश्यक उद्यमशीलता कौशल : एकाग्रता, भेदभाव, संगठन, नवाचार और संचार।

03 महादेव के उन्नीस अवतार

06 जेईई और नीट के लिए घर पर अध्ययन वातावरण कैसे बनाएं

08 दहेज के ख़िलाफ़ बोलते हैं, फिर भी दहेज़ लेते हैं: क़ारी इसहाक़ गोरा की सख़्त टिप्पणी

236 सड़कें प्रतिबंधित — ई-रिक्शा कहाँ चले, कहाँ नहीं?

2014 HC आदेश से अब तक — ट्रैफिक जाम का असली दोषी कौन?

लेखक: संजय कुमार बाठला

दिल्ली उच्च न्यायालय के 31 जुलाई 2014 के आदेश ने बिना पंजीकरण ई-रिक्शा को अवैध घोषित किया, जिसके बाद उपराज्यपाल ने 236 VIP/मुख्य सड़कों पर संचालन प्रतिबंधित कर दिया। लेकिन सड़कों पर अनियंत्रित भीड़ ने जाम और दुर्घटनाएँ तीन गुना बढ़ा दीं।

प्रतिबंधित सड़कों का ब्रेकअप

1. क्षेत्र नई दिल्ली - सड़क संख्या 77 - उदाहरण बाराखंबा रोड, राजपथ

2. क्षेत्र साउथ दिल्ली - सड़क संख्या 52 - उदाहरण लोधी रोड, नेहरू प्लेस

3. क्षेत्र ईस्ट/वेस्ट - सड़क संख्या 107 - उदाहरण आउटर रिंग रोड जंक्शन

समाधान:

* "ई-रिक्शा ज़ोन" — मेट्रो स्टेशन से 2 किमी दायरे में डेडिकेटेड लेन।

* ITMS से रीयल-टाइम ट्रैकिंग और GPS-आधारित चालान।

जनहित अपील: 236 सड़कों की समीक्षा हो; ट्रैफिक डेटा सार्वजनिक करें।

चालक शक्ति द्वारा व्यावसायिक वाहनों की जगह निजी ईवी (EV) तथा BS6 निजी कारों को दिल्ली में व्यावसायिक गतिविधियों में चलाने की मंजूरी देने के विरोध और 2013 से अभी तक टैक्सियों का किराया नहीं बढ़ाये जाने के कारण ड्राइवर में आक्रोश के संदर्भ में दिया मांगपत्र

परिवहन विशेष न्यूज

दिल्ली सरकार द्वारा मोटर वाहन नियम के बाहर जाकर लिए गए फैसले और तुगलकी फरमान जिसके प्रति चालक शक्ति यूनियन को समाचार पत्र और सोशल मीडिया के माध्यम से पता चला है कि दिल्ली सरकार ने प्राइवेट EV तथा BS6 प्राइवेट कार कमर्शियल टैक्सी में चलाने की मंजूरी दे दी है को अवैध और ड्राइवर समाज के साथ धोखा और अन्याय बताया है।

उन्होंने अपने पत्र में बताया की पूरे दिल्ली एनसीआर के चालकों में इस फैसले से गुस्सा और आक्रोश है।

उन्होंने आगे कहा की दिल्ली सरकार ने तो केंद्र सरकार के कानून को भी अंगूठा दिखा दिया और अगर दिल्ली सरकार ने कोई रूल बनाए हैं तो क्या उसे जनहित में जनता को सूचना दे कर आम राय, विरोध या पक्ष मांगा।

साथ ही कहा की क्या दिल्ली सरकार केंद्र सरकार से ऊपर है जो मोटर वाहन नियम को दरकिनार कर यह नासमझी में फैसला लिया,

चालक शक्ति यूनियन ने इस आदेश को तुरंत प्रभाव से रोकने और वापिस करने की पुरजोर अपील की है।

आगे उन्होंने कहा की एक तो ओला उबर रैपीडो और भारत टैक्सी द्वारा दिल्ली में सभी ड्राइवरों का जीना दुश्वार कर रखा है। यह कंपनियां सरेआम ड्राइवरों का शोषण कर रही हैं और मौजूदा सरकार इन कंपनियों के खिलाफ कोई एक्शन लेने को तैयार नहीं और उसकी जगह कमर्शियल गाड़ी चला रहे हैं उन ड्राइवरो के रोजगार को खत्म करने की कोशिश कर रही है।

आगे उन्होंने कहा की पिछली सरकार कम थी क्या ड्राइवरों का खून चूसने के लिए जो इस सरकार ने नया तुगलकी फरमान जारी करके ड्राइवर का खून चूसने की योजना बना ली है।

आगे उन्होंने कहा की 2013 से 2026 में दुनिया भर की महंगाई बढ़ गई मंत्री से लेकर हर एक नौकर तक सबका तनखाएं बढ़ गई लेकिन दिल्ली में टैक्सियों का किराया नहीं बढ़ाया गया।

आगे उन्होंने खुल कर कहा की अगर सरकार तत्काल फैसला नहीं करती तो इस मुद्दों को लेकर हाई कोर्ट जायेंगे की हमारा किराया बढ़ाया जाए।

उन्होंने दिल्ली सरकार पर आरोप लगाते हुए कहा की दिल्ली सरकार नहीं चाहती है की दिल्ली एनसीआर की टैक्सियों का किराया बढे और ओला उबर रैपीडो जैसी कंपनियों को फायदा पहुंचाने के लिए नए-नए रूल्स कानून बनाए जा रहे हैं।

अंत में फिर कहा की निजी वाहनों को जो व्यावसायिक गतिविधियों में चलाने की मंजूरी दी है उसे तुरंत प्रभाव से रोका जाए और जो हमारा किराया 2013 से अभी तक नहीं बढ़ाया गया है उसे तुरंत प्रभाव से बढ़ाया जाए अन्यथा हम दिल्ली के सभी चालक दिल्ली सरकार के खिलाफ धरना प्रदर्शन करेंगे इसमें जो भी अव्यवस्था होगी इसकी जिम्मेदारी दिल्ली सरकार की होगी।

दिल्ली एनसीआर का प्रदूषण और यहां की हवा अब सिर्फ सांस लेने का माध्यम नहीं, एक 'ऑल—इन—वन पैकेज'

सांस लेने का अधिकार: अदालत में हाज़िरी लगवाने की मजबूरी

संजय कुमार बाठला

जब हवा में ऑक्सीजन से ज़्यादा बहस, और फाइलों में धूल से ज़्यादा नोटिंग हो, तो सुप्रीम कोर्ट को ही वेंटिलेटर बनना पड़ता है।

दिल्ली—एनसीआर की हवा अब सिर्फ सांस लेने का माध्यम नहीं, एक 'ऑल—इन—वन पैकेज' है। इसमें धूल, धुआं, गैस, पराली का धुआं, जेनरेटर का उत्सर्जन, निर्माण स्थलों की उड़ती मिट्टी, भारी वाहनों की कतारें और ऊँची—ऊँची योजनाओं का धुआं — सब कुछ कॉम्प्लिमेंटरी मिलता है।

इस हालत पर सुप्रीम कोर्ट को फिर याद दिलाना पड़ा कि कानून, प्लान, आयोग और टास्क फोर्स से हवा साफ नहीं होती, इन्हें जागने और काम करने की भी ज़रूरत होती है।

अदालत ने जब वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग (CAQM) से पूछा कि "आप कारण पहचानने में इतनी देर क्यों लगा रहे हैं", **तो लगा जैसे किसी नींद में सोए चौकीदार से पहली बार पूछा गया हो — "ड्यूटी पे हो या छुट्टी पे?"**

कोर्ट कहता है,

* पहले ये तो पता करो कि हवा खराब क्यों है, समाधान बाद में सोच लेना;

* **सिस्टम सोचता है,** पहले ये तय करो कि दोष किस पर डाला जाए, बाकी बात बाद में देखी जाएगी।

बच्चों की कक्षा: स्कूल, स्क्रीन या अस्पताल? सबसे कड़वा व्यंग्य बच्चों पर है। उनकी कक्षा अब तीन जगह लग रही है

* — स्कूल की इमारत में,

* मोबाइल—लैपटॉप की स्क्रीन पर, और

* ज़रूरत पड़ने पर अस्पताल की OPD में।

सुप्रीम कोर्ट कहता है कि

* स्कूलों को खोलने — बंद करने का फैसला वैज्ञानिक आधार पर हो,

* बच्चों के स्वास्थ्य और शिक्षा के संतुलन को ध्यान में रखकर हो।

लेकिन एजेंसियों की 'विज्ञान' की परिभाषा कुछ और ही है —

* जब AQI बहुत ज़्यादा बढ़े तो "तुरंत प्रेस रिलीज",

* थोड़ा कम हो जाए तो "स्थिति नियंत्रित" घोषित।

हवा वही, सांस वही, फेफड़े वही, बस आदेश बदल जाते हैं — मानो बच्चों के फेफड़े भी GRAP के अलग—अलग स्टेज पर खुद को एडजस्ट करने के लिए नोटिफिकेशन पढ़ते हों।

* शहर की कार,

* किसान की पराली:

*** दोषारोपण की फ्री में मिली सर्विस**

कोर्ट ने एक और असहज सवाल उठाया —

* "पूरी कहानी पराली पर ही क्यों लाद दी जाती है, जबकि कोरोना के समय पराली जलती रही और हवा सबसे साफ दिखी?"

* यानी शहर का ट्रैफिक, इंडस्ट्री, कंस्ट्रक्शन और डीजल जेनरेटर सारे सम्मानित नागरिक हैं, असली 'विलेन' सिर्फ किसान!

* डेटा कहता है कि कभी ट्रांसपोर्ट से 12% योगदान बताया जाता है, कभी 40%; खुद विशेषज्ञों की रिपोर्टें एक—दूसरे से टकरा रही हैं।

*** जनता सोचती है — "कम से कम आंकड़ों पर तो आपस में सहमत हो जाइए, हम तो खैर हर रिपोर्ट का धुआं अलग—अलग सांसों से झेल ही रहे हैं।"**

GRAP: ग्रेडेड रिस्पॉन्स या ग्रेडेड लीपापोती? ग्रेडेड रिस्पॉन्स एक्शन प्लान (GRAP) कागज़ों पर कमाल की चीज़ है — AQI जितना बढ़े, उतने ही 'ग्रेडेड' प्रतिबंध।

लेकिन ज़मीन पर तस्वीर यह है कि स्टेज—IV लागू होने के बावजूद

* ट्रकों की एंट्री पर जांच आधी — अधूरी,

* कई जगह कंस्ट्रक्शन जारी, और

* ड्यूटी पर तैनात अफसरों को खुद नहीं पता कि उनकी ड्यूटी क्या है।

कोर्ट—नियुक्त कमिश्नरों की रिपोर्ट कहती है कि 30—40% अधिकारियों को तो अपनी जिम्मेदारी ही नहीं मालूम।

सुप्रीम कोर्ट ने इसे 'सीरियस लैप्स' मानते हुए कहा कि GRAP—IV लागू है, पर अमल 'हार्डली कुछ' हुआ। यानी जनता मास्क लगा — लगाकर स्टेज — IV झेल रही है, और सिस्टम स्टेज—I वाली सुस्ती से बाहर ही नहीं आ रहा।

जब अदालत कहती है कि लापरवाही पर अभियोजन हो सकता है,

* तब फाइलों में अचानक ऑक्सीजन का स्तर बढ़ जाता है।

* मीटिंगें ताबड़तोड़,

* WhatsApp ग्रुपों में संदेश ताबड़तोड़, लेकिन

*** AQI वहीं 'खराब' से 'बहुत खराब' के बीच झूलता रहता है।**

तीन मास्क और एक अदृश्य ढाल

दिल्ली—एनसीआर में अब तीन तरह के मास्क चल रहे हैं —

* एक वायरस के लिए,

* दूसरा प्रदूषण के लिए, और

* तीसरा अदृश्य मास्क, जो सरकारी जवाबदेही पर कसकर चढ़ा है।

यह तीसरा मास्क सबसे टिकाऊ है, क्योंकि इसे कोई उतार नहीं पाता — न चुनाव, न जांच, न फटकार।

* जिम्मेदारी का गेंद कभी नगर निगम के पाले में,

* कभी राज्य सरकार के,

* कभी केंद्र,

* कभी CAQM,

* कभी पुलिस,

* कभी किसी नई—नई बनी कमेटी के।

सुप्रीम कोर्ट बार—बार कहता है कि "किसी एक छतरी के नीचे सभी एजेंसियों को जवाबदेह करो", पर व्यवस्था की छतरी में हमेशा से छेद ज़्यादा और सिलाई कम रही है।

चुनाव से पहले हवा साफ, चुनाव के बाद फाइल साफ एक दिलचस्प पैटर्न यह भी है — चुनाव नज़दीक आते हैं तो वादों की हवा साफ हो जाती है; चुनाव निकल जाते हैं तो उसी हवा में फाइलों की धूल उड़ती दिखाई देती है। एयर प्यूरीफायर की बिक्री बढ़ती है, लेकिन नीयत प्यूरीफाई होने का रिकॉर्ड अभी तक नहीं मिला।

कोर्ट कहता है — कारणों की सूची सार्वजनिक करो, लोगों को बताओ कि सबसे बड़ा योगदान किसका है, जनता से सुझाव लो।

सिस्टम को डर है — कहीं जनता सचमुच पूछ न ले कि "फिर कार्रवाई कब होगी?"

इसलिए कारण भी आधे अधूरे, समाधान भी, और जवाबदेही तो हमेशा की तरह धुंध में गुम।

पहले क्या साफ होगा — हवा, या नीयत? सच्चाई यह है कि हवा में घुला प्रदूषण रोज़ — रोज़ सज़ा दे रहा है — सांस फूलने, खांसी, दमे के अटैक, और बच्चों के फेफड़ों के कमज़ोर विकास के रूप में।

लेकिन जिम्मेदार तंत्र के लिए 'सज़ा' अभी भी नोटिस, जवाब, हलफनामा और अगली तारीख के बीच कहीं भटक रही है।

सुप्रीम कोर्ट की सख्ती उम्मीद जगाती है, पर असली व्यंग्य यही है कि हमें सांस लेने के अपने बुनियादी अधिकार के लिए भी अब न्यायालय की शरण में जाना पड़ता है।

सवाल वही रह जाता है — पहले क्या साफ होगा: दिल्ली—एनसीआर की हवा, या हमारी प्रशासनिक और राजनीतिक नीयत?

जब तक इस सवाल का जवाब नहीं बदलता, तब तक आम नागरिक मास्क, इनहेलर और अगली सुनवाई — तीनों का स्टॉक भरकर रखने को मजबूर रहेगा।

टेंपल आफ लिबरलाइजेशन एंड वेलफेयर अलाइड ट्रस्ट पंजीकृत

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

पिंकी कुंडू

आज का साइबर सुरक्षा विचार : ऑनलाइन शॉपिंग के बढ़ते प्रचलन के साथ ही ऑनलाइन शॉपिंग धोखाधड़ी भी बढ़ रही है।

ऑनलाइन शॉपिंग स्कैम से बचने के लिए कुछ सावधानियाँ आवश्यक हैं, जैसे कि हमेशा विश्वसनीय वेबसाइटों से खरीदारी करें, विक्रेताओं की पुष्टि करें, सुरक्षित भुगतान विधियों का उपयोग करें और उन सौदों से सावधान रहें जो "बहुत अच्छे लगते हैं लेकिन सच नहीं होते।"

कभी भी संवेदनशील जानकारी कॉल या संदेशों पर साझा न करें और व्यक्तिगत विवरण दर्ज करने से पहले URL को दोबारा जांचें।

ऑनलाइन शॉपिंग करते समय सुरक्षित रहने के आवश्यक टिप्स

* केवल विश्वसनीय प्लेटफॉर्म पर खरीदारी करें

* Amazon, Flipkart या आधिकारिक ब्रांड वेबसाइट जैसी प्रसिद्ध ई-कॉमर्स साइटों पर ही खरीदारी करें।

* URL को ध्यान से जांचें — धोखेबाज़ अक्सर नकली साइटें बनाते हैं जो दिखने में असली जैसी लगती हैं लेकिन डोमेन नाम असामान्य होता है।

अपने भुगतान को सुरक्षित रखें

* क्रेडिट कार्ड या UPI ऐप्स का उपयोग करें जिनमें धोखाधड़ी सुरक्षा होती है, सीधे बैंक ट्रांसफर से बचें।

* वेबसाइटों पर कार्ड विवरण सेव करने से बचें जब तक कि बिल्कुल आवश्यक न हो।

* भुगतान विवरण दर्ज करने से पहले ब्राउज़र में HTTPS और ताले का चिन्ह देखें।

विक्रेताओं और उत्पादों की पुष्टि करें

* • खरीदारी से पहले समीक्षाएँ और रेटिंग पढ़ें।

* अत्यधिक कम कीमतों या "सीमित समय ऑफ़र" से सावधान रहें जो आपको जल्दी निर्णय लेने के लिए दबाव डालते हैं।

* छोटे विक्रेताओं से खरीदते समय उनकी रिटर्न/रिफंड नीति जांचें।

अपनी व्यक्तिगत जानकारी की सुरक्षा करें

* कभी भी OTP, CVV या पासवर्ड फोन कॉल, WhatsApp या ईमेल पर साझा न करें।

* SMS या सोशल मीडिया से भेजे गए संदिग्ध लिंक पर क्लिक करने से बचें।

* ऐप्स केवल आधिकारिक ऐप स्टोर से ही डाउनलोड करें।

लाल झंडों (Red Flags) को पहचानें

* तात्कालिक भुगतान या अग्रिम जमा की मांग आम धोखाधड़ी की रणनीति है।

* नकली वेबसाइटें संख्यात्मक पते (जैसे http://123.456...) या उत्पाद विवरण में खराब भाषा का उपयोग कर सकती हैं।

* धोखेबाज़ डिलीवरी एजेंट या ग्राहक सहायता का रूप धारण कर सकते हैं ताकि आपसे जानकारी निकलवा सकें।

तुलना: सुरक्षित बनाम जोखिमपूर्ण ऑनलाइन शॉपिंग व्यवहार पहलू

* सुरक्षित व्यवहार जोखिमपूर्ण व्यवहार

* वेबसाइट URL आधिकारिक डोमेन, HTTPS गलत वर्तनी या संख्यात्मक डोमेन

* भुगतान विधि क्रेडिट कार्ड / UPI सीधे बैंक ट्रांसफर

* विक्रेता सत्यापन सत्यापित विक्रेता, समीक्षाएँ देखी गई अज्ञात विक्रेता, कोई समीक्षा नहीं

* सौदे का मूल्यांकन उचित छूट अवास्तविक "बहुत अच्छा लगने वाला" ऑफर

* जानकारी साझा करना केवल सुरक्षित साइटों पर विवरण दर्ज करें कॉल/संदेश पर OTPs/CVV साझा करना

* ऐप डाउनलोड आधिकारिक ऐप स्टोर थर्ड-पार्टी APKs या लिंक

जोखिम और उनसे बचाव

* फ़िशिंग हमले: नकली ईमेल या SMS जो शॉपिंग साइटों की नकल करते हैं → हमेशा प्रेषक विवरण सत्यापित करें।

* नकली उत्पाद: विक्रेता जो ब्रांडेड सामान बहुत कम कीमत पर देते हैं → केवल अधिकृत विक्रेताओं से खरीदें।

* डेटा उल्लंघन: कमजोर पासवर्ड का बार-बार उपयोग → मजबूत, अद्वितीय पासवर्ड का उपयोग करें और 2FA सक्षम करें।

निष्कर्ष ऑनलाइन शॉपिंग सुविधाजनक है, लेकिन धोखेबाज़ भरोसे और जल्दबाज़ी का फायदा उठाते हैं।

वेबसाइटों की पुष्टि करके, भुगतान सुरक्षित रखकर और लाल झंडों पर सतर्क रहकर आप सुरक्षित और आत्मविश्वास से खरीदारी कर सकते हैं।

स्वास्थ्य विशेष

स्वास्थ्य आपका कोशिश हमारी

सहजन के पत्ते किसके लिए लाभकारी है?

अगर टीबी (TB) की दवा चल रही हो, शरीर कमजोर हो गया हो, वजन गिर रहा हो या ताकत कम लग रही हो, तो सहजन के पत्ते बहुत फायदेमंद माने जाते हैं।

सहजन के पत्तों के फायदे

* शरीर को भरपूर पोषण देते हैं
* कमजोरी और थकान में कमी लाते हैं
* रोग प्रतिरोधक क्षमता (Immunity) मजबूत करते हैं
* दवाइयों के साइड-इफेक्ट से उबरने में मदद
* खून की कमी और मांसपेशियों की कमजोरी में सहायक

सेवन करने का सही तरीका

* ताजे सहजन के पत्ते लें
* अच्छी तरह धोकर हल्की सब्ज़ी बनाएं
* ज्यादा मसाले और तेल न डालें
* हफ्ते में 3 बार भोजन के साथ खाएं
* चाहें तो दाल या सूप में भी मिला सकते हैं।

कब और कितने दिन लें

* दोपहर या रात के भोजन में
* लगातार 4–6 हफ्ते तक सेवन करें।

त्रिफलादि गुग्गुल — शरीर की आंतरिक सफाई और जोड़ों की सुरक्षा का त्रिदोष नाशक सूत्र

"त्रिफलादि गुग्गुल" — आयुर्वेद की वह प्राचीन औषधि जो शरीर को भीतर से शुद्ध करती है और वात, पित्त, कफ तीनों दोषों को संतुलित रखती है।

यह एक साथ डिटॉक्स, एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटी-आर्थ्रिटिक गुणों वाली है। इसे विशेष रूप से वात विकार, गठिया, आमवात, त्वचा रोग और मोटापा में लाभदायक माना गया है।

संयोजन (Ingredients)

* त्रिफला (हरड़, बहेड़ा, आंवला) – शरीर की शुद्धि और एंटीऑक्सीडेंट
* गुग्गुल – सूजन कम करे, जोड़ों की रक्षा करे
* चित्रक, पिपली – अग्नि (पाचन शक्ति) को प्रज्वलित करे
* शुद्ध शिलाजीत – ताकत और जोड़ों को पोषण दे

लाभ (Benefits)

1. वात रोगों में राहत गठिया, जोड़ों का दर्द, सूजन और stiffness को कम करता है।
* गुग्गुल और त्रिफला मिलकर जोड़ों में जमा "आम" को बाहर निकालते हैं।
2. वजन घटाने में सहायक यह मेटाबॉलिज़्म बढ़ाकर अतिरिक्त चर्बी गलाने में मदद करता है।
3. त्वचा रोगों में उपयोगी रक्त को शुद्ध कर मुंहासे, फोड़े, खुजली, दाद आदि को दूर करता है।
4. पाचन शक्ति बढ़ाता है पेट में जमा गैस, अपच, कब्ज जैसी समस्याओं को दूर करता है।

5. डिटॉक्स और एंटी-एजिंग असर शरीर से विषैले तत्वों को निकालकर कोशिकाओं को पुनर्जीवित करता है।

बनाने की विधि (Preparation Method)

1. सामग्रीः
* हरड़, बहेड़ा, आंवला – प्रत्येक 10 ग्राम
* गुग्गुल – 40 ग्राम
* चित्रक मूल, पिप्पली, शिलाजीत – प्रत्येक 5 ग्राम

2. विधि:

* सभी जड़ी-बूटियों को बारीक चूर्ण बना लें।
* शुद्ध गुग्गुल को घी या गोमूत्र में मुलायम करें।
* अब सब पाउडर मिलाकर छोटे-छोटे गोल वटी (गोलियाँ) बना लें।
* छाया में सूखाकर कांच की शीशी में रखें।

सेवन विधि (How to Use)

* 1–2 गोली दिन में 2 बार, गुनगुने पानी या त्रिफला क्वाथ के साथ।
* भोजन के बाद सेवन करें।

सावधानी (Precautions)

* गर्भवती महिलाएँ और छोटे बच्चे इसका प्रयोग डॉक्टर से पूछकर करें।
* अत्यधिक गर्म प्रकृति वाले लोग इसका अधिक उपयोग न करें।

आयुर्वेदिक मंत्रः

"त्रिफलादि गुग्गुल –
* रोगों की गंदगी बाहर करे,

1 केला प्रतिदिन खाने के फायदे

पारम्परिक, प्राकृतिक एवं पुराना घरेलू नुस्खा।

केला क्यों है फायदेमंद?

* केला सस्ता लेकिन बहुत ताकतवर फल है।
* इसमें पोटैशियम, मैग्नीशियम और प्राकृतिक ऊर्जा होती है, जो नसों और मांसपेशियों को मजबूत बनाती है।

मुख्य फायदे

* नसों में खिंचाव कम करता है - केले में मौजूद पोटैशियम
* ⟶ नसों को रिलैक्स करता है
* ⟶ मांसपेशियों की जकड़न कम करता है।

रोज़ 1 केला खाने से थकान

जल्दी नहीं आती,
* ⟶ शरीर को तुरंत ऊर्जा मिलती है
* ⟶ कमजोरी और सुस्ती कम होती है।

मिनरल बैलेंस बनाए रखता है, केला
* ⟶ शरीर में इलेक्ट्रोलाइट संतुलन बनाए रखता है
* ⟶ गर्मी या ज्यादा पसीने से होने वाली कमजोरी से बचाता है।

पैरों में ऐंठन की समस्या कम होती है नियमित सेवन से
* ⟶ रात में पैर चढ़ना
* ⟶ अचानक ऐंठन की समस्या धीरे-धीरे कम होती है।

कैसे खाएं?

* रोज़ सुबह नाश्ते में या
* वर्क/मेहनत से पहले 1 पका केला खाएं। चाहें तो
* गुनगुने दूध के साथ भी ले सकते हैं।

नाभी कुदरत की एक अद्भुत देन

एक 62 वर्ष के बुजुर्ग को अचानक बांई आँख से कम दिखना शुरू हो गया।

खासकर रात को नजर न के बराबर होने लगी। जाँच करने से यह निष्कर्ष निकला कि उनकी आँखे ठीक है परंतु बांई आँख की रक्त नलीयाँ सूख रही है। रिपोर्ट में यह सामने आया कि अब वो जीवन भर देख नहीं पायेंगे।

हमारा शरीर परमात्मा की अद्भुत देन है गर्भ की उत्पत्ति नाभि के पीछे होती है और उसको माता के साथ जुडी हुई नाडी से पोषण मिलता है और इसलिए मृत्यु के तीन घंटे तक नाभी गर्म रहती है।

गर्भधारण के नौ महीनों अर्थात 270 दिन बाद एक सम्पूर्ण बाल स्वरूप बनता है। नाभी के द्वारा सभी नसों का जुडाव गर्भ के साथ होता है। इसलिए नाभी एक अद्भुत भाग है।

नाभी के पीछे की ओर पेचूटी या navel button होता है। जिसमें 72000 से भी अधिक रक्त धमनियां स्थित होती है।

नाभी में देशी गाय का शुध्द घी या तेल लगाने से बहुत सारी शारीरिक दुर्बलता का उपाय हो सकता है।

1. आँखों का शुष्क हो जाना, नजर कमजोर हो जाना, चमकदार त्वचा और बालों के लिये उपाय सोने से पहले 3 से 7 बूँदें शुध्द देशी गाय का घी और नारियल के तेल नाभी में डालें और नाभी के आसपास डेढ ईंच गोलाई में फैला देवें।
2. घुटने के दर्द में उपाय सोने से पहले तीन से सात बूंद अरंडी का तेल नाभी में डालें और उसके आसपास डेढ ईंच में फैला देवें।
3. शरीर में कम्पन, जोड़ों में दर्द और शुष्क त्वचा के लिए:- उपाय रात को सोने से पहले तीन से सात बूंद राई या सरसों कि तेल नाभी में डालें और उसके चारों ओर डेढ ईंच में फैला देवें।
4. मुँह और गाल पर होने वाले पिम्पल के लिए:- उपायः- नीम का तेल तीन से सात बूंद नाभी में उपरोक्त तरीके से डालें।

* नाभी में तेल डालने का कारण.:- हमारी नाभी को मालूम रहता है कि हमारी कौनसी रक्तवाहिनी सूख रही है, इसलिए वो उसी धमनी में तेल का प्रवाह कर देती है।
* जब बालक छोटा होता है और उसका पेट दुखता है तब हम हिंग और पानी या तैल का मिश्रण उसके पेट और नाभी के आसपास लगाते थे और उसका दर्द तुरंत गायब हो जाता था। बस यही काम है तेल का।

अगर पेट ठीक से साफ नहीं होता?

क्या आप कब्ज की समस्या से परेशान हैं.? तो आइए इस के हल के लिए प्रयास करते हैं

पुराने घरेलू नुस्खों में इसबगोल को पेट की सफ़ाई के लिए बहुत असरदार माना गया है लेकिन कई और उत्पाद एवं उपाय भी हैं।

अगर
* सुबह पेट साफ नहीं होता
* कब्ज बनी रहती है
* पेट भारी और गैस रहती है

तो यह आसान उपाय ज़रूर अपनाएँ

इसबगोल लेने के फायदे

1. कब्ज में तुरंत राहत
* आंतों को नरम करता है
* मल त्याग आसानी से होता है।

2. आंतों की अच्छी सफ़ाई
* गंदगी बाहर निकालने में मदद
* पेट अंदर से साफ होता है।

3. गैस और भारीपन कम करता है
* पाचन क्रिया बेहतर होती है
* पेट हल्का महसूस होता है।

4. रोज़ पेट साफ रखने में सहायक
* सुबह बिना ज़ोर लगाए पेट खुलता है
* पेट की आदत सुधरती है।

5. पाचन तंत्र को मजबूत करता है
* लंबे समय तक लेने से
* पेट से जुड़ी समस्याएँ कम होती हैं।

कैसे लें? (Method)

* 1 चम्मच इसबगोल
* 1 गिलास गुनगुना दूध
* रात को सोने से पहले लें

सर्दियों का नाम आते ही जिस सब्ज़ी की सबसे पहले याद आती है, वो है देसी लाल गाजर।

चमकदार रंग, मीठा स्वाद और जबरदस्त पोषण से भरपूर यह गाजर सिर्फ खाने में ही नहीं, सेहत बनाने में भी नंबर वन है।

भारतीय रसोई में गाजर का हलवा, खीर, सलाद, सब्ज़ी और जूस – हर रूप में इसका अलग ही मज़ा है।

गाजर में क्या-क्या पोषण छुपा है? गाजर में भरपूर मात्रा में विटामिन A (बीटा-कैरोटीन) होता है, जो आँखों की रोशनी बढ़ाने में मदद करता है। इसके अलावा इसमें फाइबर, पोटैशियम, एंटीऑक्सीडेंट्स और विटामिन C भी पाए जाते हैं, जो शरीर की इम्युनिटी को मजबूत बनाते हैं।

सेहत के जबरदस्त फायदे

* आँखों के लिए अमृत,
* पाचन तंत्र को दुरुस्त रखे।
* दिल को स्वस्थ बनाए,
* त्वचा को ग्लोइंग बनाए।
* शरीर में खून की कमी दूर करने में सहायक।

कच्ची या पकी – कैसे खाएँ?

* कच्ची गाजर सलाद या जूस के रूप में फाइबर देती है, वहीं
* हल्की पकी गाजर से विटामिन A शरीर में बेहतर तरीके से अवशोषित होता है। इसलिए दोनों तरीके फायदेमंद हैं।

खरीदते समय ध्यान दें हमेशा सख़्त, ताज़ी और गहरे लाल रंग की गाजर लें। ज्यादा सॉफ्ट या दाग़ वाली गाजर से बचें।

* सुबह खाली पेट गाजर का जूस पीने से पेट साफ़ रहता है और चेहरे पर नेचुरल चमक आती है।
* गाजर सिर्फ एक सब्ज़ी नहीं, बल्कि पूरी सर्दी की सेहत का सहारा है।

इसे रोज़ की डाइट में शामिल करें और परिवार को रखें हेल्दी।

अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड, भ्रामक विज्ञापन और बच्चों-किशोरों में बढ़ता कैंसर व मेटाबॉलिक रोगों का खतरा

एक गहन और अद्यतन वैज्ञानिक दृष्टिकोण

आज के आधुनिक समाज में अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड (Ultra-Processed Foods – UPFs) — जैसे पैकेट वाले स्नैक्स, कोल्ड ड्रिंक्स, शक्करयुक्त पेय, तथाकथित "हेल्थ ड्रिंक्स" और रेडी-टू-ईट खाद्य पदार्थ — हमारे दैनिक जीवन का हिस्सा बन चुके हैं।

इन्हें आकर्षक विज्ञापनों के माध्यम से स्वादिष्ट, सुविधाजनक और स्वास्थ्यवर्धक बताकर प्रचारित किया जाता है, जबकि वैज्ञानिक साक्ष्य इसके बिल्कुल विपरीत कहानी कहते हैं।

,नवीनतम शोध यह स्पष्ट रूप से दर्शाते हैं कि इन खाद्य पदार्थों का नियमित सेवन — विशेषकर बचपन से — कैंसर, मोटापा, मधुमेह, हृदय रोग और मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के जोखिम को गंभीर रूप से बढ़ाता है।

1. अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड वास्तव में क्या हैं? अल्ट्रा - प्रोसेस्ड फूड प्राकृतिक या संपूर्ण खाद्य पदार्थ नहीं होते, बल्कि औद्योगिक रूप से तैयार किए गए रासायनिक मिश्रण होते हैं, जिनमें शामिल हैं:

* अत्यधिक मात्रा में अतिरिक्त शक्कर या हाई-फ्रक्टोज़ कॉर्न सिरप (HFCS)
* हानिकारक वसा (हाइड्रोजेनेटेड या अत्यधिक परिष्कृत तेल)
* बहुत अधिक नमक
* कृत्रिम रंग, फ्लेवर, प्रिज़र्वेटिव, इमल्सीफायर और स्वीटनर
* फाइबर, विटामिन और खनिजों की भारी कमी

इनकी विशेषता यह है कि ये:

* कैलोरी में अत्यधिक
* पोषण में अत्यंत गरीब और
* आदत डालने वाले (addictive) होते हैं

इसी कारण इन्हें लोग आवश्यकता से कहीं अधिक मात्रा में खा लेते हैं।

(ScienceDaily के अनुसार)

2. भ्रामक विज्ञापन कैसे छुपाते हैं सच्चाई? भारत सहित पूरी दुनिया में, कंपनियाँ इन उत्पादों को:

* "एनर्जी बूस्टर"
* "बच्चों के लिए ज़रूरी"
* "न्यूट्रिशन से भरपूर"
* "स्मार्ट और मॉडर्न लाइफस्टाइल"

जैसे शब्दों से प्रचारित करती हैं, जबकि वास्तविकता में ये खाली कैलोरी और रसायनों का मिश्रण होते हैं।

विशेष रूप से बच्चे और किशोर इन विज्ञापनों के सबसे बड़े शिकार होते हैं।

वैज्ञानिक अध्ययनों से सिद्ध हुआ है किः बचपन में देखे गए विज्ञापन स्वाद और भोजन की आदतें तय कर देते हैं

बार-बार संपर्क से अस्वास्थ्यकर भोजन की तीव्र लालसा विकसित होती है

3. अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड और कैंसरः वैज्ञानिक प्रमाण अंतरराष्ट्रीय स्तर पर हुए बड़े जनसंख्या आधारित अध्ययनों और मेटा-एनालिसिस से यह सामने आया है किः

कैंसर जोखिमः UPFs का अधिक सेवन करने वालों में कुल कैंसर जोखिम अधिक पाया गया (जैसे कोलोरेक्टल, ब्रेस्ट, पैंक्रियाटिक, ओवेरियन कैंसर)

(PubMed के अनुसार)

लंबे समय तक चले अध्ययनों में यह पाया गया किः आहार में अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड की मात्रा में हर 10% वृद्धि से कैंसर की घटनाओं और कैंसर से मृत्यु का जोखिम बढ़ जाता है

(ScienceDaily के अनुसार)

संभावित जैविक कारण:

* पोषक-तत्वों से भरपूर भोजन का स्थान लेना
* मोटापा और दीर्घकालिक सूजन (chronic inflammation)
* प्रोसेसिंग के दौरान बनने वाले कैंसरकारी यौगिक
* आंतों के माइक्रोबायोम का असंतुलन

ये सभी मिलकरः

* कोशिकीय तनाव
* DNA क्षति और
* कैंसर-प्रवर्धक जैव रासायनिक मार्ग सक्रिय कर सकते हैं

4. कैंसर के अलावा अन्य गंभीर स्वास्थ्य प्रभाव शोध यह भी दर्शाते हैं कि UPFs का अधिक सेवन निम्न से जुड़ा हैः

* मोटापा और मेटाबॉलिक डिसऑर्डर
* टाइप-2 डायबिटीज
* हृदय रोग
* कम उम्र में मृत्यु का बढ़ा हुआ खतरा

एक बहु-देशीय अध्ययन के अनुसारः

अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड का सेवन बढ़ने से

50 वर्ष से पहले मृत्यु का जोखिम बढ़ता है

(The Guardian के अनुसार)

मानसिक स्वास्थ्यः नवीन शोध बताते हैं कि UPFs का संबंधः

* चिंता
* अवसाद और
* संज्ञानात्मक (cognitive) समस्याओं से भी जुड़ा हुआ है

(The Times of India के अनुसार)

5. बच्चों और किशोरों के लिए यह विशेष रूप से खतरनाक क्यों? बचपन और किशोरावस्थाः

* शारीरिक विकास
* मस्तिष्क निर्माण और
* मेटाबॉलिक प्रोग्रामिंग

का सबसे संवेदनशील समय होता है।

इस दौरान अल्ट्रा-प्रोसेस्ड भोजनः

* कम उम्र में मोटापा पैदा करता है
* हार्मोनल और मेटाबॉलिक असंतुलन लाता है
* जीवनभर के रोगों की नींव रखता है
* मीठे और तले भोजन की आदत डालता है

इसी कारण डॉक्टर और शोधकर्ता आज कम उम्र में बढ़ते कैंसर और जीवनशैली रोगों को लेकर गंभीर चिंता जता रहे हैं।

विभिन्न देशों में समान निष्कर्ष

* स्पष्ट जैविक तंत्र
* मात्रा-आधारित जोखिम (dose-response)

इन सभी से वैज्ञानिक चिंता पूरी तरह उचित और गंभीर हो जाती है।

(PubMed के अनुसार)

7. सार्वजनिक स्वास्थ्य और नीतिगत प्रयास विश्व स्तर पर विशेषज्ञ निम्न उपायों की मांग कर रहे हैं:

* स्पष्ट और ईमानदार फूड लेबलिंग
* बच्चों को लक्षित विज्ञापनों पर रोक
* शक्करयुक्त पेय और UPFs पर कर
* स्कूल-स्तर पर पोषण मानक
* जन-शिक्षा और जागरूकता

2025 में, बड़ी खाद्य कंपनियों के विरुद्ध कानूनी कार्रवाइयाँ और मुकदमे यह दर्शाते हैं कि अब दुनिया इस समस्या को हल्के में नहीं ले रही।

(AP News के अनुसार)

निष्कर्ष

* अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड,
* कोल्ड ड्रिंक्स और तथाकथित "हेल्थ ड्रिंक्स"

सिर्फ खाली कैलोरी नहीं हैं, बल्किः

* कैंसर और दीर्घकालिक रोगों का जोखिम
* मेटाबॉलिक असंतुलन
* कम उम्र में मोटापा
* सूजन और दीर्घकालिक स्वास्थ्य क्षति से गहराई से जुड़े हुए हैं।

इन खतरों को:

* आक्रामक और भ्रामक विज्ञापन
* आसान उपलब्धता और
* सामाजिक स्वीकृति

और भी बढ़ा देती है।

सबसे प्रभावी समाधानः

* संपूर्ण, कम-प्रोसेस्ड, प्राकृतिक भोजन— फल, सब्ज़ियाँ, साबुत अनाज, स्वस्थ वसा और प्राकृतिक प्रोटीन — के साथ-साथ सशक्त नीतियाँ और जन-जागरूकता।

महादेव के उन्नीस अवतार

पिंकी कुंडू

शिव महापुराण में भगवान शिव के अनेक अवतारों का वर्णन मिलता है, लेकिन बहुत ही कम लोग इन अवतारों के बारे में जानते हैं। धर्म ग्रंथों के अनुसार भगवान शिव के 19 अवतार हुए थे। आज हम आपको बता रहे हैं भगवान शिव के 19 अवतारों के बारे में-

1. वीरभद्र अवतार- भगवान शिव का यह अवतार तब हुआ था, जब दक्ष द्वारा आयोजित यज्ञ में माता सती ने अपनी देह का त्याग किया था। जब भगवान शिव को यह ज्ञात हुआ तो उन्होंने क्रोध में अपने सिर से एक जटा उखाड़ी और उसे रोषपूर्वक पर्वत के ऊपर पटक दिया। उस जटा के पूर्वभाग से महाभंयकर वीरभद्र प्रगट हुए। शिव के इस अवतार ने दक्ष के यज्ञ का विध्वंस कर दिया और दक्ष का सिर काटकर उसे मृत्युदंड दिया।

2. पिप्पलाद अवतार- मानव जीवन में भगवान शिव के पिप्पलाद अवतार का बड़ा महत्व है। शनि पीड़ा का निवारण पिप्पलाद की कृपा से ही संभव हो सका। कथा है कि पिप्पलाद ने देवताओं से पूछा - क्या कारण है कि मेरे पिता दधीचि जन्म से पूर्व ही मुझे छोड़कर चले गए? देवताओं ने बताया शनिग्रह की दृष्टि के कारण ही ऐसा कुयोग बना।

* पिप्पलाद यह सुनकर बड़े क्रोधित हुए। उन्होंने शनि को नक्षत्र मंडल से गिरने का श्राप दे दिया।

* श्राप के प्रभाव से शनि उसी समय आकाश से गिरने लगे।

*देवताओं की प्रार्थना पर पिप्पलाद ने शनि को इस बात पर क्षमा किया कि शनि जन्म से लेकर 16 साल तक की आयु तक किसी को कष्ट नहीं देंगे।

*तभी से पिप्पलाद का स्मरण करने मात्र से शनि की पीड़ा दूर हो जाती है।

*शिव महापुराण के अनुसार स्वयं ब्रह्मा ने ही शिव के इस अवतार का नामकरण किया था।

3. नंदी अवतार- भगवान शंकर सभी जीवों का प्रतिनिधित्व करते हैं। भगवान शंकर का नंदीश्वर अवतार भी इसी बात का अनुसरण करते हुए सभी जीवों से प्रेम का संदेश देता है। नंदी (बैल) कर्म का प्रतीक है, जिसका अर्थ है कर्म ही जीवन का मूल मंत्र है। इस अवतार की कथा इस प्रकार है- शिलाद मुनि ब्रह्मचारी थे।

* वंश समाप्त होता देख उनके पितरों ने शिलाद से संतान उत्पन्न करने को कहा।

*शिलाद ने अयोनिज और मृत्युहीन संतान की कामना से भगवान शिव की तपस्या की।

*तब भगवान शंकर ने स्वयं शिलाद के यहां पुत्र रूप में जन्म लेने का वरदान दिया।

*कुछ समय बाद भूमि जोतते समय शिलाद को भूमि से उत्पन्न एक बालक मिला।

*शिलाद ने उसका नाम नंदी रखा।

* भगवान शंकर ने नंदी को अपना गणाध्यक्ष बनाया।

*इस तरह नंदी नंदीश्वर हो गए।

* मरुतों की पुत्री सुयशा के साथ नंदी का विवाह हुआ।

4. भैरव अवतार- शिव महापुराण में भैरव को परमात्मा शंकर का पूर्ण रूप बताया गया है। एक बार भगवान शंकर की माया से प्रभावित होकर ब्रह्मा व विष्णु स्वयं को श्रेष्ठ मानने लगे। तब वहां तेज-पुंज के मध्य एक पुरुषाकृति दिखलाई पड़ी। उन्हें देखकर ब्रह्माजी ने कहा- चंद्रशेखर तुम मेरे पुत्र हो, अतः मेरी शरण में आओ। ब्रह्मा की ऐसी बात सुनकर भगवान शंकर को क्रोध आ गया। उन्होंने उस पुरुषाकृति से कहा - काल की भांति शोभित होने के कारण आप साक्षात कालराज हैं। भीषण होने से भैरव हैं। भगवान शंकर से इन वरों को प्राप्त कर कालभैरव ने अपनी अंगुली के नाखून से ब्रह्मा के पांचवे सिर को काट दिया। ब्रह्मा का पांचवा सिर काटने के कारण भैरव ब्रह्महत्या के पाप से दोषी हो गए।

* काशी में भैरव को ब्रह्महत्या के पाप से मुक्ति मिली। काशीवासियों के लिए भैरव की भक्ति अनिवार्य बताई गई है।

5. अश्वत्थामा- महाभारत के अनुसार पांडवों के गुरु द्रोणाचार्य के पुत्र अश्वत्थामा काल, क्रोध, यम व भगवान शंकर के अंशावतार थे। आचार्य द्रोण ने भगवान शंकर को पुत्र रूप में पाने की लिए घोर तपस्या की थी और भगवान शिव ने उन्हें वरदान दिया था कि वे उनके पुत्र के रूप मे अवतीर्ण होंगे।

* समय आने पर सवन्तिक रुद्र ने अपने अंश से द्रोण के बलशाली पुत्र अश्वत्थामा के रूप में अवतार लिया। ऐसी मान्यता है कि अश्वत्थामा अमर हैं तथा वह आज भी धरती पर ही निवास करते हैं। शिवमहापुराण (शतरुद्रसंहिता-37) के अनुसार अश्वत्थामा आज भी जीवित हैं और वे गंगा के किनारे निवास करते हैं किंतु उनका निवास कहां हैं, यह नहीं बताया गया है।

6. शरभावतार- भगवान शंकर का छटा अवतार है शरभावतार। शरभावतार में भगवान शंकर का स्वरूप आधा मृग (हिरण) तथा शेष शरभ पक्षी (पुराणों में वर्णित आठ पैरों वाला जंतु जो शेर से भी शक्तिशाली था) का था। इस अवतार में भगवान शंकर ने नृसिंह भगवान की क्रोधाग्नि को शांत किया था।

* लिंगपुराण में शिव के शरभावतार की कथा है, उसके अनुसार-हिरण्यकशिपु का वध करने के लिए भगवान विष्णु ने नृसिंहावतार लिया था। हिरण्यकशिपु के वध के पश्चात भी जब भगवान नृसिंह का क्रोध शांत नहीं हुआ तो देवता शिवजी के पास पहुंचे।

* तब भगवान शिव ने शरभावतार लिया और वे इसी रूप में भगवान नृसिंह के पास पहुंचे तथा उनकी स्तुति की, लेकिन नृसिंह की क्रोधाग्नि शांत नहीं हुई। यह देखकर शरभ रूपी भगवान शिव अपनी पूंछ में नृसिंह को लपेटकर ले उड़े। तब कहीं जाकर भगवान नृसिंह की क्रोधाग्नि शांत हुई। उन्होंने शरभावतार से क्षमा याचना कर अति विनम्र भाव से उनकी स्तुति की।

7. गृहपति अवतार- भगवान शंकर का सातवां अवतार है गृहपति। इसकी कथा इस प्रकार है - नर्मदा के तट पर धर्मपुर नाम का एक नगर था। वहां विश्वानर नाम के एक मुनि तथा उनकी पत्नी शुचिष्मती रहती थीं। शुचिष्मती ने बहुत काल तक निःसंतान रहने पर एक दिन अपने पति से शिव के समान पुत्र प्राप्ति की इच्छा की। पत्नी की अभिलाषा पूरी करने के लिए मुनि विश्वनार काशी आ गए। यहां उन्होंने घोर तप द्वारा भगवान शिव के वीरेश लिंग की आराधना की। एक दिन मुनि को वीरेश लिंग के मध्य एक बालक दिखाई दिया। मुनि ने बालरूपधारी शिव की पूजा की। उनकी पूजा से प्रसन्न होकर भगवान शंकर ने शुचिष्मति के गर्भ से अवतार लेने का वरदान दिया। कालांतर में शुचिष्मति गर्भवती हुई और भगवान शंकर शुचिष्मती के गर्भ से पुत्ररूप में प्रकट हुए। कहते हैं, पितामह ब्रह्म ! ने ही उस बालक का नाम गृहपति रखा था।

8. ऋषि दुर्वासा- भगवान शंकर के विभिन्न अवतारों में ऋषि दुर्वासा का अवतार भी प्रमुख है। धर्म ग्रंथों के अनुसार सती अनुसूइया के पति महर्षि अत्रि ने ब्रह्मा के निर्देशानुसार पत्नी सहित ऋक्षकुल पर्वत पर पुत्रकामना से घोर तप किया। उनके तप से प्रसन्न होकर ब्रह्मा, विष्णु और महेश तीनों उनके आश्रम पर आए। उन्होंने कहा- हमारे अंश से तुम्हारे तीन पुत्र होंगे, जो त्रिलोकी में विख्यात तथा माता-पिता का यश बढ़ाने वाले होंगे। समय आने पर ब्रह्माजी के अंश से चंद्रमा उत्पन्न हुए। विष्णु के अंश से श्रेष्ठ संन्यास पद्धति को प्रचलित करने वाले दत्तात्रेय उत्पन्न हुए और रुद्र के अंश से मुनिवर दुर्वासा ने जन्म लिया।

9. हनुमान जी- भगवान शिव का हनुमान अवतार सभी अवतारों में श्रेष्ठ माना गया है। इस अवतार में भगवान शंकर ने एक वानर का रूप धरा था। शिवमहापुराण के अनुसार देवताओं और दानवों को अमृत बांटते हुए विष्णुजी के मोहिनी रूप को देखकर लीलावश शिवजी ने कामातुर होकर अपना वीर्यपात कर दिया। सप्तऋषियों ने उस वीर्य को कुछ पत्तों में संग्रहित कर लिया। समय आने पर सप्तऋषियों ने भगवान शिव के वीर्य को वानरराज केसरी की पत्नी अंजनी के कान के माध्यम से गर्भ में स्थापित कर दिया, जिससे अत्यंत तेजस्वी एवं प्रबल पराक्रमी श्री हनुमानजी उत्पन्न हुए।

10. वृषभ अवतार- भगवान शंकर ने विशेष परिस्थितियों में वृषभ अवतार लिया था। इस अवतार में भगवान शंकर ने विष्णु पुत्रों का संहार किया था। धर्म ग्रंथों के अनुसार जब भगवान विष्णु दैत्यों को मारने पाताल लोक गए तो उन्हें वहां बहुत सी चंद्रमुखी स्त्रियां दिखाई पड़ी। विष्णु ने उनके साथ रमण करके बहुत से पुत्र उत्पन्न किए। विष्णु के इन पुत्रों ने पाताल से पृथ्वी तक बड़ा उपद्रव किया। उनसे घबराकर ब्रह्माजी ऋषिमुनियों को लेकर शिवजी के पास गए और रक्षा के लिए प्रार्थना करने लगे। तब भगवान शंकर ने वृषभ रूप धारण कर विष्णु पुत्रों का संहार किया।

11. यतिनाथ अवतार- भगवान शंकर ने यतिनाथ अवतार लेकर अतिथि के महत्व का प्रतिपादन किया था। उन्होंने इस अवतार में अतिथि बनकर भील दम्पत्ति की परीक्षा ली थी, जिसके कारण भील दम्पत्ति को अपने प्राण गवाने पड़े। धर्म ग्रंथों के अनुसार अर्बुदाचल पर्वत के समीप शिवभक्त आहुक-आहुका भील दम्पत्ति रहते थे। एक बार भगवान शंकर यतिनाथ के वेष में उनके घर आए। उन्होंने भील दम्पत्ति के घर रात व्यतीत करने की इच्छा प्रकट की। आहुका ने अपने पति को गृहस्थ की मर्यादा का स्मरण कराते हुए स्वयं धनुषबाण लेकर बाहर रात बिताने और यति को घर में विश्राम करने देने का प्रस्ताव रखा। इस तरह आहुक धनुषबाण लेकर बाहर चला गया। प्रातःकाल आहुका और यति ने देखा कि वन्य प्राणियों ने आहुक का मार डाला है। इस पर यतिनाथ बहुत दुःखी हुए। तब आहुका ने उन्हें शांत करते हुए कहा कि आप शोक न करें। अतिथि सेवा में प्राण विसर्जन धर्म है और उसका पालन कर हम धन्य हुए हैं। जब आहुका अपने पति की चिताग्नि में जलने लगी तो शिवजी ने उसे दर्शन देकर अगले जन्म में पुनः अपने पति से मिलने का वरदान दिया।

12. कृष्णदर्शन अवतार- भगवान शिव ने इस अवतार में यज्ञ आदि धार्मिक कार्यों के महत्व को बताया है। इस प्रकार यह अवतार पूर्णतः धर्म का प्रतीक है। धर्म ग्रंथों के अनुसार इक्ष्वाकुवंशीय श्राद्धदेव की नवमी पीढ़ी में राजा नभग का जन्म हुआ। विद्या-अध्ययन को गुरुकुल गए नभग जब बहुत दिनों तक न लौटे तो उनके भाइयों ने राज्य का विभाजन आपस में कर लिया। नभग को जब यह बात ज्ञात हुई तो वह अपने पिता के पास गए। पिता ने नभग से कहा कि वह यज्ञ परायण ब्राह्मणों के मोह को दूर करते हुए उनके यज्ञ को सम्पन्न करके, उनके धन को प्राप्त करे। तब नभग ने यज्ञभूमि में पहुंचकर वैश्य देव सूक्त के स्पष्ट उच्चारण द्वारा यज्ञ संपन्न कराया। अंगारिक ब्राह्मण यज्ञ अवशिष्ट धन नभग को देकर स्वर्ग को चले गए। उसी समय शिवजी कृष्णदर्शन रूप में प्रकट होकर बोले कि यज्ञ के अवशिष्ट धन पर तो उनका अधिकार है। विवाद होने पर कृष्णदर्शन रूपधारी शिवजी ने उसे अपने पिता से ही निर्णय कराने को कहा। नभग के पूछने पर श्राद्धदेव ने कहा-वह पुरुष शंकर भगवान हैं। यज्ञ में अवशिष्ट वस्तु उन्हीं की है। पिता की बातों को मानकर नभग ने शिवजी की स्तुति की।

13. अवधूत अवतार- भगवान शंकर ने अवधूत अवतार लेकर इंद्र के अंहकार को चूर किया था। धर्म ग्रंथों के अनुसार एक समय बृहस्पति और अन्य देवताओं को साथ लेकर इंद्र शंकर जी के दर्शनों के लिए कैलाश पर्वत पर गए। इंद्र की परीक्षा लेने के लिए शंकरजी ने अवधूत रूप धारण कर उनका मार्ग रोक लिया। इंद्र ने उस पुरुष से अवज्ञापूर्वक बार-बार उसका परिचय पूछा तो भी वह मौन रहा। इस पर क्रुद्ध होकर इंद्र ने ज्यों ही अवधूत पर प्रहार करने के लिए वज्र छोडना चाहा, वैसे ही उनका हाथ स्तंभित हो गया। यह देखकर बृहस्पति ने शिवजी को पहचान कर अवधूत की बहुविधि स्तुति की, जिससे प्रसन्न होकर शिवजी ने इंद्र को क्षमा कर दिया।

14. भिक्षुवर्य अवतार- भगवान शंकर देवों के देव हैं। संसार में जन्म लेने वाले हर प्राणी के जीवन के रक्षक भी हैं। भगवान शंकर काभिक्षुवर्य अवतार यही संदेश देता है। धर्म ग्रंथों के अनुसार विदर्भ नरेश सत्यरथ को शत्रुओं ने मार डाला। उसकी गर्भवती पत्नी ने शत्रुओं से छिपकर अपने प्राण बचाए। समय आने पर उसने एक पुत्र को जन्म दिया। रानी जब जल पीने के लिए सरोवर गई तो उसे घडियाल ने अपना आहार बना लिया। तब वह बालक भूख-प्यास से तड़पने लगा। इतने में ही शिवजी की प्रेरणा से एक भिखारिन वहां पहुंची। तब शिवजी ने भिक्षुक का रूप धर उस भिखारिन को बालक का परिचय दिया और उसके पालन-पोषण का निर्देश दिया तथा यह भी कहा कि यह बालक विदर्भ नरेश सत्यरथ का पुत्र है। यह सब कह कर भिक्षुक रूपधारी शिव ने उस भिखारिन को अपना वास्तविक रूप दिखाया। शिव के आदेश अनुसार भिखारिन ने उस बालक का पालन-पोषण किया। बड़ा होकर उस बालक ने शिवजी की कृपा से अपने दुश्मनों को हराकर पुनः अपना राज्य प्राप्त किया।

15. सुरेश्वर अवतार- भगवान शंकर का सुरेश्वर (इंद्र) अवतार भक्त के प्रति उनकी प्रेमभावना को प्रदर्शित करता है। इस अवतार में भगवान शंकर ने एक छोटे से बालक उपमन्यु की भक्ति से प्रसन्न होकर उसे अपनी परम भक्ति और अमर पद का वरदान दिया। धर्म ग्रंथों के अनुसार व्याघ्रपाद का पुत्र उपमन्यु अपने मामा के घर पलता था। वह सदा दूध की इच्छा से व्याकुल रहता था। उसकी मां ने उसे अपनी अभिलाषा पूर्ण करने के लिए शिवजी की शरण में जाने को कहा। इस पर उपमन्यु वन में जाकर ऊँ नमः शिवाय का जप करने लगा। शिवजी ने सुरेश्वर (इंद्र) का रूप धारण कर उसे दर्शन दिया और शिवजी की अनेक प्रकार से निंदा करने लगा। इस पर उपमन्यु क्रोधित होकर इंद्र को मारने के लिए खड़ा हुआ। उपमन्यु को अपने में दृढ़ शक्ति और अटल विश्वास देखकर शिवजी ने उसे अपने वास्तविक रूप के दर्शन कराए तथा क्षीरसागर के समान एक अनश्वर सागर उसे प्रदान किया। उसकी प्रार्थना पर कृपालु शिवजी ने उसे परम भक्ति का पद भी दिया।

16. किरात अवतार- किरात अवतार में भगवान शंकर ने पाण्डुपुत्र अर्जुन की वीरता की परीक्षा ली थी। महाभारत के अनुसार कौरवों ने छल-कपट से पाण्डवों का राज्य हड़प लिया व पाण्डवों को वनवास पर जाना पड़ा। वनवास के दौरान जब अर्जुन भगवान शंकर को प्रसन्न करने के लिए तपस्या कर रहे थे, तभी दुर्योधन द्वारा भेजा हुआ मूड़ नामक दैत्य अर्जुन को मारने के लिए शूकर(सुअर) का रूप धारण कर वहां पहुंचा। अर्जुन ने शूकर पर अपने बाण से प्रहार किया, उसी समय भगवान शंकर ने भी किरात वेष धारण कर उसी शूकर पर बाण चलाया। शिव कीमाया के कारण अर्जुन उन्हें पहचान न पाए और शूकर का वध उसके बाण से हुआ है, यह कहने लगे। इस पर दोनों में विवाद हो गया। अर्जुन ने किरात वेषधारी शिव से युद्ध किया। अर्जुन की वीरता देख भगवान शिव प्रसन्न हो गए और अपने वास्तविक स्वरूप में आकर अर्जुन को कौरवों पर विजय का आशीर्वाद दिया।

17. सुनटनर्तक अवतार- पार्वती के पिता हिमाचल से उनकी पुत्री का हाथ मागंने के लिए शिवजी ने सुनटनर्तक वेष धारण किया था। हाथ में डमरू लेकर शिवजी नट के रूप में हिमाचल के घर पहुंचे और नृत्य करने लगे। नटराज शिवजी ने इतना सुंदर और मनोहर नृत्य किया कि सभी प्रसन्न हो गए। जब हिमाचल ने नटराज को भिक्षा मांगने को कहा तो नटराज शिव ने भिक्षा में पार्वती को मांग लिया। इस पर हिमाचलराज अति क्रोधित हुए। कुछ देर बाद नटराज वेषधारी शिवजी पार्वती को अपना रूप दिखाकर स्वयं चले गए। उनके जाने पर मैना और हिमाचल को दिव्य ज्ञान हुआ और उन्होंने पार्वती को शिवजी को देने का निश्चय किया।

18. ब्रह्मचारी अवतार- दक्ष के यज्ञ में प्राण त्यागने के बाद जब सती ने हिमालय के घर जन्म लिया तो शिवजी को पति रूप में पाने के लिए घोर तप किया। पार्वती की परीक्षा लेने के लिए शिवजी ब्रह्मचारी का वेष धारण कर उनके पास पहुंचे। पार्वती ने ब्रह्मचारी को देख उनकी विधिवत पूजा की। जब ब्रह्मचारी ने पार्वती से उसके तप का उद्देश्य पूछा और जानने पर शिव की निंदा करने लगे तथा उन्हें श्मशानवासी व कापालिक भी कहा। यह सुन पार्वती को बहुत क्रोध हुआ। पार्वती की भक्ति व प्रेम को देखकर शिव ने उन्हें अपना वास्तविक स्वरूप दिखाया। यह देख पार्वती अति प्रसन्न हुईं।

19. यक्ष अवतार- यक्ष अवतार शिवजी ने देवताओं के अनुचित और मिथ्या अभिमान को दूर करने के लिए धारण किया था। धर्म ग्रंथों के अनुसार देवता व असुर द्वारा किए गए समुद्रमंथन के दौरान जब भयंकर विष निकला तो भगवान शंकर ने उस विष को ग्रहण कर अपने कण्ठ में रोक लिया। इसके बाद अमृत कलश निकला। अमृतपान करने से सभी देवता अमर तो हो गए साथ ही उनहें अभिमान भी हो गया कि वे सबसे बलशाली हैं। देवताओं के इसी अभिमान को तोडने के लिए शिवजी ने यक्ष का रूप धारण किया व देवताओं के आगे एक तिनका रखकर उसे काटने को कहा। अपनी पूरी शक्ति लगाने पर भी देवता उस तिनके को काट नहीं पाए। तभी आकाशवाणी हुई कि यह यक्ष सब गर्वों के विनाशक शंकर भगवान हैं। सभी देवताओं ने भगवान शंकर की स्तुति की तथा अपने अपराध के लिए क्षमा मांगी।

कैलाश मानसरोवर

पिंकी कुंडू

हिमालय–ट्रांस-हिमालय क्षेत्र का एक अत्यंत पवित्र तीर्थ है, जिसे भगवान शिव का दिव्य निवास माना जाता है।

तिब्बत के पठार पर स्थित कैलाश पर्वत अपनी अद्वितीय पिरामिडाकार आकृति के लिए प्रसिद्ध है और इसके निकट स्थित मानसरोवर झील को संसार की सबसे पवित्र झीलों में गिना जाता है।

श्रद्धालु दारचेन से आरंभ होकर यम द्वार, दिराफुक, डोल्मा ला दर्रा (लगभग 5,630 मीटर) और जुथुलफुक होते हुए कैलाश की परिक्रमा (कोरा) करते हैं, जिसे अत्यंत कठिन लेकिन पुण्यदायी माना जाता है।

यह यात्रा केवल शारीरिक सहनशक्ति की परीक्षा नहीं, बल्कि आस्था, संयम और आत्मिक शुद्धि का मार्ग भी है।

मानसरोवर के जल में स्नान और कैलाश के दर्शन को मोक्षदायी माना जाता है, इसलिए कैलाश मानसरोवर यात्रा विश्वभर के श्रद्धालुओं के लिए आध्यात्मिक शिखर अनुभव मानी जाती है।

अमरनाथ गुफा हिंदू धर्म के सबसे पवित्र तीर्थस्थलों

पिंकी कुंडू

अमरनाथ गुफा हिंदू धर्म के सबसे पवित्र तीर्थस्थलों में से एक है, जो जम्मू–कश्मीर के ऊँचे हिमालयी क्षेत्र में लगभग 3,888 मीटर (12,756 फीट) की ऊँचाई पर स्थित है।

यह गुफा प्राकृतिक रूप से बनने वाले बर्फ़ के शिवलिंग के लिए प्रसिद्ध है, जिसे भगवान शिव का दिव्य स्वरूप माना जाता है।

पौराणिक महत्व मान्यता है कि इसी गुफा में भगवान शिव ने माता पार्वती को अमरत्व (अमर कथा) का रहस्य सुनाया था। इसी कारण यह स्थान अमरनाथ कहलाया।

गुफा के भीतर बनने वाला बर्फ़ का शिवलिंग चंद्रमा के घटने–बढ़ने के साथ आकार बदलता है, जिसे अत्यंत चमत्कारी माना जाता है।

यात्रा मार्ग (Yatra Routes) अमरनाथ यात्रा दो प्रमुख मार्गों से की जाती है:

1. पहलगाम मार्ग (पारंपरिक मार्ग) पहलगाम → चंदनवाड़ी → पिस्सू टॉप → शेषनाग → पंचतरणी → अमरनाथ गुफा

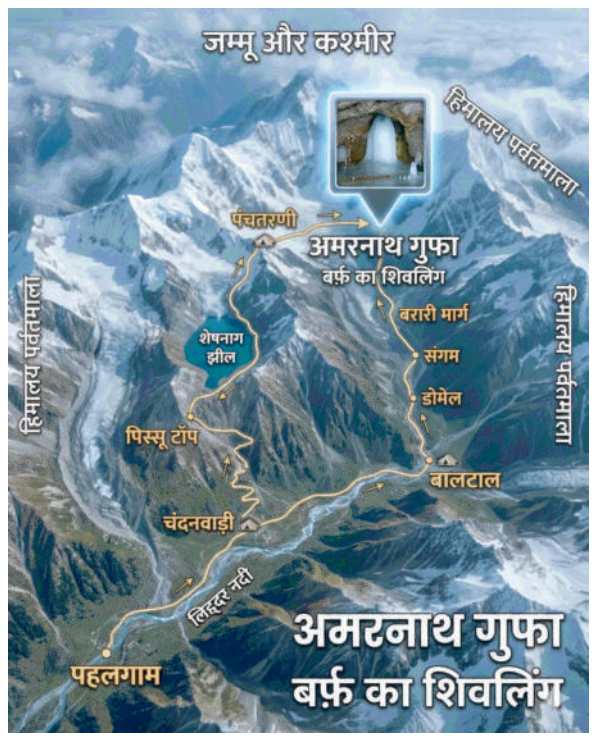
2. बालटाल मार्ग (छोटा लेकिन कठिन) बालटाल → डोमेल → बरारी → अमरनाथ गुफा

दोनों मार्ग हिमनदों, ऊँचे दर्रों और कठिन ट्रेक से होकर गुजरते हैं।

प्राकृतिक परिवेश यात्रा के दौरान श्रद्धालु लिद्दर नदी, शेषनाग झील, हिमनद, बर्फ़ से ढकी चोटियाँ और दुर्गम घाटियाँ देखते हैं, जो इस यात्रा को आध्यात्मिक के साथ-साथ प्रकृति का अद्भुत अनुभव भी बनाती हैं।

धार्मिक एवं आध्यात्मिक महत्व यह यात्रा श्रावण मास (जुलाई–अगस्त) में होती है, लाखों श्रद्धालु "हर हर महादेव" के जयघोष के साथ दर्शन करते हैं।

अमरनाथ यात्रा को आस्था, तपस्या और साहस की प्रतीक माना जाता है।



चंद्रबदनी देवी मंदिर उत्तराखंड

पिंकी कुंडू

चंद्रबदनी देवी मंदिर उत्तराखंड के टिहरी गढ़वाल जनपद में स्थित एक अत्यंत पवित्र शक्ति पीठ है। यह मंदिर समुद्र तल से लगभग 2,277 मीटर की ऊँचाई पर पर्वत शिखर पर स्थित है, जहाँ से हिमालय की घाटियों और नदियों का अद्भुत दृश्य दिखाई देता है।

पौराणिक मान्यता के अनुसार, जब सती माता के शरीर के अंग विभिन्न स्थानों पर गिरे, तब उनका मस्तक (चंद्र भाग) इस स्थान पर गिरा, इसी कारण यह स्थल चंद्रबदनी कहलाया।

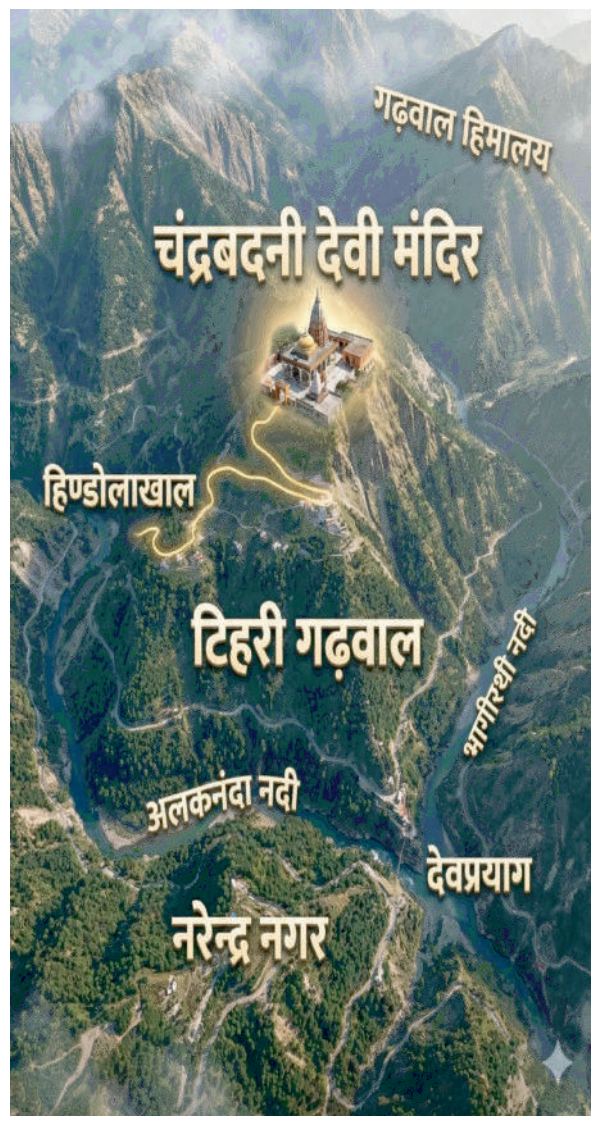
मंदिर में देवी की मूर्ति नहीं, बल्कि एक पवित्र शिला की पूजा होती है, जो इसे और भी विशिष्ट बनाती है।

यहाँ देवी को माँ सती और माँ दुर्गा के स्वरूप में पूजते हैं।

मंदिर परिसर से देवप्रयाग के पास भागीरथी और अलकनंदा नदियों के संगम क्षेत्र का दृश्य भी दिखाई देता है, जिससे इस स्थान का आध्यात्मिक और भौगोलिक महत्व और बढ़ जाता है।

चंद्रबदनी देवी मंदिर तक पहुँचने के लिए प्राय: हिण्डोलाखाल से पैदल मार्ग अपनाया जाता है।

नवरात्रि और विशेष मेलों के समय यहाँ हजारों श्रद्धालु दर्शन हेतु आते हैं।



जरूरतमंद लोगों को कड़ाके की ठंड में दिए गए कंबल

बृज यातायात समिति ने कैम्प लगाकर कंबलों का वितरण किया किया

परिवहन विशेष न्यूज

बृज यातायात एवं पर्यावरण जनजागरूकता समिति रजि उत्तर प्रदेश के द्वारा होटल निवेशका इन बीएसए कॉलेज रोड मथुरा के बाहर इस कड़ाके की ठंड में गरीब और असहाय लोगों को कैंप लगाकर कंबलों का वितरण किया गया । मुख्य अतिथि भाजपा नेता पूर्व जिला पंचायत सदस्य पंकज प्रकाश ने कहा समिति समाज के लिए कर रही है बहुत अच्छा काम आज इसी कड़ी में मैं भी इनके साथ जुड़ा हुआ हूं ठंड बहुत ही अधिक है आज ऐसे लोगों को कंबल बात कर मुझे बहुत अच्छा लग रहा है । समिति के संस्थापक अध्यक्ष विनोद दीक्षित ने कहा हमारी समिति समय-समय पर जरूर हिसाब से सामग्री का वितरण किया जाता है । इसी क्रम में आज कड़ाके की ठंड में कंबलों का वितरण किया गया है । महिला प्रदेश अध्यक्ष अध्यक्ष श्वेता शर्मा ने कहा जो लोग गरीब और असहाय हैं इस कड़ाके की ठंड में भी गर्म कपड़े नहीं खरीद सकते हैं उनको आज समिति की तरफ से कंबल दिए गए हैं । कंबल वितरण कार्यक्रम को संबोधित करते हुए बल्देव विधायक प्रतिनिधि अनिल रावत ने कहा आज सबसे बड़ी सेवा मानव सेवा है आज इसी क्रम में कड़ाके की ठंड में लोगों को कंबल बात कर बहुत ही पुण्य का कार्य किया है मैं अपनी तरफ से पूरी समिति को देता हूं बधाई । कंबल वितरण कैम्प में बीएसए पुलिस चौकी प्रभारी उप निरीक्षक पवन चौहान, पुलिस उप निरीक्षक रोहित कुमार, नरेंद्र दीक्षित, प्रतिमा सिंह, रेखा शर्मा गीता सिंह, वंदना सक्सेना, वंदना शर्मा, ममता शर्मा ,मधुकर यादव दिनेश चौधरी, गौरव सक्सेना, अर्जुन सोलंकी, विकास यादव आदि लोगों की सहभागिता रही । फोटो परिचय : ब्रज यातायात एवं पर्यावरण जनजागरूकता समिति रजि उत्तर प्रदेश द्वारा कंबल वितरण करते हुए संस्थापक अध्यक्ष विनोद दीक्षित, पूर्व जिला पंचायत सदस्य पंकज प्रकाश, चौकी इंचार्ज पवन चौहान, महिला प्रदेश अध्यक्ष श्वेता शर्मा व अन्य।

दहेज़ के ख़िलाफ़ बोलते हैं, फिर भी दहेज़ लेते हैं: क़ारी इसहाक़ गोरा की सख़्त टिप्पणी

परिवहन विशेष न्यूज

देवबंद: जमीयत दावातुल मुस्लिमीन के संरक्षक व जाने माने मशहूर देवबंदी उलेमा मौलाना क़ारी इसहाक गोरा ने एक वीडियो संदेश जारी करते हुए कहा कि "आज हमारा समाज एक गंभीर नैतिक संकट से गुजर रहा है। अफ़सोस के साथ कहना पड़ता है कि हमारी सोच के दो चेहरे बन चुके हैं। मंचों और भाषणों में हम सब दहेज़ जैसी सामाजिक बुराई के ख़िलाफ़ बोलते हैं, उसे ग़ैर-इस्लामी और जुल्म क़रार देते हैं, लेकिन जब वही मामला हमारे घरों और रिश्तों तक पहुँचता है, तो हम चुपचाप उसी दहेज़ को स्वीकार कर लेते हैं। यह दोहरापन सिर्फ़ शब्दों तक सीमित नहीं, बल्कि हमारे व्यवहार और फैसलों में साफ़ नज़र आता है।

मौलाना क़ारी इसहाक़ गोरा ने कहा कि दहेज़ जैसी बुराई तब तक ख़त्म नहीं हो सकती जब तक दहेज़ लेने से साफ़ इनकार करने वाले लोग सामने नहीं आएँगे। उन्होंने खास तौर पर लड़के वालों से अपील की कि अगर लड़की वाले किसी दबाव या सामाजिक रस्म के तहत दहेज़ देने पर ज़िद भी करें, तो लड़के वालों को साफ़ शब्दों में कह देना चाहिए कि अगर दहेज़ के नाम पर एक छोटी-सी चीज़ भी आई, तो वे शादी नहीं करेंगे।

उन्होंने समाज की इस विडंबना की ओर इशारा किया कि हम दहेज़ लेने में तो पीछे नहीं रहते, लेकिन जब निकाह के समय मेहर की बात आती है, तो यही कहकर पीछे हट जाते हैं कि लड़के की इतनी हैसियत नहीं कि वह ज़्यादा मेहर अदा कर सके। जबकि शरीअत में मेहर औरत का हक़ है और दहेज़ की कोई धार्मिक हैसियत नहीं है।

क़ारी इसहाक़ गोरा ने कहा कि यही दोहरा मापदंड हमारे समाज को अंदर से खोखला कर रहा है। इस्लाम निकाह को आसान बनाने की तालीम देता है, लेकिन हमने उसे इतना मुश्किल बना दिया है कि न जाने कितनी लड़कियाँ सिर्फ़ इस वजह से बैठी रह जाती हैं कि उनके माता-पिता के पास देने के लिए दहेज़ नहीं होता।

उन्होंने चिंता ज़ाहिर करते हुए कहा कि कितने ही माँ-बाप इसी फ़िक्र और ग़म में दुनिया से रुख़्सत हो गए कि वे अपनी बेटियों को इज़्ज़त के साथ कैसे विदा करें। आख़िर में उन्होंने ज़ोर देकर कहा कि आज हमें सिर्फ़ नारे लगाने की नहीं, बल्कि अपने अमल को दुरुस्त करने की सख़्त ज़रूरत है। जब तक हम दीन की तालीमात को सही मायनों में समझकर अपनी ज़िंदगी में लागू नहीं करेंगे, तब तक ऐसी सामाजिक बुराइयाँ यूँ ही हमारी नस्लों को नुक़सान पहुँचाती रहेंगी।

शादी विकल्प, जीवन मिशन: आज की लड़कियों की सोच बंधन नहीं, उड़ान है: लड़कियों की नई दुनिया

· कृति आरके जैन

सपनों की उड़ान अब किसी परंपरा की कैद में नहीं रुकती। आज की लड़कियां अपने भविष्य को खुद आकार दे रही हैं, और यह तय कर रही हैं कि जीवन का असली मानदंड केवल विवाह नहीं, बल्कि स्वायत्तता, तकनीक, विज्ञान, शिक्षा, उद्यमिता और नेतृत्व में अपनी पहचान बनाना है। हर कदम पर वे पुरानी सीमाओं को चुनौती देती हैं और नए अवसरों की खोज में समाज की रूढ़ियों को पीछे छोड़ रही हैं। यह केवल व्यक्तिगत उपलब्धि नहीं, बल्कि एक नई पीढ़ी की शक्ति, साहस और सामाजिक बदलाव का प्रतीक है।

नई पीढ़ी की लड़कियों का दृष्टिकोण

आज की लड़कियां शादी को जीवन का अंतिम लक्ष्य नहीं मानतीं। वे अपने सपनों, करियर और आत्म-विकास को सर्वोच्च प्राथमिकता देती हैं। यह बदलाव केवल एक क्षणिक प्रवृत्ति नहीं, बल्कि समाज में गहरी और स्थायी क्रांति का संकेत है। भारतीय परंपरा में वर्षों से चली आ रही धारणा कि लड़की की सफलता केवल घर, विवाह और गृहस्थी में मापी जाती थी, अब पूरी तरह टूट चुकी है। नई पीढ़ी स्पष्ट रूप से कहती है – "जीवन मेरा है, फैसले मेरे हैं, और समय मेरे हाथ में है।" यह आजादी उन्हें आत्मविश्वास, सम्मान और सामाजिक मान्यता देती है। हर लड़की के लिए यह परिवर्तन प्रेरणा और दिशा का स्त्रोत बन चुका है।

बंधनों से मुक्ति का सफर

इतिहास में लड़कियों को अक्सर परिवार और समाज की सीमाओं में रखा गया। बाल विवाह, कम शिक्षा और घरेलू जिम्मेदारियों ने उनकी प्रतिभा और संभावनाओं को रोका। स्वतंत्रता के बाद भी यह सोच धीरे-धीरे बदल रही थी। लेकिन पिछले तीन दशकों में शिक्षा के प्रसार, कानूनी सुरक्षा और वैश्विक दृष्टिकोण ने यह परिदृश्य पूरी तरह बदल दिया। सावित्रीबाई फुले से लेकर आज की युवा उद्यमियों तक, महिलाओं ने हर मोड़ पर संघर्ष किया। अब लड़कियां आईएएस, वैज्ञानिक, पायलट और सीईओ बन रही हैं। वे समझ चुकी हैं कि शादी जीवन का हिस्सा है, लेकिन उसका अंतिम लक्ष्य नहीं। यह बदलाव केवल व्यक्तिगत चुनाव नहीं, बल्कि समाज में गहन क्रांति का प्रतीक बन चुका है।

आंकड़े जो बदलाव दिखाते हैं

राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण के अनुसार भारत में महिलाओं की औसत विवाह आयु अब 22.5 वर्ष से अधिक हो चुकी है। शहरी क्षेत्रों में यह 25-28 वर्ष तक पहुँच चुकी है। उच्च शिक्षा प्राप्त 70 प्रतिशत से अधिक लड़कियां शादी को 25 वर्ष के बाद स्थगित करना चाहती हैं। कॉर्पोरेट क्षेत्र में महिलाओं की भागीदारी लगातार बढ़ रही है, और स्टार्टअप्स में महिला संस्थापकों की संख्या तेजी से बढ़ी है। लाखों लड़कियां अब सोशल मीडिया पर अपनी करियर और शादी में देरी की पसंद को खुलकर व्यक्त कर रही हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में भी जागरूकता फैल रही है। समाज का दबाव अभी भी मौजूद है, लेकिन लड़कियां जवाब दे रही हैं – पहले करियर, पहले स्थिरता, पहले अपनी पहचान।

व्यक्तिगत और सामाजिक सशक्तिकरण

जब लड़कियां शादी से पहले अपने जीवन की योजना बनाती हैं, तो वे आर्थिक रूप से स्वतंत्र बनती हैं। इससे उनके निर्णय लेने की क्षमता बढ़ती है, आत्मविश्वास मजबूत होता है और मानसिक स्वास्थ्य बेहतर रहता है। वैश्विक आर्थिक मंच की रिपोर्ट के अनुसार, लिंग समानता बढ़ने से भारत की जीडीपी में 27% तक का इजाफा संभव है। देर से विवाह मातृत्व स्वास्थ्य सुधारता है और बच्चों की शिक्षा पर निवेश बढ़ता है। रिश्ते समानता और समझ पर टिकते हैं, निर्भरता पर नहीं। समाज को शिक्षित, कुशल और जिम्मेदार नागरिक मिलते हैं। आज लड़कियां केवल घर नहीं संभालतीं, बल्कि देश की अर्थव्यवस्था को भी सशक्त बनाती हैं।

चुनौतियां और संघर्ष

यह मार्ग आसान नहीं है। परिवार का भावनात्मक दबाव, समाज की आलोचना और अकेलेपन में सुरक्षा की चिंता लड़कियों के लिए चुनौती बनती हैं। कार्यस्थल पर ग्लास सीलिंग और वेतन असमानता अब भी बाधा हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में संसाधनों की कमी और रूढ़िवादी सोच कठिनाइयाँ बढ़ाती हैं। मानसिक तनाव अधिक होता है क्योंकि लड़कियां घर और समाज, दोनों जगह दोहरी जिम्मेदारी निभा रही हैं। फिर भी ये चुनौतियां उन्हें मजबूत बनाती हैं। लड़कियां एक-दूसरे का सहारा बन रही हैं, ऑनलाइन और ऑफलाइन समुदाय बना रही हैं। सरकार और संस्थाओं को बेहतर सुरक्षा, समान अवसर और जागरूकता सुनिश्चित करनी चाहिए।

प्रेरक महिला उदाहरण

किरण बेदी ने पुलिस सेवा में क्रांति लाई और करियर के लिए वैवाहिक जीवन में समझौता किया। मैरी कॉम ने छह विश्व चैंपियनशिप जीतकर और 'सुपरमॉम' के रूप में जानी जाकर साबित किया कि मातृत्व और करियर साथ-साथ संभव हैं। मातृत्व के बाद सफलता का वे बड़ा उदाहरण हैं। इंद्रा नूयी ने पेप्सिको को नई ऊंचाई दी, देर से शादी की और कभी पछतावा नहीं किया। फाल्गुनी नायर ने 50 वर्ष की उम्र में अरबों का व्यवसाय खड़ा किया। हजारों अनाम लड़कियां रोज़ छोटे-बड़े शहरों में सरकारी नौकरी, स्टार्टअप और विदेशी शिक्षा के लिए मेहनत कर रही हैं। ये उदाहरण दिखाते हैं कि सही योजना, कड़ी मेहनत, दृढ़ संकल्प और आत्मविश्वास से जीवन में बड़ी सफलता हासिल की जा सकती है।

नया भारत और भविष्य

आने वाले वर्षों में यह प्रवृत्ति और तेज होगी। तकनीक और डिजिटल अर्थव्यवस्था महिलाओं को घर बैठे अवसर देंगी। शिक्षा का प्रसार लिंग समानता बढ़ाएगा। कानून और नीतियां और मजबूत होंगी। समाज धीरे-धीरे स्वीकार करेगा कि शादी वैकल्पिक है, अनिवार्य नहीं। हम ऐसा भारत देखेंगे, जहां लड़कियां बिना डर या दबाव के अपने सपने जीएंगी। इससे अर्थव्यवस्था मजबूत होगी, अपराध कम होंगे और सामाजिक संतुलन बेहतर होगा। यह भविष्य आज की हर लड़की में बस रहा है, जो 'नहीं' कहने की हिम्मत रखती है।

आजादी को अपनाओ, सपनों को सच बनाओ

"शादी का प्लान नहीं, जीवन का प्लान" – यही आज की लड़कियों का मंत्र है। यह उन्हें शक्तिशाली, स्वतंत्र और आत्मविश्वासी बनाता है। पुरानी जंजीरें टूट चुकी हैं, नई उड़ान शुरू हो चुकी है। चुनौतियां आएंगी, लेकिन जीत तुम्हारी ही होगी। हर लड़की का हक है कि वह अपना रास्ता खुद चुने। समाज बदलेगा क्योंकि तुम बदल रही हो। अपनी आवाज़ उठाओ, अपने सपने पूरे करो। यह आज़ादी तुम्हारी है – इसे मजबूती से थामो और आगे बढ़ो। भारत की बेटियां अब केवल बेटियां नहीं, बल्कि देश की असली ताकत हैं।

बड़वानी (मप्र)

कानपुर में मौत बनी कड़ाके की ठंड, जारी बुजुर्गों के दम तोड़ने का सिलसिला, दर्जनों भर्ती

सुनील बाजपेई

कानपुर। यहां जिले को कड़ाके की भीषण ठंड का सामना करना पड़ रहा है ,जिसके फल स्वरुप अधिकांश लोगों का जीवन अस्त व्यस्त चल रहा है। साथ ही भीषण ठंड के प्रकोप से बुजुर्गों की मौत का सिलसिला भी जारी है ,जिसमें सर्वाधिक संख्या ग्रामीण अंचलों के लोगों की बताई जाती है।

यही नहीं लगातार गाड़ी ठंड की प्रकोप से दर्जनों अस्पताल में भर्ती होकर अपना इलाज कराने के लिए भी मजबूर हैं। इनमें से कई की हालत गंभीर भी बताई गई है। ठंड का असर बुजुर्ग लोगों के लिए सर्वाधिक जान घातक साबित हो रहा है। इस बीच कानपुर देहात सहित कई ग्रामीण इलाकों में अनेक बुजुर्गों की मरने की भी सूचना है ।

दरअसल यहां बर्फीली हवा के चलते रात का तापमान तेजी से गिर रहा है। हाड़ कंपा देने वाली ठंड के बीच पारा भी लगातार लुड़क रहा है।

कड़ाके की सर्दी दिल के मरीजों पर भी भारी पड़ रही है। सोमवार को ओपीडी में 1216 मरीज पहुंचे थे। इसके अलावा गंभीर रूप से बीमार 63 को इलाज के लिए भर्ती कराया गया। पांच मरीज ऐसे थे जिनकी अस्पताल पहुंचने से पहले ही मौत हो चुकी थी।

यही नहीं शहर के बाहर निकलते ही कोहरा भी अपना असर दिख रहा है। मतलब कड़ाके की ठंड के बीच सुबह के समय पडने वाले कोहरे ने भी लोगों की मुश्किलें बढ़ा दीं। सबसे ज्यादा परेशानी राहगीरों को हुई ,जिन्हें ऐसे सर्द व कोहरे की चादर ओढ़े मौसम में अपना सफर तय करना पड़ रहा है। उनके लिए जरा सी दूरी तय करना मुश्किल हो रहा है। उनके सामने अलाव ही एकमात्र सहारा रहा। वहां पर बैठकर कुछ देर हाथ व पैर गर्म करने के बाद वह फिर चल देते हैं।

अमेरिकी वर्चस्व, वेनेजुएला संकट और भारत पर दबाव की राजनीति: वैश्विक शक्ति संतुलन की निर्णायक परीक्षा

निजी कंपनी, राष्ट्रीय नीति और अंतरराष्ट्रीय दबाव का सीधा प्रभाव राष्ट्रीय ऊर्जा सुरक्षा और विदेश नीति पर पड़ता है व आर्थिक संप्रभुता धीरे-धीरे कमजोर होती है?- एडवोकेट किशन सनमुखदास भावनानी गोंदिया महाराष्ट्र

वैश्विक स्तरपर 21वीं सदी के तीसरे दशक में विश्व एक ऐसे दौर से गुजर रहा है,जहाँ अंतरराष्ट्रीय कानून संप्रभुता और बहुपक्षीय व्यवस्था की अवधारणाएँ बार- बार शक्तिशाली देशों की रणनीतिक महत्वाकांक्षाओं के सामने कमजोर पड़ती दिख रही हैं।अमेरिका द्वारा वेनेजुएला के राष्ट्रपति को कथित रूप से बंधक बनाए जाने की घटना उसके बाद वेनेजुएला में शांति तक अमेरिकी नियंत्रण की घोषणा और समानांतर रूप से भारत को रूस से तेल खरीदने के मुद्दे पर दी गई खुली धमकी ये तीनों घटनाएँ मिलकर वैश्विक राजनीति में एक गंभीर प्रश्न खड़ा करती हैं: क्या दुनियाँ फिर से शक्ति ही न्याय है के सिद्धांत की ओर लौट रही है? ट्रंप क़ा बयान आया क़ि यह कदम मुझे खुश करने के लिए उठाया गयाःयह कूटनीतिक संकेत या मनो वैज्ञानिक दबाव ?यह बयानबाजी अमेरिकी राजनीति की उस शैली को दर्शाती है, जिसमें अस्पष्टता को भी रणनीति बनाया जाता है। यह कथन भारत सहित कई देशों को यह सोचने पर मजबूर करता है कि कहीं पर्दे के पीछे कोई दबावपूर्ण सौदे तो नहीं हो रहे ।जिसका खुलासा 6 जनवरी 2025 को रिलायंस इंडस्ट्रीज लिमिटेड द्वारा एक्स पर दिया गया बयान हैं जिसपर हम कह सकते हैं,रिलायंस इंडस्ट्रीज और रूसी तेलः अर्थशास्त्र बनाम राजनीति हो रही है रिलायंस इंडस्ट्रीज लिमिटेड द्वारा एक्स (पूर्व ट्विटर) पर दिया गया बयान कि तीन हफ्तों से रिफाइनरी में कोई भी तेल कार्गो नहीं आया है और जनवरी में किसी भी रूसी कच्चे तेल की डिलीवरी की उम्मीद नहीं है, यह वैश्विक ऊर्जा बाजार की संवेदनशीलता को उजागर करता है। यह निर्णय राजनीतिक दबाव से लिया गया या व्यावसायिक कारणों से, यह सवाल अपने- आप में गंभीर है ।निजी कंपनी राष्ट्रीयनीति और अंतरराष्ट्रीय दबाव-रिलायंस जैसी निजी कंपनी का निर्णय केवल कॉर्पोरेट रणनीति नहीं रहता;उसका सीधा प्रभाव राष्ट्रीय ऊर्जा सुरक्षा और विदेश नीति पर पड़ता है ।मैं एडवोकेट किशन सनमुखदास भावनानीं गोंदिया महाराष्ट्र यह मानता हूं क़ि यदि कंपनियाँ अंतरराष्ट्रीय दबाव में फैसले लेने लगें, तो यह सवाल उठता है कि क्या आर्थिक संप्रभुता धीरे-धीरे कमजोर हो रही है?ट्रंप की राजनीति संस्थाओं से अधिक व्यक्ति-केंद्रित रही है। उनके बयानों में अकसर विदेश नीति व्यक्तिगत पसंद-नापसंद से संचालित होती दिखती है। यह स्थिति वैश्विक स्थिरता के लिए खतरनाक है क्योंकि अंतरराष्ट्रीय संबंध किसी एक व्यक्ति के मूड पर निर्भर नहीं हो सकते।

साथियों बात अगर हम वेनेजुएला संकट के बीच अमेरिकी राष्ट्रपति द्वारा भारत को यह धमकी देना कि यदि उसने रूस से तेल खरीदना बंद नहीं किया तो भारतीय सामानों पर अतिरिक्त टैरिफ लगाए जाएंगे,इसको समझने की करें तो भारत की ऊर्जा संप्रभुता पर सीधा हमला है। भारत अपनी 85 प्रतिशत से अधिक कच्चे तेल की जरूरत आयात से पूरी करता है। ऐसे में सस्ता रूसी तेल न केवल आर्थिक विवशता है,बल्कि घरेलू महंगाई नियंत्रित रखने का भी अनिवार्य साधन है ।क्याभारत से स्वतंत्र विदेश नीति छोड़ने की अपेक्षा है ?यह सवाल स्वाभाविक रूप से उठता है कि क्या अमेरिका भारत को केवल एक रणनीतिक साझेदार नहीं,बल्कि एक आज्ञाकारी सहयोगी के रूप में देखना चाहता है ? यदि भारत से यह अपेक्षा की जाती है कि वह अपनी ऊर्जा नीति,व्यापार नीति और कूटनीति अमेरिका के निर्देशों के अनुसार तय करे, तो यह भारत की गुटनिरपेक्ष परंपरा और रणनीतिक स्वायत्तता के बिल्कुल विपरीत है ।एकतरफा टैरिफ लगाने की धमकी विश्व व्यापार संगठन के मूल सिद्धांतों, निष्पक्षता, बहुपक्षीयता और नियम- आधारित व्यापार को कमजोर करती है। अमेरिका पहले भी चीन, यूरोपीय संघ और अब भारत के साथ इसी हथियार का प्रयोग करता रहा है। यह वैश्विक व्यापार को नियमों से नहीं, बल्कि शक्ति संतुलन से चलाने की कोशिश है।

साथियों बात अगर हम घरेलू राजनीतिमें अंतरराष्ट्रीयमुद्दों में विपक्ष की महत्वपूर्ण भूमिका को समझने की करें तोदिल्ली के पूर्वमंत्री द्वारा इस मुद्दे पर ली गई चुटकी अब सत्ताधारी पार्टी क्या जवाब देगी ?यह दर्शाती है कि अंतरराष्ट्रीय कूटनीति अब केवल विदेश मंत्रालय का विषय नहीं रही। घरेलू राजनीति में भी यह प्रश्न उठने लगा है कि क्या भारत अमेरिकी दबाव में झुक रहा है, या यह महज संयोग है ।राष्ट्रहित बनाम राजनीतिक लाभ-हालाँकि विपक्ष का काम सवाल उठाना है,लेकिन ऐसे संवेदनशील मुद्दों पर संतुलन आवश्यक है। यह प्रश्न राष्ट्रहित से जुड़ा है,क्या भारत अपनी स्वतंत्र विदेश नीति बनाए रखेगा,या वैश्विक शक्ति संघर्ष में किसी एक ध्रुव के अधीन हो जाएगा ?

साथियों बात अगर हम दूसरी ओर यह समझने की करें कि वेनेजुएला के राष्ट्रपति को बंधक बनानाःअंतरराष्ट्रीय कानून पर सीधा आघात तो हम पाएंगे क़ि,संप्रभु राष्ट्र के मुखिया की गिरफ्तारीःकूटनीति याअपहरण? अमेरिका द्वारा वेनेजुएला के राष्ट्रपति को पकड़कर अपने नियंत्रण में लेने की घटना केवल दो देशों के बीच का विवाद नहीं है, बल्कि यह संयुक्त राष्ट्र चार्टर,वियना कन्वेंशन और अंतरराष्ट्रीय संप्रभुता के मूल सिद्धांतों का सीधा उल्लंघन प्रतीत होती है। किसी भी देश के निर्वाचित राष्ट्रपति को इस प्रकार हिरासत में लेना, वह भी बिना अंतरराष्ट्रीय सहमति या संयुक्त राष्ट्र की स्वीकृति के, वैश्विक कूटनीति के इतिहास में एक खतरनाक मिसाल स्थापित करता है ।शांति तक अमेरिकी कंट्रोलः लोकतंत्र की भाषा में अधिनायकवाद-अमेरिकी राष्ट्रपति द्वारा यह कहना कि जब तक वेनेजुएला में शांति स्थापित नहीं हो जाती, तब तक वहां अमेरिकी नियंत्रण रहेगा, औपनिवेशिक युग की मानसिकता की याद दिलाता है। यह वही तर्क है जिसका उपयोग अतीत में अफगानिस्तान, इराक और लीबिया में किया गया,जहाँ लोकतंत्र लाने के नाम पर दशकों तक अस्थिरता, गृहयुद्ध और संसाधनों की लूट होती रही ।लैटिन अमेरिका में अमेरिकी हस्तक्षेप का बहुत पुराना इतिहास वेनेजुएला संकट को अलग-थलग नहीं देखा जा सकता। यह उस लंबी श्रृंखला का हिस्सा है, जिसमें अमेरिका ने लैटिन अमेरिका के देशों,चिली, क्यूबा, निकारागुआ, पनामा,में सरकारें गिराईं, राष्ट्रपति बदले और आर्थिक प्रतिबंधों के जरिए जनता को सजा दी। वेनेजुएला का तेल-समृद्ध होना इस पूरे प्रकरण का केंद्रीय कारण है, जिसे मानवीय चिंता की आड़ में ढका जा रहा है।

साथियों बात अगर हम वैश्विक परिप्रेक्ष्यः बहुध्रुवीय विश्व बनाम अमेरिकी एकाधिकार को समझने की करें तो रूस, चीन और वैश्विक दक्षिण की प्रतिक्रिया, वेनेजुएला प्रकरण और भारत को दी गई धमकी पर रूस, चीन और वैश्विक दक्षिण के देशों की नजरें टिकी हैं। यह घटनाएँ उन्हें और अधिक अमेरिका-विरोधी गुटबंदी की ओर धकेल सकती हैं, जिससे दुनिया एक बार फिर शीत युद्ध जैसी स्थिति में प्रवेश कर सकती है ।भारत की ऐतिहासिक भूमिकाःसंतुलनकारी शक्ति- भारत अब केवल एक विकासशील देश नहीं, बल्कि उभरती वैश्विक शक्ति है। उसकी भूमिका केवल किसी एक धड़े का हिस्सा बनने की नहीं, बल्कि संतुलन बनाए रखने की है। रूस से तेल खरीदना कोई वैचारिक निर्णय नहीं, बल्कि व्यावहारिक और राष्ट्रीय हित का फैसला है।

साथियों बात अगर हम इस पूरे मामलों को संवैधानिक आर्थिक वैश्विक परिपेक्ष में समझने की करें तो,संप्रभुता और अंतरराष्ट्रीय कानून का मूल प्रश्न वेनेजुएला के निर्वाचित राष्ट्रपति को अमेरिकी नियंत्रण में लेना अंतरराष्ट्रीय कानून, संयुक्त राष्ट्र चार्टर के अनुच्छेद-2(4) तथा राज्य की संप्रभु समानता के सिद्धांत का स्पष्ट उल्लंघन प्रतीत होता है। किसी भी राष्ट्र के आंतरिक राजनीतिक ढाँचे में बाहरी सैन्य या प्रशासनिक नियंत्रण स्थापित करना आधुनिक अंतरराष्ट्रीय विधि में अवैध हस्तक्षेप की श्रेणी में आता है ।भारत की संवैधानिक विदेश नीति की कसौटी भारतीय संविधान का अनुच्छेद -51 अंतरराष्ट्रीय शांति, संप्रभुता के सम्मान और स्वतंत्र विदेश नीति को बढ़ावा देने का निर्देश देता है। रूस से तेल खरीदना भारत का संवैधानिक अधिकार है, क्योंकि ऊर्जा नीति राज्य के आर्थिक अस्तित्व से जुड़ी है। किसी बाहरी शक्ति द्वारा टैरिफ की धमकी देना अप्रत्यक्ष आर्थिक दबाव के अंतर्गत आता है ।भारत अपनी 85 प्रतिशत से अधिक कच्चे तेल की आवश्यकता आयात से पूरी करता है ।रूसी तेल की रियायती कीमतें भारत के लिए केवल आर्थिक लाभ नहीं,बल्कि मुद्रास्फीति नियंत्रण, राजकोषीय स्थिरता और उपभोक्ता हित से जुड़ा प्रश्न हैं ।अमेरिका द्वारा रूस से तेल खरीदने पर आपत्ति आर्थिक नहीं, भू-राजनीतिक है। वैश्विक ऊर्जा बाजार में कोई नैतिक स्रोत नहीं होता,केवल मूल्य, उपलब्धता और स्थिर आपूर्ति होती है ।यदि भारत रूसी तेल छोड़ता है, तो उसे महँगा पश्चिम एशियाई याअमेरिकी तेल खरीदना पड़ेगा, जिससे घरेलू कीमतें बढ़ेंगी ।रिलायंस द्वारा रूसी तेल कार्गो न आने की सूचना यह दर्शाती है कि निजी कंपनियाँ भी भू-राजनीतिक जोखिम को कीमत में बदलकर देख रही हैं ।यह बाजार- निर्णय है, न कि वैचारिक। किंतु दीर्घकाल में यह भारत की ऊर्जा सुरक्षा को कमजोर कर सकता है ।भारत पर अमेरिकी दबाव न तो अंतरराष्ट्रीय कानून के अनुरूप है और न ही विश्व व्यापार संगठन की भावना के। यदि भारत दबाव में नीति बदलता है, तो यह संवैधानिक स्वायत्तता और रणनीतिक स्वतंत्रता पर प्रश्नचिह्न लगाएगा ।ऊर्जा नीति यदि दबाव में बदली गई, तो इसका सीधा असर महँगाई, औद्योगिक प्रतिस्पर्धा और आम नागरिक पर पड़ेगा,जो किसी भी सरकार के लिए आर्थिक जोखिम है।

अतः अगर हम उपरोक्त पूरे विवरण का अध्ययन कर इसका विशेषण करें तो हम पाएंगे क़ि निर्णय का क्षण संप्रभुता या दबाव ?वेनेजुएला में अमेरिकी हस्तक्षेप, भारत को टैरिफ की धमकी, और रूसी तेल के इर्द-गिर्द बना दबाव,ये सभी घटनाएँ मिलकर संकेत देती हैं कि विश्व एक निर्णायक मोड़ पर खड़ा है। सवाल यह नहीं है कि अमेरिका क्या चाहता है, सवाल यह है कि भारत क्या चाहता है, एक स्वतंत्र, आत्मनिर्भर और संतुलित वैश्विक भूमिका, या फिर दबाव में ली गई नीतियाँ ।यह समय भारत के लिए केवल प्रतिक्रिया देने का नहीं, बल्कि स्पष्ट और दृढ़ नीति अपनाने का है,जहाँ राष्ट्रीय हित, अंतरराष्ट्रीय कानून और बहुपक्षीय व्यवस्था तीनों का संतुलन बना रहे ।भारत की शक्ति किसी टकराव में नहीं, बल्कि संतुलन में है। दबाव में झुकना नहीं, और अनावश्यक टकराव भी नहीं,यही भारत की दीर्घकालिक रणनीतिक सफलता की कुंजी है।

अरावली : संतुष्ट होने की कोई गुंजाइश नहीं

(आलेख : इंदरजीत सिंह, अनुवाद : संजय पराते)

सुप्रीम कोर्ट ने 20 नवंबर, 2025 को अरावली पर्वत श्रृंखला पर अपने ही फैसले को रोक दिया है। इस फैसले के खिलाफ किसानों, महिलाओं, ग्रामीण मजदूरों, आदिवासियों, पर्यावरण समूहों और अन्य संबंधित नागरिकों द्वारा व्यापक गुस्सा प्रदर्शित किया गया था। इस मामले में विवाद की आग सुप्रीम कोर्ट द्वारा वन और पर्यावरण मंत्रालय द्वारा प्रस्तुत एक नई परिभाषा को स्वीकार करने से भड़की, जिसके अनुसार, 100 मीटर से कम ऊंची पहाड़ियों को पहाड़ी नहीं माना जाएगा और इस तरह वे खनन से सुरक्षा खो देंगी।

लोगों का गुस्सा इतना ज़्यादा था कि केंद्रीय मंत्री धर्मेंद्र प्रधान द्वारा बार-बार दी गई सफाई और नुकसान को नियंत्रित करने (डैमेज कंट्रोल) के लिए की गई कोशिशें भी लोगों को समझाने में नाकाम रहीं। सुप्रीम कोर्ट को खुद ही इस मामले का संज्ञान लेना पड़ा, 29 दिसंबर को तत्काल सुनवाई के लिए मामला सूचीबद्ध करना पड़ा, और अहम मुद्दों की जांच के लिए एक नया पैनल बनाने के साथ-साथ अपने फैसले पर रोक लगानी पड़ी। हालांकि यह एक अच्छी बात है, लेकिन संतुष्ट होने की कोई गुंजाइश नहीं है, क्योंकि मूल परिभाषा के तहत भी अरावली में बेरहमी से अवैध खनन होता रहा है। इसलिए, लोगों के मन में डर का बने रहना बिना वजह नहीं है, क्योंकि कॉर्पोरेट लालच अरावली पर कब्ज़ा करना चाहता है और सरकार कॉर्पोरेट के हितों की सेवा करती है।

अरावली का महत्व

यहाँ अरावली के आर्थिक, सामाजिक, भौगोलिक, पारिस्थितिक और राजनीतिक पहलुओं को बताना ज़रूरी है। यह दुनिया की सबसे पुरानी पर्वत श्रृंखलाओं में से एक है, जो लगभग 1.5 से 2.5 अरब साल पुरानी है। अरावली श्रृंखला को अक्सर उत्तर-पश्चिमी भारत की जीवन रेखा कहा जाता है। गुजरात, राजस्थान, हरियाणा और दिल्ली के राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र के 37 जिलों में फैली अरावली सिर्फ़ पहाड़ियों की एक श्रृंखला भर नहीं है, बल्कि एक महत्वपूर्ण पारिस्थितिक तंत्र है, जो एक हरे फेफड़े की तरह काम करता है, समृद्ध जैव विविधता को सहारा देता है और हज़ारों सालों से मानव जीवन को बनाए रखता है।

लगभग 1.44 लाख वर्ग किलोमीटर में फैली अरावली पर्वतमाला दिल्ली, उत्तर प्रदेश और हरियाणा की ओर रेगिस्तान के फैलने के खिलाफ एक प्राकृतिक बाधा का काम करती है। दक्षिण-पश्चिमी हवाओं को रोककर और इस क्षेत्र में मानसून के पैटर्न को आकार देकर, इस पर्वत श्रृंखला ने पारिस्थितिक संतुलन बनाए रखने में अहम भूमिका निभाई है। इस बाधा के बिना, थार रेगिस्तान और भी पूर्व की ओर फैल जाता, जिसके खेती, खाद्य सुरक्षा और इंसानी बस्तियों के लिए गंभीर परिणाम होते। जलवायु परिवर्तन, बढ़ते तापमान, लू और धूल भरी आंधी के इस दौर में, अरावली पर्वतमाला का विनाश पहले से ही चल रहे पर्यावरणीय संकट को और भी बदतर बना सकता है।

लगातार आने वाली सरकारों और यहाँ तक कि सुप्रीम कोर्ट ने भी अक्सर दिल्ली की बिगड़ती हवा की गुणवत्ता के लिए किसानों को दोषी ठहराया है, जबकि पराली जलाने से कुल प्रदूषण में सिर्फ़ एक छोटा-सा हिस्सा ही जुड़ता है, और अरावली में बड़े पैमाने पर हो रहे अवैध खनन को नज़रअंदाज़ किया जाता है। कई ज़िलों में खेती-बाड़ी पानी और भूजल

पुनर्भरण के लिए इस पर्वत श्रृंखला पर बहुत ज़्यादा निर्भर करती है, इसके अलावा यह खनिजों और औषधीय पौधों का भंडार भी है। हरियाणा में अरावली की तलहटी में स्थित सोहना के सल्फर वाले गर्म पानी के झरने, जो लंबे समय से त्वचा के इलाज के लिए जाने जाते हैं, ऐसे कई नाज़ुक पारिस्थितिक जगहों में से एक हैं, जो अब खतरे में हैं।

नॉर्थ और साउथ ब्लॉक में बैठे मौजूदा लोगों और रायसीना हिल के एहसानफरामोश किराएदारों को यह याद दिलाना जरूरी है कि लोग अरावली का 90 प्रतिशत हिस्सा अपने लालची कॉर्पोरेट मालिकों को सौंपने के इस माफी न देने लायक काम को बर्दाश्त नहीं करेंगे। वे यह जान लें कि पूरी राष्ट्रीय राजधानी नई दिल्ली, गुरुग्राम, फरीदाबाद आदि शहर उसी अरावली की बिना सोचे-समझे किए गए खनन से निकाली गई सामग्री पर खड़े हैं।

क्रूर विध्वंस

पिछले कई दशकों से, सत्ता में बैठे लोगों के संरक्षण वाले संगठित माफिया समूहों द्वारा बेरहम खनन और पेड़ काटने से अरावली को भारी और बेरहमी से नुकसान पहुंचाया गया है। संशोधित परिभाषा से स्वाभाविक रूप से पूरे देश में, खासकर अरावली श्रृंखला के लोगों में सदमे की लहर दौड़ गई, जहाँ कई स्वयंसेवी संगठन दशकों से इस श्रृंखला को बचाने और स्थानीय लोगों को जागरूक करने के लिए सक्रिय थे, जिनका जीवन और आजीविका सदियों से इन पहाड़ियों पर निर्भर है। बहरहाल, अरावली में जो हो रहा है, वह सिर्फ खनन तक ही सीमित नहीं है। इस क्षेत्र में कॉर्पोरेट की दिलचस्पी अब रियल एस्टेट डेवलपमेंट तक फैल गई है, जिसमें राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र के तेजी से बढ़ते बाहरी इलाकों में बहुमंजिला आवास, आलीशान फार्महाउस और रिसॉर्ट के लिए बड़े इलाकों को खोलने की कोशिशें की जा रही हैं।

विडंबना यह है कि आज यह जीवनरेखा खुद अपने अस्तित्व के लिए रो रही है। पहाड़ों की चोटियों, तलहटी और अनदेखी गहराईयों से आ रही मुसीबतों के संकेत सत्ता में बैठे लोगों को सुनाई नहीं दे रहे हैं। असल में, अवैध खनन कई दशकों से चल रहा था। शुरू में, स्थानीय लोग छोटे पैमाने पर पत्थर निकालने के लिए छोटे गड्ढे खोदते थे और उन्हें स्टोन क्रशर्स को बेच देते थे। लेकिन समय के साथ, बड़े ठेकेदारों और कंपनियों ने भ्रष्ट अधिकारियों और सत्ताधारी प्रतिष्ठानों के साथ मिलकर बुलडोजर और अर्थमूवर जैसी भारी मशीनें लाईं, और सभी नियमों का खुलेआम उल्लंघन करते हुए, तलहटी के नीचे भी बड़े पैमाने पर खनन का काम फैला दिया। स्थानीय समुदायों ने खनन पर इस एकाधिकार का विरोध किया, लेकिन उनके विरोध को नज़रअंदाज़ कर दिया गया।

आजकल, पहाड़ों के अंदर गहरे में उच्च विस्फोटक उपकरण लगाए जाते हैं और रिमोट कंट्रोल से धमाके किए जाते हैं। तेज़ डेसिबल वाली गड़गड़ाहट से आस-पास के गांवों में भूकंप जैसे झटके आते हैं, जिससे घरों और दूसरी इमारतों में चौड़ी दरारें पड़ जाती हैं। हाल ही में, दक्षिण हरियाणा के महेंद्रगढ़ ज़िले के उस्मापुर और कुछ दूसरे आस-पास के गांवों के लोगों ने पिछले साल 28 दिसंबर को एक पंचायत बुलाई और अपने इलाके में खनन को पूरी तरह से बंद करने की मांग करने का फैसला किया। इसी तरह, हरियाणा के चरखी दादरी ज़िले के कुछ गांवों को एक कंपनी द्वारा की जा रही गहरे भूगर्भीय खनन को रुकवाने के लिए कई महीनों तक धरना देना पड़ा, क्योंकि भूगर्भ से निकाला गया पानी किसानों की फसलों को नुकसान पहुंचा रहा था।

पूंजीवाद का अभिशाप

भले ही सुप्रीम कोर्ट संशोधित परिभाषा पर रोक लगा दे, लेकिन अरावली की सुरक्षा और मिट्टी के खराब होने की बड़ी चिंता अभी भी बनी हुई है। फरवरी 2025 में, संसद को बताया गया कि भारत के मरुस्थलीकरण और भूमि एटलस 2021 के अनुसार, रेगिस्तान तेज़ी से फैल रहे हैं। हरियाणा में 3.64 लाख हेक्टेयर से ज़्यादा, पंजाब में 1.68 लाख और यूपी में 1.54 लाख हेक्टेयर ज़मीन पहले ही भू क्षरण और मरुस्थलीकरण से प्रभावित है। अगर कॉर्पोरेट के बड़े मुनाफ़े के लिए अरावली का दोहन होने दिया गया, तो यह प्रक्रिया निश्चित रूप से और तेज़ होगी।

मार्क्स और एंगेल्स के अनुसार, प्रकृति के लिए पूंजीवाद स्वाभाविक रूप से विनाशकारी होती है। मुनाफे की हवस से प्रेरित होकर, यह मिट्टी की चोरी, जंगल की कटाई और प्रदूषण के ज़रिए प्राकृतिक चक्रों (जिसे रूमेटाबोलिक दरारर कहा जाता है) को बाधित करती है, और संसाधनों को सिर्फ़ माल मानकर इंसानियत को प्राकृतिक दुनिया से अलग कर देती है। उन्होंने भूमि और मज़दूरों के इस शोषण को पूंजीवाद के अंतर्विरोधों का मुख्य कारण माना। जैसा कि एंगेल्स के वुप्पर्टल शहर के बारे में टिप्पणियों और मार्क्स के कृषि के विश्लेषण में दिखाया गया है, इससे मिट्टी की कमी और शहरी प्रदूषण जैसे पारिस्थितिक संकट पैदा होती है। इससे निपटने के लिए एक तर्कसंगत और नियोजित दृष्टिकोण की जरूरत है।

(लेखक अखिल भारतीय किसान सभा के उपाध्यक्ष हैं। अनुवादक छत्तीसगढ़ किसान सभा के उपाध्यक्ष हैं।)

दिल्ली-एनसीआर में प्रदूषण पर सुप्रीम कोर्ट सख्त, लापरवाही पर उठे सवाल

संगिनी घोष विशेष संवाददाता परिवहन विशेष

दिल्ली-एनसीआर में लगातार बने जहरीले स्मॉग और बिगड़ती वायु गुणवत्ता के बीच सुप्रीम कोर्ट एक बार फिर वायु प्रदूषण संकट की सुनवाई कर रहा है, जिससे आम जनजीवन और स्वास्थ्य पर गंभीर खतरा बना हुआ है। हालिया सुनवाई के दौरान अदालत ने वायु गुणवत्ता प्रबंधन से जुड़ी एजेंसियों के रवैये पर कड़ी नाराजगी जताते हुए देरी, अस्पष्टता और प्रदूषण नियंत्रण उपायों के कमजोर क्रियान्वयन पर सवाल उठाए। अदालत ने अधिकारियों को स्कूलों से जुड़े प्रतिबंधों की तुरंत समीक्षा करने, बच्चों के स्वास्थ्य पर उनके प्रभाव का आकलन करने और फैसले वैज्ञानिक आधार पर लेने के निर्देश दिए। साथ ही यह भी चेतावनी दी कि ग्रेडेड रिस्पॉन्स एक्शन प्लान समेत मौजूदा कानूनों को लागू करने में लापरवाही बरतने वाले अधिकारियों के खिलाफ अभियोजन की कार्रवाई की जा सकती है। सुप्रीम कोर्ट ने वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग को भी फटकार लगाते हुए कहा कि वह इस गंभीर मुद्दे को लेकर पर्याप्त गंभीर नहीं दिख रहा है और उसे विशेषज्ञों की बैठक बुलाकर प्रदूषण के वास्तविक कारणों की पहचान करने तथा अस्थायी उपायों के बजाय दीर्घकालिक समाधान सुझाने का आदेश दिया। इस बीच दिल्ली और उत्तर भारत के कई हिस्सों में वायु गुणवत्ता अब भी 'खराब' श्रेणी में बनी हुई है, जहां स्मॉग के कारण दृश्यता कम हो रही है, परिवहन प्रभावित हो रहा है और लोगों को बाहर निकलने से बचने की सलाह दी जा रही है। अदालत की यह सख्ती प्रशासनिक लापरवाही पर बढ़ते न्यायिक असंतोष को दर्शाती है, क्योंकि यह संकट न केवल दिल्ली-एनसीआर बल्कि पूरे देश के लिए विकास और सार्वजनिक स्वास्थ्य के बीच संतुलन की बड़ी चुनौती बन चुका है।

स्लाइट के स्टूडेंट्स ने आर्मी के लिए स्मार्ट ऑटोमेशन में की पहल

लोंगोवाल, 6 जनवरी (जगसीर सिंह) - संत लोंगोवाल इंस्टीट्यूट ऑफ़ इंजीनियरिंग टेक्नोलॉजी के निर्देशक प्रो. मणिकांत पासवान की अगवाई में, एक आर्मी यूनिट में एडवांस्ड गार्ड मॉनिटरिंग सिस्टम लगाकर एक बड़ी कामयाबी हासिल की है। इनोवेशन एंड इनक्यूबेशन सेल (आई आई सी) ने टीम स्लाइट को "ऑटोमेशन ऑफ़ गार्ड टोकन एंड ड्यूटी वेरिफिकेशन सिस्टम" नाम का एक नया प्रोजेक्ट दिया गया था। इस प्रोजेक्ट को मिस्टर प्रियांशु (2444126) के साथ कार्तिक सिंह (2446018), अविक छोकर (2444113), प्रियांशु गांधी (2444214) और आलोक (2443008) ने लीड किया। उन्हें इनोवेशन एंड इनक्यूबेशन सेल के प्रेसिडेंट प्रो. अजात शत्रु अरोड़ा और आई आई सी की वाइस प्रेसिडेंट प्रो. सुरिता मैनी से जरूरी गाइडेंस और लगातार सपोर्ट मिला। यह प्रोजेक्ट एकेडमिक थ्योरी और प्रैक्टिकल, इंडस्ट्री-ओरिएंटेड प्रॉब्लम-सॉल्विंग के बीच मज़बूत तालमेल का एक बेहतरीन उदाहरण है। स्लाइट के निर्देशक प्रो. मणिकांत पासवान ने टीम वेनिक्स को इस शानदार कामयाबी के लिए बधाई दी और इस बात पर ज़ोर दिया कि यह पहल अकादमिक शिक्षा को प्रैक्टिकल, इंडस्ट्री-ओरिएंटेड प्रॉब्लम-सॉल्विंग के साथ मज़बूती से जोड़ती है। स्टूडेंट्स ने कहा कि इस सिस्टम को असल दुनिया के माहौल में लागू किया गया है और यह भरोसेमंद और असरदार तरीके से काम कर रहा है। यह पहल अकादमिक शिक्षा और प्रैक्टिकल, इंडस्ट्री-ओरिएंटेड प्रॉब्लम-सॉल्विंग के मज़बूत एकीकरण को दिखाती है। यह सिस्टम सिक्योरिटी ऑपरेशन के ज़रूरी पहलुओं को ऑटोमेट करता है, जिसमें गार्ड पेट्रोल मॉनिटरिंग, ड्यूटी वेरिफिकेशन और रियल-टाइम रिपोर्टिंग शामिल है। टीम वेनिक्स की यह कामयाबी, स्लाइट में आई आई सी इकोसिस्टम के अंदर इनोवेटिव सॉल्यूशंस और प्रैक्टिकल इंजीनियरिंग एप्लीकेशन पर बढ़ते ज़ोर को दिखाती है।

आओ सब मिलकर शाख बचाए भारत देश महान की,
इस मिट्टी में पलकर बड़े हुए रक्षा करें इसकी शान की।

ना भ्रष्टाचार ना बेरोजगारी बस चारों ओर खुशहाली हो,
रोटी कपडा मकान सबके पास हो दूर सब तंगहाली हो,
ना कोई बदहाली हो बस इज्जत हो यहां हर इन्सान की।

जो गलतियां हुईं भूल जाओ अब नया इतिहास बनाओ,
मिलकर सब काम करें सबमें नया अब एहसास जगाओ,
भेदभाव सब दूर भगाए बस खुशियां हों सारे जहान की।

मां बहन बेटी की मर्यादा हमे सदा जान से भी प्यारी हो,
दुनिया देखे अचरज से कल्पना जैसी बेटियां हमारी हो,
सब जगह विजय हमारी हो चर्चा हो इनकी दास्तान की।
लोकतंत्र हो निराला देश का पूंजीवाद ना कभी हावी हो,

नेकदिल ईमानदार युवा तैयार होकर सब नेता भावी हो,
देश की सबसे बड़ी छवि हो जग सीख ले हमारे ज्ञान की।

जाति धर्म कोई ना पूछे सबके सब केवल भारतवासी हो,
ज्ञान विज्ञान की बात करें कल्याणकारी सब सन्यासी हो,
सारे लोग मधुर भाषी हो ना कटुता हो किसी में जुबान की।

भगत सिंह अशफ़ाक बोस जैसे हमारा हर नौजवान हो,
अंबेडकर, नेहरू, शास्त्री, पटेल, कलाम से महान विद्वान हो,
शान हो चारों ओर जगत में अपने ज्ञान और विज्ञान की ।

हर बेटी अत्याचार के खिलाफ डटी रहे ज्यों लक्ष्मीबाई हो
अंधविश्वास और पाखंड के खिलाफ़ फुले सावित्रीबाई हो
हर क्षेत्र में छाईं हों, शान बढ़ाती हो अपने तिरंगे महान की

झूठे छल-कपटी ढोंगी बाबा या फ़िर कोई अफसर नेता हो
फैलाता ढोंग अराजकता नफ़रत फ़ैलाने का मोल लेता हो
झूठे भाषण देता हो मारो उनको वे औलादें बस शैतान की

बलात्कार, अहंकारी, और मक्कारी करने वालों को मारो
सो सो बार डरे गद्दारी करने से, सरेआम गोली उसे मारो
ना जुल्म से हारो शामत आनी चाहिए हर बुरे इन्सान की

चिकित्सा शिक्षा और सुरक्षा सब एक समान होनी चाहिए
अमीर गरीब की दुःख तकलीफ़ सबकी समान होनी चाहिए
पहचान होनी चाहिए अपनी अलग ही अपने देश महान की।

राजगुणपाल बालकिया

असली चेहरा सामने आया...!

ट्रम्प का असली चेहरा सबके सामने हैं आया,
व्यापार के नाम पे उसने सबको है धमकाया।

शांति का नोबेल पुरस्कार हासिल न हो पाया,
विश्व शांति के नाम खलनायक बनकर आया।

वेनेजुएला 'राष्ट्रपति मादुरो' की पत्नी सिलिया,
अंतरराष्ट्रीय कानूनों को धता करके लील गया।

सारी दुनिया का ठेका अमेरिका को मिल चुका,
संप्रभु देश पर आक्रमण से सबका सिर झुका।

अब तो अमेरिका खुद कटघरे में खड़ा हुआ है,
देखिए यूं 'सत्य का मस्तक' कैसे झुका हुआ हैं।

(संदर्भ-वेनेजुएला के राष्ट्रपति पत्नी समेत गिरफ्तार)

यह दृश्य देख के इतिहास ने खुद को दोहराया,
हथियारों के नाम पर सद्दाम को फाँसी चढ़ाया।

संजय एम तराणेकर
(कवि, लेखक व समीक्षक)

संघर्ष से सम्मान तक : डॉ.गोविन्द का प्रेरणादायक सफर

डॉ. शंभु पंवार

नई दिल्ली। मोहमदी कस्बे के युवा साहित्यकार एवं समाजसेवी गोविन्द गुप्ता आज देश ही नहीं, बल्कि विश्व के साहित्यकारों के मध्य एक जाना-पहचाना नाम बन चुके हैं। यह उपलब्धि किसी संयोग का परिणाम नहीं, बल्कि वर्षों की तपस्या, संघर्ष और समाज के प्रति समर्पण की कहानी है।

आर्थिक अभावों के बीच पले-बढ़े गोविन्द गुप्ता की औपचारिक शिक्षा मात्र हाईस्कूल तक ही सीमित रह सकी, किंतु जीवन की कठिनाइयों ने उन्हें तोड़ा नहीं, बल्कि समाज के प्रति संवेदनशील बना दिया। अपने दर्द को समाज सेवा में बदलते हुए उन्होंने मात्र 22 वर्ष की आयु में (1997) मोहमदी जैसे छोटे कस्बे में पहला सामूहिक विवाह आयोजित कर एक नई मिसाल कायम की। यही से उनके सामाजिक जीवन की पहचान बनी।

समय के साथ-साथ गोविन्द गुप्ता ने 15 से अधिक सामूहिक विवाह आयोजनों का सफल संयोजन कर 500 से अधिक कन्याओं का विवाह संपन्न कराया। इसके अतिरिक्त रक्तदान शिविर, सहायता कार्यक्रम एवं विभिन्न सामाजिक गतिविधियाँ उनके जीवन का अभिन्न हिस्सा बन गईं। लोग अक्सर आश्चर्य करते हैं कि वे समय, संसाधन और संयोजन कैसे साध लेते हैं।

समाज सेवा के साथ-साथ उन्हें साहित्य से भी गहरा लगाव रहा। पत्र-पत्रिकाओं में लेखन, कविताओं का सृजन और मंचों से काव्यपाठ उनका शौक रहा, जो आज उनकी पहचान बन चुका है। साहित्यिक साधना के इसी क्रम में उन्होंने ऑनलाइन व ऑफलाइन माध्यमों से 20 से अधिक विश्व रिकॉर्डों में सहभागिता कर स्वयं भी एक विशिष्ट रिकॉर्ड स्थापित किया।

उनकी निरंतर साधना और योगदान को देखते हुए नगर पालिका द्वारा उन्हें विशिष्ट व्यक्ति सम्मान से अलंकृत किया गया।

वर्ष 2025 गोविन्द गुप्ता के जीवन में एक ऐतिहासिक मोड़ लेकर आया, जब दिल्ली में उन्हें डॉक्टरेट की मानद उपाधि से सम्मानित किया गया। इस सम्मान के साथ वे मोहमदी कस्बे के पहले व्यक्ति बने, जिन्हें यह गौरव प्राप्त हुआ।संघर्षों की भट्टी में तपकर गोविन्द से डॉ. गोविन्द बनने तक का यह सफ़र न केवल प्रेरणादायक है, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए मार्गदर्शक भी है। आज भी वे व्यक्तिगत जीवन में संघर्षरत हैं। देश की प्रमुख साहित्यिक संस्थाओं, वरिष्ठ साहित्यकारों, शुभचिंतक, साहित्यप्रेमी और समाजसेवीयो उन्हें बधाइयाँ एवं शुभकामनाएँ देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।

मुख्यमंत्री ने VB G RAM G बिल के फ़ायदों के बारे में बताया

मनोरंजन शासमल स्टेट हेड ओड़िशा

भूबनेश्वर : आज मुख्यमंत्री मोहन माझी का जन्मदिन है। इस बीच, मुख्यमंत्री ने BJP पार्टी ऑफ़िस में एक ज़रूरी प्रेस मीट की। हाल ही में जब यह बिल कानून बना, तो मुख्यमंत्री ने VB G RAM G बिल के फ़ायदों के बारे में बताया। उन्होंने सीधे विपक्ष पर भी निशाना साधा।

उन्होंने कहा कि विपक्ष सिर्फ़ प्रोपेगैंडा फैला रहा है, और कुछ नहीं। मुख्यमंत्री ने कहा कि पहले जो स्कीम चल रही थी, वह गरीबों तक नहीं पहुँच रही थी। 2009 में इस स्कीम में महात्मा गांधी का नाम जोड़ा गया था। 2009 से इस स्कीम का नाम MGNREG रखा गया है। पिछली सरकार ने भले ही महात्मा गांधी का नाम जोड़ा, लेकिन लोगों को उस मामले में सफलता नहीं मिली। सरकार ने इसे गंभीरता से लिया है और VB G RAM G एक्ट लाई है। उन्होंने कहा कि VB G RAM G बिल का मकसद 2047 तक एक विकसित भारत बनाना है। पहले जिस तरह से धोखाधड़ी से पैसे लिए जाते थे, वह अब नहीं चलेगा। लोगों तक पक्की रोज़गार पहुँचे, इस पर ज़ोर दिया जा रहा है।

वरिष्ठ पत्रकार डॉ.राकेश वशिष्ठ जोधपुर गौरव सम्मान से अलंकृत

डॉ. शंभु पंवार

नई दिल्ली। रक्तकोष फाउंडेशन जोधपुर के तत्वावधान में लघु उद्योग भारती ऑडिटोरियम में जोधपुर गौरव सम्मान समारोह का भव्य आयोजन किया गया। समारोह में वरिष्ठ पत्रकार डॉ. राकेश वशिष्ठ को पत्रकारिता एवं संपादकीय लेखन के साथ-साथ रक्तदान, देहदान एवं अंगदान के क्षेत्र में सक्रिय एवं अनुकरणीय योगदान के लिए जोधपुर गौरव सम्मान से नवाजा गया। डॉ. वशिष्ठ ने हाल ही में किसी भी पत्रकार अथवा मीडियाकर्मी द्वारा व्यक्तिगत रूप से सर्वाधिक 106 बार रक्तदान का रिकॉर्ड स्थापित किया है। वे निरंतर रक्तदान अभियानों से जुड़े हुए हैं। इसके अतिरिक्त उन्होंने अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (एम्स) में स्वयं देहदान एवं अंगदान की घोषणा की है तथा अब तक लगभग 542 व्यक्तियों को देहदान एवं अंगदान के लिए प्रेरित कर उनका पंजीयन भी करवाया है।रक्तकोष फाउंडेशन जोधपुर के जिलाध्यक्ष जितेंद्र बांता ने बताया कि समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में डीआईजी बीएसएफ राजपाल सिंह, महापौर (उत्तर) कुंती देवड़ा, समाजसेवी हरदीप सिंह सलूजा, विनोद सिंघवी, मेघराज सिंह रॉयल, रक्तकोष फाउंडेशन के राष्ट्रीय महासचिव ताराचंद शर्मा, राष्ट्रीय कोषाध्यक्ष नितिशा शर्मा एवं प्रोटोकॉल अधिकारी प्रशांत शर्मा सहित अनेक गणमान्य अतिथि उपस्थित रहे।

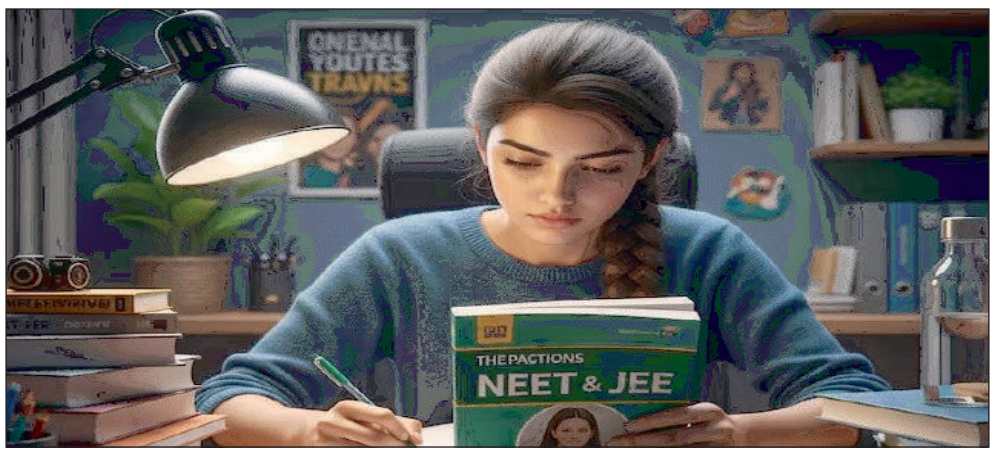
अतिथियों ने सम्मानित विभूतियों के कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि ऐसे आयोजनों से समाज में सेवा, संवेदनशीलता और राष्ट्रनिर्माण की भावना को नई दिशा और ऊर्जा मिलती है।

इस अवसर पर समाज सेवा, रक्तदान, पत्रकारिता, चिकित्सा, नर्सिंग, खेलकूद, पुलिस, बीएसएफ, पर्यावरण संरक्षण, शिक्षा एवं कृषि सहित विभिन्न क्षेत्रों में उत्कृष्ट योगदान देने वाले 51 प्रतिभाशाली व्यक्तियों एवं संस्थाओं को सम्मानित किया गया।

जेईई और नीट के लिए घर पर अध्ययन वातावरण कैसे बनाएं

विजय गर्ग

आपका अध्ययन वातावरण वहीं से शुरू होता है जहां आप पढ़ते हैं। अपने घर में एक शांत, अच्छी तरह से प्रकाशित कमरा या कोना चुनें जिसे आप केवल पढ़ाई के साथ जोड़ते हैं। लिविंग रूम या बिस्तर जैसे क्षेत्रों से बचें जहां ध्यान भटकाने वाली चीजें अधिक होती हैं। प्रो टिपः पढ़ाई के दौरान दीवार या खिड़की का सामना करने से दृश्य विकर्षण को कम करने में मदद मिल सकती है।



जेईई और नीट जैसी प्रतिस्पर्धी परीक्षाओं की तैयारी के लिए सिर्फ पाठ्यपुस्तकों और कोचिंग से अधिक की आवश्यकता होती है — यह सही अध्ययन वातावरण की मांग करता है। आपका आस-पास का वातावरण या तो आपके ध्यान को बढ़ा सकता है या फिर उसे पूरी तरह से पटरी से उतार सकता है। इस गाइड में, हम आपको बताएंगे कि घर पर एक अध्ययन वातावरण कैसे बनाया जाए जो आपकी तैयारी की पूरी यात्रा के दौरान अनुशासित, प्रेरित और उत्पादक बने रहने में आपकी मदद करता है।

1। एक समर्पित अध्ययन स्थान चुनें

आपका अध्ययन वातावरण वहीं से शुरू होता है जहां आप पढ़ते हैं। अपने घर में एक शांत, अच्छी तरह से प्रकाशित कमरा या कोना चुनें जिसे आप केवल पढ़ाई के साथ जोड़ते हैं। लिविंग रूम या बिस्तर जैसे क्षेत्रों से बचें जहां ध्यान भटकाने वाली चीजें अधिक होती हैं।

प्रो टिपः पढ़ाई के दौरान दीवार या खिड़की का सामना करने से दृश्य विकर्षण को कम करने में मदद मिल सकती है। अपने अध्ययन स्थान को स्वच्छ, अव्यवस्था मुक्त और सुव्यवस्थित रखें।

2। सभी अध्ययन सामग्री को व्यवस्थित रखें

बिखरी हुई किताबें और नोट्स आपके दिमाग को भी उतना ही अव्यवस्थित महसूस करा सकते हैं। अपनी JEE या NEET सामग्री को विषय के अनुसार क्रमबद्ध रखने के लिए अलमारियों, फ़ाइल आयोजकों और फ़ोल्डरों का उपयोग करें। एक साफ-सुथरा कार्यक्षेत्र आपकी जरूरत की चीजें ढूंढना आसान बना देता है और आपको मानसिक रूप से शांत रखता है।

आप इस त्वरित संगठन विधि को आज़मा सकते हैं:

अलग-अलग जोन में भौतिकी, रसायन विज्ञान, और गणित (जेईई के लिए) या जीवविज्ञान (नीट के लिए)। विषय के अनुसार लेबल फ़ाइलें या बाइंडरः - यांत्रिकी, - जैविक रसायन विज्ञान, - आदि। पेन, हाइलाइटर और स्टिकी नोट्स जैसी स्टेशनरी चीजों को हाथ में रखें।3। प्रकाश और वेंटिलेशन को अनुकूलित करें

अच्छी रोशनी नाटकीय रूप से आपके फोकस में सुधार कर सकती है। प्राकृतिक प्रकाश सबसे अच्छा है, लेकिन यदि यह संभव न हो तो चमकीले सफेद एलईडी लैंप का उपयोग करें। ताजी हवा आपके दिमाग को सतर्क रखने में भी मदद करती है — इसलिए एक खिड़की खोलें या अपने डेस्क के पास शांति लिली या मनी प्लांट जैसे इनडोर पौधे रखें ताकि ताजा माहौल बना रहे।

4। ध्यान भटकाने वाली चीजों को न्यूनतम करें

परीक्षा की तैयारी के दौरान आपका सबसे बड़ा दुश्मन? विकर्षण. यहां बताया गया है कि उन्हें कैसे खत्म किया जाए:

सोशल मीडिया नोटिफिकेशन बंद करें। अपने फोन को पहुंच से दूर रखें या फ़ॉरेस्ट या फोकस@विल जैसे उत्पादकता ऐप्स का उपयोग करें। अपने अध्ययन कार्यक्रम के बारे में परिवार के सदस्यों को सूचित करें ताकि वे रुकावटों से बच सकें। याद रखें: 10 सेकंड का ध्यान भटकने से भी आपके मस्तिष्क को पुनः ध्यान केंद्रित करने में कई मिनट लग सकते हैं।

5। एक अध्ययन कार्यक्रम बनाएं (और उस पर टिके रहें!

एक संगठित वातावरण, एक व्यवस्थित दिनचर्या के साथ सबसे अच्छा काम करता है। प्रत्येक विषय का अध्ययन करने के लिए निश्चित समय निर्धारित करें और प्रतिदिन उस पर टिके रहें। पोमोडोरो तकनीक का उपयोग करके अपने अध्ययन ब्लॉकों को विभाजित करें — 25 मिनट का अध्ययन और उसके बाद 5-मिनट का ब्रेक।

निरंतरता अध्ययन को एक आदत में बदल देती है, संघर्ष नहीं।

6। प्रेरणा के लिए अपने स्थान को निजीकृत करें

आपके पर्यावरण को आपके लक्ष्यों को प्रतिबिंबित करना चाहिए। प्रेरक उद्धरण, अपनी लक्ष्य रैंक या अपने सपनों के कॉलेज (आईआईटी या एम्स) को दिखाने वाला एक विजन बोर्ड पिन करें। यह दैनिक दृश्य अनुस्मारक कठिन दिनों में आपकी प्रेरणा को पुनः प्रज्वलित कर सकता है।

आप अपनी छोटी जीत (जैसे किसी अध्याय को पूरा करना या परीक्षा के अंकों में सुधार करना) भी लिख सकते हैं और जब आपको कम महसूस हो तो उन्हें पढ़ सकते हैं।

7। एक एर्गोनॉमिक सेटअप बनाए रखें

लंबे समय तक अध्ययन करने के लिए शारीरिक आराम की आवश्यकता होती है। पीठ के सहारे वाली एक मजबूत कुर्सी का उपयोग करें और अपनी मेज को कोहनी की ऊंचाई पर रखें। थकान से बचने के लिए सीधी मुद्रा बनाए रखें।

एक आरामदायक शारीरिक सेटअप शरीर के तनाव को कम करता है और आपको लंबे समय तक ध्यान केंद्रित करने में मदद करता है।

8। अपने अध्ययन स्थान को डिजिटल-अनुकूल (लेकिन नियंत्रित) रखें

जेईई और नीट अभ्यर्थियों के लिए ऑनलाइन संसाधन आवश्यक हैं। अपने लैपटॉप या टैबलेट को सभी आवश्यक सॉफ्टवेयर और ई-पुस्तकों के साथ तैयार रखें। उपयोगी साइटों को बुकमार्क करें जैसेः

एनटीए आधिकारिक वेबसाइट

9। शांति का स्पर्श जोड़ें: संगीत और मानसिकता

कम मात्रा में वाद्य संगीत ध्यान केंद्रित कर सकता है, विशेष रूप से लंबे समय तक संशोधन के दौरान। यूट्यूब या स्पॉटिफाई पर स्टडी प्लेलिस्ट का अध्ययन करने की कोशिश करें, जिसे रलो-फ़ाई स्टडी बीट्सबिसिंगर या रफोकस इंस्ट्रूमेंटल्स।र लेबल किया गया है

इसके अलावा, अपने मस्तिष्क को रिचार्ज करने के लिए अध्ययन खंडों के बीच छोटे माइंडफुलनेस या श्वास सत्र भी शामिल करें।

10। निरंतर बने रहें और नियमित रूप से चिंतन करें

अंत में, आपका वातावरण केवल आपकी मानसिकता जितना ही प्रभावी है। हर रविवार को, चिंतन करने के लिए 15 मिनट का समय निकालें:

क्या मेरा सेटअप अभी भी प्रभावी है? क्या मैं अनुशासन बनाए रख रहा हूँ? क्या मैं प्रेरित या थका हुआ महसूस करता हूँ? अपने वातावरण को तदनुसार समायोजित करें। छोटे-छोटे सुधार समय के साथ बड़े परिणाम देते हैं।

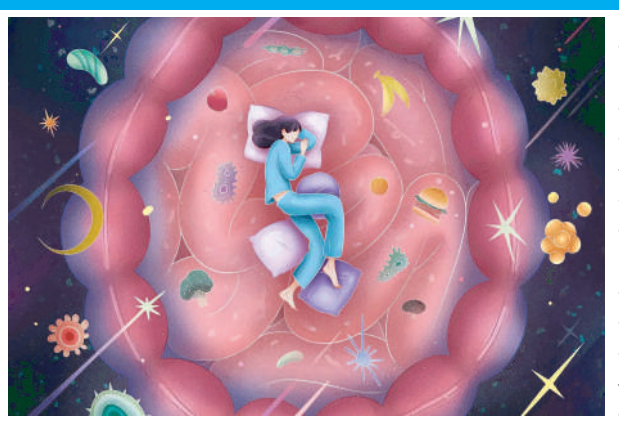
निष्कर्ष

घर पर एक आदर्श अध्ययन वातावरण का निर्माण करना फैंसी फर्नीचर या गैजेट्स के बारे में नहीं है — यह ध्यान, अनुशासन और प्रेरणा का समर्थन करने वाला स्थान बनाने के बारे में है। चाहे आप जेईई या एनईईटी की तैयारी कर रहे हों, सही वातावरण बर्नआउट और सफलता के बीच अंतर ला सकता है।

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

नींद का विज्ञान : डॉ विजय

शोध में कभी नींद को रकुछ न होनेर की निष्क्रिय अवस्था के रूप में देखा गया था, लेकिन आधुनिक तंत्रिका विज्ञान ने इसे एक अत्यधिक सक्रिय, जटिल और आवश्यक जैविक प्रक्रिया बताया है। नींद रडाउन टाइमर होने के बजाय तीव्र न्यूरोलॉजिकल रखरखाव और शारीरिक मरम्मत का समय है। नींद की वास्तुकलाः चार चरण नींद एक समान अवस्था नहीं है; इसके बजाय, मस्तिष्क हर 90 से 120 मिनट में चार अलग-अलग चरणों से गुजरता है। एक स्वस्थ रात में आमतौर पर इनमें से चार से पांच चक्र होते हैं। चरण 1 (लाइट एनआरईएम): जागृति और नींद के बीच संक्रमण। हृदय गति और श्वास धीमी हो जाती है, तथा मांसपेशियां आराम करने लगती हैं। चरण 2 (हल्का एनआरईएम): शरीर का तापमान गिरता है, और मस्तिष्क की तरंगें गतिविधि के संक्षिप्त विस्फोटों को दर्शाती हैं जिन्हें स्लीप स्पिंडल्स कहा जाता है। हम इस चरण में अपने कुल नींद के समय का लगभग 50% खर्च करते हैं। **चरण 3 (डीप एनआरईएम): जिसे रस्लो वेव स्लीपर के रूप में भी जाना जाता है यह सबसे अधिक पुनर्स्थापनात्मक चरण है। शरीर ऊतकों की मरम्मत करता है, मांसपेशियों का निर्माण करता है और प्रतिरक्षा प्रणाली को मजबूत करता है। आरईएम (रैपिड आई मूवमेंट): सो जाने के लगभग 90 मिनट बाद होता है, यह सपने देखने का प्राथमिक चरण है। यहां मस्तिष्क की गतिविधि जागृति की नकल करती है, और यह चरण भावनात्मक प्रसंस्करण और स्मृति समेकन के लिए महत्वपूर्ण है। हम क्यों सोते हैं: स्वास्थ्य के तीन स्तंभ 1। रग्लिम्फैटिकर मस्तिष्क सफाई हाल के शोध में ग्लिम्फैटिक प्रणाली की पहचान की गई है, जो एक अपशिष्ट-सफाई मार्ग है जो नींद के दौरान दस गुना अधिक सक्रिय हो जाता है। यह विषाक्त उपोत्पादों को बाहर निकालता है, जैसे कि बीटा-एमाइलोइड (अल्जाइमर रोग से जुड़ा एक प्रोटीन)। 2। संज्ञानात्मक प्रसंस्करण और स्मृति जब आप सोते हैं, तो मस्तिष्क एक फाइल क्लर्क के रूप में कार्य करता है। यह सूचना को अल्पकालिक रअस्थायी भंडारणर (हिप्पोकैम्पस) से दीर्घकालिक रहार्ड ड्राइवर (कॉर्टेक्स) में ले जाता है। नींद के बिना, मस्तिष्क की नई जानकारी सीखने की क्षमता 40% तक गिर जाती है। 3। भौतिक विनियमन नींद शरीर के लिए एक मास्टर रेगुलेटर है: चयापचयः नींद की कमी से लेप्टिन और घ्रेलिन, ये हार्मोन जो तृप्ति और भूख का संकेत देते हैं, बाधित हो जाते हैं, जिससे अक्सर वजन बढ़ता है। हृदय संबंधी स्वास्थ्यः गहरी नींद एक प्राकृतिक रउक्तचाप की दवार प्रदान करती है, जिससे हृदय गति धीमी हो जाती है और संवहनी प्रणाली ठीक हो जाती है। द न्यू फ्रंटियरः स्लीप एंड ब्रेन एजिंग (2025-2026 रिसर्च) 2025 के अंत से नवीनतम निष्कर्ष बताते हैं कि खराब नींद की गुणवत्ता सिर्फ आपको थका नहीं देती है; यह मस्तिष्क की उम्र बढ़ने में तेजी ला सकता है।[!महत्वपूर्ण] कैरोलिंस्का इंस्टीट्यूट के 2025 के एक अध्ययन में पाया गया कि खंडित नींद के पैटर्न वाले व्यक्तियों का मस्तिष्क एमआरआई स्कैन पर उनकी वास्तविक कालानुक्रमिक आयु की तुलना में कई साल पुराना दिखाई देता है, मुख्य रूप से बढ़ी हुई न्यूरो-इंफ्लेमेशन के कारण। इसके अलावा, 2026 के आरंभ में प्रकाशित शोध ने सर्केडियन लय व्यवधान (अनियमित नींद-जागने का समय) और न्यूरोडीजेनेरेटिव रोगों के 45% बढ़े हुए जोखिम के बीच एक मजबूत संबंध को उजागर किया है। इससे पता चलता है कि एक ही समय में सोने और जागने की निरंतरता नींद की अवधि जितनी ही महत्वपूर्ण हो सकती है। बेहतर नींद विज्ञान के लिए सुझाव प्रकाश स्वच्छता को प्राथमिकता दें: सुबह के समय सूर्य की रोशनी का संपर्क आपकी सर्केडियन घड़ी को सेट करता है, जबकि सोने से 60 मिनट पहले नीली रोशनी से बचना मेलाटोनिन के दमन को रोकता है। अपने कोर को ठंडा करें: नींद शुरू करने के लिए शरीर को अपना कोर तापमान लगभग 1 डिग्री सेल्सियस तक कम करना पड़ता है। अपने शयन कक्ष को लगभग 18 डिग्री सेल्सियस (65 डिग्री फारेनहाइट) तापमान पर रखना वैज्ञानिक रूप से आदर्श है। 3-2-1 नियम: सोने से 3 घंटे पहले खाना बंद कर दें, 2 घंटे पहले काम करना बंद कर दें और 1 घंटा पहले स्क्रीन हटा दें।



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

समाचार पत्र: युवा छात्रों के दिमाग के लिए एक शक्तिशाली बूस्टर

डॉ. विजय गर्ग

15 सेकंड के वीडियो और सोशल मीडिया पर अंतहीन स्क्रॉलिंग के युग में, पारंपरिक समाचार पत्र अतीत का अवशेष लग सकता है। हालाँकि, युवा छात्रों के लिए, विनम्र समाचार पत्र बौद्धिक विकास के लिए सबसे शक्तिशाली उपकरणों में से एक है। दैनिक अपडेट प्रदान करने के अलावा, यह एक व्यापक रजीवन की पाठ्यपुस्तकर के रूप में कार्य करता है, जो ऐसे लाभ प्रदान करता है जिन्हें डिजिटल स्निपेट्स आसानी से दोहर नहीं सकते।

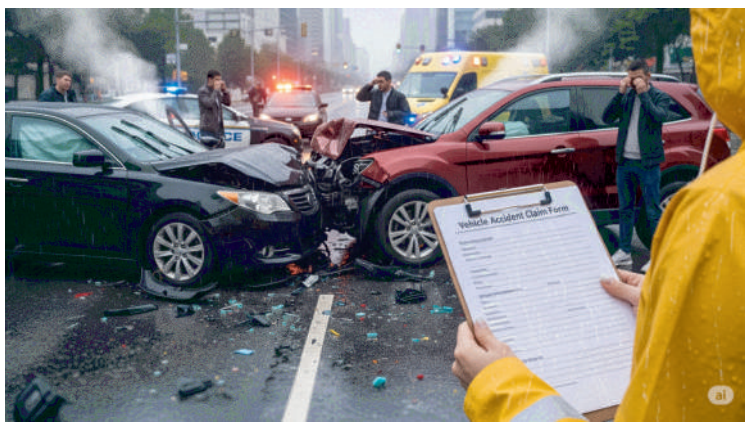
एक शब्दावली और भाषा पावरहाउस पाठ्यपुस्तकें अक्सर कक्षा-स्तरीय भाषा तक ही सीमित होती हैं, लेकिन समाचार पत्र छात्रों को रवास्तविक दुनियार की अंग्रेजी से परिचित कराते हैं। पत्रकार एक पेशेवर लेकिन सुलभ शैली का उपयोग करते हैं जो पाठकों को विविध वाक्य संरचनाओं, मुहावरों और संदर्भ में उन्नत शब्दावली से परिचित कराता है। प्रासंगिक शिक्षाः शब्द सूची याद करने के बजाय, छात्र देखते हैं कि जटिल घटनाओं का वर्णन करने के लिए शब्दों का उपयोग कैसे किया जाता है, जिससे अर्थ चिपका रहता है। लेखन कौशलः यह देखकर कि शीर्षक कैसे तैयार किए जाते हैं और कहानियों की संरचना कैसी होती है, छात्रों को स्वाभाविक रूप से बेहतर लेखन आदतें मिल जाती हैं, जिससे निबंध और स्कूल असाइनमेंट अधिक स्पष्ट हो जाते हैं।

आलोचनात्मक सोच को तेज करना सोशल मीडिया के प्रतिध्वनि कक्षों के विपरीत, समाचार पत्र विभिन्न दृष्टिकोण प्रस्तुत करता है। एक संपादकीय किसी विशिष्ट नीति के पक्ष में तर्क दे सकता है, जबकि अगले पृष्ठ पर रिपोर्ट कच्चे डेटा प्रदान करती है। यह लेआउट छात्रों को प्रोत्साहित करता है तथ्य को राय से अलग करें: वस्तुनिष्ठ रिपोर्टिंग को व्यक्तिपरक टिप्पणी से अलग करना सीखना एक महत्वपूर्ण जीवन कौशल है। पूर्वाग्रह का विश्लेषण करें: छात्र यह समझने लगते हैं कि अलग-अलग लेखक एक ही घटना को अलग-अलग नजरिए से देख सकते हैं, जिससे उन्हें अधिक संतुलित विश्वदृष्टि विकसित करने में मदद मिलती है। 3। सिद्धांत और वास्तविकता के बीच की खाई को पाटना छात्र अक्सर सोचते हैं, रमैं यह क्यों सीख रहा हूँ? समाचार पत्र इसका उत्तर देते हैं। स्थानीय बाजारों पर मुद्रास्फीति के प्रभाव के बारे में पढ़कर अर्थशास्त्र जीवंत हो जाता है। जब छात्र नवीनतम मंगल रोवर लैंडिंग या नवीकरणीय ऊर्जा में सफलता के बारे में पढ़ते हैं तो विज्ञान अब केवल सूत्र नहीं रह गया है। कक्षा के सिद्धांतों को वैश्विक वास्तविकताओं से जोड़कर, समाचार पत्र शिक्षा को प्रासंगिक और रोमांचक महसूस कराते हैं।

सामान्य ज्ञान और नागरिक जागरूकता का निर्माण एक सफल छात्र और भावी नेता बनने के लिए, व्यक्ति को दुनिया से अवगत होना चाहिए। समाचार पत्रों में स्थानीय शासन और खेल से लेकर अंतर्राष्ट्रीय कूटनीति और पर्यावरणीय संकट तक सब कुछ शामिल होता है। यह व्यापक एक्सपोज़रः प्रतिस्पर्धी परीक्षाओं के लिए तैयारीः अधिकांश उच्च स्तरीय परीक्षाएं और साक्षात्कार समसामयिक मामलों को प्राथमिकता देते हैं। सहानुभूति को बढ़ावा देनाः विभिन्न संस्कृतियों की मानवीय कहानियां पढ़ने से छात्रों को सामाजिक चेतना और वैश्विक नागरिकता की भावना विकसित करने में मदद मिलती है निष्कर्ष अखबार पढ़ने की आदत एक छात्र के भविष्य में निवेश है। यह एक निष्क्रिय शिक्षार्थी को एक सक्रिय, सूचित और आलोचनात्मक सोच वाले नागरिक में बदल देता है। सुबह के अखबार पर प्रतिदिन केवल पंद्रह से बीस मिनट बिताकर, एक छात्र अपने दिमाग को तेज कर सकता है, अपने क्षितिज को व्यापक बना सकता है, तथा प्रतिस्पर्धात्मक बढ़त प्राप्त कर सकता है जो कोई भी पाठ्यपुस्तक अकेले प्रदान नहीं कर सकती।

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

सड़क दुर्घटना मुआवज़ा और संविधान : आय से परे गरिमा की पुकार



संजय कुमार बाठला

भारत जैसे लोकतांत्रिक और कल्याणकारी राज्य में सड़क दुर्घटनाएँ केवल आँकड़े नहीं, बल्कि हर मौत एक परिवार की दुनिया उजाड़ देने वाली त्रासदी होती है। ऐसी विपत्ति में मुआवज़ा केवल आर्थिक राहत का साधन नहीं, बल्कि एक संवैधानिक स्मरण है कि हर नागरिक के जीवन की गरिमा समान है — चाहे वह करोड़ों कमाने वाला कॉर्पोरेट कर्मचारी हो या रोज़ दिहाड़ी कमाने वाला मज़दूर।

मुआवज़े की मौजूदा व्यवस्था: आय-आधारित असमानता मोटर वाहन अधिनियम में अपनाई गई 'मल्टीप्लायर पद्धति' सतही तौर पर न्यायसंगत प्रतीत होती है — जिसमें मुआवज़ा पीड़ित की आय, आयु और आश्रितों की संख्या के आधार पर निर्धारित होता है। लेकिन यह व्यवस्था अनजाने में जीवन के मूल्य को व्यक्ति की बाज़ार - योग्यता से जोड़ देती है। इसका परिणाम यह है कि एक अधिकारी के जीवन का मूल्य लाखों में आँका जाता है, जबकि एक दिहाड़ी मज़दूर के जीवन की क्षति का मुआवज़ा अक्सर नाम मात्र रह जाता है।

क्या संविधान ने इस प्रकार की असमानता की कल्पना की थी? अनुच्छेद 14 कानून के समक्ष सभी को समान ठहराता है। फिर एक ही दुर्घटना में दो नागरिकों के जीवन का मूल्य क्यों अलग-अलग आँका जाए?

यह विभाजन न केवल संवैधानिक दर्शन के विपरीत है, बल्कि सामाजिक असमानता को और संस्थागत रूप से गहरा करता है।

मानवीय योगदान की अनदेखी गृहिणियाँ, वृद्ध, बच्चे या छात्र — ये वे वर्ग हैं जिनकी आय औपचारिक रूप से दर्ज नहीं होती। परिणामस्वरूप, मुआवज़े के मूल्यांकन में इन्हें अक्सर 'काल्पनिक आय' के आधार पर आँक दिया जाता है। जबकि सर्वोच्च न्यायालय ने किर्ति बनाम ओरिएंटल इंश्योरेंस (2021) में यह माना कि गृहिणी का श्रम भी आर्थिक मूल्य रखता है। स्पष्ट है कि हमारे सामाजिक ताने-बाने में उनके योगदान का असर पैसे से नहीं मापा जा सकता।

यह दृष्टिकोण अनुच्छेद 21 — यानि गरिमापूर्ण जीवन के अधिकार — के मूल भावना को चुनौती देता है। जब किसी की मृत्यु या अपंगता को केवल गणितीय समीकरणों में सीमित कर दिया जाता है, तो यह न्याय के संवेदनशील पक्ष को कमजोर करता है।

गरिमा बनाम गणित: न्यायालय की दृष्टि सर्वोच्च न्यायालय ने बार-बार कहा है कि 'न्यायसंगत मुआवज़ा' केवल आर्थिक हानि नहीं, बल्कि मानसिक वेदना, भावनात्मक क्षति और जीवन की असुरक्षाओं की भी भरपाई करता है। लेकिन व्यवहार में यह आदर्श अभी भी दूर है। मौजूदा कानून पीड़ित को 'फाइल नंबर' और मुआवज़े को 'सूत्र' में बदल देता है — जबकि आवश्यकता है संवेदना को केंद्र में लाने की।

अन्य क्षेत्रों से सबक रेलवे और विमान दुर्घटनाओं में एक समान मुआवज़ा राशि तय है, जो पीड़ित की आय या सामाजिक स्थिति से स्वतंत्र रहती है। यह व्यवस्था यह स्वीकार करती है कि जीवन सभी के लिए समान मूल्यवान है।

प्रश्न यह है कि

*** सड़क पर मरने वाला नागरिक इससे वंचित क्यों रहे?**

*** क्या परिवहन के साधन के अनुसार जीवन का मूल्य तय किया जाना उचित है?**

सुधार की दिशा: गरिमा-आधारित मुआवज़ा मॉडल यदि राज्य वास्तव में कल्याणकारी है, तो उसे केवल न्यायालयों के भरोसे नहीं रहना चाहिए।

सड़क दुर्घटना मुआवज़ा प्रणाली में निम्न सुधार अत्यंत आवश्यक हैं:

* न्यूनतम अनिवार्य मुआवज़ा — 'नो-फॉल्ट लायबिलिटी' पर आधारित एक समान आधारभूत मुआवज़ा, ताकि आय चाहे कुछ भी हो, हर परिवार को गरिमापूर्ण सहायता मिले।

* गैर-अर्जक वर्ग का मूल्यांकन — गृहिणियों, बच्चों और वृद्धों के सामाजिक योगदान को वास्तविकता के अनुरूप मान्यता।

* मुद्रास्फीति-संशोधित व्यवस्था — मुआवज़े की राशि का स्वतः मूल्य-संशोधन, ताकि समय के साथ उसका वास्तविक मूल्य बना रहे।

* तात्कालिक राहत और नकद-रहित उपचार — "गोल्डन आवर" में त्वरित चिकित्सा सहायता की सार्वभौमिक उपलब्धता।

*** अंत में:** 'नुकसान के अंकगणित' से आगे सड़क दुर्घटनाओं का मुआवज़ा केवल कानूनी विषय नहीं, बल्कि नैतिक-मानवीय प्रश्न है। जब राज्य यह स्वीकार करे कि "हर जीवन समान रूप से मूल्यवान है", तब ही संविधान की आत्मा सजीव होती है। यदि हम 'नुकसान के अंकगणित' को 'न्याय की नैतिकता' के अधीन कर सकें, तो यह न केवल संविधान के अनुच्छेद 14 और 21 को सशक्त करेगा, बल्कि नागरिकों में राज्य पर विश्वास भी दृढ़ करेगा।

सच्चा लोकतांत्रिक और कल्याणकारी भारत वही होगा, जो हर जीवन को — उसकी आय से नहीं, उसकी गरिमा से मापे।

सामयिक व्यंग्य

कुत्तों की गिनती

पीयूष त्रिपाठी

बेसिक शिक्षा विभाग ने ऐतिहासिक आदेश जारी कर परिषदीय स्कूलों के शिक्षकों को सड़कों पर घूमने वाले आवारा कुत्तों की खोज और ऐसे क्षेत्रों को चिन्हित करने का पावन दायित्व सौंपा है जहां पर कुत्तों का आतंक है। आखिरकार, पढ़ाना-लिखाना तो कोई भी कर लेगा लेकिन कुत्तों की गिनती और उनसे इंसानों को बचाने जैसे राष्ट्रीय महत्व का कार्य केवल शिक्षक ही कर सकते हैं।

दरअसल कुत्तों को लेकर हमारा समाज दो धड़ों में बंटा हुआ है। पहली श्रेणी वाले लोग किसी भी तरह के कुत्तों से बचना चाहते हैं जबकि दूसरी श्रेणी में आने वाले लोग आवारा कुत्तों तक को बचाने के लिए उनके प्रवक्ता बनकर आंदोलन पर उतर आते हैं। कुछ लोगों के लिए उनका कुत्ता ब्रूनो, टॉमी या शेरु होता है - क्यूट, लविंग, केयरिंग और इंटेलीजेंट। ऐसे लोग दूसरों से भी यह उम्मीद करते हैं कि बाकी सब भी उनके कुत्ते- ब्रूनो, टॉमी या शेरु को उनकी नजर से ही देखें। दूसरी श्रेणी में आने वाले लोग हर तरह के कुत्ते को कुत्ता ही समझते हैं, भले ही आप उन्हें अलसेशियन, जर्मन शेफर्ड, रोटवेलर और देसी कुत्ते के बीच का फ़र्क समझाने में कितनी ही माथापच्ची कर लें।

अच्छा तो यह होता कि कुत्तों की गणना के साथ-साथ कुत्ता प्रेमियों और कुत्ते से आतंकित लोगों की भी गणना कर ली जाती। फिर दोनों के बीच एक राष्ट्रीय सुलह सम्मेलन आयोजित किया जाता जिसमें यह तय होता कि आखिर कुत्तों का भविष्य क्या होना चाहिए? समाज में कुत्ता प्रेमियों और कुत्तों से नफरत करने वालों का एक साथ बना रहना सामाजिक वैमनस्य का कारण बन सकता है। समाज की भलाई इसी में है कि सब लोग मिल-जुल कर रहें। इसके लिए जागरूकता रैली, नुक्कड़ नाटक, पोस्टर प्रतियोगिता और काउंसलिंग कैंप की जरूरत होगी। शिक्षक इस काम के लिए सबसे उपयुक्त सिद्ध हो सकते हैं, ठीक वैसे ही जैसे वे हर दूसरे काम के लिए सिद्ध होते हैं।

आतंक तो बंदरों ने भी कम नहीं मचा रखा। पूरे कबीले के साथ वे आपके घर में बिना आमंत्रण के धावा बोल देते हैं और नुकसान करके चले जाते हैं। क्या ऑफ़िस, क्या स्कूल-कॉलेज, क्या अस्पताल और क्या रेलवे स्टेशन, उनका आतंक हर जगह फैला है। कुछ जगहों पर लाल रंग के बंदरों के आतंक का मुकाबला करने के लिए काले रंग वाले बंदरों के कट आउट लगाए गए हैं। बंदर तो बंदर ही होता है। कम से कम उन्हें तो अलग-अलग रंग में न बांटकर रंगभेद समाप्त किया जा सकता है। जैसे कुत्तों को पालतू बना कर उनका समाजीकरण किया जा चुका है, वैसे ही बंदरों को पालतू बनाकर उनका संरक्षण जरूरी है। बंदर को इंसान का पूर्वज कहा जाता है। पूर्वजों की पहचान और गणना की जिम्मेदारी भी शिक्षकों को ही मिलनी चाहिए। इंसानों को समझना है तो बंदरों को समझना जरूरी है। समझ, समाजीकरण और सद्भाव संवर्धन के काम को शिक्षकों से बेहतर और कौन अंजाम दे सकता है?

बंदर और कुत्तों के अलावा समस्या छुट्टा साँड़ों और नीलगायों से भी होती है। सांड को अगर छुट्टा छोड़ दिया जाए तो वह बिना किसी बात के किसी को भी सींग मार सकता है। नीलगाय खड़ी फसल को नष्ट कर देती है और कई मामलों में सड़क दुर्घटना का कारण भी बनती है। दीमक, सांप, चूहे या तो इंसानों का नुकसान करते हैं या फिर सामान बर्बाद कर देते हैं। भेड़ियों की पहचान थोड़ा मुश्किल काम है। वैज्ञानिक भेड़िये को कुत्ते की प्रजाति के अंतर्गत रखते हैं। कुछ भेड़िए इंसानों की खाल में छिपे हो सकते हैं। समाज को बचाने के लिए भेड़ियों की सही पहचान जरूरी है। इस नाजुक कार्य के लिए भी शिक्षकों को विशेष प्रशिक्षण देकर तैनात किया जा सकता है।

कुत्ते अपना भाग्य मनाएं कि उन्हें गिनने में इतनी तत्परता दिखाई जा रही है। इंसानों की गिनती ड्यू होने के पांच साल बाद तक भी नहीं हो पाई। जो इंसान से ऊपर उठकर मतदाता हो गए, वे इस मामले में भाग्यशाली हैं। परिषदीय विद्यालयों के शिक्षक बीएलओ बनकर उनका एसआईआर करने में व्यस्त हैं। प्राथमिक स्कूलों के बच्चे अभी भले ही प्राथमिकता का विषय न हों, जब बड़े होकर मतदाता बनेंगे तब शिक्षकों के ध्यानाकर्षण का केंद्र बन ही जायेंगे।

अगर सदियों से गधों को इंसान बनाने की जिम्मेदारी शिक्षकों ने उठाई है तो आवारा कुत्तों, सांपों, चूहों, नीलगाय, बंदरों और भेड़ियों से समाज को बचाने का फर्ज भी शिक्षकों को ही निभाना चाहिए। इसे उनकी योग्यता का विस्तार समझा जाए, नौकरी का अपमान नहीं।

इसी साल मध्य प्रदेश ने औंकड़े जारी कर बताया था कि गधों की संख्या तेजी से कम होती जा रही है। देश में गधों की घटती संख्या गंभीर चिंता का विषय है। राष्ट्रीय स्तर पर गधों की स्थिति का सही आकलन करने के लिए 'अखिल भारतीय गधा संवर्धन परियोजना' चलाई जानी चाहिए जिससे पूरे देश में गधों की स्थिति को बेहतर बनाने का ब्लू प्रिंट तैयार किया जा सके। गधों की पहचान और उनकी गिनती करने के लिए शिक्षकों से बेहतर और कौन हो सकता है?

प्रदूषण के कारण ट्विन सिटीज़ में पाबंदियां लगाई गईं; शाम 6 बजे से सुबह 10 बजे तक कोई कंस्ट्रक्शन का काम नहीं

मनोरंजन शासमल , स्टेट हेड ओड़िशा

भूबनेश्वर : ट्विन सिटीज़ में बढ़ते एयर पॉल्यूशन को देखते हुए राज्य सरकार ने सख्त पाबंदियां जारी की हैं। चूंकि भुवनेश्वर और कटक में एयर क्वालिटी इंडेक्स खराब हो रहा है, इसलिए आज से अगले 7 दिनों के लिए कई नियम लागू किए गए हैं। इन पाबंदियों की जानकारी देते हुए, वन और पर्यावरण मंत्री गणेश राम सिंह खुंटिया ने कहा कि इस दौरान ट्विन सिटीज़ में शाम 6 बजे से सुबह 10 बजे तक सभी कंस्ट्रक्शन का काम बंद रहेगा। सड़कों पर धूल के कणों से होने वाले प्रदूषण को रोकने के लिए जगह-जगह पानी का छिड़काव करने का आदेश दिया गया है। विभाग कटक और भुवनेश्वर में एयर पॉल्यूशन की स्थिति का लगातार रिव्यू कर रहा है।

एयर पॉल्यूशन की असली वजह का पता लगाने और उसका परमानेंट सॉल्यूशन खोजने के लिए मंत्री ने आज एक हाई-लेवल मीटिंग बुलाई है। इस अहम मीटिंग में साइंटिस्ट, पर्यावरण एक्सपर्ट और इंजीनियर मौजूद रहेंगे। मीटिंग में पॉल्यूशन को कंट्रोल करने के लिए ज़रूरी कदम और भविष्य की योजनाओं पर चर्चा होगी। इस बीच ट्विन सिटीज़ में सख्त पाबंदियों की बात हो रही है, जबकि बालासोर में नियमों की खुलेआम धज्जियां उड़ाई जा रही हैं। सरकारी आदेशों के बावजूद, कुछ जगहों पर पाबंदियों में ढील दिए जाने से लोगों में नाराज़गी है। देखना होगा कि सरकार का सात दिन का लॉकडाउन लोगों को साफ़ हवा देने में कितना कामयाब होगा।

मुरिबहाल रेंज, जिला- बोलांगीर के फॉरेस्ट स्टाफ को ओडिशा विजिलेंस ने लकड़ी के लट्ठों के ट्रांसपोर्टेशन की इजाज़त देने के लिए 10,000 रुपये की रिश्वत लेते हुए रंगे हाथों पकड़ा

मनोरंजन शासमल , स्टेट हेड ओड़िशा

भूबनेश्वर : 06.01.2026 को, कुछ देर पहले, मुरिबहाल रेंज, जिला बोलांगीर के गुलुमी सेक्शन के फॉरेस्टर श्री अशोक कुमार नायक को ओडिशा विजिलेंस ने एक किसान से 10,000 रुपये की रिश्वत मांगते और लेते हुए पकड़ा, ताकि उसे कुछ दिन पहले अपनी ज़मीन से काटे गए एक सागौन और एक साल के पेड़ के लट्ठों को ले जाने की इजाज़त दी जा सके। जब किसान ने फॉरेस्टर श्री नायक से लकड़ी के लट्ठों के ट्रांसपोर्टेशन के लिए इजाज़त मांगी, तो उसने (फॉरेस्टर ने) इजाज़त देने के लिए 10,000 रुपये की रिश्वत मांगी और सरकारी नियमों के अनुसार बिना इजाज़त पेड़ काटने के लिए 2000 रुपये का जुर्माना लगाया। चूंकि किसान को अपनी ज़मीन से दो पेड़ काटने के लिए पहले से इजाज़त लेने के बारे में पता नहीं था, इसलिए वह 2,000 रुपये का जुर्माना देने के लिए तैयार हो गया। लेकिन, आरोपी श्री नायक ने लट्ठों के ट्रांसपोर्टेशन की इजाज़त देने के लिए 10,000 रुपये की रिश्वत पर ज़ोर दिया। श्री नायक ने किसान को यह भी धमकी दी कि अगर उसे मांगी गई 10,000 रुपये की रिश्वत नहीं दी गई तो उसके खिलाफ कार्रवाई की जाएगी। श्री नायक की इस हरकत से परेशान होकर किसान ने विजिलेंस अधिकारियों को मामले की सूचना दी। सूचना मिलने पर, ओडिशा विजिलेंस की एक टीम ने आज फॉरेस्टर श्री नायक को किसान से 10,000 रुपये की रिश्वत और 2000 रुपये का जुर्माना लेते हुए रंगे हाथों पकड़ लिया। रिश्वत की रकम 10,000 रुपये सहित कुल 12,000 रुपये की रकम आरोपी फॉरेस्टर श्री नायक के पास से बरामद कर ज़ब्त कर ली गई है।

इस कार्रवाई के बाद, श्री नायक के दो ठिकानों पर DA एंगल से एक साथ तलाशी चल रही है।

इस संबंध में, संबलपुर विजिलेंस पी.एस. केस नंबर 01 दिनांक 05.01.2026 धारा 7 पी.सी. आरोपी श्री नायक, फॉरेस्टर के खिलाफ (संशोधन) अधिनियम, 2018 के तहत मामला दर्ज किया गया है। विस्तृत रिपोर्ट आगे दी गई है।

दो टूक : मादुरो का साथ देकर ट्रंप से यूं ही नहीं टकरा रहे हैं रूस और चीन, जरा समझिये

राजेश श्रीवास्तव

अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रंप ने जब वेनेजुएला के राष्ट्रपति मादुरो व उनकी पत्नी को उनके बेडरूम से आधी रात उठा लिया तो कई देशों को तो सांप सूंघ गया लेकिन चीन और रूस ने तीखी प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए ट्रंप को सीधी चुनौती दे डाली कि मादुरों को तुरंत रिहा करो। आखिर इस चुनौती के क्या मायने हैं और अमेरिका से जब कोई टकराने के बारे में सोच नहीं रहा तो चीन क्यों दो-दो हाथ करने पर उतारू हैं, यह हमें समझना होगा। सवाल है कि चीन और रूस वेनेजुएला के साथ क्यों खड़े हैं? क्या दोनों देश अमेरिका से दुश्मनी मोल ले रहे हैं, या इसके पीछे गहरी कूटनीतिक और आर्थिक रणनीतियां काम कर रही हैं?

दरअसल वेनेजुएला बीते कुछ वर्षों से वैश्विक राजनीति का प्रमुख मैदान बना हुआ है। ऐसे में जब भी अमेरिका सैन्य हस्तक्षेप, आर्थिक प्रतिबंध या राजनीतिक दबाव के रूप में कोई आक्रामक कदम उठाता है तो रूस और चीन उसकी तीखी आलोचना करते आए हैं। ताजी आलोचना उसी पुराने क्रम को आगे बढ़ाती हुई दिखाई देती है. रूस और चीन दोनों लंबे समय से यह सार्वजनिक रूप से कहते आए हैं कि किसी भी संप्रभु देश की सरकार बदलने का अधिकार केवल उस देश के नागरिकों को है, किसी बाहरी शक्ति को नहीं। अमेरिका ने इराक, लीबिया, अफगानिस्तान, सीरिया और कई लैटिन अमेरिकी देशों में प्रत्यक्ष या परोक्ष हस्तक्षेप कर सरकारें बदलने की जो परंपरा बनाई, उसे रूस और चीन अपने लिए भी खतरनाक मिसाल मानते हैं। उनकी नज़र में यदि वेनेजुएला में अमेरिकी हस्तक्षेप सफल होता है, तो यह सिद्धांत बन जाएगा कि जब भी किसी सरकार की नीतियां वॉशिंगटन को पसंद न आएं, तो आर्थिक प्रतिबंध, राजनीतिक अलगाव और सैन्य दबाव के ज़रिए उसे झुका दिया जाए। रूस और चीन दोनों ही खुद को ऐसी किसी भी भविष्य की स्थिति से बचाना चाहते हैं, इसलिए वे सिद्धांत के स्तर पर अमेरिकी हमलों और दखलंदाज़ी की कड़ी आलोचना करते हैं।

अमेरिका का सबसे बड़ा औज़ार आर्थिक प्रतिबंध हैं जो अक्सर डॉलर और अमेरिकी वित्तीय तंत्र पर दुनिया की निर्भरता के कारण बेहद प्रभावी हैं। रूस और चीन अच्छी तरह समझते हैं कि आज वेनेजुएला है, कल वे खुद भी इसी तरह के प्रतिबंधों का और व्यापक पैमाने पर सामना कर सकते हैं। इसीलिए वे दोनों मिलकर ऐसे विकल्प तैयार कर रहे हैं जिनसे किसी देश को पूरी तरह अमेरिकी वित्तीय तंत्र पर निर्भर न रहना पड़े। वैकल्पिक पेमेंट सिस्टम, दो पक्षीय व्यापार में स्थानीय मुद्राओं का उपयोग, और अंतरराष्ट्रीय संस्थानों के समानांतर नई व्यवस्थाएं, ये सब प्रयास अमेरिका की आर्थिक पकड़ को सीमित करने के लिए हैं।

जब वेनेजुएला पर अमेरिकी प्रतिबंध लगते हैं और रूस और चीन उनकी आलोचना करते हुए वैकल्पिक व्यापार या कर्ज़ व्यवस्था मुहैया कराते हैं, तो वे सिर्फ वेनेजुएला की मदद नहीं करते, बल्कि दुनिया को दिखाते हैं कि अमेरिकी प्रतिबंधों को आंशिक रूप से निष्प्रभावी भी किया जा सकता है। रूस सैन्य सहयोग, सुरक्षा समझौते और रणनीतिक साझेदारी के माध्यम से अपनी उपस्थिति दर्ज करा रहा है। अमेरिकी हमले या दबाव के समय वेनेजुएला का साथ देना और उस पर हो रही सैन्य या राजनीतिक कार्रवाई की आलोचना करना, इसा व्यापक रणनीति का हिस्सा है। रूस और चीन, दोनों देशों की घरेलू राजनीति में पश्चिम विरोधी या कम से कम अमेरिका संदेहवादी रुझान काफ़ी प्रबल हैं। रूस में नाटो के विस्तार, यूक्रेन संकट और शीत युद्ध के बाद की नीतियों को लेकर अमेरिकी नेतृत्व के प्रति व्यापक अविश्वास है। चीन को अपने चारों ओर अमेरिकी सैन्य उपस्थिति, ताइवान के सवाल, व्यापार युद्ध और तकनीकी प्रतिबंधों से चुनौती महसूस होती है। ऐसे माहौल में यदि वेनेजुएला जैसे देश पर अमेरिका सैन्य हमले की आलोचना करके रूस और चीन अपने घरेलू समर्थकों को यह संदेश देते हैं कि उनकी सरकारें वैश्विक मंच पर अमेरिकी दबंगई के खिलाफ खड़ी हैं। इससे उनकी आंतरिक वैधता मजबूत होती है और वे खुद को स्वतंत्र और मज़बूत राष्ट्रों के रूप में पेश कर पाते हैं, जो किसी भी दबाव के सामने झुकने को तैयार नहीं।

पहली नज़र में लग सकता है कि रूस चीन वेनेजुएला का साथ सिर्फ इसलिए दे रहे हैं क्योंकि वे अमेरिका के विरोधी हैं। लेकिन वास्तविकता इससे कहीं ज़्यादा जटिल है। अमेरिका से टकराव उनकी नीति का महत्वपूर्ण हिस्सा है। वेनेजुएला रूस और चीन के लिए केवल एक छोटा देश नहीं, बल्कि एक ऐसा मोर्चा है जहाँ वे अमेरिका की वैश्विक नेतृत्व क्षमता को चुनौती दे सकते हैं और अपने लिए दीर्घकालिक लाभ सुनिश्चित कर सकते हैं।

रूस और चीन अमेरिकी एकाधिकार को तोड़ना चाहते हैं। वेनेजुएला के विशाल तेल भंडार और आर्थिक संभावनाओं से उन्हें दीर्घकालिक लाभ दिखता है। डॉलर आधारित प्रतिबंधों के विकल्प खड़े करने की उनकी कोशिशें, वेनेजुएला जैसे मामलों से मज़बूत होती हैं। लैटिन अमेरिका में बढ़ते रूसी चीनी प्रभाव के लिए यह एक अहम मंच है। घरेलू स्तर पर वे खुद को अमेरिका के दबाव के सामने झुकने से इनकार करने वाली ताकतों के रूप में दिखा पाते हैं। वेनेजुएला जैसे देश का साथ देना इसी रणनीति का हिस्सा है। जब रूस और चीन अमेरिकी हमले या प्रतिबंधों की पुरज़ोर आलोचना करते हैं, तो वे पूरी दुनिया को यह संदेश देते हैं कि अमेरिकी आदेश ही अंतिम नहीं है।

वे यह दिखाना चाहते हैं कि कमजोर या घिरे हुए देश अकेले नहीं हैं, उनके पास वैकल्पिक साझेदार और समर्थन प्रणाली मौजूद है। इससे रूस चीन की साख उन देशों में बढ़ती है जो अमेरिका से असंतुष्ट हैं या उसके दबाव में खुद को असुरक्षित महसूस करते हैं। इसके पीछे दूसरा अहम कारण यह भी है कि चीन वेनेजुएला से बड़ी मात्रा में पेट्रोल लेता है और अब वेनेजुएला पर सीधा अमेरिकी नियंत्रण हो जायेगा। ऐसे में चीन का सीधा नुकसान भी होगा।

वेनेजुएला दुनिया के सबसे बड़े सिद्ध तेल भंडार वाले देशों में है। भले ही वहां की अर्थव्यवस्था संकट में है लेकिन लंबी अवधि में उसके तेल संसाधन बेहद महत्वपूर्ण हैं। रूसी तेल और गैस कंपनियों ने वेनेजुएला में निवेश किया है। रूस को यह भी लाभ है कि यदि अमेरिका के प्रतिबंधों से वेनेजुएला पश्चिमी बाज़ार से कटता है, तो वह रूस और चीन जैसे दोस्त देशों को रियायती दरों पर तेल बिक्री को प्राथमिकता देगा। इससे रूस को ऊर्जा बाज़ार में रणनीतिक साझीदार मिलेगा और पश्चिम के दबाव के बावजूद वैकल्पिक आपूर्ति श्रृंखलाएं बनती हैं। चीन विश्व का सबसे बड़ा ऊर्जा आयातक है। वह अपने लिए दीर्घकालिक ऊर्जा सुरक्षा चाहता है और विविध स्रोतों का नेटवर्क बनाता जा रहा है।

वेनेजुएला के साथ क़र्ज़, निवेश और तेल खरीद के माध्यम से चीन से एक प्रकार का परस्पर निर्भर संबंध है। अमेरिकी दबाव बढ़ने पर वेनेजुएला के लिए चीन और भी अहम साथी बन जाता है और चीन को लंबे समय तक सस्ते या अनुकूल शर्तों पर तेल मिलता है। इस तरह अमेरिकी हमलों की आलोचना के साथ साथ रूस और चीन वास्तव में अपने आर्थिक और ऊर्जा हितों की भी रक्षा कर रहे हैं।

अमृतसर को स्वच्छ और सुंदर बनाना हमारी सर्वोच्च प्राथमिकता, लापरवाही बर्दाश्त नहीं: मेयर जतिंदर सिंह भाटिया

* मेयर द्वारा सेनीटेशन विभाग और 3-आर कंपनी के अधिकारियों के साथ विशेष बैठक
* जनवरी के अंत तक शहर में 'डोर-टू-डोर' कूड़ा उठाने की प्रक्रिया होगी पूर्ण

अमृतसर, 6 जनवरी (साहिल बेरी)

दिनांक 06-01-2026 को मेयर जतिंदर सिंह भाटिया ने नगर निगम अमृतसर के सेनीटेशन विभाग के वरिष्ठ अधिकारियों एवं 3-आर कंपनी के मालिक के साथ एक विशेष बैठक की। इस बैठक का मुख्य उद्देश्य शहर की साफ-सफाई व्यवस्था की समीक्षा करना तथा आने वाले दिनों में स्वच्छता अभियान को और तेज करना था।

बैठक के दौरान सेनीटेशन विभाग के अधिकारियों ने मेयर को शहर की सफाई व्यवस्था से संबंधित प्रगतिशील रिपोर्ट प्रस्तुत की। वहीं 3-आर कंपनी के मालिक द्वारा 129 वाहनों की वर्तमान स्थिति के बारे में जानकारी दी गई। इसके साथ ही 3-आर कंपनी की ओर से यह आश्वासन दिया गया कि जनवरी के अंत तक शहर में 'डोर-टू-डोर' कूड़ा उठाने की प्रक्रिया पूरी तरह से सुचारू रूप से शुरू कर दी जाएगी।

मेयर जतिंदर सिंह भाटिया ने अधिकारियों को सख्त निर्देश देते हुए कहा कि ट्रांसफर स्टेशनों तथा उनके आसपास के क्षेत्रों की साफ-सफाई पर विशेष ध्यान दिया जाए, ताकि अमृतसर शहर की छवि पर कोई नकारात्मक प्रभाव न पड़े।

मेयर भाटिया ने अंत में कहा कि अमृतसर को एक स्वच्छ, साफ-सुथरा और सुंदर शहर बनाना हमारी सर्वोच्च प्राथमिकता है और इस कार्य में किसी भी प्रकार की लापरवाही बिल्कुल भी बर्दाश्त नहीं की जाएगी।

कमिन्स के साथ टाटा ने देश मे पहली बार हाईड्रोजन अन्तर-दहन इंजन जमशेदपुर में बनाई

जमशेदपुर में बन रहे हैं नित्य 400 इंजन ,50 फीसदी इंजन स्वयं के लिए

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड - झारखंड

जमशेदपुर, लौह उद्योग एवं वाहन निर्माता का शहर जमशेदपुर ने देश की ऑटोमोबाइल और ग्रीन एनर्जी तकनीक में एक नया मील का पत्थर डाल दिया है । मध्यम और भारी वाहनों के लिए इंजन निर्माण में अग्रणी टाटा कमिंस प्राइवेट लिमिटेड के जमशेदपुर प्लांट में देश का पहला हाइड्रोजन आंतरिक दहन इंजन तैयार किया गया है।

यह परियोजना टाटा मोटर्स और अमेरिकी कंपनी कमिंस के संयुक्त प्रयास से स्थापित की गई है, जिसे टाटा कमिंस प्राइवेट लिमिटेड (टीसीपीएल) के अंतर्गत टीसीपीएल ग्रीन एनर्जी सॉल्यूशंस संचालित कर रही है।

मार्च2024सेही बी6.7एच हाइड्रोजन इंजनों का उत्पादन जमशेदपुर प्लांट में शुरू हो चुका है। टाटा मोटर्स को इन हाइड्रोजन इंजनों की आपूर्ति की जाएगी, जिन्हें भविष्य के पर्यावरण अनुकूल वाहनों में इस्तेमाल किया जाएगा।

हाल ही में टीसीपीएल ग्रीन एनर्जी सॉल्यूशंस को टाटा मोटर्स से नया ऑर्डर भी प्राप्त हुआ है, जिसके बाद हाइड्रोजन प्लांट में काम और तेज कर दिया गया है।

इसी के साथ टाटा कमिंस का जमशेदपुर प्लांट पारंपरिक इंजन उत्पादन में भी लगातार नए कीर्तिमान स्थापित कर रहा है। कंपनी के प्लांट में तीनों पालियों में उत्पादन कार्य जारी है और प्रतिदिन 400 से अधिक इंजन बनाए जा रहे हैं।

रविवार को एक ही दिन में 470 इंजनों का निर्माण किया गया। बीते एक वर्ष में कंपनी ने एक लाख से अधिक इंजनों का उत्पादन किया है।

चालू वित्तीय सत्र 2025-26 में कंपनी ने 1.52 लाख इंजन उत्पादन का लक्ष्य रखा है। वित्तीय सत्र की समाप्ति में अभी तीन माह शेष हैं और मौजूदा उत्पादन रफ्तार को देखते हुए यह लक्ष्य पार होने की पूरी संभावना है।

टाटा कमिंस के कुल उत्पादन में लगभग 50 प्रतिशत इंजन टाटा मोटर्स को आपूर्ति किए जाते हैं। इसके अलावा पूणे, लखनऊ और विदेशी बाजारों में भी कंपनी के इंजनों की मांग तेजी से बढ़ी है।

कंपनी प्रबंधन बढ़ती मांग को पूरा करने के लिए उत्पादन क्षमता बढ़ाने पर जोर दे रहा है। टिकाऊ, उच्च गुणवत्ता और आधुनिक तकनीक से लैस इंजनों के निर्माण के साथ जमशेदपुर अब देश के प्रमुख ऑटो और ग्रीन एनर्जी मैन्युफैक्चरिंग हब के रूप में उभर रहा है।

सरायकेला -कांड्रा में अवैध बालू भरा अधिभार वाहन को डीएमओ ने किया जब्त

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड -झारखंड

जमशेदपुर, जिले में खनिजों के अवैध परिवहन पर प्रभावी नियंत्रण सुनिश्चित करने के उद्देश्य उपायुक्त निर्देशानुसा जिला खनन पदाधिकारी के नेतृत्व मे विभाग द्वारा कांड्रा थाना क्षेत्र अंतर्गत कांड्रा–टाटा मार्ग पर औचक जांच अभियान चलाया गया। जिसमें तेज तर्रार डी एम ओ ज्योति शंकर सतपथी ने अवैध रूप से अधिभार लिए जारहे दो बालू लदे वाहनों को जप्त कर लिया है। जांच के दौरान पिंडराबेड़ा के समीप अवैध रूप से एवं निर्धारित क्षमता से अधिक लघु बालू खनिज का परिवहन करते हुए दो वाहनों जिसका नंबर JH05BS-2996 एवं JH01DB-240 है, को जब्त किया गया। जब्त वाहनों को विधिसम्मत प्रक्रिया के तहत संबंधित थाना कांड्रा ओपी गम्हरिया थाना को सुपुर्द किया गया है। अग्रेत्तर विधिक कार्रवाई हेतु सुसंगत धाराओं का प्रयोग किया गया है ।

जिला खनन पदाधिकारी ज्योति शंकर सतपथी द्वारा स्पष्ट किया गया कि जिले के किसी भी क्षेत्र में खनिजों के अवैध खनन, भंडारण अथवा परिवहन को स्वीकार नहीं किया जाएगा। इस प्रकार की गतिविधियों में संलिप्त पाए जाने पर संबंधित व्यक्तियों एवं वाहनों के विरुद्ध सख्त कार्रवाई सुनिश्चित की जाएगी।

उन्होंने यह भी बताया कि अवैध खनन गतिविधियों पर प्रभावी नियंत्रण हेतु निरंतर निगरानी के साथ-साथ नियमित औचक जांच अभियान आगे भी जारी रखे जाएंगे।

धनबाद के कोल इंडिया में कोयला चोरी रोकने हेतु दो जीएम हटाये गये

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड -झारखंड

धनबाद: कोल इंडिया की सहायक कंपनी बीसीसीएल ने उत्पादन, डिस्पैच और कोयला चोरी रोकने के लिए सख्त रुख अपनाया है। कंपनी के अधिकारियों पर गाज गिरनी शुरू हो गई है। कोयला चोरी वाले इलाकों के महाप्रबंधकों (जीएम) को बाहर का रास्ता दिखाया जा रहा है। बीसीसीएल के सीएमडी ने इसे कंपनी के लिए 'कोढ़' बताते हुए सार्वजनिक मंच पर रोक लगाने का ऐलान किया था। अब कार्रवाई तेज हो गई है।

सूत्रों के अनुसार, दो महाप्रबंधकों को दूसरी कंपनियों में भेज दिया गया है। इनमें पीयूष किशोर को साउथ ईस्टर्न कोलफील्ड्स लिमिटेड (एसईसीएल) और प्रणव दास को महानदी कोलफील्ड्स लिमिटेड (एमसीएल) स्थानांतरित किया गया। कोयला चोरी की शिकायतों वाले क्षेत्रों के बड़े अधिकारियों पर मजबूत कार्रवाई की तैयारी चल रही है। निकट भविष्य में अन्य अधिकारियों पर भी गाज गिर सकती है।

कंपनी ने तीन महाप्रबंधकों को आंतरिक स्तर पर नई जिम्मेदारियां सौंपी हैं। जिसमे हफीजुल कुरैशी को सिक्योरिटी से हटाकर बस्ताकोला एरिया का महाप्रबंधक बनाया गया ।विजय कुमार को गोविंदपुर एरिया की कमान सौंपी गई। एमआर श्रीवास्तव को सिक्योरिटी विभाग की जिम्मेदारी दी गई।

मुनरो सिद्धांत की ओर झुकती अमेरिकी विदेश नीति

डॉ ब्रजेश कुमार मिश्र

3 जनवरी 2026 की शुरुआत में वेनेजुएला में एक अत्यन्त नाटकीय घटनाक्रम सामने आया जब अमेरिका ने बड़े पैमाने पर सैन्य कार्रवाई करते हुए राष्ट्रपति निकोलस मादुरो और उनकी पत्नी सिलिया फ्लोरेस को हिरासत में लेकर देश से बाहर ले जाने की घोषणा की। अमेरिकी प्रशासन के अनुसार यह कार्रवाई नार्को-आतंकवाद, मादक पदार्थों की तस्करी और गंभीर आपराधिक गतिविधियों से जुड़े आरोपों के आधार पर की गई तथा इसे अमेरिका की राष्ट्रीय सुरक्षा और क्षेत्रीय स्थिरता के लिए आवश्यक बताया गया। कार्रवाई के दौरान राजधानी काराकस और आसपास के क्षेत्रों में हवाई हमले और विशेष बलों की त्वरित छापेमारी की खबरें सामने आईं। दूसरी ओर, वेनेजुएला सरकार ने इस कदम को देश की संप्रभुता पर सीधा हमला और अंतरराष्ट्रीय कानून का उल्लंघन करार दिया। सरकार समर्थक वर्ग ने इसे विदेशी आक्रमण बताया जबकि कुछ विपक्षी समूहों ने मादुरो शासन के अंत की सम्भावना के रूप में देखा। इस घटनाक्रम ने पुनः अंतरराष्ट्रीय स्तर पर शक्ति राजनीति, संप्रभुता और सैन्य हस्तक्षेप को लेकर व्यापक बहस को भी जन्म दिया है।

वस्तुतः समकालीन अंतरराष्ट्रीय राजनीति एक बार फिर इस सच्चाई को रेखांकित कर रही है कि वैश्विक व्यवस्था मूलतः शक्ति, हित और सुरक्षा के तर्क पर संचालित होती है। इस संदर्भ में हंस जे. मॉर्गेंथाऊ का यथार्थवादी सिद्धांत विशेष रूप से प्रासंगिक हो जाता है। मॉर्गेंथाऊ के अनुसार अंतरराष्ट्रीय राजनीति शक्ति के लिए संघर्ष है और राष्ट्रीय हित ही विदेश नीति का मूल आधार होता है। वे कहते हैं कि राष्ट्र अपने हितों को शक्ति की भाषा में परिभाषित करते हैं और नैतिकता को अंतरराष्ट्रीय राजनीति में पूरी तरह लागू नहीं किया जा सकता। मॉर्गेंथाऊ यह भी स्वीकार करते हैं कि नैतिकता का अस्तित्व है, लेकिन वह राष्ट्रीय हित से ऊपर नहीं हो सकती। वेनेजुएला में अमेरिका की कार्रवाई को इसी यथार्थवादी नजरिए से देखा जा सकता है। एक और विंदु जिसकी तरफ ध्यान आकृष्ट किया जाना चाहिए वो है अमेरिका की विदेश नीति में मुनरो सिद्धांत की ओर बढ़ता झुकाव।

1823 में अमेरिकी राष्ट्रपति जेम्स मुनरो द्वारा प्रतिपादित मुनरो सिद्धांत का मूल उद्देश्य पश्चिमी गोलार्ध को यूरोपीय उपनिवेशवाद और हस्तक्षेप से मुक्त रखना था। उस समय यह सिद्धांत अमेरिका की सुरक्षा और क्षेत्रीय स्वायत्तता से जुड़ा हुआ था। धीरे-धीरे यह विचार अमेरिका के लिए लैटिन अमेरिका में प्रभाव बनाए रखने का वैचारिक आधार बन गया। शीत युद्ध के दौर और उसके बाद भी अमेरिका ने इस क्षेत्र को अपने रणनीतिक हितों का क्षेत्र माना। आज जब चीन, रूस और ईरान जैसी शक्तियाँ पश्चिमी गोलार्ध में राजनीतिक, आर्थिक और सैन्य सम्बन्ध मजबूत करने के लिए प्रयासरत हैं, अमेरिका एक बार फिर इस सिद्धांत को आधुनिक संदर्भ में लागू करता दिखाई दे रहा है।

वेनेजुएला में अमेरिकी सैन्य कार्रवाई इसी प्रवृत्ति का ताज़ा उदाहरण है। अमेरिकी प्रशासन का तर्क है कि यह कदम लोकतन्त्र, मानवाधिकार और क्षेत्रीय सुरक्षा की रक्षा के लिए उठाया गया है। अमेरिका लम्बे समय से वेनेजुएला के राष्ट्रपति निकोलस मादुरो पर लोकतांत्रिक संस्थाओं को कमजोर करने, चुनावों में अनियमितता, भ्रष्टाचार, मानवाधिकार उल्लंघन और अंतरराष्ट्रीय ड्रग तस्करी से जुड़े आरोप लगाता रहा है। अमेरिकी अधिकारियों के अनुसार इन गतिविधियों से न केवल वेनेजुएला की जनता प्रभावित हुई बल्कि क्षेत्रीय स्थिरता भी खतरे में पड़ी हालांकि, इस कार्रवाई को केवल लोकतंत्र की रक्षा के रूप में देखना एक पक्षीय दृष्टिकोण होगा। वस्तुतः यह हस्तक्षेप अंतरराष्ट्रीय कानून और संप्रभुता के सिद्धांतों का उल्लंघन है। संयुक्त राष्ट्र चार्टर के अनुसार किसी संप्रभु देश में सैन्य कार्रवाई तभी वैध मानी जाती है जब वह आत्म-रक्षा में हो या संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद की स्वीकृति प्राप्त हो। वेनेजुएला के मामले में यह प्रश्न उठ रहा है कि क्या अमेरिका के पास ऐसा स्पष्ट कानूनी आधार था। यही कारण है कि इस कार्रवाई पर वैश्विक प्रतिक्रिया तीखी और विभाजित रही है।

अमेरिका इस तरह के कदम अतीत में भी उठाता रहा है। मसलन 1989 में पनामा में अमेरिका ने "ऑपरेशन जस्ट कॉज" के तहत सैन्य हस्तक्षेप किया था और राष्ट्रपति मैनुअल नोरीएगा को गिरफ्तार कर अमेरिका ले जाया गया था। उस समय भी अमेरिका ने ड्रग तस्करी, मानवाधिकार उल्लंघन और अमेरिकी नागरिकों की सुरक्षा को आधार बनाया था। इसी तरह 2003 में इराक पर अमेरिकी आक्रमण सामूहिक विनाश के हथियारों के आरोपों के आधार पर किया गया हालांकि बाद में ऐसे हथियारों के प्रमाण नहीं मिले। इन दोनों मामलों में अमेरिका ने सुरक्षा और लोकतंत्र की भाषा का प्रयोग किया लेकिन वास्तविकता थी रणनीतिक हित, तेल संसाधनों पर कब्जा और क्षेत्रीय प्रभाव को बढ़ावा देना।

वेनेजुएला की कार्रवाई भी इन्हीं ऐतिहासिक उदाहरणों की याद दिलाती है। समर्थकों का तर्क है कि अमेरिका ने एक तानाशाही शासन के विरुद्ध निर्णायक कदम उठाया जबकि आलोचक इसे "शासन परिवर्तन" की राजनीति और शक्ति के प्रयोग का उदाहरण मानते हैं। इस बहस के केंद्र में वही प्रश्न है जो अंतरराष्ट्रीय राजनीति में बार-बार उठता रहा है—क्या शक्तिशाली राष्ट्रों को नैतिक उद्देश्य के नाम पर दूसरे देशों की संप्रभुता में हस्तक्षेप का अधिकार है?

चीन, रूस और ईरान की प्रतिक्रियाएँ भी इसी शक्ति राजनीति को दर्शाती हैं। रूस और चीन ने अमेरिकी कार्रवाई की कड़ी आलोचना करते हुए इसे संप्रभुता का उल्लंघन और अंतरराष्ट्रीय कानून के खिलाफ बताया है। दोनों देशों के वेनेजुएला के साथ राजनीतिक और आर्थिक सम्बन्ध रहे हैं, और वे इसे पश्चिमी गोलार्ध में अमेरिकी वर्चस्व बनाए रखने की कोशिश के रूप में देखते हैं। ईरान ने भी इस कार्रवाई की निन्दा करते हुए इसे साम्राज्यवादी हस्तक्षेप करार दिया है। इन देशों की प्रतिक्रिया केवल नैतिक आधार पर नहीं, बल्कि अपने रणनीतिक हितों और अमेरिका के प्रभाव को चुनौती देने की इच्छा से भी जुड़ी हुई है लेकिन सच्चाई यह भी कि ये देश अभी कुछ करने की स्थिति में नही हैं ईरान में जहाँ गृहयुद्ध जैसे हालात बन रहे हैं, वहीं रूस यूक्रेन युद्ध में व्यस्त है जहां तक चीन का सवाल है तो वह ताइवान पर अमेरिका जैसी ही कार्यवाही करने की फिराक में है।अमेरिका ने यह कदम पूरे रणनीतिक सोच के साथ उठाया है।

भू-राजनीतिक दृष्टि से वेनेजुएला की घटना यह संकेत देती है कि पश्चिमी गोलार्ध एक बार फिर वैश्विक प्रतिस्पर्धा का केंद्र बन रहा है। अमेरिका इस क्षेत्र में चीन और रूस की बढ़ती उपस्थिति को सीमित करना चाहता है जबकि ये शक्तियाँ अमेरिका के एकध्रुवीय प्रभाव को चुनौती देने का अवसर देख रही हैं। ऐसे में मुनरो सिद्धांत का आधुनिक रूप केवल ऐतिहासिक अवधारणा नहीं, बल्कि सक्रिय रणनीति बनता जा रहा है।अंततः, वेनेजुएला में की गई अमेरिकी कार्रवाई न तो पूरी तरह नैतिक आदर्शवाद का उदाहरण है और न ही केवल आक्रामक साम्राज्यवाद का। यह समकालीन अंतरराष्ट्रीय राजनीति की उसी यथार्थवादी प्रकृति को उजागर करती है, जहाँ राष्ट्र अपने हितों, सुरक्षा और शक्ति-संतुलन को सर्वोपरि रखते हैं। मुनरो सिद्धांत, इराक और पनामा के अनुभव, तथा चीन-रूस-ईरान की प्रतिक्रियाएँ मिलकर यह स्पष्ट करती हैं कि आज की दुनिया में अंतरराष्ट्रीय संबंध सहयोग और संघर्ष, दोनों के मिश्रण से संचालित हो रहे हैं। इस परिदृश्य में नैतिकता और कानून की भूमिका बनी रहती है लेकिन अन्तिम निर्णय अक्सर राष्ट्रीय हित और शक्ति की गणना से तय होते हैं।

मासूमों का बचपन जंक फूड के हवाले क्यों ?

बाबूलाल नागा

हाल में उत्तर प्रदेश के अमरोहा में 11वीं की एक छात्रा की कथित तौर पर लगातार जंक फूड खाने से मौत हो गई। अहाना नाम की छात्रा के पेट में इन्फेक्शन हो गया था। लोकल अस्पताल में इलाज के बाद उसे दिल्ली एम्स रेफर किया गया था। वहां उसने दम तोड़ दिया।

अहाना की मौत कोई साधारण हादसा नहीं है बल्कि यह उस खामोश महामारी का प्रतीक है जो आज हमारे घरों, स्कूलों और बाजारों में खुलेआम पल रही है—जंक फूड। चमकदार पैकेटों, आकर्षक विज्ञापनों और "टेस्टी" के नाम पर परोसे जा रहे जहर ने एक मासूम जिंदगी छीन ली। यह घटना केवल एक परिवार का निजी दुख नहीं बल्कि पूरे समाज, नीति-निर्माताओं और व्यवस्था के मुंह पर करारा तमाचा है।

आज जंक फूड सिर्फ खान-पान की आदत नहीं बल्कि एक सुनियोजित उद्योग बन चुका है, जो बच्चों को सबसे आसान शिकार मानता है। रंगीन विज्ञापन, कार्टून कैरेक्टर, मुफ्त खिलौने और स्कूलों के आसपास खुले स्टॉल—यह सब बच्चों को लुभाने की रणनीति है। अहाना भी इसी जाल में फंसी। स्वाद के नाम पर सेहत को गिरवी रखने की यह संस्कृति धीरे-धीरे बच्चों के शरीर को खोखला कर रही है। मोटापा, डायबिटीज, हृदय रोग, लीवर की समस्या—ये सब बीमारियां अब केवल वयस्कों तक सीमित नहीं रहीं, बल्कि बच्चों के हिस्से में भी आ चुकी हैं।

सबसे चिंताजनक पहलू यह है कि जंक फूड का खतरा केवल लंबे समय में नहीं बल्कि तुरंत भी जानलेवा साबित हो सकता है। अत्यधिक नमक, चीनी, ट्रांस फैट और केमिकल्स से भरे खाद्य पदार्थ बच्चों के नाजुक शरीर पर सीधा हमला करते हैं। दिल की धड़कन से लेकर पाचन तंत्र तक, हर अंग पर इसका असर पड़ता है। अहाना की मौत ने यह कड़वा सच उजागर कर दिया है कि यह 'धीमा ज़हर' कभी-कभी अचानक भी जान ले सकता है।

यह सवाल उठना लाजमी है कि आखिर जिम्मेदार कौन है? क्या सिर्फ माता-पिता? या स्कूल? या फिर सरकार और खाद्य उद्योग? सच्चाई यह है कि यह सामूहिक विफलता है। माता-पिता की मजबूरी और अनभिज्ञता, स्कूलों की लापरवाही, सरकार की ढीली नीतियां और मुनाफे के पीछे भागता उद्योग—सब मिलकर इस त्रासदी के जिम्मेदार हैं। जब स्कूल कैंटीनों में पिज्जा, बर्गर और कोल्ड ड्रिंक्स आसानी से उपलब्ध हों तो बच्चों को सेहतमंद विकल्प चुनने की सीख कैसे मिले?

सरकार ने भले ही खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण के माध्यम से कुछ दिशानिर्देश जारी किए हों लेकिन जमीनी हकीकत अलग है। स्कूलों के आसपास जंक फूड की बिक्री पर रोक कागजों तक सीमित है। विज्ञापनों पर नियंत्रण की बातें भी खोखली साबित होती हैं, जब बच्चों के टीवी कार्यक्रमों और मोबाइल ऐप्स पर जंक फूड के प्रचार की बाढ़ आती है। क्या बच्चों की जान से बड़ा कोई मुनाफा हो सकता है?

यह भी विडंबना है कि जिस देश में कुपोषण एक गंभीर समस्या है, वहीं दूसरी ओर जंक फूड से उपजा मोटापा और बीमारियां नई चुनौती बन चुकी हैं। यह दोहरी मार है—एक तरफ भूख, दूसरी तरफ गलत भोजन। अहाना की मौत इस विरोधाभास को और भी निर्मम तरीके से सामने लाती है। क्या हम ऐसा भारत बनाना चाहते हैं, जहां बच्चे या तो भूख से मरें या गलत खाने से?

समाधान केवल शोक व्यक्त करने या कुछ दिनों की बहस तक सीमित नहीं होना चाहिए। सबसे पहले, जंक फूड को लेकर कड़े कानून लागू करने होंगे। स्कूलों और उनके आसपास जंक फूड की बिक्री पर सख्त और वास्तविक प्रतिबंध लगे। बच्चों को लक्षित विज्ञापनों पर पूर्ण रोक हो। पैकेटों पर बड़े और स्पष्ट चेतावनी संदेश अनिवार्य किए जाएं, जैसे तंबाकू उत्पादों पर होते हैं। यह संदेश सिर्फ लिखित नहीं, बल्कि चित्रात्मक और प्रभावी हों।

दूसरा, स्कूलों की भूमिका बेहद अहम है। कैंटीनों में पौष्टिक और स्थानीय भोजन को बढ़ावा दिया जाए। पोषण शिक्षा को पाठ्यक्रम का अनिवार्य हिस्सा बनाया जाए, ताकि बच्चे कम उम्र से ही सही और गलत भोजन में फर्क समझ सकें। अभिभावकों के लिए भी जागरूकता कार्यक्रम हों क्योंकि अक्सर सुविधा और बच्चों की जिद के आगे वे समझौता कर लेते हैं।

तीसरा, समाज को भी आत्ममंथन करना होगा। जन्मदिन, पार्टी और उत्सवों में जंक फूड को 'स्टेटस सिंबल' मानने की सोच बदलनी होगी। घरों में पारंपरिक और संतुलित भोजन की संस्कृति को फिर से जीवित करना होगा। यह केवल स्वास्थ्य का सवाल नहीं बल्कि भविष्य की पीढ़ी को बचाने का संघर्ष है।

अहाना अब लौटकर नहीं आएगी लेकिन उसकी मौत बेकार भी नहीं जानी चाहिए। यह घटना चेतावनी है— अगर अब भी नहीं चेते तो अगली खबर किसी और मासूम की हो सकती है। जंक फूड के खिलाफ लड़ाई केवल नीति की नहीं बल्कि नैतिकता की भी है। सवाल यह नहीं कि हमें क्या स्वादिष्ट लगता है, सवाल यह है कि हम अपने बच्चों को कैसा भविष्य देना चाहते हैं।

यदि अहाना की मौत हमें जगाने में सफल होती है तो शायद यह त्रासदी किसी बदलाव की शुरुआत बन सके अन्यथा, यह भी उन खबरों में दब जाएगी जिन्हें हम पढ़कर कुछ देर दुखी होते हैं और फिर अगले विज्ञापन के साथ भूल जाते हैं। अब वक्त है कि जंक फूड के खिलाफ निर्णायक कदम उठाए जाएं वरना सेहत के साथ यह खिलवाड़ और भी मासूम जिंदगियां निगलता रहेगा।

(लेखक भारत अपडेट के संपादक हैं)

अमेरिका अपना रहा दोहरे मानदंड

हाल ही में 3 जनवरी 2026 को अमेरिका ने वेनेजुएला में एक बड़ा सैन्य अभियान चलाया, जिसमें अमेरिकी बलों ने राजधानी काराकस समेत कई जगहों पर हवाई और सैन्य हमले किए और वहां के राष्ट्रपति निकोलस मादुरो और उनकी पत्नी सिलिया फ्लोरेस को पकड़ कर अमेरिका ले जाने का दावा किया है।इससे अमेरिका और वेनेजुएला के बीच भारी तनाव पैदा हो गया है और वेनेजुएला ने संयुक्त राज्य पर सैन्य आक्रमण का आरोप लगाते हुए आपात स्थिति घोषित कर दी है। अमेरिका का कहना है कि यह ऑपरेशन 'ऑपरेशन एब्सोल्यूट रिजॉल्व' नाम से हुआ और मादुरो को नशीले पदार्थ तस्करी सहित कई आरोपों के तहत न्यूयॉर्क में अमेरिकी न्यायालय के सामने पेश किया जाएगा। यहां पाठकों को बताता चलूं कि अमेरिका की इस कार्रवाई के बाद संयुक्त राष्ट्र और कई देशों ने चिंता और आलोचना व्यक्त की है, जबकि कुछ वेनेजुएला-वासी जो अमेरिका में रहते हैं, उन्होंने अमेरिकी कार्रवाई का समर्थन किया है। इस तरह यह मामला अब एक कूटनीतिक और सैन्य विवाद का रूप ले चुका है, जिससे अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी बहस और प्रतिक्रिया जारी है। बहरहाल, गौरतलब है कि अमेरिका और वेनेजुएला के बीच लंबे समय से राजनीतिक और कूटनीतिक तनाव चला आ रहा है, जो अब सैन्य कार्रवाई तक पहुंच गया है। वास्तव में यह ठीक नहीं है। वास्तव में अमेरिका द्वारा वेनेजुएला पर हवाई हमला कर वहां के राष्ट्रपति निकोलस मादुरो को हिरासत में लेकर देश से बाहर भेज देना तथा अमेरिका द्वारा इस कार्रवाई का कारण नशीले पदार्थों की तस्करी और उससे जुड़े तथाकथित "नार्को-आतंकवाद" को बताने पर कई गंभीर सवाल खड़े होते हैं।

पहला सवाल तो यह कि अगर नशीले पदार्थों की तस्करी की समस्या है, तो क्या उसका समाधान किसी संप्रभु देश पर सीधा हमला करना हो सकता है? अंतरराष्ट्रीय कानून के अनुसार, किसी भी देश के खिलाफ सैन्य कार्रवाई आखिरी विकल्प मानी जाती है। उससे पहले बातचीत, कूटनीति, प्रतिबंध या अंतरराष्ट्रीय न्यायालय जैसे रास्ते अपनाए जाते हैं। वेनेजुएला ने हाल ही में बातचीत के लिए सहमति भी जताई थी, ऐसे में अमेरिका का अचानक हमला करना कहीं न कहीं संदेह पैदा करता है। दूसरा, अमेरिका का इतिहास इस तरह के आरोपों को लेकर विवादित रहा है। गौरतलब है कि इराक पर भी रासायनिक हथियारों का आरोप लगाकर हमला किया गया, लेकिन बाद में ऐसे हथियारों के ठोस सबूत सामने नहीं आए। इसलिए जब अमेरिका किसी देश पर आरोप लगाकर हमला करता है, तो उसकी नीयत और मंशा पर सवाल उठना स्वाभाविक है। तीसरा पहलू अमेरिका के दोहरे रवैये का है। एक ओर उसके राष्ट्रपति दुनिया में शांति स्थापित करने, युद्ध रुकवाने और नोबेल शांति पुरस्कार की बात करते हैं, वहीं दूसरी ओर एक कमजोर और संकटग्रस्त देश पर हमला किया जाता है। यह विरोधाभास अमेरिका की नैतिक विश्वसनीयता को कमजोर करता है।इसके अलावा, कई विश्लेषक मानते हैं कि इस कार्रवाई के पीछे असली कारण वेनेजुएला की राजनीति और उसके विशाल तेल भंडार हो सकते हैं। उल्लेखनीय है कि वेनेजुएला दुनिया के सबसे बड़े तेल भंडार वाले देशों में से एक है। राष्ट्रपति मादुरो पहले ही आशंका जता चुके हैं कि अमेरिका वहां सत्ता परिवर्तन कर अपने हितों को साधना चाहता है। अंत में निष्कर्ष रूप में, यह बात कही जा सकती है कि यह मामला केवल नशीले पदार्थों की तस्करी का नहीं दिखता, बल्कि शक्ति प्रदर्शन, संसाधनों पर नियंत्रण और वैश्विक राजनीति का हिस्सा लगता है। इसलिए अमेरिका की इस कार्रवाई को न्यायसंगत कम और दोहरे मानदंडों वाली अधिक माना जा रहा है।

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

आस्था के साए में अपराध: पैरोल ने फिर जगाए विवाद

[पैरोल के पर्दे में दबा न्याय और टूटता भरोसा]
[सजा के बाद भी बार-बार राहत: लोकतंत्र की कसौटी पर सवाल]

प्रो. आरके जैन "अरिजीत"

क्या न्याय सचमुच अंधा है, या वह अब प्रभाव, संख्या और आस्था को पहचानने लगा है। यह प्रश्न तब और तीखा हो उठा, जब डेरा प्रमुख गुरमीत राम रहीम को एक बार फिर (15वीं बार) 40 दिनों की पैरोल (फरलो) पर जेल से बाहर आने की अनुमति दी गई। यह केवल एक सजायाफ्ता व्यक्ति की अस्थायी रिहाई नहीं, बल्कि कानून की निष्पक्षता और लोकतांत्रिक नैतिकता पर सीधा प्रहार था। जब गंभीर अपराधों में दोषसिद्ध होने के बावजूद बार-बार राहत दी जाती है, तो समाज के भीतर यह संदेह गहराना स्वाभाविक है कि क्या न्याय वास्तव में सबके लिए समान है। यही बेचैन करने वाली शंका पूरे घटनाक्रम के केंद्र में खड़ी होकर नागरिक चेतना को भीतर तक झकझोर देती है।

राम रहीम का नाम वर्षों से अपराध, आस्था और प्रभाव के विचित्र संगम का प्रतीक बन चुका है। महिलाओं के साथ हुए जघन्य अपराधों और एक निर्भीक पत्रकार की हत्या ने देश को भीतर तक हिला दिया था। न्यायालय द्वारा दी गई कठोर सजाओं से यह आशा जगी थी कि धर्म की आड़ में छिपे अपराधों पर अब कोई समझौता नहीं होगा। परंतु समय बीतने के साथ बार-बार मिली पैरोल ने उस भरोसे को कमजोर किया। स्वयं को आध्यात्मिक मार्गदर्शक बताने वाला व्यक्ति जब लगातार जेल से बाहर आता है, तो धर्म और अपराध के बीच खींची गई रेखा धुंधली पड़ने लगती है।

पैरोल का सिद्धांत मानवीयता और सुधार से जुड़ा होता है। इसका उद्देश्य कैदी को समाज से जोड़े रखना और उसे आत्ममंथन का अवसर देना है। लेकिन राम रहीम के मामले में पैरोल एक अपवाद नहीं, बल्कि नियमित प्रक्रिया जैसी प्रतीत होने लगी है। सजा के सीमित वर्षों में कई बार बाहर आना और लंबा समय जेल से बाहर बिताना सामान्य कैदियों की स्थिति से बिल्कुल अलग है। यह प्रश्न उठता है कि नियमों की व्याख्या इतनी उदार क्यों है। जब राहत बार-बार और समय विशेष पर मिलती दिखे, तो कानून की मंशा पर संदेह होना स्वाभाविक है।

न्याय की कसौटी पर यह स्थिति अत्यंत विचलित करने वाली है। एक ओर ऐसे लोग हैं, जिन पर आरोप अभी सिद्ध भी नहीं हुए, फिर भी वे वर्षों से कारावास झेल रहे हैं। दूसरी ओर सिद्ध अपराध के बावजूद बार-बार पैरोल दी जा रही है। यह विरोधाभास व्यवस्था के दोहरे मापदंड को साफ उजागर करता है। विशेषज्ञों के अनुसार नियमों की अस्पष्टता और प्रशासनिक विवेक की अत्यधिक छूट ने इस असमानता को जन्म दिया है। जब निर्णय प्रक्रिया पारदर्शी नहीं रहती, तब न्याय कागज़ों तक सिमट जाता है और जनता का भरोसा धीरे-धीरे दरकने लगता है।

इस पूरे घटनाक्रम में सामाजिक और राजनीतिक प्रभाव की भूमिका से इनकार नहीं किया जा सकता। बड़े अनुयायी समूह अपने आप में शक्ति बन जाते हैं। यही शक्ति कई बार निर्णयों पर प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष दबाव का कारण बनती है। धर्मस्थलों और धार्मिक व्यक्तित्वों का सामाजिक प्रभाव नई बात नहीं है, लेकिन जब इसका उपयोग कानून को नरम करने के लिए होने लगे, तो खतरा बढ़ जाता है। आस्था जब संगठित समर्थन में बदल जाती है, तो न्याय कमजोर पड़ने लगता है। यह प्रवृत्ति केवल एक मामले तक सीमित नहीं, बल्कि व्यापक लोकतांत्रिक चुनौती का संकेत है।

धार्मिक पहलू इस विवाद को और अधिक संवेदनशील बना देता है। जब आस्था विवेक पर भारी पड़ती है, तब प्रश्न पूछने की क्षमता क्षीण हो जाती है और अंधभक्ति हावी होने लगती है। पैरोल के दौरान होने वाली गतिविधियां अनुयायियों में उत्साह और भरोसा भरती हैं, लेकिन पीड़ित परिवारों के लिए वही क्षण गहरी पीड़ा का कारण बनते हैं। उनके लिए हर रिहाई न्याय के पुराने घावों को फिर से हरा कर देती है। धर्म का उद्देश्य नैतिक उत्थान और करुणा है, न कि अपराधों के लिए ढाल बनना। जब आस्था का उपयोग संरक्षण के लिए होता है, तो समाज में गलत संदेश जाता है।

न्याय प्रणाली की विश्वसनीयता पर इसका प्रभाव अत्यंत गहरा और दूरगामी है। जब आम नागरिक यह देखता है कि प्रभावशाली नामों के लिए कानून के द्वार सहजता से खुल जाते हैं, तो न्याय के प्रति सम्मान स्वतः कमजोर पड़ने लगता है। सार्वजनिक विमर्श में दिखाई देने वाला आक्रोश केवल क्षणिक प्रतिक्रिया नहीं, बल्कि भीतर तक जमी निराशा की अभिव्यक्ति है। लोग इसे सुविधा और प्रभाव से संचालित न्याय कहने लगे हैं। जब निर्णयों पर स्पष्ट, पारदर्शी और ठोस उत्तर नहीं मिलते, तब यह मौन अविश्वास को जन्म देता है। यदि समय रहते विश्वास बहाल नहीं किया गया, तो यह दरार स्थायी बनकर न्याय व्यवस्था की नींव को ही कमजोर कर देगी।

सबसे गहरी पीड़ा पीड़ितों की है, जिनकी आवाज अक्सर भीड़ और शोर में दबकर रह जाती है। महिलाओं की सुरक्षा से जुड़े प्रश्न केवल कानून तक सीमित नहीं, बल्कि समाज की नैतिक चेतना की भी परीक्षा हैं। जब दोष सिद्ध होने के बाद भी कठोरता नहीं दिखाई जाती, तो यह संदेश जाता है कि शक्ति ढाल बन सकती है। ऐसी सोच समाज को भीतर से कमजोर करती है, क्योंकि इससे अपराध सामान्य और न्याय सापेक्ष हो जाता है। कोई भी व्यवस्था तब तक मानवीय नहीं कही जा सकती, जब तक वह सबसे कमजोर के साथ समान और संवेदनशील व्यवहार न करे।

राम रहीम की पैरोल का मुद्दा किसी एक व्यक्ति तक सीमित नहीं है, बल्कि यह पूरे तंत्र की कार्यप्रणाली पर गंभीर प्रश्न खड़े करता है। यह धर्म, प्रभाव और कानून के उस खतरनाक मेल को उजागर करता है, जहां सीमाएं लगभग मिटती जा रही हैं। यहां सुधार केवल नियम बदलने से नहीं आएगा, बल्कि सोच और प्राथमिकताओं में मूलभूत परिवर्तन आवश्यक है। पारदर्शी मापदंड, कानून का समान अनुप्रयोग और स्पष्ट सार्वजनिक जवाबदेही ही टूटते विश्वास को जोड़ सकते हैं। अब समय आ गया है कि व्यवस्था आत्मपरीक्षण करे, क्योंकि जब न्याय से समझौता होता है, तो लोकतंत्र की नींव डगमगाने लगती है।

प्रो. आरके जैन "अरिजीत", बड़वानी

पेयजल पाइपलाइनों के रखरखाव में लापरवाही को माना जाए अपराध

ज्ञान चंद पाटनी

पेयजल पाइपलाइनों की उपेक्षा किस तरह जानलेवा साबित हो सकती है, यह मध्यप्रदेश के इंदौर शहर में दूषित जल से हुई मौतों से साफ हो जाता है। इंदौर में नलों से घरों तक पहुंचे दूषित जल के सेवन से अनेक लोगों में उल्टी-दस्त, तेज बुखार, पेट दर्द और निर्जलीकरण जैसे लक्षण दिखाई देने लगे। स्थानीय अस्पतालों में डायरिया और गैस्ट्रोएंटेराइटिस के मरीजों की संख्या अचानक बढ़ गई। बच्चों और बुजुर्गों की हालत तेजी से बिगड़ी। मौतें भी हुईं, हालांकि ऐसे मामलों में जैसा अक्सर होता है मौतों के सरकारी आंकड़ों और मीडिया के आंकड़ों में काफी अंतर है। इस घटना ने यह मिथक तोड़ दिया कि "स्मार्ट सिटी" या बड़े महानगरों में पेयजल की सुरक्षा अपने-आप सुनिश्चित हो जाती है।

देश के बड़े हिस्से में पेयजल वितरण नेटवर्क दशकों पुराना है। पाइपलाइनों में जंग लगा हुआ है और कई क्षतिग्रस्त हैं। जहां पेयजल पाइपलाइनें सीवर लाइन, नालियों या ड्रेनेज के समानांतर और काफी नजदीक बिछी हैं, वहां पाइप के क्षतिग्रस्त होते ही सीवर का गंदा पानी पेयजल लाइन में घुस जाता है। पेयजल पाइपलाइनें जीवनरेखा की तरह होती हैं लेकिन इनकी देखरेख की उपेक्षा के कारण लोग बीमार ही नहीं हो रहे, मौत के आगोश में भी समा रहे हैं।

कई शहरों में सड़कें खोदी जाती हैं। इस दौरान पेयजल पाइपलाइनें क्षतिग्रस्त हो जाती हैं। असली समस्या यह है कि इन क्षतिग्रस्त हिस्सों की समय पर पहचान नहीं की जाती। लीकेज का पता चल भी जाए तो उसे सही तरीके से ठीक नहीं किया जाता, बल्कि अक्सर 'जुगाड़' से काम चला लिया जाता है।

सामान्यत: यह माना जाता है कि सरकारी नल से आने वाला पानी किसी न किसी स्तर पर फिल्टर या ट्रीट किया गया होगा, इसलिए सुरक्षित है। असलियत यह है कि उपेक्षित पाइपलाइनें दूषित जल घरों तक पहुंचा देती हैं। बाहर की गंदगी, सीवर का पानी पाइपलाइनों में चला जाता है। बारिश के मौसम में पानी भरने, सीवर ओवरफ्लो और नालों के उफान के दौरान यह खतरा कई गुना बढ़ जाता है। नलों से आने वाला ऐसा दूषित पानी दिखने-सूंघने में कभी-कभी सामान्य लगता है लेकिन उसमें डायरिया, टाइफाइड, हैजा, हेपेटाइटिस जैसे रोगों के कीटाणु मौजूद हो सकते हैं। कई परिवार इसी पानी को पीते हैं और भोजन बनाते हैं, जिससे उनका जीवन खतरे में पड़ जाता है।

पेयजल लाइनों की देखरेख गवर्नेंस का मुद्दा है। ज्यादातर नगर निगमों और जल बोर्डों के पास न तो पाइपलाइन नेटवर्क का अद्यतन मानचित्र है और न ही नियमित सर्वे की व्यवस्था। लीकेज या दूषित पानी की शिकायतें अक्सर महीनों तक लंबित रहती हैं; फील्ड स्टाफ केवल सतही मरम्मत कर लौट जाता है। इंदौर में भी यही हुआ। मीडिया रिपोर्ट्स में कहा जा रहा है कि हेल्पलाइन पर 15 अक्टूबर को ही भागीरथपुरा में गंदे पानी की सप्लाई की पहली शिकायत दर्ज कराई गई थी। इसके बाद फिर किसी ने शिकायत की और कहा कि पानी में गंदगी के साथ तेजाब भी है। 18 दिसंबर को भी पानी से बदबू आने की शिकायत दर्ज कराई गई। इन शिकायतों पर समय रहते ध्यान ही नहीं दिया गया। दस दिन भागीरथपुरा क्षेत्र में बड़ी संख्या में लोग बीमार पड़ गए। 29 दिसंबर को जब मौतों की खबरें आने लगीं, तब प्रशासन की नींद खुली।

दिक्कत यह है कि कई शहरों में जल की गुणवत्ता की जांच के लिए लैब तो हैं, लेकिन नमूने नियमित अंतराल पर नहीं लिए जाते। परीक्षण रिपोर्टें सार्वजनिक नहीं होतीं जिससे नागरिकों को अपने क्षेत्र के पानी की गुणवत्ता की वास्तविक स्थिति के बारे में पता ही नहीं चलता। कई बार विकास कार्यों और ठेकेदारों के दबाव में बिना समन्वय के खुदाई होती है और पाइपलाइन टूटने से होने वाले रिसाव का खर्च और जोखिम अंततः जनता को भुगतना पड़ता है।

संविधान के अनुच्छेद 21 के तहत 'जीवन के अधिकार' की न्यायिक व्याख्या में बार-बार साफ पानी और स्वच्छ पर्यावरण को शामिल किया गया है। इसका मतलब है कि सुरक्षित पेयजल उपलब्ध कराना सरकार की संवैधानिक जिम्मेदारी है। इसके बावजूद पेयजल की गुणवत्ता के मानकों का उल्लंघन होने पर शायद ही कभी नगर निकायों या अफसरों पर व्यक्तिगत जवाबदेही तय होती है। नागरिकों की शिकायतों को अक्सर "तकनीकी दिक्कत" कहकर टाला जाता है। अदालतों ने अनेक मामलों में दूषित जल को मूल अधिकार के हनन के रूप में माना है लेकिन जमीनी स्तर पर इन निर्णयों को प्रशासनिक सुधारों में बदलने की रफ्तार बेहद धीमी है।

दूषित पेयजल का असर केवल कुछ दिनों के दस्त या बुखार तक सीमित नहीं रहता। बच्चों में लगातार संक्रमण से कुपोषण, बीमारी और लंबी उम्र तक कमजोर रोग प्रतिरोधक क्षमता जैसे प्रभाव पड़ते हैं। बुजुर्गों और गर्भवती महिलाओं में निर्जलीकरण, गुर्दे की समस्या और रक्तचाप में अस्थिरता जैसे खतरे बढ़ जाते हैं। जहां रसायन-प्रदूषण (जैसे फ्लोराइड, आर्सेनिक, नाइट्रेट आदि) की भी समस्या है, वहां हड्डियों की बीमारी, दांतों की क्षति, त्वचा रोग, कैंसर और तंत्रिका तंत्र पर प्रभाव जैसे गंभीर दुष्परिणाम सामने आते हैं।

इस संकट से निपटने के लिए मौजूदा पाइपलाइन नेटवर्क की सुनियोजित निगरानी और मरम्मत जरूरी है। जहां जरूरत हो, वहां पाइपलाइनों को बदलना आवश्यक है। हर शहर और कस्बे में पेयजल पाइपलाइन का डिजिटल मानचित्र तैयार हो, जिसमें पाइपलाइन डालने का वर्ष, सामग्री, रिसाव के पुराने बिंदु और जोखिम क्षेत्रों की जानकारी दर्ज हो। जर्जर और सीवर के समानांतर चल रही लाइनों को प्राथमिकता से बदलने की योजना बनाई जाए।

हर वार्ड या मोहल्ले से निश्चित अंतराल पर जल नमूने लेकर बैक्टीरिया, रसायन और गंध—रंग आदि की जांच अनिवार्य की जाए। रिपोर्टें ऑनलाइन पोर्टल और नोटिस बोर्डों पर सार्वजनिक हों। लीकेज या दूषित पानी की शिकायतों के समाधान के लिए निश्चित समय सीमा तय हो। देरी पर जिम्मेदार अधिकारी और ठेकेदार पर दंड का प्रावधान हो। जहां-जहां पाइपलाइन टूटने या दूषित जल से बीमारी या मौत होती है, वहां मुआवजे के साथ-साथ दोषियों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई होनी चाहिए।

नई सड़क, मेट्रो, केबल या सीवर परियोजनाओं से पहले जल-विभाग की पूर्वानुमति और तकनीकी निगरानी अनिवार्य हो ताकि खुदाई से पाइपलाइन क्षतिग्रस्त न हों। जल, सीवर, सॉलिड वेस्ट और सड़क-विकास विभागों के बीच साझा प्लानिंग और डेटा-शेयरिंग की व्यवस्था पर ध्यान देना आवश्यक है।

मोहल्ला स्तर पर "जल सुरक्षा समितियां" बनाई जा सकती हैं, जिनमें नागरिक प्रतिनिधि, स्थानीय पार्षद और तकनीकी कर्मचारी मिलकर नियमित निरीक्षण और शिकायतों की निगरानी करें। स्कूलों, कॉलेजों और सामाजिक संगठनों के माध्यम से लोगों को सिखाया जाए कि रंग, गंध, स्वाद में मामूली बदलाव भी चेतावनी हो सकता है और ऐसे समय तुरंत परीक्षण की व्यवस्था होनी चाहिए।

इंदौर की घटना पूरे जल आपूर्ति तंत्र की विफलता को उजागर करती है। कमोबेश ऐसे हालात समूचे देश में हैं। जब नागरिक नल खोलते हैं तो उनके मन में यह संदेह नहीं होना चाहिए कि पानी उन्हें बीमार कर देगा। सुरक्षित पेयजल वह न्यूनतम सुविधा है जिसके बिना स्वास्थ्य, शिक्षा, रोजगार और सम्मानजनक जीवन की कल्पना भी नहीं की जा सकती। यह शर्म की बात है कि स्वच्छ भारत मिशन और जल जीवन मिशन के तहत हुई प्रगति के बावजूद, पानी से जुड़ी समस्याएं बरकरार हैं। दूषित जल के सेवन से लोगों की मौत तक हो रही है। अब समय आ गया है कि पेयजल पाइपलाइनों की देखरेख के मामले में लापरवाही को अपराध माना जाए। इसकी जिम्मेदारी तय करते हुए कड़ी सजा भी दी जाए। स्वच्छ जल की आपूर्ति सरकार की सर्वोच्च प्राथमिकता दी जाए।

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