

कम नींद और डायबिटीज – एक खतरनाक रिश्ता

पिकी कुंठू

आजकल, डायबिटीज के कई मरीज कहते हैं — “नींद नहीं आती”, “रात में बार-बार जागते हैं”, “सुबह उठने पर भी थकान महसूस होती है।” यह सिर्फ नींद की समस्या नहीं है, बल्कि शूगर बढ़ने का एक बड़ा कारण हो सकता है। अगर नींद कम हो जाए तो शरीर में क्या होता है? * इंसुलिन ठीक से काम नहीं करता * ब्लड शुगर लेवल लगातार ऊपर-नीचे होता रहता है * भूख बढ़ाने वाले हॉर्मोन बढ़

जाते हैं → ज्यादा खाना * वजन बढ़ना * ब्लड प्रेशर बढ़ जाता है * टाइप 2 डायबिटीज का खतरा बढ़ जाता है जो लोग दिन में 5 घंटे से कम सोते हैं, उन्हें डायबिटीज का खतरा ज्यादा होता है। * प्री-डायबिटीज वाले लोगों को खास तौर पर सावधान रहना चाहिए अगर आप पूरी नींद नहीं लेते हैं: * सुबह फास्टिंग करने से शूगर बढ़ जाती है * इंसुलिन का असर कम हो जाता है * दवाई कम असरदार होती है

* थकान, चिड़चिड़ापन, सिरदर्द बढ़ जाता है * नींद की समस्याएँ अक्सर स्लीप एपनिया (नींद में साँस रुकना), बार-बार पेशाब करने के लिए उठना, या नासों में दर्द की वजह से हो सकती हैं। * आपको कितनी नींद की जरूरत है? * ज्यादातर बड़ों को 7 से 8 घंटे की नींद की जरूरत होती है, हालाँकि, भारत में, बहुत से लोग सिर्फ 5-6 घंटे ही सो पाते हैं — यह लंबे समय में सेहत के लिए खतरनाक है। * अच्छी नींद के लिए आसान आदतें 1. रोज एक ही समय पर सोएं और उठें

2. सोने से 2-3 घंटे पहले भारी खाना खाने से बचें 3. रात में मीठी चीजें, बहुत ज्यादा चावल/आलू खाने से बचें (इससे शूगर बढ़ सकती है) 4. शाम के बाद चाय, कॉफी कम करें 5. सोने से 1 घंटा पहले मोबाइल, टीवी बंद कर दें 6. रोज 30 मिनट टहलें/एक्सरसाइज करें 7. बेडरूम को शांत, अंधेरा और हवादार रखें 8. सोने से पहले प्रार्थना, ब्रीदिंग एक्सरसाइज, या हल्का म्यूजिक सुनें डायबिटीज के मरीजों को सोने के लिए शहद या चीनी वाला दूध पीना

सही नहीं है। इसके बजाय, गर्म हल्दी वाला दूध (बिना चीनी का) काम करेगा। * डाइट और नींद के बीच संबंध रात में हल्का, बैलेंस्ड खाना खाएं: * सब्जियां + दाल/प्रोटीन * 1-2 चपाती (मल्टीग्रेन सबसे अच्छा है) * सलाद * भारी, तला हुआ, मीठा खाना नींद और शूगर दोनों में खलल डालता है। याद रखें नींद कोई लक्ष्य नहीं है — यह दवा की तरह एक जरूरत है। दवाइयों, डाइट, एक्सरसाइज के साथ “पूरी नींद” = शूगर कंट्रोल का चौथा पिलर



क्या आप सुबह उठते ही यह “गलती” करते हैं?

पिकी कुंठू

आदतें जो धीरे-धीरे आपके शरीर को बीमार बनाती हैं, सुबह उठते ही आप क्या करते हैं? 1. सीधे चाय / कॉफी 2. मोबाइल स्कॉल 3. बिना पानी पीए काम शुरू करना लेकिन क्या आप जानते हैं कि यह आदत डायबिटीज, एसिडिटी, पेट की शिकायतें, थकान, वजन बढ़ने को न्योता दे रही है? सुबह उठने के बाद खाली पेट ये 3 काम करें 1. 1 से 2 गिलास गर्म पानी * शरीर से टॉक्सिन निकालता है * पाचन बढ़ाता है * शूगर कंट्रोल में मदद करता है 2. 5 मिनट सूर्य नमस्कार / वॉकिंग * ब्लड सर्कुलेशन बेहतर करता है * हार्मोन बैलेंस करता है 3. 1 चम्मच शहद + 5 बूंद नींबू (या त्रिफला पाउडर) वजन, पेट, शूगर, कोलेस्ट्रॉल के लिए अच्छा है आयुर्वेद कहता है: “जैसी सुबह होती है, वैसा ही पूरा दिन होता है” एक अच्छी सुबह = 1. हेल्दी शरीर 2. शांत मन 3. बीमारियों से बचाव आज ही तय करें चाय बाद में पिएं, पहले हेल्थ पिएं



सलाद खाएं, हेल्दी रहें



पिकी कुंठू

हेल्दी लाइफस्टाइल के लिए सलाद खाना बहुत जरूरी है। सलाद न सिर्फ वजन घटाने के लिए फायदेमंद है, बल्कि शरीर को जरूरी न्यूट्रिएंट्स भी देता है। सलाद क्यों और क्या खाना चाहिए, इसकी डिटेल्स में जानकारी यहां दी गई है: * सलाद क्यों खाएं? (फायदे) * न्यूट्रिएंट्स का खजाना: कच्ची सब्जियों और फलों से विटामिन, मिनेरल और एंटी-ऑक्सीडेंट भरपूर मात्रा में मिलते हैं। * डाइजेशन बेहतर करता है: सलाद में फाइबर भरपूर होता है, जिससे आप एक्स्ट्रा कैलोरी खाने से बचते हैं। यह वजन घटाने के लिए बहुत अच्छा है। * पानी की मात्रा: खीरा और टमाटर जैसे सब्जियों में पानी की मात्रा ज्यादा होती है, जो शरीर को हाइड्रेटेड रखती है। * स्किन और बालों के लिए अच्छा: इसके एंटीऑक्सीडेंट स्किन को रिजुवनेट करते हैं और बालों का झड़ना कम करते हैं। सलाद में क्या खाएं? पोष्टिक सलाद बनाने के लिए आप ये चीजें शामिल कर सकते हैं: 1. मुख्य सब्जियाँ (बेस) * खीरा और टमाटर: ये सलाद की मुख्य चीजें हैं। * गाजर और चुकंदर: खून में हीमोग्लोबिन बढ़ाने और आँखों को सेहत के लिए अच्छे हैं। * प्याज: स्वाद और पाचन के लिए अच्छा है। * पत्तागोभी या लेट्यूस: फाइबर के लिए इनका इस्तेमाल करें। 2. पत्तेदार सब्जियाँ * पालक या मेथी के पत्ते: आयरन पाने के लिए। * धनिया और पुदीना: स्वाद और ताजगी बढ़ाने के लिए। 3. प्रोटीन (प्रोटीन्स) के लिए सलाद एक पूरा खाना हो सकता है अगर आप उनमें सिर्फ सब्जियों के बजाय थोड़ा प्रोटीन मिलाएँ: * उबले हुए अनाज: मूंग, मटकी या छोले। * चीज या टोफू: शाकाहारियों के लिए प्रोटीन का एक बढ़िया स्रोत। * उबले अंडे या चिकन: नॉन-वेजिटेरियन के लिए। 4. हेल्दी फैट और नट्स * मूंगफली या बादाम: कंजीनस और प्रोटीन के लिए। * अलसी के बीज या तिल: ओमेगा-3 के लिए। सलाद खाने के लिए सलाद में ज्यादा नमक न डालें, उसकी जगह नींबू/लिंबू चढ़ाएँ। * साफ-सफाई: सब्जियों को इस्तेमाल करने से पहले, उन्हें गर्म पानी में नमक डालकर धो लें। * समय: सलाद खाने से पहले या खाने के साथ खाएँ। देर रात सलाद खाना कुछ लोगों के लिए पचाना मुश्किल हो सकता है। * क्रैम से बचें: सलाद में मेयोनीज या बहुत ज्यादा क्रैम इस्तेमाल करने से बचें, क्योंकि इससे कैलोरी बढ़ती है।

इसके एंटीऑक्सीडेंट स्किन को रिजुवनेट करते हैं और बालों का झड़ना कम करते हैं। सलाद में क्या खाएं? पोष्टिक सलाद बनाने के लिए आप ये चीजें शामिल कर सकते हैं: 1. मुख्य सब्जियाँ (बेस) * खीरा और टमाटर: ये सलाद की मुख्य चीजें हैं। * गाजर और चुकंदर: खून में हीमोग्लोबिन बढ़ाने और आँखों को सेहत के लिए अच्छे हैं। * प्याज: स्वाद और पाचन के लिए अच्छा है। * पत्तागोभी या लेट्यूस: फाइबर के लिए इनका इस्तेमाल करें। 2. पत्तेदार सब्जियाँ * पालक या मेथी के पत्ते: आयरन पाने के लिए। * धनिया और पुदीना: स्वाद और ताजगी बढ़ाने के लिए। 3. प्रोटीन (प्रोटीन्स) के लिए सलाद एक पूरा खाना हो सकता है अगर आप उनमें सिर्फ सब्जियों के बजाय थोड़ा प्रोटीन मिलाएँ: * उबले हुए अनाज: मूंग, मटकी या छोले। * चीज या टोफू: शाकाहारियों के लिए प्रोटीन का एक बढ़िया स्रोत। * उबले अंडे या चिकन: नॉन-वेजिटेरियन के लिए। 4. हेल्दी फैट और नट्स * मूंगफली या बादाम: कंजीनस और प्रोटीन के लिए। * अलसी के बीज या तिल: ओमेगा-3 के लिए। सलाद खाने के लिए सलाद में ज्यादा नमक न डालें, उसकी जगह नींबू/लिंबू चढ़ाएँ। * साफ-सफाई: सब्जियों को इस्तेमाल करने से पहले, उन्हें गर्म पानी में नमक डालकर धो लें। * समय: सलाद खाने से पहले या खाने के साथ खाएँ। देर रात सलाद खाना कुछ लोगों के लिए पचाना मुश्किल हो सकता है। * क्रैम से बचें: सलाद में मेयोनीज या बहुत ज्यादा क्रैम इस्तेमाल करने से बचें, क्योंकि इससे कैलोरी बढ़ती है।

फास्टिंग इंसुलिन और HBA 1C क्यों चेक करवाना चाहिए?

पिकी कुंठू

फास्टिंग इंसुलिन लेवल 1.5 से कम → वजन बढ़ने का कम रिस्क 2. 10 से ज्यादा → इंसुलिन रेजिस्टेंस, मोटापा, PCOD, टाइप-2 डायबिटीज का ज्यादा रिस्क इंसुलिन - मुझे डायबिटीज नहीं है, तो यह क्यों जरूरी है? याद रखें - फास्टिंग इंसुलिन, फास्टिंग शूगर नहीं है लेकिन इसका लेवल ज्यादा होना सबसे बड़ी प्रॉब्लम है। फास्टिंग इंसुलिन क्यों बढ़ता है? सालों से बहुत ज्यादा कार्बोहाइड्रेट और प्रोसेस्ड फूड खाने की वजह से: 1. शरीर ब्लड शुगर को कंट्रोल करने के लिए लगातार ज्यादा



इंसुलिन बनाता रहता है। 2. इंसुलिन का लगातार बढ़ना → शरीर सूख जाता है, सेल्स इनसेंसिटिव हो जाते हैं → इंसुलिन रेजिस्टेंस 2. हार्मोनल इम्बैलेंस / PCOD 3. टाइप-2 डायबिटीज 4. आर्थराइटिस, दिल की बीमारी 5. कैसर वगैरह। इन सभी को डाइट इंटरव्यूड

मेटाबोलिक डिसऑर्डर कहा जाता है। HBA 1C क्यों चेक करें? 1. HBA 1C टेस्ट पिछले 3 महीनों में ब्लड शुगर की एवरेज तस्वीर दिखाता है। 2. अगर आप लगातार बहुत ज्यादा कार्ब्स / प्रोसेस्ड फूड खाते हैं तो शूगर में उतार-चढ़ाव का पता चलता है। 3. इसलिए, भविष्य में डायबिटीज होने का खतरा पता चल जाता है। HBA 1C * 5.7 से कम → कोई रिस्क नहीं, * अगर ज्यादा है → लाइफस्टाइल में तुरंत बदलाव की जरूरत है!

“हड्डियों से लेकर दिमाग तक – चूना (Lime) है शरीर का छिपा खजाना”



क्या सच में चूना खाने से हड्डियों का दर्द ठीक होता है?

आयुर्वेद में चूना (Calcium Carbonate / Sudha) को “अमृत समान औषधि” कहा गया है। यह सिर्फ दीवारों या पान में डालने वाली चीज नहीं, बल्कि शरीर की शक्ति, हड्डियों की मजबूती और रोगों से सुरक्षा का प्राकृतिक स्रोत है। चूना के अद्भुत लाभ (Benefits): 1. हड्डियाँ मजबूत बनाएँ - कैल्शियम की प्रचुरता से जोड़ों, घुटनों और हड्डियों को शक्ति देता है। 2. खून की कमी दूर करें - आयरन और कैल्शियम संतुलन से एनीमिया में राहत देता है। 3. कमजोरी और थकान मिटाएँ - शरीर में ऊर्जा स्तर बढ़ाता है और थकावट को दूर करता है।

4. दिमाग को शांत रखें - तंत्रिका तंत्र (Nervous system) को संतुलित कर तनाव कम करता है। 5. घाव और चोट जल्दी भरें - शरीर की रिकवरी और सेल रिपेयर में मददगार। 6. महिलाओं के लिए वरदान - मासिक धर्म के दर्द, कैल्शियम की कमी और हड्डियों की कमजोरी में अत्यंत लाभकारी। कैसे करें उपयोग (Uses): खाने का तरीका: * 1 चुटकी (लगभग 100 mg) चूना, आधा चम्मच शहद या दही में मिलाकर दिन में एक बार लें। * इसे सुबह खाली पेट या रात को सोने से पहले लिया जा सकता है। दूध के साथ: गर्म दूध में एक चुटकी चूना मिलाकर पीने से हड्डियाँ

मजबूत होती हैं। इलाज (Treatment Uses): * हड्डियों का दर्द, गठिया, ऑस्टियोपोरोसिस * कमजोरी और थकान * मासिक धर्म की गड़बड़ी * दाँतों और बालों की कमजोरी * रक्त की कमी (Anemia) सावधानी: * अधिक मात्रा में सेवन करने से नुकसान हो सकता है। * गर्भवती महिलाएँ और बच्चे वैद्य की सलाह से ही सेवन करें। * हमेशा खाद्य योग्य चूना (Edible Lime) ही उपयोग करें। * थोड़ा सा चूना, लेकिन असर जैसे अमृत - जो हड्डियों को इस्पात और शरीर को ऊर्जा से भर दे।

अति - आधुनिक लोग भोजन के साथ शीतल पेय (Cold Drinks) पीते हैं, लेकिन आधुनिक विज्ञान के अनुसार शीतल पेय हानिकारक और कैसरकारी हैं।

1. भ्रम बनाम विज्ञान आजकल अनेक तथाकथित अति - आधुनिक लोग भोजन या नाश्ते के साथ शीतल पेय - विशेषकर मीठे पेय और सोडा - का सेवन करते हुए दिखाई देते हैं। किंतु आधुनिक विज्ञान इन पेयों को स्वास्थ्य के लिए उपयुक्त नहीं मानता। अनेक वैज्ञानिक अध्ययनों से यह स्पष्ट हुआ है कि शीतल पेयों का नियमित सेवन दीर्घकालिक गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं, यहाँ तक कि विभिन्न प्रकार के कैसर, का कारण बन सकता है। 2. नवीनतम वैज्ञानिक प्रमाण क्या कहते हैं १. मीठे पेय और कैसर का खतरा विश्व - स्तरीय समीक्षाओं और कैसर अनुसंधान संस्थानों के अनुसार, चीनी - युक्त पेय पदार्थों का सेवन शरीर में वजन बढ़ने, मोटापा (Obesity) और अनेक प्रकार के कैसर के जोखिम को बढ़ाता है। * कुछ दीर्घकालिक अध्ययनों से यह संकेत मिलता है कि प्रतिदिन अतिरिक्त 100 मिलीलीटर मीठे पेय के सेवन से कैसर का कुल जोखिम उल्लेखनीय रूप से बढ़ सकता है। * प्रेक्षणात्मक (Observational) शोधों में यह पाया गया है कि मीठे पेय पदार्थों का सेवन करने वाले लोगों में स्तन कैसर,



कोलोरेक्टल कैसर, अन्ननलिका (Esophageal) कैसर और यकृत (Liver) कैसर की घटनाएँ अपेक्षाकृत अधिक पाई गई हैं। नवीन अनुसंधान से प्राप्त महत्वपूर्ण संकेत मुख (Oral) कैसर JAMA Otolaryngology में प्रकाशित एक बड़े अध्ययन में यह पाया गया कि प्रतिदिन कम से कम एक मीठा पेय पीने वाले लोगों में मुख गुहा (Oral Cavity) कैसर का जोखिम

उल्लेखनीय रूप से अधिक था। यह दर्शाता है कि आहार संबंधी आदतें - विशेषकर अधिक चीनी का सेवन - मुख कैसर की बढ़ती दरों में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती हैं। ये निष्कर्ष इस बात को भी स्पष्ट करते हैं कि मीठे पेय केवल वजन बढ़ाने तक सीमित नहीं रहते, बल्कि कैसर की जैविक प्रक्रिया को भी प्रभावित कर सकते हैं। कृत्रिम मिठास (Artificial Sweeteners)

* कुछ कृत्रिम मिठास वाले शीतल पेय (डाइट सोडा) में एस्पार्टेम (Aspartame) जैसे स्वीटनर का प्रयोग किया जाता है। * विश्व स्वास्थ्य संगठन की एक प्रमुख संस्था (IARC) ने एस्पार्टेम को मानवों के लिए कैसरकारी (Carcinogenic to Humans) की श्रेणी में वर्गीकृत किया है। बड़ा परिप्रेक्ष्य: कैसर से परे स्वास्थ्य पर प्रभाव यदि हम कैसर को एक ओर भी रख दें, तब भी शीतल और मीठे पेय के दुष्प्रभाव स्पष्ट रूप से प्रमाणित हैं: * ये वजन बढ़ने, मोटापा और मेटाबॉलिक सिंड्रोम को बढ़ावा देते हैं। * अधिक चीनी का सेवन टाइप-2 मधुमेह और हृदय रोगों के जोखिम को बढ़ाता है। * अम्लीय और मीठे पेय दाँतों की एनामेल को क्षति पहुँचाकर मौखिक स्वास्थ्य को गंभीर रूप से प्रभावित करते हैं। निष्कर्ष आधुनिक विज्ञान के अनुसार, शीतल पेय केवल एक सामान्य पेय नहीं हैं, बल्कि धीरे-धीरे शरीर को क्षति पहुँचाने वाले ऐसे कारक हैं जो अनेक गंभीर बीमारियों - विशेषकर कैसर - के जोखिम को बढ़ाते हैं। इसलिए भोजन के साथ शीतल पेयों का सेवन करना किसी भी दृष्टि से न तो आधुनिकता का प्रतीक है और न ही स्वास्थ्य की दृष्टि से विवेकपूर्ण।

धर्म अध्यात्म



अष्ट चिरंजीवी आठ महान आत्माएँ, कौन?



पिकी कुडू

अष्ट चिरंजीवी हिंदू धर्म की पौराणिक परंपरा में वे आठ महान आत्माएँ हैं, जिन्हें अमरत्व (चिरंजीविता) का वरदान प्राप्त है। ये सभी धर्म, भक्ति, ज्ञान, पराक्रम और तपस्या के प्रतीक माने जाते हैं। मान्यता है कि ये आज भी पृथ्वी पर विद्यमान हैं और धर्म की रक्षा तथा कलियुग में संतुलन बनाए रखने का कार्य कर रहे हैं।

अष्ट चिरंजीवी हैं - हनुमान, परशुराम, व्यास, अश्वत्थामा, महाबली, विभीषण, कृपाचार्य और मार्कण्डेय। इनका स्मरण संकटों से रक्षा, दीर्घायु और आध्यात्मिक शक्ति प्रदान करने वाला माना जाता है।



चांडाल आत्म - साक्षात्कार या स्वयं भगवान शिव

पिकी कुडू

जब आदि शंकराचार्य काशी में गंगा में दोपहर की पूजा कर रहे थे, तो एक चांडाल और उसके चार कुत्ते उनके रास्ते में आ गए। शंकराचार्य ने चांडाल से दूर जाने को कहा, क्योंकि चांडालों को अछूत माना जाता था और वे मृत शरीरों का निपटारा करते थे। चांडाल का जवाब सुनकर शंकराचार्य पूरी तरह से हिल गए। कुछ इस तरह था:

“उपनिषद् सर्वोच्च सत्ता का वर्णन अद्वैत, निर्दोष, अनासक्त और सर्वव्यापी के रूप में करते हैं। कुछ (सन्यासी) अपने हाथ में डंडा और लकड़ी का बर्तन रखते हैं, अपने शरीर पर केसरिया वस्त्र पहनते हैं और सुंदर बातें करते हैं। हालाँकि, उनके पास वास्तविक ज्ञान नहीं है और वे दुनिया को धोखा देते हैं।

हे विद्वान, आपने कहा, 'मेरे रास्ते से हट जाओ!' क्या ये शब्द शरीर या आत्मा को संबोधित थे, जो शरीर से अलग है? यदि आपका मतलब शरीर से था, तो क्या दो शरीरों के बीच कोई अंतर हो सकता है जो भौतिक भोजन से



विकसित हुए हैं? एक शरीर और दूसरे शरीर के निर्माण में क्या अंतर है, जब दोनों ही पाँच इंद्रियों के बदले हुए रूप हैं? इन्होंने ब्रह्मण और चांडाल के बीच भेदभाव का विचार कैसे किया जो सर्वोच्च सत्ता में मौजूद नहीं हो सकता?

हे ऋषियों में सबसे महान, आपके अंदर अहंकार कैसे पैदा हुआ कि आप मुझे कहें, 'मैं एक शुद्ध ब्रह्मण हूँ, तुम अछूत हो?' मोक्ष की ओर ले जाने में सक्षम ज्ञान प्राप्त करने के बाद भी, लोगों को अन्य सभी लोगों पर नियंत्रण पाने की इच्छा होती है, हाय! महान संत भी भगवान के भ्रम में डूब जाते

हैं, जो जादूगरों में सबसे महान हैं।” शंकराचार्य के जवाब को मनीषा (पंचमक) कहा जाता है और चांडाल को बताया है कि अब जब उसने ब्रह्म का सर्वोच्च ज्ञान प्रदर्शित कर दिया है, तो उसे अब अछूत नहीं माना जा सकता है।

“जागृत, अवचेतन और गहरे अवचेतन अवस्थाओं में, जो उनका प्रकाशक हैं, जिसके द्वारा कोई चीजों को जानने और समझने आता है सृष्टिकर्ता से लेकर चींटों तक, जो उनमें जीवन की चिंगारी है, पूरे ब्रह्माण्ड का साक्षी वह मैं ही हूँ, और वे वस्तुएँ नहीं जो रदेखी जाती हैं, इस चेतना में दृढ़ता से

स्थापित - यदि ऐसा कोई व्यक्ति है, चाहे वह चांडाल हो या ब्राह्मण, ऐसा व्यक्ति वास्तव में गुरु बनने योग्य है। यह मेरा दृढ़ विश्वास है।”

इस बिंदु पर, कथाएँ काफी भिन्न हैं। आधिकारिक कथा का दावा है कि चांडाल और उसके कुत्ते चंद्रमा और चार वेदों के साथ शिव में बदल गए। एक अन्य कथा का दावा है कि लोगों ने चांडाल को शिव के बराबर मानकर कहानी का पूरा बिंदु खो दिया है क्योंकि तब आपने तर्क दिया कि एक निम्न सत्ता को चांडाल कभी भी ऐसा सर्वोच्च ज्ञान नहीं रख सकता है।

इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि चांडाल आत्म - साक्षात्कार था या स्वयं भगवान शिव थे। मैं बस आपसे आग्रह करता हूँ कि जब आप शिव के बारे में पढ़ें या उनकी पूजा करें तो याद रखें कि वे महलों में नहीं बैठे थे। वह रमशान घाटों में घूमते थे, पहाड़ों में रहते थे, और हर किसी द्वारा अस्वीकार किए गए गण उनके अनुयायी और सबसे अच्छे दोस्त थे। आप हर किसी में उन्हें देखे बिना शिव को महसूस नहीं कर सकते।

शिव विवाह की अद्भुत कथा : तुलसीदास जी द्वारा वर्णित शिव जी के विवाह का वर्णन, न सुना होगा और ना देखा होगा

पिकी कुडू

तन छार ब्याल कपाल भूषन नगन जटिल भयंकर। सँग भूत प्रेत पिशाच जोगिन बिकट मुख रजनीचरा।।

जो जिअत रहिह बरात देखत पुन्य बड़ तेहि कर सही।

देखिह सो उमा बिबाहु घर घर बात असि लरि कह कही।

अर्थात्- 'दुल्हा भगवान शिव के शरीर पर राख (भस्म) लगी है, सोंप और कपाल के गंध हैं, वह नंगे, जटाधारी और भयंकर हैं। उनके साथ भयानक मुखवाले भूत, प्रेत, पिशाच, योगिनियों और राक्षस हैं। जो बारात को देखकर जिन्दा बचेगा, सचमुच उसके बड़े ही पुण्य है और वही पार्वती का विवाह देखेगा। लड़कों ने घर-घर जाकर यह बात कही।'

सप्तर्षियों द्वारा पर्वतराज हिमालय को पार्वती का विवाह शिव से करने की प्रेरणा देना सप्तर्षियों ने हिमालय से कहा - 'पर्वतराज! शिवजी जगत के पिता हैं और पार्वती जगत की माता मानी गयी हैं। शिव को अपनी कन्या देकर तुम कृतार्थ हो जाओगे।' पर्वतराज हिमालय ने कुछ भयभीत होते हुए कहा- 'मेरा हृदय शूलपाणि को अपनी कन्या देने की अनुमति नहीं दे रहा है। जिसके पास न कोई राजाओं-सी सामग्री है, न ऐश्वर्य, न स्वजन और न बन्धु-बान्धव ही हैं, रहने तक को अपना घर भी नहीं है, उसे भला कोई पिता अपनी कन्या देने की मूर्खता करेगा?' परन्तु बोलने में निपुण सप्तर्षियों ने पर्वतराज हिमालय और महारानी मैना को अपनी कन्या शिव को समर्पित करने के लिए राजी कर लिया।

नगर की वीथिकाओं में घूम रहे थे। भय के मारे नगर के सारे घरों के द्वार बन्द हो गए। छोटे-छोटे बालक घबराहट के कारण अपने घर का रास्ता ही भूल गए और घर-घर जाकर कहने लगे- 'प्रेत, बेताल और भयंकर भूत बराती हैं तथा बावला वर बैल पर सवार हैं। हम सत्य कहते हैं, जो जीते बच गए तो करोड़ों ब्याह देखेंगे।'

बारात में भगवान शिव के भयानक एवं सौम्य दोनों ही रूपों के दर्शन के साथ विवाह के अवसर पर बारात में भगवान शिव के भयानक एवं सौम्य दोनों ही रूपों के दर्शन हुए हैं। महारानी मैना ने पर्वतराज हिमालय से कहा- 'गिरिजा के होने वाले पति को पहले मैं देखूंगी। शिव का कैसा रूप है, जिसके लिए मेरी बेटी ने ऐसी उत्कृष्ट तपस्या की है।' भगवान शिव महारानी मैना के भीतर के अहंकार को जान गए और उन्होंने अद्भुत लीला की।

महारानी मैना के अहंकार को दूर करने के लिए शिव ने रचा अद्भुत रूप भगवान शिव महारानी मैना के सामने आए। वे वृषभ पर सवार थे। उनके पांच मुख थे और प्रत्येक मुख में तीन-तीन नेत्र। सारे अंगों में विभूति लगाये, मस्तक पर जटाजूट, चन्द्रमा का मुकुट, दस हाथ और उनमें कपाल, पिनाक, त्रिशूल और ब्रह्मरूपी डमरू आदि लिए, बाधंबर का दुपट्टा, भयानक आंखें, आकृति विकराल और हाथों की खाल का वस्त्र। भगवान शिव स्वयं दर्शन अद्भुत थे

उनके अनुकर भी उतने ही निराले थे। शंकरजी के विकट वेष को देखकर स्त्रियां भयभीत हो गयीं।

विकट वेष रुद्रहि जब देखा। अबलन्ध उर भय भयउ बिसेषा।। भागि भवन पैठी अति त्रासा।। गाए महेशु जहाँ जनबासा।।

महारानी मैना का नारदजी, पार्वती आदि को फटकारना राजा हिमालय के घर में प्रलय मच गया। शिव के स्वरूप को देखकर महारानी मैना मूर्छित होकर गिर पड़ी। फिर सचेत होकर नारद को कोसने लगीं- 'दुर्बुद्धि देवर्षि! तुमने मुझे नारी को ठग लिया। हाय मैं क्या करूँ? कहाँ जाऊँ? कहाँ गये वे भविष्यवक्ता ऋषि! अगर मिल जाएँ तो मैं उनकी दाढ़ी-मूँछ ही उखाड़ लूँ। इस समय वशिष्ठ की तपस्विनी पत्नी भी न जाने कहाँ चली गयी, वही आई थी गुण्डा बनकर।'

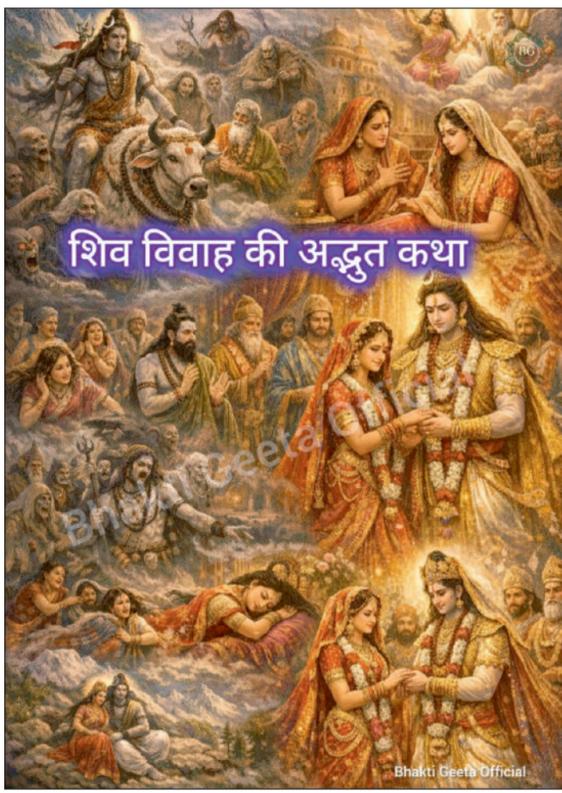
क्रोधवेश में महारानी मैना अपनी पुत्री को भी कटु वचन सुनाने लगीं- 'अरी दुष्ट लड़की! तूने स्वयं ही स्वर्ण की मुद्रा देकर कांच खरीदा है। चंदन छोड़कर पंक (कीचड़) लपेटा है। हंस उड़ाकर पिंजड़े में कौआ पाल लिया है। सूर्य छोड़कर खद्योत (जुगनु) पकड़ लिया है। सिंह को छोड़कर सियाह का आश्रय लिया है। रेशमी वस्त्र को त्यागकर चमड़ा क्यों पहनना चाहती है?'

'कहाँ तुम कमल के समान विशाल नेत्र वाली और कहाँ शिव भयंकर तीन नेत्रों वाले विरुपाक्ष? कहाँ तुम चन्द्रमा के समान मुख वाली और कहाँ शिव पांच मुख वाले, तुम्हारे सिर पर सुन्दर वेणी और शिव के सिर पर जटाजूट, तुम्हारे शरीर पर चंदन का लेप और शिव के शरीर पर चिताभस्म, कहाँ तुम्हारा दुकूल और कहाँ शिव का गजचर्म! कहाँ तुम्हारे दिव्य आभूषण-हार और कहाँ शिव के सप और उनकी मुण्डमाला! कहाँ सभी देवता तुम्हारे सेवक और कहाँ भूतों तथा बलि को प्रिय समझने वाला वह शिव! कहाँ तुम्हें सुख देने वाला मुदंगवाद्य और कहाँ उनका डमरू? कहाँ तुम्हारी भेरी की ध्वनि और कहाँ उनका अशुभ श्रृंगी का शब्द! कहाँ तुम्हारे बाजे 'ढक्का' का शब्द और कहाँ उनका अशुभ गले का शब्द। उन्होंने तुम्हारे प्रिय कामदेव को भी भस्म कर दिया है।'

'उनकी न जाति का पता है और न ही ज्ञान और विद्या का। न तो उनके पास धन है, न घर, न ही उनके माता-पिता और बन्धु हैं। इनकी उम्र भी विवाह-योग्य नहीं है। गले में विष दिखायी पड़ता है। वाहन भी बैल है। भूत पिशाच ही उनके सहायक हैं। स्त्रियों को सुख देने वाले जो गुण वरों में बताए गए हैं, वे एक भी उनमें नहीं हैं। लोक में प्रसिद्ध है कि- कन्या वरयते रूपं माता वित्तं पिता श्रुतम्। बान्धवाः कुलमिच्छन्ति मिष्टान्मिदतेरे जनाः।'

अर्थात्- 'वर के अंदर कन्या रूप, माता धन, पिता विद्या तथा बन्धु-बान्धव अच्छा कुल देखना चाहते हैं, किन्तु अन्य आदमी मिठाइयों पर नजर रखते हैं।'

'अब तुम ही देखो उस विरुपाक्ष में इनमें से कौन-सी बात है? पार्वती! तेरी बुद्धि को धिक्कार है, तुझे धिक्कार है। तूने गिरिराज के इस कुल का उपहास करा दिया।'



शिव विवाह की अद्भुत कथा

पितरों की मानसी कन्या महारानी मैना का क्रोध जब चरम पर पहुँच गया, तब स्वयं पार्वती ने कहा- 'मां, आपकी बुद्धि इस समय इतनी विपरीत कैसे हो गयी! शिव स्वयं साक्षात् ईश्वर हैं, देवों के देव महादेव हैं, सुन्दर हैं, कल्याणकारी हैं। वह स्वयं अकिंचन हैं किन्तु ब्रह्माण्ड की सब सम्पत्तियाँ उनके पैरों में लोटती हैं। शिव के वास्तविक तत्त्व को समझने वाला कोई है ही नहीं। मैंने मन-वचन-कर्म से शिव का वरण कर लिया है। आप मुझे शिव के हाथों में सौंपकर अपना जीवन सफल करें।'

महारानी मैना के शिव-पार्वती विवाह के विरुद्ध होने से वरपक्ष के भी छक्के छूट गए। तब नारदजी ने राजा हिमालय के महल में जाकर पार्वती के पूर्वजन्म की कथा सुनाकर वेष में मेरी पुत्री से विवाह के लिए आएँ तभी मैं अपनी पुत्री उन्हें दूंगी।

भगवान शंकर का मंगलमय वैवाहिक वेश शूलपाणि शिव ने देखा कि मैना के अनुरूप ही स्वरूप धारण करने के अतिरिक्त और कोई मार्ग नहीं है। अतः लौकिक गति को देखकर और देवताओं के

मनाने पर भूतनाथ शिव ने अपना सहज वेष बदल लिया। ब्याह तो ब्याह ही है, चाहे ईश्वर का ही क्यों न हो। लखि लौकिक गति संभु जानि बड़ सोहर।

भए सुंदर सत कोटि मनोज मनोहर।। नील निचोल छाल भइ फनि मनि भूषन। रौमल पर उदित रूपायन पूषन।। गन भए मंगल वेष मदन मन मोहन। सुनत चले हियँ हरषि नारि नर जोहन।।

मंगलमय वैवाहिक वेष में भगवान शिव करोड़ों सूर्यों के समान तेजस्वी, कामदेव से भी अधिक सर्वांग सुन्दर, प्रसन्न मुद्रायुक्त, मनोहर गौरवर्ण, लावण्य से युक्त, मालती की माला पहने, रत्नजटित मुकुट धारण किए, गले में सुन्दर हार व हाथों में कंगन व बाजूबन्द पहने, बहुमूल्य रेशमी वस्त्र धारण किए, चंदन-अगरू-कस्तूरी के लेप लगाये, हाथ में रत्नमय दर्पण लिए।

उनका गजचर्म नीलाम्बर हो गया और जितने सर्प थे, वे मणिमय आभूषण हो गए। विष्णु आदि समस्त देवता बड़े प्रेम से उनकी सेवा कर रहे थे। सूर्यदेव ने छत्र लगा रखा था। चन्द्रदेव मस्तक पर मुकुट बनकर उनकी शोभा बढ़ा रहे थे। गंगा और यमुना भगवान शिव को चंवर डुला रही थीं। आठों सिद्धियाँ उनके आगे नाच रही थीं। अप्सराओं के साथ गंधर्व शिवजी का यशोमान करते हुए चल रहे थे। उनको देखकर ऐसा जान पड़ता था मानो शिवजी शारदीय पूर्णिमा के चन्द्रमा हैं, देवतालोक नक्षत्रों के समान हैं तथा उन्हें देखने के लिए समाने चारों ओर नगरवासी

चकोरों के समुदाय की भाँति सुन्दर लग रहे थे। शिवजी के गणों का वेष भी मंगलमय हो गया।

ऐसे सुन्दर रूप वाले उत्कृष्ट देवता भगवान शिव को जामाता के रूप में देखकर महारानी मैना चित्रलिखी-सी रह गयीं और चन्द्रलेखा से अलंकृत दूल्हे की आरती उतारते हुए महारानी लखियों से कह रही थीं- 'ऐसा अवर्णनीय मनोहर स्वरूप? महारानी मैना की सारी चिन्ता व शोक दूर हो गए और उन्होंने अपने पहले अक्षम्य व्यवहार के लिए शिवजी से क्षमा माँगी। इस प्रकार विचित्र दूल्हे का अपनी नित्यसंगिनी से संयोग हुआ-

करहिं विविध बिधि भोग विलासा। गनन्ह समेत बसहिं कैलासा।। भगवान शिव के विचित्र वरवेष का भाव भगवान शिव संसार के विचित्र दूल्हे हैं, सबसे अलग, एकदम न्यारे। मनुष्य जब विवाह करता है तो उसे उबटन, हल्दी, तेल-फुलेल आदि लगाकर सुन्दर बनाने की कोशिश की जाती है। परन्तु भगवान शिव ने वरवेष में भी भस्म धारण कर शरीर की नश्वरता का बोध कराया और संदेश दिया कि जीवन में शरीर मुख्य नहीं है, वह तो एक दिन भस्म होने वाला है। भगवान शिव ने सर्वलोकों के अधिपति होकर भी विभूति और व्याघ्रचर्म को अपना भूषण-वसन बनाकर संसार में वैराग्य को ही श्रेष्ठ बतलाया है।

वरवेष में मनुष्य को आभूषण पहनाए जाते हैं। शिवजी ने आभूषण में सर्प (भुजंग) लिपटाकर ही संदेश दिया कि यदि आभूषणों में ज्यादा आसक्ति हुई तो भूषण ही भुजंग की तरह डसने लगे। सम्पत्ति का अतिरेक विपत्ति है। अति सुख का दूसरा नाम दुःख है। शिवजी ने आभूषण के रूप में सर्प लिपटाकर जगत को अनासक्ति का आदर्श दिखाया।

वरवेष में मनुष्य हाथ में तलवार रखता है किन्तु शिवजी ने त्रिशूल के रूप में तीन शूलों-काम, क्रोध और लोभ-को अपने हाथ में पकड़ा है अर्थात् इन तीनों दुर्गुणों पर शिवजी का नियन्त्रण है।

वरवेष में मनुष्य घोड़ी पर बैठता है पर शिव नन्दी (बैल) पर सवार होकर गौरी को ब्याहने चले हैं। चार पैर वाला नन्दी धर्म का स्वरूप है। नन्दी की सवारी कर शिवजी धर्ममय होते हैं। वही शिव अपनी माया और सविशेष के साथ कभी संयोगी होते हैं, तो कभी वियोगी होते हैं और जगत के कल्याण के लिए अनेक लीलाएँ किया करते हैं।

'तुम्ह माया भगवान शिव सकल जगत पितु मातु।' शिव विवाह की कथा संपूर्ण। 'हर हर महादेव'

प्रेम की रीत: जब मदन मोहन ने चुना फक्कड़ का साथ!



पिकी कुडू

दुहा फक्कड़ सुध, मुसरे यह गुरुस्त्री का प्रबंध नहीं होगा। खानी है तो खा, नहीं तो देख, जो सामने तैरे पुराने घर का परतार है... जा सकता है।" मदन मोहन जी रिखायिका कर हँस पड़े, "अरे बाबा! तुम तो नाराज हो गए। एक टुकड़ी नमक के लिए कौन मना करता है?" सरकर सनावन जी अगले दिन से थोड़ा नमक मँगाने लगे।

कुछ दिन बीते थे कि डाकुर जी का लाड़ फिर जगा। बाटी तोड़ने हुए हँस बनकर बोले, "बाबा, नमक से भी श्रम काम नहीं करता। यह बाटी बड़ी सख्त है, जते में टुकड़ी है। थोड़ा धी-माखन मिल जाता तो..."

इस बार सनावन जी का 'कुक्षिण' क्रोध सातवें आसमान पर था। 'क्योंसे उँटते हुए काम, 'बस, अब बहुत हुआ। मैंने कभी अश्री जगोयदार नहीं है। तुझे रोज पकवान खिलाऊँ। मेरे गान्य में यही रखना-रखना है और तुझे मेरे पास रखना है तो यही खाना पड़ेगा। तुझे गान्य-मिथ्री का शोक है तो किसी सेट के घर जा। और अरार यह बाटी नहीं मिथ्री जाती, तो खुदगी का पाणी पीते... खयन में मिथ्री खाते समय तो तुम्हें घी की याद नहीं आई थी, अब नरदरे बजार रहे से।'

बेवारे मदन मोहन जी अपना सा मुँह लेकर चुपचाप बैठ गए। मक्ता की कंठ में जो अगवाण था, वह एकदम मोने में कँठ? तभी धमककर रुखा। संयोग से एक बड़ा व्यापारी रामदास कपूर (कपूर खत्री) का जहाज, जो किसी सामान ले लाता था, खुदगा जी ने सेट के टीने में फैस बनाया। [ताड़ कोशिशों के बाद भी वह टस-से-नस नहीं हुआ। विराय लेकर व्यापारी टीने पर बैठे मकलना सनावन जी के पास आया और दृष्टकत करके बोला, "बाबा! बड़ी विपदा में हूँ, मेरा जहाज फैस गया है। क्या करें?"

सनावन जी ने अपनी नसीती में कहा, "मेया! मैं तो एक साधारण मिथुन हूँ। मैं क्या जानूँ जहाज निकलना के वेद है। उसी से कह, वही तेरा बेटा पर लयाएगा।" व्यापारी ने दौड़कर झोपड़ी में देखा-धूल-धूलरिरे एक सान्नी सतानी भूँटि रूखी बाटी के सामने प्रदास बैठी है। उसने प्रदास से माथा टेका और नसीती मानी। और आश्चर्य! देरते ही देखते जहाज तैर से निकलकर मुख्य घारा में तेरने लगा। व्यापारी की खुशी का ठिकाना न रहा। वह दौड़कर वापस आया और सनावन जी के घरगों में टेर सारी धन-संपदा रख दी।

सनावन जी मुस्कुराए और बोले, "मेरे लिए यह मिथ्री है। अरार देना ही है, तो उस लाडलें की सेवा कर, जो मुसरे रोज नयाखन कन्ये से बोल पड़े, "बाबा! मैं सेट के टीने में फैस बनाया। [ताड़ कोशिशों के बाद भी वह टस-से-नस नहीं हुआ। विराय लेकर व्यापारी टीने पर बैठे मकलना सनावन जी के पास आया और दृष्टकत करके बोला, "बाबा! बड़ी विपदा में हूँ, मेरा जहाज फैस गया है। क्या करें?"

दुहा फक्कड़ सुध, मुसरे यह गुरुस्त्री का प्रबंध नहीं होगा। खानी है तो खा, नहीं तो देख, जो सामने तैरे पुराने घर का परतार है... जा सकता है।" मदन मोहन जी रिखायिका कर हँस पड़े, "अरे बाबा! तुम तो नाराज हो गए। एक टुकड़ी नमक के लिए कौन मना करता है?" सरकर सनावन जी अगले दिन से थोड़ा नमक मँगाने लगे।

कुछ दिन बीते थे कि डाकुर जी का लाड़ फिर जगा। बाटी तोड़ने हुए हँस बनकर बोले, "बाबा, नमक से भी श्रम काम नहीं करता। यह बाटी बड़ी सख्त है, जते में टुकड़ी है। थोड़ा धी-माखन मिल जाता तो..."

इस बार सनावन जी का 'कुक्षिण' क्रोध सातवें आसमान पर था। 'क्योंसे उँटते हुए काम, 'बस, अब बहुत हुआ। मैंने कभी अश्री जगोयदार नहीं है। तुझे रोज पकवान खिलाऊँ। मेरे गान्य में यही रखना-रखना है और तुझे मेरे पास रखना है तो यही खाना पड़ेगा। तुझे गान्य-मिथ्री का शोक है तो किसी सेट के घर जा। और अरार यह बाटी नहीं मिथ्री जाती, तो खुदगी का पाणी पीते... खयन में मिथ्री खाते समय तो तुम्हें घी की याद नहीं आई थी, अब नरदरे बजार रहे से।'

बेवारे मदन मोहन जी अपना सा मुँह लेकर चुपचाप बैठ गए। मक्ता की कंठ में जो अगवाण था, वह एकदम मोने में कँठ? तभी धमककर रुखा। संयोग से एक बड़ा व्यापारी रामदास कपूर (कपूर खत्री) का जहाज, जो किसी सामान ले लाता था, खुदगा जी ने सेट के टीने में फैस बनाया। [ताड़ कोशिशों के बाद भी वह टस-से-नस नहीं हुआ। विराय लेकर व्यापारी टीने पर बैठे मकलना सनावन जी के पास आया और दृष्टकत करके बोला, "बाबा! बड़ी विपदा में हूँ, मेरा जहाज फैस गया है। क्या करें?"

सनावन जी ने अपनी नसीती में कहा, "मेया! मैं तो एक साधारण मिथुन हूँ। मैं क्या जानूँ जहाज निकलना के वेद है। उसी से कह, वही तेरा बेटा पर लयाएगा।" व्यापारी ने दौड़कर झोपड़ी में देखा-धूल-धूलरिरे एक सान्नी सतानी भूँटि रूखी बाटी के सामने प्रदास बैठी है। उसने प्रदास से माथा टेका और नसीती मानी। और आश्चर्य! देरते ही देखते जहाज तैर से निकलकर मुख्य घारा में तेरने लगा। व्यापारी की खुशी का ठिकाना न रहा। वह दौड़कर वापस आया और सनावन जी के घरगों में टेर सारी धन-संपदा रख दी।

सनावन जी मुस्कुराए और बोले, "मेरे लिए यह मिथ्री है। अरार देना ही है, तो उस लाडलें की सेवा कर, जो मुसरे रोज नयाखन कन्ये से बोल पड़े, "बाबा! मैं सेट के टीने में फैस बनाया। [ताड़ कोशिशों के बाद भी वह टस-से-नस नहीं हुआ। विराय लेकर व्यापारी टीने पर बैठे मकलना सनावन जी के पास आया और दृष्टकत करके बोला, "बाबा! बड़ी विपदा में हूँ, मेरा जहाज फैस गया है। क्या करें?"

हर्षोल्लास के साथ मनाया गया 77वां गणतंत्र दिवस, RSS कार्यालय पर हुआ ध्वजारोहण

परिवहन विशेष न्यूज

बिनावर (बदायूँ): कस्बा बिनावर स्थित राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (RSS) के शाखा कार्यालय तथा अरुण ट्रेडर्स और टीवीएस बाइक एजेंसी पर 77वां गणतंत्र दिवस महापर्व बड़े ही उत्साह और देशप्रेम के साथ मनाया गया। इस अवसर पर स्वयंसेवकों ने भारत माता के जयकारों के साथ तिरंगा फहराया और राष्ट्र की एकता व अखंडता को अक्षुण्ण रखने का संकल्प लिया।

शानदार ध्वजारोहण और राष्ट्रगान कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्य अतिथि और संघ के वरिष्ठ पदाधिकारियों द्वारा संयुक्त रूप से ध्वजारोहण कर किया गया। ध्वजारोहण के पश्चात् सभी स्वयंसेवकों और क्षेत्रीय नागरिकों ने सामूहिक रूप से राष्ट्रगान 'जन गण मन' का गायन किया। पूरे वातावरण में देशभक्ति की लहर दौड़ गई और 'भारत माता की जय' तथा 'वंदे मातरम्' के नारों से पूरा परिसर गूँज उठा।

राष्ट्र निर्माण का संकल्प समारोह को संबोधित करते हुए वक्ताओं ने गणतंत्र दिवस के महत्व पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि यह दिन हमें उन महान क्रांतिकारियों और संविधान निर्माताओं की याद दिलाता है जिनके संघर्षों के कारण आज हम एक संप्रभु राष्ट्र के नागरिक हैं। संघ के पदाधिकारियों ने जोर देकर कहा कि: प्रत्येक नागरिक को अपने कर्तव्यों का पालन ईमानदारी से करना चाहिए।

समाज में समरसता और बंधुत्व की भावना को बढ़ावा देना ही संघ का मुख्य ध्येय है।

युवा पीढ़ी को राष्ट्र की सांस्कृतिक विरासत से जुड़ना आवश्यक है।



सांस्कृतिक प्रस्तुति और प्रसाद वितरण शाखा के बाल स्वयंसेवकों ने देशभक्ति के गीतों पर अपनी प्रस्तुतियाँ दीं, जिससे कार्यक्रम में आकर्षण बढ़ गया। अंत में सभी उपस्थित लोगों को मिष्ठान वितरित किया गया। इस

कार्यक्रम में कस्बे के गणमान्य नागरिक, भारी संख्या में स्वयंसेवक और स्थानीय पुलिस प्रशासन का भी सहयोग रहा। सुरक्षा की दृष्टि से भी कस्बे में चाक-चौबंद व्यवस्था देखी गई। इस मौके पर अरुण चौहान, देश दीपक

, संजीव गुप्ता, अमन शर्मा, अमित शर्मा, शिव कुमार शर्मा, अशोक कुमार, जयदेव शर्मा, सत्यम मिश्रा सोशल मीडिया विशेषज्ञ उत्तर प्रदेश/उत्तराखंड

स्वदेशी जागरण मंच, देवघर ने 77वां गणतंत्र दिवस धूमधाम से मनाया

परिवहन विशेष न्यूज

देवघर। स्थानीय स्टेशन रोड स्थित मंच कार्यालय में स्वदेशी जागरण मंच द्वारा 77वां गणतंत्र दिवस बड़े ही धूमधाम से हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर पूरे श्रद्धा, उत्साह व देश भक्ति भावना के साथ *झंडा फहराया गया। और मंच के स्वावलंबी भारत अभियान के तहत आदत, विचार, व्यवहार और उपयोग में दृढ़ता से स्वदेशी अपनाने का दृढ़ संकल्प लिया गया। वक्ताओं ने कहा कि स्वदेशी अपनाने अपने देश की अर्थव्यवस्था को मजबूत कर विश्व पटल पर भारत को तीसरी अर्थव्यवस्था पर लाने हेतु मंच कृत



संकल्प है। इस अवसर पर राष्ट्रगान गाया गया। मौके पर मंच के प्रांत समन्वयक मनोज सिंह, श्री प्रभाष गुप्ता, अमर सिन्हा, जीवेश सिंह, महेश दुबे, मिथिलेश बाजपेई, सुनील गुप्ता, सुप्रिया गुप्ता,

आशा झा, राकेश झा, राकेश राय, शत्रुघ्न सिंह, सुधीर सिंह, पंकज सिंह भटोरिया, बमशंकर दुबे, संजीव सिंह, पंकज बरनवाल, बाबा सोना श्रृंगारी इत्यादि अनेको सदस्य मौजूद थे।

एम्प्रेस क्लब का सिटी बाजार में राष्ट्रभक्ति से ओतप्रोत गणतंत्र दिवस समारोह का भव्य आयोजन



सैनिक सम्मान और नारी गरिमा का दिया संदेश

डॉ. शंभु पंवार

नई दिल्ली। एम्प्रेस क्लब द्वारा आयोजित गणतंत्र दिवस समारोह देश भक्ति, एकता और नारी सम्मान का जीवंत प्रतीक बनकर उभरा। यह भव्य आयोजन पिक सिटी कंसोर्टियम एवं GHWF के सहयोग से सिटी बाजार अग्रपुर्ण में बड़े उत्साह और राष्ट्रीय चेतना के वातावरण में सभ्यतापूर्वक हुआ। समारोह में एम्प्रेस क्लब की ओर से भारतीय सेना के जॉब्राज जवान सूरेश सिंह जी को सम्मानित कर राष्ट्र के प्रति उनके अद्वय

साहस और वीरता को नमन किया गया। वहीं निर्भय स्कॉट टीम ने कार्यक्रम में अनुशासन और राष्ट्रसेवा की भावना को और सुदृढ़ किया। गणतंत्र दिवस पर सिटी बाजार को भव्य तिरंगा सजा से सजाया गया, जिसने आमजन को आकर्षित किया और पूरे परिसर को राष्ट्रप्रेम के रंगों से सराबोर कर दिया। कार्यक्रम के दौरान देशभक्ति से प्रेरित विविध गतिविधियों के माध्यम से राष्ट्रीय एकता और संवैधानिक मूल्यों का संदेश दिया गया। इस अवसर पर सिटी बाजार के गौरव दिव्यांशु जी द्वारा उपस्थित सभी महिलाओं का सम्मान किया गया, जो नारी गरिमा और

सशक्तिकरण की दिशा में एक प्रेरणादायक पल रहे। समारोह में पुलन जी की गरिमान्वयी उपस्थिति ने आयोजन को और ऊँचाई प्रदान की। एम्प्रेस क्लब की संस्थापक उरुशु शर्मा ने कहा कि यह आयोजन उनकी टीम के समर्पण और सामूहिक प्रयासों का परिणाम है। कार्यक्रम में क्लब की सक्रिय सदस्य अंजलि, साक्षी, शिवा, अरिंदी, अमृता, प्रियंका, यास सैफत अथवा सदस्यों की उत्कृष्ट नैतिक उपस्थिति रही। यह समारोह न केवल गणतंत्र दिवस का उत्सव था, बल्कि समाज को देशभक्ति, महिला सम्मान और सामाजिक एकता का सशक्त संदेश देने वाला प्रेरक आयोजन सिद्ध हुआ।

प्रजातंत्र का तंत्र

भारत के गणतंत्र की, ये कैसी है शान। भूखे को रोटी नहीं, बंधर को पहचान।

सब धर्मों के मान की, बात लगे इतिहास। एक-दूजे को काटते, ये कैसा परिहास।

प्रजातंत्र का तंत्र अब, लिए खून का रंग। धरम-जात के नाम पर, छिड़ती देखो जंग।

पहले जैसे कहीं रहे, संविधान के मीत। न्यारा-न्यारा गा रहा, हर कोई अब गीत।

विश्व पटल पर था कभी

भारत का सम्मान। लोभी नेता देश के, लूट रहे वह मान।

रग-रग में पानी हुआ, सोये सारे वीर। कौन हरे अब देश में भारत माँ की पीर।

मुद्राये से अब लगे, उथानों के फूल। बिखरे है हर राह में, बस शूल ही शूल।

आये दिन ही बढ़ रहा, देखो भ्रष्टाचार। वैद्य ही जब लूटते, करे कौन उपचार।

कैसे जागे चेतना, कैसे हो उद्योग। कर्णधार ही देश के, लेटे हो बेहोश।

— डॉ. प्रियंका 'सौरभ'



कहता है गणतंत्र।

बात एक ही यै सूटा, कहता है गणतंत्र। बने रहे वो मूल्य सब, जन-जन ले स्वतंत्र।

संसद में गवता गदर, है विधान की बात। हैसी उड़े संविधान की, जनता पर आघात।

भाषा पर संयम नहीं, नर्यादा से दूर। संविधान को कर रहे, सांसद चकनाचूर।

दागी संसद में घुसे, करते रोज मखौल। देश लुटे लुटता रहे, खूब पीटते डोल।

जन जीवन बेसल है, संसद में बस शोर। रिता सोरम बस सोवते, सांसद अपनी ओर।

संसद में श्रीमान जब, कल्पित से परिदेश। कैसे सोरम सोधिए, बव पायेगा देश।

लोकतंत्र अब रो रहा, देख बुरे हालात। संसद में चलते लगे, थप्य, घुसे, लात।



जनता की आवाज का, गिरे नहीं संज्ञान। प्रजातंत्र का मंत्र है, उठें नहीं गदगद।

खैं आज है सोचना, दूर करे ये कीच। अग्रणी नेता नहीं, पहुँचे संसद बीच।

अग्रणी सब छूटते, तोड़े सभी विधान। निर्दोषी है जेल में, रो रहा संविधान।

— डॉ. सत्यवान सौरभ

डॉ. प्रियंका सौरभ की बाल काव्य पुस्तकें: "बच्चों की दुनिया और परियों से संवाद" - रोचकता, ज्ञान और नैतिकता का संगम।

परिवहन विशेष न्यूज

डॉ. प्रियंका सौरभ हरियाणा शिक्षा विभाग में राजनीति विज्ञान की पीजीटी लेक्चरर हैं तथा राजनीति विज्ञान में पीएचडी धारक। उनकी बाल कविता पुस्तकें बच्चों की दुनिया और परियों से संवाद बच्चों के लिए अत्यंत रोचक और जानवर्धक हैं। ये काव्य संग्रह बाल मन की मासूमियत को परियों के जादुई संवादों से सजाते हैं, नैतिक शिक्षा प्रदान करते हुए कल्पना की उड़ान भरते हैं। लेखिका का संक्षिप्त परिचय डॉ. प्रियंका सौरभ हरियाणा के सरकारी स्कूलों में छात्रों को राजनीतिक सिद्धांत, लोकतंत्र और शासन व्यवस्था सिखाती हैं। उनकी शैक्षणिक पृष्ठभूमि उन्हें बाल साहित्य में गहराई प्रदान करती है। राजनीति विज्ञान की विद्वान होने के बावजूद वे सरल कविताओं के माध्यम से बच्चों को सेवा भाव, सामाजिक न्याय और पर्यावरण संरक्षण जैसे मूल्य सिखाती हैं। रपरियों से संवाद तथा रबच्चों की दुनिया जैसी रचनाएं

उनकी बहुमुखी प्रतिभा का प्रमाण हैं। हरियाणा की सांस्कृतिक पृष्ठभूमि इन कविताओं में झलकती है, जैसे सरसों के खेतों में उड़ती परियाँ। शिक्षा और साहित्य के इस संगम ने उन्हें युवा लेखिका के रूप में पहचान दिलाई है। पुस्तकों का सारांश रपरियों से संवाद में 60 बाल कविताएँ हैं, जो परियों के संवादों के रूप में बुनी गई हैं। प्रत्येक कविता बच्चे के दैनिक जीवन के प्रश्नों का उत्तर देती है—दोस्ती, ईमानदारी, प्रकृति प्रेम आदि। रबच्चों की दुनिया में 70 छोटी कविताएँ हैं, प्रत्येक 16 पंक्तियों की, जो बचपन के खेल, त्योहारों और मासूम सवालों पर केन्द्रित हैं। दोनों संग्रह हिंदी में सरल भाषा में लिखे गए हैं। पोथी डॉट कॉम पर उपलब्ध ये पुस्तकें 5 से 12 वर्ष के बच्चों के लिए आदर्श हैं। स्थानीय लोककथाओं का परी रूप इन्हें हरियाणा के ग्रामीण बच्चों से जोड़ता है। कुल मिलाकर, ये काव्य संग्रह वास्तविकता और कल्पना का सुंदर

पुल हैं। भाषा शैली एवं प्रस्तुति भाषा अत्यंत सरल, लयबद्ध और संगीतमय है। छोटे-छोटे वाक्य बच्चों को आसानी से आकर्षित करते हैं। परियों के संवाद जीवंत हैं, जैसे रहे न रहे बच्चे, झूठ से परियाँ दूर भागती हैं। र छंद और अलंकार का प्रयोग कविताओं को गैर बनाता है। राजनीतिक अवधारणाओं को परी कथाओं में सरल कर दिया गया है—लोकतंत्र को रसभी परियों का मिलजुल निर्णय कहा गया है। शब्दचित्र इतने सशक्त हैं कि चित्रों की आवश्यकता कम पड़ती है। 50-60 पंक्तियों की पुस्तकें एक ही बैठक में पढ़ी जा सकती हैं। यह शैली हिंदी बाल काव्य की उत्कृष्ट परंपरा को मजबूत करती है। व्याकरण शुद्ध तथा उच्चारण सुगम है। शैक्षणिक एवं नैतिक मूल्य हरियाणा शिक्षा विभाग की अधिकारी के नाते डॉ. प्रियंका ने इन कविताओं में पाठ्यक्रम से जुड़े मूल्य बुने हैं।

पर्यावरण जागरूकता—रप्रकृति मां है, उसे प्यार दोर—लिंग समानता तथा सामाजिक सद्भाव प्रमुख हैं। बच्चे सहभागिता और नेतृत्व सीखते हैं। स्कूलों में नैतिक शिक्षा या ब्रेड टाइम स्टोरी के लिए उपयोगी। ये कविताएँ भावनात्मक बुद्धि विकसित करती हैं तथा जिज्ञासा जगाती हैं। राजनीति विज्ञान की उन की विशेषज्ञता रराजनीति सेवा है, स्वार्थ नहीं जैसे संदेशों में दिखती है। हरियाणा के सरकारी स्कूल अभियानों के अनुरूप ये पुस्तकें आदर्श हैं। बच्चों को जिम्मेदार नागरिक बनाने में सहायक। रोचकता आकर्षण एवं प्रभाव रोचकता के मामले में ये कविताएँ पूर्णतः प्राण कर्ती हैं। बच्चों परियों के जादू में डूब जाते हैं, व्यस्क नैतिक संदेशों से प्रभावित होते हैं। पढ़ने के बाद बच्चे प्रश्न पूछते हैं, संवाद बढ़ता है। डिजिटल युग में कविताओं से जोड़ने वाली दुर्लभ रचनाएं। हरियाणावी

संदर्भ जैसे रखते हैं उड़ती काइटेर स्थानीयता प्रदान करते हैं। प्रभाव दीर्घकालिक है—बच्चों में कल्पना शक्ति तथा मूल्यबोध जागृत होता है। अधिभावक कक्षा शिक्षक इसे कैंफिडेंटली उपयोग कर सकते हैं। एकमात्र कमी—कुछ स्थानों पर भाषा थोड़ी औपचारिक, किंतु बाल साहित्य में स्वाभाविक। समग्र मूल्यांकन एवं सिफारिश डॉ. प्रियंका सौरभ की ये बाल काव्य पुस्तकें हिंदी साहित्य की धरोहर हैं। शिक्षा राजनीति विज्ञान तथा साहित्य का अनुपम संगम। 10/10 अंक। हर अधिभावक, शिक्षक तथा पुस्तक प्रेमी इन्हें खरीदे। बच्चों के लिए अनिवार्य पढ़ाई। प्रियंका जी को हार्दिक बधाई—एसी रचनाओं से हिंदी बाल काव्य समृद्ध हो रहा है। हरियाणा शिक्षा को गौरवाचित करती हैं। (डॉ. सत्यवान सौरभ, पीएचडी (राजनीति विज्ञान), एक कवि और सामाजिक विचारक है।)



न्याय, समानता, वकीलों के कल्याण, सम्मान और अधिकारों की आइए बातें करें

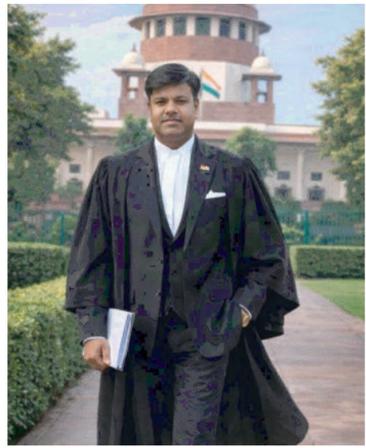
रजत कल्सन

आइए बातें करें जिसमें अनुसूचित जाति समाज, महिला वकीलों तथा सर्वसमाज के कमजोर पृष्ठभूमि के वकीलों के कल्याण, सम्मान और अधिकारों की बात हो। हरियाणा में अनुसूचित जाति के वकीलों की संख्या लगभग 10,000 के करीब मानी जाती है, हालांकि इसका कोई आधिकारिक आंकड़ा उपलब्ध नहीं है। यह अत्यंत दुःखद है कि हमारे समाज के अधिकतर नवोदित वकीलों को कालांतर सीखने के लिए तथाकथित उच्च जातिके वकीलों के पास जाना पड़ता है, जहाँ कई बार उन्हें मनुवादी मानसिकता का सामना करना पड़ता है। ऐसे वकील भाईचारे के नाम पर उन्हें अनुसूचित जाति समाज के लिए बने कानूनों और संवैधानिक अधिकारों के विरुद्ध उकसाने का कार्य करते हैं। दुर्भाग्यवश, हमारे समाज के कई स्थापित और सक्षम वकील भी प्रारंभ में अपने ही समाज के नए वकीलों को अपने साथ जोड़ने से सतर्क होते हैं। बाद में जब जातिगत भेदभाव का सामना होता है, तब यह सच्चाई स्पष्ट होती है कि जाति क्या है और जाति आधारित भेदभाव क्या होता है। हर जिले और उपमंडल में बार एसोसिएशन हैं, जिनके प्रधान,

सचिव और अन्य पदाधिकारी चुने जाते हैं। परंतु हमारे समाज के वकीलों को प्रायः जॉइंट सेक्रेटरी या लाइब्रेरियन जैसे औपचारिक पदों तक सीमित कर दिया जाता है, जिनका वास्तविक निर्णय प्रक्रिया में कोई महत्व नहीं होता। तथाकथित उच्च जातियों के वकील भाईचारे के नाम पर हमारे समाज के वकीलों को वोट तो लेते हैं, लेकिन जब हमारे वकील प्रधान या सचिव पद के लिए खड़े होते हैं, तो उन्हें प्रायः केवल अपने समाज का ही समर्थन मिलता है। यह स्थिति बदलनी आवश्यक है। आज तक बार काउंसिल पंजाब एवं हरियाणा में हमारे समाज का कोई भी वकील निर्वाचित होकर नहीं पहुँचा है। यह प्रतिनिधित्व का गंभीर अभाव है, जिसे दूर किया जाना आवश्यक है। एडवोकेट रजत कल्सन, बार काउंसिल पंजाब एवं हरियाणा का चुनाव लड़ते हुए, हरियाणा के वकील, महिला और कमजोर पृष्ठभूमि के वकीलों के लिए निम्नलिखित मांगों पर प्रस्ताव करते हैं। यही उनकी चुनावी घोषणा (Manifesto) है। चुनावी घोषणा-पत्र (मैनिफेस्टो) नए वकीलों को NALSA, State Legal Services

Authority एवं District Legal Services Authority के माध्यम से एक वर्ष की निःशुल्क ट्रेनिंग। अनुसूचित जाति एवं कमजोर पृष्ठभूमि के वकीलों को पहले पाँच वर्षों तक ₹10,000 प्रतिमाह स्टैपेंड। SCC, Manupatra, LiveLaw जैसी कानूनी सेवाएँ निःशुल्क उपलब्ध कराना। बार एसोसिएशन चुनावों में एसी समाज के लिए रॉस्टर प्रणाली, तथा हर चौथे वर्ष प्रधान व सचिव पद आरक्षित। जिला वहाईकोर्ट परिसरों में सम्मानजनक चैबर/केबिन/सीट। नवोदित वकीलों के लिए कंप्यूटर, प्रिंटर, इंटरनेट, ई-फाइलिंग सहायता केंद्र व डिजिटल लाइब्रेरी। महिला वकीलों के लिए सेफ स्पेस और क्रेच सुविधा। महिला वकीलों के यौन एवं जातिगत उत्पीड़न के लिए स्वतंत्र शिकायत तंत्र। स्टार्ट-अप लॉ फंड व ब्याज-मुक्त ऋण/अनुदान। सरकारी पैनलों (APP, Legal Aid, PSU, Boards) में आरक्षण/प्राथमिकता। SC/ST Act, लेबर व मानवाधिकार मामलों में

अतिरिक्त मानदेय। इमरजेंसी लीगल प्रोटेक्शन सेल की स्थापना। वकीलों के लिए 24x7 हेल्पलाइन। दलित वकीलों के उत्पीड़न पर बार काउंसिल का सार्वजनिक और सशक्त स्टैंड। सामाजिक न्याय में योगदान हेतु सम्मान व पुरस्कार। बार सेमिनारों में स्पीकर अवसर। को-काउंसिल अवसर (सीनियर-जूनियर)। वकील व परिवार के लिए केशलेस स्वास्थ्य बीमा। दुर्घटना व जीवन बीमा। मानसिक स्वास्थ्य व काउंसिलिंग सुविधा। बार काउंसिल में एंटी-डिस्क्रीमिनेशन सेल। जातिगत अपमान/गाली पर त्वरित कार्रवाई व सख्त दंड। कोर्ट परिसरों में अनुसूचित जाति वकीलों के लिए समानता की गारंटी। रजत कल्सन, एडवोकेट प्रत्याशी — बार काउंसिल पंजाब एवं हरियाणा



राष्ट्रगीत वंदे मातरम अनुच्छेद 51ए(ए) मौलिक कर्तव्य क्यों नहीं और राष्ट्रीय सम्मान अपमान निवारण



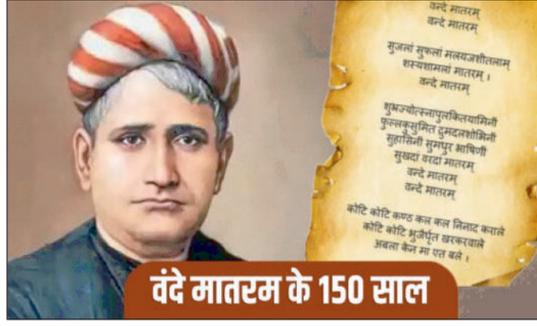
विजय गर्ग

संविधान के अनुच्छेद 51ए(ए) के तहत नागरिकों पर राष्ट्रगान का सम्मान करना एक मौलिक कर्तव्य है। इसके पाठ, अवधि, प्रस्तुति और सम्मान से जुड़े नियम गृह मंत्रालय द्वारा समय-समय पर जारी किए गए हैं। इसके विपरीत, वंदे मातरम को लेकर न तो संविधान में स्पष्ट प्रावधान हैं और न ही इसके गायन या सम्मान से जुड़े कोई बाध्यकारी कानूनी नियम।

संजय कुमार बाठला
राष्ट्रगान के सम्मान को अनुच्छेद 51ए(ए) मौलिक कर्तव्य बनाता है, राष्ट्रीय सम्मान अपमान निवारण अधिनियम, 1971 भी केवल राष्ट्रगान और राष्ट्रीय ध्वज तक सीमित है, तो राष्ट्रगीत वंदे मातरम को क्यों नहीं? वंदे मातरम भावनात्मक रूप से अत्यंत शक्तिशाली गीत है, लेकिन क्या उसे कानूनी अनिवार्यता में बदलना संवेदनशील कदम होगा?

वंदे मातरम को राष्ट्रगान जैसा प्रोटोकॉल देने की बहस केवल कानूनी नहीं, बल्कि भावनात्मक, ऐतिहासिक और वैचारिक है-परंपरा, संविधान और आधुनिक भारत की नई बहस? भारत में राष्ट्रबोध केवल भूगोल या सत्ता से नहीं, बल्कि प्रतीकों, भावनाओं और सांस्कृतिक चेतना से निर्मित होता है। वंदे मातरम ऐसा ही एक गीत है, जिसने * भारत के स्वतंत्रता संग्राम को शब्द दिए * भावनाओं को स्वर दिया और * जनमानस को एक सूत्र में बांधा। वर्ष 2026 में, जब भारत अपना 77वां गणतंत्र दिवस मना रहा है और वंदे मातरम की 150वीं वर्षगांठ के अवसर पर केंद्र सरकार साल-भर उत्सव आयोजित कर रही है, तब यह प्रश्न उठाना स्वाभाविक है कि राष्ट्रीय गीत वंदे मातरम को भी राष्ट्रगान जन गण मन जैसा औपचारिक दर्जा और प्रोटोकॉल मिलना चाहिए।

वंदे मातरम: केवल गीत नहीं, स्वतंत्रता संग्राम की आत्मा - वंदे मातरम की रचना 1870 के दशक में बंकिम चंद्र चट्टोपाध्याय ने की थी। यह गीत केवल साहित्यिक कृति नहीं, बल्कि औपनिवेशिक दमन के दौर में



वंदे मातरम के 150 साल

उभरती राष्ट्रीय चेतना का घोष था। 1905 से 1908 के स्वदेशी आंदोलन के दौरान यह गीत नारे में बदल गया। ब्रिटिश सत्ता को यह गीत इतना असहज करता था कि कई स्थानों पर इसके गायन पर प्रतिबंध लगाया गया। इस प्रकार वंदे मातरम स्वतंत्रता आंदोलन की आत्मा बन गया, जिसने लाखों भारतीयों को त्याग, बलिदान और संघर्ष के लिए प्रेरित किया। **संविधान में राष्ट्रगान और राष्ट्रीय गीत का अंतर** - भारतीय संविधान ने राष्ट्रगान और राष्ट्रीय गीत के बीच एक स्पष्ट भेद स्थापित किया है। * जन गण मन को आधिकारिक रूप से राष्ट्रगान का दर्जा प्राप्त है, जबकि * वंदे मातरम को राष्ट्रीय गीत के रूप में मान्यता। संविधान के अनुच्छेद 51ए(ए) के तहत नागरिकों पर राष्ट्रगान का सम्मान करना एक मौलिक कर्तव्य है। इसके पाठ, अवधि, प्रस्तुति और सम्मान से जुड़े नियम गृह मंत्रालय द्वारा समय-समय पर जारी

किए गए हैं। इसके विपरीत, वंदे मातरम को लेकर न तो संविधान में स्पष्ट प्रावधान हैं और न ही इसके गायन या सम्मान से जुड़े कोई बाध्यकारी कानूनी नियम। **सरकार की नई तैयारी और हाई-लेवल बैठक** - हालिया मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार, गृह मंत्रालय ने एक हाई-लेवल बैठक बुलाई, जिसमें वंदे मातरम को राष्ट्रगान जैसा दर्जा देने की संभावनाओं पर विचार किया गया। इस बैठक में यह चर्चा हुई कि क्या वंदे मातरम के गायन के लिए भी कोई तय नियम, आचार संहिता या प्रोटोकॉल होना चाहिए। बैठक में यह भी विचार किया गया कि क्या इस गीत के गायन के समय खड़ा होना अनिवार्य किया जाए और क्या इसके अपमान पर सटीक दंडात्मक प्रावधान बनाए जाएं। **अगर 1971 का अधिनियम और उसकी सीमाओं को समझे तो, राष्ट्रीय सम्मान का अपमान निवारण अधिनियम, 1971 राष्ट्रगान, राष्ट्रीय ध्वज**

राष्ट्रगान के सम्मान को अनुच्छेद 51ए(ए) मौलिक कर्तव्य बनाता है, राष्ट्रीय सम्मान अपमान निवारण अधिनियम, 1971 भी केवल राष्ट्रगान और राष्ट्रीय ध्वज तक सीमित है, तो राष्ट्रगीत वंदे मातरम को क्यों नहीं?

वंदे मातरम भावनात्मक रूप से अत्यंत शक्तिशाली गीत है, लेकिन क्या उसे कानूनी अनिवार्यता में बदलना संवेदनशील कदम होगा? वंदे मातरम को राष्ट्रगान जैसा प्रोटोकॉल देने की बहस केवल कानूनी नहीं, बल्कि भावनात्मक, ऐतिहासिक और वैचारिक है-परंपरा, संविधान और आधुनिक भारत की नई बहस? -**एडवोकेट किशन सनमुखदास भावानी गौड़िया महाराष्ट्र**

वैश्विक स्तर पर भारत में राष्ट्रबोध केवल भूगोल या सत्ता से नहीं, बल्कि प्रतीकों, भावनाओं और सांस्कृतिक चेतना से निर्मित होता है। वंदे मातरम ऐसा ही एक गीत है, जिसने भारत के स्वतंत्रता संग्राम को शब्द दिए भावनाओं को स्वर दिया और जनमानस को एक सूत्र में बांधा। वर्ष 2026 में, जब भारत अपना 77वां गणतंत्र दिवस मना रहा है और वंदे मातरम की 150वीं वर्षगांठ के अवसर पर केंद्र सरकार साल-भर उत्सव आयोजित कर रही है, तब यह प्रश्न फिर से केंद्र में आ गया है कि क्या राष्ट्रीय गीत वंदे मातरम को भी राष्ट्रगान जन गण मन जैसा औपचारिक दर्जा और प्रोटोकॉल मिलना चाहिए। वंदे मातरम: केवल गीत नहीं, स्वतंत्रता संग्राम की आत्मा - वंदे मातरम की रचना 1870 के दशक में बंकिम चंद्र चट्टोपाध्याय ने की थी। मैं एडवोकेट किशन सनमुखदास भावानी गौड़िया महाराष्ट्र यह मानता हूँ कि यह गीत केवल साहित्यिक कृति नहीं, बल्कि औपनिवेशिक दमन के दौर में उभरती राष्ट्रीय चेतना का घोष था। 1905 से 1908 के स्वदेशी आंदोलन के दौरान यह गीत नारे में बदल गया। ब्रिटिश सत्ता को यह गीत इतना असहज करता था कि कई स्थानों पर इसके गायन पर प्रतिबंध लगाया गया। इस प्रकार वंदे मातरम स्वतंत्रता आंदोलन की आत्मा बन गया, जिसने लाखों भारतीयों को त्याग, बलिदान और संघर्ष के लिए प्रेरित किया। संविधान में राष्ट्रगान और राष्ट्रीय गीत का अंतर - भारतीय संविधान ने राष्ट्रगान और राष्ट्रीय गीत के बीच एक स्पष्ट भेद स्थापित किया है। जन गण मन को आधिकारिक रूप से राष्ट्रगान का दर्जा प्राप्त है, जबकि वंदे मातरम को राष्ट्रीय गीत के रूप में मान्यता दी गई है। संविधान के अनुच्छेद 51ए(ए) के तहत नागरिकों पर

राष्ट्रगान का सम्मान करना एक मौलिक कर्तव्य है। इसके पाठ, अवधि, प्रस्तुति और सम्मान से जुड़े नियम गृह मंत्रालय द्वारा समय-समय पर जारी किए गए हैं। इसके विपरीत, वंदे मातरम को लेकर न तो संविधान में स्पष्ट प्रावधान हैं और न ही इसके गायन या सम्मान से जुड़े कोई बाध्यकारी कानूनी नियम।

सरकार की नई तैयारी और हाई-लेवल बैठक-हालिया मीडिया रिपोर्ट्स के अनुसार, गृह मंत्रालय ने एक हाई-लेवल बैठक बुलाई, जिसमें वंदे मातरम को राष्ट्रगान जैसा दर्जा देने की संभावनाओं पर विचार किया गया। इस बैठक में यह चर्चा हुई कि क्या वंदे मातरम के गायन के लिए भी कोई तय नियम, आचार संहिता या प्रोटोकॉल होना चाहिए। बैठक में यह भी विचार किया गया कि क्या इस गीत के गायन के समय खड़ा होना अनिवार्य किया जाए और क्या इसके अपमान पर सटीक दंडात्मक प्रावधान बनाए जाएं।

साथियों बात अगर हम 1971 का अधिनियम और उसकी सीमाओं को समझने की करें तो, राष्ट्रीय सम्मान का अपमान निवारण अधिनियम, 1971 राष्ट्रगान, राष्ट्रीय ध्वज और संविधान के प्रति अनादर को रोकने के लिए बनाया गया था। इस कानून के तहत राष्ट्रगान के गायन में बाधा डालना या उसका अपमान करना दंडनीय अपराध है। हालांकि, इस अधिनियम में राष्ट्रीय गीत वंदे मातरम के लिए कोई स्पष्ट दंडात्मक प्रावधान नहीं है। यही कारण है कि वर्षों से यह बहस चल रही है कि क्या इस कानून के दायरे को बढ़ाकर राष्ट्रीय गीत को भी शामिल किया जाना चाहिए। पिछले कुछ वर्षों में विभिन्न उच्च न्यायालयों और सर्वोच्च न्यायालय में याचिकाएं दायर की गई हैं, जिनमें मांग की गई है कि राष्ट्रीय गीत के गायन के लिए एक स्पष्ट ढांचा बनाया जाए। याचिकाकर्ताओं का तर्क है कि जब वंदे मातरम को राष्ट्रीय गीत का दर्जा प्राप्त है, तो उसके सम्मान और अपमान को लेकर भी कानूनी स्पष्टता होनी चाहिए। वहीं दूसरी ओर, कुछ याचिकाओं में यह चिंता भी जताई गई है कि अनिवार्यता थोपना व्यक्तिगत स्वतंत्रता और धार्मिक विविधता के सिद्धांतों से टकरा सकता है। साथियों बात अगर हम खड़ा होना: सम्मान



सरकार बनाएगी नए नियम

'जन गण मन' की तरह 'वंदे मातरम' में भी खड़ा होना होगा

या बाध्यता? इसके समझने की करें तो, राष्ट्रगान के समय खड़ा होना कानूनी और सामाजिक रूप से स्थापित मानक है। इसके पीछे तर्क यह है कि राष्ट्रगान संप्रभुता और राष्ट्रीय एकता का प्रतीक है। लेकिन वंदे मातरम के मामले में स्थिति भिन्न है। ऐतिहासिक रूप से, इस गीत के कुछ शब्दों को लेकर धार्मिक आपत्तियां भी उठती रही हैं, विशेषकर कुछ अल्पसंख्यक समुदायों द्वारा। इसी कारण संविधान सभा ने भी इसे राष्ट्रगान के बराबर कानूनी दर्जा नहीं दिया था। अब यदि खड़ा होना दंडनीय अपराध है, तो यह सवाल उठता है कि क्या यह स्वेच्छिक सम्मान से अधिक बाध्यकारी राष्ट्रवाद को जन्म देगा?

साथियों बात अगर हम राजनीतिक और वैचारिक आयाम के दृष्टिकोण से समझने की करें तो सत्ताधारी पार्टी का कहना है कि यह पहल वंदे मातरम के सम्मान को बढ़ाने और राष्ट्रीय एकता को मजबूत करने का प्रयास है। पार्टी इसे सांस्कृतिक राष्ट्रवाद के संदर्भ में देखती है। वहीं विपक्षी दलों और कुछ नागरिक समूहों का आरोप है कि यह कदम भावनात्मक मुद्दों को राजनीतिक लाभ के लिए इस्तेमाल करने जैसा है। उनका तर्क है कि राष्ट्रभक्ति कानून से नहीं, भावना से आती है।

साथियों बात अगर हम इस मुद्दे को अंतरराष्ट्रीय दृष्टिकोण: प्रतीक और स्वतंत्रता के एंगल से समझने की करें तो, दुनिया के कई

लोकतांत्रिक देशों में राष्ट्रीय प्रतीकों के सम्मान के नियम मौजूद हैं, लेकिन वहां भी व्यक्तिगत स्वतंत्रता का ध्यान रखा जाता है। अमेरिका में राष्ट्रगान के समय खड़े होना सामाजिक परंपरा है, कानूनी बाध्यता नहीं। यूरोपीय देशों में भी सम्मान की अपेक्षा की जाती है, लेकिन दंडात्मक प्रावधान सीमित हैं। भारत यदि वंदे मातरम के लिए सख्त कानूनी नियम बनाता है, तो यह वैश्विक लोकतांत्रिक मानकों के साथ संतुलन का प्रतीक बन सकता है। संविधान नागरिकों को अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता देता है, वहीं राष्ट्रीय प्रतीकों का सम्मान राष्ट्र की गरिमा से जुड़ा है। वंदे मातरम भावनात्मक रूप से अत्यंत शक्तिशाली गीत है, लेकिन उसे कानूनी अनिवार्यता में बदलना संवेदनशील कदम होगा। वंदे मातरम को मानना है कि सरकार को दंडात्मक कानून बनाने के बजाय स्पष्ट दिशा-निर्देश जारी करने चाहिए। जैसे किन अवसरों पर वंदे मातरम गाया जाए, उसके दौरान सम्मानजनक आचरण क्या हो, और किस प्रकार इसे राष्ट्रगान के समानांतर सम्मान दिया जाए, बिना इसे बाध्यता बनाए। इससे सम्मान भी बढ़ेगा और विवाद भी कम होंगे। 126 जनवरी 2026 की थीम वंदे मातरम रचना प्रतीकात्मक रूप से बेहद महत्वपूर्ण है। यह भारत की ऐतिहासिक स्मृति और आधुनिक राष्ट्र-राज्य के बीच सेतु बनाता है। यदि सरकार इस अवसर को संवाद, सहमति और संवैधानिक मूल्यों के साथ जोड़ती है, तो वंदे मातरम न केवल एक गीत, बल्कि राष्ट्रीय एकता का साझा प्रतीक बन सकता है।

अतः अगर हम उपरोक्त पूरे विवरण का अध्ययन कर इसका विश्लेषण करें तो हम पाएंगे कि वंदे मातरम को राष्ट्रगान जैसा प्रोटोकॉल देने की बहस केवल कानूनी नहीं, बल्कि भावनात्मक, ऐतिहासिक और वैचारिक है। यह प्रश्न केवल खड़ा होना या न होना का नहीं, बल्कि इस बात का है कि भारत अपने राष्ट्रवाद को कैसे परिभाषित करता है, अनिवार्यता से या स्वेच्छिक सम्मान से। यदि यह संतुलन साधा गया, तो वंदे मातरम अपनी ऐतिहासिक गरिमा को बनाए रखते हुए आधुनिक भारत की लोकतांत्रिक आत्मा का प्रतीक बन सकता है।

बोर्ड परीक्षा के दौरान तनाव और चिंता से कैसे बचें...

डॉ. विजय गर्ग

बोर्ड परीक्षाएं छात्र के शैक्षणिक जीवन का एक महत्वपूर्ण चरण होती हैं। वे अक्सर दबाव, अपेक्षाओं और अज्ञात का डर लेकर आते हैं। हालांकि तनाव का एक निश्चित स्तर छात्रों को अध्ययन करने के लिए प्रेरित कर सकता है, लेकिन बहुत अधिक तनाव और चिंता एकाग्रता, स्मृति और समग्र कल्याण को नुकसान पहुंचा सकती है। इस दबाव को प्रबंधित करना सीखना उतना ही महत्वपूर्ण है जितना कि परीक्षा की तैयारी। तनाव कम करने का सबसे प्रभावी तरीका उचित योजना बनाना है। एक यथार्थवादी अध्ययन समय-सारिणी बनाने से विशाल पाठ्यक्रम को छोटे, प्रबंधनीय भागों में विभाजित करने में मदद मिलती है। जब छात्रों को पता होता है कि उन्हें क्या पढ़ना है और कब, तो उनमें भारीपन की भावना कम हो जाती है। इससे नियंत्रण की भावना भी पैदा होती है, जो स्वाभाविक रूप से चिंता को कम करती है। नियमित ब्रेक और संतुलित दिनचर्या समान रूप से महत्वपूर्ण हैं। लंबे समय तक लगातार अध्ययन करने से मन थक सकता है। छोटे-छोटे ब्रेक, हल्के स्ट्रेचिंग या त्वरित सैर मस्तिष्क को तरोताजा कर सकती हैं और ध्यान केंद्रित करने में सुधार कर सकती हैं। इसके साथ ही, पर्याप्त नींद लेना भी आवश्यक है। नींद स्मृति को सुदृढ़ करने में मदद करती है और भावनाओं को स्थिर रखती है। देर रात तक बैठने से चिंता बढ़ सकती है और प्रदर्शन कम हो सकता है। स्वस्थ भोजन और जलयोजन भी तनाव प्रबंधन में भूमिका निभाते हैं। पौष्टिक भोजन, फल और भरपूर पानी ऊर्जा के स्तर को स्थिर रखता है। अत्यधिक कैफीन या जंक फूड से बेचैन बड़ सकता है और नींद में खलल पड़ सकता है, जिससे चिंता बढ़ती है। एक अन्य शक्तिशाली उपकरण सकारात्मक सोच और आत्म-चर्चा है। कई छात्र लगातार यह सोचकर अनावश्यक भय पैदा करते हैं कि, अगर मैं असफल हो जाऊं तो क्या होगा? या मैं ऐसा नहीं कर सकता। ऐसे विचारों को सकारात्मक विचारों से प्रतिस्थापित करने से, जैसे कि मैं तैयार हूँ, मैं तैयार हूँ या मैं अपना सर्वश्रेष्ठ प्रयास करूंगा, आत्मविश्वास बढ़ता है। गहरी सांस लेने, ध्यान करने या सरल विश्राम अभ्यास से घबराहट के क्षणों में मन शांत हो सकता है। दोस्तों या सहपाठियों के साथ तुलना करने से बचें। प्रत्येक छात्र की गति, सीखने की शैली और ताकत अलग-अलग होती है। अंकों, अध्ययन के घंटों या मॉक



टेस्ट स्कोर की तुलना करने से केवल दबाव बढ़ता है और आत्म-सम्मान कम होता है। दूसरों के साथ प्रतिस्पर्धा करने के बजाय अपनी प्रगति पर ध्यान केंद्रित करें। माता-पिता, शिक्षकों और मित्रों का समर्थन योजना के साथ र अज्ञात पर विजय प्राप्त करने वाला अक्सर नियंत्रण से बाहर होने की भावना से उत्पन्न होती है। संरचना इससे प्रतिस्पर्धा से बचने के लिए सबसे अच्छा उपाय है। छोटे-छोटे टुकड़ों की शक्ति: 200 पृष्ठों वाली पाठ्यपुस्तक को देखने के बजाय, उसे रूढ़ीय लक्ष्यों में विभाजित करें एक विशिष्ट अध्याय को पूरा करना जीत जैसा लगता है, जिससे डोपामाइन निकलता है और तनाव कम होता है। यथार्थवादी समय-सारिणी: ऐसे र आकांक्षी कार्यक्रम से बचें जो सांस लेने के लिए समय नहीं देते। एक अच्छी योजना में 50 मिनट का अध्ययन और उसके बाद 10 मिनट का विश्राम (पोमोडोरो तकनीक) शामिल होता है। कमजोर क्षेत्रों को प्राथमिकता दें: उन विषयों से निपटें जिनसे आप सबसे अधिक डरते हैं, अपनी ऊर्जा के चरम समय (आमतौर पर सुबह) में ताकि वे पूरे दिन आपके ऊपर हावी न हो जाएं। 2. अपना शरीर को एक एथलीट की तरह समझें आप यह उम्मीद नहीं करेंगे कि कोई कार खाली या खराब गुणवत्ता वाले ईंधन पर दौड़ लगाएगी। आपका मस्तिष्क भी इससे अलग नहीं है। 7-घंटे का नियम: नींद वह समय है जब आपका मस्तिष्क सूचना को अल्पकालिक स्मृति से दीर्घकालिक स्मृति में स्थानांतरित करता है। नींद को कम करने से वास्तव में आपके द्वारा पहले से सीखी गई बातों को भूलने से संभावना बढ़ जाती है। मस्तिष्क भोजन: मीठे स्नैक्स और अत्यधिक कैफीन के स्थान पर मेवे, फल और भरपूर पानी का सेवन करें। शुगर क्रैश पैनिंग अदिक के शारीरिक लक्षणों (दिल के धड़कन, घबराहट) का अनुकरण कर सकता है। तनाव दूर करने के लिए आगे बढ़ें: बाहर 15 मिनट की सैर से कॉर्टिसोल (तनाव हार्मोन) कम हो जाता है और मानसिक धुंध साफ हो जाती है। 3. अपनी मानसिकता पर नियंत्रण रखें आप स्वयं से कैसे बात करते हैं, यह आपके विचार से कहीं अधिक महत्वपूर्ण है। तुलना का खेल बंद करें: हर किसी की तैयारी यात्रा अलग होती है। रपरीक्षा पोस्टमार्टम्स या इस बात पर चर्चा करने से बचें कि अन्य लोगों ने कितने अध्याय पूरे कर लिए हैं; इससे केवल अनावश्यक घबराहट पैदा होती है। सकारात्मक पुनर्चना: र मैं असफल होने जा रहा हूँ कहने के बजाय, र मैं जो मैंने तैयार किया है उससे अपना सर्वश्रेष्ठ करने जा रहा हूँ। घबड़ाहट को लहर महसूस हो, तो बॉक्स ब्रीदिंग का प्रयास करें: 4 सेकंड के लिए सांस लें, 4 सेकंड तक सांस रोकें, 4 मिनट के लिए सांस छोड़ें और 4 घंटे तक रुकें। यह आपके तंत्रिका तंत्र को बताता है कि आप सुरक्षित हैं। 4. परीक्षा के दिन परीक्षा की सुबह र जेनर बनाए रखने के बारे में कोई नया विषय नहीं: परीक्षा से एक घंटा पहले नई सामग्री देखने से बचें। इससे भ्रम पैदा होता है और आरंभ से बचने से जानते हैं, उस पर आपका विश्वास कम हो जाता है। जल्दी पहुंचें: केंद्र की ओर भागने से अनावश्यक र अस्तित्व तनाव बढ़ जाता है जल्दी पहुंचें, अपनी सीट ढूंढें और बैठ जाएं। पेपर का चयन करें: पहले 5 मिनट पूरे पेपर को पढ़ने में बिताएं। उन प्रश्नों से शुरुआत करें जिनके बारे में आप सबसे अधिक आश्वस्त हैं, ताकि गति बनी रहे और किसी भी प्रारंभिक मस्तिष्क को पिछलाया जा सके। त्वरित अनुस्मारक: बोर्ड परीक्षा एक विशिष्ट समय पर किसी विशेष विषय पर आपके ज्ञान का परीक्षण है। यह आपके मूल्यों या आपके सम्पूर्ण भविष्य का प्रतिबिम्ब नहीं है। सेवानिवृत्त प्रधान शैक्षिक स्तंभकार प्रख्यात शिक्षाविद स्टूट कौर चंद एमएचआर मलोट पंजाब

गणतंत्र दिवस पर नन्हे मुन्ने पुष्पों की अभिलाषा।

नन्हे पुष्प की अभिलाषा चाह नहीं मैं सुबखाला के,

चढ़ूँ भाग्य पर इठलाऊँ। मुझे तोड़ लेना वनमाली,

गहनों में गुँथा जाऊँ, चाह नहीं, प्रेमी-माला में,

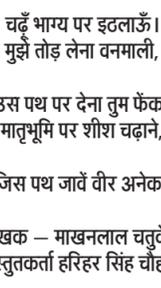
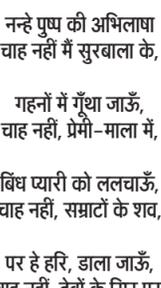
उस पथ पर देना तुम फेंक, मातृभूमि पर शीश चढ़ाने,

बिंध प्यारी को ललचाऊँ, चाह नहीं, सम्राटों के शव,

जिस पथ जावें वीर अनेक।

पर हे हरि, डाला जाऊँ, चाह नहीं, देवों के सिर पर,

लेखक - माखनलाल चतुर्वेदी प्रस्तुतकर्ता हरिहर सिंह चौहान



असम : छठी अनुसूची पर भाजपा-काँर्पोरेट का हमला : (आलेख : भूपेन सरमा, अनुवाद : संजय पराते)

1826 में ब्रम्पण घटी पर कच्चे के बाद, ब्रिटिश उपनिवेशवाद ने धीरे-धीरे आस-पास की पराडियों और मैदानों को अपने अधीन कर लिया और उच्च असम के औपनिवेशिक प्रांत में मिला लिया। औपनिवेशिक प्रांत का इलाका काफी बढ़ाया गया, जिसमें 1830 में कछार मैदान, 1833 में खासी पराडियों, 1835 में जयंतिया मैदान, मौजूदा कार्बी आंगलोन और उत्तरी कछार के इलाके क्रमशः 1838 और 1854 में, 1866-1904 के दौरान बना पराडियों, 1872-73 में गारो पराडियों और 1890 में तुशाई पराडियों शामिल थीं। इसलिए, असम के औपनिवेशिक नक्शे में गंगपुत्र और विपुत्र की दो रियासतों को छोड़कर लगभग पूरा उत्तर-पूर्वी भारत शामिल था।

औपनिवेशिक बलिष्कार

बहरहाल, पराडियों में औपनिवेशिक प्रशासन को मजबूत करने की प्रक्रिया में, आदिवासी समाजों को बाकी औपनिवेशिक भारत, जिसमें असम के मैदान भी शामिल थे, के साथ किसी भी सामाजिक-राजनीतिक और आर्थिक एकीकरण से दूर रखने के सबत प्रयास किए गए। प्रशासनिक उपाय मुख्य रूप से असम के मैदानों के प्राकृतिक संसाधनों का बेरुमी से शोषण सुनिश्चित करने के लिए बनाए गए थे, और इस प्रक्रिया के साथ पराडियों (आदिम और जंगली) और घाटियों (सख्त) के बीच एक मानवशास्त्रीय विभाजन भी किया गया। सांस्कृतिक, राजनीतिक और प्रशासनिक विभाजन की शुरुआत 1873 के इनर लाइन रेगुलेशन से हुई और यह 1935 के भारत सरकार अधिनियम तक जारी रहा, जिसके बीच में कई अन्य उपायों से इसे और मजबूत किया गया। भारत सरकार (बलिष्कृत और आंशिक रूप से बलिष्कृत क्षेत्र) आदेश, 1936 के बाद, वर्तमान अरुणाचल प्रदेश, नागालैंड, मिजोरम और उत्तरी कछार पराडियों के भौगोलिक क्षेत्रों को बलिष्कृत क्षेत्रों के रूप में वर्गीकृत किया गया, और वर्तमान मेघालय राज्य और वर्तमान

असम के कार्बी आंगलोन जिले को आंशिक रूप से बलिष्कृत क्षेत्र की श्रेणी में रखा गया। प्रांतीय विधायिका की शक्तियाँ बलिष्कृत और आंशिक रूप से बलिष्कृत क्षेत्रों तक नहीं बढ़ाई गई थीं। इस तरह के बलिष्करण का सरल औपनिवेशिक तर्क यह था कि पराडियों का ज़ूमिया (ज़ूम खेती करने वाले) समाज, जिनके पास उत्पादन के लगभग आदिम उपकरण और ज़मीन का सामुदायिक स्वामित्व था, औपनिवेशिक राजमाने में शायद ही कोई अधिरोध दे सकते थे। यह स्पष्ट है कि असम की घाटियों में औपनिवेशिक पुंजी, श्रम और रास्त्रव को मजबूत करना, औपनिवेशिक तर्क के लिए प्राथमिक दिशा थी, जिसके कारण वे आसपास की पराडियों पर रहने वाले अनिश्चित आदिवासी समुदायों को अपने स्वायत्त सामाजिक ढांचों के साथ मिलाना चाहते थे, जो उस औपनिवेशिक राजनीतिक अर्थव्यवस्था के प्रति शत्रुतापूर्ण थे, जिसने मैदानों में शक्ति पकड़ना शुरू कर दिया था।

औपनिवेशिक प्रशासन के बलिष्करण वाले उपायों ने पराडों में अखिल भारतीय राष्ट्रवादी विचारों के प्रभाव को निश्चित रूप से सीमित कर दिया था। फिर भी, कई दूसरे कारकों में -- जैसे बढ़ती साक्षरता, दूसरे विश्व युद्ध के दौरान और बाद में व्यापार और कारोबार के जरिए बाहरी लोगों से संपर्क, युद्ध के बाद पूर्व-सैनिकों का क्षेत्र से बाहर के अनुभव साथ लेकर लौटना, साथ ही पड़ोसी इलाकों में स्वतंत्रता आंदोलन का प्रभाव -- इन सबके पराडों में राष्ट्रवाद के विकास को योगदान दिया। इसका नतीजा यह हुआ कि अलग-अलग राजनीतिक संगठन सामने आए, खासकर 1930 के दशक के आरंभ से। अपने शक्ति-रिवाजों की सुरक्षा और संरक्षण के लिए स्वायत्तता और अपनी पत्यान को मजबूत करना, उनका साझा राजनीतिक एजेंडा था।

छठी अनुसूची

जब भारत आजादी की ओर बढ़ रहा था और बंटवारे के तर्क को स्वीकार कर रहा था, तो उभरते हुए राष्ट्र-राज्य की

राजनीतिक तर्कसंगतता के लिए जरूरी था कि क्षेत्र में से रहे राजनीतिक घटनाक्रमों को ध्यान में रखते हुए, सीमावर्ती इलाकों को एकीकृत करने के लिए एक अद्वैत तरीके से डिजाइन की गई पॉलिसी बनाई जाए। पराडियों के राजनीतिक एकीकरण के संबंध में, सवाल यह था कि राजनीतिक स्वायत्तता की उनकी आकांक्षाओं को कैसे पूरा किया जाए। स्थिति की सही समझ बनाने की जरूरत को देखते हुए, 1947 में गोंपौनाथ बोरोलोरों की अध्यक्षता में संविधान सभा की एक उप-समिति, जिसे उत्तर-पूर्वी सीमा (असम) जनजातीय और बलिष्कृत क्षेत्र उप-समिति कहा गया, का गठन किया गया। इस उप-समिति ने असम के पराडी जिलों में गति पकड़ चुकी स्वायत्तता की राजनीतिक आकांक्षाओं को केंद्रीकृत आधार वाली राष्ट्रीय राजनीतिक प्रणाली में शामिल करने का प्रयास किया। एकीकरण का यह साधन संविधान सभा द्वारा पारित किया गया, जिससे संविधान की छठी अनुसूची बनी।

इसी के अनुसार, 1952 में यूनाइटेड खासी-जयंतिया लिस्ट जिले, गारो लिस्ट जिले, तुशाई (मिजो) लिस्ट जिले में जिला परिषदों का गठन किया गया, और नॉर्थ कछार और मिर्कर लिस्ट जिलों, दोनों को मिलाकर एक प्रशासनिक जिला बनाया गया। इस व्यवस्था में असम के औपनिवेशिक नक्शे को बदले बिना, पराडों और मैदानों का राजनीतिक और सांस्कृतिक एकीकरण करने की बात सोची गई थी। बहरहाल, जैसे-जैसे संवैधानिक व्यवस्था स्वायत्त जिलों के रूप में सामने आई, उभरते हुए नाना मध्यम वर्ग के राजनीतिक नेताओं की स्वायत्तता और नाना जीवन शैली की सुरक्षा की मांग को पूरा करना असंभव हो गया। असम के अन्य पराडी जिलों में, भारतीय संविधान द्वारा दी गई स्वायत्तता एक स्वीकार्य प्रस्ताव था। बहरहाल, पराडी क्षेत्रों के राजनीतिक नेताओं ने भारत के संघीय ढांचे के भीतर रहते हुए और आंशिक शक्ति प्राप्त के लिए प्रयास किया, और राज्य पुनर्गठन आयोग के गठन के बाद

जिला परिषदों को मिलाकर अलग पराडी राज्यों के लिए आंदोलन किया। अलग पराडी राज्य के लिए आंदोलन को गारो, खासी और जयंतिया लिस्ट में बहुत लोकप्रिय समर्थन मिला, जबकि अन्य जिला परिषदों के नेतृत्व में जिला परिषद की संस्था को अधिक शक्तियाँ देना परसंद किया। 1960 के दशक की शुरुआत में मिजो नेशनल फ्रंट (एनएनएफ) के सामने आने के साथ तुशाई लिस्ट में राजनीतिक आंदोलन ने हिंसक रूप ले लिया, जिससे उसके पृष्ठतावादी मंसूबे साफ हो गए। अलग-अलग पराडी जनजातियों द्वारा, चारें हिंसक ले या शांतिपूर्ण तरीकों से, राजनीतिक दावों के कारण, असम का राजनीतिक नक्शा फिर से बनाने की प्रक्रिया 1960 के दशक की शुरुआत से लेकर 1980 के दशक के मध्य तक जारी रही। नागालैंड 1962 में एक अलग राज्य बना, मेघालय को 1969 में असम से अलग किया गया, जबकि मिजोरम को 1986 में राज्य का दर्जा मिला। मिर्कर और नॉर्थ कछार लिस्ट जिलों को मेघालय में शामिल होने का विकल्प दिया गया था, लेकिन जिला परिषदों ने भारी बलुत से असम के साथ रहने का फैसला किया। पहले असम के दो पराडी जिलों, कार्बी आंगलोन (पहले मिर्कर लिस्ट) और रिमा हसाओ (पहले नॉर्थ कछार लिस्ट) का राजनीतिक नेतृत्व उच्च दी गई स्वायत्तता से काफी हद तक संतुष्ट था, बाद में उन्होंने भी एक अलग राज्य की मांग शुरू कर दी। सशस्त्र उत्रावाद उनकी मुख्य रणनीति बन गई।

जब संविधान बनाया गया था, तो मैदानी जनजातियों को स्वायत्तता के किसी भी विचार से बाहर रखा गया था, यह मानकर कि वे संस्कृतिकरण की चल रही प्रक्रिया के जरिए बड़े अस्थायी समाज में विल-मिल जायेंगे। बहरहाल, बड़े दिमाने पर आद्रवासन के बीच ज़मीन की सुरक्षा की उनकी मांग को आजादी के तुरंत बाद ट्राइबल बेल्ट और ब्लॉक बनाकर पूरा किया गया। फिर भी, जब अलग राज्य की उनकी मांग को सशस्त्र संघर्ष से मजबूती मिली, तो उत्रावादियों के एक गुट को

2002 में बातचीत की मेज पर लाया गया, ताकि एक समझौता किया जा सके, जिसके परिणामस्वरूप संविधान की छठी अनुसूची के तहत बोर्डोलैंड टैरिटोरियल कॉर्रिसल (बीटीसी) नामक एक स्वायत्त परिषद द्वारा शासित बोर्डोलैंड टैरिटोरियल एरिया डिस्ट्रिक्ट्स का गठन हुआ। छठी अनुसूची के प्रावधानों के तहत, स्वायत्त जिला परिषदों को विधायी, ब्यापिक, कार्यकारी और वित्तीय शक्तियाँ दी गई हैं। बहरहाल, संविधान द्वारा आदिवासी समाजों को दी गई स्वायत्तता का एक अन्वयाह नतीजा यह हुआ कि एक छोटा-सा राजनीतिक गुट बन गया, जो राज्य की सुविधाओं का एक बड़ा हिस्सा हड़त रहा था। जाहिर है, यह नया अमरता हुआ आदिवासी गुट केंद्र और राज्य दोनों में सत्ता में मौजूद बड़ी राजनीतिक ताकतों का स्वाभाविक सहयोगी बन गया।

छठी अनुसूची का उल्लंघन

अब भाजपा सरकार के क़रीबी सहयोगी होने के नाते, छठी अनुसूची के तहत गठित असम की सभी स्वायत्त जिला परिषदों का मौजूदा नेतृत्व कॉर्पोरेट घरानों के प्रति अपनी वक़दारी दिखा रहा है। निर्देश के अनुसार, स्वायत्त परिषदों का राजनीतिक नेतृत्व अपनी विधायी शक्तियों का खुलेआम दुरुपयोग कर रहा है, जिसमें आरक्षित वन को छोड़कर, अन्य भूमि का आबंटन, कच्चा या उपयोग और गैर-आरक्षित किसी भी जंगल का प्रबंधन शामिल है। एक रिपोर्ट के अनुसार, पिछले कुछ सालों में, कार्बी आंगलोन में अंबानी समूह से जुड़ी एक परियोजना के लिए 6000 एकड़ ज़मीन आर्बीट की जानी थी, जिससे अलग-अलग आदिवासी समुदायों के लगभग 90,000 लोग विस्थापित हो जाते। इसी तरह, कोकराझार जिले के परबतगंजोरा सब-डिवीजन में, अजानी समूह को एक धर्मसु पावर प्लांट के लिए 1,134 एकड़ से ज्यादा ज़मीन आर्बीट करने की भी कोशिश की गई। दीमा हसाओ जिले में भी यही स्थिति है। नॉर्थ कछार लिस्ट स्वायत्त परिषद ने कोलकाता की एक निजी कंपनी को सीमेंट प्लांट लगाने के

जातिगत भेदभाव देश के लिए बहुत बड़ा नासूर है, जातिगत भेदभाव को एकजुटता से रोका जाना चाहिए

अखिर खमखा भेदभाव, जात पात, ऊच नीच और गरीब कमजोर पर अन्याय करना ही क्यों है? क्या हम अन्याय करने वालों को समझा नहीं सकते? गलत करने वालों को रोक नहीं सकते? क्या आप के लिए भेदभाव, जात पात, ऊच नीच और अन्याय करना – गरीब कमजोरों को मारना और हिन्दू समाज की एकता को तोड़ना बहुत ही जरूरी है?

वर्षों तक, हिन्दू एकता को तोड़ने वाले इसी खतरनाक भेदभाव, जात-पात, ऊच-नीच, अन्याय, जातिगत अहंकार, लालच, और निजी स्वार्थ के जहरीले रोगों (कैंसर) के कारण 12 सी साल से अधिक खमखा हमारा शांतिप्रिय, सम्पन्न और विशाल भारत देश चंद विदेशियों का गुलाम बना रहा। फिर भी हमने जातिगत अहंकार, लालच, निजी स्वार्थ, जातिगत सिस्टम और जातिवादी इतिहास से कुछ भी नहीं सीखा?

अरे, भाई अब तो मान जाओ – बिड़ंबना देखिए दुर्भाग्य से आज भी कुछ सत्ता के लालची उसी बर्बादी की राह पर चल रहे हैं– क्या आज भी हम अपने देश को इस जातिवाद, जातिगत अहंकार, लालच, और निजी स्वार्थ के चलते फिर से वही बनाना चाहते हैं?

उत्तर प्रदेश। हिन्दू एकता को तोड़ने वाले खतरनाक भेदभाव, जात-पात, ऊच-नीच, अन्याय, गुंडागर्दी, जातिगत अहंकार, लालच, और निजी स्वार्थ जैसे इन गंभीर विषय पर गहरी चिंता व्यक्त करते हुए गरीब कमजोर मजदूर वर्ग के लोगों ने बताया कि जातिगत भेदभाव देश के लिए बहुत बड़ा नासूर है। जातिगत भेदभाव को एकजुटता से रोका जाना चाहिए, देशहितमें, येकामसाफनियमसे करना चाहिए, आज कुछ लोग सिर्फ अपना सियासी उल्लू संधा करने के लिए

जात पात के नाम पर लोगों को बहका और भड़काने का काम कर रहे हैं। देश व हिन्दू समाज हित में, अब इस खतरनाक जातिवाद के पिरामिड को तोड़ने के लिए सख्त से सख्त नियम कानून बनाए जाने चाहिए। क्यूकी लचीले नियम बनाने से तो उल्टा कमजोर और गरीब लोगों पर अत्याचार और गुंडागर्दी और बढ़ जाती है जातिवाद की आड़ में बेकसूर बेबजह अत्याचार सहते हैं। अत्याचार करने वालों को कानून का कोई डर नहीं होता वो खुलेआम पागलों की तरह अपनी मनमानी करते हैं। जातिगत भेदभाव के नाम पर गुंडागर्दी करने वालों पर कड़ी से कड़ी कार्रवाई होनी चाहिए किसी भी गरीब कमजोर पर अब अत्याचार नहीं होना चाहिए। जातिगत भेदभाव देश के लिए नासूर है ऐसे मामलों में दोषी के खिलाफ सख्त सजा का प्रावधान होना चाहिए।

UGC Act 2026 : अखिर भेदभाव, जात-पात, ऊच-नीच और अन्याय करना ही क्यों है? क्या हम अन्याय करने वालों को समझा नहीं सकते। मोदी जी और योगी जी महाराज जी का उद्देश्य हजारों सालों से जातिवाद की जंजीरों में जकड़े हिन्दूओं को अब एकजुट करना है। क्यूकी दुश्मन सिर्फ बाँर्डर के उस पार ही नहीं होता घर के अंदर भी होता है। क्या आप के लिए भेदभाव, जात-पात, ऊच-नीच और अन्याय करना गरीब कमजोरों को मारना, खमखा गुंडागर्दी करना और बहुसंख्यक हिन्दू समाज की एकता को तोड़ना बहुत ही जरूरी है?

लोग बोलें – देश में रहकर – देश का खाकर – अपने ही देश के तैतन टुकड़े करने वाले नमक हराम उसी देश में आराम से रह रहे हैं – एक और टुकड़ा अलग करने के लिए लेकिन जब से मोदी योगी सत्ता में बैठा है, तब से खुदा कसम देश के टुकड़े करने वालों में रआगर लगी पड़ी हुई है, और इसी जलन के कारण हर रोज नया नया बखेड़ा खड़ा करते हैं। जबकि दूसरों से जलने वाली इस विचारधारा ने 60 साल पूरा मनमानी से राज किया लेकिन सिर्फ 10



साल सत्ता कि मलाई ना मिलने के कारण खूनी हाथ के वो सभी काले कउये पागल से हो गए हैं। अब सत्ता पाने के लिए (तख्ता पकड़) कुछ भी करने को तैयार हैं बस सत्ता बापस मिल जाए। लेकिन अब तक अपने ही देश और हिन्दू समाज को गुमराह करने और भड़काने के लिए की गयी इनकी हरकतों एवं फतिरतों से देश को तोड़ने वालें लालचीयों की सत्ता दुबारा पाने की कहानी गरीब कमजोर असहाय मजदूर वर्ग के वोटर को अच्छी तरह समझ आ गयी हैं..... कुछ को छोड़ के – अब खूनी हाथ पर कोई भरोसा नहीं करता। इसलिए काले कऊए अब मोदी और योगी जी द्वारा किये गए सराहनीय कामों को गलत बताकर पागलों की तरह रात दिन हर बात हल्ला मचाते हैं, और यही सत्ता के लालचीयों की फ़िल्म का एंड है।

क्या आप देश में रहकर, देश का खाकर, देश व हिन्दू समाज की एकता को तोड़ रहे हैं, तब से खुदा कउड़े करने वाले खूनी हाथ के काले कऊओं द्वारा 10 साल से किसी भी तरह मोदी और योगी को हटाने और देश को तोड़ने और रमोदी सरकार का जबरड़ से तख्ता पलट कर देने वाली खतरनाक साजिश करने वाली गैंग का हिस्सा तो नहीं?

वर्षों तक, हिन्दू एकता को तोड़ने वाले इसी खतरनाक भेदभाव, जात-पात, ऊच-नीच, जातिगत अहंकार, लालच, और निजी स्वार्थ के जहरीले रोगों (कैंसर) के कारण 12 सी साल से अधिक खमखा हमारा शांतिप्रिय, सम्पन्न और विशाल भारत देश चंद विदेशियों का गुलाम बना

रहा। फ़रि भी हमने जातिगत अहंकार, लालच, निजी स्वार्थ, जातिगत सिस्टम और जातिवादी इतिहास से कुछ भी नहीं सीखा। अरे, भाई अब तो मान जाओ। बिड़ंबना देखिए दुर्भाग्य से आज भी कुछ सत्ता के लालची उसी बर्बादी की राह पर चल रहे हैं। क्या आज भी हम अपने देश को इस जातिवाद, जातिगत अहंकार, लालच, और निजी स्वार्थ के चलते फिर से वही बनाना चाहते हैं?

लेकिन अब मोदी जी और योगी जी के तैजी से तरक्की करते नये भारत में देश का वोटर किसी की देश तोड़ने वाली जबरड़ और खमखा की मनमानी बर्दास्त नहीं करेगा। इसलिए शांति से जियो और कमजोर एवं गरीबों को भी जीने दें। जय हिन्द!

उन्होंने आगे बताया कि UGC ने उच्च शिक्षण संस्थानों में "Equity Committee" का प्रावधान किया है - SC, ST के साथ OBC को भी इसमें शामिल किया गया है। यह फैसला यूँ ही नहीं आया। UGC खुद मानता है कि अब तक के "लचीले प्रावधान" कैपसों में जातिगत अन्याय और भेदभाव को कम करने में नाकाम रहे हैं। और यह सिर्फ एक दावा नहीं, बल्कि आधिकारिक आँकड़ों से साबित सच्चाई है।

UGC के अनुसार 2019-20 से 2023-24 के बीच उच्च शिक्षण संस्थानों में जातिगत भेदभाव की शिकायतें 118% से ज्यादा बढ़ी है - 173 से बढ़कर 378 तक। यह साफ़ बताता है कि समस्या "छिप्टुट घटनाओं" की नहीं, बल्कि



सुरक्षा की लगातार बात कर रहे हैं। यदि तनाव और बढ़ता है तो दक्षिण एशिया की क्षेत्रीय स्थिरता खतरे में पड़ सकती है। यह विवाद अब केवल दो देशों तक सीमित न रहकर व्यापक भू राजनीतिक संतुलन को चुनौती देने लगा है।

बांग्लादेश की आंतरिक राजनीति पर से ही तीव्र उथल पुथल के दौर से गुजर रही है। अंतरिम सरकार पर चुनाव टालने, पक्षपात और दमन के आरोप लगातार गहराते जा रहे हैं। शोख हसीना का भाषण विपक्ष को मनोवैज्ञानिक और राजनीतिक



चेरलापल्ली स्थित शिखारा ट्राइवेल सोसायटी चेरलापल्ली में ध्वजारोहण का कार्यक्रम आयोजित। इस अवसर पर इन्द्रपाल सैनी, विकास शर्मा, गौरव सैनी, प्रियंका सैनी, सुलोचना सैनी, गोपाल सैनी, सौरभ सैनी, रिया सैनी सहित समस्त सोसायटी के सदस्य उपस्थित रहे।



शापुर नगर स्थित रामराम रोड में आयोजित गणतंत्र दिवस कार्यक्रम में इस अवसर पर दुर्गाराम मुलेवा, मंगलराम पंवार, बंशीलाल प्रजापत, हरीसिंह उदावत, कानाराम बर्फा, अशोक हाम्बड़, चुतारराम, जोराराम सोलंकी, सेसाराम पंवार, रमेश, नरेश, सुरेश, व अन्य उपस्थित रहे

एक भाषण, अनेक दरारें: बांग्लादेश संकट का नया अध्याय

प्रो. आरके जैन "अरिजीत"

शोख हसीना का भारत से दिया गया पहला सार्वजनिक संबोधन बांग्लादेश की राजनीति में अचानक आए तूफान की तरह सामने आया है। अगस्त 2024 के छात्र आंदोलन के बाद सत्ता छोड़कर भारत में शरण लेने वाली पूर्व प्रधानमंत्री ने दिल्ली से वचुअल माध्यम द्वारा देश को संबोधित किया। निर्वाचन के बाद यह उनका सबसे प्रभावशाली और आक्रामक सार्वजनिक वक्तव्य था। इस भाषण में उन्होंने अंतरिम सरकार की वैधता, लोकतांत्रिक संस्थाओं की स्थिति, मानवाधिकारों के हनन और आगामी चुनावों की निष्पक्षता पर सीधे प्रहार किए। यह संबोधन महज राजनीतिक टिप्पणी नहीं रहा, बल्कि उसने बांग्लादेश की आंतरिक राजनीति, क्षेत्रीय शक्ति संतुलन और भारत बांग्लादेश संबंधों को नए सिरे से बहास के कठघरे में खड़ा कर दिया।

हसीना ने अपने भाषण में अंतरिम सरकार के प्रमुख मोहम्मद यूनुस पर तीखे और सनसनीखेज आरोप लगाए। उन्होंने कहा कि बांग्लादेश आज खुन से लथपथ है और देश को जानबूझकर अंधेरे की खाई में धकेला जा रहा है। उनके अनुसार मौजूदा शासन में अल्पसंख्यकों पर सुनियोजित हमले हो रहे हैं और महिलाओं के साथ अत्याचार आम बात बन चुकी है। हसीना ने हजारों निर्दोष नागरिकों की गिरफ्तारी का आरोप लगाते हुए इसे

दमनकारी शासन की पहचान बताया। उन्होंने इस हालात को लोकतंत्र की खुली हत्या करार देते हुए जनता से प्रतिरोध और विद्रोह की अपील की, जिससे अवामी लीग समर्थकों में नया जोश और आत्मविश्वास दिखाई देने लगा।

यह विस्फोटक भाषण ऐसे समय सामने आया है जब फरवरी 2026 में प्रस्तावित आम चुनाव राजनीतिक तापमान को तेजी से ऊपर ले गया है। अवामी लीग इसे लोकतांत्रिक संघर्ष के निर्णायक मोड़ के रूप में देख रही है, जबकि विपक्षी दल और अंतरिम सरकार इसे सत्ता में वापसी की सुनियोजित साजिश बता रहे हैं। भाषण के तुरंत बाद बांग्लादेश के कई शहरों में विरोध प्रदर्शन तेज हो गए। सड़कों पर भारत विरोधी नारे गुंजने लगे और छात्र संगठनों ने इसे विदेशी हस्तक्षेप करार दिया। इन घटनाओं ने देश के भीतर अस्थिरता, अविश्वास और राजनीतिक ध्रुवीकरण को और गहरा कर दिया।

ढाका की अंतरिम सरकार ने शोख हसीना के संबोधन पर तीखी और सख्त औपचारिक प्रतिक्रिया दर्ज कराई। बांग्लादेश के विदेश मंत्रालय ने इस भाषण को घृणा फैलाने वाला, उकसाने वाला और अस्थिरता बढ़ाने वाला करार दिया। मंत्रालय का कहना था कि भारत द्वारा ऐसा मंच उपलब्ध कराना अंतरराष्ट्रीय कूटनीतिक मानदंडों का गंभीर उल्लंघन है। सरकार ने हसीना को जनसहार की

दोषी और खूनी तानाशाह तक कहने में संकोच नहीं किया। साथ ही भारत से स्पष्ट मांग की गई कि वह उन्हें किसी भी प्रकार की राजनीतिक गतिविधि से रोके। प्रत्यर्पण की पुरानी मांग दोहराते हुए यह चेतावनी भी दी गई कि इस घटना से द्विपक्षीय संबंध गंभीर संकट की ओर बढ़ सकते हैं।

भारत की स्थिति इस पूरे विवाद में बेहद नाजुक और कठिन बनकर उभरी है। दिल्ली का आधिकारिक रुख यही रहा है कि शोख हसीना को विशुद्ध रूप से मानवीय आधार पर शरण दी गई है और उनकी राजनीतिक गतिविधियों पर स्पष्ट रोक है। इसके बावजूद बांग्लादेश का आरोप है कि भारत की धरती से ऐसा सार्वजनिक और राजनीतिक रूप से उकसाने वाला भाषण देना विश्वासघात के समान है। इस प्रकरण का असर दशकों से चले आ रहे सहयोग, व्यापार और सुरक्षा संबंधों पर सीधा पड़ सकता है। यह घटना दिखाती है कि शरण और राजनीति के बीच की सीमा कितनी धुंधली, संवेदनशील और जटिल हो चुकी है।

अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी इस घटनाक्रम की गुंज तेजी से सुनाई दे रही है। चीन और पाकिस्तान जैसे देश इसे भारत विरोधी अवसर के रूप में देख रहे हैं और बांग्लादेश में अपनी कूटनीतिक पकड़ मजबूत करने की कोशिश कर सकते हैं। अमेरिका और संयुक्त राष्ट्र स्थिति पर क़रीबी नजर बनाए हुए हैं और शांतिपूर्ण चुनाव तथा मानवाधिकारों की

की राजनीतिक सक्रियता हमेशा अत्यंत संवेदनशील और जोखिम भरा विषय रही है। भारत को भविष्य में अधिक सतर्कता, स्पष्टता और संतुलन का परिचय देना होगा। वहीं बांग्लादेश को भी संवाद, विश्वास बहाली और लोकतांत्रिक प्रक्रिया को मजबूत करने पर गंभीरता से ध्यान देना चाहिए। केवल आरोप प्रत्यारोप से संकट का समाधान संभव नहीं है। कूटनीतिक बातचीत, संयम और अंतरराष्ट्रीय मध्यस्थता ही इस तनाव को कम करने का व्यावहारिक रास्ता बन सकती है।

शोख हसीना का भारत से दिया गया संबोधन किसी एक नेता की व्यक्तिगत प्रतिक्रिया पर नहीं है, बल्कि यह तेजी से बदलते क्षेत्रीय शक्ति समीकरणों में बदल रहा है। यह विवाद पूरे दक्षिण एशिया की स्थिरता को गंभीर रूप से झकझोर सकता है। लोकतंत्र, मानवाधिकार और कूटनीतिक मर्यादा की कसौटी पर लगे हुए मामला लंबे समय तक परखा जाता रहेगा। अंततः शांति, सार्थक संवाद और जिम्मेदार नेतृत्व ही इस जटिल संकट का टिकाऊ समाधान निकाल सकते हैं।

ईमेल: rtrikjain@gmail.com

झारखंड के राज्यपाल ने सम्मान के साथ शहिद स्मारक में फहराया तिरंगा

रांची का शहिद स्मारक वह पवित्र भूमि है 1858 में विश्वनाथ शाह देव तथा पांडे गणपत राय के फांसी स्थल बनने का

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड - झारखंड

रांची, राजधानी रांची के शहीद चौक के समीप और जिला स्कूल परिसर में स्थित ऐतिहासिक शहीद स्मारक एक बार फिर गणतंत्र दिवस के अवसर पर राष्ट्रभक्ति के रंग में रंगा नजर आया। 1857-58 के स्वतंत्रता संग्राम में अपने प्राणों की आहुति देने वाले वीर शहीदों को समर्पित इस स्थल पर आयोजित गणतंत्र दिवस समारोह में झारखंड के राज्यपाल संतोष गंगवार ने पूरे सम्मान और गरिमा के साथ तिरंगा फहराया और शहीदों को श्रद्धांजलि अर्पित की।

सुबह से ही शहीद स्मारक परिसर में उत्सव का माहौल बना हुआ था। सुरक्षा व्यवस्था के बीच प्रशासनिक अधिकारी, जनप्रतिनिधि, शहीद स्मारक समिति के सदस्य, स्कूली छात्र और आम नागरिक बड़ी संख्या में समारोह में शामिल हुए, जैसे ही राज्यपाल ने तिरंगा फहराया, पूरा परिसर भारत माता की जय और वंदे मातरम के नारों से गुंज उठा। राष्ट्रगान के दौरान मौजूद हर व्यक्ति का सिर गर्व से ऊंचा नजर आया।



शहीद स्मारक स्वतंत्रता संग्राम का एक महत्वपूर्ण प्रतीक माना जाता है। इसी स्थल पर 16 अप्रैल 1858 को ठाकुर विश्वनाथ शाहदेव और 21 अप्रैल 1858 को पांडे गणपत राय को अंग्रेजी हुकूमत ने फांसी दी थी। इतिहासकारों के अनुसार यह स्थान न केवल दो महान शहीदों, बल्कि 1857-58 के जन आंदोलन में शामिल कई स्वतंत्रता सेनानियों की कुर्बानी का साक्षी रहा है। गणतंत्र दिवस के अवसर पर इन शहीदों के बलिदान को याद करते हुए पुष्प अर्पित किए गए।

कार्यक्रम के दौरान, शहीद स्मारक

कॉम्प्लेक्स का माहौल देशभक्ति के गानों और प्रेरणा देने वाले नारों से इमोशन और देशभक्ति के जोश से भर गया। स्कूली बच्चों और स्थानीय संगठनों की मौजूदगी ने आयोजन को और भी जीवंत बना दिया। समारोह में उपस्थित लोगों ने शहीदों के त्याग और संघर्ष को याद करते हुए कहा कि आजादी और संविधान की रक्षा का संकल्प ऐसे आयोजनों से और मजबूत होता है। शहीद स्मारक में हर वर्ष 26 जनवरी गणतंत्र दिवस और 15 अगस्त स्वतंत्रता दिवस के मौके पर विशेष राजकीय कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं। यह

परंपरा वर्ष 1957 से निरंतर चली आ रही है। गणतंत्र दिवस पर प्रोटोकॉल के तहत राज्यपाल यहां आकर शहीदों को श्रद्धांजलि देते हैं, जबकि स्वतंत्रता दिवस के दिन मुख्यमंत्री शहीदों के चरणों में पुष्प अर्पित करते हैं। इन दोनों राष्ट्रीय पर्वों पर 40 से अधिक स्वतंत्रता सेनानियों की तस्वीरों पर माला चढ़ाई जाती है। स्थानीय लोगों के लिए शहीद स्मारक सिर्फ एक ऐतिहासिक स्थल नहीं, बल्कि गणतंत्र दिवस और 15 अगस्त स्वतंत्रता दिवस जैसे राष्ट्रीय पर्व पर यहां जुटने वाली भीड़ यह दर्शाती है कि शहीदों

की कुर्बानी आज भी लोगों में जीवित है। युवा पीढ़ी के लिए यह स्थल देशप्रेम, संविधान और लोकतंत्र के मूल्यों को समझने का सशक्त माध्यम बनता है। गणतंत्र दिवस के मौके पर शहीद स्मारक में आयोजित यह समारोह न केवल स्वतंत्रता सेनानियों के बलिदान को नमन करने का अवसर बना, बल्कि लोकतांत्रिक मूल्यों और राष्ट्रीय एकता के संदेश को भी मजबूत करता नजर आया। तिरंगे की शान, देशभक्ति की गुंज और शहीदों को समर्पित यह ऐतिहासिक स्थल राजधानी रांची के लिए एक बार फिर गौरव का प्रतीक बना।

आठवें अमर उजाला-ग्राफिक एरा ज्योतिष महाकुंभ के समापन समारोह में पहुंचे राज्यपाल ले. जन. गुरमीत सिंह (सैन.)

पिकी कुंडू

आठवें अमर उजाला-ग्राफिक एरा ज्योतिष महाकुंभ के समापन समारोह में पहुंचे राज्यपाल ले. जन. गुरमीत सिंह (सैन.) ने कहा कि सभी ज्योतिष सच्चे साइंटिस्ट हैं। उन्हें एआई, क्वांटम, मेटा वर्ल्ड जैसी अत्याधुनिक तकनीकों को आत्मसात करना होगा। जिससे ज्योतिष विद्या का परचम पूरे विश्व में परचम लहराएगा। उन्होंने ये भी कहा 2026 का ये साल भारत के लिए एक नयी दिशा लेकर आएगा।

राज्यपाल ने कहा कि संस्कृत और कंप्यूटर की भाषा में कोई अंतर नहीं है। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, एक्सप्लूट इंटेलिजेंस की ओर बढ़ेगा, जो कि भविष्य में कॉस्मिक इंटेलिजेंस का रूप लेगा। उन्होंने कहा कि क्वांटम सोच के गुरु हनुमान थे, जिन्होंने पूरा पर्वत ही उठा लिया। हनुमान का आत्मविश्वास ऐसा था कि



तकनीकों को आत्मसात करना होगा।

राज्यपाल ने कहा, जैसे टीवी आने के बाद सिनेमा को एक और जन्ममिला था वैसे ही एआई हमारी ज्योतिषविद्या को एक और जन्म देने वाला है। आपने जो यहां इस मंथन में सीखा, उसे पूरी मानवता से साझा कीजिए।

उन्होंने कहा कि क्वांटम सोच के गुरु हनुमान थे, जिन्होंने पूरा पर्वत ही उठा लिया। हनुमान का आत्मविश्वास ऐसा था कि

छाती फाड़ कर अपने मेटा वर्ल्ड के भीतर प्रभु सीता-राम दिखा दिए। हमें शिखर पर पहुंचने के लिए अपनी क्वांटम सोच को बदलना होगा।

कार्यक्रम में देश के बड़े ज्योतिषाचार्यों को भी सम्मानित किया गया जिसमें मुख्य रूप से दुबे पद्मेश, पीडित लेखराज शर्मा, आचार्य पीपीएस राणा, डॉक्टर मनोज न्यूर (राष्ट्रीय अध्यक्ष ज्योतिष महासंघ) आचार्य किशोर धिल्लियाल, शुभी गुप्ता, दीपती सलवान-डॉ संजीव सुतलानी, प्रभा आनंद।

राज्य स्तर पर गणतंत्र दिवस मनाया गया

मनोरंजन शासमल, स्टेट हेड ओड़िशा

भुवनेश्वर: राजधानी भुवनेश्वर के महात्मा गांधी मार्ग पर आज 77वां गणतंत्र दिवस बड़े जोश और उत्साह के साथ मनाया गया। राज्यपाल डॉ. हरि बाबू कंभरपति ने मुख्य अतिथि के तौर पर कार्यक्रम में भाग लिया और राष्ट्रीय ध्वज फहराया और शुभकामनाएं स्वीकार की। राज्यपाल डॉ. हरि बाबू कंभरपति सुबह 8.28 बजे महात्मा गांधी मार्ग पहुंचे और उनके साथ मुख्य सचिव अनु गार्ग, गृह विभाग के अतिरिक्त मुख्य सचिव हेमंत शर्मा, सुरक्षा महानिदेशक वा.बी. खुरानिया, कमंडोर बिक्रम सिंह ने गवर्नर का स्ट्रेज पर स्वागत किया। गवर्नर डॉ. हरि बाबू कंभरपति ने सुबह 8.30 बजे राष्ट्रीय ध्वज



फहराया। परेड कमांडर राकेश कुमार साहू, SDPO, आर. उदयगिरी ने परेड को कंडक्ट किया। डिप्टी कमांडेंट सरत जानी दूसरे कंडक्टर के तौर पर, एडजुटेंट शंखर महापात्रा और स्पेशल ऑफिसर देवराजी हंसदा ने परेड कंडक्ट करने में मदद की। स्टेट पुलिस बैंड के राष्ट्रगान के बाद, 17 मिलिद्री

फोर्सज के कुल 46 ग्रुप्स और अलग-अलग एचकेशनल इस्टीमेट्स के 29 सिविलियन ग्रुप्स ने जॉइंट परेड में हिस्सा लिया। जॉइंट परेड के बाद, अलग-अलग कल्चरल ग्रुप्स ने एक दिलचस्प कल्चरल प्रोग्राम पेश किया। पुरी की रंगशाला के कलाकारों ने 'साहित्य' पेश किया,

जबकि गंजम की विचित्रा बरनाली नाट्य परिषद ने 'पशुमुखा', पुरी की 'बादेही कला परिषद' ने 'बड़ा गावत', कटक की संकीर्तनी कलाकार सभा परिषद ने 'बड़ा गावत', मयूरभंज के शरण मार्शल कल्चरल संघ ने 'डोलायत पटुआर' पेश किया और 'संताली' डॉस से फेस्टिवल में जान डाल दी।

गणतंत्र दिवस पर हेमन्त सोरेन ने लंदन में अंबेडकर के आवास में जाकर उन्हें किया नमन

मुख्यमंत्री ने कहा यह अत्यंत भावुक पल गणतंत्र दिवस पर उनके आवास में होना

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड - झारखंड

रांची/लंदन। गणतंत्र दिवस के पावन अवसर पर आज एक अनूठा और ऐतिहासिक क्षण साक्षी बना, जब मुख्यमंत्री हेमन्त सोरेन को लंदन स्थित भारत रत्न बाबा साहेब डॉ. भीमराव अंबेडकर जी के ऐतिहासिक आवास जाने का अवसर प्राप्त हुआ। इस अवसर को मुख्यमंत्री ने अपने लिए अत्यंत भावुक, प्रेरणादायक और परम सौभाग्य का क्षण बताया।

मुख्यमंत्री ने संविधान निर्माता बाबा साहेब डॉ. अंबेडकर जी को नमन करते हुए कहा कि उनकी



दूरदर्शी नेतृत्व क्षमता और विचारों ने भारत जैसे विविधताओं से भरे देश को एक सशक्त, समावेशी और लोकतांत्रिक राष्ट्र के रूप में स्थापित करने की मजबूत नींव रखी। उन्होंने

कहा कि बाबा साहेब के समावेशी, सशक्त और समानतामूलक समाज के विचार आज भी सामाजिक न्याय और लोकतांत्रिक मूल्यों की सबसे मजबूत आधारशिला हैं।

मुख्यमंत्री ने कहा कि बाबा साहेब ने देश को केवल बराबरी और अधिकारों का संविधान ही नहीं दिया, बल्कि प्रत्येक नागरिक को सम्मान, गरिमा और स्वाभिमान के साथ जीवन जीने का अधिकार भी प्रदान किया। उनके विचार और आदर्श आज भी देश के मार्गदर्शक सिद्धांत बने हुए हैं।

इस अवसर पर माननीय मुख्यमंत्री ने डॉ. अंबेडकर जी के आवास पर रखी गई गेस्ट बुक में अपने भाव और विचार भी अंकित किए।

इस दौरान मुख्यमंत्री के साथ उनकी धर्मपत्नी कल्पना मुर्मू सोरेन, मुख्य सचिव अविनाश कुमार तथा अंबेडकर म्यूजियम के पदाधिकारी उपस्थित रहे।

पंचायत चुनाव समय पर होंगे: मनमोहन सामल

मनोरंजन शासमल, स्टेट हेड ओड़िशा

भुवनेश्वर: जनगणना भी होगी। उसमें कोई बदलाव नहीं होगा। सरकार और चुनाव आयोग पंचायत चुनाव और जनगणना में तालमेल बिठाएंगे। मनमोहन ने कहा कि पंचायत चुनाव तय समय से पहले होंगे। मनमोहन ने कहा था कि जनगणना फरवरी में होगी, इसलिए चुनाव तय समय से पहले हो सकते हैं। जिस पर आज उन्होंने फिर अपना मन बदल लिया।

पिछले शनिवार को BJP के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन सामल ने पार्टी कार्यकर्ताओं को बताया कि अगले साल होने वाली जनगणना के काम को वजह से चुनाव तय समय से करीब 2-3 महीने पहले हो सकते हैं। उन्होंने कार्यकर्ताओं को जमीनी स्तर पर तैयारी तेज करने का निर्देश दिया।

2027 की जनगणना (घरों की

लिस्ट तैयार करना) का पहला चरण 1 अप्रैल से 30 सितंबर, 2026 के बीच होगा। दूसरा चरण, यानी मुख्य जनगणना, फरवरी 2027 में होनी है। पंचायत चुनाव तय समय से पहले नहीं होंगे। तीन लेवल के पंचायत चुनाव तय समय पर होंगे। BJP के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन सामल ने यह जानकारी दी है। मनमोहन ने कहा कि जनगणना 16 अप्रैल से है, इसलिए पंचायत चुनाव और जनगणना के बीच तालमेल बनाए रखा जाएगा। BJP के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन सामल इसमें मौजूद रहे और उन्होंने राष्ट्रीय ध्वज फहराया। गणतंत्र दिवस समारोह में BJP के अन्य नेता और कार्यकर्ता भी मौजूद थे। इस समय, BJP के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन सामल ने राज्य में त्रिस्तरीय पंचायत चुनावों पर एक बड़ा अपडेट दिया है। उन्होंने कहा कि पंचायत चुनाव समय पर ही होंगे। इसे



पहले नहीं किया जाएगा, पंचायत के वोट तय समय पर ही होंगे। राज्य चुनाव आयोग ने भी इस संबंध में तैयारी शुरू कर दी है। भारतीय जनता पार्टी चुनावों के लिए हमेशा तैयार है। BJP के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन सामल ने दी। मनमोहन ने कहा कि जनगणना 16 अप्रैल से है, इसलिए पंचायत चुनाव

साथ होंगे। BJP के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन सामल ने कहा कि पंचायत चुनाव पहले होंगे। पिछले शनिवार को, BJP के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन सामल ने पार्टी कार्यकर्ताओं को सूचित किया कि अगले साल होने वाले जनगणना के काम के कारण चुनाव लगभग 2-3 महीने पहले हो सकते हैं। उन्होंने कार्यकर्ताओं को जमीनी स्तर पर तैयारी तेज करने का निर्देश दिया।

2027 की जनगणना (घरों की लिस्ट बनाना) का पहला फेज 1 अप्रैल से 30 सितंबर, 2026 तक होगा। दूसरा फेज, यानी मेन जनगणना, फरवरी 2027 में होनी है।

पंचायत चुनाव आगे नहीं बढ़ाए जाएंगे। तीन लेवल के पंचायत चुनाव समय पर ही होंगे। यह जानकारी BJP के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन सामल ने दी। मनमोहन ने कहा कि जनगणना 16 अप्रैल से है, इसलिए पंचायत चुनाव

और जनगणना के बीच तालमेल बनाए रखा जाएगा। BJP के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन सामल इस कार्यक्रम में मौजूद थे और उन्होंने झंडा फहराया। गणतंत्र दिवस समारोह में BJP के दूसरे नेता और कार्यकर्ता भी मौजूद थे। इस बीच, BJP के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन सामल ने राज्य में तीन लेवल के पंचायत चुनाव पर बड़ा अपडेट दिया है। उन्होंने कहा कि पंचायत चुनाव समय पर ही होंगे। इसे आगे नहीं बढ़ाया जाएगा, पंचायत के वोट तय समय पर ही होंगे। राज्य चुनाव आयोग ने भी इस संबंध में तैयारी शुरू कर दी है। भारतीय जनता पार्टी चुनावों के लिए हमेशा तैयार है। BJP के प्रदेश अध्यक्ष ने कहा कि चूंकि जनगणना अप्रैल में है, इसलिए पंचायत चुनाव और जनगणना एक साथ होंगे। BJP के प्रदेश अध्यक्ष मनमोहन सामल ने कहा कि पंचायत चुनाव पहले होंगे।



कोरेमुला स्थित श्री आईमाता जी मंदिर बड़े में आयोजित गणतंत्र दिवस कार्यक्रम में उपस्थित अध्यक्ष कालुराम काग, उपाध्यक्ष राजाराम पंवार, सह सचिव राजुराम गेहलोत, सलाहकार पुनाराम हाम्बड़, रमेश हाम्बड़, हुमराम सेप्टा, अर्जुनसिंह राटोड़, भीकाराम पंवार, देवाराम परिहारिया खीवाराम गेहलोत, बाबूलाल काग, समस्त कार्यकारणी सदस्यगण व समाज बन्धु उपस्थित रहे।



किसरा स्थित कुमावत समाज भवन में आयोजित गणतंत्र दिवस कार्यक्रम में कुमावत समाज तेलंगाना प्रदेश अध्यक्ष तिलायचा सोनाराम कुमावत, कुमावत समाज किसरा अध्यक्ष पपुलाल बाकरेचा, संरक्षक सोहनलाल मानगिया व समाज बन्धु।



शमशाबाद गणतंत्र दिवस के उपलक्ष्य में शमशाबाद बड़े में आयोजित कार्यक्रम में मुख्य अतिथि प्रदेश अध्यक्ष अखिल भारतीय सीरीवी महासभा तेलंगाना हरजीराम काग, अध्यक्ष आसाराम गेहलोत, उपाध्यक्ष चेलाराम काग, सचिव - भोलाराम पंवार, सह सचिव नरेश परिहार, पूर्व उपाध्यक्ष मलाराम पंवार, शिक्षा समिति के अध्यक्ष - केदाराम काग, उपाध्यक्ष भेराराम परिहारिया, सहकोषाध्यक्ष सोहनलाल मूलेवा, सलाहकार रतनलाल बर्फा, सदस्य रमेश हाम्बड़, रमेश पंवार, सोहनलाल बर्फा एवं महिला मंडल के अध्यक्ष पारी देवी काग, सलाहकार पतासी देवी परिहार और समाज भाई बन्धु गण की मेहती उपस्थित रही।



बालाजी नगर स्थित श्री आईमाता जी मंदिर बड़े में आयोजित गणतंत्र दिवस कार्यक्रम में उपस्थित अध्यक्ष जयराम पंवार, सचिव हीरालाल चोयल, सह सचिव डुगाराम सोलकी, कोषाध्यक्ष नरेश कुमार सोलकी, धेवरचन्द्र चोयल, सोहनलाल, समस्त कार्यकारणी व समाज बन्धु



बालाजी नगर स्थित श्री आईजी गौशाला में आयोजित गणतंत्र दिवस कार्यक्रम में उपस्थित अध्यक्ष मंगलाराम पंवार सचिव हुक्मराम सानपुरा कोषाध्यक्ष नारायणलाल परिहार सलाहकार भंवरलाल मुलेवा, भगाराम मुलेवा, शंकरलाल बर्फा, नेमाराम काग, किशनलाल पंवार, मांगीलाल, एन आर पटेल, फाऊलाल, मुकेश हाम्बड़, समस्त कार्यकारणी सदस्यगण माडी देवी काग, प्रेमा सानपुरा, पुजा हाम्बड़ व गौभक्त उपस्थित रहे।



जीडिमेटला स्थित श्री आईमाता जी मंदिर (बड़े) में आयोजित गणतंत्र दिवस कार्यक्रम में उपस्थित संरक्षक मांगीलाल काग, अध्यक्ष रावतराम बर्फा, उपाध्यक्ष सोहनलाल परिहार, उपाध्यक्ष दुर्गाराम मुलेवा, सचिव प्रेम पंवार, सह सचिव मंगलाराम पंवार, कोषाध्यक्ष भंवरलाल काग समस्त कार्यकारणी सदस्यगण व समाज गणमान्य उपस्थित रहे।

उद्यमी कौरव गांधी अपहरण को लेकर सरयू राय की अगुवाई में लोग आज उतरेंगे सड़क पर

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड - झारखंड

रांची, जमशेदपुर के युवा उद्यमी कैरव गांधी गत 13 जनवरी से लापता हैं। उनका अपहरण हो गया है। फिरौती के लिए पीडित परिवार के पास फोन आया है। पुलिस को ज्ञान एव प्रॉत स्तर के आला अधिकारी पूछने पर बताते हैं कि कैरव गांधी को अपहरणकर्ताओं से मुक्त कराने के लिए गम्भीर प्रयास जारी हैं। समाचार पत्रों में अपुष्ट सूत्रों के हवाले से जाना कि कोई न कोई खबर छपते ही रहती है। ये खबरें कभी उम्मीद जगानेवाली होती हैं तो अक्सर निराश करने वाली। इससे भ्रम और उहापोह की स्थिति पैदा हो रही है। पुलिस अथवा प्रशासन की ओर से आश्वस्त करने वाला कोई सार्वजनिक सूचना नहीं आ रही, जिससे अनुसंधान की प्रगति के प्रतिफल के बारे में संकेत मिले, अब तक किये गये प्रयत्नों की एक झलक मिले। उक्त कथन जमशेदपुर पश्चिम के विधायक सरयू राय के निजी सचिव रिक्की केशरी का है। उन्होंने यहां जारी एक बयान में कहा कि जमशेदपुर पश्चिम के विधायक सरयू राय को तब ज्यादा उम्मीद बंधी, जब झारखंड की पुलिस महानिदेशक रिवार को जमशेदपुर आई। ऐसा लगा कि कैरव गांधी की सकुल वापसी का शुभ संकेत मिलने वाला है, मगर ऐसा हुआ नहीं। जमशेदपुर के निवासियों, खासकर उद्यमियों एवं व्यवसायियों के बीच असुरक्षा की भावना घनीभूत हो रही है। पीडित परिवार का कष्ट शहर के संवेदनशील समूह को उद्बलित कर रहा है। राय इस क्षेत्र के विधायक होने के नाते पीडित परिवार का कष्ट, संवेदनशील समूहों का उद्बलन और उद्योग-व्यवसाय क्षेत्र में पसरी हुई असुरक्षा की।

