राष्ट्रीय सहारा
नई दिल्ली • शुक्रवार • 21 जून • 2024
www.rashtriyasahara.com

कनाडा का खतरनाक खेल

खालिस्तानी आतंकवादी हरदीप सिंह निज्जर भारत और कनाडा के संबंधों को प्रभावित कर रहा है। कनाडा और वहां के प्रधानमंत्री जस्टिन ट्रूडो के लिए आतंकी निज्जर नागरिक स्वतंत्रता का हीरो बन गया है। मंगलवार को कनाडाई संसद के निचले सदन हाउस ऑफ कॉमन्स में मौन रखकर निज्जर की पहली बरसी पर उसे श्रद्धांजलि दी गई। पिछले वर्ष 18 जून को ब्रिटिश कोलंबिया के सरे में एक गुरुद्वारे के बाहर उसकी हत्या कर दी गई थी। प्रधानमंत्री ट्रूडो ने पिछले वर्ष सितंबर में अप्रत्याशित रूप से यह दावा किया था कि निज्जर की हत्या में भारतीय अधिकारियों का हाथ है। वास्तव में कनाडा में गैंगवार के चलते जो हत्याएं हुई हैं उनके लिए वह इन गिरोहों के खिलाफ

कार्रवाई करने की बजाय भारतीय एजेंसियों को ही कठघरे में खड़ा कर रहे हैं। 'फाइव आईज' का प्रमुख देश कनाडा है। इसमें कनाडा के अलावा अमेरिका, ऑस्ट्रेलिया, ब्रिटेन और न्यूजीलैंड आते हैं। यह एक तरह से नस्लवादी गुट है और इनकी घरेलू और विदेश नीति एक जैसी है। निज्जर की बरसी पर कनाडाई संसद ने जिस तरह मौन रखकर उसे श्रद्धांजलि दी है उसका भारत ने माकूल जवाब देने का फैसला किया है। बैंकुवर स्थित भारतीय महावाणिज्य दूतावास कनिष्क विमान धमाके में मरने वालों के लिए 23 जून को श्रद्धांजलि सभा आयोजित करेगा। वास्तव में भारत को पिछले दशकों में अपनाए गए उदासीनता के रवैये की कीमत चुकानी पड़ रही है। उसी समय तत्कालीन भारत सरकार को कनाडा से जवाब-तलब करना चाहिए था। उस समय ट्रूडो के पिता कनाडा के प्रधानमंत्री थे, जिन पर कोई कारगर कार्रवाई नहीं की गई। इसका एक कारण यह था कि मृतकों में अधिकांश भारतीय मूल के थे। कालांतर में कनाडा में बड़ी संख्या में पंजाबी मूल के लोग बसने लगे। वहां खालिस्तानी अलगाववादी आंदोलन ने जड़ जमानी शुरू कर दी। आज इसका व्यापक नेटवर्क खड़ा हो गया है। ऐसी ही स्थिति अमेरिका, ब्रिटेन और ऑस्ट्रेलिया में भी बनती जा रही है। इन देशों की सरकार और खुफिया एजेंसियां खालिस्तानी तत्वों को भारत के खिलाफ इस्तेमाल कर रही हैं। लेकिन खालिस्तान समर्थकों का तुष्टिकरण न केवल भारत-कनाडा के रिश्तों को नुकसान पहुंचाएगा बल्कि 'फाइव आईज' देशों की आतंकवाद के प्रति संघर्ष की प्रतिबद्धता पर भी सवाल खड़े करेगा।

ज्ञान का गौरव

नालंदा विश्वविद्यालय का नया परिसर विश्व को बतायेगा कि जो राष्ट्र मजबूत मानवीय मूल्यों पर खड़े होते हैं, वे इतिहास को पुनर्जीवित करके बेहतर भविष्य की नींव रखना जानते हैं। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने नए परिसर का उद्घाटन करते हुए ये बातें कही। नालंदा उस सत्य का उद्घोष है कि आग की लपटों में पुस्तकें भले जल जाएं, लेकिन आग की लपटें ज्ञान को नहीं मिटा सकतीं। नालंदा के विध्वंस ने भारत को अंधकार में भर दिया था। उन्होंने कहा अब इसकी पुनर्स्थापना भारत के स्वर्णिम युग की शुरुआत करने जा रही है। छात्रों के विदेशों में जाकर पढ़ाई करने को उन्होंने नालंदा व विक्रमशिला में पढ़ाई करने से जोड़ते हुए कहा, तब भारत शिक्षा में आगे था और आर्थिक

सामर्थ्य भी ऊंचाई पर थी। बिहार के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार के अनुसार वहां सत्रह देशों के चार सौ विद्यार्थी अध्ययन कर रहे हैं। नालंदा विश्वविद्यालय की स्थापना गप्तवंश के शासक कुमारगुप्त प्रथम द्वारा 450 से 470 ईस्वी के बीच की गई थी। यह मगध में प्राचीन बौद्ध मठ था, जिसे बारहवीं शताब्दी का अंत में आक्रमणकारी खिलजी ने नष्ट कर दिया व वहां के पुस्तकालय को बुरी तरह जला दिया था। इस नए विश्वविद्यालय को राष्ट्रीय महत्त्व के अंतरराष्ट्रीय संस्थान के रूप में 2014 में पंद्रह छात्रों के साथ पुनः चालू किया गया। नालंदा को देश का पहला विश्वविद्यालय होने का गौरव प्राप्त है परंतु हैरत की बात तो यह है कि शासकों ने कभी इसे पुनर्स्थापित करने में कोई उत्साह नहीं दिखाया। इसमें कोई संदेह नहीं कि भारतीय शिक्षा प्रणाली की दुनिया में तूती बोलती थी। तक्षशिला को दुनिया का पहला विश्वविद्यालय होने का गौरव यूं ही नहीं प्राप्त है। हालांकि विभाजन के बाद तक्षशिला पाकिस्तान के हिस्से आ गया। ऑक्सफोर्ड व कैम्ब्रिज विश्वविद्यायलों जैसी प्रतिष्ठा हासिल करने के लिए भले ही हमें कड़े प्रयास करने होंगे, मगर अपनी विरासत और रुतबे को दुनिया के समक्ष हासिल करने का हौसला हमें बना कर रखना होगा। तभी हम इनकी बराबरी कर पाएंगे। यदि सरकार अत्याधुनिक सुविधाओं वाले इस नामदार शिक्षण संस्थान को प्राथमिकता देते हुए बेहतरीन बनाए रखने में सफल होती है तो देश अपना प्राचीन गौरव पुनः प्राप्त कर सकता है।

विश्व संगीत दिवस/ललित गर्ग

सुकून का सशक्त माध्यम

संगीत मानव जगत को ईश्वर का एक अनुपम दैवीय वरदान है। यह न सरहदों में कैद होता है और न भाषा में बंधता है। रोज की भागदौड़ और व्यस्तता के बीच संगीत आपको सुकून के पल बिताने का मौका देता है। साथ ही संगीत आपके अकेलेपन का एक बढ़िया साथी भी बन सकता है। संगीत की इसी खासियत को सभी तक पहुंचाने के लिए 21 जून को संगीत दिवस मनाया जाता है।

संगीत अशांति के अंधेरों में शांति का उजाला है। यह अंतर्मन की संवेदनाओं में स्वरों का ओज है। हर साल विश्व संगीत दिवस एक खास थीम के साथ मनाया जाता है। इस वर्ष 2024 की थीम है "एक वैश्विक ध्वनि वाली दुनिया का सामना करना।' संगीत दिवस को 'फेटे डी ला म्यूजिक' के नाम से भी जाना जाता है। इसका अर्थ है 'संगीत उत्सव'। विश्व संगीत दिवस को मनाने का उद्देश्य अलग-अलग तरीके से लोगों को संगीत के प्रति जागरूक करना है ताकि लोगों का विश्वास संगीत से न उठे। लांगफेलो के अनुसार संगीत मानव की विश्वव्यापी भाषा है।' विशेषज्ञों के मुताबिक, मानसिक शांति के लिए संगीत को अहम माना गया है। संगीत दिल को खुशी देने का काम करता है। संगीत सिर्फ सात सुरों में बंधा नहीं होता। इसे बांधने के लिए विश्व की सीमाएं भी कम पड़ जाती हैं। अगर इसे महसूस करें तो दैनिक जीवन में संगीत ही संगीत भरा है-कोयल की कूक, पानी की कलकल, हवा की सरसराहट हर जगह संगीत ही तो है, बस जरूरत है तो इसे महसूस करने की। किसी के लिए संगीत का मतलब अपने दिल को शांति देना है तो कोई अपनी खुशी का संगीत के द्वारा इजहार करता है।

भारत में संगीत का हजारों वर्षों का इतिहास है, शास्त्रीय संगीत आदि काल से है। विश्व संगीत दिवस को मनाने का उद्देश्य संगीत विशेषज्ञ व विश्व के संगीत कलाकारों को एक अंतरराष्ट्रीय मंच पर लाकर विश्व एकता तथा विश्व शांति का संदेश सारी दुनिया को देना भी है। संगीत आपके मूड, भाव और विचारों पर असर डालने की ताकत रखता है। आपका सबसे प्रिय गीत आपके एक खराब दिन और मूड को सामान्य कर देने की क्षमता रखता है। स्मृतियों के सुनहरे पृष्ठ भी संगीत की धुन पर अपनी थाप देने लगते हैं। आपकी कोमल भावनाओं की सहज, सुंदर अभिव्यक्ति है संगीत। इन्हीं पलों को उल्लास के साथ जीने के लिए प्रेरणा देता है विश्व संगीत दिवस।

कायम रहे भरोसा

ईवीएम

अनिल चमड़िया

मीडिया के प्रचार में प्रमुख शख्स किसी विषय पर जब बोलते हैं तो वह विषय चर्चा में दो तरह से आ जाता है। पहला कि उन्होंने कोई ऐसा विषय उठाया है जो चर्चा में सतह पर नहीं है। दूसरा जो विषय चर्चा में है, लेकिन वह कभी सतह पर आता है तो कभी दब जाता है। भारत में मशीन के जरिये मतदान (ईवीएम) की चर्चा फिर से सतह पर आ गई है। क्योंकि दुनियाभर में चर्चित सोशल मीडिया की कंपनियों के प्रमुख एलन मस्क ने ईवीएम के इस्तेमाल को लेकर अपनी राय रखी है। उन्होने 'एक्स' पर लिखा है कि इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीनें इंसानों या एआई द्वारा हैक की जा सकती है। उन्हें चुनाव से हटा देना चाहिए। हालांकि उन्होंने अपनी राय के साथ भारत का नाम शामिल नहीं किया है, लेकिन भारत में भी ईवीएम का इस्तेमाल होता है तो उनकी राय के बाद भारत में भी ईवीएम पर चर्चा सतह पर आ गई है।

संचार की गति के कुछ अपने नियम बनते रहते हैं। कहीं कोई चर्चा शुरू हुई और उसी से मिलती-जुलती कोई चर्चा चल रही होती है तो वे दोनों एक-दूसरे से जुड़ जाती है। किसी संचार से जुड़े पात्र उसमे अपनी भूमिका को लेकर सक्रिय हो जाते हैं। उत्तर पश्चिम मुंबई लोक सभा सीट से शिवसेना (शिंदे) के रवींद्र वायकर ने 48 वोटों से जीत दर्ज की और हारने वाले इंडिया गठबंधन के सहयोगी शिवसेना (उद्धव) के उम्मीदवार हैं।

जीतने वाले उम्मीदवार के बहनोई मोबाइल फोन के साथ मतगणना केंद्र में थे और यह माना गया कि ईवीएम को मोबाइल फोन से अपने वश में (हैक) किया जा सकता है। यानी ईवीएम और मोबाइल की तकनीक का गहरा रिश्ता है। कांग्रेस नेता राहुल गांधी ने एलन मस्क की राय के साथ खुद को जोड़ने के लिए उत्तर पश्चिम मुंबई सीट के नतीजों पर चर्चा को ध्यान में रखा। राहुल ने कहा कि 'ईवीएम एक 'ब्लैक बॉक्स' है। किसी को भी ब्लैक बॉक्स की जांच करने की इजाजत नहीं है। हमारी चुनाव प्रक्रिया की पारदर्शिता को लेकर गंभीर चिंताएं हैं। जब संस्थाओं में जवाबदेही नहीं रखता, जब लोकतंत्र केवल एक व्यवस्था बनकर रह जाता है, तो धोखाधड़ी की संभावना रहती है।' इस तरह चर्चा में सभी पात्र सक्रिय हो जाते हैं। मीडिया के अन्य मंचों पर बात होने लगती है। जो आरोप लगते हैं उसका जबाव आने लगता है। इस तरह संचार की परतें मोटी हो जाती है। इसे हम आम भाषा में कह सकते हैं कि ठोस जमीन तैयार हो जाती है। यह मान लेना चाहिए कि ईवीएम पर चर्चा एक ठोस जमीन तैयार कर चुकी है। कभी भी इस विषय को सतह पर लाया जा सकता है। भारत में ईवीएम को लेकर शुरू

से ही शंका रही हैं। जो भी राजनीतिक पार्टियां या समूह सत्ता को संचालित करने की भूमिका से बाहर रहा है उसने ईवीएम पर शंका जाहिर की है। केंद्रीय सरकार को संचालित करने वाली पार्टियों प्रमुख रूप से भाजपा ईवीएम के विरोध मुखर रही है। इस तरह यहां यह कहा जा सकता है कि सत्ता ने ईवीएम को संसदीय लोकतंत्र में मतपत्रों की जगह मशीन से विधायिका के लिए सदस्यों को चुनने की व्यवस्था लागू की है और उसे वह जारी रखना चाहती है।

सत्ता के पक्ष में खड़े होकर यह सोचा जा सकता है कि सत्ता विकसित तकनीक से पिछड़ेपन की स्थितियों को दूर करें। मत पत्रों से चुनाव के लिए जो प्रक्रिया होती है उसमें लगने वाले संसाधनों को तकनीक का इस्तेमाल कर कम से कम किया जा सकता है। ईवीएम से मत देने की व्यवस्था में प्रेस, कागज, स्याही से लेकर मतों की गिनती तक संसाधनों और समय की बहुत बचत हो सकती है। लोक सभा के चुनाव में मत पत्रों की गिनती दो तीन दिनों तक चलते देखा गया है। यह बहुत सामान्य सा इतिहास है कि तकनीक के इस्तेमाल से पिछड़ेपन की स्थितियों को दूर किया गया है, लेकिन संसदीय लोकतंत्र में लोगों द्वारा मत डालकर चुनाव करने की व्यवस्था बेहद आधुनिक है। यह माना जाता है कि लोगों द्वारा अपनी सरकार को चलाने के लिए प्रतिनिधियों के चुनाव करने की व्यवस्था का कोई और लोकतांत्रिक विकल्प अभी तक मौजूद नहीं है। एलन मस्क की ईवीएम की राय के बाद पूर्व केंद्रीय मंत्री राजीव चंद्रशेखर का यह दावा सामने आया है कि 'भारतीय ईवीएम मशीनें सुरक्षित हैं। किसी भी नेटवर्क से स्वतंत्र है। ईवीएम से किसी भी मीडिया, ब्लूटूथ और वाईफाई को कनेक्ट नहीं किया जा सकता है।' भारत के चुनाव आयोग ने अपने देश में चुनाव के दौरान ईवीएम को किसी भी तरह के संदेह से परे बताया है।

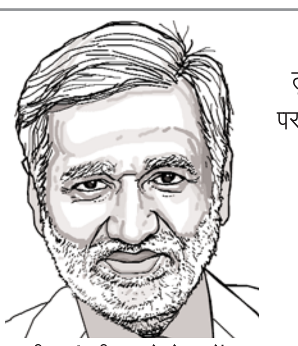
एक पक्ष का यह कहना है कि तकनीक सही है और उसका किसी स्तर पर गलत इस्तेमाल नहीं हो रहा है। दूसरा पक्ष तकनीक के गलत इस्तेमाल होने को लेकर शंकाएं जाहिर कर रहा है, लेकिन ईवीएम के इस्तेमाल नहीं किए जाने के पक्ष में जो संवेदनशील बात जुड़ी हुई है, उस पर ध्यान जाता है। वह है कि संसदीय लोकतंत्र में लोग ही उसका आधार होते हैं। यह भरोसा ही है कि लोगों द्वारा लोगों के प्रतिनिधि लोगों के लिए चुने जाते है। भरोसा या विश्वास ही है जो लोगों को सक्रिय रखता है। हर पांच साल में एक उम्मीदवार के भरोसा तोड़ने या भरोसे पर खरा नहीं उतरने के बावजूद दूसरे उम्मीदवार पर लोगों को भरोसा ही करना पड़ता है। यह तो दावा किया जा सकता है कि भारत में इस्तेमाल होने वाले ईवीएम का गलत इस्तेमाल नहीं किया जा सकता है, लेकिन तकनीक का जिस तरह से विकास हो रहा है उसमे इस तरह का दावा कतई उचित नहीं लगता है।

कोई तकनीक रुकी नहीं रह सकती है। टेलीविजन, रेडियो, फोन, मेल और सिनेमा और न जाने कितने तरह के माध्यम अलग-अलग तरह से विकसित हुए और मौजूदा दौर में एक मोबाइल के सेट में समा गए हैं। मस्क कह रहे हैं कि एआई से तैयार बुद्धि का इस्तेमाल करके ईवीएम को अपने वश में किया जा सकता है। यह बेहद नई तकनीक है। मोबाइल को दूरदराज से हैक किया जाता है। मुंबई में संदेह की स्थिति यही तो बनी कि मतगणना केंद्र में अवैध तरीके से मोबाइल फोन पहुंच गया। भारत में ईवीएम के साथ वीवीपैट की भी व्यवस्था है, लेकिन हर वीवीपैट की गिनती का प्रावधान नहीं है। इसके पक्ष में सुप्रीम कोर्ट ने भी अपनी राय रख दी है। दरअसल, लोगों का चुनाव करने का अधिकार और उसका भरोसा ही सबसे आधुनिक है। तकनीक रोज-ब-रोज पिछड़ी हुई अवस्था की तरफ ही जाती है।संस्थाओं ने लोगों के भरोसे को कमजोर किया है तो तकनीक सवाल कैसे दूर रह सकती है।

> कोई तकनीक रुकी नहीं रह सकती है। टेलीविजन, रेडियो, फोन, मेल और सिनेमा और न जाने कितने तरह के माध्यम अलग-अलग तरह से विकसित हुए और मौजूदा दौर में एक मोबाइल के सेट में समा गए हैं। मस्क कह रहे हैं कि एआई से तैयार बुद्धि का इस्तेमाल करके ईवीएम को अपने वश में किया जा सकता है। यह बेहद नई तकनीक है। मोबाइल को दूरदराज से हैक किया जाता है

- भारत की आर्थिक राजधानी कहा जाने वाला मुंबई देश के सबसे महंगे शहर के तौर पर टॉप पर बना हुआ है
- कास्ट ऑफ लिविंग की मर्सर सर्वे 2024 की एक रिपोर्ट के मुताबिक, मुंबई प्रवासियों के लिए एशिया में 21वें स्थान पर है जबकि दिल्ली 30वें स्थान पर
- रिपोर्ट के मुताबिक, हाल के वर्षों में मुंबई छह पायदान ऊपर चढ़ा है

(मीडिया इन्पुट्स)



सबसे ज्यादा तूफान **NEET** पर है, लेकिन **NET** परीक्षाएं कैंसिल की गईं! बेचारे **ph.D** वाले-'पढ़ाई के डॉक्टर' लोग! अब देखिये 'दवाई के डॉक्टर' लोगों के **NEET** का क्या होता है! परीक्षाएं भी अपने देश में इस कदर असुरक्षित हो गई हैं-भारी नकल और मिलावट मानो खाने-पीने की चीजें हों!

उर्मिलेश, पत्रकार
@UrmileshJ

योग दिवस **संजीव चतुर्वेदी**

शारीरिक तंदरुस्ती संपूर्ण व्यायाम नहीं

आज विश्व योग दिवस है। योग को लेकर विश्व भर में लोगों की दीवानगी अद्‌भुत गति से बढ़ी है। दुनिया भर की प्राचीन संस्कृतियों ने एक सामान्य ज्ञान साझा किया कि मनुष्य प्रकृति का अभिन्न अंग है। इस समझ के आधार पर, विभिन्न सभ्यताओं ने अपने प्राकृतिक वातावरण में उनके लिए उपलब्ध इलाज ढूंढते हुए, समग्र उपचार के अपने रूप विकसित किए। एक व्यक्ति के स्वास्थ्य को मन, शरीर, भावनाओं के बीच संतुलन और प्रकृति के मौसमी परिवर्तनों के साथ सामंजस्यपूर्वक रहने के रूप में माना जाता था।

आधुनिक सुविधाओं ने लोगों की शारीरिक गतिविधि को कम कर दिया और आधुनिक चिकित्सा ने बीमारी के स्रोत के बजाय अवांछित लक्षणों की देखभाल करने पर ध्यान केंद्रित किया। लोगों ने शरीर की सजगता, इसके सूक्ष्म परिवर्तनों से संपर्क खो दिया और समस्याओं के समाधान के लिए दवा पर निर्भर हो गए। जैसे-जैसे दुनिया का वैश्वीकरण हुआ, तीव्र प्रतिस्पर्धा आई जो बढ़ती गई। गतिहीन जीवन शैली का संयोजन, किसी के शरीर के बारे में जागरूकता में कमी, बढ़ती चिंता और तनाव खराब स्वास्थ्य के लिए एक निश्चित नुस्खा बन गए हैं। आज के आधुनिक दुनिया में स्वस्थ और सुखी रहने के लिए पहले से कहीं अधिक, स्थायी व्यायाम दिनचर्या और संतुलित आहार की जरुरत है। अपनी फिटनेस के लिए कोई भी व्यायाम चुनते समय हमें सावधान रहने की जरूरत है। खासकर कोविड महामारी के कारण जिस प्रकार लोगों ने अपनी जान गंवाई, वो बहुत ही चिंता का विषय है, और हमें आगाह करता है कि हम बिलकुल अपने स्वास्थ्य के प्रति सजग हो जाएं अन्यथा आने वाला समय ज्यादा हृदयविदारक हो सकता है। कई शारीरिक समस्याओं को रोकने और सुधारने के लिए व्यायाम महत्त्वपूर्ण है। मधुमेह, स्ट्रोक, तनाव, कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली और अनिद्रा ऐसी कई स्थितियों में से कुछ हैं जिन्हें नियमित और उचित व्यायाम से सुधारा जा सकता है। अच्छे स्वास्थ्य के लिए शारीरिक क्रियाशीलता बहुत जरूरी है, लेकिन आधुनिक समाज में शारीरिक गतिशीलता कम हुई है, जिसके कारण लोगों को अलग से व्यायाम की आवश्यकता पड़ती है। इसके लिए लोग विभिन्न तरह की

गतिविधि जैसे; जिम जाना, जॉगिंग, स्विमिंग, पिलातेस, शारीरिक योग, उच्च तीव्रता अंतराल प्रशिक्षण या फिर कोई खेल को अपनाते हैं। लेकिन समस्या ये हो गई है कि लोग स्वास्थ्य का मतलब सिर्फ फैट को कम करना या फिर शरीर का लचीलापन बढ़ाना या पतली काया का होना ही समझ ने लगे हैं। लोग बिना सोचे-समझे कुछ भी कर रहे हैं। लोगों को लगता है कि अगर हम ज्यादा थकने वाले अभ्यास करेंगे या पसीना बहाएंगे या ट्रेड मिल पर ज्यादा अभ्यास करेंगे या वेट ट्रेनिंग करेंगे तो ज्यादा फायदा होगा, लेकिन इसके दुष्परिणाम से हम लोग अनभिज्ञ हैं। सोशल मीडिया पर आजकल हर कोई स्पेशल टिप्स दे रहा है कि कैसे 10 दिनों में 5 किलो वजन कम करें या कैसे आप किसी बीमारी से छुटकारा पाएं। यह बिल्कुल गलत है। हरेक व्यक्ति एक दूसरे से अलग है, इसलिए कोई एक या दो अभ्यास को करके समग्र स्वास्थ्य नहीं प्राप्त कर सकता है या कोई एक नियम सब पर लागू नहीं हो सकता है। सोशल मीडिया से आप कोई जानकारी प्राप्त कर सकते हैं, लेकिन उसको अपनाने से पहले डॉक्टर या कोई प्रशिक्षक से सलाह लेना बहुत ही आवश्यक है, खासकर अगर कोई शारीरिक या मानिसक समस्या हो तो। अत्यधिक शारीरिक प्रशिक्षण के नकारात्मक प्रभाव भी पड़ते हैं। हमारा शरीर मशीन नहीं है, उसकी एक सीमा होती है। शरीर पर बहुत ज्यादा दबाव होने से रोग प्रतिरोधक क्षमता में कमी या हॉर्मोन की गड़बड़ी हो सकती है। हृदय पर भी नकारात्मक प्रभाव पड़ता है, अनिद्रा की शिकायत या फिर हमेशा थकान महसूस करना, पाचन तंत्र में गड़बड़ी भी हो सकती है। इसलिए जरूरत और शारीरिक क्षमता के अनुसार ही कोई शारीरिक गतिविधि का चुनाव करना चाहिए और सोशल मीडिया पर तो बिल्कुल ही विश्वास नहीं करना चाहिए।

ज्यादातर रिसर्च यूरोपीय या अमेरिकी देशों में वहां के मौसम और वातावरण में वहां की जरूरत और समस्याओं को ध्यान में रखकर की जाती है और ये जरूरी नहीं कि वही परिणाम एशिया, खासकर भारतीय वातावरण के लिए सही हो। इसलिए कोई चीज अपनाने से पहले सही परामर्श लेना अति आवश्यक है। आजकल हरे छोटे-बड़े शहरों में जिम खुल गए हैं। हमारी जरूरत के हिसाब से ये सुविधाजनक भी हैं, लेकिन बिना अपनी शारीरिक क्षमता को जाने जिम में अभ्यास करने से नुकसान भी हो सकता है। जब हम जिम में अपनी क्षमता से ज्यादा पसीना बहाते हैं तब इसका नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। बंद कमरे में इसके कारण शरीर में ऑक्सीजन की कमी हो जाती है और इसका गलत प्रभाव हमारे हृदय और फेफड़ों पर पड़ता है। बिना संतुलित आहार के स्वस्थ रह पाना संभव नहीं है। इसलिए हर किसी को प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, विटामिन आदि का ख्याल रखना चाहिए।

परमात्मा के साथ **श्रीराम शर्मा आचार्य**

एक 6 साल का छोटा सा बच्चा अक्सर परमात्मा से मिलने की जिद किया करता था। उसे परमात्मा के बारे में कुछ भी पता नहीं था पर

मिलने की तमन्ना, भरपूर थी। उसकी चाहत थी की एक समय की रोटी वो परमात्मा के साथ खाये। एक दिन उसने 1 थैले में 5, 6 रोटियां रखीं और परमात्मा को को ढूंढने निकल पड़ा। चलते चलते वो बहुत दूर निकल आया संध्या का समय हो गया। उसने देखा नदी के तट पर एक बुजुर्ग बूढ़ा बैठा है, जिनकी आंखों में गजब की चमक थी। ऐसा लग रहा था जैसे उसी के इंतजार में वहां बैठा उसका रास्ता देख रहा हो। वो 6 साल का मासूम बालक बुजुर्ग के पास जा कर बैठ गया, अपने थैले में से रोटी निकाली और खाने लग गया। उसने अपना रोटी वाला हाथ बूढ़े की ओर बढ़ाया और मुस्कुरा के देखने लगा, बूढ़े ने रोटी ले ली, बूढ़े के झुर्रियों वाले चेहरे पे अजीब सी खुशी आ गई, आंखों में खुशी के आंसू भी थे, बच्चा बूढ़े को देखे जा रहा था। जब बूढ़े ने रोटी खा ली बच्चे ने 1 और रोटी बूढ़े को दी। बूढ़ा अब बहुत खुश था। बच्चा भी बहुत खुश था। दोनों ने आपस में बहुत प्यार और स्नेह के पल बिताए। जब रात घिरने लगी तो बच्चा इजाजत ले घर की ओर चलने लगा वो बार-बार पीछे मुड़ कर देखता! तो पाता बुजुर्ग बूढ़ा उसी की ओर देख रहा था। बच्चा घर पहुंचा तो मां ने अपने बेटे को आया देख जोर से गले से लगा लिया और चूमने लगी, बच्चा बहुत खुश था। मां ने अपने बच्चे को इतना खुश पहली बार देखा तो खुशी का कारण पूछा, तो बच्चे ने बताया! मां आज मैंने परमात्मा के साथ बैठ कर रोटी खाई, आपको पता है उन्होंने भी मेरी रोटी खाई, मां परमात्म बहुत बूढ़े हो गए हैं। मैं आज बहुत खुश हूं मां। उस तरफ बुजुर्ग भी जब अपने गांव पहुंचा तो गांव वालों ने देखा, बुजुर्ग बहुत खुश हैं, तो किसी ने उनके इतने खुश होने का कारण पूछा? बुजुर्ग बोले, मैं 2 दिन से नदी के तट पर अकेला भूखा बैठा था, मुझे पता था परमात्मा आएंगे और मुझे खाना खिलाएंगे। आज भगवान आए थे, उन्होंने मेरे साथ बैठ के रोटी खाई मुझे भी बहुत प्यार से खिलाई, बहुत प्यार से मेरी ओर देखते थे, जाते समय मुझे गले भी लगाया, परमात्मा बहुत ही मासूम हैं। बच्चे की तरह दिखते हैं।

रीडर्स मेल

भरोसा कायम रहे

एनटीए द्वारा कराई जाने वाली नीट यूजी की मेडिकल एंट्रेंस परीक्षा भी सवालों के घेरे में है और फिलहाल सर्वोच्च अदालत इसकी समीक्षा कर रहा है। यह मामला अभी थमा भी नहीं था कि अब यूजीसी-नेट की परीक्षा रद्द होने से गंभीर सवाल खड़े हो गए हैं। यह कोई आश्चर्य वाली बात नहीं है कि यूजीसी नेट को भी नीट की ही तरह नेशनल टेस्टिंग एजेंसी ही आयोजित कराती है। इस बार की यूजीसी नेट परीक्षा में 11 लाख स्टूडेंट ने भाग लिया था। अब यह साफ हो गया है कि नेशनल टेस्टिंग एजेंसी की कार्यशैली में ही कहीं बड़ी कमी है। पहले वह नीट के पेपर को लीक होने से नहीं रोक पाया और उसके बाद अब नेट के एग्जाम का पेपर भी लीक हो गया है। यह अच्छी बात है कि यूजीसी नेट परीक्षा में धांधली की जांच सीबीआई के जिम्मे दी गई है, लेकिन यह समयबद्ध और निष्पक्ष होनी चाहिए। तभी परीक्षार्थियों का भरोसा इन परीक्षाओं पर होगा। साथ ही सरकार यह सुनिश्चित करे कि भविष्य में ऐसा न हो क्योंकि लाखों लोगों का भविष्य इन पर निर्भर रहता है। ऐसा होने से सरकार और नेशनल टेस्टिंग एजेंसी दोनों की विश्वसनीयता दांव पर लगी होती है।

बाल गोविंद, नोएडा

योग में बड़ी ताकत

कहावत है कि स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क निवास करता है और अगर आप शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ हैं, तो आपको आर्थिक संपन्नता की कमी नहीं रहेगी। इसी कारण से हमारे बड़े-बुजुर्गों और पूर्वजों ने हमेशा शारीरिक कसरत, अध्यात्म और योग पर जोर दिया है। योग का भारतवर्ष में हजारों वर्ष पुराना इतिहास है। आधुनिकता के दौर और पाश्चात्य शैली की ललक ने पिछले कुछ दशकों में हम सभी को योग और अध्यात्म से बहुत दूर कर दिया था। बस अपने को आधुनिक दिखाने की चाह में योग और व्यायामशाला माडर्न एसी युक्त जिम में परिवर्तित हो गई। आधुनिकता की दौड़ में आगे आने की चाह ने हमारे कदमों को बहुत पीछे रोक दिया था और हम सभी विरासत में मिली योग, अध्यात्म जैसी शिक्षा से खुद को दूर दिखाने लगे। हां, 21 जून को विश्व योग दिवस घोषित होने के बाद योग को लेकर आकर्षण बढ़ा है।

अभिषेक मिश्र, कानपुर

हिन्दी अंक का महत्त्व

हमें व्यावहारिक जीवन में हिन्दी अंक 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 और 9 लिखने का अहर्निश अभ्यास करते रहना चाहिए। समस्त संपादकों एवं प्रकाशकों को अपने समाचार-पत्रों एवं पत्रिकाओं में हिन्दी अंकों को विशेष महत्त्व देना चाहिए। हम चाह कर भी हिन्दी अंकों का सहारा लेकर न फोन कर पाते हैं और न ही ईमेल आईडी बना पाते हैं। हिन्दी अंकों के प्रयोग की दृष्टि से सभी सॉफ्टवेयर में सुधार की आवश्यकता है। पासवर्ड बनाते वक्त भी हिन्दी अंकों का प्रयोग अनिवार्य होना चाहिए। आम आदमी के जीवन में भी हिन्दी अंकों का खास स्थान होना चाहिए। समस्त निजी एवं सरकारी दस्तावेजों पर हिन्दी अंकों की अनिवार्यता अत्यावश्यक है। महत्त्व देने से महत्त्व बढ़ता है। आज हिन्दी अंक विलुप्त से हो गए हैं। इसका जिम्मेदार हम और आप हैं। हम सुधरेंगे तो हमारा समाज सुधरेगा। इसलिए आइए, हम हिन्दी अंकों को लिखना और सीखना स्वयं से शुरू करें।

सुनील चौरसिया 'सावन', ई मेल से

letter.editorsahara@gmail.com

हमें गर्व है हम भारतीय हैं

https://t.me/AllNewsPaperPaid

राष्ट्रीय सहारा • राष्ट्रीयता • कर्तव्य • समर्पण
वर्ष-33, अंक 308

सहारा इण्डिया मास कम्युनिकेशन के लिए प्रकाशक एवं मुद्रक जिया कादरी द्वारा सहारा इंडिया मास कम्युनिकेशन प्रेस, सी-2,3,4, सेक्टर-11, नोएडा में मुद्रित तथा 705-706, सातवां तल, नवरंग हाउस, 21 के.जी. मार्ग, नई दिल्ली से प्रकाशित।
। समूह संपादक - डॉ. विजय राय। स्थानीय संपादक - रत्नेश मिश्र* ।
दूरभाष - दिल्ली कार्यालय - 23352368, 23352369, 23352371, 23352372, फैक्स - 23352370, दूरभाष - नोएडा प्रेस 0120-2444755, 2444756 फैक्स - 2550750
आर.एन.आई. सं. 53469/91, पंजीकरण संख्या UP/BR /GZB- 38/2024-2026
*इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं संपादन तथा कानूनी मामलों के लिए उत्तरदायी

नीट परीक्षा

समग्र जांच

नीट परीक्षा पर उठे सवालों को देखते हुए सर्वोच्च न्यायालय ने वर्तमान परीक्षा में प्रशासनिक ढिलाई की समग्र जांच का आदेश दिया है। नेशनल इलिजिबिलिटी कम इंट्रेस टेस्ट-'नीट' परीक्षा भारत में चिकित्सा व दंत चिकित्सा पाठ्यक्रमों में स्नातक स्तर पर भारतीयों का प्रवेश द्वार है, लेकिन वर्तमान समय में यह विवादों में घिर गई है। भारत के सर्वोच्च न्यायालय ने परीक्षा संचालन में संभावित लापरवाही पर चिन्ता प्रकट करते हुए व्यापक जांच के आदेश दिए हैं। 4 जून को परिणामों की घोषणा के बाद से ही 'नीट' परीक्षा विभिन्न मुद्दों के कारण विवादों में घिर गई है। इनमें प्रश्न पत्र में गलतियां, ग्रेस मार्क्स का गलत आबंटन तथा पेपर लीक व धोखाधड़ी के आरोप शामिल हैं। इस कारण छात्र और उनके माता-पिता पुन: परीक्षा की मांग कर रहे हैं। हालांकि, राष्ट्रीय परीक्षा एजेंसी-एनटीए के अधिकारियों ने पेपर लीक से इनकार किया, पर इसके बावजूद शिक्षा मंत्री धर्मेन्द्र प्रधान ने स्वीकार किया है कि कुछ परीक्षा केन्द्रों पर 'कुछ अनियमिततायें' सामने आई हैं। पूरे देश में चिकित्सा प्रवेश को मानक बनाने के लिए 'नीट' को शुरू किया गया था। इसका उद्देश्य विभिन्न चिकित्सा पाठ्यक्रमों में प्रवेश का एक आधार बनाना था। लेकिन इसकी शुरुआत से ही परीक्षाओं को अनेक चुनौतियों का सामना करना पड़ा जिनमें धोखाधड़ी के आरोप, प्रश्न पत्र लीक तथा असमान पहुंच की शिकायतें शामिल हैं। इसके कारण परीक्षा के पक्ष-विपक्ष में व्यापक बहस तथा विरोध प्रदर्शन हुए। सर्वोच्च न्यायालय ने एक प्रमुख निर्णय में 'नीट' परीक्षा के प्रशासन पर उठते गंभीर सवालों पर ध्यान दिया था। उसने संभावित लापरवाही को रेखांकित करते हुए व्यापक जांच का आदेश दिया। पिछले वर्षों में 'नीट' प्रश्न पत्र लीक व धोखाधड़ी के अनेक मामलों में घिरी रही। इसके कारण न केवल परीक्षा की शुचिता प्रभावित हुई, बल्कि इससे परीक्षा करवाने वाले अधिकारियों की निष्ठा भी संदेह के घेरे में आ गई। ऐसे मुद्दे एक निरंतर समस्या बन गए हैं जिसके कारण व्यवस्था में विश्वास घटा है तथा जनता में निराशा बढ़ी है।

इसके साथ ही परीक्षा तक पहुंच तथा समानता पर भी सवाल उठे हैं। आरोप है कि 'नीट' मूलत: शहरी क्षेत्रों के समृद्ध छात्रों पर ध्यान केन्द्रित करती है जिनकी पहुंच उच्च गुणवत्ता वाली कोचिंगों तथा शिक्षा संसाधनों तक होती है। इससे ग्रामीण व आर्थिक रूप से कमजोर पृष्ठभूमि से आने वाले छात्रों को नुकसान उठाना पड़ता है। इस असमानता के कारण अनेक राज्यों तथा समुदायों में विरोध प्रदर्शन हुए हैं क्योंकि वे स्वयं को वर्तमान व्यवस्था में हाशियाकृत मानते हैं। सर्वोच्च न्यायालय द्वारा संभावित लापरवाही के कारण जांच का आदेश 'नीट' परीक्षा प्रक्रिया में प्रशासनिक कमियों की गंभीरता उजागर करता है। परीक्षा बोर्डों के भीतर या संबंधित उद्यमों में भ्रष्टाचार के आरोप हैं जिनके कारण पेपर लीक होते हैं या रिश्वत के बदले छात्रों को धोखाधड़ी की अनुमति दी जाती है। इस प्रकार का आंतरिक भ्रष्टाचार परीक्षा की निष्ठा गहराई तक प्रभावित करता है। कुछ राज्यों ने क्षेत्रीय व भाषाई भिन्नताओं के कारण अपने छात्रों को होने वाले नुकसान के कारण 'नीट' का विरोध किया है। इस विरोध के पीछे व्यापक राजनीतिक कारण हो सकते हैं जहां कुछ राजनीतिक हित चिकित्सा प्रवेश परीक्षाओं के केन्द्रीकरण के खिलाफ हैं। वास्तव में 'नीट' प्रक्रिया में विश्वास बहाल करने के लिए जांच तथा यह सुनिश्चित करने की आवश्यकता है कि भावी चिकित्सा छात्रों को न्यायोचित अवसर मिलें।

भारत की सनातन परंपरा है योग

योग का भारत की सनातन परंपरा में अर्थ जोड़ है। इसका दूसरा अर्थ मन: समाधि अर्थात मानसिक स्थिरता प्राप्त करने से है। दूरगामी दृष्टि से देखने पर लगता है कि योग ब्रह्मांड से स्वयं का सामंजस्य स्थापित करने के संबंध में है।

डा. विकास नौटियाल
(लेखक, इतिहास के प्रोफेसर हैं)

स्वामी रामदेव जैसे योग गुरुओं एवं सरकार के प्रयासों से योग भारत ही नहीं वैश्विक स्तर पर असाधारण रूप से लोकप्रिय हो रहा है। योग का भारत की सनातन परंपरा में सामान्य अर्थ जोड़ से है तथा दूसरा अर्थ मन: समाधि अर्थात मानसिक स्थिरता प्राप्त करने से है। दूरगामी दृष्टि से देखने पर लगता है कि योग ब्रह्मांड से स्वयं का सामंजस्य स्थापित करने के संबंध में है। भारतीय चिंतन पद्धति में योग का जनक पतंजलि को माना जाता है किंतु योग एक सनातन प्रक्रिया रही है। पतंजलि से पूर्व भी भारतीय इतिहास एवं संस्कृति में योग का उल्लेख आता है। भारतीय चिंतन के प्राचीनतम छोर पर सांख्य दर्शन के जनक कपिल मुनि का नाम एक सिद्धयोगी के रूप में मिलता है। श्रीमद्भगवत गीता के रचयिता ने भी योगेश्वर श्रीकृष्ण के मुख से यही कहलवाया है कि सिद्धों में मैं कपिल मुनि हूं, मानो कपिल के समान कभी किसी और को योग सिद्ध हुआ ही न हो किंतु कपिल की ऐतिहासिकता को लेकर मतांतर रहे हैं।

योग का ऐतिहासिक प्रारंभ आज से 5000 वर्ष पूर्व भारतीय उपमहाद्वीप की सिंधु-सरस्वती सभ्यता की आदि योगी (प्रोटो शिव) की मुहर में देखा जाना अधिक उपयुक्त लगता है। पशुपति शिव कही जाने वाली इस मुहर में एक योगी भद्रासन की शांभवी मुद्रा में विराजमान है। मोहनजोदड़ो से प्राप्त शांभवी मुद्रा के योगी की इस मुहर को सर्वप्रथम पुरातत्वविद जॉन मार्शल द्वारा शिव से जोड़ते हुए इस सील को प्रोटो शिव कहा गया।

वर्तमान में अनेक विद्वान इस योगी की मुहर में जो कुछ भी अंकन हुआ है, उसे ऋग्वेद के रुद्र (शिव) से संबंधित मंत्रों से भी जोड़ने का प्रयास करते हैं। इन विद्वानों के अनुसार ऋग्वेद के रुद्र संबंधी कुछ मंत्रों में उन्हीं पशुओं-हाथी, बाघ, गंडा,भैंसा, हिरण का उल्लेख हुआ है जो सिंधु सभ्यता में पशुपति की मुहर में अंकित हैं। पुरातात्विक साक्ष्यों के आधार पर यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि इस सभ्यता के लोग मोटे तौर पर शांतिप्रिय थे। जिसका कारण संभवत योगिक प्रवृत्तियों की भूमिका रही होगी। भारतीय उपमहाद्वीप की इस सभ्यता में योग की इन गहन स्थितियों को देखकर यह अनुमान लगाया जा सकता है कि योग इस सभ्यता की समयावधि (2500 ईसा पूर्व) से पहले भी भारतीय सभ्यता में विद्यमान रहा होगा।

वैदिक कालीन संस्कृति की ऐतिहासिकता अनेक इतिहासकारों द्वारा 1500 ईसा पूर्व से बताई जाती है किंतु श्रुति परंपरा को अगर गहराई से देखा जाए तो वैदिक संस्कृति इससे कई सौ वर्ष पूर्व की रही होगी। ऋग्वेद का ऋषि प्रकृति से सीधे संवाद करता हुआ दिखाई देता है। यहां मन की एकाग्रता के द्वारा प्रकृति के साथ योग करने का प्रयास किया गया है। ऋग्वेद की सबसे अधिक चर्चित ऋचा गायत्री मंत्र है एवं इस मंत्र में धीमहि शब्दावली का प्रयोग है जिसका अर्थ है ध्यान करें। इस मंत्र में सूर्य के सावित्र रूप (सविता) का ध्यान करने का वर्णन आया है न कि सावित्री की पूजा करने, प्रार्थना करने,नमस्कार करने का उल्लेख आया है। यहां सविता से तात्पर्य सूर्य के साथ साथ सृजनात्मकता से भी है। वस्तुत: योग का सर्वाधिक महत्वपूर्ण प्रयोजन व्यक्ति की चेतना को जागृत कर उसे नवीन के सजन करने योग्य बनाया जा सकना है।

> **योग का ऐतिहासिक प्रारंभ आज से पांच हजार वर्ष पूर्व भारतीय उप-महाद्वीप की सिंधु-सरस्वती सभ्यता की आदियोगी, यानी भगवान शंकर की मुहर में देखा जाना अधिक उपयुक्त लगता है। पशुपति शिव कही जाने वाली इस मुहर में भगवान शंकर भद्रासन की शांभवी योग मुद्रा में विराजमान हैं।**

बौद्ध एवं जैन आंदोलनों में भी योगिक क्रियाओं का विस्तार देखा जा सकता है। गौतम बुद्ध का संपर्क अरण्य संस्कृति के दो योगियों आलार कालाम एवं उद्दक रामपुत्र से हुआ किंतु अपने खोज पूर्ण न हो पाने के कारण वे अंतिम सत्य को पाने के लिए पद्मासन में बैठकर साधना करने लगे। बुद्धत्व की प्राप्ति के उपरांत वे एक ही आसन में 7 दिन तक बैठे रहे एवं मुक्ति का आनंद लेते रहे। इस स्थिति को पतंजलि के योग में आनंदानुगतसमाधि कहा गया है। उनके द्वारा प्रारंभ की गई प्रत्याहार ,धारणा एवं ध्यान पर आधारित ध्यान की विधि विपश्यना वर्तमान में भी प्रचलन में है। संभवत महात्मा बुद्ध की विचारधारा भारतीय सनातन के इतिहास में अध्यात्म के मार्ग से विज्ञान तक की एक अद्वितीय यात्रा रही।

परवर्ती काल में योग एवं ध्यान की तकनीक पर आधारित बौद्ध धर्म की एक महत्वपूर्ण शाखा योगाचार का विकास हुआ। जैन पंथ के प्रथम तीर्थंकर ऋषभदेव (आदिनाथ) का स्वयं एक सिद्धपुरुष होने का उल्लेख आता है। जैन धर्म के अनेक तीर्थंकरों के नाम के साथ इंद्रियों का स्वामी नाथ शब्दावली का प्रयोग हुआ है। यहां इनकी हठ योगियों के नाथ के साथ सीमित समानता भी दिखाई देती है।

भारतीय सनातन परंपरा में कहा गया है कि युद्ध जीतने से अधिक महत्वपूर्ण स्वयं को जीतना है। योगिक परंपरा की दृष्टि से जैन तीर्थंकरों द्वारा सुखासन के स्थान पर ताड़ासन, पर्वतासन, कायोत्सर्ग आसन का प्रयोग किया गया है। संभवत पतंजलि ने भी जैन धर्म में यम नियमों की पहचान कर उन्हें महाव्रत बताया।

ऐतिहासिक दृष्टि से यह स्पष्ट होता है कि पतंजलि की योग सूत्र पर भारत की बौद्ध एवं जैन जैसी श्रमण विचारधाराओं का भी प्रभाव रहा। कालांतर में व्यास द्वारा योगसूत्र पर एक भाष्य लिखा गया। आठवीं शताब्दी में कश्मीर के प्रत्यभिज्ञा दर्शन की परंपरा के अंतर्गत विज्ञान भैरव नामक एक शैव दर्शन का ग्रंथ लिखा गया। इस ग्रंथ में ध्यान लगाने के 112 उपायों का उल्लेख मिलता है। पूर्व मध्यकाल में भारतीय इतिहास में योगिनी संप्रदाय, गोरखनाथ एवं नाथ संप्रदाय, हठयोग का विकास होता हुआ दिखाई देता है। ब्रह्म संबंधी चिंतन एवं यू की परंपरा कबीर एवं अन्य निर्गुण संत मैं देखी जा सकती है।

इन्हीं परंपराओं ने कबीर को एक क्रांतिकारी सुधारक एवं युगावतार के रूप में विकसित किया। योग की इस परंपरा का प्रभाव सूफियों कश्मीर के कृषि संप्रदाय, चिश्ती एवं कादरी पर भी देखा जा सकता है। 17 वीं शताब्दी में घेरंड मुनि द्वारा योग विषय पर घेरंड संहिता लिखी गई एवं इस ग्रंथ में 84 आसनों का विस्तृत विवेचन मिलता है। इसके उपरांत योगी पायाहरि बाबा के शिष्य योगी जैत राम द्वारा 18 वीं शताब्दी में योगासनमाला नामक ग्रंथ में योग के आसनों का उल्लेख मिलता है। जिसमें 110 आसनों का रेखा चित्रों के साथ वर्णन मिलता है। भारतीय योग परंपरा का प्रभाव तिब्बत की संस्कृति में भी देखा जाता है।

तिब्बती लामाओं द्वारा ध्यान के माध्यम से शरीर पर नियंत्रण रखने के अद्भुत प्रमाण दिखाई देते। यहां के भिक्षु वर्षों तक ध्यान मुद्रा में रहा करते थे। 19वीं शताब्दी के प्रारंभ तक भारत में अंग्रेजी राज्य का राजनीतिक रूप से ही नहीं अपितु अन्य रूपों से भी प्रभुत्व स्थापित हो चुका था। पश्चिम साम्राज्यवाद की चुनौतियों के प्रत्युत्तर में स्वामी रामकृष्ण एवं अन्य सिद्धों द्वारा अपनी साधना का विकास किया गया।

उन्हीं के परमशिष्य स्वामी विवेकानंद द्वारा वेदांत के चिंतन के आधार पर भक्ति योग कर्म योग राजयोग का पहली बार आधुनिक काल में वैज्ञानिक विवेचन किया गया। आज भारत के प्रयासों से योग को अंतरराष्ट्रीय स्तर पर मान्यता प्राप्त हो चुकी है वर्तमान समय में उम्मीद की जाती है कि योग के माध्यम से वैश्विक रूप से मानव जीवन को आने वाले समय में अधिक शांत एवं समृद्ध बनाया जा सकेगा।

https://t.me/AllNewsPaperPaid

मोदी सरकार की विदेश नीति

> **"भू-राजनीतिक तनावों के बीच मोदी की जी 7 में सहभागिता लोकतांत्रिक सिद्धान्तों के प्रति भारत की प्रतिबद्धता प्रकट करती है।"**

कुमार चेलप्पन
(लेखक, द पायनियर के विशेष संवाददाता हैं)

भू-राजनीतिक तनावों के बीच मोदी की जी 7 में सहभागिता लोकतांत्रिक सिद्धान्तों के प्रति भारत की प्रतिबद्धता प्रकट करती है। इससे विश्व मंच पर उसकी स्थिति भी स्पष्ट होती है। दुनिया के सबसे बड़े लोकतंत्र में प्रधानमंत्री पद प्राप्त करने के एक सप्ताह के भीतर प्रधानमंत्री मोदी ने विश्व मंच पर अपनी उपस्थिति दर्ज कराई है। उन्होंने इस सप्ताह इटली में राष्ट्रों के शक्तिशाली समूह जी 7 के नेताओं से मुलाकात की। उन्होंने सम्मेलन में पधारे अफ्रीकी व अरब देशों के अनेक नेताओं के साथ द्विपक्षीय बैठकें कर मुख्यत: अमेरिकन व यूरोपीय नेताओं को स्पष्ट संदेश दिया।

तीसरी बार उल्लेखनीय रूप से पद प्राप्त करने के बाद यह प्रधानमंत्री मोदी की पहली विदेश यात्रा थी। लगभग दो महीने चले चुनाव में अत्यधिक भयानक गर्मी के बीच लगभग 670 मिलियन मतदाताओं ने कतारों में प्रतीक्षा की ताकि वे सबसे बड़े लोकतंत्र का नेता चुन सकें। हालांकि, महत्वाकांक्षी लक्ष्य निर्धारित करने के बावजूद प्रधानमंत्री मोदी और उनकी पार्टी अपने दम पर बहुमत प्राप्त करने में विफल रही और वह अब नेतृत्व के लिए चुनाव-पूर्व गठबंधन वाले राजनेताओं के साथ राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन सरकार का नेतृत्व कर रहे हैं। यह ऐसे समय महत्वपूर्ण है जब यूरोप के अनेक हिस्सों के साथ अमेरिका में लोकतांत्रिक उथलपुथल व्याप्त है।

अमेरिका में इस साल के अंत में चुनाव होंगे और वहां दोनों पक्षों की ओर से बहस तीखी होती जा रही है। इसी प्रकार यूरोपीय संसद के चुनावों में धुर-दक्षिणपंथी पार्टियां आगे आ रही हैं जिसका प्रभाव लंबे समय तक भू-राजनीति पर पड़ेगा। मोदी को इस तथ्य से संतोष है कि उनको पश्चिमी देशों के समक्ष भारतीय लोकतंत्र की स्थिति स्पष्ट करने के लिए सावधानी से चुने राजनयिक बयानों पर निर्भर नहीं होना पड़ रहा है। पिछले कुछ सालों में पश्चिमी देशों और अमेरिका में भारतीय लोकतंत्र के स्वास्थ्य के बारे में अनेक सवाल उठे थे जिनमें अल्पसंख्यक अधिकारों, धार्मिक स्वतंत्रताओं तथा प्रेस की स्वतंत्रता, आदि शामिल थे।

भारतीय मतदाताओं द्वारा लगभग पूर्ण बहुमत वाली सरकार बनाना इस बात का प्रमाण है कि पार्टी पर समुचित नियंत्रण एवं संतुलन लागू होंगे। इसमें सर्वोच्च पदों पर लोगों की नजर रहेगी तथा संसद में जीवन्त विपक्ष की उपस्थिति प्रधानमंत्री को स्पष्टवादिता के लिए प्रेरित करेगी। इस प्रकार अनेक देशों से संबंधों के मामले में प्रधानमंत्री और उनके राजनयिकों को 'स्वर्ण मानक' स्थापित करने होंगे। भारत का जीवन्त लोकतंत्र के रूप में बेदाग रिकार्ड है जहां जनसंख्या अत्यधिक विविधतापूर्ण है। भारत ऐसे परिवेश में है जहां अनेक गैर-लोकतांत्रिक व्यवस्थायें विद्यमान हैं। यह तथ्य भी नहीं भुलाया जाना चाहिए कि हम चीन के बाद दुनिया की दूसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था हैं। राज्य और राष्ट्र प्रमुख के रूप में लगभग तीन दशक का अनुभव रखने वाले प्रधानमंत्री मोदी के लिए राजनय नई बात नहीं है। आम चुनाव के पहले अनेक साक्षात्कारों में उन्होंने भारत की 'वैश्विक छवि' बनाने के बारे में अपने विचार स्पष्ट किए हैं। जी 20 में भारत शानदार परोक्ष राजनयिक वार्ताओं के फलस्वरूप एक संयुक्त बयान जारी करने में सफल हुआ था। इसके साथ ही अनेक उच्चस्तरीय विदेश यात्राओं, नागरिकों व पड़ोसियों के लिए अनेक बचाव अभियानों, कोविड के दौरान आपातकालीन औषधियों की सप्लाई, आदि प्रधानमंत्री कार्यालय द्वारा वैश्विक प्रबंधन में सम्मान का कारण बने हैं। प्रधानमंत्री के तीसरे कार्यकाल में जी 7 नेताओं के साथ उनकी बैठकें निरंतरता का पर्याय हैं। इसके साथ ही उन्होंने वर्तमान तथा संभावित नए सहयोगियों के साथ नए संबंधों के रोडमैप तैयार किए हैं।

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की इटली यात्रा ऐसे समय हुई है जब यूक्रेन युद्ध लगातार जारी है तथा अनेक बाधाओं के बावजूद आक्रमणकारी रूस के खिलाफ एक संयुक्त यूरोपीय दृष्टिकोण उभर कर सामने आ रहा है। इनमें से अनेक की इज़राइल के 'आतंक के खिलाफ युद्ध' पर भी समान चिन्तायें हैं जो कई महीनों से जारी है। उल्लेखनीय है कि इज़राइल और रूस भारत के निकट सहयोगी हैं, ऐसे में भारत को इन परिवर्तनशील स्थितियों के बारे में टिप्पणी करने में अत्यधिक सतर्कता बरतनी होती है। अब तक वह ऐसा करने में सफल रहा है। अतीत के संबंधों की गतिशीलता पर गहरे संबंध बनाने के साथ अमेरिका जैसे नए सहयोगियों के साथ संवेदनशील राजनय का परिचय देना होगा।

कोई आश्चर्य नहीं कि इसके लिए प्रधानमंत्री मोदी ने परिपक्व राजनयिक व विदेश मंत्री एस. जयशंकर को दूसरे कार्यकाल के लिए चुना है। अपने पिछले कार्यकाल में विकसित विदेश नीति में निरंतरता बनाए रखने पर प्रधानमंत्री का विशेष ध्यान है। उभरती भू-राजनीतिक स्थितियों में भारत की भूमिका का लगातार परीक्षण आने वाले दिनों में भी होता रहेगा।

आप की बात

रक्तदान का महत्व

दुनिया भर के वैज्ञानिक ऐसे यूनिवर्सल डोनर ब्लड की तलाश में हैं जो किसी भी ब्लड ग्रुप वाले व्यक्ति को दिया जा सके। वैसे तो ओ ब्लड ग्रुप वाले यूनिवर्सल डोनर माने जाते हैं लेकिन उनकी संख्या बहुत कम है। नेचर माइक्रो बायॉलजी में प्रकाशित अध्ययन के अनुसार शोधकर्ताओं ने इस समस्या के समाधान में सहायक तरीका खोजा है। यह चिकित्सा के इतिहास में महत्वपूर्ण साबित हो सकती है। हमारे देश में ब्लड डोनेशन को लेकर बहुत उदासीनता और पूर्वाग्रह व्याप्त हैं। इसे देखते हुए अब ब्लड लेने वाले व्यक्ति के परिजनों को उतने यूनिट ब्लड का डोनेशन करना जरूरी कर दिया गया है। फिर भी मानव जीवन बचाने के लिए जरूरी खून की पूर्ति नहीं हो पाती है। इसमें सबसे बड़ी बाधा ब्लड ग्रुप का न मिलना होता है। इस नई खोज से एआई के सहयोग से समस्या का सटीक समाधान निकाला जा सकता है। इससे युद्ध व प्राकृतिक आपदा जैसे हालातो में ब्लड की कमी को काफी सीमा तक फौरन दूर किया जा सकेगा। देश में युवा वर्ग को अधिक से अधिक ब्लड डोनेशन के लिए प्रेरित किया जाना चाहिए। ब्लड डोनेशन से शरीर में किसी प्रकार की कमजोरी नहीं आती और कुछ हफ्तों में ही डोनेट की गई मात्रा के बराबर नया रक्त बन जाता है। इसका पर्याप्त प्रचार-प्रसार किया जाना चाहिए।

-**सुभाष बुडावन वाला,** रतलाम

निरर्थक कयासबाजी

लोकसभा चुनाव में कम सीटें मिलने पर भाजपा और आरएसएस के संबंधों में दूरियां बढ़ने के कयास लगाए जा रहे हैं। आरएसएस प्रमुख मोहन भागवत ने कुछ मुद्दे उठाए थे जिनको भी भाजपा और आरएसएस के बीच दूरी का प्रमाण बताया गया। इस दुष्प्रचार के बाद आरएसएस की और से स्पष्ट रूप से कहा गया कि बीजेपी और आरएसएस के बीच कोई मतभेद नहीं है। लेकिन इस बयान को अनदेखा कर ऐसे मुद्दों को उछाला जा रहा है जिससे दोनों के बीच दूरी का भाव प्रकट हो। जनसंघ के जमाने से ही आरएसएस और जनसंघ को एक ही सिक्के के दो पहलू माना जाता था और आज भी इस स्थिति में कोई अंतर नहीं आया है। उस समय भी स्पष्ट था कि राजनीति में आए बिना देश के बहुसंख्य हिंदुओं के हित साधना असंभव है। आज अपने गठन के समय 2 सांसदों से बढ़ कर बीजेपी विकसित होकर वटवृक्ष बन गई है। मोदी सरकार को कमजोर करने के लिए यह दुष्प्रचार किया जा रहा है। आरएसएस के अनेक आनुषांगिक संगठन हैं और वे अपने-अपने क्षेत्र में काम करते रहते हैं। उनके मतों में पूर्ण एकरूपता के बजाय भिन्नता पाई जाती है और इनके बीच समन्वय आरएसएस की विशेषता है।

- **विभूति बुपक्या,** खाचरोद

राष्ट्रीय सहमति

आज जब राजनीतिक दलों के बीच टकराव चरम पर है, राष्ट्रीय हितों पर सहमति बनाना अत्यंत आवश्यक हो गया है। सुरक्षा और आर्थिक विकास किसी भी देश की नींव होते हैं और इन मुद्दों पर राजनीति से ऊपर उठकर सोचना चाहिए। इसके लिए एक राष्ट्रीय नीति आयोग का गठन किया जाना चाहिए जिसमें सभी प्रमुख राजनीतिक दलों के प्रतिनिधि, विशेषज्ञ और वरिष्ठ पत्रकार शामिल हों। यह आयोग नियमित अंतराल पर मिलकर राष्ट्रीय हितों से जुड़े मुद्दों पर विचार-विमर्श कर सर्वसम्मति से निर्णय ले। इससे न केवल त्वरित और प्रभावी नीति निर्माण संभव होगा, बल्कि देश की एकता और अखंडता भी बनी रहेगी। मीडिया की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। हमें अपनी जिम्मेदारी को समझते हुए निष्पक्ष और तथ्यात्मक रिपोर्टिंग करनी चाहिए। सनसनीखेज समाचारों से बचते हुए राष्ट्रीय हितों पर ध्यान केंद्रित करना हमारी प्राथमिकता होनी चाहिए। शिक्षा प्रणाली में बदलाव की आवश्यकता है। हमें बच्चों को शुरू से ही राष्ट्रीय सुरक्षा और आर्थिक स्थिरता की महत्ता समझानी चाहिए। यदि हम सभी मिलकर एकजुट होकर काम करें तो निस्संदेह हमारा देश प्रगति की नई ऊंचाइयों को छू सकता है। महत्वपूर्ण मुद्दों पर राष्ट्रीय सहमति का विकास जरूरी है।

- **अवनीश गुप्ता,** आजमगढ़

परीक्षाओं पर सवाल

आजकल अनेक परीक्षाओं पर लगातार सवाल उठ रहे हैं। कभी इस प्रदेश में पेपर लीक की घटना तो कभी उस प्रदेश में, कभी परीक्षार्थी सड़क पर उतर रहे हैं तो कभी वे कोर्ट की सीढ़ी नाप रहे हैं, कभी नेट की परीक्षा के पेपर लीक हो रहे हैं तो कभी नीट के और कभी अन्य परीक्षाओं के। कभी परीक्षाएं रद्द हो रही हैं तो कभी सीबीआई जांच के आदेश आ रहे हैं। आखिर अभ्यर्थियों और परीक्षार्थियों के साथ ऐसा मजाक क्यों चल रहा है? कितनी मेहनत, समय और धन खर्च करके हजारों-लाखों विद्यार्थी अनेक स्पर पर प्रतियोगी परीक्षाएं देते हैं। उनमें जो पास हो जाते हैं वे उम्मीद लगा लेते हैं अपने अगले कॅरियर की और पता लगता है कि पेपर लीक होने के कारण सब कुछ रद्द हो गया। ऐसे में क्या गुजरती होगी उन पर और उनके पेरेंट्स पर। सरकार सख्त कदम उठाये ताकि विद्यार्थियों और अभ्यर्थियों का भविष्य बनते-बनते रुकने न पाए और न ही परीक्षाएं सरकार की क्षमता व निष्ठा पर सवाल उठाने का कारण बनें। भारत अनेक क्षेत्रों में दुनिया में अग्रणी है, फिर वह ठीक से परीक्षायें कराने में बार-बार विफल क्यों होता है?

-**शकुंतला महेश नेनावा,** इंदौर

पाठक अपनी प्रतिक्रिया ई-मेल से responsemail.hindipioneer@gmail.com पर भी भेज सकते हैं।

बिज़नेस स्टैंडर्ड
वर्ष 17 अंक 108

सवालों के जवाब जरूरी

राष्ट्रीय पात्रता सह प्रवेश परीक्षा (नीट) और विश्वविद्यालय अनुदान आयोग की राष्ट्रीय पात्रता परीक्षा (यूजीसी-नेट) को लेकर उत्पन्न हुए विवाद उच्च शिक्षा संस्थानों में प्रवेश के लिए राष्ट्रव्यापी परीक्षाएं आयोजित कर पाने की राष्ट्रीय परीक्षण एजेंसी (एनटीए) की क्षमताओं पर प्रश्न चिह्न लगाते हैं। 2017 में एक स्वायत्त संस्था के रूप में एनटीए की स्थापना इस इरादे के साथ की गई थी कि यह वैश्विक मानकों को ध्यान में रखते हुए एक बेहतर वैज्ञानिक परीक्षा प्रणाली विकसित कर सकेगी और अखिल भारतीय तकनीकी शिक्षा परिषद, केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड तथा ऐसी अन्य परीक्षाएं कराते आ रहे अन्य संस्थानों का स्थान ले सकेगी। यह कॉमन मैनेजमेंट एडमिशन टेस्ट और इंजीनियरिंग कॉलेज के लिए संयुक्त प्रवेश परीक्षा जैसी परीक्षाओं के साथ दुनिया में प्रतिस्पर्धी परीक्षा करने वाली सबसे बड़ी संस्थाओं में से एक है। यह विडंबना ही है कि एनटीए भी उन्हीं समस्याओं से ग्रस्त नजर आ रही है जिनका मुकाबला करने के लिए इसकी स्थापना की गई थी।

वर्ष 2018 में इसकी शुरुआत के साथ ही समस्याएं भी नजर आनी शुरू हो गई थी। उदाहरण के लिए किसी अभ्यर्थी के स्थान पर दूसरे व्यक्ति का परीक्षा में बैठना और शीर्ष स्थान हासिल करना, गलत अंक मिलना, गलत माध्यम में प्रश्न पत्र का वितरित होना वगैरह। इनमें से कई समस्याएं चिकित्सा स्नातक, दंत चिकित्सा, आयुष और अन्य पाठ्यक्रमों में प्रवेश के लिए होने वाली नीट की ताजा परीक्षा में भी सामने आईं और संबंधित विवाद सर्वोच्च न्यायालय तक जा पहुंचा। इन शिकायतों में 4 जून को घोषित परीक्षा परिणाम में अनियमितता और गड़बड़ी शामिल है। याद रहे कि उसी दिन लोक सभा चुनाव के नतीजे भी आए थे। इनमें अहम प्रश्नचिह्न था कई विद्यार्थियों का अस्वाभाविक रूप से पूर्णांक हासिल करना। इनमें कई हरियाणा के एक ही सेंटर से परीक्षा देने वाले थे। इसके अलावा यह भी सामने आया कि प्रश्न पत्र की दिक्कतों की वजह से कुछ बच्चों को ' ग्रेस मार्क्स' यानी कृपांक दिए गए। इससे पारदर्शिता को लेकर सवाल उठे। बिहार और गोधरा में पर्चा लीक होने की खबरें भी आईं। उसके बाद केंद्र सरकार ने कृपांक रद्द कर दिए और इस माह के अंत में उन बच्चों की पुनः परीक्षा कराने को कहा है। शिक्षण में प्रवेश स्तर के रोजगार और पीएचडी में दाखिले के लिए यूजीसी-नेट की ताजा परीक्षा को शिक्षा मंत्रालय ने उस समय रद्द कर दिया जब गृह मंत्रालय की ओर से खबर आई कि इस परीक्षा में भी गड़बड़ी हुई है। दिलचस्प है कि पेपर लीक होने की दोनों घटनाएं उस समय हुई हैं जब बमुश्किल कुछ माह पहले संसद ने इस देशव्यापी समस्या से निपटने के लिए कानून पारित किया।

एनटीए की कमियां इस समस्या का एक पहलू हैं। परंतु मौजूदा विवाद बड़े सवालों की ओर भी संकेत करता है जो शिक्षा व्यवस्था के ढांचे से संबद्ध है। उनमें से ताजा सवाल यह है कि क्या देशव्यापी स्तर पर फैली परीक्षाओं का केंद्रीकरण व्यावहारिक विकल्प है? उदाहरण के लिए नीट की परीक्षा में 24 लाख बच्चे बैठे और यूजीसी-नेट में नौ लाख विद्यार्थी शामिल हुए। इन सबने 300 शहरों में परीक्षाएं दीं। व्यापक समस्या देश की स्कूली व्यवस्था और उच्च शिक्षा के संस्थानों की अपर्याप्त संख्या में निहित है। उदाहरण के लिए नीट की परीक्षा में बैठने वाले बच्चे 1,09,000 एमबीबीएस सीटों के लिए प्रतिस्पर्धा कर रहे थे। ऐसे में मध्य वर्ग और निम्न वर्ग के माता-पिता अपने जीवन भर की पूंजी और बचत बच्चों को महंगी कोचिंग कक्षाओं में डालने में लगा देते हैं ताकि वे इन परीक्षाओं में पास हो सकें। इन परीक्षाओं में नाकाम होने वाले बच्चों की आत्महत्या का सीधा संबंध इस दबाव से है जो उन पर हावी रहता है। कुल मिलाकर भारतीय छात्र-छात्राओं के लिए बहुत कुछ दांव पर लगा है। कम से कम एनटीए को अपनी कमियों को तत्काल दूर करने की जरूरत है।

भारत में निर्यात बढ़ाने का खाका

व्यापार में नई जान फूंकने और आर्थिक वृद्धि को बढ़ावा देने के लिए कुछ खास कदम उठाने की आवश्यकता है। इस बारे में नौ सुझाव दे रहे हैं अजय श्रीवास्तव

देश का विदेश व्यापार वर्ष 2023-24 में 1.63 लाख करोड़ डॉलर मूल्य का रहा और सकल घरेलू उत्पाद में इसका योगदान 41 फीसदी था। इससे देश की अर्थव्यवस्था और रोजगार निर्माण में इसकी अहम भूमिका जाहिर होती है। इस क्षेत्र के सामने अहम आंतरिक एवं बाह्य चुनौतियां मौजूद हैं। हम यहां नौ सुझावों की बात करेंगे जो नई सरकार के लिए व्यापार और आर्थिक वृद्धि को बढ़ावा देने में अहम साबित हो सकते हैं।

श्रम आधारित निर्यात को पुनर्जीवन: 2015 की तुलना में 2023 में अधिकांश श्रम गहन क्षेत्रों में निर्यात कम हुआ। अहम उत्पाद श्रेणियों में शामिल हैं तैयार वस्त्र, कपड़ा, धागा, फाइबर, कालीन, चमड़े के उत्पाद, जूते-चप्पल, हीरे और सोने के आभूषण आदि। अन्य क्षेत्रों की तुलना में ये क्षेत्र निवेश पर अधिक रोजगार उत्पन्न करते हैं। बांग्लादेश और वियतनाम ने वस्त्र तैयार करने के लिए आयातित कपड़े पर भरोसा किया और भारत को पीछे छोड़ दिया। इसके लिए उन्होंने बीते दो दशक में विशिष्ट उपाय अपनाए। कपड़ा क्षेत्र के लिए उत्पादन से संबद्ध प्रोत्साहन (पीएलआई) योजना कामयाब नहीं रही है और उसे बंद करना ही बेहतर होगा। तकनीक कोई मुद्दा नहीं है। सलाहकारों की खुशनुमा भविष्य की रिपोर्ट के बजाय इस क्षेत्र को ईमानदार आकलन की जरूरत है। अगर निर्यात में गिरावट नहीं रुकती है तो हमें इन क्षेत्रों का आयात बढ़ता हुआ नजर आएगा।

सेवा निर्यात में विविधता: देश के सेवा निर्यात क्षेत्र की आय का तीन चौथाई हिस्सा सॉफ्टवेयर और आईटी तथा कारोबारी सेवा क्षेत्र से आता है। इन दोनों क्षेत्रों में भारत की वैश्विक हिस्सेदारी 9 फीसदी है जो काफी अधिक है। वैश्विक सेवा निर्यात में इस श्रेणी की हिस्सेदारी 36 फीसदी है। इन दोनों के अलावा अन्य सेवाएं वैश्विक निर्यात में 64 फीसदी की हिस्सेदार हैं जहां भारत की हिस्सेदारी महज 1.9 फीसदी है।

भारत की वैश्विक हिस्सेदारी वाली कुछ अन्य सेवाएं हैं परिवहन और यात्रा (2.4 फीसदी), रखरखाव और सुधार कार्य (0.24 फीसदी), बीमा और पेंशन सेवाएं (1.38 फीसदी), वित्तीय सेवाएं (1.30 फीसदी) तथा बौद्धिक संपदा के उपयोग के लिए शुल्क (0.23 फीसदी)। भारत को इन क्षेत्रों में अपनी हिस्सेदारी बढ़ाने की आवश्यकता है ताकि सेवा निर्यात में हमारा प्रदर्शन बेहतर हो।

चीन पर अहम निर्भरता में कमी: औद्योगिक वस्तुओं के लिए भारत के औसत वैश्विक आयात में 30 फीसदी चीन से आता है। इसमें दूरसंचार और स्मार्टफोन के कलपुर्जों की हिस्सेदारी 44 फीसदी, लैपटॉप और पीसी की 77.7 फीसदी, डिजिटल मोनोलिथिक इंटीग्रेटेड सर्किट की 26.2 फीसदी, असेंबल्ड फोटोवोल्टिक सेल्स की 65.5 फीसदी, लीथियम ऑयन बैटरी की 75 फीसदी, डाइ अमोनियम फॉस्फेट की 40.9 फीसदी, रेडियो ट्रांसमिशन और टेलीविजन आदि की 68.5 फीसदी तथा ऐंटीबायोटिक्स की 88.4 फीसदी है।

2019 से 2024 तक चीन को भारत का निर्यात करीब 16 अरब डॉलर सालाना पर ठहरा रहा। इस बीच चीन से होने वाला आयात वित्त वर्ष 19 के 70.3 अरब डॉलर से बढ़कर वित्त वर्ष 24 में 101 अरब डॉलर हो गया। अमेरिका और यूरोपीय संघ चीन से होने वाले आयात को कम करने के लिए शुल्क दरें बढ़ा रहे हैं। ऑस्ट्रेलिया चीन के निवेशकों से कह रहा है कि वे ऑस्ट्रेलिया के दुर्लभ जमीनी संसाधनों के खनन में अपनी हिस्सेदारी छोड़ें क्योंकि यह क्षेत्र पर्यावरण के अनुकूल ऊर्जा और रक्षा क्षेत्र के लिए अहम है। भारत में चीन से होने वाला आयात बढ़ने की उम्मीद है क्योंकि संयुक्त उपक्रमों अथवा व्यक्तिगत स्तर पर भी चीनी कंपनियां भारत में प्रवेश कर रही हैं। भारत को नए सिरे से आकलन करने की आवश्यकता है। उसे अपने आयात के स्रोतों में विविधता लाने तथा घरेलू उत्पादन क्षमता बढ़ाने की भी जरूरत है।

सुनिश्चित करें कि एफटीए इनवर्टेड ड्यूटी ढांचे में वृद्धि न हो: इनवर्टेड शुल्क ढांचा तब माना जाता है जब तैयार वस्तुओं पर आयात शुल्क कच्चे माल से कम होता है। उदाहरण के लिए अगर पीतल और उससे तैयार पाइप, दोनों पर 5 फीसदी शुल्क हो तथा मुक्त व्यापार समझौता पाइप पर शुल्क को घटाकर शून्य कर दे तो स्थानीय रूप से उत्पादित पाइप कम प्रतिस्पर्धी रह जाते हैं। कंपनियां सस्ते आयात पर जोर देती हैं और स्थानीय निर्माण प्रभावित होता है।

पहले बजट में ऐसी कमियां दूर कर दी जाती थीं। बहरहाल, बढ़ते मुक्त व्यापार समझौते (एफटीए) अधिकांश औद्योगिक उत्पादों पर आयात शुल्क को शून्य करके समस्या बढ़ा रहे हैं। गैर एफटीए वाले देशों से कच्चे माल के आयात पर उच्च शुल्क और एफटीए साझेदार से शुल्क मुक्त तैयार वस्तु, स्थानीय खरीद पर आयात को बढ़ावा दे रहे हैं।

एफटीए के प्रदर्शन पर डेटा प्रकाशन: भारत ने 14 व्यापक एफटीए पर हस्ताक्षर किए हैं और उसने छह छोटे प्राथमिकता वाले व्यापार समझौतों पर दस्तखत किया है। सरकार को आंकड़े जारी करने चाहिए ताकि यह देखा जा सके कि क्या एफटीए अपेक्षाओं पर खरे उतरे हैं या फिर सुधार की जरूरत है। इससे निकले सबक भविष्य की वार्ताओं में मदद करेंगे।

यूरोपीय जलवायु नियमन के प्रतिकूल प्रभाव: यूरोपीय संघ के वनों की कटाई के नियम, कार्बन सीमा समायोजन उपाय (सीबीएएम) नियमन, विदेशी सब्सिडी नियमन और जर्मन आपूर्ति श्रृंखला उचित सावधानी अधिनियम असर डालेंगे और देश के निर्यात में अनिश्चितता बढ़ाएंगे। यूरोपीय संघ से आने वाली अपुष्ट खबरों के मुताबिक आधे से कम भारतीय निर्यातकों ने ही सीबीएएम के अनुपालन के आंकड़े संघ के साथ साझा किए हैं।

पूरे क्रियान्वयन के बाद सीबीएएम के कारण भारतीय कंपनियों पर 20-35 फीसदी आयात शुल्क लगेगा। कंपनियों को सभी संयंत्र और उत्पादन सूचनाएं यूरोपीय संघ के साथ साझा करनी होंगी। इसके अलावा कंपनियों को दो उत्पादन लाइन संचालित करनी होंगी ताकि प्रभावी प्रतिस्पर्धा कर सकें: एक, यूरोपीय देशों में निर्यात के लिए महंगे किंतु पर्यावरण के अनुकूल उत्पाद तथा दूसरा, शेष विश्व के लिए मानक उत्पाद। अब वक्त है एक योजना तैयार करने की ताकि यूरोपीय संघ के नियमन का मुकाबला किया जा सके और यूरोपीय संघ से होने वाले आयात पर ऐसे ही नियम लगाए जा सकें।

गुणवत्ता व्यवस्था में सुधार: हॉन्गकॉन्ग, सिंगापुर और अमेरिका ने हाल में भारतीय ब्रांड के मसालों को लेकर जो चिंता जताई है, वह बताती है कि तत्काल कदम उठाने की आवश्यकता है। भारतीय खाद्य एवं कृषि निर्यातकों को अक्सर अमेरिकी और यूरोपीय संघ के इनकार का सामना करना पड़ता है। ऐसा अक्सर कीटनाशकों की मात्रा और अन्य गुणवत्ता कारणों से होता है।

भारत को अपने गुणवत्ता मानकों को अंतरराष्ट्रीय मानकों के अनुरूप बनाना चाहिए ताकि ऐसे नकारे जाने के मामले कम हों, सब्जियों, मसालों और डेरी उत्पादों आदि प्रमुख निर्यात के लिए खेत से लेकर खाने तक ब्लॉकचेन ट्रेसिंग का विस्तार करना चाहिए, उद्योग के साथ परामर्श के बाद गुणवत्ता नियंत्रण आदेश देना चाहिए। भारतीय उत्पादों की वैश्विक स्वीकार्यता को बढ़ावा देने के लिए प्रमुख निर्यात भागीदारों के साथ परस्पर समझौतों पर हस्ताक्षर करना चाहिए।

कारोबारी सुगमता को बढ़ावा: हमें सरकार और कारोबारों के रिश्तों को सरकारी विभागों के चंगुल से निकालकर कारोबारों के अनुरूप करना होगा। फिलहाल निर्यातकों को कई सरकारी विभागों से अलग-अलग निपटना होता है। उपयोगकर्ताओं के अनुकूल ऑनलाइन राष्ट्रीय व्यापार नेटवर्क कायम करने से कारोबारों के लिए एक ही स्थान पर प्रक्रियाएं पूरी करना आसान होगा। इस बदलाव से एक लाख छोटी कंपनियां एक साल के भीतर निर्यात आरंभ कर सकती हैं।

अन्य निर्यात संवर्धन उपाय: देरी और लागत कम करने के लिए सीमा शुल्क प्रक्रिया को स्वचालित करना होगा। आधुनिक बंदरगाहों में निवेश, किफायती लॉजिस्टिक्स और डिजिटल व्यवस्था अपनानी चाहिए। मौजूदा बाजारों में उच्च मूल्य वाली वस्तुओं का निर्यात, छोटे कारोबारों को वैश्विक पहुंच बनाने में मदद, ऋण तक उनकी पहुंच सुनिश्चित करना, ई-कॉमर्स निर्यात को बढ़ावा और अहम बाजारों में गैर टैरिफ गतिरोध को समाप्त करना, कुछ और कदम हो सकते हैं। जानकारों के मुताबिक निर्यात वृद्धि को गति देने के लिए किसी देश को आयात टैरिफ कम करना चाहिए, एफटीए पर हस्ताक्षर करने चाहिए और वैश्विक मूल्य श्रृंखला के साथ एकीकरण करना चाहिए। बहरहाल यह रणनीति केवल तभी कारगर होगी जब हम पहले लागत कम करेंगे और कारोबारी माहौल में सुधार लाएंगे। बिना कारोबारी सुगमता में सुधार किए शुल्क दरों में कमी करने से आयात बढ़ेगा और स्थानीय विनिर्माण और रोजगार की जगह लेगा।

(लेखक ग्लोबल ट्रेड रिसर्च इनीशिएटिव के संस्थापक हैं)

क्यों हो रही 40.7 करोड़ लोगों की अनदेखी?

मीडिया मंत्र
वनिता कोहली-खांडेकर

लोकसभा चुनाव के नतीजों से एक ऐसे प्रश्न का उत्तर मिल गया जो मुझे पिछले कई वर्षों से परेशान कर रहा था। भारत निर्वाचन आयोग (ईसीआई) के आंकड़ों के अनुसार 2024 के आम चुनाव में 64.2 करोड़ लोगों ने मतदान किया। इनमें 36.6 प्रतिशत या लगभग 23.5 करोड़ लोगों ने देश पर पिछले 10 वर्षों से शासन कर रही भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के पक्ष में वोट डाले।

आप देश में लगभग 400 समाचार चैनलों में से कई चालू करें तो ऐसा लगेगा कि ये 23.5 करोड़ लोग केवल समाचार ही देखते हैं। अगर यह मान लिया जाए कि ये लोग केवल टेलीविजन देखते हैं तो उस सूरत में इनकी संख्या देश में टेलीविजन देखने वाले कुल 90 करोड़ लोगों (ब्रॉडकास्ट ऑडियंस रिसर्च काउंसिल के आंकड़ों के अनुसार) के एक तिहाई से कम होगी।

अब समाचार पत्रों पर निगाहें दौड़ाते हैं। जब आप बड़े राष्ट्रीय समाचार पत्रों, विशेषकर अंग्रेजी और हिंदी, के पन्ने पलटेंगे तो पाएंगे कि इन 23.5 करोड़ लोगों की पसंद-नापसंद एवं उनके विचार प्रमुखता से दिखते हैं। इंडियन रीडरशिप सर्वेक्षण के ताजा आंकड़ों के अनुसार यह संख्या समाचार पढ़ने वाले 42.1 करोड़ लोगों की आधी है। हमें यह भी याद रखना चाहिए कि कई लोग संभवतः समाचार पत्र पढ़ने के साथ टेलीविजन भी देखते होंगे। इस लिहाज इसे इन आंकड़ों में दोहराव की बात से इनकार नहीं किया जा सकता। अगर आप वर्ष 2014 और 2019 के आंकड़ों (मतदाताओं एवं समाचार माध्यमों तक पहुंच के लिहाज से) पर विचार करें तो इनमें भिन्नता दिखती है। मगर मोटे तौर पर लगता है कि समाचार माध्यम केवल एक प्रकार के दर्शकों का ध्यान रखते हैं। यह रुझान स्थिर बना हुआ है।

मुझे इस बात ने परेशान किया कि दूसरे दलों के पक्ष में मतदान करने वाले 40.7 करोड़ लोगों की अनदेखी लगभग एक दशक तक क्यों की गई। अगर आप पूरे देश की आबादी (14 वर्ष से कम उम्र के बच्चों को नहीं करने पर भी) पर विचार करें तो समाचार चैनलों का संकीर्ण दृष्टिकोण कहीं अधिक हतप्रभ करने वाला है और इससे एक सूचना तंत्र में कहीं न कहीं रिक्तता का भाव पैदा हुआ है। मतदाता या गैर-मतदाता के रूप में हम जो भी विचार (जैसे हमारे इर्द-गिर्द क्या हो रहा है, किस स्कूल या कॉलेज जाना है, स्वास्थ्य, नागरिक सेवा, राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय विषय आदि पर) बुनते हैं वे इस बात से प्रभावित होते हैं कि हमारे पास कैसी खबरें पहुंच रही हैं। मुख्यधारा का मीडिया, जिसकी तगड़ी पहुंच है, ऐसी खबरों का अकेला सबसे बड़ा स्रोत है।

हालांकि, विविधताओं से भरे भारत जैसे देश में विभिन्न प्रकार की खबरों के लिए असीमित गुंजाइश रहती है मगर पिछले एक दशक से केवल एक तरह की खबर ही परोसी जा रही है। मुख्यधारा की मीडिया द्वारा दिखाई एवं सुनाई जा रहीं खबरों पर सवाल उठाने वाली काफी कम खबरें सामने आ पाती हैं। दूसरे शब्दों में कहें तो ग्रामीण क्षेत्र में संकट या रोजगार की कमी जैसी समस्याओं को लेकर मुख्यधारा के मीडिया में काफी कम खबरें आती हैं। किसी तरह लोगों के बीच ऐसी वाजिब खबरें पहुंचती भी हैं तो लोग अक्सर चकित हो जाते हैं या इन पर विश्वास नहीं कर पाते हैं। पिछले कई वर्षों से पूरे देश में केवल एक निश्चित समूह की पसंद के अनुरूप खबरें चलाई जा रही हैं। इससे सूचना के स्तर पर कहीं न कहीं एक रिक्तता की स्थिति बन रही है जो लगातार बढ़ रही हैं। मगर प्रकृति ऐसी रिक्तता को पसंद नहीं करती हैं। इस खाली जगह को भरने के लिए ऑनलाइन माध्यम में कई लोग, ब्रांड एवं प्लेटफॉर्म आ चुके हैं। ऑनलाइन माध्यम में प्रवेश करने में टेलीविजन या अखबार जैसी परेशानी या बाधा सामने नहीं आती है। वर्ष 2017 में डेटा या इंटरनेट का शुल्क कम होने से इस प्रक्रिया में तेजी आई। इंटरनेट शुल्क लगातार कम हो रहे हैं जिससे ऑनलाइन माध्यम पर उपलब्ध सामग्री का लोग अधिक से अधिक इस्तेमाल कर रहे हैं।

कॉमस्कोर के अनुसार 52.3 करोड़ से अधिक लोगों ने जनवरी 2024 में वीडियो देखने, पढ़ने मनोरंजन सामग्री देखने या ऑनलाइन समाचार पढ़ने के लिए तेज गति वाले इंटरनेट का इस्तेमाल किया। स्थानीय एवं अंतरराष्ट्रीय वेबसाइट, यूट्यूब चैनल, शॉर्ट वीडियो ऐप एवं लोग विभिन्न विचार एवं सूचना लोगों के साथ साझा कर रहे हैं।

हालांकि, इनमें ज्यादातर की पहुंच कम ही होती है और उन्हें देखने, सुनने एवं पढ़ने वाले लोगों की संख्या 50 लाख से 2.5 करोड़ के बीच होती है। इन सभी को जोड़ दें तो ऐसा लगता है कि उन्होंने कुछ हद तक सूचनाओं के प्रसार में आए रिक्त स्थान को भर दिया है। यही कारण था कि जब 4 जून को परिणाम आए तो ये व्यक्तिगत या समाचार साइट- रवीश कुमार, ध्रुव राठी, ऑल्ट न्यूज़, द न्यूज़ मिनट, द वॉयर, द क्विंट, न्यूजलॉन्ड्री, स्क्रॉल, खबर लहरिया और कई दूसरी भाषाओं की साइट-का गुणगान होने लगा था। मानो ऐसा लग रहा था जैसे उन्होंने दूसरे दलों के पक्ष में चुनाव का रुख मोड़ दिया था।

हालांकि, ऐसा सोचना भी सही नहीं है। मगर यह सच है कि इनमें अधिकांश संगठन एवं लोग एक नए माहौल में तथ्यों एवं विचारों को प्रस्तुत कर रहे हैं। आप ऐसे लोगों से सहमत हो भी सकते हैं और नहीं भी, लेकिन इतना तो तय है कि वे एक ऐसे दायरे से बाहर रहकर अपनी बात रख रहे हैं जो भारत की केवल 17 प्रतिशत (23.5 करोड़ की खास आबादी) आबादी को ही संतुष्ट करता है। भारत जैसे विविधतापूर्ण देश में जितने विचार आएंगे उतना ही बेहतर रहेगा। समाज, अर्थव्यवस्था, नियमन एवं राजनीति को लेकर हो रही बहस में प्रत्येक समूह का प्रतिनिधित्व होना चाहिए। ये स्वतंत्र विचार लोकतंत्र में मीडिया द्वारा निभाई जाने वाली भूमिका को रेखांकित करते हैं।

अगर यह चुनाव मुख्यधारा की मीडिया को एक संकीर्ण दायरे से निकलकर खबरों में विविधता लाने के प्रेरित करता है तो यह अच्छी बात होगी। ऐसा करने के पीछे नैतिक तर्क भी है। हालांकि, सभी मीडिया मालिक इस तर्क से प्रभावित नहीं होंगे। मीडिया ब्रांड लगभग दस वर्षों से एक बड़े बाजार (दर्शकों) की जान बूझकर अनदेखी करते रहे हैं। उनके इस बरताव से उनकी विश्वसनीयता पर गंभीर प्रश्न खड़े हो गए हैं। यही कारण था कि इन अपेक्षित लोगों की पसंद-नापसंद का ध्यान रखने वाले दूसरे लोग एवं साधन सामने आने लगे। अब समय आ गया है जब मुख्यधारा का मीडिया पिछले एक दशक से नजरअंदाज हुए इन लोगों की भावनाओं को भी समझे।

आपका पक्ष

पानी पानी करती देश की राजधानी

देश की राजधानी दिल्ली में इन दिनों भीषण गर्मी पड़ रही है। दिल्ली में अधिकतम तापमान 47 से 50 डिग्री सेल्सियल तक पहुंच गया है। पिछले कई दिनों से लगातार 45 से 47 डिग्री सेल्सियस तापमान बना हुआ है। न्यूनतम तापमान भी 36 डिग्री सेल्सियस तक पहुंच चुका है। लू के कारण दिल्ली-एनसीआर में लोगों की राह चलते मौत की खबरें भी आ रही हैं। दिल्ली, नोएडा, गाजियाबाद, गुड़गांव में लू से मौतें और बीमार लोगों की संख्या बढ़ने लगी है। इतनी भीषण गर्मी में दिल्ली में पानी की किल्लत भी लगातार बनी हुई है। दिल्ली में यमुना नदी अभी पूरी तरह सूखी नहीं है लेकिन पिछले साल के मुकाबले जलस्तर काफी कम हो गया है। दिल्ली में कई जगह पानी की किल्लत के कारण लोग अपने घरों के बाहर बाल्टी, बर्तन और ड्रम लेकर पानी के सरकारी टैंकर के आने का इंतजार करते वक्त गुजार रहे हैं। पानी के टैंकर आते ही लोग उन पर टूट पड़ रहे हैं और उस जगह के लिए एक टैंकर पानी भी बहुत कम नजर आता है। दिल्ली सरकार पानी की किल्लत की समस्या को समाधान के बजाय कभी हरियाणा, कभी हिमाचल और अंततः केंद्र सरकार पर ठीकरा फोड़ कर अपना पल्ला झाड़ती नजर आ रही है। दिल्ली जल बोर्ड भी पूरी दिल्ली में पानी की आपूर्ति करने में नाकाम नजर आ रहा है। सरकारी जलापूर्ति में कमी का कारण पाइपलाइन में लीकेज, जल शोधन की क्षमता कम होना और कर्मचारियों द्वारा पूरी शिद्दत से काम नहीं करने का सरकारी रवैया है। हर साल जब गर्मी के दिनों में पानी की किल्लत होती है तो इसके लिए सरकार पहले से तैयारी क्यों नहीं करती है। हर साल अपनी नाकामी का ठीकरा दूसरे पर फोड़ना कब तक चलेगा। दिल्ली में सार्वजनिक पार्कों की तर्ज पर अब तालाब और जलाशय बनाने की जरूरत है। बारिश के दिनों में जब तालाब पानी से भर जाएंगे तो गर्मी के दिनों में इनके पानी का इस्तेमाल किया जा सकेगा।

मोहित कुमार, नई दिल्ली

दिल्ली के चाणक्यपुरी स्थित विवेकानंद कैंप में घरों के बाहर पानी के खाली डिब्बे रख टैंकर आने का इंतजार करते लोग

महिला उत्पीड़न के मामलों में कठोर कार्रवाई जरूरी

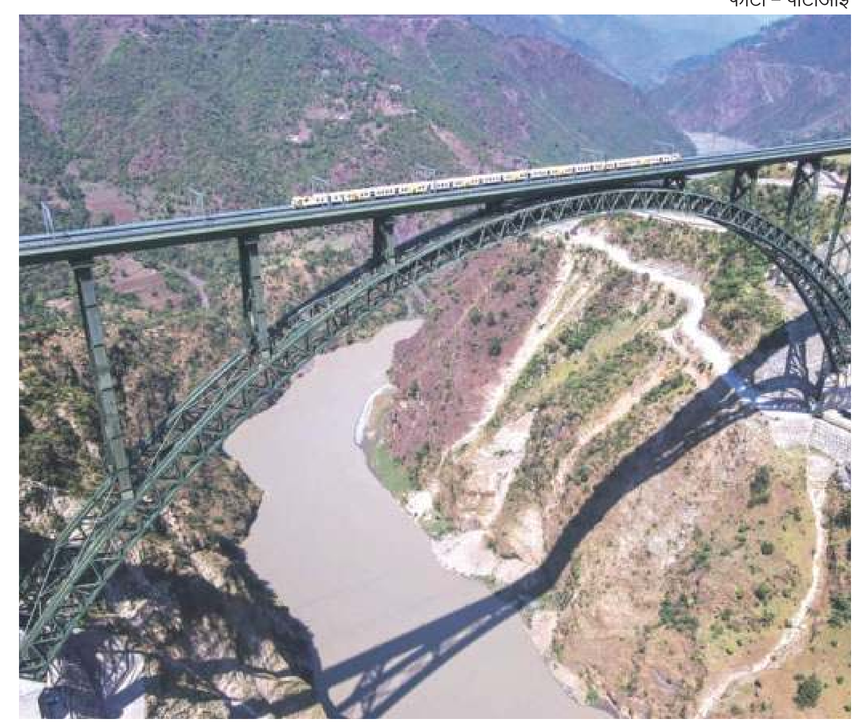
राष्ट्रीय महिला आयोग के पास इस वर्ष के 6 महीनों में ही महिला उत्पीड़न के 12,600 मामले दर्ज हुए हैं। ये ऐसे मामले हैं जो महिलाएं परिवारों के दबाव से बाहर निकल कर शिकायत करने का साहस करती हैं अन्यथा महिला उत्पीड़न के मामले इससे कई गुना ज्यादा हो सकते हैं। बेशक लड़कियों को पढ़ने-लिखने और नौकरी करने की छूट मिल रही है। मगर इसके साथ-साथ घरेलू हिंसा के मामले भी बढ़ रहे हैं। वहीं कार्य स्थलों पर भी महिलाओं को कई बुरे अनुभवों से गुजरना पड़ता है। परिवार के खिलाफ जाकर अन्य जाति के लड़कों से विवाह के मामलों में भी ऑनर किलिंग की घटनाएं देखने को मिलती हैं। अतः जब तक हमारा समाज खुले दिमाग से देश, काल और समय के अनुसार अपनी रुढ़िवादी मानसिकता में सुधार नहीं करेगा। तब तक ऐसे मामलों में कमी नहीं आ सकती है। महिला उत्पीड़न के मामलों में कठोर कार्रवाई करने की जरूरत है।

विभूति बुपक्या, उज्जैन

पाठक अपनी राय हमें इस पते पर भेज सकते हैं : संपादक, बिज़नेस स्टैंडर्ड, 4, बहादुर शाह जफर मार्ग, नई दिल्ली 110002. आप हमें ईमेल भी कर सकते हैं : lettershindi@bsmail.in
पत्र/ईमेल में अपना डाक पता और टेलीफोन नंबर अवश्य लिखें।

देश-दुनिया

फोटो - पीटीआई



जम्मू कश्मीर में चिनाब नदी पर बने विश्व के सबसे ऊंचे पुल पर गुरुवार को रेलवे ने आठ डिब्बों वाली मेमू ट्रेन चला कर परीक्षण किया।

https://t.me/AllNewsPaperPaid

एमएसपी में बढ़ोतरी

केंद्र सरकार ने कई खरीफ फसलों के न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी) में बढ़ोतरी का स्वागतयोग्य निर्णय लिया है. प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की अध्यक्षता में हुई कैबिनेट की बैठक में लिये गये फैसले में एमएसपी को उत्पादन लागत से डेढ़ गुना अधिक निर्धारित किया गया है ताकि किसानों को 50 फीसदी मुनाफा मिल सके. इस बार अन्य फसलों के अलावा दलहन और तेलहन पर विशेष ध्यान दिया गया है. उल्लेखनीय है कि सरकार लंबे समय से इन फसलों को बढ़ावा देने में जुटी हुई है ताकि आयात घटाया जा सके तथा बढ़ती मांग की पूर्ति हो सके. इस समय देशभर में किसान धान, सोयाबीन, विभिन्न प्रकार के दाल, कपास, गन्ने आदि की बुवाई कर रहे हैं. ये फसलें जून से सितंबर के बीच मानसून पर निर्भर होती हैं. एमएसपी बढ़ाने का फैसला ठीक मानसून से पहले लिया गया है, जिससे किसानों को निश्चित ही राहत मिलेगी तथा वे अधिक बुवाई के लिए उत्साहित होंगे. हालांकि मानसून के अच्छा रहने की आशा है, पर अत्यधिक गर्मी ने इस संबंध में चिंता बढ़ा दी है. कमजोर मानसून की स्थिति में किसानों की लागत बढ़ सकती है. वैसी स्थिति में भी समर्थन मूल्य में वृद्धि से भरपाई हो जायेगी. सामान्य धान की खरीद के लिए एमएसपी में पांच प्रतिशत की वृद्धि की गयी है. तूर दाल में यह बढ़ोतरी जहां 7.8 प्रतिशत है, वहीं मूंग की एमएसपी पिछले साल से डेढ़ फीसदी ही ज्यादा है. उड़द के लिए न्यूनतम मूल्य में 6.4 प्रतिशत की बढ़त की गयी है. तेलहन मूल्यों को छह प्रतिशत से अधिक बढ़ाया गया है. सूरजमुखी के बीज में तो बढ़ोतरी 15.6 प्रतिशत है. भारत चावल और चीनी का दूसरा सबसे बड़ा उत्पादक देश है. लेकिन घरेलू बाजार में खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करने तथा मुद्रास्फीति नियंत्रित करने के लिए गेहूं के साथ-साथ चावल और चीनी के निर्यात पर अभी रोक है. ऐसा करना इसलिए भी आवश्यक है ताकि मुफ्त राशन योजना के लिए अनाज उपलब्ध रहे. अच्छी पैदावार से निर्यात पर रोक हटाने, महंगाई घटाने तथा अनाज भंडार भरने में बड़ी मदद मिलेगी. उल्लेखनीय है कि हालिया वर्षों में कृषि उत्पादों के निर्यात में भी बढ़ोतरी हुई है. उनकी आमदनी, विशेष रूप से धान एवं गेहूं के मामले में, समर्थन मूल्य पर खरीद पर निर्भर करती है. फिर भी बहुत बड़ी संख्या ऐसे किसानों की है, जिन्हें न्यूनतम समर्थन मूल्य की व्यवस्था से अपरिचित हैं. बहुत कम किसान ही इस प्रक्रिया का लाभ उठा पाते हैं. हमारे देश में अधिकतर किसानों के पास बहुत थोड़ी जमीन है, सो वे अपनी फसल नजदीकी मंडी में बेच देते हैं ताकि तात्कालिक जरूरत पूरी हो सके. इन विसंगतियों पर भी ध्यान देना चाहिए.

एमएसपी बढ़ाने का फैसला ठीक मानसून से पहले लिया गया है, जिससे किसानों को निश्चित ही राहत मिलेगी तथा वे अधिक बुवाई के लिए उत्साहित होंगे.

परीक्षाओं में गड़बड़ी अस्वीकार्य है

प्रो जेएस राजपूत
शिक्षाविद
rajput_js@yahoo.co.in

जो माफिया आज की परीक्षा के पेपर लीक में शामिल है, वह तीन वर्ष पहले भी ऐसी गतिविधियों में शामिल था. इसका सीधा अर्थ यह निकलता है कि देश में कानून इतना शिथिल है अथवा माफियाओं की पहुंच इतनी ज्यादा है कि उनके खिलाफ कार्रवाई नहीं होती. ऐसी कोई खबर मीडिया नहीं छाप रहा है कि जो पेपर आज से चार-पांच साल पहले लीक हुए उसमें शामिल अपराधियों में से किसी को सजा हुई है या नहीं. और कितनी कठोर सजा हुई.

बीते कुछ समय से देश में होने वाली प्रतियोगी परीक्षाओं में पेपर लीक, नकल, धांधली की घटनाएं बहुत बढ़ गयी हैं. नीट परीक्षा में धांधली को लेकर हजारों विद्यार्थी सड़कों पर हैं. यह मामला अभी शांत भी नहीं हुआ है कि अब परीक्षा में गड़बड़ी की आशंका को देखते हुए यूजीसी-नेट परीक्षा रद्द कर दी गयी है. इस तरह की स्थिति अत्यंत अस्वीकार्य है और यह व्यवस्था की अक्षमता को प्रदर्शित करती है. निश्चत रूप से जिन लोगों पर इन परीक्षाओं को आयोजित करने का उत्तरदायित्व है, उन्हें अपनी कर्मठता और लगनशीलता को नये आयाम देने पड़ेंगे. हम इस मामले को हल्के में नहीं ले सकते.

लंबे संघर्ष के बाद वैश्विक समुदाय में हमने अपना स्थान बनाया है. पर कुछ ऐसे मामले भी हैं, जो देश के लिए चिंता का विषय बने हुए हैं. आज देश की शिक्षा व्यवस्था में असामाजिक तत्व और भ्रष्ट प्रवृत्तियां लगातार बढ़ रही हैं, जो व्यवस्था को खोखला कर रही हैं. इन मुद्दों पर चर्चा और तत्काल निर्णय लेने की जरूरत है. पहली चिंता है परीक्षा में लगातार बढ़ती नकल और पेपर लीक की समस्या. ऐसे मामले देश के अनेक राज्यों से सामने आते रहते हैं. बीते पांच वर्षों में देश के 15 राज्यों में पेपर लीक के कारण एक करोड़ चालीस लाख युवाओं की मेहनत पर पानी फिर गया है. इन सबके बावजूद इस बात की कोई जानकारी नहीं है कि ऐसे आपराधिक मामलों में शामिल कितने लोगों पर अब तक कानूनी शिकंजा कसा है. परीक्षा प्रणाली में सुधार के लिए कुछ चीजें तो तुरंत करने की जरूरत है, साथ ही साथ दीर्घकालिक योजना बनाने की भी जरूरत है. दो-तीन बातें जो महत्वपूर्ण हैं, वो हैं कि जो माफिया आज की परीक्षा के पेपर लीक में शामिल है, वह तीन वर्ष पहले भी ऐसी गतिविधियों में शामिल था. इसका सीधा अर्थ यह निकलता है कि देश में कानून इतना शिथिल है अथवा माफियाओं की पहुंच इतनी ज्यादा है कि उनके खिलाफ कार्रवाई नहीं होती. ऐसी कोई खबर मीडिया नहीं छाप रहा है कि जो पेपर आज से चार-पांच साल पहले लीक हुए उसमें शामिल अपराधियों में से किसी को सजा हुई है या नहीं. और कितनी कठोर सजा हुई. यदि यह सजा तीन या चार महीने में हो जाती तो निश्चित रूप से थोड़ा उसका प्रभाव पड़ता. हमारे यहां लोगों को मालूम है कि हमारी न्याय व्यवस्था इतनी शिथिल है कि मामला लटकता जायेगा और कुछ होगा नहीं. प्रश्न है कि एक व्यक्ति या चार व्यक्ति मिलकर एक परीक्षा का प्रश्नपत्र लीक करते हैं, और 48 लाख या 13 लाख लोगों पर प्रभाव पड़ता है, इसमें यदि उनके परिवारवालों को जोड़ लिया जाए, तो करोड़ों लोग इससे प्रभावित होते हैं. कितने परिवारों पर आर्थिक दबाव पड़ता है. इस बात की कोई संभावना नहीं है कि पेपर लीक मामले में शामिल लोगों को कोई सजा हो भी पायेगी. हमारे देश के नियम इतने शिथिल हैं कि इतनी सारी घटनाएं होने के बाद भी आज तक किसी नेता या मंत्री को उत्तरदायी क्यों नहीं माना गया? यह स्थिति चिंताजनक और दुर्भाग्यपूर्ण है.

जहां तक प्रश्न है कि किस तरह ये अपराधी इस मामले को अंजाम देते आ रहे हैं, तो इसका उत्तर है कि या तो प्रतिष्ठान इनके साथ मिला हुआ है या यह उस एजेंसी की अक्षमता है और उसके भी भ्रष्टाचार में लिप्त होने की संभावना भी है, जिसके ऊपर इस परीक्षा की जिम्मेदारी है. हालांकि, परीक्षाओं में कदाचार को रोकने के लिए हाल में केंद्र सरकार ने एक मॉडल एक्ट बनाया है. कुछ राज्य सरकारों ने भी नकल और पेपर लीक को लेकर कड़े कदम उठाने का वादा किया है. पर हमारा पिछला रिकॉर्ड इतना खराब है कि इन बातों पर भरोसा करना मुश्किल है. इन सभी समस्याओं का समाधान एनइपी-2020 के जरिये किया जा सकता है. इस नीति में देश की शिक्षा व्यवस्था की खामियों को दूर करने की संभावना है. यह नीति देश की शिक्षा व्यवस्था में मूल्यों को स्थापित कर उसमें नैतिकता लाने के साथ ही युवाओं में नयी आशा का संचार कर सकती है.

हमें यह देखना पड़ेगा कि बार-बार ऐसा क्यों हो रहा है. दूसरी बात है कि सभी शिक्षाविदों को देशभर से बुलाकर बैठाना होगा और उनसे पूछना होगा कि इस समस्या से निपटने के लिए किस तरह का प्रबंधन किया जाए. एक होता है ब्यूरोक्रेटिक एडमिनिस्ट्रेशन और दूसरा होता है एकेडमिक एडमिनिस्ट्रेशन. आज सभी बोर्ड ऑफ स्कूल एजुकेशन, टेक्स्टबुक कॉरपोरेशन आदि के हेड ब्यूरोक्रेट होते हैं, जबकि पहले सब एकेडमिक के लोग होते थे. वर्ष 1970-75 तक जितने भी देश के राज्यों के लोक सेवा आयोग के अध्यक्ष होते थे, उनकी साख, उनके साथ काम करने वालों की साख इतनी ऊंची होती थी कि हर युवा को विश्वास होता था कि मेरे साथ कोई अन्याय नहीं होगा. नतीजा कोई पेपर लीक नहीं होता था. देखिए, जब देश में बार-बार परीक्षाओं के पेपर लीक होंगे तो संबंधित एजेंसी पर प्रश्न तो उठेंगे ही, क्योंकि देश में अभी इतनी अक्षमता नहीं है कि सक्षम लोग ढूंढ़े नहीं जा सकें. सक्षम लोगों को ढूंढ़ा जाना चाहिए. जो नियुक्तियां होती हैं वे पूरी तरह से पारदर्शी होनी चाहिए और व्यक्तियों की साख और उनकी ईमानदारी पर ध्यान दिया जाना चाहिए.

सबसे बड़ी बात है कि लोग इस बात को देखते हैं कि हमारा नेतृत्व कैसा है, हमारे मंत्री कैसे हैं, बोर्ड के अध्यक्ष कैसे हैं आदि. उनका आचरण कैसा है, उनके बारे में लोग क्या कहते हैं, इन सब चीजों का प्रभाव पड़ता है. इस समय देश के सांसदों को भी इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि उसका आचरण अनुकरणीय हो कि उसे देश का युवा वर्ग देख रहा है. नैतिकता ऊपर से छनकर नीचे तक आती है. जब ऊपर के लोगों में नैतिकता होगी, तो प्रश्न ही नहीं उठता है कि निचले स्तर पर लोग अनैतिक हो जाएं. तीसरी बात यह है कि अब नयी-नयी पद्धतियां आ गयी हैं. जैसे नेशनल इंस्टिट्यूट ऑफ ओपन लर्निंग ने आज से बीस-पच्चीस वर्ष पहले ऑन डिमांड एग्जामिनेशन का प्रस्ताव दिया था. यानी जिसे जब सहूलियत हो कंप्यूटर के जरिये परीक्षा दे दे. इस तरह की संभावनाओं पर अब विचार करना पड़ेगा. इस समस्या के समाधान के लिए देश के जाने-माने शिक्षाविदों के साथ बात करनी चाहिए, इसमें किसी तरह की कोई राजनीति नहीं होनी चाहिए. सभी सरकारों को मिलकर एक नयी शिक्षा प्रणाली के लिए आगे बढ़ना चाहिए और यह संभव है. इसके बाद उन कारणों का पता लगाना चाहिए जिसके चलते यह स्थिति निर्मित हुई है. यह बहुत शर्मनाक स्थिति है और भारत की प्रतिष्ठा का प्रश्न है. अब समय आ गया है जब देश की शिक्षा व्यवस्था को पूरी गंभीरता से लिया जाए.

(ये लेखक के निजी विचार हैं.)

आंतरिक साधना है योग

शास्त्री कोसलेंद्रदास
अध्यक्ष, योग विभाग
राजस्थान संस्कृत विश्वविद्यालय
kosalendradas@gmail.com

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर विशेष

असावधानी तथा शीघ्रता से किये योगाभ्यास से शरीरांगों को ऐसी हानि प्राप्त हो सकती है, जो कभी मिटाई नहीं जा सकती. जो लोग फेफड़ों एवं हृदय के रोगी हैं, उन्हें अपने से प्राणायाम नहीं आरंभ कर देना चाहिए, प्रत्युत किसी दक्ष व्यक्ति से परामर्श ले लेना चाहिए.

चित्त की चंचलताओं या क्रियाओं पर स्वामित्व स्थापन, नियंत्रण या उनको हटा देना योग है. ऋग्वेद में आया है कि विज्ञलोग अपने मन को केंद्रित रखते हैं. इसमें प्रयुक्त योग शब्द के अर्थ तथा उपनिषदों एवं परवर्ती संस्कृत ग्रंथों में प्रयुक्त योग के अर्थ में बहुत लंबे काल की दूरी पड़ गयी है, जिससे योग का स्वरूप बदला है. आचार्य सायण ने योग का अर्थ। जो पहले से प्राप्त न हो, उसे प्राप्त करने के रूप में लिया है. दूसरे भारतीय दर्शनों की अपेक्षा योगसूत्र संक्षिप्त है. महर्षि पतंजलि द्वारा विरचित योगसूत्र के चार पादों में 195 सूत्र हैं. योग की मौलिक भावना उपनिषदों से जुड़ी है, जो बताती है कि आत्मा वास्तविक, नित्य एवं शुद्ध है, पर यह भौतिक विश्व में आसक्त रहता है और अनित्य यानी नाशवान पदार्थों के पीछे दौड़ता रहता है.

योगसूत्र द्वारा व्यवस्थित यम- अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह ऐसे कर्तव्य हैं, जो निषेध रूप में हैं. किसी को कष्ट न देना, झूठ न बोलना, किसी को नहीं लूटना, शुद्धता, संतोष, तप, स्वाध्याय एवं ईश्वर-प्रणिधान (कर्मों का ईश्वर को समर्पण) ऐसे कर्तव्य हैं, जिनका संबंध योगमार्ग का अनुसरण करने वाले व्यक्ति से है. मन की अवस्थाएं पांच हैं- क्षिप्त, मुग्ध (मूढ़), विक्षिप्त, एकाग्र एवं निरुद्ध. मन की चंचलता पर अधिकार प्राप्त करने के साधन हैं अभ्यास एवं वैराग्य. अभ्यास वह यत्न है, जिसके द्वारा वृत्तियों पर नियंत्रण कर मन को दीर्घकाल के लिए निरंतर एवं इच्छापूर्वक शांतिमय प्रवाह दिया जाता है. वैराग्य देखे हुए पदार्थों पर स्वामित्व-स्थापन की तृष्णा से विरक्ति है. अल्पज्ञात है कि योगसूत्र में किसी आसन का नाम नहीं है, पर महाकवि कालिदास के रघुवंश में वीरासन का उल्लेख है. शंकराचार्य ने पद्मासन एवं अन्य विशिष्ट आसनों का उल्लेख किया है. 'हठयोग-प्रदीपिका' में आसन योग का पहला अंग माना गया है. 'शिव' ने सिद्ध, पद्म, सिंह एवं भद्र जैसे 84 आसनों की चर्चा की है. योग प्रणालियों में कुछ अंतर भी है. पातंजल योग चित्तानुशासन पर ही सारा प्रयास लगाता है, वहीं हठयोग का प्रमुख संबंध शरीर और उसके स्वास्थ्य, शुद्धता एवं रोगरहितता से है. पतंजलि ने आसन की परिभाषा ऐसी शरीर स्थिति से की है, जो स्थिर एवं सरल अथवा सुखकर हो, वहीं हठयोग के अनुसार मयूरासन, कुक्कुटासन व सिद्धासन से रोगों का निवारण होता है. हठयोग ने कुछ क्रियाओं का भी उल्लेख किया है, जैसे - नेति (नासा-मार्ग निर्मल करना), धौति (आमाशय स्वच्छ करना), वस्ति (यौगिक एनिमा) एवं नौलि (पेट की नलिका हिलाना), पर इन विषयों पर पतंजलि मौन हैं.

योगासनों के दो प्रकारों में एक प्राणायाम है, जो ध्यान एवं एकाग्रता के लिए उपयोगी है. दूसरा प्रकार शारीरिक रोगों के निवारण एवं स्वास्थ्य के लिए है. यदि कोई योगी अपेक्षाकृत स्वस्थ शरीर वाला है, तो वह प्राणायाम एवं अन्य अंगों का अभ्यास कर सकता है. आसनों के अतिरिक्त योगाभ्यासी को अपनी नासिका के अग्रभाग पर अपलक देखते रहना होता है, जिसका निर्देश श्रीकृष्ण ने गीता में किया है. प्राणायाम का अर्थ है कि प्राण का नियंत्रण. 'याज्ञवल्क्य स्मृति' में इसके दो अन्य पर्याय हैं- प्राणसंयम एवं प्राणसंरोध. उपनिषदों में प्राण जीवों की प्रमुख शक्ति का रूप है और ब्रह्म का प्रतिनिधि या अंश है. प्राणायाम को योगसूत्र में श्वास एवं प्रश्वास का गति-विच्छेद कहा गया है. प्राणायाम के तीन भेद हैं - पूरक (बाहरी वायु भीतर लेना), कुंभक (लिये हुए श्वास को रोके रखना) एवं रेचक (फेफड़ों से वायु बाहर निकालना). योगपद्धति में प्राण का अर्थ केवल सांस ही नहीं है, प्रत्युत और कुछ है. यह जीवनी शक्ति एवं उन शक्तियों का द्योतक है, जो शरीर में वाणी, आंख, कान एवं मन और विश्व में विभिन्न रूपों में विद्यमान हैं. इसकी अभिव्यंजना फेफड़ों की गति में परिलक्षित होती है. योगसूत्र ने योगाभ्यासी के समक्ष यह सिद्धांत रखा है कि शरीर में प्राण के वैज्ञानिक संयमन से योगी मानव-चेतना एवं बाह्य विश्व में सामान्यतः न दिखाई पड़ने वाली शक्ति पर अधिकार पा सकता है.

असावधानी तथा शीघ्रता से किये योगाभ्यास से शरीरांगों को ऐसी हानि प्राप्त हो सकती है, जो कभी मिटाई नहीं जा सकती. जो फेफड़ों एवं हृदय के रोगी हैं, उन्हें अपने से प्राणायाम नहीं आरंभ कर देना चाहिए, प्रत्युत दक्ष व्यक्ति से परामर्श ले लेना चाहिए. स्वामी विवेकानंद ने योग के विद्यार्थियों से कहा था कि उन्हें यह जान लेना चाहिए कि गुरु से सीधा संपर्क स्थापित करके ही वे योगाभ्यास करें. कुछ अपवाद हो सकते हैं, पर बिना गुरु के योग का ज्ञान प्राप्त करना अच्छा नहीं है. योगसूत्र का दृढतापूर्वक कथन है कि ओम् (प्रणव) परमात्मा की भावना का द्योतक है और इसके जप तथा मन में इसके अर्थ को रखने से ध्यान बंध जाता है. गीता में आया है कि अभ्यास एवं वैराग्य से मन को नियंत्रण में रखा जा सकता है. यही बात योगसूत्र में भी है. पतंजलि के योगसूत्र के बहुत संस्करण हैं, जिनमें व्यास का भाष्य एवं वाचस्पति की टीका सम्मिलित हैं. एक टीका है पंडित राजाराम शास्त्री बोडस कृत संस्करण और दूसरी है आनंदाश्रम संस्करण, जिसमें वाचस्पति और राजा भोज की टीकाएं हैं. काशी संस्कृत सीरीज में योगसूत्र का प्रकाशन छह टीकाओं के साथ हुआ है.

(ये लेखक के निजी विचार हैं.)

देश दुनिया

अमेरिकी शह पर फिलीपींस द्वारा उकसावे की कार्रवाई अनुचित

हाल ही में फिलीपींस के जहाजों के अवैध रूप से चीन के रेनाई जिआओ (रेनाई रीफ) के जल में प्रवेश करने की घटना पर सोमवार को अमेरिकी विदेश विभाग के प्रवक्ता मैथ्यू मिलर ने टिप्पणी करते हुए कहा कि इससे दक्षिण चीन सागर में चीन की नीतिगत स्थिति पर धब्बा लगा है. अमेरिका की यह टिप्पणी समुद्री टकराव को सनसनीखेज बनाने के साथ ही यह दावा करना भी है कि अमेरिका अपने सहयोगी फिलीपींस के साथ खड़ा है. अमेरिका के डिप्टी सेक्रेटरी कर्ट कैंपबेल तो इससे भी आगे निकल गये. उन्होंने मंगलवार को फिलीपींस की विदेश मामलों की डिप्टी सेक्रेटरी मारिया थेरेसा लाजारो के साथ बातचीत में अमेरिका-फिलीपींस पारस्परिक रक्षा संधि को दोहराया और चीन पर फिलीपींस की नौवहन स्वतंत्रता में हस्तक्षेप करने का आरोप लगाया. वाशिंगटन सत्य को विकृत कर रहा है. चीन तट रक्षक (सीसीजी) की मानें, तो सोमवार को फिलीपींस ने चीन के नानशा द्वीप समूह के रेनाई जिआओ से सटे जल में अवैध रूप से प्रवेश करने के लिए वहां एक सप्लाई शिप और दो इनफ्लैटेबल बोट भेजा. इससे भी बुरी बात यह है कि फिलीपींस के सप्लाई शिप जानबूझकर और खतरनाक तरीके से सामान्य रूप से चलने वाले चीनी जहाजों के पास पहुंचे और उनसे टकरा गये. सीसीजी ने कानून के अनुसार इस मामले में नियंत्रण का उपाय किया, जिनमें चेतावनी जारी करना, रोकना, बोर्डिंग व निरीक्षण करना और उन्हें जबरन खदेड़ना शामिल था. फिलीपींस की ओर से उकसावे की कार्रवाई उसकी पुरानी चालों की पुनरावृत्ति है, और अमेरिकी विदेश विभाग तथा उसके अधिकारियों के बयान घिसे-पिटे बयान के अतिरिक्त और कुछ नहीं हैं. अमेरिका का रुख यह दिखाना है कि वह अभी भी विश्व की पुलिस और एशिया-प्रशांत क्षेत्र का स्वामी है. दक्षिण चीन सागर में अशांति और रेनाई जिआओ में फिलीपींस के उकसावे को अमेरिका की शह और समर्थन से अलग करके नहीं देखा जा सकता.

GLOBAL TIMES

बोधि वृक्ष

तर्क-वितर्क की आदत

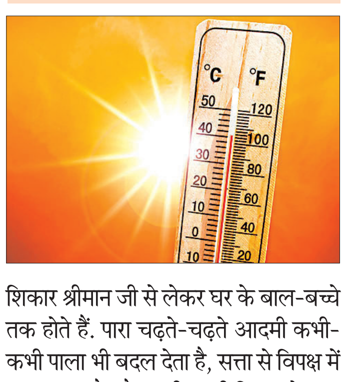
यह बात विचार करने योग्य है कि हम सब दिनभर में न जाने ऐसी कितनी बातें या व्यवहार करते हैं जो सरासर गलत है. परंतु इसके बावजूद हम अपनी बात को जायज ठहराने के लिए उम्दा से उम्दा तर्क करते हैं. पर क्यों? क्योंकि वाद-विवाद करना या तर्क करना सदियों से लोगों के लिए एक शक्तिशाली आत्मरक्षा का उपकरण रहा है. किंतु तर्क करने की आदत के पीछे हम एक बहुत ही महत्वपूर्ण तथ्य को भूल जाते हैं कि हमारे द्वारा किये जा रहे हर तर्क के पीछे सत्य के प्रति हमारी अज्ञानता निहित है. इसलिए हमें बेवजह के वाद-विवाद में पड़ने के बजाय संवाद और स्वस्थ विचार-विमर्श के माध्यम से हर मसले को सुलझाने का प्रयास करना चाहिए, ताकि हम अपना और अन्य का अमूल्य समय बचा सकें. अनुभव कहता है कि संवाद की प्रक्रिया में दोनों पक्षों के बीच विचारों का आदान-प्रदान होता है, जबकि बहस में युद्ध जैसी स्थिति उत्पन्न हो जाती है, जो संबंधों में तनाव पैदा करती है. अमूमन हम सभी अपने दैनिक जीवन में किसी न किसी से बहस करते ही हैं, क्योंकि अपनी मान्यताओं के आधार पर हम हर बात में अपनी राय बना लेते हैं, उसमें भी विशेषकर हमारा यह संस्कार तब अति प्रबल तब हो जाता है, जब हम दूसरों की मान्यताओं को स्वयं के लिए खतरे के रूप में देखने लगते हैं. परंतु ऐसा करते समय हमें नहीं भूलना चाहिए कि कभी-कभी तर्क करने की हमारी यह मूढ़ आदत एक बड़ी समस्या को जन्म दे सकती है. परिणामस्वरूप संघर्ष व युद्ध जैसा वातावरण निर्मित हो सकता है. इतिहास गवाह है कि विश्व के अंदर लड़े गये बहुमत युद्ध के मूल में विचारों में मतभेद और मान्यताओं का संघर्ष था. अतः अपना दृष्टिकोण रखते हुए अन्य के विचारों के प्रति ग्रहणशील होकर रहने के लिए बड़े साहस की आवश्यकता होती है. परंतु इतना साहस और खुला मन बनाने के लिए हमें स्वयं को आध्यात्मिक शक्तियों के साथ प्रबुद्ध करने की जरूरत है, क्योंकि एक प्रबुद्ध आत्मा ही सरलता से तर्क की स्थिति से निकल चर्चा में और फिर संवाद में आ सकती है.

-ब्रह्माकुमार निकुंज जी

कुछ अलग

पारे के ऊपर-नीचे होने का अर्थ

संतोष दिवाकर
टिप्पणीकार
santoshdiwakar01@gmail.com



जेठ आते ही पारा की चर्चा शुरू हो जाती है. महंगाई की भांति जेठ में पारा नीचे गिरने का नाम नहीं लेता है और जाड़े के दिनों में तो ऐसे नीचे गिरने लगता है जैसे नैतिकता. वैसे पारा देखने या छूने में, न ठोस है न ही द्रव, जरा सा हिला देने पर यह बिखर जाता है और थोड़ा ढलकान होने पर सिमट जाता है, जैसे सांसद/विधायक के समूह ठोस बनकर सत्तापक्ष में चले जाते हैं, निराशा हाथ लगने पर द्रवित होकर विपक्ष में बह कर चले जाते हैं.

पारा का प्रयोग थर्मामीटर, रक्तचाप (बीपी) मापने वाली मशीन आदि में होता है और पारा जितना ऊपर भागता है, बीमारी उतनी ही जटिल समझी जाती है. यह तो हुई मशीन की बात. परंतु जब मनुष्य जब किसी बात को लेकर नाराज होता है, तो लोग यही कहते हैं कि बचकर रहो, आज उसका पारा चढ़ा हुआ है. श्रीमान जी का पारा चढ़ जाता है, तो वह तो किसी तरह अपने आप को नियंत्रित कर लेते हैं, पर यदि श्रीमती जी का पारा चढ़ जाए, तो वह बड़े तूफान का संकेत होता है और उसका शिकार श्रीमान जी से लेकर घर के बाल-बच्चे तक होते हैं. पारा चढ़ते-चढ़ते आदमी कभी-कभी पाला भी बदल देता है, सत्ता से विपक्ष में चला जाता है और कभी-कभी विपक्ष से सत्ता पक्ष में भी आ जाता है. गठबंधन की सरकार में सत्ता के बैरोमीटर का पारा ऊपर-नीचे होता रहता है. आंधी की चपेट में किसकी कुर्सी खिसक जाए कहना मुश्किल होता है. पारा दिखने में तो द्रव जैसा है, पर रसायनशास्त्र में उसे ठोस माना गया है. जैसे सभी मनुष्य दिखने में तो एक जैसे हैं, पर ठोस की तरह अड़ने वाला कोई-कोई होता है, शेष तो द्रव की भांति ढलकाव की ओर बह जाते हैं.

बैरोमीटर के पारे को ऊपर-नीचे होते देख हम लोग हवा के दबाव का पूर्वानुमान लगाते हैं, पर मनुष्य के अंदर भी एक पारा है, जो ऊपर-नीचे होता रहता है. कुछ पारखी लोग मनुष्य के भीतर छिपे पारे के उतार-चढ़ाव को आसानी से भांप लेते हैं. यह बात अलग है कि पति और पत्नी जब एक-दूसरे को देखते हैं, तो दोनों का पारा चढ़ जाता है. मजेदार बात यह कि दोनों एक-दूसरे के पारे की ऊंचाई को आसानी से पढ़ लेते हैं कि कौन कितने दबाव में है और क्या चाहता है. क्रिकेट में सामान्य रूप से दो पारियां खेली जाती हैं और टेस्ट मैच में चार पारियां होती हैं, परंतु मनुष्य को अपने जीवन में कई पारियां खेलनी पड़ती हैं. इन सारे पारा और पारियों के बीच एक बात सर्वविदित है कि मनुष्य के नैतिकता का पारा जितना नीचे जाता है, ऊपरी आय के हवा का दबाव उतना ही अधिक होता है.

आपके पत्र

सोना की बढ़ी तस्करी चिंताजनक

इन दिनों सोना की तस्करी बढ़ गयी है. पिछले दिनों पूर्व केरल के कन्नूर एयरपोर्ट पर एक शर्मनाक मामला सामने आया है, जिसमें कोलकाता की एक एयरहोस्टेस लगभग एक किलो सोना छुपाकर मस्कट से भारत ला रही थी. खैर एयरपोर्ट पर जांच के दौरान वह पकड़ी गयी. लेकिन सोने की तस्करी से देश के राजस्व को भारी नुकसान पहुंच रहा हैं. इस पर रोक लगाने के लिए सरकार व एयरपोर्ट प्रशासन को अलर्ट रहने की आवश्यकता है. इससे काफी हद तक सोना की तस्करी पर रोक लगेगी.

संदीप कुमार, इमेल से

सोशल मीडिया पर बढ़ी अश्लीलता

सोशल मीडिया ने हमारी जीवनशैली बदल दी है. लेकिन, इस पर बढ़ती अश्लीलता काफी चिंताजनक है. इसका प्रभाव किशोरों व युवाओं पर पड़ रहा है. सूचना क्रांति के इस युग में सभी के हाथ में स्मार्ट फोन हैं. वैसी स्थिति में सोशल मीडिया पर आनेवाले कंटेंट को सभी देख रहे हैं. इसलिए, सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म को इस अश्लीलता के प्रसार को नियंत्रित करने के लिए सख्ती से काम करने की आवश्यकता है. साथ ही सोशल मीडिया का उपयोग करते समय सावधानी बरतना हम सभी की जिम्मेदारी है.

प्रभात कुमार भारती, मधुबनी

https://t.me/AllNewsPaperPaid

संपादकीय

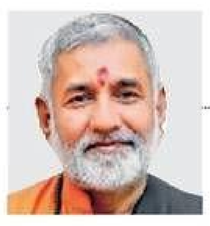
एमएसपी से क्या सच में किसानों की आय बढ़ेगी?

मोदी-3 कैबिनेट का पहला अहम फैसला आगामी खरीफ की 14 फसलों की एमएसपी के रूप में आया। फैसले के बाद यह बताने की होड़ लग गई कि मोदी कैसे वादा निभाते हैं, कैसे किसानों का भाग्य इस एमएसपी से बदल जाएगा। पर अति उत्साह में भाजपा भूल गई कि जिस 2013-14 के मुकाबले आज की एमएसपी की तुलना सोशल मीडिया में की जा रही है, उसमें अधिकांश मुख्य फसल जैसे धान, दलहन और तिलहन पर आज दस साल बाद भी दोगुनी से कम एमएसपी है। किसानों की आय वर्ष 2022 तक दोगुनी करने का वादा किया गया था। अगर दस साल में भी कृषि उत्पाद का एमएसपी उस मुकाम तक नहीं पहुंचा तो किसानों की असली हालत क्या होगी? इसके अलावा सीएसीपी रिपोर्ट बताती है कि पिछले एक साल में सम्मिलित लागत मूल्य सूचकांक 6.1% बढ़ा है। अगर सरकार इस वृद्धि को भी मद्देनजर रखकर मूल्य निर्धारण करती तो औसत वृद्धि 9.15% की होनी चाहिए थी। धान की एमएसपी मात्र 5.3% बढ़ी है। केवल नाइजर सीड और रागी दो ऐसे उत्पाद हैं जिनका एमएसपी 9.15% से ऊपर है। इसमें से नाइजर सीड (तिल की एक किस्म) भारत में बेहद कम बोई जाती है। यहां तक कि बाजरा पर सबसे कम मात्र 5% की वृद्धि की गई है। क्या ऐसी वृद्धि से किसान कृषि के प्रति उत्साहित होगा?

प्रेरणा

जिसके पास एक सच्चा दोस्त है, उसे कभी किसी आईने की जरूरत महसूस नहीं होती। - रूमी

जीने की राह



पं. विजयशंकर मेहता
humarehanuman@gmail.com

योग को जीवनशैली में अपनाकर शांति मिलेगी

भारत के ऋषि-मुनियों द्वारा इस संसार को जो भेंट दी गई है, उनमें से एक भेंट योग की भी है। मोदी जी को इस मामले में दुनिया याद रखेगी कि उन्हीं की पहल पर 2014 में यूएन में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाने का प्रस्ताव रखा गया था। योग अनिवार्य होना ही चाहिए। आने वाले समय में शांति ढूंढे नहीं मिलेगी, लेकिन यदि योग को अपना लिया जाए, तो यह सबसे सरल तरीके से मिल सकती है। अधिकांश धर्मों ने ईश्वर को ट्रिनिटी के रूप में देखा। हिंदू धर्म ने भी ब्रह्मा, विष्णु, महेश माना, लेकिन इससे भी ऊपर जाकर मनुष्य की व्यवस्था को त्रिगुण से जोड़ा। सत्व, रज और तम, ये तीन गुणों से प्रकृति और मनुष्य गतिमान हैं। और यदि इन तीनों का संतुलन करना है, इनको जानना है कि कब, किस गुण को ऊपर करना, किसे नीचे करना है, इस समझ का नाम योग है। मैंने वर्षों पहले जब लाहौर में कुछ पाकिस्तानी सरकारी अधिकारियों को योग की एक छोटी-सी क्रिया कराई थी, तब उन्होंने भी कहा था कि ये इंसान के लिए है। किसी मजहब से इसका कोई लेना-देना नहीं है। अगर इससे सुकून मिलता है, तो कौन इसे नहीं अपनाएगा? • Facebook : Pt. Vijayshankar Mehta

टु द पीपुल • चुनाव हुए, अब संसद का पुनर्गठन होगा, ऐसे में किन कानूनों पर होगी नजर

नई संसद में इन पुराने कानूनों पर पुनर्विचार होगा?

डेरेक ओ ब्रायन
लेखक सांसद और राज्यसभा में टीएमसी के नेता हैं
office@derek.in

एनडीए सरकार को इस बार बहुमत नहीं मिला है। इसलिए हमारे पास आगे बढ़ने के लिए एक नया बिंदु है। चूंकि भारत में 2024 के चुनावों के बाद संसद का पुनर्गठन किया जा रहा है, इसलिए सीधे तौर पर कहें तो सभी नागरिकों के लिए न्याय, समानता और स्वतंत्रता सुनिश्चित करने के लिए निम्नलिखित कानूनों पर पुनर्विचार करके उन्हें निरस्त किया जाना चाहिए।

1. नागरिकता संशोधन अधिनियम : जब 2019 में संसद में सीएए पेश किया गया था तो देश भर में इस चिंता को लेकर विरोध-प्रदर्शन हुआ था कि प्रस्तावित राष्ट्रीय नागरिक रजिस्टर (एनआरसी) के साथ सीएए के कारण कई नागरिक मताधिकार से वंचित हो सकते हैं। केंद्रीय गृह मंत्री का आग्रह था कि एनआरसी को पूरे देश में लागू किया जाएगा।

असम में विफल पायलट प्रोजेक्ट- जहां 7% निवासी अंतिम एनआरसी सूची से बाहर रह गए थे- ने इन चिंताओं को बढ़ा दिया। यदि इस 7% की दर को राष्ट्रीय स्तर पर लागू किया जाता है, तो 10 करोड़ से अधिक की नागरिकता अमान्य हो सकती है।

आपराधिक कानून विधेयक : हाल ही में (मनमाने ढंग से) निर्दिष्ट आपराधिक कानून विधेयकों पर पुनर्विचार करके उन्हें निरस्त करने की आवश्यकता है, क्योंकि वे मैरिटल रेप और राजद्रोह के प्रावधानों को शामिल करते हैं, और 'किसी पुलिस अधिकारी द्वारा दिए किसी भी निर्देश का पालन करने से इनकार करने, उसकी अनदेखी या अवहेलना करने' को अपराध मानकर 'पुलिस राज' को बढ़ाते हैं। यह तानाशाही की ओर फिसलन भरी ढलान है, जो मौलिक स्वतंत्रता को कमजोर करती है। यह स्तंभकार गृह मामलों पर संसदीय स्थायी समिति का सदस्य था, जहां अंतिम सिफारिशों में विपक्ष के रचनात्मक सुझावों व असहमति की आवाजों को नजरअंदाज कर दिया गया था।

मैरिटल रेप : भारतीय न्याय संहिता की धारा 63 दुष्कर्म के अपराध पर बात करती है, लेकिन वैवाहिक दुष्कर्म के लिए अपवाद प्रदान करती है। इसमें कहा गया है कि 'पुरुष द्वारा पत्नी के साथ यौन क्रिया- अगर पत्नी अठारह से कम की नहीं है- तो दुष्कर्म की श्रेणी में नहीं रखा जा सकता।' यह अपवाद पुराने अंग्रेजी कानूनों से उपजा है, जो पुरुषों और महिलाओं को समान नहीं मानते थे। विधि आयोग की 42वीं रिपोर्ट (1971) ने इस अपवाद को हटाने का सुझाव दिया था, यह स्वीकार करते हुए कि यह महिलाओं को उनकी स्वायत्तता से वंचित करता है व वैवाहिक स्थिति के आधार पर उनके साथ असमान व्यवहार करता है। कानून इस सिद्धांत को कमजोर करता है कि दुष्कर्म व्यक्तिगत स्वायत्तता और शारीरिक अखंडता का उल्लंघन है, चाहे अपराधी व पीड़ित के बीच कोई भी रिश्ता क्यों न हो।

न्याय और समानता के लिए...

चुनावों के बाद संसद का पुनर्गठन किया जा रहा है, इसलिए सीधे तौर पर कहें तो सभी नागरिकों के लिए न्याय, समानता और स्वतंत्रता सुनिश्चित करने के लिए कुछ कानूनों पर पुनर्विचार करके उन्हें निरस्त किया जाना चाहिए।

राजद्रोह : धारा 124ए (पुराना राजद्रोह कानून) आईपीसी का हिस्सा है। मई 2022 में सुप्रीम कोर्ट के आदेश के बाद इसका उपयोग स्थगित रखा गया था। कोर्ट ने सरकार को राजद्रोह कानून पर फिर से विचार करने का समय दिया था। इसके बाद, गृह मंत्री अमित शाह ने दावा किया कि भारतीय न्याय संहिता में अपराधों की सूची से राजद्रोह को हटा दिया गया है। इस नए संस्करण में 'राजद्रोह' शब्द का इस्तेमाल नहीं किया गया है, लेकिन अस्पष्ट रूप से अपराध को 'भारत की संप्रभुता, एकता और अखंडता को खतरे में डालने वाला' बताया गया है। यह व्यापक परिभाषा, 22वें विधि आयोग की स्पष्टता की सिफारिश के विपरीत, दुरुपयोग की गुंजाइश छोड़ती है और असहमति और विरोध को दबाने की धमकी देती है।

मुख्य चुनाव आयुक्त व अन्य चुनाव आयुक्त अधिनियम, 2023 : अधिनियम चुनाव आयुक्तों की नियुक्ति के लिए चयन समिति की संरचना में बदलाव करता है। सुप्रीम कोर्ट के निर्देश कि मुख्य न्यायाधीश को समिति का हिस्सा होना चाहिए, की अवहेलना की गई। अब पीएम, विपक्ष के नेता (लोकसभा) और एक मनोनीत कैबिनेट मंत्री चयन करते हैं, जिससे केंद्र सरकार को चयन पर पूर्ण नियंत्रण प्राप्त हो जाता है।

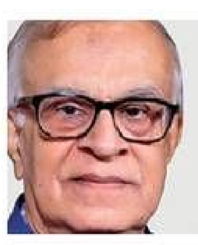
खदान एवं खनिज (विकास एवं विनियमन) संशोधन अधिनियम, 2023 : इस अधिनियम ने केंद्र सरकार को सोना, चांदी, प्लेटिनम, तांबा जैसे कुछ महत्वपूर्ण उच्च मूल्य वाले खनिजों के लिए खनन पट्टों और लाइसेंसों की नीलामी करने का अधिकार दिया। इसने आवश्यक वन मंजूरी को भी समाप्त कर दिया।

ट्रांसजेंडर व्यक्ति अधिनियम, 2019 : यह केवल 'यौन शोषण' को मान्यता देता है, जिसमें महिलाओं से दुष्कर्म पर आजीवन कारावास के विपरीत अधिकतम दो साल की सजा है। यह अपर्याप्त और भेदभावपूर्ण है।

(ये लेखक के अपने विचार हैं)

नजरिया • वैज्ञानिकों पर शोध में मूल निवासियों के नैरेटिव शामिल करने का दबाव बनाया जा रहा है...

विज्ञान और तकनीकी के शिक्षाविदों की स्वतंत्रता में दखल



राजीव मल्होत्रा
लेखक और विचारक
rajivmalhotra2007@gmail.com

शिक्षाविदों के लिए स्वतंत्रता सबसे महत्वपूर्ण रही है। हम निश्चित होकर कह सकते हैं कि ज्ञान पाने के लिए शैक्षिक स्वतंत्रता वह प्रमुख कारण है, जिसके कारण अनेकों ने व्यावसायिक वृत्तियों का बलिदान किया है। वे अपनी पसंद के अनुसार कार्य करने में सक्षम रहे हैं और बिना किसी रोक-टोक और बंदिशों के रिसर्च में लगे रहे हैं। लेकिन यह स्वतंत्रता अब संकट में पड़ती दिख रही है। क्योंकि स्टेम (विज्ञान, प्रौद्योगिकी, इंजीनियरिंग और गणित) शोध परियोजनाओं को निर्देशित करने के लिए शीर्ष पर समाजशास्त्रियों को रखा जा रहा है। जबकि वे स्टेम शोध के बारे में निर्णय करने के योग्य नहीं हैं।

पश्चिमी अकादमियों की भारत के प्रति जो दृष्टि है, उसके चलते विज्ञान के अध्ययन और परिणामों के प्रकाशन की शैक्षिक स्वतंत्रता पर ग्रहण लगता जा रहा है। जो वस्तुनिष्ठ वैज्ञानिक प्रयास हुआ करते थे, अब उनसे सामाजिक संवेदनशीलताओं के अनुरूप होने का आग्रह किया जा रहा है। इससे शोध की गुणवत्ता और वैधता प्रभावित हो रही है। शैक्षिक शोध को डीईआई (विविधता, समानता और समावेश) लक्ष्यों के अनुरूप बनाने की कोशिशें की जा रही हैं।

स्टेम का उच्च शिक्षा में 'कैंसल कल्चर' की तरह उपयोग मार्क्सवाद को लागू किए जाने के कारण है, जिसके अनुसार मुख्यधारा की संस्कृति पीड़ितों का उत्पीड़न करती है और इसलिए उसे नष्ट किया जाना आवश्यक है। व्यावसायिक स्टेम पत्रिकाओं, समूहों और समुदायों में क्रिटिकल रेस थ्योरी (सीआरटी) का प्रवेश हो गया है; उनके द्वारा 'वोक' फिल्टरों का उपयोग करके चुने गए लेखों और लेखकों को प्रकाशित किया जाता है। पुरस्कार उत्कृष्टता के आधार पर नहीं, बल्कि डीईआई के उद्देश्यों को पूरा करने पर दिए जाते हैं। अनुदान-कर्ताओं की सहमति के लिए इसे जरूरी माना जा रहा है।

उदाहरण के लिए, वैज्ञानिकों पर अपने शोध में मूल निवासियों के स्वदेशी विचारों और कथानकों को सम्मिलित करने का दबाव बनाया जा रहा है, चाहे उन दावों के समर्थन में कोई अनुभवसिद्ध प्रमाण उपलब्ध न हो। इसमें भी समस्या यह है कि यह लाभ सभी मूल संस्कृतियों को समान रूप से नहीं दिया जा रहा है। डीईआई पदाधिकारी यह निर्णय लेते हैं कि किन मूल समुदायों को यह विशेषाधिकार दिया जाएगा और किन्हें नहीं। हमारी चिंता का मूल विषय यह है कि वैदिक मूल परंपराओं को वह सम्मान नहीं दिया जाता है, जो कि कई अन्य समुदायों की परंपराओं को दिया जा रहा है। वैदिक घोषणाओं को विज्ञान के अंश के रूप में समान प्रकार से सम्मिलित नहीं किया जाता है। उच्च शिक्षा संस्थाओं में डीईआई के कार्यालयों की स्थापना प्रशासन में एक नई संस्कृति को लेकर आ रही है, जो क्रिटिकल रेस थ्योरी पर आधारित एक नई शक्ति-संरचना को दर्शाता है। ज्यादा देर नहीं लगेगी, जब इनसे भारत में उत्कृष्टता के संस्थान नष्ट होने लग जाएंगे।

अग्रणी विश्वविद्यालयों में एसडीजी (सतत विकास लक्ष्य) कार्यालयों की स्थापना की जा रही है। ये एसडीजी पदाधिकारी भी शोधकर्ताओं को निर्देशित करते हैं कि उन्हें किस प्रकार के शोध करने चाहिए। यूनेस्को की असिस्टेंट डायरेक्टर-जनरल फॉर एजुकेशन स्टेफानिया जियानिनी ने एसडीजी सम्मेलन के वैश्विक मंच में विश्वविद्यालयों का उल्लेख करते हुए कहा कि 'यहां सुदृढ़ सामाजिक न्याय अत्यावश्यक है'। वे चाहती हैं कि उच्च शिक्षा के संस्थान लोकतांत्रिक मूल्यों और नागरिक कार्यों में संलग्न हों। संयुक्त राष्ट्र का इन सामाजिक विज्ञान के मॉडलों को आगे बढ़ाने और उनका उपयोग करके स्टेम शिक्षा में हस्तक्षेप करने की यह एक रणनीतिक योजना है। मानवता के सामने आ रही समस्याओं के समाधान के लिए शिक्षण में सहयोग के नाम पर संयुक्त राष्ट्र अपनी सभी एजेंसियों के माध्यम से इसे विश्वव्यापी रूप से थोप रहा है। **(ये लेखक के अपने विचार हैं)**

https://t.me/AllNewsPaperPaid

विश्व योग दिवस पर विशेष

संस्कृत का एक वाक्य है- योग कर्मसु कौशलम्। यानी योग से कर्म में कुशलता आती है। आज योग दिवस पर पढ़िए सेहत और फिटनेस के लिए देश के कुछ प्रमुख योग गुरु खुद कौन-से योग रोज करते हैं। साथ ही बच्चों में मोटापा रोकने और उनमें एकाग्रता का स्तर बढ़ाने के लिए कौन-सी आसान योग क्रियाएं की जा सकती हैं-

5 खास योगासन जो देश के 3 बड़े योग गुरु खुद को फिट रखने के लिए करते हैं

प्रशांत एस. अयंगर

पुणे के राममणि अयंगर मेमोरियल योग संस्थान के प्रमुख प्रशांत अयंगर 60 साल से योग के क्षेत्र में सक्रिय हैं। वे रोज हनुमानासन और मरीच्यासन करते हैं। हनुमानासन से शरीर लचीला बनता है। जबकि मरीच्यासन पेट के अंदर के अंगों जैसे लिवर, किडनी को स्वस्थ बनाता है।

हनुमानासन : पूरे शरीर को लचीला बनाता है

बाएं घुटने के बल बैठ जाएं। धीरे-धीरे दाएं पंजे को आगे बढ़ाएं। दाएं पंजे को आगे की ओर और बाएं पंजे को पीछे की ओर ले जाते हुए बिना जोर लगाए पैरों को सीधा करने का प्रयास करें। आंखें बंद कर लें। शरीर को आराम दें और हाथों को जोड़ते हुए पीछे की ओर ले जाएं। आप हाथ ऊपर की ओर भी ले जा सकते हैं। धीरे-धीरे पुरानी अवस्था में आएं। क्षमता के अनुसार दोनों पैरों पर बारी-बारी से करें।

फायदे : *यह आसन पैरों सहित पूरे शरीर को लचीला बनाता है। उनमें रक्त संचार बढ़ाता है। पेट के अंगों की मालिश करता है।*

मरीच्यासन : पेट के अंगों में सक्रियता बढ़ती है

दोनों पैरों को सटाकर सामने फैलाते हुए सीधे बैठ जाएं। सांस अंदर लें और दाएं पैर को मोड़ते हुए घुटने को छाती के करीब लाएं। अब सांस छोड़ते हुए कूल्हे के जोड़ से झुकें। नीचे झुकते समय धीरे-धीरे सांस छोड़ते जाएं। अब दाएं और बाएं हाथ को पीछे की ओर ले जाकर आपस में पकड़ने की कोशिश करें। पांच बार सांस अंदर और बाहर छोड़ें। धीरे से पूर्व की स्थिति में आ जाएं।

फायदे : *दिमाग शांत होता है। रीढ़ की हड्डी में लचीलापन बढ़ता है। लिवर, किडनी और पेट के अंगों में सक्रियता बढ़ती है।*

डॉ. हंसाजी योगेंद्र

देश के सबसे पुराने संगठित योग केंद्र दि योगा इंस्टीट्यूट की डायरेक्टर डॉ. हंसाजी योगेंद्र ने बताया कि उपविष्ठ कोणासन और योगेंद्र कपोतासन उनके प्रिय हैं। ये शरीर को संतुलित करते हैं। कोर को स्वस्थ बनाते हैं। मन भी स्वस्थ रखते हैं।

उपविष्ठ कोणासन: दिमाग और शरीर को ऊर्जा देता है

जमीन पर पैर फैलाकर बैठ जाएं। धीरे-धीरे पैरों को दोनों ओर खोलें जितना आपको सहज लगे, अपने घुटनों और पैरों को ऊपर की ओर रखें। शरीर को धीरे-धीरे फ्लोर की ओर ले जाएं। अब गाल के नीचे आराम से हाथ फ्लोर पर रखें। इस स्थिति में 30 सेकंड से 1 मिनट तक रहें, गहरी सांस लें। इसके बाद पहले की स्थिति में आने के लिए शरीर को धीरे-धीरे ऊपर उठाएं। पैरों को धीरे से एक साथ लाएं और फिर सीधे बैठें।

फायदे : *इससे पैरों और कूल्हें की मांसपेशियों में लचीलापन बढ़ता है। मांसपेशियां मजबूत होती हैं। शांति व आत्मिक संतुलन बढ़ता है।*

योगेंद्र कपोतासन : पैर, पीठ और छाती को लाभ

दोनों घुटने मोड़कर जमीन पर बैठ जाएं। दाहिना पैर पीछे की ओर ले जाएं। ऊपर उठाए गए बाएं घुटने को बाईं ओर ले जाएं। इसके बाद बाएं पैर को नीचे की ओर लेकर जाएं और इसे दाईं तरफ धीरे-धीरे स्लाइड करें। दाहिने घुटने और टखने को शरीर के सामने एक सीधी रेखा में रखें। सांस लेते हुए पीछे की ओर झुकें, कंधे वर्गीकृत, गर्दन को नीचे करें, दोनों हथेलियों को फर्श पर आराम दें और हिप्स के पास हाथों को रखें। इस आसन को 30 सेकंड से अधिक नहीं करना है।

फायदे : *जांघ और उसकी मांसपेशियों को लचीला बनाता है। इससे तनाव कम होता है। यह योग छाती और कंधों को खोलता है।*

आर. शरत जोइस

अंतरराष्ट्रीय ख्याति प्राप्त मैसूर के शरत योगा सेंटर के डायरेक्टर शरत को फिटनेस के लिए इस योग पर भरोसा है-

त्रिकोणासन : शरीर संतुलित और मन शांत होता है

इलस्ट्रेशन- गौतम चक्रवर्ती

यह योग करने के लिए पैरों को 3-4 फीट की दूरी पर फैलाकर खड़े हो जाएं। दाहिना पैर 90 डिग्री पर बाहर की ओर हो और बाएं पैर को 15 डिग्री पर रखें। सांस छोड़ते हुए शरीर को हिप्स के नीचे से दाहिनी तरफ मोड़ें। अब बाएं हाथ को ऊपर उठाएं और दाहिने हाथ से जमीन को स्पर्श करें। दोनों हाथ एक सीध में हों। सामान्य सांस लेते हुए 30 सेकंड रुकें। अब बाएं पैर से दोहराएं। यह प्रक्रिया रोजाना अपनी क्षमता के अनुसार करीब 5 से 10 मिनट तक करना चाहिए।

फायदे : *इससे पीठ, हाथों और पैरों की मांसपेशियों की सक्रियता और उनमें रक्त का संचार बढ़ता है। इससे हड्डियों की कमजोरी दूर होती है। शरीर का संतुलन बेहतर हो जाता है।*

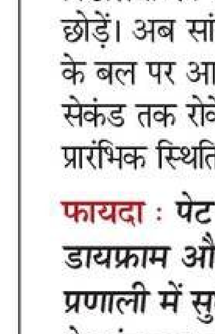
बच्चों में मोटापा रोकने और एकाग्रता बढ़ाने वाले योग

▪ सौरभ बोथरा
आईआईटीयन, आयुष मंत्रालय में योग प्रशिक्षक

देश में 5 से 19 साल के 1.25 करोड़ बच्चे मोटापे के शिकार हैं। वहीं स्क्रीन टाइम बढ़ने से एकाग्रता भी भंग हो रही है। ये योग क्रियाएं इससे बचाव में कारगर हैं।

उत्कटासन

पेट की कार्यप्रणाली को सुधारता है

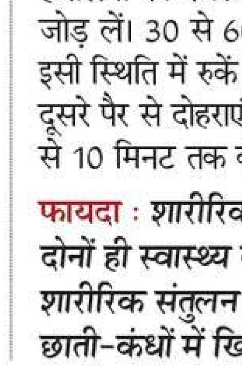


सीधे खड़े हो जाएं। पैरों के बीच एक फीट की दूरी बनाएं। सामने देखें। सांस भरते हुए दोनों हाथों को कंधे के स्तर तक उठाएं। शरीर को बैठने की स्थिति में तब तक नीचे करें, जब तक कि जांघें, पिंडलियों को न दबाने लगें। सांस छोड़ें। अब सांस भरते हुए पंजों के बल पर आ जाएं। सांस को 6 सेकंड तक रोकें। सांस छोड़ते हुए प्रारंभिक स्थिति में लौट आएं।

फायदा : *पेट के अंगों, डायफ्राम और दिल की कार्य प्रणाली में सुधार होता है। शरीर के संतुलन को बेहतर करता है।*

वृक्षासन

पिंडली और टखनों को मजूबत करता है



सीधे खड़े हो जाएं। अब दाएं पैर को मोड़ते हुए पंजे को बाईं जांघ पर जितना ऊपर हो सके टिकाएं। शरीर को संतुलित करते हुए बाजुओं को ऊपर उठाकर हथेलियों को नमस्कार की मुद्रा में जोड़ लें। 30 से 60 सेकंड तक इसी स्थिति में रुकें। यही प्रक्रिया दूसरे पैर से दोहराएं। यह क्रिया 5 से 10 मिनट तक करें।

फायदा : *शारीरिक व मानसिक दोनों ही स्वास्थ्य को फायदा। शारीरिक संतुलन सुधरता है। छाती-कंधों में खिंचाव लाता है।*

सर्वांगासन

रीढ़ की हड्डी और कंधे मजबूत होते हैं

पीठ के बल लेट जाएं। हाथों को शरीर से सटा लें। अब हथेली से फर्श पर जोर लगाते हुए पैरों को धीरे-धीरे ऊपर की ओर उठाएं। हाथों को मोड़कर कमर पर लगाते हुए हिप्स सहित कमर के हिस्से को जमीन से ऊपर उठा लें। पैरों को पूरी तरह सीधा करने का प्रयास करें। इस अवस्था में 15 से 20 सेकंड तक रुकें।

फायदा : *ब्लड फ्लो को दुरुस्त करता है। इससे धमनियों पर दबाव कम होता है। शरीर का संतुलन बढ़ता है।*

ये दो योग क्रियाएं बढ़ाएंगी एकाग्रता

कपाल रंध्र धौती : मस्तिष्क और चेहरे के तनाव को कम करती है

अंगूठे को कनपटी के पास रखें। अब पहली उंगलियों से माथे की मालिश करें। इसके बाद पहली और दूसरी उंगली से आंखों के आसपास गोलाकार गति से मालिश करें। भौहों को दबाएं। गालों पर ऊपर की ओर मालिश करें। उंगलियों से बाएं से दाएं होठों के ऊपर और नीचे मालिश करें। चेहरे के किनारों और कानों के पीछे की तरफ मालिश करें। ऊपर की ओर देखें और गर्दन पर ऊपर की ओर मालिश करें।

कर्ण रंध्र धौती : रक्त संचार और याद रखने की क्षमता बढ़ाती है

छोटी उंगलियों को कान में हल्के से डालें और फिर घड़ी की दिशा में और फिर उल्टी दिशा में घुमाएं। कान के अंदरूनी हिस्से के रक्त संचार में मदद मिलती है। एकाग्रता बढ़ाने में भी मदद करता है। ये आसान योग तकनीकें है। ये संभावित रोग फैलाने वाले बैक्टीरिया और वायरस सहित अतिरिक्त बलगम से मुक्त करने के लिए उपयोगी है। शरीर में रक्त और ऑक्सीजन का संचार भी बेहतर होता है।

कल्पमेधा

दुर्जन एक गुट बना लें, तो सज्जनों को भी संगठित हो जाना चाहिए, वरना एक एक करके उन सब की बलि चढ़ जाएगी।

– एडमंड बर्कले

कठघरे में परीक्षा

इससे बड़ी विडंबना और क्या होगी कि देश भर में जिन कुछ परीक्षाओं को सबसे पुख्ता इंतजामों के बीच कराए जाने और उनकी गुणवत्ता के लिए जाना जाता रहा है, आज धांधली या फिर पहले ही प्रश्न-पत्रों के बाहर आ जाने की लगातार घटनाओं के बीच उनकी विश्वसनीयता को गहरी चोट पहुंच रही है। इन परीक्षाओं का आयोजन कराने वाली एजंसी की साख इस तरह गिर चुकी लगती है कि अब उसकी क्षमता पर सवाल उठने लगे हैं। सवाल है कि अगर यह स्थिति पिछले काफी समय से निरंतर बनी हुई है, तो इसके लिए किसकी जिम्मेदारी बनती है। गौरतलब है कि बुधवार को हुई विश्वविद्यालय अनुदान आयोग-नेट परीक्षा में कई स्तर पर हुई गड़बड़ी के संकेत मिलने के बाद केंद्रीय शिक्षा मंत्रालय ने उसे रद्द करने की घोषणा कर दी। दरअसल, परीक्षा के अगले ही दिन यूजीसी को गृह मंत्रालय के भारतीय साइबर अपराध कोआर्डिनेशन केंद्र से परीक्षा में गड़बड़ी होने के स्पष्ट संकेत मिले थे। अब मंत्रालय ने परीक्षा रद्द करने के साथ-साथ इसकी जांच केंद्रीय जांच ब्यूरो यानी सीबीआइ को सौंप दी है।

जाहिर है, अब समूचे मामले की जांच की प्रक्रिया चलेगी, लेकिन कितने दिनों में उसका नतीजा क्या आएगा, किसे कठघरे में खड़ा किया जाएगा, क्या कार्रवाई होगी, गड़बड़ी से बचाव के क्या इंतजाम किए जाएंगे, इसे लेकर कोई स्पष्टता शायद ही सामने आए! यूजीसी-नेट की परीक्षा में हुई गड़बड़ी इस तरह का कोई पहला मामला नहीं है। देश में अलग-अलग राज्यों में स्थानीय और राष्ट्रीय स्तर पर चिकित्सा और इंजीनियरिंग पाठ्यक्रमों में दाखिले के लिए आयोजित की जाने वाली परीक्षाओं के दौरान गड़बड़ी या प्रश्न पत्रों के पहले ही बाहर आ जाने की घटनाएं पिछले कुछ समय से लगातार सुर्खियों में रही हैं। यह तब है, जब इन परीक्षाओं में शामिल होने वाले विद्यार्थियों को परीक्षा केंद्र में प्रवेश के पहले बहुस्तरीय और बारीक जांच की प्रक्रिया से गुजरना पड़ता है और किसी भी तरह की संदिग्ध वस्तु अंदर ले जाने की छूट नहीं होती। इसके बावजूद परीक्षा के प्रश्न पत्र कुछ आपराधिक तत्त्वों के हाथ लग जाते हैं और उनका संजाल ऊंची रकम लेकर इन्हें अभ्यर्थियों को बेचता है। जब एनटीए और संबंधित महकमों की ओर से हर स्तर पर चौकसी बरतने और सुरक्षा के पुख्ता इंतजाम किए जाने का दावा किया जाता है, तब इतनी गंभीर गड़बड़ी कैसे संभव हो पाती है?

अंदाजा इससे लगाया जा सकता है कि हाल ही में जब नीट की परीक्षा में धांधली की खबर सामने आई, तब केंद्रीय शिक्षा मंत्री ने पहले उससे इनकार कर दिया था। मगर बाद में जब इस मामले में कुछ माफिया की गिरफ्तारी हुई, तब जाकर यह कहा गया कि कुछ गड़बड़ी हुई है। सवाल है कि धांधली की खबरें आने के बाद उस पर उचित कार्रवाई सुनिश्चित कराने के बजाय उसे नजरअंदाज करने, पर्दा डालने या फिर उस पर राजनीति की कोशिशों को कैसे देखा जाएगा! जिन परीक्षाओं में लाखों विद्यार्थी एक उम्मीद लेकर तैयारी करते हैं, उनके प्रश्न पत्रों को बाहर निकाल कर लाखों विद्यार्थियों के भविष्य से खिलवाड़ करने वाले माफिया या आपराधिक तत्त्वों की पहुंच कैसे परीक्षाओं के आयोजन से जुड़े उस तंत्र तक हो जाती है, जो पूरी पारदर्शिता और सख्ती के साथ परीक्षा आयोजित कराने का दावा करता है? बीते कुछ समय से जिस तरह लगातार इन परीक्षाओं में धांधली की घटनाएं सामने आ रही हैं, उसमें इनकी विश्वसनीयता को लेकर कैसी राय बनेगी और इसके लिए किसकी जवाबदेही तय की जाएगी?

लू का कहर

इस वर्ष की गर्मी को लेकर जिस स्तर के संकट के अनुमान पिछले कई महीनों से व्यक्त किए जा रहे थे, वे जमीन पर उतरते दिख रहे हैं। दिल्ली में भयंकर लू की चपेट में आने से सत्रह लोगों की मौत की खबर आ चुकी है और इस संख्या में बढ़ोतरी की आशंका जताई जा रही है। धूप की तपिश सहनशक्ति की सीमा के पार करने से बीमार हुए लोग जितनी तादाद में अस्पतालों में भर्ती कराए जा रहे हैं, उससे पता चलता है कि इस गर्मी की मार पिछले कई वर्षों के मुकाबले ज्यादा पड़ रही है। यों तो देश भर में इस बार तापमान जिस स्तर पर सता रहा है, वह परेशान करने वाला है, मगर दिल्ली में न्यूनतम तापमान ने भी पिछले पचपन वर्ष का रिकार्ड तोड़ दिया। मौसम विभाग के सफदरजंग केंद्र के मुताबिक 18 जून की रात को न्यूनतम पारा सामान्य से आठ डिग्री ज्यादा यानी 35.2 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। हालत यह है कि दोपहर के समय के तापमान ने बहुत सारे लोगों के सामने न केवल सामान्य दिनचर्या, बल्कि जीवन तक का संकट पैदा कर दिया है। कई राज्यों में स्कूलों की बंदी को लेकर नए निर्देश जारी करने पड़े।

एक ओर ऐसे तमाम लोग हैं, जिनके सामने अपनी जिंदगी चलाने के लिए जानलेवा लू के बीच भी काम करने की मजबूरी है, तो दूसरी ओर सरकारी स्तर पर शायद ही ऐसे इंतजाम किए जाते हैं, जिनसे खुले आसमान के नीचे जानलेवा तापमान और जोखिम के बीच हाड़तोड़ मेहनत करने वालों को थोड़ी राहत मिल सके। कड़ाके की ठंड में जिस तरह बचाव के लिए कंबल और रैन बसेरे बनाए जाने को लेकर कुछ कदम उठाए जाते हैं, उस तरह धूप से बचाव के घटते ठौर के समांतर एक समय जगह-जगह दिखने वाले प्याऊ या मुफ्त पानी के इंतजाम अब शायद ही कहीं दिखते हैं। हालांकि मौसम के मिजाज को देखते हुए बहुत सारे लोग बेहद जरूरी काम होने पर ही घर से निकलते हैं, मगर संतोषजनक आवास और कामकाज की जगहों पर बचाव के उपायों के अभाव के बीच कई लोग लू की तपिश में दम तोड़ दे रहे हैं। मौसम की गति को थामना शायद असंभव है, मगर सरकार अगर लू से बचाव और बीमार होने वालों के इलाज को लेकर मानवीयता के लिहाज से कुछ कदम उठाए तो कई लोगों की जान बचाई जा सकती है।

मौसम की मार झेलती स्त्रियां

शहरी और शिक्षित महिलाओं की स्थिति विगत कुछ वर्षों में थोड़ी संतोषजनक हुई है, पर जलवायु परिवर्तन के कारण फसल उत्पादन में गिरावट, अनियमित वर्षा, सूखा, और बाढ़ जैसी समस्याएं बढ़ने से ग्रामीण महिलाओं की आजीविका पर गहरा असर पड़ा है।

विनीता परमार

बढ़ते वैश्विक तापमान की वजह से इस वर्ष भी पूरा देश भीषण गर्मी और लू से झुलस रहा है। लू का समय और उसका प्रसार बढ़ रहा है। धरती के औसत ताप में वृद्धि थम नहीं रही है। बढ़ती गर्मी के प्रकोप से दुनिया भर में हर वर्ष करीब 1.53 लाख लोगों की मौत हो जाती है और यह आंकड़ा दिनोंदिन बढ़ रहा है। इसमें यह भी एक कटु यथार्थ है कि बीस फीसद मौत अकेले भारत में होती हैं, जो सबसे ज्यादा हैं। भारतीय महिलाओं पर इसका असर बहुत गहरा है। उनके साथ विडंबना यह है कि वे खाना भी पका रही हैं, दूसरी तरफ संसाधन भी जुटा रही हैं। शहरी और शिक्षित महिलाओं की स्थिति विगत कुछ वर्षों में थोड़ी संतोषजनक हुई है, पर जलवायु परिवर्तन के कारण फसल उत्पादन में गिरावट, अनियमित वर्षा, सूखा, और बाढ़ जैसी समस्याएं बढ़ने से ग्रामीण महिलाओं की आजीविका पर गहरा असर पड़ा है।

संयुक्त राष्ट्र के खाद्य एवं कृषि संगठन (एफएओ) की 'अनजस्ट क्लाइमेट' रपट एक कड़वी सच्चाई उजागर करती है कि निम्न और मध्यम आय वाले देशों (एलएमआइसी) में हर साल ग्रामीण क्षेत्रों में परिवारों की महिलाओं को पुरुषों की तुलना में काफी अधिक वित्तीय नुकसान उठाना पड़ता है। रपट के मुताबिक यदि औसत तापमान में केवल एक डिग्री सेल्सियस की वृद्धि होती है, तो महिलाओं को पुरुषों की तुलना में कुल आय में 34 फीसद अधिक नुकसान उठाना पड़ेगा। आज जब भारतीय परिप्रेक्ष्य पर ध्यान जाता है, तो उत्तर भारतीय राज्यों मसलन बिहार, झारखंड, उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड आदि के पुरुष रोजी-रोटी की तलाश में गांव छोड़ कर दूसरे शहर या राज्य में चले गए हैं और कृषि जैसे मुख्य कार्य की कई महत्त्वपूर्ण जिम्मेदारी पहले से ही संसाधन जुटा रही महिलाओं के मत्थे आ पड़ी है। आज जब गांवों से दिहाड़ी मजदूर के रूप में पुरुष पलायन कर चुके हैं, तब फसलों की बुआई, निराई-गुड़ाई, कटाई, फसल को खलिहान तक ले जाना, घास सुखाने, खरपतवार उखाड़ने जैसे काम मुख्य रूप से महिलाएं ही करती हैं।

लू चलने की वजह से मई-जून के महीने में उत्तर भारत के कई राज्यों से लोगों की मौत की खबरें आईं। विडंबना है कि ग्रामीण महिलाओं का एक बड़ा हिस्सा चुपचाप गर्मी की इस आग में झुलस रहा है। मगर लू के थपेड़ों की वजह से खराब तबियत इन महिलाओं को नियमित कार्य नहीं करने दे रही है और उनके काम के घंटों में कमी हो रही है, जिसकी वजह से आमदनी में गिरावट हो रही है। अंतरराष्ट्रीय श्रम संगठन ने भारत के संबंध में एक अनुमान लगाया है कि 2030 तक गर्मी की वजह से हम अपने कुल काम के घंटों का लगभग छह फीसद खो देंगे। श्रम और रोजगार मंत्रालय की 2023 की वार्षिक रपट बताती है कि आज कृषि क्षेत्र में महिलाओं की हिस्सेदारी 41 फीसद है। भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद के आंकड़े बताते हैं कि भारत में प्रमुख फसलों जैसे धान, गेहूं आदि उगाने में महिलाओं का योगदान 75 फीसद तक है, वहीं बागवानी क्षेत्र में 79 फीसद और फसल कटाई के बाद खेतों को तैयार करने में महिलाओं का योगदान 51 फीसद है। महिलाओं को कृषि

के बारीक काम में महारत हासिल है, जैसे धान की रोपनी, खेत की निराई-गुड़ाई, बागवानी आदि।

भारतीय ग्रामीण क्षेत्रों में महिलाएं ही प्रायः पानी लाने का काम करती हैं। जलवायु परिवर्तन के कारण पानी के स्रोत सूख रहे हैं और पानी की

> **जलवायु परिवर्तन का भारतीय महिलाओं पर गहरा और बहुआयामी प्रभाव पड़ रहा है। बढ़ते तापमान और बदलते मौसमी रुझान के कारण स्वास्थ्य समस्याएं बढ़ रही हैं। मसलन, गर्मी के कारण लू लगने, मलेरिया, और डेंगू जैसी बीमारियों का खतरा बढ़ता है, जो महिलाओं को विशेष रूप से प्रभावित करता है। वायु प्रदूषण के कारण हवा की गुणवत्ता खराब हो गई है, जिसका सीधा प्रभाव महिलाओं पर पड़ा है। साथ ही रसोई में काम करनेवाली स्त्रियों के स्वास्थ्य पर प्रत्यक्ष असर पड़ा है। संयुक्त राष्ट्र मानवाधिकार की 'पानी के अधिकार' शीर्षक रपट बताती है कि महिलाओं को रोजाना चार घंटे तक पानी से जुड़े कामों में बिताना पड़ता है।**

कमी बढ़ रही है। इससे महिलाओं को लंबी दूरी से और अधिक जद्दोजहद से पानी का जुगाड़ करना पड़ रहा है, उसमें टैंकर से पानी लेने के लिए लंबी कतार में लगना भी शामिल है। हमारे देश के करीब 51 फीसद बच्चे गरीबी और जलवायु संकट की दोहरी मार झेलने को मजबूर हैं। आंकड़ों के मुताबिक भारत के करीब 35.2 करोड़ बच्चे वर्ष में एक प्राकृतिक आपदा का सामना जरूर करते हैं। पानी लाने और घर के अन्य कार्यों में अधिक समय लगाने के कारण लड़कियों की शिक्षा पर भी असर पड़ता है। इससे उनकी शिक्षा में रुकावट आती है और वे उच्च शिक्षा से वंचित रह जाती हैं। जलवायु परिवर्तन के कारण बढ़ती प्राकृतिक आपदाओं में विस्थापन के कारण महिलाओं को न केवल नई जगहों पर जाकर बसना पड़ता है, बल्कि उन्हें सामाजिक असुरक्षा और हिंसा का भी सामना करना पड़ रहा है। प्राकृतिक आपदाओं के दौरान और बाद में सामाजिक रूप से महिलाओं के खिलाफ हालात बनते हैं।

जलवायु परिवर्तन का भारतीय महिलाओं पर गहरा और बहुआयामी प्रभाव पड़ रहा है। बढ़ते तापमान और बदलते मौसमी रुझान के कारण स्वास्थ्य समस्याएं बढ़ रही हैं। मसलन, गर्मी के कारण लू लगने, मलेरिया, और डेंगू जैसी बीमारियों का खतरा बढ़ता है, जो महिलाओं को विशेष रूप से प्रभावित करता है। वायु प्रदूषण के कारण हवा की गुणवत्ता खराब हो गई है। जिसका सीधा प्रभाव महिलाओं पर पड़ा है, साथ ही रसोई में काम करनेवाली स्त्रियों के स्वास्थ्य पर प्रत्यक्ष असर पड़ा है। संयुक्त राष्ट्र मानवाधिकार की 'पानी के अधिकार' शीर्षक रपट बताती है कि महिलाओं को रोजाना चार घंटे तक पानी से जुड़े कामों में बिताना पड़ता है; मसलन बर्तन, चौका, कपड़े धोना, साफ-सफाई आदि। इससे उनकी सेहत पर पानी से होने वाली बीमारियों का असर पड़ता है। जलवायु परिवर्तन से उत्पन्न संकट के समाधान के लिए आवश्यक है कि नीतियों में महिलाओं की विशेष परिस्थितियों को ध्यान में रखा जाए और उन्हें नीति निर्माण में शामिल किया जाए। लू और पानी के संकट का महिलाओं पर असर को कम करने के लिए जल-प्रबंधन और जलवायु सामर्थ्य से संबंधित निर्णय लेने की प्रक्रियाओं में भागीदारी सुनिश्चित की जाए। भारत सरकार कि नल जल योजना सैद्धांतिक रूप से एक जरूरी प्रकल्प है, ताकि साफ पानी घर-घर तक पहुंचे। महिलाओं की शिक्षा, स्वास्थ्य, और आर्थिक स्थिरता को सुनिश्चित करना भी उतना ही आवश्यक है, ताकि जलवायु परिवर्तन के प्रभावों का सामना कर के लिए व्यक्तिगत और समाज के स्तर पर महिलाएं खुद को तैयार और अपने समुदायों की सहायता कर सकें।

विडंबना है कि भारत में मौजूदा 'हीट एक्शन प्लान' स्थानीय जरूरतों को नजरअंदाज कर बनाया जाता है, जो महिलाओं और बच्चों की जरूरतों को पूर्ण करने में नाकाम रहती है। भारत में गर्मी से होने वाले नुकसान प्राकृतिक आपदा में शामिल नहीं हैं। गर्मी से निपटने के लिए प्रभावी कार्य योजना (हीट एक्शन प्लान) और जल प्रबंधन की रणनीतियां राज्य, शहर और गांव के स्तर पर जरूरी है, जो महिलाओं की भागीदारी के बिना सफल नहीं हो सकतीं। समय की जरूरत है कि न सिर्फ जलवायु परिवर्तन की असमान मार झेलती महिलाओं को नीतिगत सहयोग मिले, बल्कि कार्यान्वयन में उनकी महती सहभागिता सुनिश्चित हो। इसमें कोई दो राय नहीं कि सृजन और निर्माण करने वाली स्त्रियां अपने परिवार और बच्चों की तरह इस बेहाल धरती को ठीक से सहेज सकती हैं।

लोकजीवन की आत्मगाथा

दुनिया मेरे आगे

बुलाकी शर्मा

लोक साहित्य का सृजक लोक ही है, इसीलिए उसमें लोक-जीवन की आत्म गाथा समाहित होती है। लोक साहित्य मानव जीवन जितना ही प्राचीन है। अपने जन्म के साथ ही मनुष्य ने कथाएं कहनी शुरू कर दी थीं- यथार्थपरक भी और काल्पनिक भी। इन कथाओं में उसके अपने अनुभवों की कथाएं हैं, साथ ही अपने तत्कालीन समय और समाज की घटनाओं और कथाओं का समावेश है। समय के साथ-साथ समाज में बदलाव की बयार चलती रहती है और समय के साथ कदम-ताल करते हुए लोक साहित्य में भी बदलाव होता रहा। लोक साहित्य समय के साथ यात्रा करता आया है। परिवर्तनों को स्वीकारता रहा है। इसमें वह समय भी है, जब सैलानी जादुई उड़नखटोले से भ्रमण करते नजर आते हैं, लेकिन समय के साथ-साथ जैसे-जैसे विकास होता गया, सैलानी उड़नखटोले की जगह हेलिकाप्टर, हवाईजहाज से सफर करने लगे।

लोक साहित्य की यह सबसे बड़ी खूबसूरती है कि वह परंपराओं का ध्यान रखते हुए भी रूढ़ियों को पकड़ कर एक जगह ठहरता नहीं। वह समय के साथ चलता है और समय के सच से साक्षात कराते हुए कभी-कभी समय से आगे चलता भी दिखता है। तभी कहा जाता है कि किसी संस्कृति के संबंध में गहराई से जानने के लिए वहां के लोक साहित्य को जानना जरूरी है, क्योंकि उसमें संस्कृति का सच्चा स्वरूप दृष्टिगोचर होता है।

> **लोककथा की प्राचीन और समृद्ध परंपरा से संस्कार ग्रहण कर आधुनिक कहानी को नूतन आयाम दिए जा सकते हैं, क्योंकि लोककथा अपने कथ्य और कहनपन के बल पर श्रोता और पाठक को सम्मोहित किए रहती है और उसके मन में यह उत्सुकता बनाए रखती है कि आगे क्या होगा।**

लोक साहित्य में लोकगीत, लोककथा, लोकगाथा, लोकनाट्य आदि सभी रूप शामिल हैं। इनकी भाषा इतनी सहज-सरल-सरस होती है कि वे लोक-कंठों में बस जाती हैं। आज के आत्ममुग्ध और आत्म-प्रचार के समय में हम लोक साहित्य सृजकों के आत्म-प्रचार से दूर रहने की मनःस्थिति पर विस्मय ही कर सकते हैं। अपनी प्रसिद्धि, मान-सम्मान या अपने नाम के प्रचार की लालसा का भाव उनमें लेशमात्र भी नहीं था। अपनी रचनाओं में भी वे ऐसा संकेत करने से बचते रहे, जिससे कि उनकी पहचान की जा सके। अपने नाम के प्रचार के मोह से वे पूरी तरह मुक्त थे। उन्होंने लोक में जो देखा, जो अनुभव किया, उसे अभिव्यक्त करते हुए अपने लोक-दायित्व का निर्वहन किया। अपने मन के भावों को गीत, गाथा या कथा के माध्यम से अभिव्यक्त करने में ही उन्हें आत्मिक तृप्ति की अनुभूति होती थी। उनके मन के भाव इतने अनुभूत, यथार्थपरक, सच्चे और प्रभावोत्पादक होते थे कि उनके अंतःस्थल से निसृत बोल लोग आत्मसात कर लेते थे, उन्हें वे कंठस्थ हो जाते थे और अन्य लोगों को सुनाने में उन्हें आनंद का अनुभव होता था। इस श्रुति-परंपरा ने वर्षों से लोक साहित्य को लोगों के कंठों में बसाए रखा है। श्रुति-परंपरा के सहारे ही वे आज तक हमारे बीच जीवित हैं।

देशी-विदेशी, सभी भाषाओं का लोक साहित्य लोक से जुड़ाव रहा है। मनुष्य-समाज में लोक ही ऐसा वर्ग रहा है जो अभिजात्य संस्कारों, पांडित्य प्रदर्शन या दंभ से मुक्त रहकर परंपराओं को आत्मसात किए हुए लोकचित्त की बात करता है। मौखिक लोक साहित्य कंठों से कंठों की यात्रा करते हुए, श्रुति-परंपरा के माध्यम से अपना स्वरूप बनाता और सुधारता रहा है। धीरे-धीरे उसे लिखित स्वरूप भी मिलता रहा है। फिर भी लगभग सभी भाषाओं का अधिकांश लोक साहित्य आज भी लोक-कंठों में बसा हुआ है। उसका लिखित स्वरूप बहुत कम मात्रा में आ पाया है। अग्रज पीढ़ी के लेखकों ने लोक कथाओं के संग्रहण और संरक्षण के लिए प्रशंसनीय कार्य किया, लेकिन युवा पीढ़ी का इस ओर रुझान कम ही नजर आ रहा है, जबकि अभी भी लोक साहित्य पर काम करने की महती आवश्यकता है। अगर इस अमूल्य धरोहर को लिखित रूप में संरक्षित करने का हम ईमानदार प्रयत्न नहीं करेंगे तो धीरे-धीरे यह लोक साहित्य लुप्त हो जाएगा। महिलाएं सदियों से लोक गीतों को संरक्षित करने का काम करती रही हैं। जन्म से मृत्यु तक के सभी संस्कारों में महिलाएं लोक गीत गाती हैं। इन लोक गीतों में समय के साथ सामाजिक, सांस्कृतिक, राजनीतिक आदि क्षेत्रों में आते बदलावों की झांकी भी हम देख सकते हैं, लेकिन खेद है कि आज की युवा पीढ़ी लोकगीतों से विमुख होने लगी है। उन पर सोशल मीडिया का प्रभाव बढ़ता जा रहा है और वे लोकगीतों की जगह फिल्मी गीतों-गजलों, उनकी पैरोडियों की ओर ज्यादा आकर्षित होने लगे हैं, जो लोकगीतों के संरक्षण के लिहाज से चिंताजनक है।

हरेक भाषा का लोक साहित्य आधुनिक साहित्य को सदैव से ऊर्जावान करता आया है। लोककथा की प्राचीन और समृद्ध परंपरा से संस्कार ग्रहण कर आधुनिक कहानी को नूतन आयाम दिए जा सकते हैं, क्योंकि लोककथा अपने कथ्य और कहनपन के बल पर श्रोता और पाठक को सम्मोहित किए रहती है और उसके मन में यह उत्सुकता बनाए रखती है कि आगे क्या होगा। सफल कहानी भी वही कहलाती है जो पाठक और श्रोता को अंत तक बांधे रखे, उसमें उत्सुकता बनाए रखे। लोककथा और लोक साहित्य की गरिमामय परंपरा को समझ कर, उसकी सामर्थ्य से ऊर्जा ग्रहण कर, सृजन को नई दृष्टि, नया शिल्प दिया जा सकता है। लोक साहित्य की सबल और समृद्ध परंपपरा से प्रेरणा लेकर हम आधुनिक साहित्य को ज्यादा आगे बढ़ा सकेंगे, इसमें कोई संदेह नहीं है।

लगाम जरूरी

देशभर में युवाओं के लिए रोजगार एक चुनौती है और सरकारी नौकरी मिल जाए तो यह बड़ी बात मानी जाती है। मगर जिस तरह से देश में सेवाओं और प्रतियोगिता के प्रश्न पत्र बाहर निकल जा रहे हैं, यह देश के लिए चिंता का विषय होना चाहिए। हमारे युवा एक दिन की परीक्षा के लिए वर्षों मेहनत करते हैं, लेकिन जब पता चलता है कि प्रश्न-पत्र तो पहले से ही बाहर आ चुका था, तब इन युवाओं के मन में जो कष्ट होता है, वह शब्दों में बयां नहीं किया जा सकता। एक बार को लगता है कि युवाओं के पैरों से जमीन खिसक जाती है, परिवार भी बेहद निराशा में आ जाता है। इन परिस्थितियों को देखते हुए केंद्र सरकार और राज्य सरकारों को समन्वय और संवाद स्थापित करते हुए हर संभव कोशिश करना चाहिए कि प्रतियोगिताओं के प्रश्न-पत्र लीक न हों। विधानसभा चुनाव से पहले भी राजस्थान में प्रश्न पत्रों का बाहर आना एक बड़ा मुद्दा था, जिसके कारण गहलोत सरकार को बड़ी हार का सामना करना पड़ा था। केंद्र सरकार ने हाल ही में एक कड़े कानून का प्रावधान किया है, मगर इन सभी कानून का प्रयोग करते हुए असामाजिक तत्त्वों पर कड़ी निगरानी रखी जाए और दोषियों को सख्त सजा मिले।

– वीरेंद्र कुमार जाटव, दिल्ली

नई चुनौती

नई गठबंधन सरकार में फिलहाल सब कुछ सामान्य लग रहा है, लेकिन लंबे समय में गठबंधन की मजबूरी में नई सरकार की प्राथमिकताएं और कार्यशैली पिछली सरकार से कुछ अलग हो सकती हैं। गठबंधन की गांठों के बावजूद महंगाई, बेरोजगारी, गरीबी और भ्रष्टाचार उन्मूलन, भयमुक्त समाज, महिला सशक्तीकरण, आत्मनिर्भरता, आर्थिक सुधार, बुनियादी ढांचे का विकास आदि सरकार की प्राथमिकताएं होनी चाहिए। हालांकि नई सरकार के लिए यूसीसी, एनआरसी जैसे मुद्दों पर आगे बढ़ना चुनौतीपूर्ण हो सकता है। सरकार के सहभागी नीतीश कुमार की जातिगत जनगणना, आरक्षण की सीमा बढ़ाने, बिहार के लिए विशेष पैकेज की मांग और चंद्रबाबू नायडू का आंध्र प्रदेश के लिए विशेष पैकेज और अमरावती को राजधानी बनाने के लिए अलग धन की मांग के अलावा राजग के अन्य घटक दलों की चुनावी घोषणाओं पर अमल भी नई सरकार के लिए सिरदर्द हो सकता है।

– बृजेश माथुर, गाजियाबाद, उप्र

अंधविश्वास का जाल

अंधविश्वास और तंत्र-मंत्र के चक्कर में फंस कर बेहद दुखद घटनाओं की खबरें अक्सर सामने आती रहती हैं। तंत्र-मंत्र और तांत्रिकों के चंगुल में आकर कई परिवार पूरी तरह बर्बाद हो जाते हैं। परिवार की सुख-शांति या फिर अंधविश्वास की वजह से अधिक धन की चाह आदि के लिए लोग तांत्रिकों के चक्कर में आते हैं। अगर चमत्कारों से कोई अमीर बन जाता तो सबसे पहले वे ही अमीर होते जो चमत्कारों के सहारे लोगों को बेवकूफ बनाकर उन्हें लूट रहे हैं। लोग धन के लालच में आकर अपना और परिवार का सुख-चैन गंवा रहे हैं। तांत्रिकों के चक्कर में आने वाले लोगों में अब बंटवारा नहीं रह गया लगता है। महिलाएं, पुरुष, सभी अंधविश्वास के जाल में फंस जाते हैं। इससे बड़ी विडंबना यह है कि पढ़े-लिखे परिवार भी इस चक्कर में आ रहे हैं। यह समझ से परे है। जरूरत इस बात की है कि तांत्रिको, ठगों को पुलिस के हवाले कर दूसरों को भी बर्बाद होने से बचाया जाए।

– आशीष सकलेचा, जावरा

विवेक बनाम युद्ध

स्विट्जरलैंड में संपन्न हुआ शांति सम्मेलन भी रूस-यूक्रेन युद्ध को खत्म करने का कोई रास्ता नहीं खोज पाया। रूस-यूक्रेन युद्ध को दो वर्ष होने को आए और किसी ने भी नहीं सोचा था कि यह युद्ध इतना लंबा खिंचेगा। मगर अमेरिका और नाटो देशों द्वारा भरपूर हथियार और आर्थिक सहायता दिए जाने से यह युद्ध विकराल होता जा रहा है। संयुक्त राष्ट्र सहित सहित सभी अंतरराष्ट्रीय संस्थाएं कोशिश कर के हार गई लगती हैं। इजराइल हमास युद्ध भी जारी है। इन युद्धों से यह तय हो गया है कि परमाणु संपन्न राष्ट्र कभी भी पूरी दुनिया को तबाह कर सकते हैं। उधर चीन भी पर्दे के पीछे से रूस को परोक्ष रूप से भरपूर हथियारों की आपूर्ति कर रहा है। चीन ने हाल ही में अपने परमाणु बमों की संख्या में और इजाफा कर लिया है। युद्ध अगर ऐसे ही चलते रहे तो विश्व के निर्दोष नागरिक इसका सर्वाधिक खमियाजा भुगतते रहेंगे।

– विभूति बुपक्या, खाचरोद, मप्र

हमें लिखें, हमारा पता : edit.jansatta@expressindia.com | chaupal.jansatta@expressindia.com

https://t.me/AllNewsPaperPaid

हो सकता है मैं आपके विचारों से सहमत न हो पाऊं फिर भी विचार प्रकट करने के आपके अधिकारों की रक्षा करूंगा। –वाल्तेयर

राजस्थान पत्रिका
संस्थापक
कर्पूर चन्द्र कुलिश

हवा में घुलते जहर की बेहद चिंताजनक तस्वीर

हवा में घुलते जहर यानी वायु प्रदूषण का खतरा ऐसा है जो दिखता भी है और महसूस भी होता है। लेकिन इस खतरे का मुकाबला करने के लिए जब काम करने की बारी आती है तो सब एक-दूसरे का मुंह ताकते नजर आते हैं। यूनिसेफ और हैल्थ इफेक्ट्स इंस्टीट्यूट (अमरीका का एक स्वतंत्र गैर-लाभकारी शोध संस्थान) की रिपोर्ट 'स्टेट ऑफ ग्लोबल एयर' की ताजा रिपोर्ट बढ़ते वायु प्रदूषण के इन्हीं खतरों की ओर आगाह करती है जिनको लेकर हम बेपरवाह नजर आते हैं। इस रिपोर्ट में यह चौंकाने वाला तथ्य सामने आया है कि अकेले वायु प्रदूषण के कारण दुनिया में हुई मौतों का एक चौथाई भारत से जुड़ा है।

हैरत की बात यह है कि मौतों के ये आंकड़े वर्ष 2021 के उस दौर के हैं जब कोरोना महामारी के चलते आम तौर पर सभी तरह का यातायात काफी समय तक बाधित रहा। दुनिया में वायु प्रदूषण के कारण 84 लाख मौतें हुईं जिनमें से 21 लाख भारत में हुई हैं। साफ है कि बढ़ते प्रदूषण के बीच हम जिस हवा में सांस ले रहे हैं वह साल दर साल लाखों लोगों की जान की दुश्मन बन गई है। कहना न होगा पर सच यह भी है कि दुनिया भर में युद्ध, आतंकवाद व गंभीर बीमारियों से मौतों का जितना खतरा है उससे कई गुना ज्यादा खतरा हवा में घुलते इस जहर का है।

खास तौर से जब हम भारत में पांच वर्ष से कम उम्र के बच्चों की मौत के कारणों की पड़ताल करते हैं तो कुपोषण के बाद इसकी बड़ी वजह वायु प्रदूषण ही है। वर्ष 2021 के दौरान भारत में 1,69,400 बच्चों की मौत वायु प्रदूषण जनित कारणों से हुई, जबकि दुनिया भर में वायु प्रदूषण के संपर्क में आने से पांच वर्ष से कम उम्र के 700,000 से अधिक बच्चों की मौत हुई।

इसी अवधि के दौरान शहरों में वायु प्रदूषण के लिए सबसे ज्यादा जिम्मेदार भले ही मोटर-वाहन हों पर एक तथ्य यह भी है कि इस प्रदूषण से बीमारियों का शिकार निचले तबके से जुड़े लोग ज्यादा होते हैं। ठीक वैसे ही जैसे पूरी दुनिया में सिर्फ 10 प्रतिशत लोग ग्लोबल वार्मिंग से जुड़ी ग्रीनहाउस गैसों के अधिकांश उत्सर्जन के लिए जिम्मेदार हैं लेकिन उसका नुकसान समूची दुनिया, खास तौर पर निर्धन वर्ग को उठाना पड़ता है। वायु प्रदूषण को लेकर पिछले दिनों ही आई एक अन्य रिपोर्ट में चेताया गया था कि जहरीली हवा का यही हाल रहा तो भारतीयों की औसत उम्र छह साल कम होने का खतरा पैदा हो जाएगा। इस जहर का असर कम करने के लिए सख्त कानून-कायदे बनाकर सजा और जुर्माने तक के प्रावधान भी खूब हुए हैं, लेकिन असली जरूरत जन-जागरूकता की है।

ब्रिटेन में चुनाव : अमरीका में 1960 में हुई थी शुरुआत और भारत में भी इस बार खुलकर रखा गया बहस का प्रस्ताव

मुख्य मुद्दों पर 'टीवी डिबेट' अपनाता रहा है ब्रिटेन

लंदन से 'पत्रिका' के पाठकों के लिए

'अमरीका बनाम अमरीका' पुस्तक के लेखक **द्रोण यादव** का ब्रिटेन के राजनीतिक परिदृश्य पर एक विश्लेषण
@patrika.com

टीवी डिबेट्स की एक चुनौती यह है कि जहां एक से अधिक राजनीतिक दल हैं वहां इसका क्रियान्वयन कैसे हो, दो प्रमुख राष्ट्रीय पार्टियों के सामने बाकी दलों को गौण होने से कैसे रोका जाए। ब्रिटेन स्वयं इसका एक उदाहरण है। इसीलिए यहां 3 से 26 जून के बीच 6 टीवी डिबेट्स आयोजित की जा रही हैं।

चार जुलाई को ब्रिटेन में चुनाव की तारीख तय है, जब जनता वहां अपनी अगली सरकार का चयन करेगी। हाल ही दो मुख्य पार्टियों कंजर्वेटिव और लेबर के प्रमुख नेताओं के बीच इस चुनाव की पहली टीवी डिबेट हुई जिसके बाद औपचारिक रूप से जनता के बीच कुछ मुख्य चुनावी मुद्दों को रख दिया गया है। ब्रिटेन में चुनावों के दौरान टीवी डिबेट होना एक बिल्कुल नया प्रयोग है जो अमरीकी राष्ट्रपति चुनावों में होने वाली टीवी डिबेट की तर्ज पर ही है।

राजनीतिक पार्टियों की विचारधारा और विजन को समझने के लिए टीवी डिबेट एक सरल माध्यम बन रहा है। अमरीकी चुनावों में पहली टीवी डिबेट 1960 में हुई जब रिपब्लिकन पार्टी के तत्कालीन उपराष्ट्रपति निक्सन और डेमोक्रेटिक पार्टी के तत्कालीन सांसद केनेडी आमने-सामने थे। इसके ठीक 50 साल बाद ब्रिटेन में टीवी डिबेट का पहला प्रयोग हुआ जिसमें लेबर पार्टी के तत्कालीन प्रधानमंत्री गॉर्डन ब्राउन, कन्सर्वेटिव के डेविड कैमरून और लिबरल डेमोक्रेट्स के निक क्लेग ने भाग लिया। तब से अब तक टीवी डिबेट्स हर चुनाव के साथ नया रूप ले रही हैं और हर बार नए बदलाव के साथ ब्रिटेन की जनता के सामने रखी जा रही हैं। इन डिबेट्स की विशेष बात यह है कि यह कोई बाध्यकारी नियम नहीं है, बल्कि एक नेता द्वारा दूसरे को दी गई चुनौती और फिर सहमति का निष्कर्ष है जो समय के साथ प्रचलन का रूप ले लेता है। अमरीका में भी यही हुआ और ब्रिटेन में भी यही हो रहा है।

ब्रिटेन में 2010 में टीवी डिबेट्स शुरू होने से पहले कई अवसरों पर इसकी चर्चा तो हुई थी, पर कोई नतीजा नहीं निकल सका था। 2010 से पहले कई अवसर ऐसे आए जब चुनावों में पिछड़ रही पार्टी के नेताओं ने अपनी स्थिति सुधारने के लिए टीवी डिबेट्स के माध्यम से सीधी बहस की चुनौती देकर विपक्षी दल को पसोपेश में डालने की कोशिश की, क्योंकि पिछड़ रही पार्टी के पास ऐसे में खोने को कुछ विशेष नहीं होता है। 1964 में लेबर पार्टी के हेरोल्ड विल्सन ने तत्कालीन प्रधानमंत्री एलेक डगलस होम को इस तरह की सीधी बहस की चुनौती दी थी, जिसको डगलस ने अस्वीकार कर दिया था। आगे जाकर विल्सन चुनाव जीते और ब्रिटेन के प्रधानमंत्री बने। 1970 में प्रधानमंत्री विल्सन ने कंजर्वेटिव पार्टी के नेता एडवर्ड हीथ की सीधी बहस की चुनौती अस्वीकार की और एडवर्ड हीथ वह चुनाव जीते। 1979, 1987, 1992 में भी ऐसी ही परिस्थितियां बनीं, जब किसी एक नेता की सार्वजनिक सीधी बहस की चुनौती दूसरे ने नकार दी। भारत में भी इस बार के लोकसभा चुनाव में टीवी डिबेट की चर्चा तब हुई जब पूर्व न्यायाधीश मदन लोकुर, पूर्व न्यायाधीश अजीत शाह व जाने-माने पत्रकार एन. राम ने कांग्रेस नेता राहुल गांधी और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को पत्र लिखकर चुनावों के मुख्य मुद्दों पर सार्वजनिक बहस करने का प्रस्ताव रखा। तिरुवनंतपुरम में भी कांग्रेस नेता शशि थरूर ने भाजपा नेता राजीव चंद्रशेखर की खुली बहस की चुनौती स्वीकार की थी। संभव है आने वाले दशकों में भारत के मतदाताओं को भी ऐसी टीवी डिबेट्स देखने को मिलें।

ब्रिटेन के 2024 के चुनावों की पहली डिबेट में कई मुद्दे जनता के सामने आए, पर मुख्यतः दोनों ही पार्टियों के नेता एक दूसरे पर आरोप-प्रत्यारोप लगाते नजर आए। एक ओर जहां कंजर्वेटिव पार्टी के सुनक लेबर के स्टार्मर के पास ब्रिटेन के लिए कोई योजना न होने का दावा कर रहे थे, वहीं स्टार्मर लगातार कंजर्वेटिव्स के 14 साल के कार्यकाल को निशाना बनाते रहे। स्टार्मर स्वास्थ्य के मुद्दे पर हावी नजर आए, तो सुनक ने लेबर पर सरकार में आते ही टैक्स बढ़ाने का आरोप लगाया। एक वक्त ऐसा भी आया जब सुनक पर स्टार्मर ने यह कह कर हमला बोला कि वे अलग दुनिया के आदमी हैं, पैसे वाले हैं और गरीब की जरूरतों को नहीं समझते हैं। जवाब में सुनक ने अपने माता-पिता के साधारण परिवेश का वर्णन कर अपना बचाव किया। दोनों नेताओं के बीच 26 जून को एक और बहस प्रस्तावित है।

टीवी डिबेट्स के फायदे हैं तो एक चुनौती यह भी है कि जहां एक से अधिक राजनीतिक दल हैं वहां इसका क्रियान्वयन कैसे हो, दो प्रमुख राष्ट्रीय पार्टियों के सामने बाकी दलों को गौण होने से कैसे रोका जाए। ब्रिटेन स्वयं इसका एक उदाहरण है और इसीलिए यहां 3 जून से 26 जून के बीच 6 टीवी डिबेट्स आयोजित की जा रही हैं जिनमें से केवल 2 सबसे बड़ी पार्टी के प्रमुख सुनक और केयर स्टार्मर के बीच हैं, जबकि बाकी डिबेट्स में अलग-अलग पार्टियों को अलग-अलग समय पर मौका दिया जाएगा।

फैक्ट फ्रंट

तियानजिन नरसंहार

शंघाई और बीजिंग के बाद चीन के तीसरे सबसे अधिक आबादी वाले शहर तियानजिन में 21 जून 1870 को जिस तरह का नरसंहार हुआ उसकी कल्पना अब भी हिला देती है। यह नरसंहार चीन में विदेशियों के प्रति घृणा और भय का माहौल बनने के कारण हुआ था। घटना से पहले, तियानजिन में अफवाह फैली कि फ्रांसीसी सिस्टर्स ऑफ चैरिटी चीनी बच्चों का अपहरण कर रही हैं और उनके शरीर को विकृत कर रही हैं। इस घटनाक्रम के बीच फ्रांसीसी वाणिज्यदूत ने गोली चला दी। इसके बाद चीनियों की भीड़ ने नरसंहार को अंजाम दिया। भीड़ ने कैथोलिक अनाथालय को भी निशाना बनाया।

गाजा का विसैन्यीकरण : पूरी तरह और स्थायी तौर पर होना ही समाधान

गाजा में युद्ध समाप्ति पर इजरायल और यूएस का एकमत होना जरूरी

डेनिस रॉस
जॉर्जटाउन यूनिवर्सिटी के सेंटर फॉर ज्यूइश सिविलाइजेशन में पढ़ाते हैं, बराक ओबामा के विशेष सहायक रहे हैं

डेविड मैकोव्स्की
जॉन हॉपकिंस यूनिवर्सिटी में सहायक प्रोफेसर, यूएस मध्य पूर्व शांति समझौता कार्यदल में शामिल रह चुके हैं

द वाशिंगटन पोस्ट से विशेष अनुबंध के तहत

इजरायलियों के लिए फिलहाल हर दिन 7 अक्टूबर का दिन है, क्योंकि हर दिन की शुरुआत हमास के हमले के आघात और दहशत को ही नहीं बल्कि बंधक बनाए गए लोगों की याद भी दिलाती है। अमरीकी राष्ट्रपति जो बाइडन ने एक ऐसे समझौते पर ध्यान केंद्रित किया है जिससे बंधकों को रिहा कराया जा सकेगा और गाजा में युद्ध खत्म करने की प्रक्रिया शुरू हो सकेगी। दूसरी ओर, प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू का कहना है कि हमास की सेना को नष्ट करने, गाजा के इसके नियंत्रण से मुक्त होने और बंधकों की वापसी पर ही युद्ध खत्म हो सकता है। दोनों नेताओं का मूल मकसद एक ही है लेकिन किसी ने भी यह खुलासा नहीं किया है कि युद्ध कैसे और कब खत्म होगा। शुरू से ही नेतन्याहू ने 'पूर्ण विजय' की बात कही है जो कि सिर्फ एक नारा है, कोई ध्येय नहीं। सच तो यह है कि यही नारेबाजी नेतन्याहू के लिए पैंतरेबाजी की गुंजाइश छोड़ती है लेकिन उनका अंतिम बिन्दु स्पष्टतः बाइडन के उद्देश्य से व्यापक है कि हमास को इस तरह नेस्तनाबूद कर दिया जाए कि वह इजरायल पर बड़े पैमाने पर हमला करने में कभी समर्थ न हो।

इस दृष्टि से अगर हालात को नियंत्रित करने में नेतन्याहू का कथन व्यापकता लिए है तो बाइडन की रूपरेखा काफी संकीर्ण है। यह हमास के खुद को पुनर्गठित करने और सक्षम होने की संभावनाओं को बनाए रखता है। पर आगे बढ़ने का एक रास्ता है जिस पर दोनों नेता एक साथ विशेष प्रयास कर सकते हैं। इस रास्ते का आधार होगा – गाजा का विसैन्यीकरण और यह गारंटी कि गाजा को फिर कभी सैन्यीकृत नहीं किया जा सकेगा। इजरायल पहले ही हमास की सैन्य ताकत को खत्म करने के करीब है। एक बार इजरायल जब रफाह और मध्य गाजा में बची हुई बटालियन को खत्म कर लेगा तो फिर हमास के पास कमान और संगठित सैन्य इकाइयां नहीं बचेंगी। क्षेत्र से सैन्य बलों को हटाने की कार्रवाई पूरी करने के बाद, इजरायल को हमास के सैन्य बुनियादी ढांचे, हथियार लैब्स, प्रोडक्शन फैसिलिटीज, डिपो और सुरंगों को खत्म करना होगा ताकि फिर से खड़ा होने की उसकी संभावनाएं न रहें।

हमास को एक सेना के रूप में हराने की दिशा में इजरायली काफी करीब हैं। ऐसे में बाइडन प्रशासन को इजरायली सरकार के साथ एक समझौते पर पहुंचने की कोशिश करनी चाहिए कि गाजा के सैन्य बुनियादी ढांचे को नष्ट करने के लिए और कितना किया जाना शेष है। दूसरी ओर, इजरायल को बाइडन प्रशासन के समक्ष यह बात रखनी चाहिए कि अमरीका और उसके सहयोगी सामूहिक रूप से हमास को धन, सामग्री और हथियार देने में कटौती करें ताकि हमास का खुद को कभी भी पुनर्स्थापित न कर पाना सुनिश्चित हो सके।

एक बात और, भले ही इजरायल ने मिस्र के साथ लगी गाजा सीमा पर तस्करी रोकने की दिशा में प्रयास किए हों, पर हमास ने मिसाइलों व बमों के उत्पादन के लिए मिलिट्री-इंडस्ट्रियल बेस और 300 मील की सुरंग तैयार करने के लिए जरूरी सभी चीजों की सफलतापूर्वक तस्करी की है। इस सीमा को लेकर यूएस-मिस्र समझौता जरूरी है। बाइडन प्रशासन तस्करी रोकने के लिए मिस्र के ठेकेदारों को गाजा के पुनर्निर्माण की अनुमति देकर मिस्र को अहम वित्तीय प्रोत्साहन भी दे सकता है। 'आने वाले दिनों' के लिए बाइडन प्रशासन मिस्र, अमीरात व अन्य देशों के साथ मिलकर एक अंतरराष्ट्रीय टास्क फोर्स की योजना बना रहा है क्योंकि बंधकों की रिहाई के बाद इजरायली बल हट जाएंगे। ऐसी टास्क फोर्स में फिलिस्तीनियों को भी प्रशासन का हिस्सा बनाना जरूरी है।

यद्यपि इजरायली गाजा को विसैन्यीकृत करने के बहुत करीब हो सकते हैं, पर उन्होंने हमास के सभी लड़ाकों को निहत्था नहीं किया है। ऐसे में सवाल यह है कि अंतरराष्ट्रीय ताकतें हमास के बचे हुए ठिकानों से कैसे निपटती हैं। क्या ऐसी कोई परिस्थिति होगी जिसे अंतरराष्ट्रीय ताकतें नियंत्रित नहीं कर पाएंगी और क्या यह उन्हें स्वीकार होगा कि इजरायल किसी खतरे का जवाब दे? गाजा को स्थिर करने के लिए बाहरी योजनाकारों को कई कठिन सवालों का जवाब देने के लिए तैयार रहना चाहिए। एक मुद्दा यह भी है कि क्या राजनीतिक साधनों के बिना संभावित फिलिस्तीनी स्व-शासन के लिए कोई प्रक्रिया शुरू हो सकती है। यदि अमरीका और इजरायल युद्ध खत्म करने के किसी आखिरी बिंदु पर एकमत हो सकते हैं तो कई अन्य बातें भी संभव हो सकती हैं। यदि नहीं, तो क्षेत्र में हालात इससे भी बदतर हो सकते हैं।

एलिफेंट रॉक : प्रकृति की दिलचस्प कारीगरी

https://t.me/AllNewsPaperPaid

आइसलैंड के वेस्टमैन द्वीप समूह का सबसे बड़ा और एकमात्र आबाद द्वीप है हेमाई जिसके पश्चिमी किनारे पर स्थित है यह एलिफेंट रॉक। यह रॉक माउंट डाल्फजाल से बाहर निकलती हुई एक प्राकृतिक चट्टान है और हेमाई के ही ज्वालामुखी शंकु एल्डफेल के विस्फोट में बेसाल्ट से बनी है। यह हू-ब-हू हाथी जैसे दिलचस्प आकार के लिए विश्वविख्यात है, जिसकी सूंड मानो पानी में डूबी हुई है।

प्रसंगवश

खेल-खिलाड़ियों को राजनीति से दूर रखने की सार्थक पहल

लम्बी अवधि के बाद भी राजस्थान में खेल विकास संहिता लागू नहीं हो पाने के कारण भी तलाशने होंगे

खेल संघों में खिलाड़ियों की अधिकाधिक भागीदारी की वकालत बरसों से की जा रही है। भारतीय ओलंपिक संघ एवं युवा मामले और खेल मंत्रालय ने इसको लेकर तेरह बरस पहले ही राष्ट्रीय खेल विकास संहिता-2011 यानी नेशनल स्पोर्ट्स डेवलपमेंट कोड बना रखा है। लेकिन राजस्थान में अब जाकर इस संहिता की सुध ली गई है। राज्य सरकार ने इस संहिता को लागू करने के लिए दो माह की समयावधि तय कर दी है। माना जा रहा है कि खेल संघों में लम्बे समय तक कब्जा जमाए बैठे गैर खिलाड़ियों की इस संहिता के लागू होने पर छुट्टी हो जाएगी। यह भी स्पष्ट प्रावधान है कि इस संहिता के प्रावधान लागू नहीं करने पर संबंधित खेल संघ या फेडरेशन की मान्यता रद्द हो जाएगी। इन प्रावधानों के तहत खेल संघ या एसोसिएशन में 25 फीसदी सक्रिय खिलाड़ियों का शामिल होना जरूरी किया गया है। एकबारगी तो लगता है कि संहिता लागू होने के बाद खेल संघों में खिलाड़ियों की हैसियत बढ़ने वाली है। कहने व सुनने में यह बात जितनी आसान हैं, क्रियान्वयन करने में शायद उतनी ही मुश्किल भी नजर आती है। यदि ऐसा करना आसान ही होता तो राजस्थान को इस संहिता को लागू करने में इतना लम्बा वक्त नहीं लगता।

चिंता की बात यह है कि खिलाड़ियों के हितों का चिंतन करने वाली इस पहल का भी विरोध शुरू होने लगा है। राजस्थान स्टेट ओलंपिक एसोसिएशन का तर्क है कि नेशनल स्पोर्ट्स डेवलपमेंट कोड राष्ट्रीय स्तर की खेल एसोसिएशन के लिए लागू होता है। इस कोड को केंद्र सरकार ने तैयार किया है। ऐसे में यदि राज्यों की एसोसिएशन पर इस कोड को लागू करना है, तो उसमें पहले संशोधन करने होंगे। मांग यह की जा रही है कि राजस्थान में इस कोड को लागू करने से पहले स्टेट की पॉलिसी बनानी चाहिए। यह तर्क अपनी जगह है लेकिन इतना तो तय है कि खेल संघों में राजनीतिक दखल कम करने की हर मंशा का स्वागत किया जाना चाहिए। कागजों में ही चल रहे खेल संघों पर भी इसके माध्यम से अंकुश लग सकेगा। सब जानते हैं कि खेल संघों में टकराव से खेल और खिलाड़ी किसी का भला नहीं होता। बेहतर तो यह है कि इस कोड को ठीक तरह से लागू किया जाए। इसलिए अब उम्मीद की जानी चाहिए कि कोड प्रभावी होने के बाद खेलों को सही मायने में राजनीति से दूर रखा जा सकेगा। इससे खिलाड़ियों का तो निश्चित रूप से भला होगा। **- महेन्द्र सिंह शेखावत**
mahendra.shekhawat@epatrika.com

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस आज : आसनों में स्थिरता का अभ्यास मन की चंचलता पर काबू पाने में सहायक होता है

आत्म-परिष्कार और उन्नयन की अनोखी जीवनशैली

गिरीश्वर मिश्र
प्रख्यात मनोविद, विचारक और महात्मा गांधी अंतरराष्ट्रीय हिंदी विश्वविद्यालय वर्धा के पूर्व कुलपति
@patrika.com

दिव्य शक्ति ने शरीर दिया, क्षमताएं दीं और साथ में परिस्थितियां और कार्य करने की दशाएं भी उपलब्ध कराईं। योग की जीवन शैली शरीर के भरण-पोषण और उन्नयन की गारंटी देती है।

योग शब्द को सुनते ही मन में कई छवियां उभरने लगती हैं। वे योगी भी याद आते हैं जो त्यागी-संन्यासी का जीवन जीते गुफा या कन्दरा में रह कर अध्यात्म की साधना करते हैं। आसन, प्राणायाम और ध्यान जैसे शब्द याद आने लगते हैं। नए दौर में अब योग के साथ एक नया अर्थ भी जुड़ गया है। उसे जीवन-शैली के रूप में देखा जा रहा है।

सच कहें तो योग आत्म-परिष्कार या अपने को उदात्त मार्ग पर ले चलने की पद्धति है। इस अर्थ में योग ऐसी प्रक्रिया है जो शरीर और मन दोनों को प्रभावित करती है। यह शोध से प्रमाणित है कि योग के अनुशासन में रहने और जीने वाला व्यक्ति शरीर से चुस्त, भावनात्मक रूप से स्थिर और बौद्धिक रूप से तीक्ष्ण होता है। आत्म-परिष्कार यानी खुद में सुधार लाना सुनने में बड़ा सरल लगता है पर वास्तव इसके लिए लगन और सतत अभ्यास की जरूरत पड़ती है। यह कुछ कठिन और श्रमसाध्य प्रक्रिया है। साथ ही सच यह भी है कि आत्म-परिष्कार की कोई सीमा भी तय नहीं की जा सकती क्योंकि वह जीवनपर्यंत चलने वाली प्रक्रिया है। हम सब लोग अच्छी तरह जीना चाहते हैं। क्रोध, असहायता और कुंठा होने पर व्यथा होती है। मानव जीवन जटिल है और हम सब अनेक अंतर्विरोधों के बीच जीवन जीते हैं। तमाम किस्म की निजी और सामुदायिक जरूरतों को पूरा करते हुए अपनी नाव खेनी होती है। सच कहें तो अनंत स्वप्न के साथ सीमित भौतिक यथार्थ के बीच हमें जीना होता है। ऐसे में कुशलता और चेतना के साथ जीते हुए जीवन समृद्ध और पूर्ण हो सकता है। योग-विज्ञान इस कार्य में बड़ा सहायक होता है।

मन और शरीर के संकुल में उन्नयन को गति देने के लिए योग-विज्ञान कुछ तकनीकों का उपयोग करता है। आसन, प्राणायाम और ध्यान वस्तुतः ऐसी ही तकनीकें हैं। इसमें उचित आहार, विहार, निद्रा और चेष्टा (व्यवहार) आदि भी सहयोगी साबित होते हैं। इन सबको मिला कर योग की 'शारीरिक संस्कृति' बनती है। इसी तरह त्याग या संन्यास इस अर्थ में आत्म-परिष्कार में सहायक होते हैं कि उनसे राह में आने वाले तरह-तरह के अंतराय या व्यवधान और विघ्न-बाधाएं दूर हो जाती हैं। इसीलिए सिद्ध, योगी, संत और महात्मा दूर-दराज के निर्जन स्थलों पर रहना पसंद करते हैं। संसार से विरत हो कर आत्मोत्कर्ष वाला यह रास्ता निश्चय ही हर किसी के लिए सुगम और सहज नहीं हो सकता। अधिकांश लोगों के लिए जीवन में मोह-ममता को नियंत्रित करने या विवेकसम्मत अनासक्ति का भाव अपनाना ही ठीक होता है।

योग आत्म-उन्नयन की अनोखी विधा है जिसे शारीरिक, भावनात्मक और मानसिक कई दृष्टियों से देखा जा सकता है। शारीरिक पक्ष पर ध्यान हठ योग में अधिक दिया जाता है जिसका विवरण हठयोग प्रदीपिका और घेरंड संहिता आदि ग्रंथों में विस्तार से मिलता है। इसमें आसन और प्राणायाम पर विशेष बल दिया जाता है। आजकल आम जनों का ध्यान शारीरिक स्वास्थ्य पर अधिक जाता है। इसलिए हठ योग अधिक लोकप्रिय हो रहा है। इसमें दक्षता बड़े अभ्यास से आती है। इससे दीर्घ जीवन और शक्ति की प्राप्ति तो होती है, इसके साधक चमत्कारी कार्य भी कर पाते हैं। आसनों में स्थिरता का अभ्यास मन की चंचलता पर काबू पाने में सहायक होता है। प्राण शक्ति को धारण करना और उसे शरीर के किसी भाग में भेजना भी लाभप्रद होता है। आसन और प्राणायाम के साथ साधक को शरीर की आंतरिक गतिविधि का पता भी चलता है और उनका नियंत्रण भी किया जाता है।

शरीर निश्चित रूप से मनुष्य के अस्तित्व को एक ठोस भौतिक आधार देता है। भौतिक आधार के बिना मन भी स्वतंत्र रूप से कोई कार्य नहीं कर सकता। चेतना की अभिव्यक्ति होने के लिए माध्यम जरूरी है और हमारा मस्तिष्क वही माध्यम या उपकरण है। इस जगत में सक्रिय होने के लिए शरीर एक उपकरण का कार्य करता है। यह शरीर दिव्य परमात्मा की भी अभिव्यक्ति है। इसलिए इस शरीर की उपेक्षा नहीं करनी चाहिए। इसे ऐसा रूप देना चाहिए ताकि इसमें दिव्य तत्व के उपकरण बनने की योग्यता आ सके।

आपकी बात

भीड़-भाड़ वाले स्थानों से बचें

गर्मी के रौद्र रूप से लोगों की जान पर बन आई है। तेज गर्मी में बाहर निकलने से बचा जाना चाहिए और पानी पीते रहना चाहिए। भीड़-भाड़ वाले स्थानों से दूर रहें।
-विनय अग्रवाल, कोटा

आज का सवाल

परीक्षाओं की विश्वसनीयता घटने का क्या असर हो रहा है?

ईमेल करें
edit@epatrika.com

patrika.com पर पढ़ें

पाठकों की प्रतिक्रियाएं

इसे स्कैन करें

पत्रिकायन का सवाल था, 'गर्मी की भीषणता से निपटने के लिए क्या किया जाना चाहिए?' प्रतिक्रियाएं ऑनलाइन भी देखें।
https://shorturl.at/dD6h0

विचार

नवभारत टाइम्स

नवभारत टाइम्स । नई दिल्ली। शुक्रवार, 21 जून 2024

छात्रों का भरोसा टूटा

NEET के बाद UGC-नेट में भी गड़बड़ियों का सामने आना बेहद गंभीर है। सवाल अब केवल यह नहीं है कि कैसे और क्या गड़बड़ी हुई, अब सवाल है कि लगातार ऐसा क्यों हो रहा है? सवाल उन स्टूडेंट्स के भविष्य का भी है, जो सड़कों पर उतर अपना आक्रोश जता रहे हैं।

सिस्टम की नाकामी | NEET में करीब 24 लाख स्टूडेंट्स बैठे थे और नेट में लगभग 9 लाख। इन आंकड़ों से अंदाजा लग जाता है कि दोनों एग्जाम कितने बड़े पैमाने पर होते हैं और छात्र इनके लिए किस तरह से तैयारियां करते हैं। गड़बड़ियों ने इस पूरी मेहनत पर पानी फेर दिया है। यहां पूरा परीक्षा तंत्र ही नाकाम होता दिखता है।

UGC-नेट परीक्षा कैंसल

गलती मानी | UGC-नेट के मामले में सरकार ने इंडियन साइबर क्राइम कोऑर्डिनेशन सेंटर से इनपुट मिलने के बाद परीक्षा रद्द की। यहां कम से कम तुरंत एक्शन हुआ वरना NEET मामले में तो शुरू में बस लीपापोती का प्रयास दिख रहा था। जो बात ग्रेस मार्क्स से शुरू हुई थी वह अब पेपरलीक तक जा पहुंची है और हर दिन नए-नए खुलासे हो रहे हैं। देश को इतनी उम्मीद करने का अधिकार है कि आगे अब कुछ छिपाने की कोशिश नहीं होगी।

स्टूडेंट्स की मुश्किल | मौजूदा हालात में जिनकी आवाज सबसे ज्यादा सुनी जानी चाहिए, वे हैं स्टूडेंट्स। किसी परीक्षा में कोई चूक हो जाना व्यवस्था का मसला हो सकता है, लेकिन स्टूडेंट्स के लिए यह विषय करियर से जुड़ा है। उनके सपने, उनकी जिंदगी, उनकी मेहनत - सबकुछ जुड़ा होता है इन परीक्षाओं से। कोई भी छात्र इस उम्मीद के साथ एग्जाम सेंटर तक जाता है कि वह सफल होकर निकलेगा और जीवन में एक कदम आगे बढ़ेगा। इन गड़बड़ियों ने उन उम्मीदों पर बेड़ियां लगा दी हैं।

भरोसा टूटा | NEET के चलते आलोचनाएं झेल रही National Testing Agency की विश्वसनीयता UGC-नेट कैंसल होने के बाद बिखर कर रह गई है। स्टूडेंट्स और पैरंट्स को अगर इस बात का यकीन नहीं रहा कि एजेंसी फूलप्रूफ एग्जाम कंडक्ट करा सकती है, तो इसमें उनकी कोई गलती नहीं। NTA की वजह से उनका भरोसा टूटा है, वह भी बार-बार।

गुम न जाए | मुद्दा राजनीतिक रूप भी ले चुका है। विपक्ष खासा आक्रामक है। विपक्षी नेताओं ने परीक्षाओं में अनियमितताओं के लिए सरकार की आलोचना की है, वहीं सरकार से जुड़े लोग अपनी तरफ से जवाब भी दे रहे हैं। लेकिन यहां इस बात का ध्यान रखना होगा कि राजनीति असल मुद्दे पर हावी न हो जाए।

पारदर्शिता चाहिए | नेट के केस में सरकार ने CBI को जांच सौंप दी है। लेकिन, इतना काफी नहीं। जांच जल्दी हो, उसके बारे में पारदर्शिता बरती जाए और दोषियों पर सख्त कार्रवाई हो। इन प्रतिष्ठित परीक्षाओं पर आम जन का भरोसा तभी फिर से कायम हो सकेगा जब न्याय मिलेगा ही नहीं बल्कि मिलता हुआ दिखेगा भी।

आजकल

योग से संतुलन

योगी रवि

दुनियाभर में अब लोग योग के महत्व को पहचान रहे हैं और इसे अपना रहे हैं। योग के अभ्यास ने जीवन में स्वास्थ्य, सुख और आनंद को बढ़ाने में महत्वपूर्ण रूप से मदद की है। पांच हजार साल पहले विकसित की गई योग की तकनीक वैज्ञानिक रूप से कई स्वास्थ्य लाभ से जुड़ी है। 2024 में योग के फायदों पर 500 से अधिक वैज्ञानिक शोध प्रकाशित हुए। इनसे भी जाहिर है कि योग का शारीरिक, मानसिक और आत्मिक स्वास्थ्य पर सकारात्मक असर पड़ता है। रिसर्च ने दिल के रोगों, मधुमेह और हाई ब्लड प्रेशर जैसी बीमारियों को काबू करने में योग को प्रभावी पाया है।

एक अनुमान के मुताबिक, इस समय दुनियाभर में 35 करोड़ से ज्यादा लोग नियमित रूप से योग का अभ्यास करते हैं। योग से संबंधित बिजनेस यानी इससे जुड़ी सर्विसेज, क्लासेज, प्रॉडक्ट्स वगैरह का ग्लोबल मार्केट भी फैल रहा है। नियमित योग करने के कई फायदे हैं। एक स्टडी ने रोजाना योग करने वाले 86% लोगों में तनाव की कमी और मानसिक शांति में वृद्धि दर्ज की। इसी स्टडी के दौरान 73% ने बताया कि योग से उनके शारीरिक स्वास्थ्य में सुधार हुआ है, मसलन शरीर में लचीलापन आया है, ज्यादा ऊर्जावान महसूस कर रहे। योग के महत्व को देखते हुए तमाम अमेरिकी कंपनियां योग दिवस पर अपने कर्मचारियों के लिए योग और ध्यान कार्यक्रम का आयोजन कर रही हैं। योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि एक समग्र जीवनशैली का हिस्सा बन चुका है। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने भी इसके महत्व को स्वीकारा है। कई डॉक्टर और हेल्थ एक्सपर्ट उपचार के रूप में योग करने की सलाह दे रहे हैं, खासकर तनाव, चिंता, उच्च रक्तचाप और जीवनशैली से जुड़ी अन्य बीमारियों में। American Council on Exercise के अनुसार, 40% अमेरिकी डॉक्टर रोगियों को योग का अभ्यास करने की सलाह देते हैं। स्कूलों और विश्वविद्यालयों में योग को पाठ्यक्रम का हिस्सा बनाया जा रहा है।

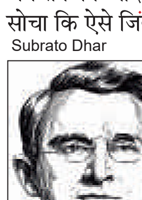
भारतीय संस्कृति की प्रमुख धरोहर है योग। इसने सांस्कृतिक आदान-प्रदान में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। इससे विभिन्न संस्कृतियों और समाजों के बीच बेहतर समझ बनी है और संबंध स्थापित हुए हैं। यह हिंदू, बौद्ध और जैन धर्मों में ध्यान और आध्यात्मिक प्रथाओं के साथ जुड़ा हुआ है। योग का यह संयोजन व्यक्ति को उच्चतम आत्मज्ञान की दिशा में ले जाता है और जीवन में संतुलन लाने में मदद करता है। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का व्यापक उत्सव, जिसमें दुनियाभर के करोड़ों लोग हिस्सा लेते हैं, योग के वैश्विक महत्व को दर्शाता है।

एकदा

भाषण ने दिखाई राह

अमेरिका के Maryville Missouri में एक गरीब परिवार में डेल नाम का एक बच्चा था। परिवार की गरीबी के चलते उसे भोजन के लिए भी बहुत मशक्कत करनी पड़ती थी। कभी वह स्ट्रॉबेरी चुनता तो कभी पशुओं को चराने जाता। उसे पढ़ने का बहुत शौक था। जब सारे काम खत्म हो जाते तो रात में चिमनी की रोशनी में तब तक पढ़ता जब तक कि नींद से आंखें बोझिल न होने लगतीं। एक दिन डेल ने सोचा कि ऐसे जिंदगी कब तक चलेगी? क्या मैं हमेशा रात को ही पढ़ूंगा और सुबह दो वक्त की रोटी जुटाने के लिए दूसरों के यहां काम करूंगा? क्यों न मैं ऐसा कुछ करूं कि मेरी पढ़ाई-लिखाई ही मेरे जीविकोपार्जन का साधन बन जाए। एक दिन उसके कुछ सहपाठियों ने उसे भाषण देने के लिए कहा। वह उस समय कुछ अधिक नहीं बोल पाया, पर लोक व्यवहार पर कुछ ऐसी बातें कहीं जो वहां उपस्थित लोगों को बेहद पसंद आई। अब डेल ने उन विषयों पर लिखना शुरू किया। इस विषय पर वह कोर्स भी चलाने लगा। शुरू में लोगों को लगा कि भला लोक व्यवहार के लिए भी कोई कोर्स करने की जरूरत है। लेकिन जब कोर्स में दाखिला लेने वाले सफल होने लगे तो धारणा बदलने लगी। अब कोर्स के जरिए ट्रेनिंग लेने वालों की कतार बढ़ गई। इसके साथ ही डेल की लोकप्रियता में भी चार चांद लग गए। आज डेल को पूरा विश्व लोक व्यवहार के सुप्रसिद्ध लेखक Dale Carnegie के नाम से जानता है। उनकी पुस्तक 'How To Win Friends And Influence People' आज भी गौर से पढ़ी जाती है।

Subrato Dhar



संकलन : रेनू सैनी

विश्व रंगमंच पर भारत का कद बढ़ा है, लेकिन चीन-पाकिस्तान के साथ रिश्ते तल्ख बने हुए हैं

क्या पड़ोसियों से रिश्ते सुधार पाएंगे मोदी

रंजीत कुमार

प्रधानमंत्री पद संभालने के तुरंत बाद नरेन्द्र मोदी ने G7 शिखर बैठक में शामिल होने के साथ वैश्विक रंगमंच पर शानदार आगाज किया। इसके तीन सप्ताह बाद वह शांघाई सहयोग संगठन (SCO) की अस्ताना, कजाकस्तान में 3-4 जुलाई को आयोजित हो रही शिखर बैठक में शामिल होंगे। अमेरिकी खेमे के संगठन G7 में भाग लेने के एक महीने के भीतर अमेरिका विरोधी चीन और रूस की अगुआई वाले SCO में उनकी भागीदारी रोचक होगी।

संतुलित नीति | दो विरोधी गुटों की शिखर बैठक में शामिल होकर प्रधानमंत्री मोदी राष्ट्रीय हितों को साधने के इरादे से भारतीय कूटनीति को संतुलन देने की कोशिश करेंगे। सच यह भी है कि भारत को दोनों खेमों के देश अपने पाले में खींचने में लगे हैं। लेकिन मोदी ने राष्ट्रीय हितों को देखते हुए G7, क्वॉड, ब्रिक्स, SCO से रिश्ते बनाए हैं। इससे विश्व रंगमंच पर देश की अहमियत तो बढ़ी है, लेकिन भारतीय कूटनीति की सबसे बड़ी सफलता सभी पड़ोसी देशों के साथ रिश्ते मधुर बनाने में ही मानी जाएगी।

चीन का रुख | तीसरा कार्यकाल संभालने से पहले जिस तरह अमेरिका, रूस और कई यूरोपीय नेताओं ने मोदी को फोन कर बधाई दी और जिस तरह चीन और पाकिस्तान के नेताओं ने उन्हें नजरअंदाज किया, उससे पता चलता है कि जहां भारत को बड़ी ताकतें अपनी ओर आकर्षित करना चाहती हैं, वहीं कुछ पड़ोसी देश उससे अदावत रखते हैं। ऐसे में मोदी के लिए पड़ोसी देशों के साथ सामान्य रिश्ते बनाए रखना बड़ी चुनौती है।

कूटनीतिक चुनौती
- चीन-पाक ने मोदी को नहीं दी बधाई
- कनाडा में सक्रिय अलगाववादी ताकतें
- खालिस्तान पर US के साथ तल्खी

भारत है मजबूरी | विश्व रंगमंच पर मोदी की अहमियत इसलिए है कि अमेरिका व विकसित यूरोपीय देशों का चीन से मोहभंग हो चुका है। इसके साथ ही भारत दुनिया की तीसरी बड़ी अर्थव्यवस्था बनने की ओर तेजी से कदम बढ़ा रहा है। अर्थव्यवस्था के हर क्षेत्र में उसकी विकास की गति काफी तेज है। इसके साथ ही भारत विकसित देशों के उच्च तकनीक वाले औद्योगिक उत्पादों का बड़ा बाजार भी है। इसलिए अमीर देशों के लिए वह मजबूरी भी है।

रूस का पहलू | हिंद महासागर से लेकर दक्षिण चीन सागर तक चीन की बढ़ती दादागीरी से मुकाबला करने के लिए अमेरिका व यूरोपीय देशों को भारत का साथ चाहिए। भारत का हित भी इसी में है कि वह इन इलाकों में चीन पर अंकुश लगाने के लिए अमेरिका, जापान, ऑस्ट्रेलिया आदि के साथ सामरिक तालमेल बनाए रखे। लेकिन अमेरिका दादागीरी दिखाकर जिस तरह प्रतिबंधों की राजनीति करता है, उससे भारत के लिए न केवल अपने पारम्परिक मित्र रूस के साथ सामान्य आर्थिक व कूटनीतिक रिश्ते बनाने में बाधाएं आती हैं बल्कि ईरान व मध्य एशिया के साथ भी संबंधों में अड़चनें खड़ी होती हैं।

अलगाववादियों को पनाह | एक बात यह भी है कि अमेरिकी खेमे के देशों में अलगाववादी खालिस्तान आंदोलन को जिस तरह से खाद-पानी मिल रहा है, वह भारत के लिए चिंताजनक है। अमेरिका में इन तत्वों को लेकर उसके साथ भारत के संबंधों में तल्खी आई है। कनाडा के साथ इस मुद्दे पर रिश्ते कटुतापूर्ण हो गए हैं। इन देशों को समझना चाहिए कि वे भारत को सामरिक साझेदार बताते हैं। वहीं, भारत विरोधी और इसके विघटन की मंशा रखने वाले तत्वों को उन्होंने अपने यहां खुली छूट दी हुई है। भारत के लिए इसे मंजूर करना असंभव है। नरेन्द्र मोदी के सामने बड़ी कूटनीतिक चुनौती है कि विदेशी धरती पर इन अलगाववादी तत्वों को संरक्षण देने वाली ताकतों पर कैसे लगाम लगाई जाए।

पॉजिटिव संकेत | बेशक भारत के लिए पड़ोसी देशों के साथ मजबूत रिश्ते बनाना चुनौती है, लेकिन 9 जून को नरेन्द्र मोदी ने अपने शपथग्रहण के मौके पर सेशल्स, मॉरीशस, नेपाल, भूटान, मालदीव, बांग्लादेश के नेताओं को आमंत्रित कर पॉजिटिव संकेत दिया। यह भारत की ओर से सकारात्मक पहल है। चीन और पाकिस्तान के रुख को देखते हुए उनके साथ सामान्य संबंध बनाना आसान नहीं होगा। नरेन्द्र मोदी और उनके कूटनीतिक सलाहकारों के लिए यह अग्निपरीक्षा होगी।

भारत का कद बढ़ा | असल में विकसित और विकासशील देशों के बीच भारत का कद ऊंचा हुआ है, जो पाकिस्तान और चीन को रास नहीं आ रहा। वे अपनी शर्तों और भारत की सम्प्रभुता को चोट पहुंचाकर भारत से रिश्ते बेहतर करना चाहते हैं, जो मोदी सरकार को मंजूर नहीं है। लेकिन सच यह भी है कि इन दोनों देशों के साथ संबंध सामान्य हो जाएं तो विश्व रंगमंच पर भारत की राह कहीं आसान हो जाएगी।

प्रयास जारी रहें | अपने पिछले कार्यकालों में प्रधानमंत्री मोदी ने चीन और पाकिस्तान के साथ रिश्ते सुधारने के लिए कई अहम पहल की, लेकिन दोनों देशों के अड़ियल रवैये ने इस पर पानी फेर दिया। इसके बावजूद मोदी को इस दिशा में प्रयास करते रहना चाहिए। अगर वह इसमें कामयाब हुए तो यह भारतीय कूटनीति की बड़ी जीत होगी। दरअसल, भारत के लिए विश्व मित्र बनने से अधिक पड़ोसी मित्र की छवि मायने रखती है।

(लेखक विदेश और रक्षा मामलों के जानकार हैं)

गांव से शहर, हर जगह पहुंचे योग संस्कृति

प्रतापराव जाधव

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की 10 वर्षों की यात्रा को देखें तो एकबारगी आश्चर्य होता है। तनाव और गलाकाट स्पर्धा से थकी जा रही दुनिया में योग ने जिस शांतिपूर्ण ओजस्विता के साथ समरसता और वैश्विक बंधुत्व की जोत जलाई, वह बेजोड़ मिसाल है।

स्वीकार्यता बढ़ी | योग की विकास यात्रा के पीछे निस्संदेह बहुत से योगाचार्यों और निष्ठावान योग सेवकों का हाथ रहा है। लेकिन जिस तरह पीएम नरेंद्र मोदी ने इसकी बहुआयामी उपलब्धियों के नए सोपान रचे, नई संभावनाओं को सामने लाने की भूमिका बनाई, वह अभूतपूर्व है। आज ओलिंपिक में योगासन को ले जाने की बातें हो रही हैं तो इसके पीछे कठोर वैज्ञानिक अनुशासन और नई प्रौद्योगिकी को योग के साथ रचा-बसा देने के कठोर परिश्रम का मजबूत आधार है।

आनंद का मार्ग | पीएम मोदी के नेतृत्व से योग की वैश्विक लोकप्रियता और पहचान में अभूतपूर्व वृद्धि हुई है। देश के भीतर भी लोगों के जीवन में खुशहाली और निरोगता के लिए योग की भूमिका सामने आती रही है। कुछ दिन पहले मुझे दिल्ली में योग पर केंद्रित एक कॉमिक और नेत्रहीनों के लिए कॉमन योग प्रोटोकॉल के ब्रेल संस्करण का लोकार्पण करने का अवसर मिला। समाज के हर वर्ग के लिए योग की भूमिका को बढ़ाते जाने के आयुष मंत्रालय के ऐसे प्रयासों की गति लगातार बढ़ती जा रही है।

समावेशी स्वरूप | 2015 में राजपथ से यह यात्रा 'योग फॉर पीस एंड हार्मनी' के वैश्विक संदेश के साथ आरंभ हुई। फिर शांति, मानवता, वेलनेस, वसुधैव कुटुंबकम को केंद्र में रखकर अलग-अलग वर्षों में योग दिवस के कार्यक्रमों से दुनिया में योग के समावेशी और बहुआयामी स्वरूप को सामने लाया गया। इस बार 'स्वयं एवं समाज के लिए योग' के फोकस के साथ सबका कल्याण करने की योग-यात्रा को श्रीनगर से प्रधानमंत्री आगे बढ़ा रहे हैं।

रेकॉर्ड बनाए | 10 वर्षों में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस ने कुल चार गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड स्थापित किए हैं। वर्ष 2015 में 35,985 भारतीयों ने पीएम नरेंद्र मोदी के साथ राजपथ पर योग किया। एक स्थान पर योग सत्र में 84 देशों ने भाग लिया। पिछले वर्ष संयुक्त राष्ट्र मुख्यालय में पीएम मोदी के साथ 135 देशों के प्रतिनिधियों ने एक साथ योगाभ्यास किया। पिछले साल ही सूरत में एक और रेकॉर्ड कायम हुआ, जिसमें करीब 1.53 लाख लोगों ने एक ही स्थान और एक ही समय पर योगाभ्यास किया।

AI Image

कॉमन रूम

इसरो में योग | इस बार आयुष मंत्रालय ने ISRO के साथ मिलकर 'स्पेस के लिए योग' नामक एक विशेष पहल का आयोजन किया है। इसरो के वैज्ञानिक और अधिकारी कॉमन योग प्रोटोकॉल के दिशा-निर्देशों के अनुसार एक साथ योग करेंगे।

चलती रहे यात्रा | भारत की योग परंपरा वरदान बन लोगों को जोड़ रही है। सबको साथ लेकर चलने वाली मानवता की यह योग यात्रा व्यक्ति से विश्व, स्वयं से समाज तक हमें ऐसे ही अनवरत आगे बढ़ानी है। इस यात्रा में स्थान, परिस्थितियां, आयु, वर्ग जाति से आगे बढ़कर मात्र मानवता के कल्याण की भावना निहित है। इन्हीं विशेषताओं के कारण अंतरराष्ट्रीय योग दिवस को दुनिया के लगभग 200 देशों में धूमधाम से मनाया जा रहा है।

चुनौतियों का जवाब | योग ने सांस्कृतिक और भौगोलिक सीमाओं को पार कर लिया है। इसने समग्र कल्याण की तलाश में विश्व के करोड़ों लोगों को एकजुट किया है। योग से हमें असीम शांति प्राप्त होती है, जिससे हम जीवन की चुनौतियों का सामना शांति और धैर्य के साथ कर सकते हैं। हमें एकजुट होकर योग की इस परंपरा को न केवल बाहरी विश्व, बल्कि देश के भी हर गांव हर शहर की जीवनशैली का हिस्सा बनाना है।

(लेखक केंद्रीय आयुष राज्य मंत्री, स्वतंत्र प्रभार हैं)

गठबंधन सरकारें बड़े-बड़े फैसले कर चुकी हैं

केसी त्यागी

भारतीय राजनीतिक इतिहास में 2024 का लोकसभा चुनाव खास है। यह चुनाव देश, संविधान, आरक्षण और लोकतंत्र पर आधारित रहा है। नतीजों ने इन्हीं सिद्धांतों को साफ-साफ दोहराया है। हालांकि, BJP के नेतृत्व वाले NDA ने 290 से अधिक सीटें प्राप्त कर बहुमत हासिल कर लिया, लेकिन विपक्ष भी महत्वपूर्ण स्थिति में उभरकर आया है। जनता का फैसला इससे अधिक स्पष्ट नहीं हो सकता था। इसका आशय है कि जनता चाहती है विभिन्न समुदायों और क्षेत्रों की राजनीतिक आकांक्षाओं के प्रति BJP का रुख अधिक समझौतावादी और कम टकरावपूर्ण हो। परिणाम BJP को जवाबदेह बनाता है और पहले से अधिक रचनात्मक व कल्याणकारी योजनाओं के लागू होने की मांग करता है।

BJP को लोकतांत्रिक भावना से उस संदेश पर ध्यान देना चाहिए और 10 वर्षों के बाद गठबंधन की राजनीति के फिर से उभरने की वास्तविकता के प्रति खुद को फिर से उन्मुख करना चाहिए, क्योंकि लोकतंत्र के केंद्र में लोग हैं और लोग होने भी चाहिए। इसलिए यह चुनाव कई आयामों पर भारतीय राजनीति के एक क्रांतिकारी पुनर्गठन का संकेत देता है। यह विभिन्न राजनीतिक दलों के बीच शक्ति का एक बेहतर संतुलन बहाल करता है। राष्ट्रीय स्तर पर काम करने वाली सभी प्रमुख पार्टियों को इस जनादेश से सही सबक सीखना चाहिए। भारतीय लोकतंत्र की जीवनरेखा इसकी विविधता है, इसे भी सभी दलों को समझना चाहिए।

विशुद्ध राजनीति

कसौटी

एकरूपता नहीं चलेगी

2024 लोकसभा चुनाव ने यह भी उजागर किया कि भारत में चुनावी सफलता किसी पार्टी की विभिन्न जातियों और समुदायों को प्रभावी ढंग से एकजुट करने, सामाजिक विरोधाभासों का प्रबंधन करने और विविध आबादी की आकांक्षाओं को पूरा करने की क्षमता पर निर्भर करती है। सामाजिक रूप से सबसे वंचित वर्गों का प्रतिनिधित्व सभी दलों को सुनिश्चित करना ही होगा। हमें इस बात पर गहराई से विचार करने की आवश्यकता है कि कई जातीय-समुदायों को सामाजिक-राजनीतिक प्रतिनिधित्व दिए बगैर चुनावों में सफल नहीं हुआ जा सकता। विशेष रूप से यूपी जैसे महत्वपूर्ण राज्य में तो बिल्कुल नहीं। सभी दलों को सामाजिक न्याय सुनिश्चित करने के लिए अटूट प्रतिबद्धता दिखानी होगी और यह मानना चाहिए कि सामाजिक न्याय चुनाव, शासन और नीति में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

इस बार नई सरकार को एक खास सवाल से भी निपटना होगा। 2026 के बाद पहली जनगणना के प्रकाशन के बाद लोकसभा निर्वाचन क्षेत्रों का परिसीमन होना है, फिर महिला आरक्षण भी लागू होना है। इस खास सवाल के लिए सरकार को भारत की विविधता, इसके संघवाद में राज्यों और क्षेत्रीय राजनीतिक दलों की भूमिका पर विचार करना होगा। जनादेश ने यह भी संकेत दे दिया है कि EVM का भय अनावश्यक है। हालांकि चुनावी प्रक्रिया में जनता के विश्वास को मजबूत करने के लिए गंभीर और तत्काल कदम उठाने की जरूरत है।

यह एक मिथक है कि गठबंधन सरकारें आपदा का कारण बनती हैं। हाल के इतिहास में सबसे महत्वपूर्ण निर्णय - अर्थव्यवस्था के उदारीकरण से लेकर अमेरिका-भारत असैन्य परमाणु समझौते तक - गठबंधन सरकारों द्वारा ही लिए गए थे। गठबंधन सरकारें राष्ट्रीय चर्चा को जन्म देती हैं और भारतीय संघवाद के लिए आगे का रास्ता खोलती हैं।

संघीय चरित्र को मिलेगी मजबूती

सामाजिक-आर्थिक रूप से हाशिए पर पड़े समूहों का लोकतंत्र को बनाए रखने और उसे मजबूत करने में हमेशा सबसे अधिक महत्वपूर्ण योगदान रहा है। इस बात से भी इनकार नहीं किया जा सकता कि BJP वास्तव में कुछ अंतर से सबसे बड़ी पार्टी के रूप में उभरी है, पर NDA के क्षेत्रीय घटकों-विशेष रूप से तेलुगु देशम पार्टी और जनता दल (यूनाइटेड) का समर्थन सरकार के गठन और प्रभावी कामकाज के लिए महत्वपूर्ण है। व्यापक प्रशासनिक अनुभव वाले राजनेताओं के नेतृत्व में क्षेत्रीय सहयोगियों की अधिक भूमिका न केवल संवाद और चर्चा के आधार पर नीति निर्माण में योगदान देगी, बल्कि संघीय चरित्र को भी मजबूत करेगी।

भारतीय संसद में एक मजबूत विपक्ष का होना लक्ष्यों को हासिल करने के लिए और भी अधिक अनुकूल है। हालांकि, उसे राजनीतिक ताकतों के संतुलन का भी गंभीरता से आकलन करना चाहिए। बेशक इस चुनाव के नतीजों से दिखाई देता है कि BJP पहले जैसी स्थिति में नहीं है, लेकिन विपक्ष के भी उत्थान का क्षण अभी नहीं आया है। चुनावी नतीजों ने स्पष्ट कर दिया है कि भारतीय मतदाता बहुत समझदार हैं और वे संविधान को एक अमूर्त चीज के रूप में नहीं, बल्कि वास्तविक जीवन के निहितार्थों वाले दस्तावेज के रूप में देखते हैं।

(लेखक JDU के प्रवक्ता हैं)

रीडर्स मेल

www.edit.nbt.in

■ सिलेबस का मानक तय हो

20 जून को 'किताबों में बदलाव पर सही है विवाद?' लेख में दोनों तरफ के विचार पढ़े। दरसल राजनीतिक विचारधाराओं के आधार पर बार-बार सिलेबस में बदलाव करने से उसकी विश्वसनीयता और निष्पक्षता कम होती है। विचारधाराएं देश की राजनीतिक परिस्थितियों के हिसाब से बदलती रहती हैं। इसलिए विभिन्न स्तरों के सिलेबस निर्माण के लिए निश्चित और उपयोगी रास्ता तलाशा जाना चाहिए। इसमें देश की अखंडता-निष्ठा और उसकी प्रगतिशीलता झलकनी चाहिए। किसी तरह का विवाद और भ्रम न हो तो बेहतर। हर सत्तारूढ़ दल अपनी विचारधारा के मुताबिक सिलेबस बदलता रहे यह अच्छी बात नहीं है।

भगवती प्रसाद गहलोत, ईमेल से

■ गर्मी से कैसे मिले राहत

18 जून के लेख 'हीटवेव और बढ़ेगी, कैसे हो गर्मी से बचाव' में पढ़ने को मिला कि पिछले 10 सालों से तापमान के रेकॉर्ड पूरे देश में टूट रहे हैं। इसका असर जन-जीवन पर तो पड़ ही रहा है, फसलों का उत्पादन भी प्रभावित हो रहा है। लेखक ने गर्मी से बचाव के कई उपाय बताए हैं। लेकिन शहरों और महानगरों में बढ़ते कॉन्क्रीट के जंगलों ने तापमान को बढ़ाने में घी का काम किया है। टॉप रूफ का सबसे बुरा हाल है। यह इतना गर्म हो जाता है कि कमरे में रहना मुश्किल हो जाता है। इस बार तो एसी से भी राहत नहीं मिल पा रही है।

सीमा रावत, ईमेल से

■ सुरक्षा तंत्र में कमी

जैसे-जैसे ट्रेनों की संख्या बढ़ रही है, हादसों में भी इजाफा हो रहा है। खराब सिग्नल सिस्टम के कारण भी दुर्घटनाएं बढ़ रही हैं। हाल ही में हुई रेल दुर्घटना और पूर्व में हुए कई रेल हादसों की प्रमुख वजह सिग्नल प्रणाली में खराबी रही है। ऐसी दुर्घटनाओं से बचने के लिए सुरक्षा कवच की बात होती है, पर लापरवाही से निपटने का पुख्ता इंतजाम नहीं होता। और हाई स्पीड ट्रेनें चलाने से पहले रेलवे और सरकार को सुरक्षा तंत्र मजबूत करना होगा।

संजय डागा, ईमेल से

nbtedit@timesgroup.com पर अपनी राय नाम-पते के साथ मेल करें।

अंतिम पत्र

एक घंटे तक पैसेंजर्स बिना AC के विमान में रहे परेशान - एक खबर
- खास चेतावनी, चाहिए गर्मी से आराम तो हाथ पंखा ही आएगा काम!

रोहित श्रीवास्तव

THE SPEAKING TREE

और पढ़ने के लिए देखें

hindi.speakingtree.in

अपनी चेतना को जगाने का सही मार्ग है योग

आनंदमूर्ति गुरुमां

योग अध्यात्म का ऐसा मार्ग है, जिस पर चलकर कोई भी समाधि तक पहुंच सकता है। योग दो वस्तुओं का आपस में जुड़ना है। जब शरीर में मौजूद प्राण और अपान का मिलना होता है, तो यह योग होता है। जब व्यष्टि जीव का ईश्वर से संबंध होता है, तो इसको कहते हैं योग। जब अंतःकरण में निहित व्यक्तिगत चेतना का परम चेतना से मिलाप होता है, तो उसका अर्थ है योग। जब व्यष्टि प्राण का समष्टि प्राण से मिलना होता है, तो इसे योग कहते हैं। राजयोग के अनुसार, कुंडलिनी शक्ति का सहस्रार में स्थित परम चेतना शिव से मिलना ही योग है। 'पातंजल योग सूत्र' के अनुसार जिस दिन आप अपने भीतर मन की वृत्तियों के टिकने का, बुद्धि की स्थिरता का और चेतना के जगने का अनुभव कर लें, उसी दिन समझ लें कि योग हो गया।

योग का अर्थ सिर्फ आसन करना और श्वासों को अंदर-बाहर फेंकना नहीं। योग शरीर के बारे में बहुत गहराई से ज्ञान देता है। योग का उपयोग आज सिर्फ शारीरिक रोगों को ठीक करने तक ही सीमित होकर रह गया है। क्या जुकाम, खांसी, नजला, कब्ज ठीक कर लेना ही योग है? आसन और प्राणायाम से शारीरिक रोगों का दूर होना, एक अतिरिक्त लाभ है। योग वह विद्या है जिसका अभ्यास केवल सक्षम गुरु के सान्निध्य में ही करना चाहिए। योग के तहत आठ अंग हैं- यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि। जिसके जीवन में सत्य नहीं, अपरिग्रह नहीं, स्वाध्याय नहीं, संयम नहीं, वह व्यक्ति अभी योग के लिए उचित अधिकारी नहीं है। योग का पहला अंग है यम यानी अनुशासन और नैतिकता। यम के पांच प्रकार हैं- सत्य, अहिंसा, अस्तेय, अपरिग्रह और ब्रह्मचर्य। सत्य का अर्थ है अपने प्रति ईमानदार होना, झूठ न बोलना। वासनाओं में बहते हुए नित्य शरीर भोगने की चाह जिसके अंदर बनी रहती है, उसका योग में प्रवेश नहीं हो सकता। अष्टांग योग के अनुसार नियम पांच हैं- शौच, संतोष, तप, स्वाध्याय और ईश्वर-समर्पण। जिसके जीवन का लक्ष्य समाधि है, उसके जीवन में ये पांच नियम होने चाहिए। यहां शौच का अभिप्राय है बाहरी, मानसिक, भावनात्मक और व्यावहारिक शुद्धता।

नियम के बाद अगला अंग है आसन। आसन यानी शारीरिक नियंत्रण और शारीरिक विज्ञान की समझ। शरीर को आसनों के जरिए स्वस्थ भी करते हैं और मन को भी नियंत्रित करते हैं। मन को सीधे नहीं पकड़ा जा सकता, इसलिए ऋषि ने कहा कि शरीर पर कार्य करो। शरीर और मन को जोड़ती है श्वास। शरीर को समझने का माध्यम है आसन और श्वास को समझने का माध्यम है प्राणायाम। प्राणायाम की सिद्धि हो जाएगी तो प्रत्याहार में प्रवेश होगा। प्रत्याहार यानी इंद्रियों का अंतर्मुखी होना। जब प्रत्याहार सिद्ध हो गया तो फिर अगली सीढ़ी आ जाएगी धारणा की। धारणा यानी जब हमने मन में किसी चीज को धारण कर लिया। हमारे पूर्व के आचार्य अगर किसी पर बड़े प्रसन्न हो जाते, तो आशीर्वाद देते, 'योगी भव'। रोगी सारे हैं, भोगी सारे हैं, पर महात्मा आशीर्वाद देते हैं, योगी भव। बस आप संकल्प से इस योगमार्ग का पालन करते जाओ, पूरी प्रकृति का सहयोग और ईश्वर का आशीर्वाद प्राप्त होने लगेगा।

आर.एन.आई. नं. 510/57© सर्वाधिकार सुरक्षित। लिखित अनुमति के बिना संपूर्ण या आंशिक पुनर्प्रकाशन पूर्णतः प्रतिबंधित। स्वत्वाधिकारी बैनेट, कोलमैन एण्ड कम्पनी लिमिटेड के लिए राजीव यादव द्वारा, 7 बहादुरशाह जफर मार्ग, नई दिल्ली-110002 से प्रकाशित तथा **टाइम्स ऑफ इंडिया प्रेस, साइट IV, औद्योगिक क्षेत्र साहिबाबाद** और प्लॉट नंबर 7-8, सेक्टर M-11, ट्रांसपोर्ट हब, इंडस्ट्रियल मॉडल टाउनशिप, मानेसर, हरियाणा से मुद्रित। फोन : 23302000 फैक्सः 23492047, पंजीकृत कार्यालय : दादाभाई नौरोजी रोड, मुंबई-400001। विमान सेवा शुल्क : 1 रु. प्रति कॉपी। नेपाल में कुल मूल्य : सोमवार से शनिवार : नेपाली 5 रु. ; रविवार : नेपाली 6 रु.
संपादक (दिल्ली मार्केट) : आशीष पांडे (इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं संपादन हेतु पी.आर.बी. एक्ट के अन्तर्गत उत्तरदायी)

https://t.me/AllNewsPaperPaid

ईशावास्यमिदं सर्वं यत्किञ्च जगत्यां जगत्
भगवान इस जग के कण-कण में विद्यमान हैं।

संसद में गांधी और अम्बेडकर

समाजवादी नीतियों के प्रबल समर्थक और गांधीवाद के संवाहक नेता स्व. शरद यादव पुरजोर तरीके से कहा करते थे कि संसद कोई मन्दिर नहीं है बल्कि देश के करोड़ों लोगों की आजादी की ललक की जीती-जागती तस्वीर है जिसमें भारत की जनता की समस्याओं का निदान किया जाता है। यह ऐसी इमारत है जिसके भीतर समाज के सबसे गरीब व मुफलिस नागरिक की अपेक्षाओं को उड़ान देने की अद्भुत क्षमता है। इस इमारत के भीतर करोड़ों इंसानों की आकांक्षाओं की प्रतिध्वनी गुंजायमान रहती है। शरद यादव गांधीवाद के अहलकार के रूप में गांधी के स्वप्नों का भारत बनाना चाहते थे। अत: संसद परिसर के भीतर उसके मुख्य प्रवेश द्वार के ठीक सामने लगी महात्मा गांधी की प्रतिमा प्रत्येक सांसद को यह याद दिलाती रहती थी कि लोकतन्त्र की उस मर्यादा व प्रतिष्ठा की अनुपालना हो जिसका लक्ष्य देश में लोक कल्याणकारी राज स्थापना करना है। बेशक आजादी के समय से पहले ही संसद की पूरी इमारत तैयार हो चुकी थी परन्तु इसके भीतर महात्मा गांधी व संविधान निर्माता बाबा साहेब अम्बेडकर की प्रतिमाएं लगा कर देशवासियों को यह आश्वासन दिया गया था कि जब भी इसके भीतर सत्ता व विपक्ष के बीच किसी मुद्दे पर बहस होगी तो उसके मूल में जनहित की भावना सदैव उपस्थित रहेगी। गांधी जी यही कर गये थे कि सरकार को हर काम करने से पहले यह सोचना चाहिए कि उसके निर्णय का समाज के अन्तिम गरीब आदमी पर क्या असर पड़ेगा परन्तु संसद के भीतर लगी इन दोनों राष्ट्र निर्माताओं की मूर्तियों को अपने मूल स्थान से स्थानान्तरित कर दिया जिसकी भनक विपक्षी दलों को भी मूर्तियां हटने के बाद लगी।

दरअसल गांधी जी वह व्यक्ति थे जिन्होंने अंग्रेजों के गुलाम भारत में 1934 में ही कह दिया था, आजाद होने पर भारत संसदीय लोकतान्त्रिक प्रणाली अपनाएगा और हर मजहब व जाति तथा जातीय वर्ग के लोगों को वयस्क आधार पर एक वोट का अधिकार दिया जायेगा जिसकी मार्फत सरकार का गठन होगा। गांधी ने लोगों को अपनी सरकार चुनने का अधिकार पाने का आश्वासन 1934 में ही दे दिया था जिस पर लन्दन स्थित ब्रिटिश संसद के दोनों सदनों में भी जमकर बहस हुई थी। संसद परिसर में भारत के बहुत से जननायकों की प्रतिमाएं लगी हुई हैं जिनमें जवाहर लाल नेहरू से लेकर मार्क्सवादी पार्टी के नेता ए.के. गोपालन की प्रतिमाएं भी शामिल हैं। भारत की युवा पीढ़ियों को सर्वदा लोकतन्त्र की गरिमा का ध्यान दिलाने के लिए ये मूर्तियां लगाई गईं जिससे केवल सांसदों को ही अपना कर्त्तव्य निभाने की प्रेरणा न मिले बल्कि संसद परिसर में आने वाले विशिष्ट विदेशी मेहमान यह भावना लेकर जायें कि भारत के लोग अपने राष्ट्र नेताओं को सर्वोच्च सम्मान देते हैं। इन राष्ट्र नेताओं के योगदान पर शक की अंगुली नहीं उठायी जा सकती क्योंकि भारत के लोकतन्त्र में आम गरीब आदमी के लिए इन नेताओं ने हमेशा रौशन ख्याली और विकास का काम किया। यह गांधी की प्रेरणा ही थी कि भारत में ऐसा लोकतन्त्र स्थापित हुआ जिसमें सभी राजनैतिक दलों को संविधान के अनुसार लोगों द्वारा चुने जाने पर संसद में बैठ कर चर्चा और निस्तारण करने का अधिकार मिला था।

बेशक आजादी के समय से पहले ही संसद की पूरी इमारत तैयार हो चुकी थी परन्तु इसके भीतर महात्मा गांधी व संविधान निर्माता बाबा साहेब अम्बेडकर की प्रतिमाएं लगा कर देशवासियों को यह आश्वासन दिया गया था कि जब भी इसके भीतर सत्ता व विपक्ष के बीच किसी मुद्दे पर बहस होगी तो उसके मूल में जनहित की भावना सदैव उपस्थित रहेगी। गांधी जी यही कर गये थे कि सरकार को हर काम करने से पहले यह सोचना चाहिए कि उसके निर्णय का समाज के अन्तिम गरीब आदमी पर क्या असर पड़ेगा परन्तु संसद के भीतर लगी इन दोनों राष्ट्र निर्माताओं की मूर्तियों को अपने मूल स्थान से स्थानान्तरित कर दिया जिसकी भनक विपक्षी दलों को भी मूर्तियां हटने के बाद लगी।

संसद परिसर में तो हमने राणा प्रताप व शिवाजी महाराज की प्रतिमाएं भी स्थापित कर रखी हैं। बेशक इन दोनों महान व्यक्तित्वों के समय में कोई लोकतान्त्रिक प्रणाली नहीं थी और भारत राजशाही से चल रहा था परन्तु इन दोनों ने स्वराज के लिए समाज के पिछड़े लोगों को जोड़कर तत्कालीन बादशाहों की ताकत से टकराने के प्रयास किये थे। बेशक कुछ ज्ञानी कह सकते हैं कि उनकी लड़ाई अपनी-अपनी रियासतों को बचाने की थी मगर उस दौर में किसानों, मजदूरों व आदिवासियों को जोड़कर शाही ताकत से टकराना एक जन आन्दोलन जैसा ही था। अत: संसद की मूर्ति व सांस्कृतिक समिति ने उन्हें महत्वपूर्ण इन स्थानों पर लगाया था जिससे विदेशी मेहमानों से लेकर भारतीय आगन्तुकों को भारत की लोकशक्ति का अंदाजा हो सके। महात्मा गांधी की प्रतिमा तो 1993 में ही स्व. नरसिम्हा राव के कार्यकाल के दौरान लगी थी जबकि डा. अम्बेडकर की प्रतिमा 1967 में ही लगा दी गई थी। इन प्रतिमाओं को लगाने से पहले विभिन्न राजनैतिक दलों के बीच खुल कर राय-मशविरा हुआ था परन्तु इन्हें हटा कर दूसरे किसी एक कोने में स्थापित करने के बारे में कोई विचार-विमर्श ही नहीं हुआ। संसद भवन परिसर में लोकसभा अध्यक्ष का फरमान चलता है। उनकी मर्जी के बिना पूरे परिसर में पत्ता तक नहीं हिल सकता अत: अध्यक्ष को ही इस मामले में सभी दलों के नेताओं से विचार-विमर्श करना चाहिए था।

आखिरकार गांधी जी राष्ट्रपिता कहलाये जाते हैं और डा. अम्बेडर संविधान निर्माता। प्रख्यात समाजवादी चिन्तक डा. राममनोहर लोहिया कहा करते थे कि लोकतन्त्र लोकलज्जा से चलता है। हमारी संसद की परंपरा है कि लोकसभा अध्यक्ष का चुनाव प्राय: सर्वसम्मति से ही होता है। महात्मा गांधी का यह कथन भी हर दौर में सामयिक रहेगा कि मैं अपने विरोधी के विचार उसे अपने से ऊपर सिंहासन पर बैठा कर सुनना पसन्द करूंगा । अत: सर्वसम्मति से चुने गये अध्यक्ष का यह दायित्व हो जाता है कि वह कोई भी महत्वूर्ण निर्णय लेने से हर प्रमुख दल की राय संसदीय समितियों की मार्फत जाने। भारत के लोकतन्त्र की पूरी दुनिया में साख इसी वजह से बनी हुई है इसमें संसद की मार्फत जो भी निर्णय लिये जाते हैं वे एक पक्षीय नहीं होते हैं क्योंकि संसद में बैठने वाले सांसदों में विपक्ष के नेता भी होते हैं। उन्हें भी भारत की जनता ही चुनकर संसद में भेजती है। राष्ट्रपिता महात्मा गांधी के विचारों से कुछ राजनैतिक दल असहमत हो सकते हैं मगर इससे कोई असहमत नहीं हो सकता कि गांधी जी को राष्ट्रपिता का दर्जा पहली बार नेताजी सुभाष चन्द्र बोस ने ही दिया था जबकि उन्होंने गांधी के अहिंसात्मक तरीकों से मतभेद रखते हुए सैनिक मार्ग से भारत की आजादी के आन्दोलन में अपना योगदान दिया था। गांधी का सबसे बड़ा हथियार ही अहिंसा थी। जिसका अनुसरण आज विश्व के बहुत से देशों तक में हो रहा है। गांधी और अम्बेडकर ऐसे दो राष्ट्र नायक हैं जिन्होंने लोकतन्त्र को सर्वदा सहमति से ही चलाने का विश्वास प्रकट किया।

आदित्य नारायण चोपड़ा
Adityachopra@punjabkesari.com

भरोसा किस पर करें जनाब...

जरा चलना संभलकर आजकल हर रिश्ते में गिरावट बहुत है,
भरोसा किस पर करें जनाब इंसानों में मिलावट बहुत है,
सच्चे प्रेम और चरित्र की पवित्रता की विचारधारा पर–
अडिग इंसान अब लेशमात्र ही मिलते हैं,
मुझ कलमकार को इंसानी फितरत से शिकायत बहुत है..!!

गीता पाढा

राष्ट्रगान, पॉपकॉर्न और च्युइंग गम

कलम-दवात
कुमकुम चड्ढा

''**मेरी** पीढ़ी राष्ट्रगान गाते हुए बड़ी हुई है, चाहे स्कूलों में, सार्वजनिक समारोहों में और यहां तक कि फिल्म खत्म होने के बाद सिनेमा हॉल में भी। इसे एक आदर्श के रूप में देखा गया, न कि सरकार की ओर से आने वाले किसी आदेश के रूप में'' यह बात अशांत राज्य जम्मू-कश्मीर की पूर्व मुख्यमंत्री महबूबा मुफ्ती की है।

मुफ्ती ने भाजपा सरकार पर स्कूलों को प्रचार स्थल बनाने और सरकार की विफलताओं से ध्यान भटकाने का भी आरोप लगाया है।

यह केवल मुफ्ती का आधा सच है, उनकी पीढ़ी, कई अन्य लोगों की तरह राष्ट्रगान को सुनते और उसका सम्मान करते हुए बड़ी हुई हैं परन्तु उन्होंने सरकार की विफलताओं से ध्यान हटाने के मुद्दे पर जो बात कही है गलत है। मुफ्ती शायद जम्मू-कश्मीर राज्य में हाल ही में हुए आतंकी हमलों का जिक्र कर रही हैं। 9 जून के बाद से रियासी, कठुआ और डोडा में चार जगहों पर आतंकी हमले हुए। जम्मू क्षेत्र में हुए हमले के परिणाम स्वरूप तीर्थयात्रा कर रहे तीर्थ यात्रियों की मौत हो गई और कई अन्य घायल हो गए। इनमें एक सीआरपीएफ जवान और अन्य सुरक्षाकर्मी शामिल थे।

इन हमलों का भारत में हाल ही में संपन्न चुनावों और जम्मू-कश्मीर राज्य में आगामी चुनावों से कुछ लेना-देना है। इस पृष्ठभूमि में मुफ्ती के लिए सरकार पर ध्यान भटकाने का आरोप लगाना या तो ख़राब राजनीति है या फिर सांड की नज़र से चूकते हुए एक प्रहार का प्रयास है। महबूबा मुफ्ती ने वैसा ही किया है।

जम्मू-कश्मीर प्रशासन 2018 से केंद्र सरकार के अधीन काम करता आ रहा है। इसलिए मुफ्ती का निर्देश पर उंगली उठाना जायज़ है लेकिन यह भी सच है कि राष्ट्रगान अतीत में विशेष रूप से संघर्षग्रस्त घाटी में विवादों में रहा है। राज्य प्रशासन द्वारा एक कार्यक्रम में राष्ट्रगान का अपमान करने के लिए साइकिल चालकों को हिरासत में लेना अभी भी स्मृति में ताज़ा है।

2021 में इस्लामिक यूनिवर्सिटी ऑफ साइंस एंड टेक्नोलॉजी ने अपने पहले दीक्षांत समारोह के दौरान सभी छात्रों को राष्ट्रगान के लिए खड़े होने या अन्यथा घर पर बैठने का निर्देश देकर विवाद पैदा कर दिया था । कुछ साल पहले जब क्रिकेट मैच से पहले राष्ट्रगान बज रहा था तब अशांत राज्य के एक क्रिकेटर को च्युइंग गम चबाते देखा गया था, जिसकी व्यापक आलोचना हुई थी। वह विशेष वीडियो वायरल हो गया और कई लोगों ने सवाल उठाया कि क्या वह विशेष क्रिकेटर देश के लिए खेलने का हकदार है, जब वह राष्ट्रगान का सम्मान नहीं कर सका। क्रिकेटर ने अपनी ओर से यह कहकर अपने कृत्य का बचाव किया कि क्रिकेटरों को राजनीति में नहीं घसीटा जाना चाहिए, एक ऐसा तर्क जिसकी सही सोच वाले नागरिकों ने आलोचना की।

च्युइंग गम और कश्मीर के अलावा एक मुद्दा पॉपकॉर्न का भी है : जब भारत के सर्वोच्च न्यायालय ने सिनेमाघरों में राष्ट्रगान बजाने का आदेश दिया और कहा कि भारतीयों को खड़े होकर इसका सम्मान करना चाहिए तो मिश्रित प्रतिक्रिया हुई। भारतीयों में राष्ट्रगान के प्रति सम्मान पैदा करने की भावना से प्रेरित होकर न्यायालय ने निर्णय दिया था कि 'देश के नागरिकों को यह एहसास होना चाहिए कि वे एक राष्ट्र में रहते हैं और राष्ट्रगान के प्रति सम्मान दिखाने के लिए बाध्य हैं जो संवैधानिक देशभक्ति और एक अंतर्निहित राष्ट्रीय गुणवत्ता का प्रतीक है।' हालांकि स्याह पक्ष यह था कि भारतीय राष्ट्र और इसके प्रतीकवाद दोनों का मज़ाक उड़ा रहे थे।

यह भारतीयों की वह नस्ल है जिसमें मुफ्ती भी शामिल हैं जो राष्ट्रगान का सम्मान करने के किसी भी कदम पर नाराज़गी जताती हैं। यदि उस समय सिनेमा देखने वाले अदालत के आदेश से फिल्म का आनंद लेने में बाधा डालने को लेकर चिंतित थे तो आज के राजनेता सरकारी आदेश की आलोचना कर रहे हैं, जिसका उद्देश्य विशेष रूप से उन क्षेत्रों में देशभक्ति की भावना पैदा करना है, जहां आतंकवाद ने बेरहमी से अपना सिर उठाया है।

'जब मैं राष्ट्रगान सुनने के लिए खड़ा होता हूं तो मैं अपनी खाने की ट्रे और पॉपकॉर्न कहां रखूं' न्यायालय के आदेश के बाद कई सिनेमा दर्शकों ने यही जानना चाहा था। ख़ुशी की बात है कि एक बड़ा वर्ग है जो महसूस करता है कि राष्ट्रगान गाना गर्व की बात है और राष्ट्रीयता की भावना को फिर से जागृत करता है, जिसे स्कूल के लम्बे समय से भुला दिया गया है, कुछ लोगों का तर्क है कि इसे नियमित रूप से गाने या सुनने से भाव और भावनाएं दोनों जीवंत हो जाएंगी।

क्या आपको तिरंगा दिवस का दिन याद है, तिरंगे और उसके राष्ट्रीय महत्व को प्रदर्शित करने के लिए भाजपा सरकार द्वारा शुरू किया गया अभियान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की हर घर तिरंगा, पहल का उद्देश्य लोगों को भारत की स्वतंत्रता के 75वें वर्ष पर राष्ट्रीय ध्वज फहराने के लिए प्रोत्साहित करना था। प्रेरणा से भरी हुई उत्साहित भीड़ तिरंगे का प्रदर्शन करते हुए सड़कों पर दिखाई दे रही थी। उस समय पूरे देश में झंडे का बुखार चढ़ा हुआ था और वह भी काफी हद तक। इस कदम की देशभर में गूंज हुई। इसके परिणामस्वरूप प्रत्येक भारतीय की अंतर्निहित देशभक्ति का पुनरुत्थान हुआ है। एक भावना जो दशकों से निष्क्रिय पड़ी थी।

मोदी की पहल की बदौलत हर भारतीय जो लायक था झंडे के लिए आगे बढ़ रहा था। महबूबा मुफ्ती ने तब भी सरकार के खिलाफ अपनी बातें कही थीं, उन्होंने सोशल मीडिया पर अपने प्रदर्शन चित्र के रूप में जम्मू-कश्मीर के पूर्ववर्ती राज्य ध्वज को लगाया। ऐसा करते समय उन्होंने भाजपा सरकार पर कश्मीरियों से उनका झंडा छीनने का आरोप लगाया। स्पष्ट संदर्भ अनुच्छेद 370 को निरस्त करने का था। केंद्र द्वारा 5 अगस्त, 2019 को जम्मू-कश्मीर को अलग झंडा देने वाले कानून को अन्य विशेष दर्जा वाले कानूनों के साथ रद्द कर दिया गया था।

प्रधानमंत्री मोदी की खामियां या शासन की विफलताएं जो भी हों, कोई भी इस बात से इन्कार नहीं कर सकता है कि वो अकेले ऐसे प्रधानमंत्री हैं जिन्होंने भारत के लोगों को यह विश्वास दिलाया है कि वो भारत के हैं और भारत उनका है। इसे देशभक्ति कहें, राष्ट्रवाद कहें या तिरंगे को पकड़ने और लहराने का रोमांच, भाजपा एक ऐसा उत्साह पैदा करने में सफल रही है जो शायद ही कभी महसूस किया गया हो। इसने भारतीयों को झंडे के साथ उठने-बैठने, अपनेपन की भावना और जुड़ाव महसूस कराया है, जैसा पहले कभी नहीं हुआ। यह मानना पड़ेगा की जब प्रदर्शन की बात आती है, चाहे वह राष्ट्रवाद हो या कोई अन्य इसे भाजपा से बेहतर कोई नहीं कर सकता।

यूपी में भाजपा क्यों सिमटी

राकेश कपूर
संसद से सड़क तक
kapurakesh@gmail.com

2024 के लोकसभा चुनावों में जिस तरह केन्द्र में सत्तारूढ़ पार्टी भाजपा के प्रत्याशियों को अपेक्षा के अनुरूप सफलता नहीं मिली है उसे लेकर पार्टी गंभीर चिन्तन व समीक्षा कर रही है उससे यह लगता है कि उत्तर प्रदेश में भाजपा के खिलाफ आम जनता में रोष था जिसकी वजह से राज्य में पार्टी की सीटें पिछले लोकसभा चुनावों के मुकाबले घट कर लगभग आधी रह गई। 2019 में भाजपा को उत्तर प्रदेश की 80 सीटों में से 62 सीटें मिली थी जबकि 2024 में यह संख्या घट कर लगभग आधी 33 सीटें की रह गई हैं। भाजपा आलाकमान इसका कारण जानना चाह रहा है। इसके लिए उसने अपनी राज्य शाखा के पदाधिकारियों को चुनाव क्षेत्रवार एक प्रश्न तालिका भेजी है। सवाल यह है कि क्या उत्तर प्रदेश को भाजपा अपना गढ़ मान कर चल रही थी जिसे भेदना विपक्ष के बूते से बाहर था?

उत्तर प्रदेश में 1952 से लेकर 2024 तक भाजपा का ग्राफ ऊपर-नीचे होता रहा है। 1996 से पहले के लोकसभा चुनावों में भाजपा की इस राज्य में सफलता सामान्य रही है । मगर 1989 के चुनावों में बोफोर्स तोप खरीदी मामले के चुनावी मुद्दा बन जाने पर भाजपा का अयोध्या में श्रीराम मन्दिर निर्माण आन्दोलन एक मुद्दा बन चुका था। इन चुनावों में स्व. विश्वनाथ प्रताप सिंह ने कांग्रेस से बगावत करके पृथक जनता दल पार्टी बना ली थी जिससे इस वर्ष के चुनावों में उसे पूरे उत्तर भारत में अच्छी सीटें मिली थी। जिनके बूते पर केन्द्र में इस पार्टी के नेतृत्व में ऐसी संयुक्त मोर्चा सरकार बनी थी जिसे भाजपा और वामपंथी दल दोनों सरकार से बाहर रहते हुए समर्थन कर रहे थे।

श्री राम मन्दिर आन्दोलन के चलते संयुक्त मोर्चा की वी.पी. सिंह सरकार से अपना समर्थन जब मंडल आयोग मुद्दे पर वापस लिया तो सिंह सरकार गिर गई और 1991 में पुन: चुनाव हुए क्योंकि इस बीच छह महीने के लिए जनता दल से ही अलग होकर स्व. चन्द्रशेखर ने कांग्रेस पार्टी के बाहर से समर्थन किये जाने पर अपनी अल्पमत सरकार बनाई। इस सरकार को कांग्रेस के दो सौ के लगभग सदस्यों का बाहर से समर्थन था परन्तु कांग्रेस ने छह महीने बाद ही अपना समर्थन वापस ले लिया जिसकी वजह से चन्द्रशेखर सरकार गिर गई और 1991 के लोकसभा चुनाव सम्पन्न हुए। भाजपा की असली ताकत इन्हीं चुनावों से बढ़नी शुरू हुई और 1996 के चुनावों में इस ताकत ने अपना भरपूर रंग बिखेरा। 1996 में भाजपा को कुल 167 सीटें मिली जिसमें उत्तर प्रदेश का जबर्दस्त हिस्सा था। मगर 1992 में अयोध्या राम जन्म भूमि स्थान पर बनी बाबरी मस्जिद को ढहा दिया गया था जिससे राम मन्दिर आंदोलन और उग्र हो गया और भाजपा की ताकत भी समानान्तर रूप से बढ़ती चली गई जिस पर 2009 के लोकसभा में जाकर अवरोध लगा। मगर 2014 के आते-आते राष्ट्रीय पटल पर जब भाजपा के गुजरात के नेता श्री नरेन्द्र मोदी का उदय हुआ तो उत्तर प्रदेश ने इन चुनावों ने भाजपा की झोली में 72 सीटें डाल दी जिससे नरेन्द्र मोदी प्रधानमन्त्री की कुर्सी पर बैठ सके।

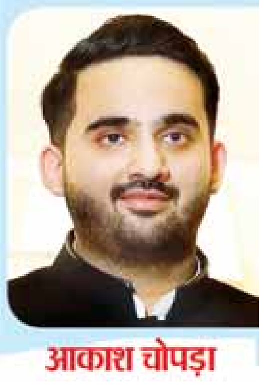
यदि यह कहा जाये कि 1991 से उत्तर प्रदेश भगवा रंग में रंगना शुरू हो गया तो कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी। मगर 2024 में इस पार्टी की ताकत को गहरा झटका क्यों लगा जबकि राज्य में भी भाजपा की ही सरकार काबिज है। सबसे पहले स्पष्ट होना चाहिए कि उत्तर प्रदेश बुनियादी तौर पर जनसंघ या भाजपा के साथ नहीं रहा हर चुनाव में फौरी मुद्दों के उछलने पर लोगों ने भाजपा के पक्ष या विरोध में वोट दिये। वर्तमान चुनावों में भाजपा की सीटें घटने का मुख्य कारण केवल चुनावी राजनैतिक विमर्श रहा है।

दूसरे यह भी सत्य है कि बुनियादी तौर पर इस प्रदेश के लोग साम्प्रदायिक सोच नहीं रखते हैं। 1967 के राज्य विधानसभा चुनावों के साथ जब लोकसभा के चुनाव भी हुए थे तो भाजपा को 425 सीटों के सदन में 99 सीटें मिली थी जो कांग्रेस की सीटों से लगभग आधी से भी कम थीं। उस समय कांग्रेस से विद्रोह करके चौधरी चरण सिंह ने संयुक्त विधायक दल की सरकार बनाई थी। यह सरकार भी कुछ महीने ही चली परन्तु इस दौरान चौधरी साहब ने अपनी अलग पार्टी भारतीय क्रान्ति दल बना ली थी और जब 1969 में राज्य में मध्यावधि चुनाव हुए तो भारतीय क्रान्ति दल कांग्रेस के बाद दूसरे नम्बर की पार्टी बन कर उभरी। जबकि भाजपा की ताकत 47 सीटों की रह गई। भाजपा को अकेले चौधरी साहब ने ही अपनी ग्रामीण राजनीति के जरिये हाशिये पर धकेल दिया। चौधरी साहब ने जात-पात के निरपेक्ष नया ग्रामीण अर्थव्यवस्था पर आधारित सामाजिक समीकरण बनाया जो उनके जीवन काल तक भलीभांति चलता रहा।

मनमोहन सरकार के कार्यकलापों व कांग्रेस के विभिन्न शक्ति केन्द्रों की मार्फत सरकार चलाने के खिलाफ नरेन्द्र मोदी व उनकी पार्टी ने जो मुहिम छेड़ी थी और राम मन्दिर निर्माण के पक्ष में जो वातावरण पहले से ही लालकृष्ण अडवानी बना कर गये थे उसने जादू जैसा असर किया था। मगर इन चुनावों में कांग्रेस नेता राहुल गांधी व समाजवादी नेता अखिलेश यादव ने जो राजनैतिक विमर्श भाजपा के एक पूंजीपतियों की समर्थक पार्टी होने का छोड़ा उसने जमीन पर असर किया मगर सबसे ज्यादा असर युवा वर्ग पर ही पड़ा जो बेरोजगारी से तंग था। अत: उस पर मन्दिर निर्माण हो जाने का असर भी नहीं पड़ा ।

उत्तर प्रदेश में भाजपा के सिकुड़ जाने का मूल कारण यही है। अग्निवीर योजना के साथ पूरे देश में रोजगार ठेके पर दिये जाने के खिलाफ लोगों का समर्थन राहुल- अखिलेश को मिला और धार्मिक पहचान के निरपेक्ष लोगों ने अपनी बुनियादी आवश्यकताओं को ध्यान में रख कर वोट दिया। यही वह विमर्श जिसे भाजपा पकड़ नहीं पाई इन मुद्दों से जनता का ध्यान हटाने में मग्न रही। मगर मध्य प्रदेश या ओडिशा में ऐसा नहीं हुआ। मन्दिर पूरा हो जाने से उसका विमर्श एक सीमा तक ही चल सकता था अत: लोगों ने रोजी-रोटी व के विमर्श और बढ़ती आर्थिक असमानता के मुद्दों पर ही ध्यान दिया। हार या कम सीटें आने का असली कारण यही है।

साल में दो बार दाखिले: अलग-अलग राय



आकाश चोपड़ा

2020 में नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति तैयार की गई थी। शिक्षा नीति के अनुरूप कई सुधार किए गए, कई बदलाव भी किए गए। अब अर्से से लंबित शिक्षा सुधारों को गति देने की तैयारी हो रही है। इस कड़ी में भारतीय उच्च शिक्षा आयोग का प्रस्ताव अब जल्द संसद की दहलीज तक पहुंच सकता है। इस संबंध में विधेयक को कैबिनेट में मंजूरी के लिए भेजने की तैयारी शिक्षा मंत्रालय की ओर से पूरी कर ली गई है। हालांकि कैबिनेट की मंजूरी और संसद में पेश करने के बाद भी सरकार इसे तुरंत पारित कराने की कोशिश नहीं करेगी, बल्कि सरकार का प्रयास होगा कि इसे संसदीय समिति के विचारार्थ भेजा जाए जिससे इसकी सूक्ष्मता के साथ स्क्रूटनी हो जाए। सरकार आयोग के गठन से पहले व्यापक विचार-विमर्श की प्रक्रिया पूरी कर लेना चाहती है।

नई राष्ट्रीय शिक्षा नीति के प्रावधानों के अनुरूप विद्यालयी शिक्षा से लेकर उच्च शिक्षा स्तर पर कई बदलाव किए जा रहे हैं। शिक्षा मंत्री ने सभी बदलावों को लेकर विभागीय स्तर पर मंथन शुरू कर दिया है। शिक्षा सुधारों को लेकर शिक्षाविदों और विशेषज्ञों में हमेशा राय बंटी हुई नजर आती है। जब भी कोई नया प्रयोग या नई पहल की जाती है तो उसके विरोध में भी स्वर सुनाई देते हैं। विश्वविद्यालय अनुदान आयोग ने हाल ही में विश्वविद्यालयों तथा उच्च शिक्षा संस्थानों को साल में दो बार दाखिला देने की अनुमति प्रदान कर दी है। एक बार जुलाई-अगस्त में और दोबारा जनवरी-फरवरी में। इस कदम का स्वागत किया जाना चाहिए क्योंकि इससे उन बच्चों को लाभ होगा जो परीक्षा के नतीजे आने में देरी होने, स्वास्थ्य कारणों या किसी निजी कारण से जुलाई-अगस्त में दाखिला नहीं ले पाते हैं। अब वे बिना एक साल इंतजार किए अपने पसंदीदा पाठ्यक्रम में दाखिला ले सकेंगे।

यूजीसी को उम्मीद है कि इस मॉडल को अपनाने से न केवल दाखिलों का अनुपात बेहतर होगा बल्कि अन्तर्राष्ट्रीय सहयोग और छात्रों के आदान-प्रदान की स्थिति में भी सुधार होगा जिससे वैश्विक स्तर पर प्रतिस्पर्धा में सुधार होगा। इससे भारत को अंतर्राष्ट्रीय शिक्षा मानकों के अनुरूप करने में मदद मिलेगी।

हालांकि साल में दो बार दाखिला देने की व्यवस्था को अनिवार्य

नहीं किया गया है और यह उचित ही है। यह विश्वविद्यालयों और उच्च शिक्षा संस्थानों को तय करना है कि वे नई व्यवस्था को अपनाना चाहते हैं या नहीं। कुछ विश्वविद्यालयों के बारे में खबर है कि वे अगले अकादमिक सत्र से इसे लागू करने पर विचार कर रहे हैं। बहरहाल यह आशंका भी है कि नई व्यवस्था को अपनाने वाले उच्च शिक्षा संस्थानों को कई तरह की दिक्कतें भी हो सकती हैं। कई शिक्षक संगठनों का यह कहना है कि यूनिवर्सिटीज में पहले से ही लैब, क्लास रूम, फंड और प्रोफैसरों की कमी है। ऐसे में फैसला लागू होता है तो शिक्षा की गुणवत्ता पर असर पड़ेगा। यह फैसला सिर्फ ग्रॉसो, एनरोलमेंट अनुपात ही बढ़ाएगा। दो बार एडमिशन ग्लोबल प्रैक्टिस भी नहीं है। फंड में कटौती और शिक्षकों की कमी के बीच दो सेशन को साथ-साथ चलाना इसलिए भी मुश्किल है कि संस्थानों के पास न बुनियादी ढांचा है और न ही मेन पॉवर। यह स्पष्ट नहीं है कि ये छात्र-छात्राएं सामान्य बैच और उनके अकादमिक कैलेंडर के साथ तालमेल बिठा सकेंगे या नहीं या फिर क्या उन्हें अपने अकादमिक कैलेंडर के साथ एक नई शुरूआत का अवसर मिलेगा।

दूसरी तरफ साल में दो बार दाखिले को लेकर समर्थन करने वाले प्रोफैसरों का कहना है कि जब दुनियाभर में संध्याकालीन और रात्रि में भी कक्षाएं लगाई जा सकती हैं तो भारत में भी ऐसा हो सकता है। जहां तक बुनियादी ढांचे का सवाल है, यह मुद्दा तो है लेकिन हमेशा ऐसे सवालों को लेकर नए प्रयोग रोके नहीं जाने चाहिए। देश की उच्च शिक्षा व्यवस्था शिक्षकों की संख्या और गुणवत्ता दोनों में कमी की शिकार है। अधिकांश सरकारी संस्थानों का बुनियादी ढांचा भी बहुत अच्छा नहीं है। उनकी कक्षाएं बहुत भीड़ भरी हैं, वे हवादार नहीं हैं और साफ-सफाई की भी दिक्कत है। छात्रावासों की स्थिति भी बहुत संतोषजनक नहीं है।

साल में दो बार दाखिलों की प्रक्रिया शुरू करने और दो सत्र साथ-साथ चलाने के लिए शिक्षा संस्थानों को भारी-भरकम बजट की जरूरत होगी। उम्मीद की जानी चाहिए कि तीसरी बार सत्ता में आई मोदी सरकार जुलाई में पेश किए जाने वाले पूरक बजट में शिक्षा के लिए धन का आवंटन बढ़ाएगी और साथ ही शिक्षा की गुणवत्ता सुधारने के लिए और आवश्यक कदम उठाएगी। निजी क्षेत्र के शिक्षा संस्थान साल में दो सैमिस्टर चलाने में सक्षम हो सकते हैं। हो सकता है कि उन्हें अन्तर्राष्ट्रीय विश्वविद्यालयों के साथ साझेदारी का भी मौका मिल जाए। जो निजी शिक्षा संस्थान वर्ष में दो बार दाखिला देने की व्यवस्था कर सकते हैं उन्हें इसकी शुरूआत कर ही देनी चाहिए। सरकारी विश्वविद्यालयों को दाखिले के अलावा शिक्षकों और बुनियादी ढांचे की व्यवस्था में भी सुधार करना होगा तभी वे बेहतर नतीजे पा सकेंगे।

जद-यू सांसद पर शिकायत दर्ज

मजफ्फरपुर, (भाषा): बिहार के मुजफ्फरपुर जिले की एक अदालत में पड़ोसी जिला सीतामढ़ी से नवनिर्वाचित जदयू सांसद देवेश चंद्र ठाकुर के विवादित बयान को लेकर उनके खिलाफ गुरुवार को शिकायत दर्ज की गई है।

मुजफ्फरपुर के एक सामाजिक कार्यकर्ता दिलीप कुमार कुशवाहा ने मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी की अदालत में ठाकुर के खिलाफ उक्त परिवाद पत्र दायर कराया। ठाकुर ने हाल ही में उन समुदायों का काम नहीं करने की बात कही थी जिन्होंने कथित तौर पर लोकसभा चुनाव में उनके प्रतिद्वंद्वियों को वोट दिया था।

कुशवाहा के अधिवक्ता हरिओम कुमार ने कहा-अदालत ने हमारे मामले पर सुनवाई की तारीख दो जुलाई तय की है। हमने प्रार्थना की है कि आरोपी सांसद पर कुशवाहा समुदाय, मुसलमानों और यादवों की भावनाओं को ठेस पहुंचाने के लिए मामला दर्ज किया जाए। उन्होंने कहा कि सांसद ने अफसोस जताया था कि कुशवाहा समुदाय ने ''राजग मतदाता होने के बावजूद उनके राजद प्रतिद्वंद्वी को सिर्फ इसलिए वोट दिया क्योंकि विपक्षी दल ने समुदाय के कई लोगों को मैदान में उतारा था।''

दिल्ली आर.एन.आई. नं. 40474/83
पंजाब केसरी
दिल्ली कार्यालय :
फोन आफिस: 011-30712200, 45212200,
प्रसार विभाग: 011-30712224
विज्ञापन विभाग: 011-30712229
सम्पादकीय विभाग: 011-30712292-93
मैगजीन विभाग: 011-30712330
फैक्स : 91-11-30712290, 30712384, 011-45212383, 84
Email: Editorial@punjabkesari.com
स्वत्वाधिकारी दैनिक समाचार लिमिटेड, 2-प्रिंटिंग प्रेस कॉम्पलैक्स, नजदीक वजीरपुर डीटीसी डिपो, दिल्ली-110035 के लिए मुद्रक, प्रकाशक तथा सम्पादक अनिल शारदा द्वारा पंजाब केसरी प्रिंटिंग प्रेस, 2-प्रिंटिंग प्रेस कॉम्पलैक्स, वजीरपुर, दिल्ली से मुद्रित तथा 2, प्रिंटिंग प्रेस कॉम्पलैक्स, वजीरपुर, दिल्ली से प्रकाशित।

हिन्दुस्तान
1936
सत्य • सार्थक • सदैव

आरक्षण और अदालत

न्यायालय ने फिर एक बार आरक्षण की सीमा के प्रति अपना जो फैसला सुनाया है, उस पर बहस ही नहीं, बल्कि राजनीति भी तेज हो सकती है। यह एक बड़ा बदलाव है कि पटना उच्च न्यायालय ने गुरुवार को राज्य में सरकारी नौकरियों और उच्च शिक्षण संस्थानों में पिछड़े वर्गों, अनुसूचित जातियों और अनुसूचित जनजातियों के लिए आरक्षण सीमा 50 प्रतिशत से बढ़ाकर 65 प्रतिशत करने की बिहार सरकार की अधिसूचना को रद्द कर दिया है। अदालत ने आरक्षण में वृद्धि की सांविधानिकता को चुनौती देने वाली याचिकाओं की सुनवाई करते हुए यह फैसला सुनाया है। याचिकाकर्ताओं का तर्क था कि राज्य सरकार द्वारा आरक्षण सीमा में की गई वृद्धि उसके विधायी अधिकार से अधिक है। पटना उच्च न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश के विनोद चंद्रन की अध्यक्षता वाली खंडपीठ ने बिहार सरकार को फिर सोचने और नए कदम उठाने के लिए प्रेरित किया है। अदालत दृढ़ है कि कुल आरक्षण की सीमा 50 प्रतिशत से अधिक नहीं होनी चाहिए।

गौरतलब है कि पिछले नवंबर में बिहार सरकार ने दो आरक्षण विधेयकों के लिए एक गजट अधिसूचना जारी की थी। एक अधिसूचना से सरकारी सेवाओं में रिक्तियों को भरने के लिए आरक्षण कोटा को 50 प्रतिशत से बढ़ाकर 65 प्रतिशत कर दिया गया। ठीक ऐसी ही बढ़ोतरी एससी, एसटी, ईबीसी और ओबीसी के लिए शैक्षणिक संस्थानों में प्रवेश के लिए की गई। इसके अलावा, आर्थिक रूप से कमजोर वर्गों (ईडब्ल्यूएस) के लिए अतिरिक्त 10 प्रतिशत आरक्षण को मिला दें, तो बिहार में कुल आरक्षण की सीमा 75 प्रतिशत तक पहुंच जाती। हालांकि, अब बिहार सरकार को परेशानी उठानी पड़ेगी, ज्यादा आरक्षण देने की उसकी कोशिशों पर अंकुश लग गया है। एक छोटी सी जमात ऐसी है, जो आरक्षण या आरक्षण की सीमा बढ़ाने के पक्ष में नहीं है, पर जिस हिसाब से लोगों की महत्वाकांक्षा और जरूरतें बढ़ी हैं, उस हिसाब से आरक्षण की सीमा बढ़ाना ज्यादातर राज्य सरकारों के लिए मजबूरी बनता जा रहा है। अनेक राज्यों में आरक्षण की नई मांग हो रही है। विरोध-प्रदर्शन तक किए जा रहे हैं, अतः आरक्षण की राजनीति करने वालों के लिए यह समय अनुकूल है, पर जरूरत राजनीति से ऊपर उठकर देखने की है।

इंदिरा साहनी बनाम भारत संघ के मामले में 50 प्रतिशत की अधिकतम आरक्षण सीमा तय की गई थी, पर अब उससे आगे बढ़ने की जरूरत है।

दरअसल, आरक्षण के इस पूरे विवाद को विस्तार से समझने और सुलझाने की जरूरत है। न्याय की दहलीज पर आरक्षण के कुछ फैसले बार-बार ठिठक क्यों जाते हैं? बिहार, महाराष्ट्र जैसे राज्यों में आरक्षण की सीमा बढ़ाने में समस्या है, पर तमिलनाडु में सीमा पार जाकर आरक्षण दिया जा रहा है। आरक्षण जरूर होना चाहिए और उसमें एकरूपता भी होनी चाहिए। राज्यों में बहुत अलग-अलग आरक्षण सीमा उचित नहीं है। जहां तक संविधान में समानता के मौलिक अधिकार के उल्लंघन का प्रश्न है, तो उसे आरक्षण के संदर्भ में नहीं उठाना चाहिए। जहां भी जरूरत है, आरक्षण जरूर मिले, पर उसके नियमों में एकरूपता हो। परिस्थिति विशेष में इंदिरा साहनी बनाम भारत संघ के मामले में 50 प्रतिशत की अधिकतम आरक्षण सीमा तय की गई थी, पर अब उससे आगे बढ़ने की जरूरत है। अगर राज्य सरकारों को आरक्षण बढ़ाने का अधिकार नहीं है, तो केंद्र सरकार ही आगे बढ़कर जरूरी कानूनों में संशोधन करे, ताकि अदालतों में आरक्षण की सीमा पर सवाल की नौबत न आए।

हिन्दुस्तान Hindustan | 75 साल पहले 21 जून 1949

चंद्रनगर का निर्णय

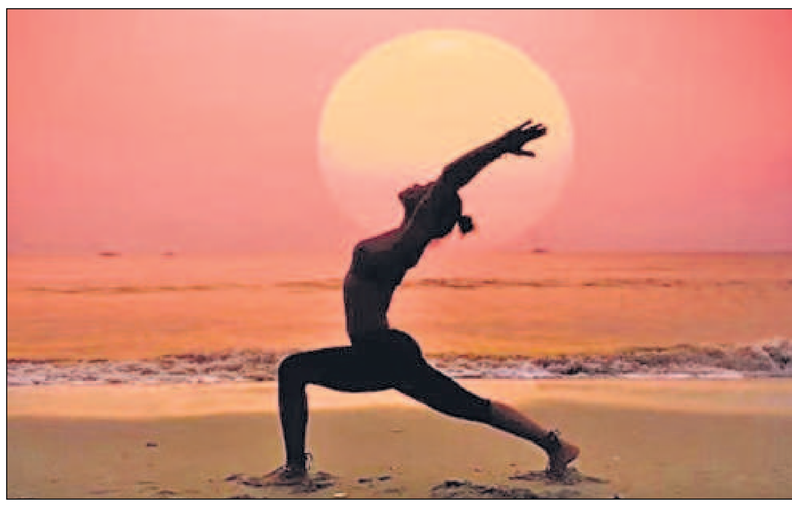
ब्रिटिश पराधीनता से मुक्ति के बाद भी हमारे देश की कुछ बस्तियां ऐसी हैं, जिन पर विदेशी राज्य है। इनमें गोवा पुर्तगाल के अधीन है और चंद्रनगर, पाण्डुचेरी, माही, कारीकल व यनाम फांस के। जब तक ये भी विदेशी शासन से मुक्त होकर हमारे साथ न हो जायें, हमें निश्चिन्तता नहीं हो सकती। अतः स्वतंत्रता के बाद ही राजनीतिक रूप से हमारी सरकार ने इनकी मुक्ति के लिए प्रयत्न आरम्भ किया। चंद्रनगर में रविवार १९ जून को हुआ जनमत संग्रह उसी का परिणाम है और यह शुभ शकुन है कि जनमत का निर्णय हमारे अनुकूल हुआ है।

फ्रांस के आधीन पांच बस्तियों में से पाण्डुचेरी, माही, कारीकल और यनाम दक्षिण भारत में हैं तथा पांचवीं चंद्रनगर कलकत्ता के पास। चंद्रनगर कलकत्ता से कोई २२ मील पर है और एक तरह कलकत्ता महानगरी का एक उपनगर ही है। जनसंख्या इसकी लगभग ५०,००० और मतदाताओं की संख्या कोई १२,००० है। क्षेत्रफल इसका लगभग तीन वर्गमील है। सन् १६८८ ई. में फ्रांसीसियों ने इसे जीता था और नेपोलियन कालीन युद्धों के समय अस्थायी रूप से यह कभी अंग्रेजों के और कभी फ्रांसीसियों के आधीन रहा परन्तु १८१६ ई. से इस पर फ्रांस का ही आधिपत्य है। हिन्दुस्तान की आजादी के बाद वस्तु-स्थिति का तकाजा था कि इन छोटी-मोटी बस्तियों पर से भी विदेशी आधिपत्य का अन्त हो जाये। चंद्रनगर के जनमत ने उसका रास्ता बता दिया है और हमें उम्मीद है कि अन्य स्थान भी उसका ही अनुकरण करेंगे।

चंद्रनगर के जनमत के बारे में यह उल्लेखनीय है कि जो तटस्थ निरीक्षक यहां बुलाये गये उन्हें हमारे देश ने मान्यता नहीं दी थी, क्योंकि हमारे देश की पूर्व-स्वीकृति उनके बारे में नहीं ली गई थी; फिर भी यह मानना होगा कि जनमत शान्ति के साथ हुआ है और उससे उस पक्ष का कथन सत्य सिद्ध हुआ है, जो इसे भारत के साथ मिलाने पर जोर देता था। १२००० में से ७६०८ मत पड़ना बताता है कि ५० प्रतिशत से अधिक ने मत दिये और मतदान में केवल ११४ का फ्रांस के पक्ष में तथा ७४७३ का भारत के पक्ष में मत देना इस बात का परिचायक है कि हमारी इन बस्तियों के निवासी भी भारत को ही अपना मातृदेश मानते हैं।

पूरब से पश्चिम तक सबके लिए योग

योग कोई धर्म संप्रदाय नहीं है, बल्कि सार्वभौमिक रूप से उपयोगी विज्ञान है। यह समग्र धर्म-दर्शन को व्यावहारिक अनुभव में बदलकर लाभ देता है। योग दिवस विशेष :



यहां स्कैन करें

परमहंस योगानंद | प्रसिद्ध योगी और चिंतक

योग आत्मा का परमात्मा के साथ पुनर्मिलन करने के लिए वैज्ञानिक विधियों की एक प्रणाली है। हम परमात्मा से यहां आए हैं और हमें उनके पास पुनः जाना है। हमें लगता है कि हम अपने परमपिता से पृथक हो गए हैं और हमें चेतन रूप से उनके साथ पुनः एक होना है। योग हमें इस वियोग के भ्रम से ऊपर उठने और ईश्वर के साथ एकत्व अनुभव करने की विधि सिखाता है।

कवि मिल्टन ने इस विषय पर लिखा था कि कैसे मनुष्य की आत्मा पुनः अपने आनंदधाम को प्राप्त कर सकती है। यही योग का उद्देश्य और लक्ष्य है, आत्मा की चेतना के खोए हुए आनंदधाम को पुनः प्राप्त करना, जिसके द्वारा मनुष्य जानता है कि वह परमात्मा के साथ एक है और सदा एक ही रहा है।

योग सच्चे धर्म का विज्ञान है। विश्व के विभिन्न धर्म न्यूनाधिक रूप से मनुष्य के विश्वासों पर टिके हैं, परंतु धर्म का सच्चा आधार विज्ञान होना चाहिए, ताकि सभी भक्तजन हमारे एकमात्र परमपिता-ईश्वर तक पहुंचने के लिए उसे प्रयोग कर सकें। योग ही वह विज्ञान है। इस धर्म के विज्ञान का अभ्यास अत्यावश्यक है।

विभिन्न हठधर्मी मतों पर आधारित धर्मों ने मानव-जाति को विभाजित करके रखा है, यद्यपि जीसस ने संकेत किया था, 'यदि किसी के घर में फूट पड़ जाए, तो वह घर बस नहीं सकता'। विभिन्न धर्मों में एकता तभी हो सकती है, जब अनेक धर्मों का पालन करने वाले लोग अपने अंतर्वासी ईश्वर से वास्तव में अवगत हो जाएं। तब ईश्वर के पितृत्व की छत्रछाया तले मनुष्य का सच्चा भाईचारा विकसित होगा।

संसार के सभी महान धर्म ईश्वर को पाने की तथा मनुष्यों में आपसी भाईचारे की आवश्यकता का उपदेश देते हैं और सभी की एक नैतिक संहिता है, जैसे कि ईसाई धर्म के दस धर्मादेश, तो फिर पारस्परिक मतभेद कौन पैदा करता है? यह व्यक्तियों के मन का कट्टरपन है। हम धर्म के अंधविश्वासों पर एकाग्रचित होकर नहीं, बल्कि वास्तविक आत्म-ज्ञान द्वारा ईश्वर तक पहुंच सकते हैं। जब व्यक्तियों को विभिन्न धर्मों के मूल में स्थित सार्वजनीन सत्यों का बोध हो जाता है, तब धर्म सिद्धांतों की अधिक कठिनाइयां नहीं होंगी। मेरे लिए कोई यहूदी नहीं है, न कोई ईसाई है और न ही कोई हिंदू है; सब मेरे भाई हैं। मैं सभी मंदिरों में पूजा करता हूं, क्योंकि उनमें से प्रत्येक मेरे परम पिता के सम्मान में बनाया गया है।...

पूर्व एवं पश्चिम वासियों को ईश्वर के घरों में संकीर्ण विभाजनों को सदा के लिए समाप्त कर देना चाहिए। योग द्वारा आत्मानुभूति प्राप्त करते ही सब व्यक्ति यह जान जाएंगे कि वे सब एक ही परमपिता की संतान हैं।

एक अंधा दूसरे अंधे का मार्गदर्शन नहीं कर सकता। परमात्मा का वह एकत्व उन महान पुरुषों में व्यक्त होता है, जिन्होंने आत्मानुभूति प्राप्त कर ली है। केवल एक गुरु (सिद्ध पुरुष), जो ईश्वर को जानता है, दूसरों को सही ढंग से ईश्वर के प्रति शिक्षा दे सकता है। व्यक्ति को अपनी दिव्यता को पुनः पाने के लिए एक ऐसा ही सद्गुरु चाहिए।...

हिंदू गुरुजन शिक्षा देते हैं कि गहन ज्ञान प्राप्त करने के लिए व्यक्ति को अपनी दृष्टि सर्वज्ञ दिव्य नेत्र पर एकाग्र करनी चाहिए। गहनता से मन एकाग्र करते समय योगाभ्यास न करने वाला भी अपने ललाट के भ्रूमध्य बिंदु को सिकोड़ता है और वही गोलाकार दिव्य नेत्र का केंद्र (कूटस्थ) तथा आत्मा के अंतर्ज्ञान का केंद्र भी है। वही वास्तविक 'क्रिस्टल बॉल' है, जिसमें ब्रह्माण्ड के रहस्यों को जानने के लिए योगी अपनी दृष्टि को एकाग्र करता है। जो अपनी एकाग्रता में पर्याप्त गहराई तक जाते हैं, वे उस 'तीसरे' नेत्र को भेदकर ईश्वर के दर्शन करेंगे।...योग का अभ्यास अंतर्ज्ञान के दिव्य नेत्र को खोलने में जिज्ञासुओं की सहायता करता है।...

ईश्वर का बोध सर्वप्रथम व्यक्ति को अपने देह-मंदिर में करना चाहिए। प्रत्येक साधक को प्रतिदिन अपने विचारों को अनुशासित करना चाहिए और अपनी भक्ति के वनफूलों को अपनी आत्मा की वेदी पर समर्पित करना चाहिए। जो ईश्वर को अपने अंतर में पा लेगा, वह जिस भी मंदिर अथवा चर्च में प्रवेश करेगा, वही प्रभु की उपस्थिति को अनुभव कर पाएगा।

योग धर्म-दर्शन को व्यावहारिक अनुभव में बदल देता है। योग मनुष्य को सभी धर्मों में सत्य का बोध करने के योग्य बना देता है। ...यदि किसी प्रार्थना को बोलते समय व्यक्ति अपने मन की पृष्ठभूमि में किसी अन्य वस्तु का विचार कर रहा होता है, तो वह प्रार्थना सच्ची नहीं है और ईश्वर उसे अनसुना कर देते हैं। योग सिखाता है कि परमपिता को पाने के लिए सर्वप्रथम यह आवश्यक है कि उन्हें पूरे मन के साथ अपनी एकलक्षित एकाग्रता के साथ खोजा जाए।

योग सबके लिए है। कुछ लोग कहते हैं कि योग का अभ्यास करने में हिन्दू ज्यादा अभ्यस्त होते हैं तथा योग पाश्चात्य लोगों के अनुकूल नहीं है। यह सत्य नहीं है। ...योग कोई धर्म संप्रदाय नहीं है, बल्कि एक सार्वभौमिक रूप से उपयोगी विज्ञान है, जिसके द्वारा हम अपने परमपिता को पा सकते हैं। योग प्रत्येक व्यक्ति के लिए है, चाहे वह पश्चिम का हो या पूर्व का। कोई यह नहीं कह सकता कि टेलीफोन पूर्व के लोगों के लिए नहीं है, क्योंकि इसका आविष्कार पश्चिम में हुआ है। इसी प्रकार, योग की प्रविधियां, यद्यपि पूर्व में विकसित हुई हैं, तथापि वे केवल पूर्व के लिए नहीं हैं, बल्कि समस्त मानव-जाति लिए उपयोगी हैं।

कोई व्यक्ति चाहे भारत में पैदा हुआ हो या अमेरिका में, एक दिन उसे मरना ही है। तब संत पॉल की भांति, ईश्वर के ध्यान में 'प्रतिदिन मरना' क्यों न सीखे? योग इसकी विधि सिखाता है।

मनुष्य अपने भौतिक शरीर में एक कैदी की भांति रहता है; जब उसकी अवधि पूरी हो जाती है, वह बाहर निकाल दिए जाने के अपमान को भोगता है। इसलिए देह का मोह, कारागार के मोह से अधिक और कुछ नहीं है। लंबे समय से शरीर में रहने के कारण हम भूल गए हैं कि सच्ची स्वतंत्रता का अर्थ क्या है। पाश्चात्य होना स्वतंत्रता को न खोजने का कोई बहाना नहीं है। प्रत्येक मनुष्य के लिए यह अति आवश्यक है कि वह अपनी आत्मा को खोजे और अपनी अमर प्रकृति को जाने। योग इसका रास्ता दिखाता है। ...योग सिखाता है कि आत्मा को परमात्मा तक पहुंचने के लिए वापस चेतना की सीढ़ियां अवश्य चढ़नी होंगी।

(विदेश गए शुरुआती योग गुरुओं में शुमार परमहंस योगानंद के 1944 के एक प्रवचन से साभार)

परीक्षाओं को ऐसे बदलिए कि परीक्षार्थियों के साथ न्याय हो

यहां स्कैन करें

अनुराग बेहर | सीईओ, अजीम प्रेमजी फाउंडेशन

भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान (आईआईटी) जैसे कॉलेजों को गुमान है कि वे सर्वश्रेष्ठ हैं। उनका यह दंभ इसलिए पोषित होता रहा है, क्योंकि उनको 'सर्वश्रेष्ठ' छात्र मिलते हैं। यहां सर्वश्रेष्ठ का खास अर्थ है। ये वैसे छात्र होते हैं, जो कड़ी मेहनत करते हैं, अपने लक्ष्य को लेकर संकल्पित रहते हैं और कुछ खास परीक्षाओं या माहौल के लिए अच्छी तरह अनुकूलित होते हैं। ये तीनों क्षमताएं उन्हें दूसरों से बेहतर बनाती हैं। हालांकि, जीवन के लिए जरूरी क्षमताओं का ये बहुत मामूली हिस्सा होती हैं।

इन कॉलेजों में दाखिला प्रतियोगी परीक्षा के जरिये होता है, जिसमें छात्रों को रैंक दी जाती है, जिसके कारण कुछ हजार परीक्षार्थी प्रवेश पाते हैं और लाखों 'खारिज' कर दिए जाते हैं। हालांकि, इसका यह अर्थ नहीं है कि जिनको दाखिला नहीं मिला, वे अच्छी शिक्षा के हकदार नहीं हैं। बात सिर्फ इतनी होती है कि इन कॉलेजों के पास पर्याप्त सीटें नहीं हैं। उनके पास सीटें होतीं, तो काफी छात्रों को दाखिला मिल सकता था, क्योंकि तब प्रवेश इस आधार पर मिलता कि छात्रों में उस शैक्षणिक विषय में हिस्सा लेने और उसका लाभ उठाने की जरूरी क्षमता है या नहीं। जाहिर है, अभी जो कथित प्रतियोगी परीक्षाएं हो रही हैं, वे छात्रों को चुनने के बजाय उन्हें छांटने की कवायद अधिक करती हैं। इससे जुड़े तीन और मुद्दे हैं। पहला, इन परीक्षाओं से परीक्षार्थियों में रचनात्मकता, गहरी वैचारिक समझ और उनके प्रयोग जैसी जीवन के लिए जरूरी क्षमताओं का आकलन नहीं किया जा सकता। दूसरा, ये परीक्षाएं परीक्षार्थियों व उनके परिजनों और इस रेस में भाग न लेने वाले छात्रों के बीच सामाजिक, मानसिक और आर्थिक समस्याओं का एक बड़ा कारक बनती हैं और तीसरा, इनमें रैंक योग्यता को प्रतिबिंबित नहीं करते, क्योंकि दोबारा परीक्षा में किसी छात्र की रैंक ऊपर भी उठ सकती है।

अभी जो प्रतियोगी परीक्षाएं हो रही हैं, वे अभ्यर्थियों को चुनने के बजाय उन्हें छांटने की कवायद अधिक करती हैं।

इन सभी समस्याओं को देखते हुए क्या हम चयन का कोई बेहतर तरीका सोच सकते हैं? हमें दरअसल मूल्यांकन के ऐसे तरीके इस्तेमाल करने होंगे, जो क्षमताओं का अधिक गहराई से मूल्यांकन कर सके। कुछ बोर्ड परीक्षाओं को बेहतर बनाया भी जा रहा है। इसमें योग्यता का बुनियादी मानक तय किया जा सकता है, जो बताएगा कि छात्र के पास उस शिक्षा कार्यक्रम में शामिल होने व सीखने की कितनी क्षमता है, जिसमें वह दाखिला लेना चाहता है। इन योग्यताओं के साथ पास होने वाले सभी छात्र इन सस्थानों में प्रवेश के लिए पात्र माने जाएंगे। उदाहरण के लिए, इन मानदंडों के तहत चार विषयों में न्यूनतम 70 फीसदी अंक निर्धारित है और यदि 10,000 छात्रों के पास यह योग्यता है, जबकि सीटें सिर्फ 2,000 हैं, तो यादृच्छिक तरीके से, यानी बिना किसी तय मानक के बच्चों का चयन किया जाएगा। ऐसे में, यह संयोग की बात होगी कि किसे कौन सा कॉलेज मिलता है।

सवाल है, इससे हमें क्या हासिल होगा? पहला, यह छात्रों-अभिभावकों पर दबाव कम करेगा। उन्हें केवल 'क्वालिफाइंग' नंबर लाना सुनिश्चित करना होगा, जिसके बाद उनको पता होगा कि सब कुछ संयोग पर निर्भर है। इस तरह, परीक्षा में छंट जाने का कोई दबाव उन पर नहीं रहेगा। इससे उनका मानसिक, सामाजिक और आर्थिक तनाव भी काफी हद तक घट जाएगा। दूसरा, चूंकि इन परीक्षाओं में मौजूदा परीक्षाओं की तरह क्षमताओं के सीमित हिस्से का मूल्यांकन नहीं होगा, इसलिए इससे हमारी शिक्षा को बेहतर बनाने में मदद मिलेगी, क्योंकि शैक्षणिक उद्देश्यों का संकीर्ण होना कुछ अर्थों में समाज को भी संकीर्ण बनाता है। और तीसरा, इसे लागू करने के बाद कथित सर्वश्रेष्ठ कॉलेजों की पड़ताल इस कसौटी पर होगी कि उनकी शिक्षा वास्तव में कितनी अच्छी है।

निस्संदेह, इससे उस संख्या पर कोई फर्क नहीं पड़ेगा, जिनको आज कम सीट होने के कारण बढ़िया कॉलेजों में दाखिला नहीं मिल पाता, पर हालात आज से बेहतर होंगे, क्योंकि उन्हें पता होगा कि वे संयोगवश चूक गए, जबकि आज उनके मन में अयोग्य होने संबंधी धारणा घर कर जाती है। वैसे, इस मसले का असली हल तभी संभव है, जब उच्च गुणवत्ता वाले शिक्षण संस्थान पर्याप्त संख्या में खोले जाएं। मगर इसमें वक्त लगेगा, तब तक हमें इन तरीकों की ही पड़ताल करनी चाहिए।

(ये लेखक के अपने विचार हैं)

मनसा वाचा कर्मणा

संगीत में अध्यात्म

भारतीय संस्कृति में नृत्य, संगीत या अन्य कोई भी काम केवल मनोरंजन की श्रेणी में नहीं आता था, यह एक आध्यात्मिक प्रक्रिया भी थी। भारतीय शास्त्रीय संगीत में ध्वनि, राग व धुन आदि को ऐसे रचा गया है कि अगर आप उनमें पूरी तरह से तल्लीन होना सीख लें, तो ध्यानावस्था को पा सकते हैं। अगर आप शास्त्रीय संगीत में गहराई से जुड़े किसी व्यक्ति को देखें, तो आपको वह किसी संत सा दिखेगा। संगीत ऐसी ध्वनियों का संयोजन मात्र नहीं, जिनका किसी ने आविष्कार किया हो। मनोरंजन जीवन की प्रवृत्ति नहीं थी। सब कुछ चेतना के उच्चतम स्तर तक जाने का साधन मात्र था।

अगर आप किसी चीज से बहुत ज्यादा जुड़ाव महसूस करते हैं, तो आध्यात्मिक प्रक्रिया खुल जाती है। आध्यात्मिक प्रक्रिया क्या है? अगर आप सतह को खरोंचते हैं, तो इसे 'भौतिक' कहा जाता है। अगर आप थोड़ा और गहराई से खरोंचते हैं, तो इसे 'आध्यात्मिक' कहा जाता है। आप संगीत बजा सकते हैं और आध्यात्मिक बन सकते हैं। पर अगर आप बिना किसी भागीदारी के सही संगीत बजाते हैं, तो आप ऐसा नहीं कर सकते। आप पूरी तरह से शामिल हैं, तभी कुछ सार्थक संगीत बना सकते हैं। उस भागीदारी में आपके लिए दरवाजे खुलने चाहिए। कोई दूसरा रास्ता नहीं है।

एक नया संगीतकार, जिसने अभी-अभी गिटार बजाना सीखा था, संगीत बजाना चाहता था। उसे मंच और श्रोता नहीं मिल रहे थे, पर वह कहीं बजाना चाहता था। उसके इरादे अच्छे थे, इसलिए वह वृद्धाश्रम गया। वहां एक बूढ़ा व्यक्ति बहुत बीमार था और बिस्तर पर पड़ा था। वादक उसके पास जाकर बैठ गया और आधे घंटे तक उसके आगे गिटार बजाया। जब उसे लगा कि उसने पर्याप्त योगदान दे दिया, तो वह उठा और बूढ़े व्यक्ति की ओर देखते हुए कहा, 'आशा है, आप ठीक हो जाएंगे।' बूढ़े व्यक्ति ने उसे इशारे से अपने करीब बुलाया और लगभग फुसफुसाते हुए कहा, 'मुझे आशा है कि तुम भी ठीक हो जाओगे!'

आध्यात्मिक प्रक्रिया जीवन के किसी खास पहलू से जुड़ी नहीं है। या तो हर एक अणु एक द्वार है या फिर आपके लिए कुछ भी नहीं खुलता। आध्यात्मिक प्रक्रिया ऐसी गतिविधियां हैं, जो बिना भागीदारी के नहीं की जा सकतीं। इसी वजह से इनको आध्यात्मिक प्रक्रिया के रूप में पहचाना गया है। अन्यथा, इसके लिए किसी चीज की जरूरत नहीं है। अगर आप यहां पूरी तरह से शामिल होकर बैठ सकते हैं, इस हद तक शामिल कि आप हैं ही नहीं; अगर आप जो भी गतिविधि करते हैं, उससे एक खाली द्वार बन जाता है, तो सब कुछ एक आध्यात्मिक प्रक्रिया है, अन्यथा कुछ भी आध्यात्मिक प्रक्रिया नहीं है।

भारतीय शास्त्रीय संगीत में ध्वनि, राग व धुन आदि को ऐसे रचा गया है कि अगर आप उनमें पूरी तरह से तल्लीन होना सीख लें, तो ध्यानावस्था को पा सकते हैं।

सद्गुरु जग्गी वासुदेव

धर्मेंद्र प्रधान | केंद्रीय शिक्षा मंत्री

नालंदा विश्वविद्यालय के नए परिसर का उद्घाटन हमारी शैक्षणिक विरासत और खोई हुई महिमा को फिर से हासिल करने और भारत को वैश्विक शिक्षण केंद्र के रूप में स्थापित करने की दिशा में एक और ऐतिहासिक क्षण है।

परीक्षाओं की शुचिता पर उठते सवाल

राष्ट्रीय परीक्षा एजेंसी, यानी एनटीए द्वारा आयोजित यूजीसी-नेट परीक्षा के रद्द होने पर गुस्सा भी है और आश्चर्य भी। किसी भी परीक्षा के लिए एनटीए आमतौर पर जो व्यवस्थाएं करती है, वे काफी सख्त होती हैं। मसलन, अभ्यर्थियों को अपनी कलम तक ले जाने की छूट नहीं होती, मोबाइल तो भूल जाइए। हालांकि, नेट परीक्षा में पारदर्शी कलम ले जाने की अनुमति दी गई थी। मोटे तले वाले जूते पहनने की मनाही की जाती है। घड़ी, टोपी, गमछा और स्कार्फ आदि नहीं पहनना है। बेल्ट और मेटल की कोई वस्तु परीक्षा कक्ष में नहीं ले जा सकते। पानी की बोतल पारदर्शी होनी चाहिए। सभी परीक्षार्थियों की बायोमेट्रिक जांच के उपरांत ही एंट्री होती है। पेपर और ओएमआर शीट का सीरियल मैच किया जाता है। दो-दो बार हस्ताक्षर करने होते हैं। 30 मिनट पहले परीक्षा केंद्र का गेट बंद कर दिया जाता है। प्रश्न-पत्र के पैकेट की सील क्लास में ही काटी जाती है। और, अमूमन दो निरीक्षक परीक्षा भर, यानी तीन घंटे तक लगातार क्लास में घूमते रहते हैं। दुर्भाग्यपूर्ण है कि इतनी सख्त व्यवस्था के बाद भी परीक्षा का प्रश्न-पत्र लीक हो जाता है। ऐसे में, कुछ सवाल स्वाभाविक ही उठ खड़े होते हैं। क्या अधिकारियों की मिलीभगत के बिना पेपर-लीक संभव है? या प्रश्न-पत्र सुरक्षित रखने की जिनकी जिम्मेदारी है, क्या वहां भ्रष्टाचार नहीं हो रहा है? इनके जवाब चाहे जो भी हों, पर कुव्यवस्था का नतीजा परीक्षार्थी भुगतते हैं। अब हो यह रहा है कि लगभग हर परीक्षा की शुचिता संदेह के घेरे में आ रही है। अगर यही हाल रहा, तो देश के नौजवान निराशा के दौर में चले जाएंगे, जहां से वापस आने में उन्हें वर्षों लग सकते हैं। सरकार को इसका ठोस हल जल्द निकालना चाहिए।

भवतोष पाण्डेय, टिप्पणीकार

घपले की जांच हो

राष्ट्रीय परीक्षा एजेंसी ने नेट परीक्षा आयोजित करने के अगले ही दिन रद्द कर दी। मामले को सीबीआई के हवाले कर दिया गया है। जाहिर है, यह पूरा प्रकरण लाखों विद्यार्थियों के भविष्य के साथ खिलवाड़ है। मेडिकल परीक्षा (नीट) के बाद अब नेट, दोनों ही बहुत महत्वपूर्ण परीक्षाएं हैं और दोनों में गड़बड़ी की बात सामने आ रही है। यह मामला बताता है कि एनटीए परीक्षाएं कराने में सक्षम नहीं है। यूजीसी संस्था अच्छी तरह से नेट की परीक्षा आयोजित करती थी और सीबीएसई के पास मेडिकल परीक्षा आयोजित करने का अच्छा अनुभव रहा है। फिर भी, एनटीए को लाया गया। क्यों? क्या यह किसी घपले की ओर इशारा नहीं कर रहा? इसकी पूरी जांच होनी चाहिए।

गंगा सहाय मीणा, टिप्पणीकार

अनुलोम-विलोम

एनटीए

गड़बड़ी को दुरुस्त करना ही होगा

सरकार की आलोचना में कुछ लोग इस हद तक उतर आते हैं कि उन्हें सरकार द्वारा किए जाने वाले अच्छे कार्य भी नहीं दिखते। नेट परीक्षा का ही मामला लीजिए। जैसे ही यह पता लगा कि इसमें गड़बड़ी करने का प्रयास किया गया है, तो तत्काल न सिर्फ परीक्षा रद्द कर दी गई, बल्कि मामले को सीबीआई के हवाले भी कर दिया गया, ताकि दोषी किसी मुगालते में न रहें और उनको जल्द से जल्द कानूनी कठघरे में खड़ा किया जा सके। सरकार की तत्परता की तारीफ की जानी चाहिए, लेकिन उल्टे उसी को कठघरे में खड़ा किया जा रहा है।

वास्तव में, पूरा दोष तंत्र का है। तंत्र में इस तरह से घुन लग चुका है कि उसे साफ करने में लंबा वक्त लगेगा। सरकार इसे साफ करने के प्रयास कर भी रही है, जिसके कारण कथित गड़बड़ियों को उजागर कर सरकार को बदनाम किया जा रहा है और उसके कदमों को रोका जा रहा है। एनटीए वास्तव में एक स्वायत्त संस्था है और यह देश के उच्च शिक्षण संस्थानों में प्रवेश एवं छात्रवृत्ति संबंधी परीक्षाओं का आयोजन करती है। इसका मुख्य उद्देश्य प्रवेश व भर्ती के लिए उम्मीदवारों की योग्यता का आकलन एक कुशल, पारदर्शी व अंतरराष्ट्रीय मानक के आधार पर करना है। दिक्कत यह है कि परीक्षा आयोजित करने की पूरी प्रक्रिया एनटीए खुद नहीं करती। पेपर तो वह खुद बनाती है, लेकिन परीक्षा का आयोजन आउटसोर्स करके किया जाता है। एनटीए का अधिकतर काम टेंडर व्यवस्था के तहत होता है। यही कारण है कि कई टेंडर निकाले जाते हैं और कई कंपनियों को चुना जाता है। ये कंपनियां ही परीक्षा केंद्र का पूरा काम देखती हैं। यहां तक कि स्टाफ भी आउटसोर्स किए जाते हैं। ऐसे में, किसी कंपनी के लापरवाह हो जाने का खतरा बना रहता है, जिसके लिए एनटीए को जिम्मेदार ठहराया जा रहा है। जब इतनी बड़ी संख्या में बच्चे परीक्षा दे रहे हैं, तब कई कंपनियों के साथ सामंजस्य बनाकर ही काम किया जाता है। चूक यहीं पर हो रही है, जिसका नुकसान एनटीए और छात्रों को हो रहा है।

लिहाजा, एनटीए पर उंगली उठाना समस्या का समाधान नहीं है। हमें गड़बड़ी को दुरुस्त करना होगा। इसके लिए व्यापक जांच की जरूरत है और उम्मीद है कि सीबीआई जांच से काफी कुछ स्पष्ट हो सकेगा। हमें यह समझना होगा कि कोई एजेंसी खुद अपने पांव पर क्यों कुल्हाड़ी मारेगी, वह भी एनटीए जैसी, जिसे पता है कि उसके पास कितनी महत्वपूर्ण परीक्षाएं आयोजित करने की जिम्मेदारी है? इसलिए हमें व्यवस्थागत गड़बड़ियों पर ध्यान देना चाहिए।

दीपक, टिप्पणीकार

https://t.me/AllNewsPaperPaid

दैनिक जागरण

योग तन एवं मन में संतुलन का सर्वोत्तम साधन है

एक और परीक्षा से खिलवाड़

मेडिकल कालेजों में प्रवेश की परीक्षा नीट को लेकर उठे गंभीर सवालों के बीच नेशनल टेस्टिंग एजेंसी यानी एनटीए की ओर से कराई गई यूजीसी नेट परीक्षा को रद किया जाना शर्म का विषय है। क्या इससे शर्मनाक और कुछ हो सकता है कि 18 जून को यूजीसी नेट की परीक्षा हुई और 24 घंटे के अंदर खबर आ गई कि उसका प्रश्नपत्र लीक हो गया? यह परीक्षा इसलिए रद करनी पड़ी, क्योंकि उसके प्रश्नपत्र मैसेजिंग एप टेलीग्राम पर उपलब्ध पाए गए। इसका अर्थ है कि एनटीए ने नीट में अनियमितता की शिकायतों से कोई सबक नहीं सीखा। यूजीसी नेट परीक्षा रद करने से तो यह भी संदेह होता है कि एनटीए के तंत्र में ही कुछ ऐसे लोग शामिल हैं, जो धांधली करते अथवा कराते हैं। यह संदेह इसलिए होता है, क्योंकि एक तो इस संस्था के पास पर्याप्त संख्याबल नहीं और दूसरे वह अपना अधिकांश काम ठेके पर कराती है और वह भी ऐसी एजेंसियों के माध्यम से, जिनके पास इस तरह का काम करने का कोई अनुभव नहीं है। समझना कठिन है कि जिन परीक्षाओं में लाखों छात्र बैठते हों, उनका आयोजन ठेके पर क्यों कराया जाता है? क्या पैसे बचाने के लिए? आखिर लाखों छात्रों के भविष्य से जुड़ा इतना संवेदनशील कार्य ठेके पर कराना कहां की समझदारी है?

इससे संतुष्ट नहीं हुआ जा सकता कि यूजीसी नेट परीक्षा का प्रश्नपत्र लीक होने की जांच सीबीआइ को सौंप दी गई है और शीघ्र दोबारा परीक्षा करने का आश्वासन दिया गया है। इस परीक्षा में नौ लाख से अधिक छात्र बैठे थे। आखिर दोबारा परीक्षा देने के लिए विवश इतने अधिक छात्रों के समय और संसाधन की बर्बादी के साथ उन्हें जिस मानसिक पीड़ा का सामना करना पड़ेगा, उसकी भरपाई कौन करेगा और कैसे? एक के बाद एक परीक्षाओं की विश्वसनीयता को लेकर उठने वाले प्रश्न एनटीए के साथ-साथ शिक्षा मंत्रालय और साथ ही केंद्रीय सत्ता की प्रतिष्ठा को चोट पहुंचा रहे हैं। चूंकि एनटीए की साख ही सवालों से घिर गई है, इसलिए उसकी कार्यप्रणाली में आमूलचूल परिवर्तन करना होगा। उसकी ओर से आयोजित की जाने वाली परीक्षाओं को लेकर भरोसा तब बहाल होगा, जब स्वयं उसकी प्रतिष्ठा स्थापित होगी। यह आश्चर्य की बात है कि दर्जनों प्रतियोगी परीक्षाओं के प्रश्नपत्र लीक हो जाने की घटनाओं के बावजूद किसी को यह समझ नहीं आ रहा है कि आखिर प्रश्नपत्रों के कई सेट क्यों नहीं बनाए जा सकते, ताकि यदि कभी एक सेट के प्रश्नपत्र लीक भी हो जाएं तो देश या प्रदेश भर में परीक्षा रद करने की आवश्यकता न पड़े। आज के इस तकनीकी युग में परीक्षा से पहले प्रश्नपत्र छापकर रखने और फिर उन्हें शहर-शहर भेजने की पुरानी व्यवस्था से छुटकारा क्यों नहीं पाया जा सकता? यदि ऐसे प्रश्न अनुत्तरित हैं तो पुरानी भूलों से सबक न लिए जाने के कारण।

सूखे सरोवर

उत्तर प्रदेश में तेजी से नीचे जा रहे भूजल स्तर को ऊपर लाने का एकमात्र उपाय यही है कि तालाबों एवं अन्य जलाशयों में पानी बना रहे। इससे न सिर्फ फसलों की सिंचाई के लिए पानी की कमी का संकट दूर होगा, बल्कि पशु-पक्षियों और जलीय जीवों को भी राहत मिलेगी। इसी उद्देश्य से राज्य में बड़े जोर-शोर से और कई विभागों के सामूहिक प्रयास से अमृत सरोवर योजना की शुरुआत हुई थी। अब हाल यह है कि तालाबों में कहीं भी पानी नहीं दिखाई देता। लोगों के भविष्य और जीवन से जुड़ी कोई योजना यदि अपने उद्देश्य में असफल रहती है तो उस पर किया गया पूरा खर्च निरर्थक है। विडंबना यह है कि गांव के लोगों ने भी इस योजना का महत्व नहीं समझा, जिनका पूरा जीवन ही तालाबों के पानी पर निर्भर है, चाहे वह खेती के लिए हो या फिर पशुओं का पालन। अमृत सरोवर एकमात्र ऐसी योजना है जो गांवों में जल संकट दूर कर सकती है लेकिन ग्राम पंचायतें ही इसको लेकर उदासीन बनी रहीं, जबकि अधिकांश स्थानों पर इनके संचालन की जिम्मेदारी उन्हीं की थी। केंद्र सरकार ने अमृत सरोवर योजना 2022 में शुरू की थी और अगस्त 23 में यह पूरे देश में समाप्त हो गई, लेकिन इसके बहुउद्देश्यीय महत्व को देखते हुए राज्य सरकार ने इसे इस साल 15 अगस्त तक चलाने का निर्णय लिया है। इसके तहत प्रदेश में 16,909 सरोवर या तो निर्मित किए गए या पुराने तालाबों का जीर्णोद्धार किया गया, जो कि देश में सर्वाधिक है, लेकिन ऐसे तालाबों का उपयोग ही क्या जिनमें पानी न हो। ग्रामीणों को भी जागरूकता का परिचय देते हुए दबाव बनाना चाहिए, क्योंकि यह सीधे तौर पर उनके हितों से जुड़ा है।

अमृत सरोवर एकमात्र ऐसी योजना है जो गांवों में जल संकट दूर कर सकती हैं, लेकिन ग्राम पंचायतें ही इसको लेकर उदासीन बन रहीं

यूरोप की जरूरत बना भारत

शिवकांत शर्मा

जी-7 देशों ने भारत-पश्चिम एशिया-यूरोप आर्थिक गलियारे के लिए वित्तीय संसाधन जुटाने का वादा कर भारत को प्राथमिकता देने के ही संकेत दिए

अवधेश राजपूत

कहते हैं कि एक तस्वीर हजार शब्दों के बराबर होती है। बीते दिनों इटली में आयोजित जी-7 शिखर बैठक की सामूहिक तस्वीर पर यही बात लागू होती है। भारत इस समूह का सदस्य नहीं है, फिर भी विश्व की सात बड़ी अर्थव्यवस्थाओं के इस समूह की शिखर बैठकों में 2019 के बाद से भारत को हर साल आमंत्रित किया जाता है। यह वैश्विक मंच पर उसके बढ़ते कूटनीतिक एवं आर्थिक कद का प्रतीक है। जी-7 की अध्यक्ष और शिखर बैठक की मेजबान इटली की प्रधानमंत्री जार्जिया मेलोनी ने भारत के अलावा ब्राजील, सऊदी अरब, तुर्की और यूएई जैसे 11 अन्य देशों को भी बुलाया। भारत के प्रधानमंत्री मोदी को जिस तरह नेताओं की पंक्ति के एकदम बीच में जी-7 के प्रतीक चिह्न के सामने स्थान दिया गया, वह शिखर बैठक में शामिल अन्य देशों की तुलना में भारत की मजबूत आर्थिक और राजनीतिक स्थिति को भी रेखांकित करता है।

अमेरिका के अलावा जी-7 के सभी देश आर्थिक विकास की धीमी रफ्तार से जूझ रहे हैं। 2008 में आई विश्वव्यापी मंदी के समय तक अमेरिका और यूरोप की आर्थिकी लगभग बराबर थीं, मगर उसके बाद से अमेरिकी अर्थव्यवस्था यूरोप से लगभग दोगुनी हो चुकी है। भारतीय अर्थव्यवस्था तब से करीब 3.5 गुना बढ़ी है। जबकि यूरोप की अर्थव्यवस्था 30 देशों के विभिन्न कानूनों और लालफीताशाही में उलझी रही। इसके चलते यूरोप प्रति व्यक्ति आय में भी अमेरिका से 25 प्रतिशत पिछड़ गया। बुजुर्ग होती आबादी की देखभाल में बढ़ते खर्च से सरकारों के बजट बिगड़ रहे हैं। कृषि सब्सिडी, श्रम सुधार और सेवा क्षेत्र में प्रवेश जैसी शर्तों पर अड़ियल रवैये के कारण भारत जैसे तेज आर्थिक रफ्तार वाले देशों के साथ भी मुक्त व्यापार समझौते नहीं हो पा रहे। जबकि भारत ने नार्वे, स्विट्जरलैंड, आइसलैंड और लिश्टेंस्टाइन के साथ मुक्त व्यापार समझौता किया है। ये देश यूरोपीय संघ का हिस्सा नहीं हैं।

यूरोप में लोग करों के बढ़ते बोझ और महंगाई से भी परेशान हैं। शरणार्थी और अप्रवासी उनके रोष का निशाना बन रहे हैं। सीरियाई गृहयुद्ध के बाद 2015 में यूरोप को दूसरे विश्व युद्ध के बाद के सबसे गंभीर शरणार्थी संकट का सामना करना पड़ा। सीरिया, कोसोवो, अफगानिस्तान, इराक, पाकिस्तान और लीबिया जैसे देशों के 13 लाख से अधिक शरणार्थी यूरोपीय देशों की सीमाओं पर जमा हो गए। अधिकांश देशों ने उन्हें शरण देने से मना कर दिया। अंत में अधिकांश लोगों को जर्मनी ने शरण दी, जिसके फलस्वरूप उसकी मुस्लिम आबादी 46 लाख का आंकड़ा पार कर कुल जनसंख्या का लगभग छह प्रतिशत हो चुकी है। फ्रांस में भी मुस्लिम आबादी बढ़कर 10 प्रतिशत हो गई है और वह यूरोप का सबसे बड़ी मुस्लिम आबादी वाला देश बन गया है। कड़े सीमा नियंत्रण के बावजूद ब्रिटेन में मुस्लिम आबादी 6.5 प्रतिशत को पार कर गई। इसके चलते यूरोप के कई शहरों में वहां के मूल निवासी अल्पसंख्या में आ गए। इस कारण भी स्थानीय लोगों में रोष पनपने लगा। यही इन दिनों यूरोप में चल रही अप्रवास विरोधी लहर का प्रमुख कारण बना, जिसके चलते ब्रिटेन को यूरोपीय संघ की सदस्यता छोड़नी पड़ी और पिछले सप्ताह यूरोपीय संसद के चुनावों में फ्रांस और जर्मनी जैसे प्रमुख देशों में सत्ताधारी उदारवादी पार्टियों को अप्रवास विरोधी दक्षिणपंथी पार्टियों के हाथों पराजय का मुंह देखना पड़ा।

फ्रांस में राष्ट्रपति मैक्रों की रेनेसां पार्टी को यूरोपीय संसदीय चुनावों में अप्रवासन विरोधी दक्षिणपंथी नेशनल रैली पार्टी से आधे वोट भी नहीं मिले। इसलिए उन्होंने अविश्वास प्रस्तावों से बनने वाले दबाव की प्रतीक्षा न करते हुए संसद को भंग कर दिया और मध्यावधि चुनाव की घोषणा कर डाली, जो 30 जून को होगा। इस चुनाव में मैक्रों की गठबंधन सरकार की हार लगभग तय मानी जा रही है। यदि ऐसा होता है तो वह नाम मात्र के राष्ट्रपति रह जाएंगे, क्योंकि दक्षिणपंथी नेशनल रैली उनकी घरेलू एवं विदेश नीतियों का विरोध करती है। इसी तरह यूरोपीय चुनावों में जर्मनी के चांसलर ओलाफ शुल्ज के डेमोक्रेटिक गठबंधन की इतनी बुरी हार हुई कि वह तीसरे स्थान पर चला गया। शुल्ज ने संसद भंग करके चुनाव की घोषणा तो नहीं की, लेकिन उनके लिए भी शेष डेढ़ वर्ष के कार्यकाल में अपनी सरकार चला पाना कठिन लग रहा है। ब्रिटेन में चार जुलाई को होने जा रहे आम चुनाव में प्रधानमंत्री सुनक की कंजरवेटिव पार्टी की हालत इतनी पतली है कि एक सर्वेक्षण में तो उसके तीसरे स्थान पर खिसकने के आसार बताए गए हैं।

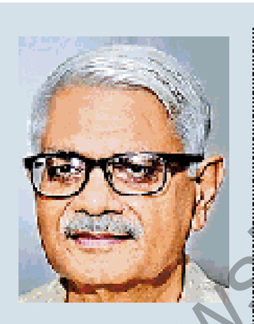
अमेरिका में अर्थव्यवस्था की स्थिति बढ़िया होने के बावजूद राष्ट्रपति बाइडन का चुनाव जीत पाना कठिन है, क्योंकि अदालतों में दोषी पाए जाने के बाद भी ट्रंप की लोकप्रियता बढ़ती जा रही है। कनाडा में प्रधानमंत्री ट्रूडो के गिरते जनसमर्थन को देखते हुए उनकी सरकार का अगले साल तक चल पाना कठिन है। यही हाल जापान में प्रधानमंत्री फुमियो किशिदा की गठबंधन सरकार का है। कुल मिलाकर जी-7 के सातों नेताओं में से केवल मेजबान इतालवी प्रधानमंत्री मेलोनी का राजनीतिक आधार ही मजबूत है, क्योंकि यूरोपीय चुनावों में उनके गठबंधन की शानदार जीत हुई है। आमंत्रित देशों में भारत के प्रधानमंत्री मोदी अपनी पार्टी का बहुमत खो देने के कारण राजनीतिक रूप से कुछ कमजोर अवश्य पड़े हैं, परंतु उनके गठबंधन के पास पर्याप्त बहुमत है और अर्थव्यवस्था की रफ्तार दुनिया की बड़ी अर्थव्यवस्थाओं में सबसे तेज है। मेलोनी के साथ उनके संबंध भी मधुर हैं।

चीन से पिछड़कर यूरोप अब दुनिया की तीसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था रह गया है। इसलिए उसे अपनी विकास दर की रफ्तार बढ़ाने की जरूरत है। भारत को भी अपना माल बेचने के लिए यूरोप जैसे विशाल एवं विकसित बाजार की दरकार है, क्योंकि कोई देश विदेश में माल बेचकर धन कमाए बिना अपने लोगों का जीवनस्तर ऊपर नहीं उठा पाया है। इसलिए भारत को यूरोप के साथ मुक्त व्यापार समझौते की कोशिश करनी चाहिए, जिसकी यूरोप और भारत दोनों को जरूरत है। जी-7 देशों ने भारत-पश्चिम एशिया-यूरोप आर्थिक गलियारे के लिए वित्तीय संसाधन जुटाने और हिंद प्रशांत क्षेत्र की आर्थिक सुरक्षा का संकल्प दोहरा कर इस दिशा में आगे बढ़ने का संकेत दिया।

(लेखक बीबीसी हिंदी के पूर्व संपादक हैं)

response@jagran.com

जीवन को पूर्णता प्रदान करता है योग



गिरीश्वर मिश्र

वैसे तो आसन और प्राणायाम शारीरिक अभ्यास हैं, किंतु इनका उतना ही आध्यात्मिक महत्व भी है

https://t.me/AllNewsPaperPaid

यदि योग को गंभीरता से अपना लिया जाए तो वह व्यक्ति का सबसे अच्छा और भरोसेमंद सहायक साबित होता है। यह अपने साधकों को दुख और क्लेश से मुक्त करता है और सुखपूर्वक समग्रता या पूर्णता में जीने का मार्ग प्रशस्त करता है। वेदों से निकला हुआ 'योग' शाब्दिक रूप से 'जुड़ने' के अर्थ को व्यक्त करता है। अनुमानतः लगभग 200 वर्ष ईसा पूर्व महर्षि पतंजलि ने 'योग सूत्र' में प्राचीन ज्ञान को वैज्ञानिक ढंग से व्यवस्थित कर लोक-कल्याण के लिए प्रस्तुत किया। इसका उद्देश्य था मन में उठने वाली उथल-पुथल को रोकने, दैनिक जीवन में शांति स्थापित करने और अंततः आत्मा और ब्रह्म का संयोग कराने के लिए मार्ग दिखाना। एक अध्ययन-विषय के रूप में योग भारतीय दर्शनों में से एक है।

प्रायः सभी भारतीय दर्शन उस सर्वव्यापी परम तत्व को स्वीकार करते हैं, जो सभी विद्यमान वस्तुओं में उपस्थित है। व्यक्ति और उस परम सत्ता में एकात्मता होती है। योग मार्ग वह पाठ है, जो व्यक्ति-चैतन्य को विकसित और समृद्ध करता है, ताकि जीवन में अधिक सामंजस्य का अनुभव शामिल हो सके और अंततः परम तत्व के साथ एकता का अनुभव हो सके। जैसा कि उपनिषदों में वर्णित है, हमारा अस्तित्व पांच तत्वों से बनी रचना है। इस रचना में शरीर, प्राण, मन, बुद्धि और आनंद के पांच क्रमिक स्तर पहचाने गए हैं। योग का अभ्यास इन तत्वों के बीच पारस्परिक संतुलन और चैतन्य लाता है और अस्तित्व के केंद्र परम तत्व की ओर अग्रसर करता है। योग बाह्य से आंतरिक बुद्धि और आंतरिक से बाह्य बुद्धि की यात्रा है।

योग-सूत्र अष्टांग योग के नाम से प्रसिद्ध है। इसके आठ अंग हैं-यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि। साधक को इन पर साथ-साथ समानांतर रूप से चलना चाहिए। योगाभ्यास का उद्देश्य साधक को आत्मावलोकन-अपने विचारों और व्यवहारों और उनके परिणामों को देखना-समझना भी होता है। यम और नियम नामक पहले दो चरण नैतिकता और सदाचारपूर्वक जीवन जीने के लिए निर्देश देते हैं। जहां यम बाहरी दुनिया के साथ संबंध पर केंद्रित हैं, वहीं नियम निजी आध्यात्मिक विकास और आत्मानुशासन की आदतों को बताते हैं। यम पांच हैं-अहिंसा, सत्य,

तेजी से लोकप्रिय हो रहा है योग। प्रेट्र

अस्तेय (चोरी न करना), ब्रह्मचर्य (इंद्रियसुख का नियंत्रण) और अपरिग्रह (वस्तुओं का अतिसंचय/संग्रह)। यम वस्तुतः प्रतिबंध हैं, जो सिर्फ कर्म के स्तर पर ही नहीं, बल्कि विचार और शब्द के स्तर पर भी लागू होते हैं। इन्हें अपनाने पर योगाभ्यासी व्यक्ति को स्वतंत्रता मिलती है और खुली सांस लेने का अवसर मिलता है। इनके अतिरिक्त पांच नियम हैं, जो वस्तुतः सदाचार के पालन पर बल देते हैं। ये हैं-शौच (पवित्रता), संतोष, तप (इच्छाओं का शमन), स्वाध्याय (आध्यात्मिक ग्रंथों तथा स्वयं का अध्ययन) और ईश्वर-प्रणिधान (परमेश्वर को आत्मार्पण)। इस तरह यम और नियम योग पथ के राही के लिए कर्तव्य और अकर्तव्य की व्याख्या करते हैं। ये आत्म शोधन का भी काम करते हैं और अच्छे तथा सुखी जीवन का मार्ग प्रशस्त करते हैं। ये नींव रखने का काम करते हैं।

आसन और प्राणायाम शारीरिक अभ्यास हैं, पर इनका आध्यात्मिक महत्व भी है। आध्यात्मिक विकास की ओर उन्मुख जीवन के लिए औजार भी ठीक होना चाहिए। राह मालूम हो, लक्ष्य भी ज्ञात हो, पर चालक ठीक है या नहीं, यह भी देखना होता है। सोद्देश्य जीवन के लिए शरीर ठीक रखना जरूरी है। यह पवित्र कर्तव्य बनता है कि शरीर को स्वस्थ रखा जाए। प्राणायाम से प्राण ऊर्जा का संचरण शरीर में स्वेच्छा से होता है, सिद्धियां भी आती हैं और मन की स्थिरता भी। वस्तुतः प्राणायाम और प्रत्याहार, दोनों ही आंतरिक दुनिया की ओर उन्मुख होते है और इस अर्थ में पहले के तीन चरणों-यम, नियम और आसान से भिन्न होते हैं। प्राणायाम का अभ्यास लयात्मक श्वास द्वारा इंद्रियों के अंदर की ओर खोजने की दिशा में चेतना को ले चलना, अंदर के अध्यात्म के गहन अनुभव की ओर अग्रसर करना संभव हो पाता है। पहले के पांच चरण बाद के तीन चरणों के लिए उर्वर आधार भूमि का निर्माण करते हैं। धारणा योग का छठा चरण है। इसके अंतर्गत साधक अपने अवधान की एकाग्रता एक दिशा में और लंबे समय तक बनाए रखता है। यह परम तत्व पर ध्यान केंद्रित करने की तैयारी है। बिना किसी व्यवधान के निर्बाध ध्यान करना साधक को सहकार का अवसर देता है। साधक का समग्र अस्तित्व-शरीर, श्वास, इंद्रियां, मन, बुद्धि और अहंकार, ध्यान की वस्तु-सभी परम तत्व के साथ एकीकृत हो जाते हैं। इस यात्रा का अंतिम पड़ाव समाधि है, जिसमें परम तत्व के साथ एकाकार होना होता है। तब अलगाव का भ्रम दूर हो जाता है और आनंद के साथ परम चेतना के साथ एकत्व का अनुभव होता है।

भारत में योग के ऊपर अध्ययन-अनुसंधान लगभग एक सदी से हो रहे हैं। पश्चिमी देशों में योग की लोकप्रियता बढ़ने के साथ मनोचिकित्सा के रूप में इसके वैज्ञानिक शोध का तेजी से प्रचलन हुआ है। अब अनेक मानसिक, सांवेगिक और शारीरिक स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं जैसे अवसाद, पाचन क्रिया से जुड़े रोग, हृदय रोग, अस्थमा, मधुमेह और कैंसर आदि पर योग-अभ्यास के प्रभाव जांचे समझे जा रहे हैं। योगाभ्यास करने वाले प्रायः शरीर में विश्राम, मन में एकाग्रता और हृदय में शांति का अनुभव करते हैं। मनुष्य स्वभाव से अपूर्ण होता है, परंतु योग उसे पूर्ण बनाता है। फिर वह स्वयं को खोज लेता है। स्वयं अपने भीतर और सारे जगत में दिव्यता का दर्शन करने लगता है। यही योग का अभीष्ट है। योग की लोकप्रियता बढ़ रही है तो इसीलिए कि वह विश्व को भारत की ओर से दी जाने वाली एक अनूठी सौगात है।

(लेखक शिक्षाविद् एवं पूर्व कुलपति हैं)

response@jagran.com

ऊर्जा

आनंदमय जीवन

योग की धारा प्राचीन काल से अब तक योगियों के हृदय में पवित्र मंदाकिनी के अविरल प्रवाह की तरह प्रवाहित होती आ रही है। संपूर्ण विश्व का चिकित्सा जगत ऋषियों की इस योग विद्या पर अनुसंधान करके लाभान्वित हो रहा है।

योग से मनुष्य शारीरिक, मानसिक तथा आत्मिक ऊर्जा को प्राप्त करता है। इससे शरीर तथा मन की शुद्धि का मार्ग प्रशस्त होता है। योग के मार्ग पर निरंतर चलने से ही जीवात्मा सत्, चित्, आनंद स्वरूप ब्रह्म का साक्षात्कार करने में समर्थ बनता है। योग दर्शन में वर्णित योग के अंगों का श्रद्धापूर्वक पालन करने से जीवन में आध्यात्मिक आनंद की प्राप्ति होती है। योग आनंदमय जीवन जीने की कला है। योग से ही जीवन में कुशलतापूर्वक कर्म करने की योग्यता प्राप्त होती है। कर्मों की कुशलता का तात्पर्य है कर्मों का संपादन इस प्रकार से करना कि जो हमारे बंधन का कारण न बनें। आधुनिक परिप्रेक्ष्य में वर्तमान की विकृत जीवनशैली से लगभग सभी लोगों का शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य भी विकृत हो गया है। इसके कारण लोग तनाव, चिंता, अवसाद से तथा अनेक प्रकार की शारीरिक-मानसिक व्याधियों से ग्रस्त हैं। इस आधुनिक जीवन में योग का अनुकरण हमारे शरीर तथा मन को संतुलित तथा संयमित बनाकर सुरक्षा कवच प्रदान करता है।

मानव शरीर को धर्म के कार्य करने का प्रधान साधन माना गया है। इसी शरीर में दिव्य तत्व आत्मा का भी निवास स्थान है। इसलिए हमारे ग्रंथों में मानव शरीर को यज्ञ कर्म करने की दिव्य नौका माना गया है। योग शरीर रूपी इस दिव्य नाव को नई स्फूर्ति तथा ऊर्जा से परिपूर्ण करता है। योग से ही मानसिक एकाग्रता प्राप्त होती है, जिससे मनुष्य साधना के मार्ग पर आगे बढ़ता है। ब्रह्मांड के कण-कण में विराजमान ईश्वर के आनंद की अनुभूति करने में समर्थ बनता है।

आचार्य दीप चंद भारद्वाज

खाद उत्पादन में आत्मनिर्भर बने भारत

रंजना मिश्रा

नैनो यूरिया फसल उत्पादन बढ़ाने, कृषि लागत कम करने और पर्यावरण की रक्षा करने में मदद कर सकता है

भारत का लक्ष्य 2025 के अंत तक यूरिया उत्पादन में पूरी तरह से आत्मनिर्भर बनना है। इसीलिए देश अपना घरेलू उत्पादन बढ़ा रहा है। इस कारण यूरिया की मांग और घरेलू उत्पादन के बीच का अंतर अब कम हो रहा है। भारत ने इस बार करीब 75.8 लाख टन यूरिया का आयात किया है, जो पिछले साल के 91.36 लाख टन से कम है। यूरिया उत्पादन की क्षमता बढ़ाने और आयात पर निर्भरता कम करने के लिए सरकार ने दुनिया का पहला तरल नैनो यूरिया विकसित किया है। नैनो यूरिया कृषि में क्रांति लाने की क्षमता रखता है।

नैनो यूरिया पारंपरिक यूरिया की तुलना में कई फायदे प्रदान करता है। यह नैनो-प्रौद्योगिकी का उपयोग करके बनाए गए यूरिया का एक तरल रूप है, जिसमें यूरिया के कण सामान्य यूरिया की तुलना में बहुत छोटे होते हैं। नैनो यूरिया के कई फायदे हैं। इसके छोटे कण फसलों की पत्तियों और जड़ों द्वारा आसानी से अवशोषित कर लिए जाते हैं, जिसके परिणामस्वरूप पौधों को अधिक पोषक तत्व मिलते हैं। इससे पोषक तत्वों का नुकसान कम होता है। नैनो यूरिया के मिट्टी में घुलने की आशंका भी कम होती है। जिससे इसके उपयोग से फसल उत्पादन में 10-20 प्रतिशत तक की वृद्धि हो सकती है। नैनो यूरिया के उपयोग से पानी और उर्वरक की भी बचत होती है। ऐसे में इसका उपयोग मिट्टी की सेहत में सुधार कर सकता है। नैनो यूरिया मिट्टी के सूक्ष्मजीवों के लिए हानिकारक नहीं होता है। यह मिट्टी की उर्वरता और स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद करता है।

यूरिया आयात पर अत्यधिक निर्भरता, देश के लिए कई समस्याएं उत्पन्न कर रही है। आयातित यूरिया महंगा होता है, जिससे किसानों पर बोझ बढ़ जाता है और ग्रामीण अर्थव्यवस्था प्रभावित होती है। वैश्विक कीमतों में उतार-चढ़ाव घरेलू यूरिया की कीमतों को अस्थिर करते हैं, जिससे किसानों को नुकसान होता है। आयात में कमी खाद्य उत्पादन को प्रभावित करती है, जिससे खाद्य सुरक्षा को खतरा होता है। दरअसल भारत की लगभग 70 प्रतिशत आबादी का मुख्य आधार कृषि है और उर्वरकों की आपूर्ति में कमी से देश के ग्रामीण क्षेत्रों के समग्र आर्थिक प्रदर्शन पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। यूरिया उत्पादन में आत्मनिर्भरता प्राप्त करने से इन चुनौतियों का समाधान हो सकता है। यूरिया के घरेलू उत्पादन से कीमतें कम होंगी और किसानों को लाभ होगा। आयात पर निर्भरता कम होने से कीमतें स्थिर होंगी, जिससे किसानों को बेहतर योजना बनाने में मदद मिलेगी। यूरिया का घरेलू उत्पादन खाद्य उत्पादन में वृद्धि सुनिश्चित करेगा, जिससे खाद्य सुरक्षा मजबूत होगी। आत्मनिर्भरता किसानों को उर्वरक उपयोग के प्रति अधिक जागरूक बनाएगी, जिससे पर्यावरण प्रदूषण कम होगा।

(लेखिका स्वतंत्र टिप्पणीकार हैं)

मेलबाक्स

क्या सबक लेंगे दलबदलू

'दलबदलुओं के लिए कठिन होती राह' शीर्षक से प्रकाशित आलेख में डा. जगदीप सिंह ने दलबदलुओं को यह समझाने की कोशिश की है कि उनका मौसम की तरह दल बदलना लोकतंत्र के साथ उनके राजनीतिक करियर के लिए भी नुकसानदेह है। वहीं, भाजपा को भी इस बात पर मंथन करना चाहिए कि उसे अबकी बार कम सीटें मिलने की वजह पार्टी में दलबदलुओं को जगह देना तो नहीं है? अब दलबदलू नेताओं से आमजन का मोहभंग हो रहा है, क्योंकि लोगों को ऐसा लगता है कि कुछ नेता जिधर की हवा चलती है, उधर के हो लेते हैं। पूर्व राष्ट्रपति एपीजे अब्दुल कलाम ने अपनी किताब 'पाथवेज टु ग्रेटनेस' में लिखा है कि 'नेताओं को देश के लिए एक दृष्टिकोण अपनाकर और विकासात्मक राजनीति का हिस्सा बनकर सभ्य समाज के लिए उदाहरण पेश करना चाहिए।' अफसोस की बात है कि आज हमारे देश में बहुत से नेता हर बात और काम पर राजनीति करने का बहाना खोजते रहते हैं। हमारे देश की राजनीति से अब विचारों के साथ देश के विकास के मुद्दे भी गायब हो गए हैं। कोई भी राजनीतिक दल बुरा नहीं होता, लेकिन जब किसी दल में स्वार्थी लोग शामिल हो जाते हैं तो वे उसकी छवि को धूमिल करते ही हैं, साथ ही लोकतंत्र को भी कमजोर करते हैं। लोकतंत्र में जब हाईकमान की नीतियां गलत लगें तो विरोधस्वरूप कोई भी नेता पार्टी बदलने में पूर्ण रूप से स्वतंत्र है, लेकिन जब कोई वर्षों तक पार्टी में रहा हो और पार्टी का खास चेहरा रहा हो वह केवल सत्ता के लोभ में उसे छोड़ दे तो ठीक नहीं कहा जाएगा। हमारे देश की राजनीति अवसरवाद का शिकार हो चुकी है। अब यह देखना होगा कि मतदाताओं ने जो इस बार के आम चुनाव में दलबदलुओं को नकारा है, उससे दलबदलू और राजनीतिक दल कितना सबक लेते हैं।

raju09023693142@gmail.com

गर्व का क्षण

बचपन में कभी गीत सुना था जिसमें एक पंक्ति थी "तमसो मा ज्योतिर्गमय, यह मंत्र विश्व में छाएगा। तक्षशिला, नालंदा का इतिहास लौटकर आएगा।" विश्वविख्यात नालंदा विश्वविद्यालय को एक अज्ञानी आक्रमणकारी ने जलाकर नष्ट कर दिया था। कहते हैं वहां इतनी संख्या में किताबें थीं कि महीनों तक आग जलती ही रही। बचपन के उस दौर में सपना तो देखा था कि एक दिन नालंदा विश्वविद्यालय अपने पुराने वैभव को प्राप्त होगा। आज जब प्राचीन विश्वविद्यालय के अवशेष के समीप नवीन नालंदा विश्वविद्यालय राष्ट्र को समर्पित किया गया तो वह सपना सच होता लगा। नालंदा विश्वविद्यालय समूचे विश्व के समक्ष इस बात का प्रमाण है कि भारत अपनी प्राचीन संस्कृति एवं ज्ञान को नवीन ऊर्जा के साथ समावेशित कर विश्व कल्याण के लिए उठ खड़ा हुआ है। हमारा वैभव हमारा गौरव लौट आया है।

arjitmishra@yahoo.com

विपक्ष समझे अपनी भूमिका

भारत को अपने नापाक पड़ोसियों को सबक सिखाने और देश एक नई पहचान देने के लिए सत्ता और विपक्ष को बिना वजह के अंतरराष्ट्रीय मुद्दों पर राजनीति करने से बचना चाहिए, लेकिन ऐसा करेगा कौन? राजग जिन दलों से मिलकर बना है वे तो फिर भी प्रधानमंत्री मोदी के फैसलों पर सहमति जता देंगे, लेकिन विपक्ष ऐसा करेगा लगता नहीं? राहुल गांधी सर्जिकल स्ट्राइक और चीन आदि पर की गई कार्रवाई पर सवाल खड़े कर चुके हैं। लोकतंत्र की मजबूती के लिए जितनी अहम भूमिका लोगों द्वारा चुनी सरकार की होती है, उतनी ही मजबूत विपक्ष की भी होती है, लेकिन विपक्ष भी तभी महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है जब उसमें सुलझे लोग हों। ऐसे जो देश और आमजन के आधार से जुड़े मुद्दों पर सरकार को घेरें, न कि बिना किसी आधार के ही प्रधानमंत्री को घेरें। अर्थात गलती के लिए सरकार की खुल के आलोचना करें तथा उचित कार्य के लिए सरकार का सहयोग दें। सांसद देशहित और जनहित के लिए फैसले लें, न कि बिना वजह हो-हल्ला कर संसद का समय बर्बाद करें।

राजेश कुमार चौहान, जालंधर

इस स्तंभ में किसी भी विषय पर राय व्यक्त करने अथवा दैनिक जागरण के राष्ट्रीय संस्करण पर प्रतिक्रिया व्यक्त करने के लिए पाठकगण सादर आमंत्रित हैं। आप हमें पत्र भेजने के साथ ई-मेल भी कर सकते हैं।
अपने पत्र इस पते पर भेजें:
दैनिक जागरण, राष्ट्रीय संस्करण,
डी-210-211, सेक्टर-63, नोएडा
ई-मेल: mailbox@jagran.com

संस्थापक- स्व. पूर्णचन्द्र गुप्त, पूर्व प्रधान संपादक- स्व. नरेन्द्र मोहन, नॉन एग्जीक्यूटिव चेयरमैन- महेन्द्र मोहन गुप्त, प्रधान संपादक- संजय गुप्त, जागरण प्रकाशन लि. के लिए: नीतेन्द्र श्रीवास्तव द्वारा 501, आई.एन.एस. बिल्डिंग, रफी मार्ग, नई दिल्ली से प्रकाशित और उन्हीं के द्वारा डी-210, 211, सेक्टर-63 नोएडा से मुद्रित, संपादक (राष्ट्रीय संस्करण) -विष्णु प्रकाश त्रिपाठी*
दूरभाष: नई दिल्ली कार्यालय: 011-43166300, नोएडा कार्यालय: 0120-4615800, E-mail: delhi@nda.jagran.com, R.N.I. No. DELHIN/2017/74721 *इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं संपादन हेतु पी.आर.बी. एक्ट के अंतर्गत उत्तरदायी। समस्त विवाद दिल्ली न्यायालय के अधीन ही होंगे। हवाई/रेल शुल्क ₹-2 अतिरिक्त।

****

योग तन एवं मन में संतुलन का सर्वोत्तम साधन है

एक और परीक्षा से खिलवाड़

मेडिकल कालेजों में प्रवेश की परीक्षा नीट को लेकर उठे गंभीर सवालों के बीच नेशनल टेस्टिंग एजेंसी यानी एनटीए की ओर से कराई गई यूजीसी नेट परीक्षा को रद किया जाना शर्म का विषय है। क्या इससे शर्मनाक और कुछ हो सकता है कि 18 जून को यूजीसी नेट की परीक्षा हुई और 24 घंटे के अंदर खबर आ गई कि उसका प्रश्नपत्र लीक हो गया? यह परीक्षा इसलिए रद करनी पड़ी, क्योंकि उसके प्रश्नपत्र मैसेजिंग एप टेलीग्राम पर उपलब्ध पाए गए। इसका अर्थ है कि एनटीए ने नीट में अनियमितता की शिकायतों से कोई सबक नहीं सीखा। यूजीसी नेट परीक्षा रद करने से तो यह भी संदेह होता है कि एनटीए के तंत्र में ही कुछ ऐसे लोग शामिल हैं, जो धांधली करते अथवा कराते हैं। यह संदेह इसलिए होता है, क्योंकि एक तो इस संस्था के पास पर्याप्त संख्याबल नहीं और दूसरे वह अपना अधिकांश काम ठेके पर कराती है और वह भी ऐसी एजेंसियों के माध्यम से, जिनके पास इस तरह का काम करने का कोई अनुभव नहीं है। समझना कठिन है कि जिन परीक्षाओं में लाखों छात्र बैठते हों, उनका आयोजन ठेके पर क्यों कराया जाता है? क्या पैसे बचाने के लिए? आखिर लाखों छात्रों के भविष्य से जुड़ा इतना संवेदनशील कार्य ठेके पर कराना कहां की समझदारी है? इससे संतुष्ट नहीं हुआ जा सकता कि यूजीसी नेट परीक्षा का प्रश्नपत्र लीक होने की जांच सीबीआइ को सौंप दी गई है और शीघ्र दोबारा परीक्षा करने का आश्वासन दिया गया है। इस परीक्षा में नौ लाख से अधिक छात्र बैठे थे। आखिर दोबारा परीक्षा देने के लिए विवश इतने अधिक छात्रों के समय और संसाधन की बर्बादी के साथ उन्हें जिस मानसिक पीड़ा का सामना करना पड़ेगा, उसकी भरपाई कौन करेगा और कैसे? एक के बाद एक परीक्षाओं की विश्वसनीयता को लेकर उठने वाले प्रश्न एनटीए के साथ-साथ शिक्षा मंत्रालय और साथ ही केंद्रीय सत्ता की प्रतिष्ठा को चोट पहुंचा रहे हैं। चूंकि एनटीए की साख ही सवालों से घिर गई है, इसलिए उसकी कार्यप्रणाली में आमूलचूल परिवर्तन करना होगा। उसकी ओर से आयोजित की जाने वाली परीक्षाओं को लेकर भरोसा तब बहाल होगा, जब स्वयं उसकी प्रतिष्ठा स्थापित होगी। यह आश्चर्य की बात है कि दर्जनों प्रतियोगी परीक्षाओं के प्रश्नपत्र लीक हो जाने की घटनाओं के बावजूद किसी को यह समझ नहीं आ रहा है कि आखिर प्रश्नपत्रों के कई सेट क्यों नहीं बनाए जा सकते, ताकि यदि कभी एक सेट के प्रश्नपत्र लीक भी हो जाएं तो देश या प्रदेश भर में परीक्षा रद करने की आवश्यकता न पड़े। आज के इस तकनीकी युग में परीक्षा से पहले प्रश्नपत्र छापकर रखने और फिर उन्हें शहर-शहर भेजने की पुरानी व्यवस्था से छुटकारा क्यों नहीं पाया जा सकता? यदि ऐसे प्रश्न अनुत्तरित हैं तो पुरानी भूलों से सबक न लिए जाने के कारण।

बेहतर हों सुविधाएं

स्वास्थ्य सेवा को बेहतर बनाने के लिए राज्य सरकार लगातार प्रयास कर रही है। इसके अच्छे परिणाम भी सामने आए हैं। आम आदमी तक स्वास्थ्य सुविधाओं की पहुंच बढ़ी है। इसी कड़ी में सरकार ने अनुमंडल स्तर के अस्पतालों को कम से कम 75 बेड का बनाने का प्रभावकारी निर्णय लिया है। इसके साथ ही निर्माणाधीन मेडिकल कालेज एवं अस्पतालों का काम भी तेजी से करने का निर्देश दिया गया है। उन उपकरणों को भी प्राथमिकता के आधार पर मुहैया कराने को कहा गया है, जिनकी अधियाचना अस्पतालों द्वारा की गई है। अच्छी बात है कि स्वास्थ्य सेवा के क्षेत्र में बुनियादी सुविधाओं तथा आधारभूत संरचना पर सरकार का जोर है। बाढ़ की आशंका को देखते हुए विभाग ने गाइडलाइन भी जारी किया है। आपदा की स्थिति में सेवा को बहाल करना एक बड़ी चुनौती होती है। इसलिए, समय रहते इसकी तैयारी करना भी जरूरी है। इसके साथ ही यह देखना होगा कि बाढ़ की आशंका वाले क्षेत्रों में जलजनित बीमारी तथा महामारी से निपटने के लिए जरूरी दवाइयां तथा उपकरण समय रहते पर्याप्त मात्रा में पहुंच जाए। यह भी सुनिश्चित करना होगा कि सरकार के स्तर से जारी गाइडलाइन का अनुपालन हो रहा है अथवा नहीं। मेडिकल तथा पारामेडिकल कर्मियों की उपलब्धता पर भी ध्यान देने की आवश्यकता है। सरकारी अस्पतालों में पर्याप्त मात्रा में आवश्यक दवाएं उपलब्ध रहें, ताक मरीजों को भटकना नहीं पड़े। किसी भी हाल में प्राथम क व सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों व अनुमंडल अस्पतालों में चिकित्सकों की कमी नहीं रहनी चाहिए। कड़ी मानीटरिंग के साथ-साथ ऐसी व्यवस्था भी बनानी होगी, जिससे अन्य संबंधित विभागों के साथ समय पर समन्वय किया जा सके, तभी आमजन को राहत मिल सकेगी।

> आधारभूत संरचना के साथ-साथ बुनियादी सुविधाओं की उपलब्धता से ही आमजन को बेहतर स्वास्थ्य सुविधा मिल सकेगी।

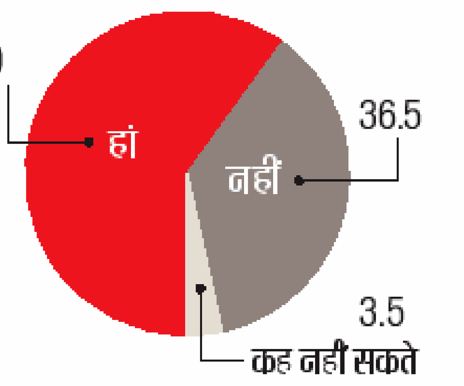
कह के रहेंगे

माधव जोशी

जागरण जनमत

कल का परिणाम

क्या लोकसभा उपाध्यक्ष पद के लिए विपक्ष की दावेदारी सही है?



आज का सवाल

क्या एक दिन बाद ही यूजीसी नेट परीक्षा को रद किया जाना एनटीए की अक्षमता को उजागर करता है?

परिणाम जागरण इंटरनेट संस्करण के पाठकों का मत है। सभी आंकड़े प्रतिशत में।

यूरोप की जरूरत बना भारत

शिवकांत शर्मा

जी-7 देशों ने भारत-पश्चिम एशिया-यूरोप आर्थिक गलियारे के लिए वित्तीय संसाधन जुटाने का वादा कर भारत को प्राथमिकता देने के ही संकेत दिए

कहते हैं कि एक तस्वीर हजार शब्दों के बराबर होती है। बीते दिनों इटली में आयोजित जी-7 शिखर बैठक की सामूहिक तस्वीर पर यही बात लागू होती है। भारत इस समूह का सदस्य नहीं है, फिर भी विश्व की सात बड़ी अर्थव्यवस्थाओं के इस समूह की शिखर बैठकों में 2019 के बाद से भारत को हर साल आमंत्रित किया जाता है। यह वैश्विक मंच पर उसके बढ़ते कूटनीतिक एवं आर्थिक कद का प्रतीक है। जी-7 की अध्यक्ष और शिखर बैठक की मेजबान इटली की प्रधानमंत्री जार्जिया मेलोनी ने भारत के अलावा ब्राजील, सऊदी अरब, तुर्की और यूएई जैसे 11 अन्य देशों को भी बुलाया। भारत के प्रधानमंत्री मोदी को जिस तरह नेताओं की पंक्ति के एकदम बीच में जी-7 के प्रतीक चिह्न के सामने स्थान दिया गया, वह शिखर बैठक में शामिल अन्य देशों की तुलना में भारत की मजबूत आर्थिक और राजनीतिक स्थिति को भी रेखांकित करता है।

अमेरिका के अलावा जी-7 के सभी देश आर्थिक विकास की धीमी रफ्तार से जूझ रहे हैं। 2008 में आई विश्वव्यापी मंदी के समय तक अमेरिका और यूरोप की आर्थिकी लगभग बराबर थीं, मगर उसके बाद से अमेरिकी अर्थव्यवस्था यूरोप से लगभग दोगुनी हो चुकी है। भारतीय अर्थव्यवस्था तब से करीब 3.5 गुना बढ़ी है। जबकि यूरोप की अर्थव्यवस्था 30 देशों के विभिन्न कानूनों और लालफीताशाही में उलझी रही। इसके चलते यूरोप प्रति व्यक्ति आय में भी अमेरिका से 25 प्रतिशत पिछड़ गया। बुजुर्ग होती आबादी की देखभाल में बढ़ते खर्च से सरकारों के बजट बिगड़ रहे हैं। कृषि सब्सिडी, श्रम सुधार और सेवा क्षेत्र में प्रवेश जैसी शर्तों पर अड़ियल रवैये के कारण भारत जैसे तेज आर्थिक रफ्तार वाले देशों के साथ भी मुक्त व्यापार समझौते नहीं हो पा रहे। जबकि भारत ने नार्वे, स्विट्जरलैंड, आइसलैंड और लिश्टेंस्टाइन के साथ मुक्त व्यापार समझौता किया है। ये देश यूरोपीय संघ का हिस्सा नहीं हैं।

यूरोप में लोग करों के बढ़ते बोझ और महंगाई से भी परेशान हैं। शरणार्थी और अप्रवासी उनके रोष का निशाना बन रहे हैं। सीरियाई गृहयुद्ध के बाद 2015 में यूरोप को दूसरे विश्व युद्ध के बाद के सबसे गंभीर शरणार्थी संकट का सामना करना पड़ा। सीरिया, कोसोवो, अफगानिस्तान, इराक, पाकिस्तान और लीबिया जैसे देशों के 13 लाख से अधिक शरणार्थी यूरोपीय देशों की सीमाओं पर जमा हो गए। अधिकांश देशों ने उन्हें शरण देने से मना कर दिया। अंत में अधिकांश लोगों को जर्मनी ने शरण दी, जिसके फलस्वरूप उसकी मुस्लिम आबादी 46 लाख का आंकड़ा पार कर कुल जनसंख्या का लगभग छह प्रतिशत हो चुकी है। फ्रांस में भी मुस्लिम आबादी बढ़कर 10 प्रतिशत हो गई है और वह यूरोप का सबसे बड़ी मुस्लिम आबादी वाला देश बन गया है। कड़े सीमा नियंत्रण के बावजूद ब्रिटेन में मुस्लिम आबादी 6.5 प्रतिशत को पार कर गई। इसके चलते यूरोप के कई शहरों में वहां के मूल निवासी अल्पसंख्या में आ गए। इस कारण भी स्थानीय लोगों में रोष पनपने लगा। यही इन दिनों यूरोप में चल रही अप्रवास विरोधी लहर का प्रमुख कारण बना, जिसके चलते ब्रिटेन को यूरोपीय संघ की सदस्यता छोड़नी पड़ी और पिछले सप्ताह यूरोपीय संसद के चुनावों में फ्रांस और जर्मनी जैसे प्रमुख देशों में सत्ताधारी उदारवादी पार्टियों को अप्रवास विरोधी दक्षिणपंथी पार्टियों के हाथों पराजय का मुंह देखना पड़ा।

अवधेश राजपूत

फ्रांस में राष्ट्रपति मैक्रों की रेनेसां पार्टी को यूरोपीय संसदीय चुनावों में अप्रवासन विरोधी दक्षिणपंथी नेशनल रैली पार्टी से आधे वोट भी नहीं मिले। इसलिए उन्होंने अविश्वास प्रस्तावों से बनने वाले दबाव की प्रतीक्षा न करते हुए संसद को भंग कर दिया और मध्यावधि चुनाव की घोषणा कर डाली, जो 30 जून को होगा। इस चुनाव में मैक्रों की गठबंधन सरकार की हार लगभग तय मानी जा रही है। यदि ऐसा होता है तो वह नाम मात्र के राष्ट्रपति रह जाएंगे, क्योंकि दक्षिणपंथी नेशनल रैली उनकी घरेलू एवं विदेश नीतियों का विरोध करती है। इसी तरह यूरोपीय चुनावों में जर्मनी के चांसलर ओलाफ शुल्ज के डेमोक्रेटिक गठबंधन की इतनी बुरी हार हुई कि वह तीसरे स्थान पर चला गया। शुल्ज ने संसद भंग करके चुनाव की घोषणा तो नहीं की, लेकिन उनके लिए भी शेष डेढ़ वर्ष के कार्यकाल में अपनी सरकार चला पाना कठिन लग रहा है। ब्रिटेन में चार जुलाई को होने जा रहे आम चुनाव में प्रधानमंत्री सुनक की कंजरवेटिव पार्टी की हालत इतनी पतली है कि एक सर्वेक्षण में तो उसके तीसरे स्थान पर खिसकने के आसार बताए गए हैं।

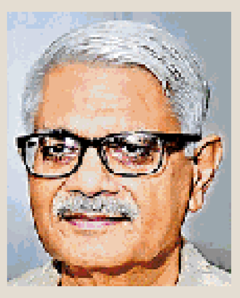
अमेरिका में अर्थव्यवस्था की स्थिति बढ़िया होने के बावजूद राष्ट्रपति बाइडन का चुनाव जीत पाना कठिन है, क्योंकि अदालतों में दोषी पाए जाने के बाद भी ट्रंप की लोकप्रियता बढ़ती जा रही है। कनाडा में प्रधानमंत्री ट्रूडो के गिरते जनसमर्थन को देखते हुए उनकी सरकार का अगले साल तक चल पाना कठिन है। यही हाल जापान में प्रधानमंत्री फुमियो किशिदा की गठबंधन सरकार का है। कुल मिलाकर जी-7 के सातों नेताओं में से केवल मेजबान इतालवी प्रधानमंत्री मेलोनी का राजनीतिक आधार ही मजबूत है, क्योंकि यूरोपीय चुनावों में उनके गठबंधन की शानदार जीत हुई है। आमंत्रित देशों में भारत के प्रधानमंत्री मोदी अपनी पार्टी का बहुमत खो देने के कारण राजनीतिक रूप से कुछ कमजोर अवश्य पड़े हैं, परंतु उनके गठबंधन के पास पर्याप्त बहुमत है और अर्थव्यवस्था की रफ्तार दुनिया की बड़ी अर्थव्यवस्थाओं में सबसे तेज है। मेलोनी के साथ उनके संबंध भी मधुर हैं। यह स्थिति भारत और यूरोप दोनों के लिए अनुकूल दिखाई देती है।

चीन से पिछड़कर यूरोप अब दुनिया की तीसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था रह गया है। इसलिए उसे अपनी विकास दर की रफ्तार बढ़ाने की जरूरत है। भारत को भी अपना माल बेचने के लिए यूरोप जैसे विशाल एवं विकसित बाजार की दरकार है, क्योंकि कोई देश विदेश में माल बेचकर धन कमाए बिना अपने लोगों का जीवनस्तर ऊपर नहीं उठा पाया है। इसलिए भारत को यूरोप के साथ मुक्त व्यापार समझौते की कोशिश करनी चाहिए, जिसकी यूरोप और भारत दोनों को जरूरत है। जी-7 देशों ने भारत-पश्चिम एशिया-यूरोप आर्थिक गलियारे के लिए वित्तीय संसाधन जुटाने और हिंद प्रशांत क्षेत्र की आर्थिक सुरक्षा का संकल्प दोहरा कर इस दिशा में आगे बढ़ने का संकेत दिया।

(लेखक बीबीसी हिंदी के पूर्व संपादक हैं)

response@jagran.com

जीवन को पूर्णता प्रदान करता है योग



गिरीश्वर मिश्र

> वैसे तो आसन और प्राणायाम शारीरिक अभ्यास हैं, किंतु इनका उतना ही आध्यात्मिक महत्व भी है

यदि योग को गंभीरता से अपना लिया जाए तो वह व्यक्ति का सबसे अच्छा और भरोसेमंद सहायक साबित होता है। यह अपने साधकों को दुख और क्लेश से मुक्त करता है और सुखपूर्वक समग्रता या पूर्णता में जीने का मार्ग प्रशस्त करता है। वेदों से निकला हुआ 'योग' शाब्दिक रूप से 'जुड़ने' के अर्थ को व्यक्त करता है। अनुमानतः लगभग 200 वर्ष ईसा पूर्व महर्षि पतंजलि ने 'योग सूत्र' में प्राचीन ज्ञान को वैज्ञानिक ढंग से व्यवस्थित कर लोक-कल्याण के लिए प्रस्तुत किया। इसका उद्देश्य था मन में उठने वाली उथल-पुथल को रोकने, दैनिक जीवन में शांति स्थापित करने और अंततः आत्मा और ब्रह्म का संयोग कराने के लिए मार्ग दिखाना। एक अध्ययन-विषय के रूप में योग भारतीय दर्शनों में से एक है।

प्रायः सभी भारतीय दर्शन उस सर्वव्यापी परम तत्व को स्वीकार करते हैं, जो सभी विद्यमान वस्तुओं में उपस्थित है। व्यक्ति और उस परम सत्ता में एकात्मता होती है। योग मार्ग वह पाठ है, जो व्यक्ति-चैतन्य को विकसित और समृद्ध करता है, ताकि जीवन में अधिक सामंजस्य का अनुभव शामिल हो सके और अंततः परम तत्व के साथ एकता का अनुभव हो सके। जैसा कि उपनिषदों में वर्णित है, हमारा अस्तित्व पांच तत्वों से बनी रचना है। इस रचना में शरीर, प्राण, मन, बुद्धि और आनंद के पांच क्रमिक स्तर पहचाने गए हैं। योग का अभ्यास इन तत्वों के बीच पारस्परिक संतुलन और चैतन्य लाता है और अस्तित्व के केंद्र परम तत्व की ओर अग्रसर करता है। योग बाह्य से आंतरिक बुद्धि और आंतरिक से बाह्य बुद्धि की यात्रा है।

योग-सूत्र अष्टांग योग के नाम से प्रसिद्ध है। इसके आठ अंग हैं-यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि। साधक को इन पर साथ-साथ समानांतर रूप से चलना चाहिए। योगाभ्यास का उद्देश्य साधक को आत्मावलोकन-अपने विचारों और व्यवहारों और उनके परिणामों को देखना-समझना भी होता है। यम और नियम नामक पहले दो चरण नैतिकता और सदाचारपूर्वक जीवन जीने के लिए निर्देश देते हैं। जहां यम बाहरी दुनिया के साथ संबंध पर केंद्रित हैं, वहीं नियम निजी आध्यात्मिक विकास और आत्मानुशासन की आदतों को बताते हैं। यम पांच हैं-अहिंसा, सत्य, अस्तेय (चोरी न करना), ब्रह्मचर्य (इंद्रियसुख का नियंत्रण) और अपरिग्रह (वस्तुओं का अतिसंचय/संग्रह)। यम वस्तुतः प्रतिबंध हैं, जो सिर्फ कर्म के स्तर पर ही नहीं, बल्कि विचार और शब्द के स्तर पर भी लागू होते हैं। इन्हें अपनाने पर योगाभ्यासी व्यक्ति को स्वतंत्रता मिलती है और खुली सांस लेने का अवसर मिलता है। इनके अतिरिक्त पांच नियम हैं, जो वस्तुतः सदाचार के पालन पर बल देते हैं। ये हैं-शौच (पवित्रता), संतोष, तप (इच्छाओं का शमन), स्वाध्याय (आध्यात्मिक ग्रंथों तथा स्वयं का अध्ययन) और ईश्वर-प्रणिधान (परमेश्वर को आत्मार्पण)। इस तरह यम और नियम योग पथ के राही के लिए कर्तव्य और अकर्तव्य की व्याख्या करते हैं। ये आत्म शोधन का भी काम करते हैं और अच्छे तथा सुखी जीवन का मार्ग प्रशस्त करते हैं। ये नींव रखने का काम करते हैं।

तेजी से लोकप्रिय हो रहा है योग ● प्रेट्र

आसन और प्राणायाम शारीरिक अभ्यास हैं, पर इनका आध्यात्मिक महत्व भी है। आध्यात्मिक विकास की ओर उन्मुख जीवन के लिए औजार भी ठीक होना चाहिए। राह मालूम हो, लक्ष्य भी ज्ञात हो, पर चालक ठीक है या नहीं, यह भी देखना होता है। सोद्देश्य जीवन के लिए शरीर ठीक रखना जरूरी है। यह पवित्र कर्तव्य बनता है कि शरीर को स्वस्थ रखा जाए। प्राणायाम से प्राण ऊर्जा का संचरण शरीर में स्वेच्छा से होता है, सिद्धियां भी आती हैं और मन की स्थिरता भी। वस्तुतः प्राणायाम और प्रत्याहार, दोनों ही आंतरिक दुनिया की ओर उन्मुख होते है और इस अर्थ में पहले के तीन चरणों-यम, नियम और आसान से भिन्न होते हैं। प्राणायाम का अभ्यास लयात्मक श्वास द्वारा इंद्रियों के अंदर की ओर खोजने की दिशा में चेतना को ले चलना, अंदर के अध्यात्म के गहन अनुभव की ओर अग्रसर करना संभव हो पाता है। पहले के पांच चरण बाद के तीन चरणों के लिए उर्वर आधार भूमि का निर्माण करते हैं। धारणा योग का छठा चरण है। इसके अंतर्गत साधक अपने अवधान की एकाग्रता एक दिशा में और लंबे समय तक बनाए रखता है। यह परम तत्व पर ध्यान केंद्रित करने की तैयारी है। बिना किसी व्यवधान के निर्बाध ध्यान करना साधक को सहकार का अवसर देता है। साधक का समग्र अस्तित्व-शरीर, श्वास, इंद्रियां, मन, बुद्धि और अहंकार, ध्यान की वस्तु-सभी परम तत्व के साथ एकीकृत हो जाते हैं। इस यात्रा का अंतिम पड़ाव समाधि है, जिसमें परम तत्व के साथ एकाकार होना होता है। तब अलगाव का भ्रम दूर हो जाता है और आनंद के साथ परम चेतना के साथ एकत्व का अनुभव होता है।

भारत में योग के ऊपर अध्ययन-अनुसंधान लगभग एक सदी से हो रहे हैं। पश्चिमी देशों में योग की लोकप्रियता बढ़ने के साथ मनोचिकित्सा के रूप में इसके वैज्ञानिक शोध का तेजी से प्रचलन हुआ है। अब अनेक मानसिक, संवेगिक और शारीरिक स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याओं जैसे अवसाद, पाचन क्रिया से जुड़े रोग, हृदय रोग, अस्थमा, मधुमेह और कैंसर आदि पर योग-अभ्यास के प्रभाव जांचे समझे जा रहे हैं। योगाभ्यास करने वाले प्रायः शरीर में विश्राम, मन में एकाग्रता और हृदय में शांति का अनुभव करते हैं, जो उन्हें स्वास्थ्य और खुशहाली प्रदान करती है। मनुष्य स्वभाव से अपूर्ण होता है, परंतु योग उसे पूर्ण बनाता है। फिर वह स्वयं को खोज लेता है। स्वयं अपने भीतर और सारे जगत में दिव्यता का दर्शन करने लगता है। यही योग का अभीष्ट है। योग की लोकप्रियता बढ़ रही है तो इसीलिए कि वह विश्व को भारत की ओर से दी जाने वाली एक अनूठी सौगात है।

(लेखक शिक्षाविद् एवं पूर्व कुलपति हैं)

response@jagran.com

https://t.me/NewsPaperPaid

ऊर्जा

आनंदमय जीवन

योग की धारा प्राचीन काल से अब तक योगियों के हृदय में पवित्र मंदाकिनी के अविरल प्रवाह की तरह प्रवाहित होती आ रही है। संपूर्ण विश्व का चिकित्सा जगत ऋषियों की इस योग विद्या पर अनुसंधान करके लाभान्वित हो रहा है। योग हमारे ऋषियों द्वारा प्रदत्त ऐसा विज्ञान है, जो संपूर्ण मानव जाति का उद्धार करने में समर्थ है।

योग से मनुष्य शारीरिक, मानसिक तथा आत्मिक ऊर्जा को प्राप्त करता है। इससे शरीर तथा मन की शुद्धि का मार्ग प्रशस्त होता है। योग के मार्ग पर निरंतर चलने से ही जीवात्मा सत्, चित्, आनंद स्वरूप ब्रह्म का साक्षात्कार करने में समर्थ बनता है। योग दर्शन में वर्णित योग के अंगों का श्रद्धापूर्वक पालन करने से जीवन में आध्यात्मिक आनंद की प्राप्ति होती है। योग आनंदमय जीवन जीने की कला है। योग से ही जीवन में कुशलतापूर्वक कर्म करने की योग्यता प्राप्त होती है। कर्मों की कुशलता का तात्पर्य है कर्मों का संपादन इस प्रकार से करना कि जो हमारे बंधन का कारण न बनें। आधुनिक परिप्रेक्ष्य में वर्तमान की विकृत जीवनशैली से लगभग सभी लोगों का शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य भी विकृत हो गया है। इसके कारण लोग तनाव, चिंता, अवसाद से तथा अनेक प्रकार की शारीरिक-मानसिक व्याधियों से ग्रस्त हैं। इस आधुनिक जीवन में योग का अनुकरण हमारे शरीर तथा मन को संतुलित तथा संयमित बनाकर सुरक्षा कवच प्रदान करता है।

मानव शरीर को धर्म के कार्य करने का प्रधान साधन माना गया है। इसी शरीर में दिव्य तत्व आत्मा का भी निवास स्थान है। इसलिए हमारे ग्रंथों में मानव शरीर को यज्ञ कर्म करने की दिव्य नौका माना गया है। योग शरीर रूपी इस दिव्य नाव को नई स्फूर्ति तथा ऊर्जा से परिपूर्ण करता है। योग से ही मानसिक एकाग्रता प्राप्त होती है, जिससे मनुष्य साधना के मार्ग पर आगे बढ़ता है। ब्रह्मांड के कण-कण में विराजमान ईश्वर के आनंद की अनुभूति करने में समर्थ बनता है।

आचार्य दीप चंद भारद्वाज

पाठकनामा

pathaknama@pat .jagran.com

क्या सबक लेंगे दलबदलू

'दलबदलुओं के लिए कठिन होती राह' शीर्षक से प्रकाशित आलेख में डा. जगदीप सिंह ने दलबदलुओं को यह समझाने की कोशिश की है कि उनका मौसम की तरह दल बदलना लोकतंत्र के साथ उनके राजनीतिक करियर के लिए भी नुकसानदेह है। वहीं, भाजपा को भी इस बात पर मंथन करना चाहिए कि उसे अबकी बार कम सीटें मिलने की वजह पार्टी में दलबदलुओं को जगह देना तो नहीं है? अब दलबदलू नेताओं से आमजन का मोहभंग हो रहा है, क्योंकि लोगों को ऐसा लगता है कि कुछ नेता जिधर की हवा चलती है, उधर के हो लेते हैं। पूर्व राष्ट्रपति एपीजे अब्दुल कलाम ने अपनी किताब 'पाथवेज टु ग्रेटनेस' में लिखा है कि 'नेताओं को देश के लिए एक दृष्टिकोण अपनाकर और विकासात्मक राजनीति का हिस्सा बनकर सभ्य समाज के लिए उदाहरण पेश करना चाहिए।' अफसोस की बात है कि आज हमारे देश में बहुत से नेता हर बात और काम पर राजनीति करने का बहाना खोजते रहते हैं। हमारे देश की राजनीति से अब विचारों के साथ देश के विकास के मुद्दे भी गायब हो गए हैं। कोई भी राजनीतिक दल बुरा नहीं होता, लेकिन जब किसी दल में स्वार्थी लोग शामिल हो जाते हैं तो वे उसकी छवि को धूमिल करते ही हैं, साथ ही लोकतंत्र को भी कमजोर करते हैं। लोकतंत्र में जब हाईकमान की नीतियां गलत लगें तो विरोधस्वरूप कोई भी नेता पार्टी बदलने में पूर्ण रूप से स्वतंत्र है, लेकिन जब कोई वर्षों तक पार्टी में रहा हो और पार्टी का खास चेहरा रहा हो वह केवल सत्ता के लोभ में उसे छोड़ दे तो ठीक नहीं कहा जाएगा। हमारे देश की राजनीति अवसरवाद का शिकार हो चुकी है। अब यह देखना होगा कि मतदाताओं ने जो इस बार के आम चुनाव में दलबदलुओं को नकारा है, उससे दलबदलू और राजनीतिक दल कितना सबक लेते हैं।

raju09023693142@gmail.com

अल्पसंख्यकों का कल्याण

'मोदी और मुसलमान' शीर्षक आलेख में बलबीर पुंज ने देश के मुसलमानों के भाजपा के प्रति अंतर्विरोध के कारणों को रेखांकित किया है। प्रधानमंत्री मोदी और मुस्लिमों को लेकर चर्चाएं होती रहती हैं। विपक्ष भी मुस्लिमों को लेकर प्रधानमंत्री पर कटाक्ष करता रहता है, लेकिन मोदी सरकार की ओर से देश के अल्पसंख्यकों के लिए अनेक कल्याणकारी योजनाएं जारी हैं। केंद्र में सरकार बनते ही प्रधानमंत्री ने अल्पसंख्यकों के लिए पांच करोड़ छात्रवृत्ति की घोषणा की थी। वर्ष 2006 में मुसलमानों के कल्याण के लिए प्रधानमंत्री ने नए 15 सूत्री कार्यक्रम की परिकल्पना की थी। कार्यक्रम का एक महत्वपूर्ण उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि प्राथमिकता क्षेत्र के ऋण का एक उचित प्रतिशत अल्पसंख्यक समुदायों के लिए लक्षित हो और सरकार द्वारा प्रायोजित विभिन्न योजनाओं का लाभ अल्पसंख्यक समुदायों को मिले। भाजपा के अल्पसंख्यक प्रकोष्ठ के राष्ट्रीय महासचिव सूफी एमके चिश्ती ने दावा किया है कि मोदी सरकार के पिछले दस वर्षों के दौरान कल्याणकारी योजनाओं से अल्पसंख्यक समुदाय को सबसे अधिक लाभ हुआ है। साल 2014 तक केवल 4.5 प्रतिशत मुसलमान सरकारी कर्मचारी थे और नौ वर्षों में यह आंकड़ा 10.5 प्रतिशत हो गया है। सरकार भेदभाव नहीं करती है।

युगल किशोर राही, छपरा, बिहार

बुनियादी सुधार की आवश्यकता

भले ही केके पाठक के सभी निर्णयों को नहीं सराहा जा सकता है लेकिन उनके कुछ निर्णय शिक्षा विभाग के लिए मील के पत्थर सिद्ध होंगे। शिक्षक समय पर आने लगे, इससे विद्यार्थियों की उपस्थिति भी बढ़ी है। शिक्षा में सुधार लाने के लिए सबसे पहले बुनियादी सुधार की आवश्यकता है। इस पर उनका अपेक्षित ध्यान नही गया। आज बहुत चर्चा होती है कि कक्षा तीन व पांच तक के अधिकांश बच्चों को ठीक से अक्षर व अंक का ज्ञान नहीं है। यह बिल्कुल सही है। इसके लिए जिम्मेदार कौन हैं, इसकी गहन पड़ताल करनी चाहिए। सरकारी विद्यालय में बच्चे छह वर्ष की उम्र में आते हैं और आते ही उसे हिंदी, अंग्रेजी, गणित की पुस्तक थमा दी जाती है। इससे पहले आंगनबाड़ी में अक्षर और अंक का बुनियादी ज्ञान क्यों नहीं सिखाया गया। अभी भी कई ऐसे विद्यालय हैं, जहां आवश्यकता के अनुसार कमरे, खेल का मैदान, पेयजल व शौचालय नहीं हैं। पर्याप्त पंखे व बल्ब नहीं हैं। सरकार के अधिकारी बीईओ, डीपीओ व डीईओ की भूमिका की भी गहन जांच नहीं की गई। जिस तरह से शिक्षा विभाग से केके पाठक को हटाने के लिए शिक्षा विभाग के कुछ कर्मी, शिक्षक नेता और कुछ शिक्षक भी जी जान से लगे हुए थे, वह भी संदेह के घेरे में हैं। कुछ टेट फर्जी शिक्षकों को तो पकड़ लिया गया लेकिन 2008 की रिक्तियों के नाम पर 2016 से 2023 तक बहाल शिक्षकों के बारे में पड़ताल नहीं की जा रही। इन सभी शिक्षकों के प्रमाण पत्र देखे जाने चाहिए।

कुंज बिहारी, नवादा

पोस्ट

भारत का मतदाता बहुत समझदार है। उसकी समझ पर सवाल उठाकर दरअसल आप अपनी नासमझी ही बता रहे होते हैं। अखिलेश शर्मा@akhileshsharma1

एक नेता ने देश में घूम-घूम कर नारा लगाया कि 'डरो मत' और वही नेता एक यूट्यूबर से डर जाता है। उस नेता के इशारे पर कर्नाटक पुलिस चोरों की तरह, सादे कपड़ों में, नियमों की धज्जियां उड़ाते हुए यूट्यबर को गिरफ्तार करने के लिए नोएडा तक पहुंच गई।

अशोक श्रीवास्तव@AshokShrivasta6

महीनों से छात्र यूजीसी नेट परीक्षा की तैयारी कर रहे थे। कई छात्रों ने बड़ी मेहनत से परीक्षा दी। अब परीक्षा निरस्त हो गई। छात्रों के सपनों पर पानी फिर गया। सरकार को अक्षम लोगों को हटाना चाहिए। एनटीए ने सरकार की नाक कटा दी है।

संगीत कुमार रागी@RagiSangit

नेशनल टेस्टिंग एजेंसी यानी एनटीए राष्ट्रीय शर्म का पर्याय बन गई है। 18 जून को हुई यूजीसी-नेट परीक्षा अगले दिन ही रद करनी पड़ी और इसकी जांच सीबीआई को सौंपी गई। देरसबेर शायद नीट भी रद हो जाए। रोज कदाचार के मामले सामने आ रहे हैं।

अमिताभ अग्निहोत्री@Aamitabh2

जनपथ

कौन कराता जा रहा सारे पेपर लीक,
क्यों होती ना दिख रही यह बीमारी ठीक?
यह बीमारी ठीक सीख ना लें सरकारें,
युवा जायं किस द्वार बताओ किसे पुकारें??
सारा पक्ष- विपक्ष दिख रहा है भरमाता,
समझ न आए लीक ये पेपर कौन कराता!

– ओमप्रकाश तिवारी

संस्थापक-स्व.पूर्णचन्द्र गुप्त, पूर्व प्रधान सम्पादक- स्व. नरेन्द्र मोहन, नॉन एग्जीक्यूटिव चेयरमैन- महेन्द्र मोहन गुप्त, प्रधान सम्पादक -संजय गुप्त

जागरण प्रकाशन लिमिटेड के लिये आनन्द त्रिपाठी द्वारा दैनिक जागरण प्रेस C-5, C-6 & 15 इंडस्ट्रियल एरिया, पाटलिपुत्रा, पटना - 800013 से प्रकाशित एवं मुद्रित, सम्पादक (बिहार/प. बंगाल)-विष्णु प्रकाश त्रिपाठी, स्थानीय सम्पादक - आलोक मिश्रा * दूरभाष : 0612-2277071, 2277072, 2277073

E.mail : patna@pat.jagran.com, R.N.I. NO. BIHHIN/2000/03097* इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं सम्पादन हेतु पी.आर.बी.एक्ट के अंतर्गत उत्तरदायी पटना जीपीओ रजि.नं. R-10/NP-18/14-16 समस्त विवाद पटना न्यायालय के अधीन ही होंगे। वर्ष 25 अंक 70

****

प्रवाह

हम सुशासन के महज उपभोक्ता बनकर नहीं रह सकते, हमें सहभागी होना होगा और सह-निर्माता भी। -रोहिणी नीलेकणी

नीट-यूजी का मामला अभी निपटा नहीं था कि अब नेट में कथित धांधली सामने आई है। इन परीक्षाओं में चूंकि देश के लाखों युवाओं का भविष्य दांव पर लगा होता है, परीक्षा नियामकों के लिए जरूरी है कि वे अपनी प्रक्रियाओं का मूल्यांकन करें और ऐसी ठोस योजना बनाएं कि भविष्य में ऐसी स्थिति उत्पन्न ही न हो।

अब 'नेट'

नीट-यूजी रद्द करने की मांग को लेकर देश भर में जारी प्रदर्शनों के बीच अब कथित गड़बड़ियों की सूचनाओं के चलते शिक्षा मंत्रालय द्वारा राष्ट्रीय पात्रता परीक्षा (नेट) को रद्द किए जाने से प्रतिष्ठित अखिल भारतीय परीक्षाओं में धांधली का नया मामला सामने आया है, जो इसलिए भी बेहद चिंताजनक है कि इन परीक्षाओं में वर्षों से तैयारी कर रहे लाखों युवाओं का भविष्य दांव पर लगा होता है। उल्लेखनीय है कि जूनियर रिसर्च फेलोशिप, सहायक प्रोफेसर के पदों और भारतीय विश्वविद्यालयों और कॉलेजों में पीएचडी कार्यक्रमों में प्रवेश की खातिर पात्रता निर्धारित करने के लिए गत अठारह जून को 'नेट' का आयोजन किया गया, जिसके बाद परीक्षा आयोजित कराने वाली संस्था नेशनल टेस्टिंग एजेंसी (एनटीए) ने इसके सफलतापूर्वक संपन्न होने का दावा भी किया था। देश भर के 317 शहरों में आयोजित परीक्षा में 11.21 लाख पंजीकृत उम्मीदवारों में से लगभग 81 फीसदी उपस्थित हुए थे। यानी करीब नौ लाख उम्मीदवारों की परीक्षा रद्द होना इंगित करता है कि कथित गड़बड़ी का संबंध पहले पेपर से हो सकता है, जो सभी परीक्षार्थियों के लिए सामान्य होता है। गृह मंत्रालय की साइबर अपराध इकाई से मिली सूचना के आधार पर इसे रद्द करने का फैसला किया गया है, जिसके अनुसार कथित तौर पर पेपर लीक और दूसरी गड़बड़ियों की बात सामने आई। नीट से अलग इस मामले में छात्रों या किसी अन्य की तरफ से परीक्षा को लेकर कोई शिकायत नहीं मिली। लेकिन मामला परीक्षा की शुचिता से जुड़ा था, इसलिए शिक्षा मंत्रालय ने परीक्षा प्रक्रिया में उच्चतम स्तर की पारदर्शिता और पवित्रता सुनिश्चित करने के लिए स्वतः संज्ञान लेते हुए इसे रद्द करने का निर्णय लिया। साथ ही, इस मामले की जांच सीबीआई को सौंपी गई है। यह देख हैरत ही होती है कि नीट के बाद नेट की ये खबरें तब आई हैं, जब कुछ महीने पहले ही सार्वजनिक परीक्षा (अनुचित साधनों का निवारण) कानून संसद से पारित हुआ था,

जिसका उद्देश्य ही था–सरकारी परीक्षाओं में धांधलियों को रोकना, और जिसमें तीन से पांच साल की जेल व दस लाख रुपये तक के जुर्माने का प्रावधान भी है। किसी परीक्षा का रद्द होना या उसकी जांच निस्संदेह परीक्षा प्रक्रिया के अंग हैं। लेकिन यह भी सच है कि परीक्षा रद्द होने से उन युवाओं का मनोबल टूट सकता है, जो वर्षों से इसकी तैयारी कर रहे थे। ऐसे में, परीक्षा नियामकों के लिए जरूरी है कि वे अपनी प्रक्रियाओं में निहित कमियों की पहचान करें और दोषियों को दंड देने के साथ ही परीक्षाओं की ऐसी स्पष्ट व ठोस योजना बनाएं कि भविष्य में ऐसी स्थिति उत्पन्न ही न हो।

वादों के मुताबिक नतीजे भी मिलें

नरेंद्र मोदी 3.0 की मशीनरी काम पर लग गई है। सौ दिनों के कार्यक्रम पर काम हो रहा है, लेकिन विकास और समृद्धि के लिए सभी मंत्रालयों को उन मुद्दों को प्राथमिकता में रखना चाहिए, जो चुनाव के दौरान छाए रहे।

मोदी के नेतृत्व में राजग-3.0 सरकार काम पर लग गई है। जाहिर है, सौ दिनों का कार्यक्रम पर काम हो रहा है। ऐसे में, उन मुद्दों को समझना जरूरी है, जो चुनाव अभियानों के दौरान छाए रहे। कृषि, पानी, उद्योग, श्रम, कौशल और रोजगार से संबंधित चिंताओं पर ध्यान दिया जाना जरूरी है। यह विकास एवं समृद्धि के लिए प्रमुख मंत्रालयों की कार्यसूची पेश करने का अवसर प्रदान करता है।

शिवराज सिंह चौहान (कृषि, कृषक कल्याण एवं ग्रामीण विकास)-कृषि क्षेत्र का संकट राजनीतिक संवादों एवं आर्थिक आंकड़ों में प्रतिध्वनित होता है। लगभग आधा यानी 45 फीसदी कार्यबल कृषि में लगा हुआ है और राष्ट्रीय आय के छठे हिस्से पर निर्भर है। यह आंकड़ा गरीबी का केंद्रीय पहलू है।

शंकर अय्यर
वरिष्ठ पत्रकार

निजी क्षेत्र का सबसे बड़ा उद्यम होने के बावजूद उद्योग के विपरीत कृषि में आगत और निर्गत के संबंधों का अभाव है, जो पुनः कृषि कानूनों (जिन्हें वापस ले लिया गया था) को लाने की आवश्यकता पर बल देता है, ताकि नवाचार को अपनाया जा सके और किसान उत्पादक संगठनों एवं सहकारी समितियों के जरिये ऋण, भंडारण एवं बाजारों तक पहुंच को सक्षम बनाया जा सके। ग्रामीण विकास एवं कृषि को एक साथ लाने से लक्ष्यों में तालमेल बिठाया जा सकता है। हालांकि जरूरी सुधार पूरी तरह से राज्यों के अधिकार क्षेत्र में है। यही बात चार बार के मुख्यमंत्री और वरिष्ठ राजनेता के रूप में चौहान के चयन को महत्वपूर्ण बनाती है, जो राज्यों के साथ सहयोग करने और खेती के मुद्दों को आगे बढ़ाने में सक्षम हैं।

चिराग पासवान (खाद्य प्रसंस्करण)-चौहान को युवा खाद्य प्रसंस्करण मंत्री चिराग पासवान का भी मार्गदर्शन करना होगा। राजनीतिक अर्थव्यवस्था के आंकड़ों में उच्च मुद्रास्फीति का दर्द सुना जा सकता है। आठ फीसदी से अधिक खाद्य मुद्रास्फीति निजी उपभोग एवं कॉरपोरेट राजस्व पर जीडीपी के आंकड़ों में दिखाई देती है। इसका कारण असमान उत्पादन और भंडारण

व प्रसंस्करण क्षमता का अभाव है। भारत को किराये पर भंडारण के लिए एक ढांचा तैयार करने की जरूरत है, जहां किसान अपनी उपज को इच्छानुसार बेचने या ऋण के लिए गिरवी रख सकें। भारत को 'एक जिला, एक उत्पाद' का लाभ उठाने तथा मूल्य संवर्धन और रोजगार बढ़ाने के लिए प्रसंस्करण क्षमता के विस्तार की खातिर राज्यों में विधायी मार्ग को स्पष्ट करने की भी जरूरत है।

सीआर पाटिल (जल शक्ति)-भारत में जल संकट पर लंबे समय से ध्यान नहीं दिया गया है और यह कई जटिल बाध्यताओं से घिरा हुआ है। भंडारण, उपलब्धता, गुणवत्ता और पहुंच के मुद्दों के कारण महत्वाकांक्षी 'हर घर जल' कार्यक्रम भी आलोचनाओं के निशाने पर है। घटते भूजल स्तर और टैंकर आपूर्ति वाले शहरी भारत के आंकड़ों में इसे स्पष्ट रूप से देखा जा सकता है, जो 100 से अधिक लोकसभा क्षेत्रों में फैला है। भारत का हर प्रमुख महानगर 50 से लेकर 100 किलोमीटर से अधिक दूरी से पेयजल प्राप्त करता है। ऐसे में, एक समग्र दृष्टिकोण की आवश्यकता है। पानी के खारेपन को दूर करने तथा रीसाइक्लिंग के लिए संयंत्र लगाना तत्काल जरूरी है। इसके लिए काफी धन की जरूरत होगी तथा पब्लिक-प्राइवेट मॉडल की आवश्यकता होगी। भारत के पास सॉवरेन और पेंशन फंड से धन जुटाने का अवसर है। एक टेक्नोक्रेट-राजनीतिक होने के नाते पाटिल के पास विरासत को संभालने का मौका है।

मनसुख मंडाविया (श्रम, रोजगार एवं युवा मामले) और जयंत चौधरी (कौशल विकास)- बेरोजगारी और रोजगार सृजन का मुद्दा पूरे चुनाव के दौरान गूंजता रहा। रोजगार सृजन और उपलब्ध कौशल में काफी अंतराल है। भारत को एक ऐसी श्रम नीति की जरूरत है, जो नीतियों को बाजार की जरूरतों के साथ जोड़ सके। बेशक हमारे पास कौशल विकास कार्यक्रम है, लेकिन जैसा कि संसद की स्थायी समिति ने रेखांकित किया, कुशल लोगों को प्लेसमेंट के लिए संघर्ष करना पड़ रहा है। सबसे पहले शैक्षणिक उपलब्धियों की मैपिंग, युवा कार्यबल के कौशल को प्रमाणित करने के लिए ढांचा, उद्योग की जरूरतों के हिसाब से पाठ्यक्रमों को पुनः तैयार करने और कंपनियों को कर्मचारियों को कुशल बनाने एवं फिर से कौशल प्रदान करने के लिए कार्यक्रमों को शुरू करने के लिए प्रेरित करने की जरूरत है। सरकार को ग्लोबल स्किल गैप स्टडी द्वारा उजागर किए गए अवसरों का लाभ उठाना चाहिए। मंडाविया एवं चौधरी को अकाउंट एग्रीगेटर और ओएनडीसी पहलों में भी तेजी लानी होगी, ताकि रोजगार पैदा करने वाले स्टार्ट-अप्स को ऋण और बाजार तक पहुंच मिल सके।

पीयूष गोयल (वाणिज्य एवं उद्योग)-बदलती भू-राजनीति, खास तौर पर अमेरिका और चीन के बीच तनाव ने वैश्विक कंपनियों को जस्ट-इन-टाइम (जरूरत पड़ने पर ही आपूर्तिकर्ताओं से सामान मंगाना) से जस्ट-इन-केस (किसी उत्पाद के स्टॉक से ज्यादा बिकने की संभावना को कम करना) बिजनेस मॉडल अपनाने के लिए प्रेरित किया है। भारत वैश्विक विनिर्माण में अपनी मौजूदगी बढ़ाने के वैश्विक अवसर के चौराहे पर खड़ा है। मई में पीडब्ल्यूसी द्वारा प्रकाशित एक सर्वेक्षण के मुताबिक, भारत वैश्विक आपूर्ति शृंखलाओं में अमेरिका और चीन के बाद, तीसरी सबसे अहम कड़ी के रूप में उभर रहा है, विशेष रूप से इलेक्ट्रॉनिक्स, फार्मास्यूटिकल्स और चिकित्सा उपकरणों के क्षेत्र में। हां, उत्पादन से जुड़ी प्रोत्साहन योजना कुछ क्षेत्रों में फायदा पहुंचा रही है, लेकिन और काम करने की जरूरत है।

सुधारों के अधूरे एजेंडे का बोझ राज्यों पर है और यहां नीति आयोग सर्वोत्तम प्रथाओं की एक ब्लू बुक बनाकर बदलाव ला सकता है। भारत को नई श्रम संहिताओं को अपनाने में तेजी लानी होगी। सार्वजनिक क्षेत्र के उपक्रमों की अधिशेष भूमि का लाभ उठाकर निवेश करने वाली कंपनियों के लिए जगह बनानी होगी और नियामकीय बाधाओं को दूर करना होगा। भारत को निवेश आकर्षित करने और रोजगार सृजन को बढ़ावा देने के लिए और अधिक औद्योगिक समूहों की आवश्यकता है, विशेष रूप से पूर्वी तट और उत्तर के संसाधन संपन्न राज्यों में। मंत्रिमंडल में मंत्रियों के चयन से व्यक्तित्व के साथ फोकस क्षेत्रों के दिलचस्प जुड़ाव, राजनीतिक मजबूरियों और आर्थिक अनिवार्यताओं का पता चलता है। यह देखना अभी बाकी है कि इस पूरे बदलाव से वादे के मुताबिक नतीजे मिलते हैं या नहीं।

edit@amarujala.com

जीवन धारा

चार्ली चैपलिन

जब तुम्हें यह अहंकार हो जाए कि तुम अपने प्रशंसकों से बड़ी हो गई हो। उसी वक्त पेरिस के किसी भी हिस्से में चली जाना। वहां, तुम्हें तुमसे भी ज्यादा सुंदर और प्रतिभावान नृत्यांगनाएं मिलेंगी।

खूब ऊंचाइयों को छुओ पर पैर जमीन पर ही रहें

मेरी प्यारी बेटी! *क्रिसमस की रात है। तुम्हारे भाई-बहन और मां-सभी गहरी नींद में हैं। मैं अभी अधजगा हूं और कमरे में धीमी रोशनी है। तुम इस वक्त सपनों के शहर पेरिस में हो, जहां चैंप्स एलिसीस के शानदार मंच पर नृत्य कर रही हो। इस रात के सन्नाटे में मैं तुम्हारे कदमों की आहट सुन सकता हूं। खूबसूरत बनो, नृत्य करो और सितारा बनकर चमको, लेकिन दर्शकों का उत्साह, प्रशंसा और उनके उपहार जब तुम्हें मदहोश करने लगें, तब एक कोने में बैठकर तुम मेरा पत्र पढ़ना और दिल की आवाज सुनना। क्या तुम जानती हो, जब तुम नन्ही बच्ची थी, तब मैं तुम्हारे पास बैठकर स्लीपिंग ब्यूटी की कहानी सुनाता था। मैंने तुम्हारे सपने देखे हैं। तुम्हारा वर्तमान व भविष्य देखा है। मैं फटे पैंट में नाचता था और तुम राजकुमारियों की तरह रेशम की पोशाक में नृत्य करती हो।*

यह नृत्य और तालियों की गड़गड़ाहट कभी-कभी तुम्हें स्वर्ग में पहुंचा देंगी। खूब ऊंचाइयों को छुओ, लेकिन तुम्हारे पैर हमेशा जमीन पर ही रहें। तुम्हें उन लोगों को देखना चाहिए, जो गलियों में ठंड और भूख से कांपते हुए नाचते हैं। मैं भी उनके जैसा था। मैं जानता हूं कि भूख क्या होती है। मैं जानता हूं, सिर पर छत नहीं होने का दर्द क्या होता है? मैंने वह अपमान सहा है, जब लोग सिक्के उछालकर देते थे। फिर भी मैं जिंदा हूं। इसे यहीं छोड़ते हैं...। मैंने चालीस वर्षों से भी अधिक समय तक लोगों का मनोरंजन किया, लेकिन हंसने से ज्यादा रोया हूं। जिस दुनिया में तुम रहती हो, वहां नाच-गाने के अलावा कुछ नहीं है। आधी रात में थिएटर से जब तुम बाहर आओगी, तो अपने अमीर प्रशंसकों को भले भूल जाना, पर टैक्सी ड्राइवर से उसकी पत्नी के बारे में पूछना मत भूलना। यदि वह गर्भवती है और उसके पास अजन्मे बच्चे के डायपर के लिए पैसे नहीं हैं, तो तुम कुछ पैसे उसकी जेब में रख देना। समय-समय पर बस से यात्रा करना, शहर में पैदल भी चलना। लोगों, विधवाओं और अनाथों को देखो और दिन में एक बार खुद से कहो, मैं भी उनके जैसी हूं। कला इन्सान को पंख देती है। जब तुम्हें लगे कि तुम अपने प्रशंसकों से बड़ी हो गई हो, उसी वक्त टैक्सी पकड़ कर पेरिस के किसी भी हिस्से में चली जाना। वहां, तुम्हें कई नृत्यांगनाएं मिलेंगी। वे तुमसे भी ज्यादा सुंदर और प्रतिभावान होंगी। फर्क इतना है कि उनके पास थिएटर की चकाचौंध नहीं है। हमसे भी कोई न कोई बेहतर होता है, लेकिन आगे बढ़ते रहना और निरंतर सीखना ही कला है। मैं चाहता हूं कि तुम्हें कभी गरीबी का एहसास न हो। इस खत के साथ मैं तुम्हें चेकबुक भी भेज रहा हूं, ताकि तुम अपनी मर्जी से खर्च कर सको। दो सिक्के खर्च करने के बाद सोचना कि तुम्हारे हाथ में जो तीसरा सिक्का है, वह तुम्हारा नहीं, उस अज्ञात व्यक्ति का है, जिसे इसकी बेहद जरूरत है। हो सकता है किसी रोज कोई राजकुमार तुम्हारा दीवाना हो जाए, लेकिन खूबसूरत दिल का सौदा सिर्फ बाहरी चमक-दमक पर न कर बैठना। याद रखना कि सबसे बड़ा हीरा तो सूरज है, जो सबके लिए चमकता है। हां! जब ऐसा समय आए कि तुम किसी से प्यार करने लगो, तो उसे अपने पूरे दिल से प्यार करना। मैंने तुम्हारी मां को इस विषय में तुम्हें लिखने के लिए कहा था। वह प्यार के बारे में मुझसे ज्यादा जानती है। ***(हास्य अभिनेता चार्ली चैपलिन द्वारा 25 दिसंबर, 1965 को अपनी बेटी जेराल्डीन को लिखे गए पत्र के संपादित अंश)***

इन्सान बनें

मैं जानता हूं कि पिता और बच्चों के बीच एक अंतहीन तनाव बना रहता है। मुझसे और मेरे विचारों से लड़ो, मेरी बेटी। मैं आज्ञाकारी बच्चे नहीं चाहता। मैं कोई देवदूत नहीं हूं, जिंदगी भर एक इन्सान बनने की कोशिश की है। तुम भी यही करना। ढेर सारे प्यार के साथ तुम्हारा चार्ली।

सूत्र

स्मरण

आज प्रख्यात साहित्यकार विष्णु प्रभाकर की जयंती है। उन्हें मलाल था कि सरल भाषा के चलते आलोचक उनको सृजक नहीं मानते।

पचास वर्ष बाद भी पाठकों का प्रिय 'आवारा मसीहा'

प्रख्यात साहित्यकार विष्णु प्रभाकर द्वारा रचित *आवारा मसीहा* के पचास वर्ष पूर्ण होने पर मैंने उनकी जन्मस्थली मीरापुर में यह मालूम करने की कोशिश की कि यहां कितने लोग उनको जानते हैं। मुझे यह देखकर प्रसन्नता हुई कि यहां के लोग प्रभाकर जी को जानते हैं, हालांकि नई पीढ़ी के लोगों को उनके बारे में कम जानकारी है।

विष्णु प्रभाकर का जन्म 21 जून, 1912 को उत्तर प्रदेश के मुजफ्फरनगर जनपद के मीरापुर कस्बे में हुआ था। मीरापुर के बारे में उन्होंने आत्मकथा के पहले खंड *पंखहीन* में लिखा है।

विष्णु प्रभाकर
21 जून, 1912-11 अप्रैल, 2009

उत्तर प्रदेश के मुजफ्फरनगर जनपद के मीरापुर कस्बे में पैदा हुए विष्णु प्रभाकर ने शरतचंद्र की जीवनी 'आवारा मसीहा' लिखने में स्वयं को पूरी तरह झोंक दिया था। यह साहित्य का गौरव-ग्रंथ है। वह कहते थे, मुझे आलोचकों ने नहीं, पाठकों ने साहित्यकार बनाया है।

बारह वर्ष की उम्र में वह पढ़ने के लिए मीरापुर से अपने मामा के पास हिसार चले गए थे। बाद में उन्होंने अपना मकान सत्यप्रकाश गोयल और ब्रजेश्वर शरण गोयल को दान दे दिया था, जहां आज सत्संग भवन बना हुआ है। (अब सत्यप्रकाश गोयल के भाई विपिन गुप्ता पास के ही एक दूसरे मकान में रहते हैं। विपिन बताते हैं कि विष्णु प्रभाकर का यहां बहुत कम आना हुआ। एक बार सत्संग भवन में ही उनके नाम पर पुस्तकालय बनाने का विचार हुआ, लेकिन यह योजना ठंडे बस्ते में चली गई।) मेरी उनसे एक ही बार दिल्ली में तब मुलाकात हुई, जब वह बीमार थे। जब उन्हें मैंने बताया कि मैं उनकी जन्मभूमि से आया हूं, तो वह बहुत प्रसन्न हुए। बातचीत के क्रम में मैंने उनसे पूछा कि पुराने और आज के समय में कैसा बदलाव महसूस करते हैं, तो उन्होंने कहा कि 'पुराने समय में समाज के सामने कुछ आदर्श थे। उस समय त्याग और बलिदान जैसे मूल्यों ने हमारी पीढ़ी में संस्कार पैदा किए, पर आज हमारे नैतिक मूल्यों में गिरावट आई है।' उनका स्वास्थ्य ठीक न होने की वजह से उनसे लंबी बातचीत नहीं हो पाई। विष्णु प्रभाकर का व्यक्तित्व जितना सरल-सहज था, वह उतनी ही सहज-सरल भाषा में लिखते भी थे। वह कहते थे, 'मेरे कहने का ढंग सपाट हो सकता है, इसलिए मेरे आलोचक मुझे सृजक नहीं मानते।' लेकिन उन्हें आलोचकों ने नहीं, बल्कि पाठकों ने बड़ा कथाकार बनाया।

शरतचंद्र की जीवनी *आवारा मसीहा* ने उन्हें प्रसिद्धि दी। इसे लिखने में उन्होंने स्वयं को समूचा झोंक दिया। यह साहित्य का गौरव-ग्रंथ है। उनकी कहानी *धरती अब भी घूम रही है* और उपन्यास *अर्धनारीश्वर* बहुत लोकप्रिय हुए। *अर्धनारीश्वर* उपन्यास को 1993 में साहित्य अकादेमी सम्मान भी प्राप्त हुआ। उन्होंने प्रेम, स्त्री, गरीबी, आर्थिक दुश्चक्र और देश-विभाजन की त्रासदी को लेकर अनेक मार्मिक रचनाएं लिखीं। बच्चों के लिए बच्चा बनकर लिखने वाले विष्णु जी ने बाल साहित्य को नई ऊंचाई प्रदान की। संस्मरण और यात्रा वृत्तांत में भी उनका मन खूब रमा। विविध विधाओं में विपुल लेखन करने वाले विष्णु जी की *आवारा मसीहा* की लोकप्रियता अब भी बरकरार है। -रोहित कौशिक

आंकड़े

एमएसपी में बढ़ोतरी

सरकार फसलों के लिए न्यूनतम समर्थन मूल्य (एमएसपी) की घोषणा करती है। दस वर्षों में दाल व तिलहन पर सबसे ज्यादा एमएसपी बढ़ी है।

नाइजर सीड	4234
तिल	4135
मूंग	4058
सूरजमुखी	3060
अरहर	2700
उड़द	2650

यह बढ़ोतरी 2014 से 2024 के बीच की है, 2004-14 तक अधिकतम वृद्धि 3130 थी। स्रोत : PIB

मार्कण्डेय मुनि की तपस्या से प्रसन्न होकर भगवान ने उनसे कहा कि तुम्हें क्या चाहिए? वह बोले-प्रभु, मैं एक बार आपकी माया को देखना चाहता हूं।

मार्कण्डेय ने देखी 'माया'

अंतर्यात्रा
संकलित

मार्कण्डेय मुनि महर्षि मृकण्डु के पुत्र थे। गुरु की आज्ञा से वह श्रीहरि का तप करने लगे। मुनि के तप से प्रसन्न होकर भगवान विष्णु ने उन्हें दर्शन दिए और कहा कि तुम्हें क्या चाहिए?

मार्कण्डेय मुनि ने कहा कि प्रभु मुझे आपकी भक्ति के अलावा कुछ नहीं चाहिए। फिर भी मैं आपकी 'माया' को देखना चाहता हूं। तथास्तु कहकर भगवान चले गए। ऋषि ने सोचा कि मुझे 'माया' के दर्शन कब होंगे? शाम के समय मुनि नदी के तट पर पूजन कर रहे थे। देखते ही देखते आकाश में भयानक आवाज हुई। चारों ओर पानी ही पानी था। पृथ्वी गायब हो गई। मार्कण्डेय इधर-उधर भटकने लगे। भूख पर नियंत्रण करने वाले मुनि को अब भूख व्याकुल करने लगी। बताया जाता है अनेक वर्षों तक मुनि उसी समुद्र में भ्रमण करते रहे। उन्हें मृत्यु के समान कष्ट होने लगा। उन्हें उसी विशाल समुद्र में पृथ्वी का एक टुकड़ा दिखता है। उस पर एक बालक बैठा हुआ था। वह उसकी ओर गए, तो बालक मुनि को निगल गया। वह देखते हैं कि उस बालक के पेट में मुनि को पहले जैसा ही दृश्य दिखा। फिर से बाहर आने पर वही, प्रलय का दृश्य।

बाहर आकर मुनि उस बालक की मंद-मंद मुस्कराहट देखकर उसका आलिंगन करना ही चाहते थे कि वह अंतर्धान हो गया और मुनि पूर्व की तरह अपने आश्रम में थे। इसके बाद मार्कण्डेय ने भगवान का स्मरण करते हुए उनकी 'माया' को प्रणाम किया।

अमर उजाला
पुराने पन्नों से — 25 फरवरी, 1950

पाकिस्तानी रुपये का मूल्य गिरा, आर्थिक हालत बुरी

आर्थिक हालत बुरी

भारत और पाकिस्तान के बीच व्यापार बंद होने से पाकिस्तान के रुपये का मूल्य तीन प्रतिशत और गिर गया है। इससे पाकिस्तान की आर्थिक हालत और बुरी हो गई है। पाकिस्तान में मसाला, साबुन की बेहद कमी हो गई है।

बेजुबान जानवरों की भी फिक्र हो

पारे के 50 डिग्री छूते ही मनुष्य तो एसी-कूलर के सहारे काम चला रहा है, लेकिन ऐतिहासिक गर्मी वन्यजीवों के लिए काल बनी हुई है।

जयसिंह रावत
मौसम

वैश्विक स्तर पर वर्ष 2023 तो सबसे गर्म वर्ष माना ही गया, मगर 2024 में स्थितियां और भी विकट लग रही हैं। भारतीय मौसम विभाग की पूर्व में दी गई चेतावनी सच साबित हो रही है और चरम हीटवेव या गर्म लहरों से भारत का अधिकांश हिस्सा झुलस रहा है।

इस साल दिल्ली कुछ इलाकों में अधिकतम तापमान 50 डिग्री के पार पहुंच चुका है। राजस्थान में बीएसएफ के एक जवान द्वारा रेत में पापड़ तलने का वायरल वीडियो सारे देश ने देखा। सेंटर फॉर सांइस ऐंड एन्वॉयरनमेंट (सीएसई) के अनुमान के अनुसार, गर्मी से जून की शुरुआत तक देश में कम से कम 219 लोगों की मौत हो गई थी। विशेषज्ञों का कहना है कि जलवायु परिवर्तन के इस दौर में ये गर्म लहरें अब लंबी, तीव्र और लगातार होती जाएंगी। ये विकट परिस्थितियां वन्यजीवों तथा पादप प्रजातियों के लिए भी समान रूप से घातक हैं। भारत एक उष्णकटिबंधीय जलवायु क्षेत्र

है, जहां जलवायु परिवर्तन के कारण तापमान 50 डिग्री सेल्सियस तक पहुंच जाता है। यह स्थिति निरंतर गहरा रही है। असहनीय गर्मी से मनुष्यों के साथ ही जीव-जंतुओं की मौतें भी बढ़ रही हैं। हिमालय से लेकर महासागर तक विभिन्न भौगोलिक परिस्थितियों के अनुसार विभिन्न प्रकार की जीव और पादप प्रजातियां रहती हैं। इनमें कुछ जीव और पादप ऐसे हैं, जो अत्यंत ठंडे या बर्फीले इलाके में रहते हैं, तो कुछ ऐसे भी हैं, जो गर्म इलाकों में जीवित रह सकते हैं। लेकिन गर्मी और ठंड के संतुलन की जो प्राकृतिक व्यवस्था है, उसमें गड़बड़ी या असंतुलन हो जाने से जीवधारियों के साथ ही पादपों का जीवन भी संकट में पड़ जाता है।

गर्मी बेजुबान वन्यजीवों के लिए गंभीर संकट पैदा करती है। कई जानवर, विशेष रूप से वे, जो अत्यधिक गर्मी के अनुकूल नहीं हैं, अधिक गर्मी से पीड़ित होते हैं। अत्यधिक गर्मी से निर्जलीकरण और हाइपरथर्मिया जैसी समस्याओं से उनकी मृत्यु तक हो जाती है। वन्यजीव अक्सर गर्मी से बचने के लिए रात में अधिक सक्रिय हो जाते हैं, जिससे उनके भोजन और सहवास का पैटर्न बाधित हो सकता है। जल स्रोत सूखने से उनके लिए पानी की कमी होती है, जिस कारण जानवरों को पानी की तलाश में लंबी दूरी तय करनी पड़ती है। इससे शिकार और मानव-वन्यजीव संघर्ष का खतरा बढ़ जाता है। उच्च तापमान और वर्षा की कमी से वनस्पति भी सूख जाती है, जिससे शाकाहारी जानवरों और उन पर निर्भर मांसाहारी जानवरों के लिए भोजन की उपलब्धता कम हो जाती है। जंगलों से बाहर बस्तियों में भीषण गर्मी से तोते, गौरैया, नीले कबूतर, खलिहान उल्लू, काली चील, पतंगे, भारतीय भेड़िया, सांप, छिपकली, नेवले, शाही, चूहा, सियार, सिवेट, बंदर और गिलहरी जैसे कई जीव प्रभावित होते हैं।

गर्म तापमान परजीवी और रोगजनकों में भी वृद्धि करता है। लंबे समय तक गर्मी के तनाव से जानवरों की प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर हो जाती है, जिससे वे संक्रमण के प्रति अधिक संवेदनशील हो जाते हैं। कुछ ऐसे जीव होते हैं, जिन पर गर्म लहरों का ज्यादा असर होता है। पक्षी विशेष रूप से शुष्क क्षेत्रों में गर्मी के गंभीर जोखिम का सामना करते हैं। उनमें निर्जलीकरण और गर्मी से थकावट आम है। उनके घोंसले ज्यादा गरम होने से चूजे मर सकते हैं। कई सरीसृप एक्टोथर्मिक होने के बावजूद, ज्यादा गरम हो सकते हैं और अगर उन्हें छाया नहीं मिलती, तो वे मर जाते हैं। हाथी और बाघ जैसे बड़े स्तनधारी भी आवास, भोजन और पानी की तलाश में मानव बस्तियों के करीब आ जाते हैं, जिससे मानव-जीव संघर्ष बढ़ जाता है। विभिन्न राष्ट्रीय उद्यानों और अभयारण्यों में भी वन्यजीवों को गंभीर कष्ट का सामना करना पड़ता है।

मनुष्यों की तरह ही वन्यजीवों के संरक्षण के लिए विज्ञान और प्रौद्योगिकी का उपयोग होना चाहिए। जरूरी है कि वन्यजीवों पर गर्मी के दीर्घकालिक प्रभावों को समझने और शमन रणनीतियों को विकसित करने के लिए विस्तृत अध्ययन और सर्वेक्षण किया जाए। स्थानीय समुदायों को चरम मौसमी घटनाओं के दौरान वन्यजीवों की मौतों की रिपोर्ट करने के लिए प्रोत्साहित किया जाना चाहिए, ताकि एक व्यापक डाटाबेस बनाया जा सके। वन्यजीव अभयारण्यों के भीतर जल स्रोतों का निर्माण और रखरखाव जरूरी है। वन्यजीवों के पर्यावास के लिए पेड़ लगाना जरूरी है। अत्यधिक गर्मी के दौरान समय पर हस्तक्षेप के लिए वन्यजीव स्वास्थ्य और व्यवहार की निरंतर निगरानी होनी चाहिए।

चिंतन

गर्मी से हो रही मौतें, बढ़ रहे जलवायु परिवर्तन के खतरे

तो क्या भीषण गर्मी जलवायु परिवर्तित होने की दस्तक है। अभी विकसित देशों के संगठन जी-7 की बैठक हुई, लेकिन जलवायु परिवर्तन के खतरे और तापमान में कमी लाने के विषय पर कोई गंभीर चर्चा नहीं हुई, जबकि पेरिस क्लाइमेट करार के तहत कार्बन उत्सर्जन में कमी लाने के लिए विकासशील देशों की लागत की भरपाई विकसित देशों को ही करनी है। पर विकसित देश लगातार अपनी जिम्मेदारी से मुंह चुरा रहे हैं। भारत समेत अन्य विकासशील देश कार्बन उत्सर्जन में कमी लाने के लिए सभी देशों को एकजुट होने की बात कर रहे हैं, पर विकसित देश अपना योगदान करने में आनाकानी कर रहे हैं। इस बार भारत समेत अनेक एशियाई देश भीषण गर्मी की चपेट में हैं। यूरोप, ऑस्ट्रेलिया, कनाडा, अमेरिका जैसे शीत देशों में भी मौसम चक्र बदल रहा है, वहां का भी तापमान बढ़ रहा है, अंटार्कटिका पर ग्लेशियर पिघलने की घटनाएं तेजी से बढ़ रही हैं, जंगलों में आग लगने की घटनाएं बढ़ रही हैं। ये सभी वायुमंडल में तापमान बढ़ने के संकेत हैं। केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय के मुताबिक, भारत के एक बड़े हिस्से में जारी भीषण गर्मी की वजह से इस वर्ष 1 मार्च से लेकर 18 जून तक कम से कम 114 लोगों मौत हुई है और 40,984 लोगों को संदिग्ध तापघात से जूझना पड़ा। राष्ट्रीय रोग नियंत्रण केन्द्र (एनसीडीसी) द्वारा राष्ट्रीय स्तर पर गर्मी से संबंधित बीमारी और मृत्यु निगरानी के तहत जारी किए गए आंकड़ों के अनुसार, गर्मी से उत्तर प्रदेश सर्वाधिक प्रभावित है जहां लू और तापघात से करीब 37 लोगों की मौत हुई है। इसके बाद बिहार, राजस्थान और ओडिशा में लोगों की जान गई है। उत्तर और पूर्वी भारत के अधिकांश इलाके लंबे समय से भीषण लू की चपेट में हैं, जिससे तापघात से होने वाली मौतों में वृद्धि हुई है। स्वास्थ्य मंत्री जे.पी. नड्डा ने सभी सरकारी अस्पतालों में 'विशेष लू इकाई' शुरू करने के निर्देश दिए हैं। राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली ने उच्च तापमान 52 डिग्री सेल्सियस का रिकार्ड बनाया। एनसीआर, हरियाणा, पंजाब, राजस्थान में भीषण गर्मी पड़ रही है। पाकिस्तान, नेपाल, भूटान, श्रीलंका, बांग्लादेश, म्यांमार, थाईलैंड, मालदीव, मलेशिया, सेशेल्स व पूर्वी एशिया के कई देशों में भीषण गर्मी पड़ी है, गर्मी जनित रोग बढ़े हैं, लू चली हैं, लोगों की मौतें हुई हैं। कई देशों में हाल ही में अत्यधिक गर्म मौसम देखा गया है, इससे कहा जाने लगा है कि क्या पृथ्वी लोगों के जीवित रहने के लिए बहुत गर्म हो रही है? क्या इसके लिए तेजी से हो रहे जलवायु परिवर्तन जिम्मेदार है? गर्मी के संपर्क में अत्यधिक समय तक रहना स्वास्थ्य के लिए घातक साबित हो सकता है। चाहे वह बिजली संयंत्र में कोयला हो या वाहन में गैसोलीन- यह कार्बन डाइऑक्साइड बनाता है। यह अदृश्य गैस वायुमंडल में बनती है और सूर्य की गर्मी को पृथ्वी की सतह के पास रोक लेती है। कोयला, तेल या गैस का हर टुकड़ा जो कभी जलाया जाता है, तापमान में थोड़ा और इजाफा करता है। जैसे-जैसे तापमान बढ़ रहा है, खतरनाक रूप से गर्म और आर्द्र मौसम अधिक स्थानों पर फैलने लगा है। जलवायु परिवर्तन सिर्फ गर्म, पसीने वाले मौसम की तुलना में बहुत अधिक समस्याएं पैदा करता है। हम अगर पृथ्वी को गर्म होने से बचाना चाहते हैं, तो कार्बन उत्सर्जन के हर स्रोत को बंद करना होगा या न्यूनतम करना होगा। ग्रीन एनर्जी को अपना चाहिए, क्वालिटी विकास पर ध्यान देना होगा। दुनिया को कार्बन उत्सर्जन रोकने की दिशा में तत्काल कदम उठाना चाहिए।

दिवस विशेष

हर्षवर्धन पाण्डे

वृत्तियों को रोकने का नाम योग

दुनिया में हर कोई अच्छा स्वास्थ्य, मन की शांति प्राप्त करना चाहता है। योग के बारे में कहा गया है कि माया से बढ़कर कोई बंधन नहीं होता और ज्ञान से बढ़कर कोई बंधु नहीं होता। अहंकार से बढ़कर कोई शत्रु नीर होता और योग से बढ़कर कोई बल नहीं होता। एक सामान्य अर्थ में भी योग का अर्थ 'जोड़ना' होता है। भारतीय मनीषी तो सम्पूर्ण विश्व को परिवार घोषित करते हैं। यह अवसर हमें दुनिया को करीब से समझने- समझाने में मदद कर सकता है। यह प्रसन्नता की बात है कि विदेश ही नहीं देशभर से योग के प्रति लोगों की रुचि अब बढ़ रही है। हमारे ऋषियों ने मानवता के हित में विश्व को योग विद्या दी थी, लेकिन इसे जन-जन तक पहुंचाने का प्रयास करने वाले बाबा रामदेव भी अभिनंदन के पात्र हैं। आज सारी दुनिया योग के महत्व को समझते हुए उसे अपनी दिनचर्या का अंग बना रही है। आधुनिक चिकित्सा विज्ञान ने पुष्टि की है कि योग से न सिर्फ तनाव कम होता है बल्कि दीर्घकाल तक कई फायदे होते हैं। यह दुर्भाग्यपूर्ण है कि जो देश सदियों से योग विद्या का साक्षी रहा है उस देश के अधिकांश युवा आज तथाकथित आधुनिक जीवन शैली और खान पान की खराब आदतों के कारण बहुत कम आयु में ही मधुमेह और ब्लड प्रेशर, कैंसर जैसे रोगों के शिकार हो रहे हैं। उन्हें इंटरनेट, स्मार्टफोन, सोशल मीडिया ने इतना व्यस्त कर दिया है कि वे अपने कर्तव्यों को तो भूले ही हैं, स्वयं अपने आप तक को भूल रहे हैं। मौजूदा दौर में शारीरिक श्रम लगातार कम हो रहा है। ऐसे में मन और बुद्धि सक्रिय होते हुए भी शरीर की निष्क्रियता बोझ बन रही है। ऐसे में योग कारगर साबित हुआ है। जब पूरी दुनिया कोरोना महामारी से त्रस्त थी तब उसे मात देने के लिए योग रामबाण साबित हुआ। हाल के वर्षों में हुए कई वैज्ञानिक अध्ययन भी इस बात को साबित करते हैं योग बीमारियों का उपचार है तो जांच भी है। सामान्य सांस लेने में हम 500 एमएल ऑक्सीजन ग्रहण करते हैं,जबकि इस प्राणायाम को करने से 500 से 10,000 एमएल ऑक्सीजन हमारे शरीर को प्राप्त होती है। दिनभर अपने आसपास निगेटिव समाचार सुन-सुन कर हम सभी तनाव या अवसाद से घिर रहे हैं। इससे मुक्ति पाने के लिए हमें प्राणायामों के साथ योग नियमित करना चाहिए। जब हमारे आसपास नकारात्मकता महसूस होने लगे तो अपने इष्टदेव के मंत्रों का जाप रोज योग और मेडिटेशन करते हुए करें। भारतभूमि अनादिकाल से पूरे विश्व में योग भूमि के रूप में विख्यात रही है, जिसका लाभ अब सम्पूर्ण विश्व को मिल रहा है। संयुक्त राष्ट्र द्वारा 2015 से हर वर्ष 21 जून को अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाए जाने की घोषणा के बाद पूरी दुनिया योग की महत्ता जान चुकी है। स्वयं की स्वयं के माध्यम से स्वयं तक पहुंचने की यात्रा का नाम योग है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के प्रयत्नों से आज भारत के योग का डंका पूरी दुनिया में बज रहा है। निश्चित ही यह सम्पूर्ण मानवता के लिए एक शुभ संकेत है। योग मनुष्य में सकारात्मकता और प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है। योग के पथ पर अविराम गति से वही साधक आगे बढ़ सकता है, जो चित्त की पवित्रता एवं निर्मलता के प्रति पूर्ण जागरूक हो, क्योंकि निर्मल चित्त वाला व्यक्ति ही योग की गहराई तक पहुंच सकता है। योग कोई धार्मिक कर्मकांड नहीं है। गीता 'योग क्षेम वहाम्यहं' का उद्घोष करती है जिसका अर्थ है- अप्राप्त को प्राप्त करना और प्राप्त की रक्षा करना। दुनिया में ऐसा कौन है जो अच्छा स्वास्थ्य, मन की शांति प्राप्त न करना चाहते हो। यह कामना रखना अथवा इसके लिए प्रयास करना किसी एक धर्म के लोगों के लिए आरक्षित नहीं हो सकता। एक सामान्य अर्थ में भी योग का अर्थ 'जोड़ना' होता है। यह प्रसन्नता की बात है कि विदेश ही नहीं देशभर से योग के प्रति लोगों की रुचि बढ़ रही है। हजारों वर्षों पूर्व हमारे ऋषियों ने मानवता के हित में विश्व को यह योग विद्या दी थी लेकिन इसे जन-जन तक पहुंचाने का प्रयास करने वाले भी अभिनंदन के पात्र हैं। आज सारी दुनिया योग के महत्व को समझते हुए उसे अपनी दिनचर्या का अंग बना रही है। योग कला, विज्ञान और दर्शन आज दुनिया को भारतबोध करा रहा है। आधुनिक चिकित्सा विज्ञान ने भी इस बात की पुष्टि की है कि योग से न सिर्फ तनाव कम होता है बल्कि दीर्घकाल तक कई फायदे होते हैं। प्राचीन भारतीय पद्धतियां शारीरिक, मानसिक, नैतिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य को लेकर लोगों की जरूरतों का संपूर्ण उत्तर है। पूरी दुनिया में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के रूप में योग की महत्व बढ़ रहा है तो इसके लिए हर भारतीय को प्रसन्न ही होना चाहिए। महर्षि पतंजलि के अनुसार, 'योगश्चित्त वृत्तिनिरोधः'' अर्थात चित्त की वृत्तियों को रोकने का नाम योग है। हम सभी को भी अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर अपने चित्त से सुदीर्घ जीवन के लिए प्रयास करने चाहिए।

(लेखक वरिष्ठ पत्रकार हैं, ये उनके अपने विचार हैं।)

योग से स्वस्थ भारत का सपना

योग दिवस
अखिलेश आर्येन्दु

योग दिवस के जरिये दुनिया वालों को भारत की आध्यात्मिक शक्ति ही नहीं, बल्कि नैतिक व सांस्कृतिक शक्ति का परिचय मिला। 2014 में केंद्र सरकार के जरिये जिस तरह से संयुक्त राष्ट्र में योग की महत्ता का प्रतिपादन कर उसे दुनिया के लिए वरदान के रूप में पेश किया गया उसका ही परिणाम है कि आज दुनिया में योग के जरिये भारत की एक अलग पहचान हुई है। निश्चित ही मोदी के नेतृत्व ने पिछले दस सालों में भारत की जो प्रतिष्ठा दुनिया भर में दिलवायी है उसमें योग को मान्यता दिलाना भी एक है। बढ़ती समस्याएं, संकट और बीमारियों के दौर में योग दिवस उन समस्याओं, संकटों और दुष्वारियों से छुटकारा दिलाने का सबसे सस्ता साधन है।

पिछले दो दशक में आध्यात्मिक कहे जाने वाले ज्ञान के बारे में पश्चिमी दुनिया के आमोखास की धारणा बदली है जिसमें योग भी एक है। दुनिया के तमाम देशों में वर्षों पहले भारत से गए योग के जानकारों ने योग का प्रसार कर दिया था, लेकिन 11 दिसम्बर 2011 को संयुक्त राष्ट्र महासभा में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस मनाने के भारत के प्रस्ताव को मंजूरी मिलने के बाद सबसे पहले 21 जून 2015 को इसे अंतरराष्ट्रीय स्तर पर मनाने का प्रस्ताव पारित होने से योग की सर्वजन उपयोगिता को माना गया। तब से उन देशों में आम जनता में योग की लोकप्रियता लगातार बढ़ती गई जो भारत को मदारियों वाला पिछड़ा देश घोषित कर चुके थे। आज दुनिया के तकरीबन 200 देशों के लोगों में योग के प्रति दिलचस्पी बढ़ी है। उन पश्चिमी देशों में भी जहां भारत के बारे में उलटी धारणाएं थीं, वहां भी योग आम लोगों की जिंदगी का हिस्सा बन गया है। दुनिया अब मानने लगी है कि जिंदगी को सुखी बनाने या कर्म (कार्य) करने की कुशलता जिससे आए उस तरीके को योग के जरिये सीखा जा सकता है।

आधुनिक विज्ञान अब धीरे-धीरे यह मानने लगा है कि आत्मा, प्राण, मन, बुद्धि और चित्त के जरिये ही इस अत्यंत जटिल मानव शरीर से ब्रह्मांड से जुड़ने का कोई तरीका हो सकता है। यह ब्रह्मांड जिसके निर्माण का रहस्य समझने में आज के वैज्ञानिक लगे हुए हैं, भारत के वैज्ञानिक जिसे ऋषि-महर्षि कहा जाता है को अरबों साल पहले समझ चुके थे। गौरतलब है ब्रह्मांड के रहस्य को वेदों में उद्घाटित किया गया है। वहीं शरीर विज्ञान को समझना हो तो नस-नाड़ियों, चक्रों, चेतना की स्थितियों, प्राणों का संतुलन और कार्य, मन की स्थितियों और कार्य और आत्मा के जरिये खुद का और परमात्मा की पड़ताल का विज्ञान रहस्यमय और सूक्ष्म है। योग के मुताबिक मानव शरीर में सात चक्र होते हैं। ये हैं- सहस्त्रार चक्र आज्ञा, अनाहत, विशुद्धि, मणिपूरक, मूलाधार एवं स्वाधिश्ठान चक्र। इन चक्रों का संबंध नाड़ी प्रणाली एवं एन्डोक्राइन ग्लैंड से होता है। शरीर में स्थित ये सातों चक्र वातावरण से ऊर्जा ग्रहण करते हैं। नर्वस सिस्टम एवं एन्डोक्राइन ग्लैंड एक लय से ऊर्जा एवं विद्युत चुम्बकीय ऊर्जा को सही दिशा में प्रवाहित करते हैं तो मानव सेहतमंद बना रहता है, लेकिन यदि इसमें रुकावट आ जाए तो शरीर में कई तरह की बीमारियां पैदा हो जाती हैं। हम गौर करें तो पता चलता है, हमारा शरीर कई तरह की ऊर्जाओं को वातावरण से लेता है। इसमें कुछ ऊर्जा तो शरीर में खर्च हो जाती है और कुछ ऊर्जा संग्रहित होती है। हमारे शरीर में बारह अलग-अलग प्रकार के मुख्य मेरीडियन हैं, जिसके द्वारा शरीर के अलग-अलग हिस्सों तक ऊर्जा प्रवाहित होती है। जिन हिस्सों में ऊर्जा का प्रवाह बना रहता है, वह हिस्सा सेहतमंद रहता है और जिस हिस्से में ऊर्जा का प्रवाह कम या ज्यादा होता है या इनमें रुकावट हो जाती है उस हिस्से में बीमारी पैदा हो जाती है। यह ऊर्जा का प्रवाह समुचित मात्रा में है या नहीं या रुकावट पूरी तरह से है इसे बायोफीड बैक ऊर्जा मापने वाले यंत्र द्वारा मापा जाता है। साथ ही ऊर्जा प्रवाह को इस यंत्र द्वारा संतुलित भी किया

जा सकता है। इन सभी तरह की क्रियाओं को योग के जरिये बेहतर तरीके से समझा जा सकता है।

आज विश्व में योग से संबंधित अनगिनत योग पद्धतियां प्रचलित हैं, लेकिन इसके बावजूद इनका लक्ष्य सबको सुखी करना, सभी को निरोग करना और आत्म तथा ईश्वर साक्षात्कार करना नहीं बदला है। अनेक बदलावों के बावजूद योग आज विश्व स्तर पर भारत की पहचान के साथ जुड़ा हुआ है। योग का उद्भव वेदों से हुआ इसलिए इसके मूल स्वरूप को जानने के लिए वेदों से जुड़ना जरूरी है। वेद का अर्थ ज्ञान होता है। योग का अर्थ जोड़ना होता है। यदि दोनों को मिला दिया जाये तो योग ज्ञान के जरिये स्वयं को जानने का बेहतरीन तरीका सिखाने का कार्य योग करता है। तमाम लोग तप, ध्यान और आत्म-साक्षात्कार को योग मानते हैं। मुनि पतंजलि चित्त वृतियों के निरोध को योग कहते हैं। इसी तरह आत्मचिंतन, आत्म-साक्षात्कार, ईश्वर साक्षात्कार और साधना को वेद-शास्त्रों में योग बताया गया है। इसे हम इस प्रकार भी कह सकते हैं कि जीवन की ऐसी सभी क्रियाएं जो सांसारिक और अलौकिक दोनों को सफल बनाएं उसे योग कहा जा सकता है।

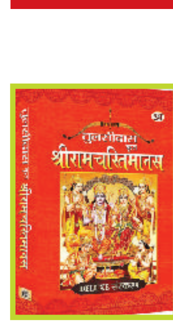
योग की शुरुआत सबसे पहले खुद से जुड़ने से होती है। फिर अभ्यास के जरिये हम अपने श्वास, प्राण और हृदय से जुड़ते हैं फिर शरीर, मन और चित्त से जुड़ जाते हैं। यह जुड़ना बिना किसी विशेष प्रयास से भी हो सकता है और किसी के मार्गदर्शन में भी, लेकिन इसके लिए धैर्य, साहस, शक्ति और उत्साह की हर पल जरूरत होती है। जिसमें सद्गुण पहले से ही भरा होता है, वह योग के मार्ग पर बहुत ही सहजता के साथ बिना किसी रुकावट के आगे बढ़ जाता है। योग एक जीवन पद्धति, एक शरीर विज्ञान और जीवनधर्म-सूत्र तो है ही यह सहज जीवन विद्या भी है। इस विद्या को समझने के लिए योग दिवस के जरिये दुनिया को उत्साहित करने का कार्य किया गया। जिसका असर अब दुनिया भर में दिखाई दे रहा है, लेकिन अभी इसे आने वाली पीढ़ियों के लिए और बेहतर जीवन विज्ञान परक बनाने की जरूरत है। इससे हर तरह के जहां रोग खत्म होंगे वहीं पर जीवन जीने का लक्ष्य ठीक समझ में आने लगेगा। योग दर्शन के मुताबिक जीवन का लक्ष्य या मकसद सबसे पहले खुद को सेहतमंद रखते हुए दूसरों को भी सेहतमंद और सुखी रखने का होना चाहिए। यह तभी संभव है जब हमारा मन, चित्त, हृदय और आत्मा सभी पवित्र और शक्तिशाली होंगे। योग दोनों को पवित्र भी बनाता है और शक्तिशाली भी बनाता है। आत्म साक्षात्कार यानी आत्मा को जानने व समझने के बाद उस परम सत्ता के साथ जुड़ने का तरीका यदि किसी के जरिये जाना जा सकता है तो वह योग साधना का ही तरीका है। यह ऐसा तरीका है जिसमें सबसे पहले खुद को संतुलित करने के बाद ही देश दुनिया को साधने की सामर्थ्य पैदा हो पाती है।

योग दिवस के जरिये दुनिया वालों को भारत की आध्यात्मिक शक्ति ही नहीं, बल्कि नैतिक व सांस्कृतिक शक्ति का परिचय मिला। 2014 में केंद्र सरकार के जरिये जिस तरह से संयुक्त राष्ट्र में योग की महत्ता का प्रतिपादन कर उसे दुनिया के लिए वरदान के रूप में पेश किया गया उसका ही परिणाम है कि आज दुनिया में योग के जरिये भारत की एक अलग पहचान हुई है। निश्चित ही मोदी के नेतृत्व ने पिछले दस सालों में भारत की जो प्रतिष्ठा दुनिया भर में दिलवायी है उसमें योग को मान्यता दिलाना भी एक है। दुनिया में बढ़ती समस्याएं, संकट और बीमारियों के दौर में योग दिवस उन समस्याओं, संकटों और दुष्वारियों से छुटकारा दिलाने का सबसे बेहतरीन व सब के उपयोग का सबसे सस्ता साधन व तरीका है। आज हम दस साल बाद यह कहने की हालत में हैं कि दुनिया को निरोग और सुखी बनाने की भारत की योग के जरिये की गई पहल से दुनिया को बगैर किसी दवा के सेवन से सेहतमंद बनाने का कार्य किसी वरदान से कम नहीं है। जिससे दुनिया के हर व्यक्ति को फायदा मिल रहा है।

(लेखक आध्यात्मिक विषयों के जानकार हैं, ये उनके अपने विचार हैं।)

लेख पर अपनी प्रतिक्रिया edit@haribhoomi.com पर दे सकते हैं।

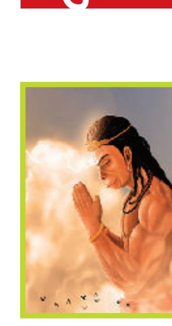
संकर सहज स्वरूप सम्हारा



संकलित
दर्शन

श्रीरामचरितमानस में भगवान शंकर भक्ति के दाता भी माने गए हैं और भक्ति के भिक्षुक भी। शिव भक्ति देते भी हैं और मांगते भी हैं। भगवान शंकर में नवभक्ति का दर्शन होता है। उनमें अष्टांग योग का, ज्ञान की सातों भूमिकाओं का और धर्म के दसों लक्षणों का दर्शन भी होता है। लंका कांड में गोस्वामी जी ने जो धर्मरथ का वर्णन किया है। उसमें जितने धर्म के सूत्र बताए हैं, वे सभी महादेव में प्रस्थापित होते हैं। शिव भक्ति स्वरूप हैं। शिव का बाहरी रूप तो 'कुंडल कंकन पहिरे ब्याला' वाला है, लेकिन आंतरिक स्वरूप भजन है, भक्ति है। मानस में है- 'संकर सहज स्वरूप सम्हारा'। सहज स्वरूप का अनुसंधान शिव ने किया। उनकी जो सहज प्रवृत्ति है, वह भजन है। भगवान भी कहते हैं कि 'संकर भजन बिना नर भगति न पावइ मोरि'। शंकर की भक्ति जो करेगा, वही मेरी भक्ति पाएगा अथवा शंकर का जो सहज भजन स्वरूप है, उसे आत्मसात करेगा, वह मेरी भक्ति पाएगा। शबरी के सामने गाई गई नौ प्रकार की भक्ति में गोस्वामी जी ने पहली भक्ति संत का संग बताई है- 'प्रथम भगति संतन्ह कर संगा'। आप महेश का चरित्र देखिए। जैसे ही अवसर मिला, वे साधु-संतों का संग करते दिखाई देते हैं। पार्वती के विरह में संतों का संग करते थे। महादेव सत्संग के प्यासे हैं। दूसरी भक्ति है कथा श्रवण। कथा में जहां जगह मिले, वहां बैठकर कथा के प्रसंगों का रस उठाना। शिव कहते हैं, पार्वती, मैं काकभुशुंडि जी के आश्रम में हंस बनकर पीछे बैठ गया था। कथा श्रवण में इतनी रुचि, यह दूसरी भक्ति शिव में है।

हनुमान जी ने सूर्य देव से हासिल किया था ज्ञान



संकलित
प्रेरणा

गुरु पूर्णिमा पर गुरु का पूजन किया जाता है। शास्त्रों में गुरु को भगवान के बराबर माना गया है। महाभारत, रामायण में गुरु-शिष्य से जुड़ी कई कथाएं हैं। सूर्य पंचदेवों में से एक हैं और हनुमान जी के गुरु भी हैं। बाल हनुमान जब थोड़े बड़े हुए तो माता अंजनी और पिता केसरी ने उन्हें सूर्य देव के पास ज्ञान हासिल करने के लिए भेजा। माता-पिता की बात मानकर हनुमान जी ने सूर्य देव के पास पहुंचे और उनसे गुरु बनने के लिए प्रार्थना की। हनुमान जी की बात सुनकर सूर्य देव ने कहा कि मैं तो एक पल के लिए कहीं रूका नहीं हूं, न ही मैं रथ से उतर सकता हूं तो ऐसी स्थिति में मैं तुम्हें ज्ञान नहीं दे पाऊंगा। तब हनुमान जी ने कहा कि आप अपनी गति कम किए बिना ही मुझे ज्ञान दीजिए। मैं आपके साथ चलते-चलते विद्या हासिल कर लूंगा। इस बात के लिए सूर्य देव मान गए। इसके बाद सूर्य देव ने हनुमान जी को सभी वेदों और शास्त्रों का ज्ञान दिया। इस प्रकार सूर्यदेव की कृपा से ही हनुमान जी को ज्ञान मिला। इस प्रसंग में हनुमान जी ने संदेश दिया है कि योग्य गुरु से ज्ञान हासिल के लिए हमेशा तैयार रहना चाहिए। योग्य गुरु ही हमें सही ज्ञान प्रदान कर सकते हैं। आज योग्य गुरु की तलाश काफी कठिन हो गई है। गुरु पूर्णिमा पर गुरु का पूजन किया जाता है। शास्त्रों में गुरु को भगवान के बराबर माना गया है। महाभारत, रामायण में गुरु-शिष्य से जुड़ी कई कथाएं हैं। सूर्य पंचदेवों में से एक हैं और हनुमान जी के गुरु भी हैं। बाल हनुमान जब थोड़े बड़े हुए तो माता अंजनी और पिता केसरी ने उन्हें सूर्य देव के पास ज्ञान हासिल करने के लिए भेजा।

अंतर्मन

आज की पाती

टूटते परिवारों के लिए जिम्मेवार कौन?

दुनियाभर में परिवार के महत्व को समझाने और इसके प्रति लोगों को जागरूक करने के उद्देश्य से संयुक्त राष्ट्र जनरल एसेंबली ने सन 1993 को अंतरराष्ट्रीय परिवार दिवस मनाने की घोषणा की थी। बेशक इस दिवस की शुरुआत विदेश से हुई है, लेकिन हमें दूसरे देशों की अच्छी बातों को ग्रहण करने में कंजूसी नहीं करनी चाहिए और न ही यह तर्क देना चाहिए कि अंतरराष्ट्रीय परिवार दिवस हमारे देश की परंपरा नहीं है। परिवार का महत्व क्या है, इसकी अहमियत हमारे देश में बहुत ज्यादा है। हमारे देश में तो सारी पृथ्वी को अपना परिवार समझा जाता है, तभी तो हमारे देश में कहा जाता है 'वसुधैव कुटुम्बकम।' संयुक्त परिवार क्यों टूट रहे हैं, इस पर चिंतन की जरूरत है। *- विनोद देवांगन, महासमुंद*

करंट अफेयर

द. कोरिया ने रूस-उ. कोरिया समझौते की आलोचना की

दक्षिण कोरिया के राष्ट्रपति कार्यालय ने रूस और उत्तर कोरिया के बीच हुए उस समझौते की निंदा की जिसमें युद्ध की स्थिति में आपसी रक्षा सहयोग की बात कही गई है। इसके साथ ही राष्ट्रपति कार्यालय ने कहा कि वह यूक्रेन को आपूर्ति को सीमित करने की अपनी नीति पर पुनर्विचार करेगा। राष्ट्रपति कार्यालय के एक वरिष्ठ अधिकारी ने बृहस्पतिवार को यह टिप्पणी की। इससे पहले राष्ट्रपति कार्यालय ने बुधवार को प्योंगयांग में अपने शिखर सम्मेलन में रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन और उत्तर कोरियाई नेता किम जोंग उन के बीच हुए समझौते की निंदा करते हुए एक बयान जारी किया। कार्यालय ने अपने बयान में कहा कि यह समझौता दक्षिण कोरिया की सुरक्षा के लिए खतरा है और इसका रूस-दक्षिण कोरिया संबंधों पर नकारात्मक प्रभाव पड़ेगा। राष्ट्रपति कार्यालय के अधिकारी ने नाम नहीं बताने की शर्त पर कहा कि दक्षिण कोरिया इसके जवाब में यूक्रेन को रूसी हमले से लड़ने में मदद के लिए हथियार मुहैया कराने के मुद्दे पर पुनर्विचार करेगा। दक्षिण कोरिया एक उभरता हथियार निर्यातक है और उसके पास अमेरिका समर्थित एक सुसज्जित सेना है। दक्षिण कोरिया ने रूस के खिलाफ अमेरिकी नेतृत्व वाले आर्थिक प्रतिबंधों में शामिल होने के दौरान यूक्रेन को मानवीय और अन्य सहायता प्रदान की है।

ऑफ बीट

क्या पृथ्वी का वातावरण अब ज्यादा गर्म हो रहा

बोइज़, इडाहो के 12 वर्ष के जोसेफ का कहना है, 'मेरे माता-पिता ने कहा कि लोगों के रहने के लिहाज से ग्रह अत्यधिक गर्म हो रहा है। उन्होंने इसे जलवायु परिवर्तन बताया। इसका क्या मतलब है?' कई देशों में हाल ही में अत्यधिक गर्म मौसम देखा गया है, लेकिन अधिकांश बसे हुए विश्व में, यह कभी भी 'लोगों के रहने के लिए बहुत गर्म' नहीं होने वाला है, खासकर अपेक्षाकृत शुष्क जलवायु में। जब बाहर शुष्क स्थानों में गर्मी होती है, तो अधिकांश समय हमारा शरीर पसीने के रूप में हमारी त्वचा से पानी और गर्मी को वाष्पित करके ठंडा हो सकता है। हालाँकि, ऐसे स्थान भी हैं जहाँ कभी-कभी खतरनाक रूप से गर्म और आर्द्र हो जाता है, विशेषकर जहाँ गर्म रेगिस्तान गर्म महासागर के ठीक बगल में होते हैं। जब हवा नम होती है, तो पसीना जल्दी से वाष्पित नहीं होता है, इसलिए पसीना हमें उस तरह ठंडा नहीं करता है जैसा शुष्क वातावरण में होता है। मध्य पूर्व, पाकिस्तान और भारत के कुछ हिस्सों में, गर्मियों में गर्मी की लहरें समुद्र से आने वाली आर्द्र हवा के साथ मिल सकती हैं, और यह संयोजन वास्तव में घातक हो सकता है। उन क्षेत्रों में करोड़ों लोग रहते हैं, जिनमें से अधिकांश के पास इनडोर एयर कंडीशनिंग तक पहुंच नहीं है।

ट्रेंड

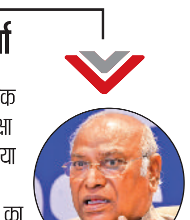
मिट्टी कैफे का उद्घाटन

समावेशी वातावरण बनाने की दिशा में एक और कदम उठाते हुए, राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने आज राष्ट्रपति संपदा में मिट्टी कैफे का उद्घाटन किया। कर्मचारियों के साथ अपना जन्मदिन मनाया जो राष्ट्रपति से मिलने और उन्हें शुभकामनाएं देने के लिए उत्साहित थे।
-द्रौपदी मुर्मू, राष्ट्रपति

द्विदलीय समर्थन को महत्व दें

हाउस फॉरेन जीओपी के अध्यक्ष रिपमैक कॉल के नेतृत्व में एक प्रतिनिधिमंडल में अमेरिकी कांग्रेस के मित्रों के साथ विचारों का बहुत अच्छा आदान-प्रदान हुआ। भारत अमेरिका व्यापक वैश्विक रणनीतिक साझेदारी को द्विदलीय समर्थन को महत्व दें।
-नरेंद्र मोदी, प्रधानमंत्री

रोज़ाना लीक होता पर्चा



कैसी "परीक्षा पे चर्चा", जहां रोज़ाना लीक होता पर्चा! मोदी सरकार ने देश की शिक्षा व भर्ती प्रणाली को तहस-नहस कैसे किया है-नीट, यूजीसी-नेट, सीयू ईटी में पेपर लीक, धांधली और घोर अनियमितताओं का अब पर्दाफ़ाश हो चुका है।
-मल्लिकार्जुन खरगे, कांग्रेस अध्यक्ष

अपराधियों के हौसले बुलंद

बिहार में सरकारी अपराधियों के हौसले इतने बुलंद है कि जब पीएम और सीएम दोनों सीएम के गृह जिला नालंदा में थे उसी वक्त सरकारी गुंडे स्कूल में घुस मुख्य अध्यापक को गोली मार तांडव मचा रहे थे।
-तेजस्वी यादव, राजद नेता

अपने विचार

हरिभूमि कार्यालय
टिकरापारा, रायपुर में पत्र के माध्यम से या फैक्स : 0771-4242222, 23 पर या सीधे मेल से hbcgpati@gmail.com पर भेज सकते हैं।

https://t.me/AllNewsPaperPaid