Presented by

The CREATIVEART
Big ideas, Great results

HINDI-ENGLISH

द साइलेंट स्ट्रोक
The Silent STROKE

CURRENT AFFAIRS

April - May 2023

- **MAIN VEIW**
  POLITICAL ANALYSIS
- **OUR VIRTUAL WORLD**
  NIVEDITA ROY
- **युवा**

मेरा नाम राहुल सावरकर नहीं...

काले धन पर एक बार फिर सर्जिकल स्ट्राइक

अत्याधुनिक तकनीक से सुसज्जित

देश का नया संसद भवन

- **स्वास्थ्य**
  हमारी स्वास्थ्य प्रणाली कितनी मजबूत है?

- **कृषि :**
  तंदुरुस्ती की चाह है तो जैविक अपनाएं

Head of the Editorial
NANDINI SHARMA
(Advocate, Supreme Court & High Court)

Cheif Editor : RAKESH SHARMA "NISHEETH"
Editor : NARENDRA TYAGI

AMENITIES

- Mini Township with Three Side Entry
- Single Gated Entry. Round The Clock Security
- Free Hold Property
- CCTV Surveillance
- Temple With Park
- Beautiful lush green, Eco-Friendly Environment
- Provision For Daily Need Shops in Society
- Club House with Swimming Pool & Free Wi-Fi

For More Info Call +91 9654383934 (Dharmender kaushik)

आपके सपनों का घर

श्री खाटु श्याम

Akel City

प्लॉटस in Kotwan, Kosi Dist. Mathura (Uttar Pradesh)

CONTACT : +91-9990753336 ■ Dharmendra Kaushik - +91-9654383934

Presented by
THE CREATIEART

The Silent STROKE
द साइलेंट स्ट्रोक
CURRENT AFFAIRS | APRIL - MAY 2023

Head of the Editorial
NANDINI SHARMA
Advocate, Supreme Court & High Court

Chief editor
RAKESH SHARMA 'NISHEETH'

Editor
NARENDRA TYAGI

Designing Team
SHIVANGI TYAGI
NEERAJ TYAGI

Edition
April-May 2023

ISBN
978-81-952288-7-4

© The Creativeart

PRICE
₹ 250-00 (Colour), ₹ 125-00 (Black & White)

Published by:
THE CREATIVEART

Cover photo courtesy: www.inc.in

Press :
Aryan Digital Press, Sonia Vihar, Delhi-110090

The CREATIVEART
Big ideas, Great results

A-3, Ground Floor, Dayal Bagh, Surajkund, Sector 39,
Faridabad, Hariyana Contact: 9990753336,
Mail: creativeart012@gmail.com

CONTENT – विषय सूची

सम्पादकीय 2 - 3

राजनैतिक विश्लेषण 4 - 5
मेरा नाम राहुल सावरकर नहीं... –नरेन्द्र त्यागी

देश का नया संसद भवन : अत्याधुनिक तकनीक से सुसज्जित 6 - 7

EDUCATION 8 - 9
NEP 2020: Multilingualism : –Reetu Srivastava

प्रधानमंत्री के मन की बात - 100वीं कड़ी 10 - 13

युवा 14 - 15
अंतरराष्ट्रीय युवा दिवस : राष्ट्र निर्माता युवा –मनोज कौशल

स्वास्थ्य 16 - 17
हमारी स्वास्थ्य प्रणाली कितनी मजबूत है? –सलिल सरोज

कृषि 18 - 19
तंदुरुस्ती की चाह है तो जैविक अपनाएं –प्रेम बजाज

SADIFISHING - Aakanksha Sharma 20 - 21

महिला/नारी विमर्श 22 - 23
माहवारी को सहज बनाओ –भावना ठाकर

आजादी की चुनौतियाँ 23 - 24
चुनौतियों के बीच आज़ादी का 75वाँ जश्न –मनव्वर अशरफ़ी

महामारी/कोरोना 25 - 26
महिलाओं की कोरोना काल में स्थिति –प्रियदर्शनी आचार्य

सामाजिक चेतना 27
जीवन जीने की कला –मनोरमा शर्मा

शिक्षा 28 - 31
राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2019 –अंजली खेर

पर्यावरण 32 - 33
पर्यावरण और हम –डॉ. आशालता नायडू

सनातन धर्म : आस्था का पहला अध्याय –जयश्री बीरमी 34 - 35

Spiritual Experience 36 - 40
HOLI VENTURE: A Vibrant & Spiritual Experience

साहित्य/कविताएँ 41
हे प्रिय मशक –डॉ. सीमा भटाचार्य
चुनौती – कुलविंदर कुमार

विशेष मानसिक योग्यता की स्वीकृति –हीरा सोनी 42 - 43

काले धन पर एक बार फिर सर्जिकल स्ट्राइक 44

स्मृति शेष 45
पद्म श्री पद्मा सचदेव –प्रस्तुति द साइलेंट स्ट्रोक डेस्क

SOCIAL 46 - 47
Our Virtual World – Nivedita Roy

द साइलेंट स्ट्रोक में प्रकाशित सामग्री में दिए गए विचार, संबंधित लेखक के अपने हैं। द साइलेंट स्ट्रोक में प्रकाशित विचारों से सहमत होना जरूरी नहीं है। रचनाओं की मौलिकता एवं कॉपीराइट अधिकारों के प्रति भी लेखक स्वयं उत्तरदायी है।

EDITORIAL

द साइलेंट स्ट्रोक

एक पुरानी कहावत है एक चुप सौ को हरावे अर्थात चुप्पी कई समस्याओं को खत्म कर सकती है । परंतु सदा ही चुप रहना भी श्रेयस्कर नहीं होता। एक मूर्ख व्यक्ति के सामने मौन रहना जहां एक अच्छा उत्तर है, वहीं दूसरी ओर किसी ताकतवर के समक्ष मौन रहने से उसके साथ संघर्ष से बच तो सकते हैं, लेकिन देर-सबेर यह चुप्पी एक बड़े संघर्ष को जन्म भी दे सकती है । ताकतवर व्यक्ति के समक्ष मौन रहने से हम अनजाने में उस व्यक्ति को और अधिक शक्तिशाली बना देते हैं और जाने-अनचाहे रूप में उसके अन्याय में सम्मिलित भी हो जाते हैं ।

वर्तमान समाज में भी यही हो रहा है कि जहां विरोध करना चाहिए वहां कोई बोलता नहीं है । अन्याय होता देख कर हरेक व्यक्ति चुप रहकर बच निकलना चाहता है । इतिहास इसका गवाह है कि पापियों की उद्दंडता ने संसार को उतनी हानि नहीं पहुंचाई, जितनी की सज्जनों के मौन ने । इस बात का एक प्रबल उदाहरण महाभारत में जुआ खेलने के समय सभासदों के समक्ष, जिसमें भीष्म पितामह, विदुर जैसे विद्वान-महापुरुष भी शामिल थे, दुशासन द्वारा द्रोपदी का चीरहरण हुआ । ऐसे समय में विरोध नहीं हुआ, मौन का आवरण ओढ़ लिया गया। लेकिन कुछ समय बाद इस चुप्पी का घातक परिणाम कुरुक्षेत्र में महाभारत युद्ध के रूप में सामने आया ।

शास्त्रों में कहा गया है कि जहां पाप का बल बढ़ रहा हो, जहां छल-कपट हो रहा हो, वहां पर मौन रहने से अधिक गंभीर अपराध और कुछ नहीं हो सकता । यदि कोई मूर्ख बोल रहा है तो मौन रहना उचित है, परन्तु यदि कहीं छल, अन्याय हो रहा है, अपराध हो रहा है तो वहां साइलेंट को एक स्ट्रोक का रूप देना अत्यंत आवश्यक है। इस मौन को एक घातक हथियार या फिर कहें तो एक मुखरता देना आवश्यक हो जाता है । इसी बात को अपने ध्यान में रखते हुए द्विभाषी पत्रिका, ई-पत्रिका साइलेंट स्ट्रोक (अंग्रेजी-हिंदी) की परिकल्पना सामने आई।

साइलेंट स्ट्रोक के प्रथम अंक में शामिल विभिन्न विषयों को चुना गया है, जैसे— मन की बात - 100 वीं कड़ी, देश का नया संसद, काले धन पर सर्जिकल स्ट्राइक हमारी स्वास्थ्य प्रणाली कितनी मजबूत है, चुनौतियों के बीच आजादी का 75वां जश्न, महिलाओं की कोरोना काल में स्थिति, जीवन जीने की कला, सनातन धर्म की आस्था का पहला अध्याय और ऑवर वर्चुअल वर्ल्ड इत्यादि। इन सभी लेखों के माध्यम से लेखकों ने अपने विचारों को मुखरता प्रदान की है ।

आशा है, साइलेंट स्ट्रोक पत्रिका अपने उद्देश्य में पाठकों के समक्ष सफल होगी। आप सुधी पाठकों से पत्रिका के प्रति प्रतिक्रिया का स्वागत है ।

राकेश शर्मा 'निशीथ'
प्रधान संपादक

The Silent STROKE
द साइलेंट स्ट्रोक
CURRENT AFFAIRS

पत्रिका का उद्देश्य लोगों को उनके जीवन और समाज के बारे में बेहतर निर्णय लेने के लिए आवश्यक जानकारी देना है।

"सार्वजनिक हित" एक बहुत व्यापक शब्द है, लेकिन पत्रकारिता के संदर्भ में इसे तीन भागों में बताया गया है :

(i) अपराध या गंभीर दुराचार का पता लगाना या उजागर करना।

(ii) सार्वजनिक स्वास्थ्य और सुरक्षा की रक्षा करना।

(iii) किसी व्यक्ति या संगठन के किसी बयान या कार्रवाई से जनता को गुमराह होने से रोकना।

'द साइलेंट स्ट्रोक' पत्रिका का मुख्य उद्देश्य :

प्रशासन और समाज के बीच एक महत्त्वपूर्ण कड़ी की भूमिका निभाना। देश की जनता को सूचना देना, घटना के पीछे छिपे कारणों की - तालाश करना, घटना के प्रति लोगों को जागृत करना, घटना के पक्ष या विपक्ष में लोगों को जागरूक करना, जनता की रूचि निर्माण करना और उन्हें दिशा देना।

NARENDRA TYAGI
PUBLISHER
THE SILENT STROKE
THE CREATIVEART
SHABDAHUTI PRAKASHAN AND
SHABDAHUTI PATRIKA

नरेन्द्र त्यागी, संपादक

इसी विचार के साथ मैं आप सभी को हमारी पत्रिका 'द साइलेंट स्ट्रोक' के इस संस्करण से परिचित कराना चाहता हूँ।

द साइलेंट स्ट्रोक* एक सामान्य पत्रिका है, यह द्विभाषी भाषा, अंग्रेजी-हिंदी में है। इसमें हम सभी मुख्य विषयों को शामिल करेंगे, जैसे; कहानी, सामयिकी मुद्दे, राजनीतिक विश्लेषण, लेख, साहित्य, अंतर्राष्ट्रीय संबंध राजनीतिक विवाद: राज्यवार मुद्दे, विश्लेषण, देश भर से संक्षिप्त राजनीतिक उथल-पुथल, स्वास्थ्य, यात्रा, आध्यात्मिक अनुभव, साहित्य नियम, कानून अद्यतन
और राजनीतिक दृष्टिकोण आदि।

मैं 'द साइलेंट स्ट्रोक' के सभी पाठकों के सुखी और स्वस्थ जीवन की कामना करता हूँ।

मेरा नाम राहुल सावरकर नहीं...

Photo courtesy based on www.inc.in

राहुल गांधी है...

नरेन्द्र त्यागी, संपादक

मेरा नाम राहुल सावरकर नहीं, राहुल गांधी है। ऐसा राहुल गाँधी ने दिल्ली के रामलीला मैदान में कहा। हम यहां राजनीति पर बात नहीं बल्कि उस विषय पर बात कर रहे हैं जो चिंता का बनता जा रहा है। क्योंकि राजनीति का स्तर किस तरह दिन पर दिन नीचे गिरता जा रहा है, ये सभी को मालूम है। किस तरह एक नेता दूसरे नेता पर कीचड़ उछालने में लगे रहते हैं। ये देश की जनता देख रही है।

अब जो यहाँ मुद्दा है। वो ये है कि राहुल गांधी ने अपने-आपको सावरकर मानने से इंकार किया है। जबकि ये तो सभी को मालूम है कि वो "**राहुल सावरकर नहीं, राहुल गाँधी हैं**।"

ऐसा उन्होंने इसलिए कहा कि वीर सावरकर अब सत्ता पक्ष के होकर रह गए हैं। अब वीर सावरकर देश के नहीं हैं।

क्योंकि सत्ता पक्ष ने उनका प्रचार-प्रसार इस प्रकार किया है जैसे सावरकर उन्हीं के हैं, देश के नहीं हैं। जैसे आज़ादी की लड़ाई में उन्हीं का सबसे बड़ा योगदान रहा हो बाकि और जो स्वतंत्रता सेनानी थे उनका आज़ादी की लड़ाई में इतना बड़ा योगदान नहीं

रहा हो। जबकि देश के लाखों स्वतंत्रता सेनानियों ने देश के लिए आज़ादी की लड़ाई लड़ी थी। तब जाकर हमारा देश आज़ाद हुआ था।

ये जरुरी नहीं है कि आज़ादी की लड़ाई में सबका योगदान बराबर हो। देश आज़ाद होने से पहले कितनी नाजुक स्थति रही होगी। फिर भी उस समय सबने अपने-अपने तरीके से आज़ादी की लड़ाई लड़ी, किसी ने हाथ जोड़े, किसी ने अंगेजों के साथ दो-दो हाथ किए और किसी ने उनका डटकर मुकाबला भी किया।

देश को अंग्रेजों से मुक्त कराने के लिए किसी ने अहिंशा का रास्ता अपनाया तो किसी ने हिंसा का, किसी ने अपने शरीर पर कोड़े खाए, तब हमारा देश आज़ाद हुआ था।

स्वतंत्रता सेनानियों का नाम वोट के लिए इस्तेमाल किया जाना चिंता का विषय है जब एक पक्ष उनके नाम को इस्तेमाल करता है, तो दूसरा पक्ष उनके नाम को लेकर उनपर पर कीचड़ उछालता है। जिससे आने वाली पीढ़ी के सामने इसका सन्देश गलत जाता है और उनके दिमाग में स्वतंत्रता सेनानियों के प्रति सवाल खड़े होते हैं। जो देश के लिए और देश की राजनीति के लिए भी अच्छा नहीं है। जबकि देश के सभी नागरिक और सत्ता पक्ष और विपक्ष को उनका सम्मान करना चाहिए।

आज हमें बोलने की आज़ादी मिली तो उन्हीं के बलिदान की वजह से और आज हम उन्हीं का बटवारा करने पर उतर आए, वो भी सत्ता के लिए?

स्वतंत्रता सेनानियों का नाम वोट के लिए इस्तेमाल किया जाना चिंता का विषय है जब एक पक्ष उनके नाम को इस्तेमाल करता है, तो दूसरा पक्ष उनके नाम को लेकर उनपर पर कीचड़ उछालता है। जिससे आने वाली पीढ़ी के सामने इसका सन्देश गलत जाता है और उनके दिमाग में स्वतंत्रता सेनानियों के प्रति सवाल खड़े होते हैं। जो देश के लिए और देश की राजनीति के लिए भी अच्छा नहीं है। जबकि देश के सभी नागरिक और सत्ता पक्ष और विपक्ष को उनका सम्मान करना चाहिए।

राहुल गांधी की गलती नहीं है क्योंकि आज की राजनीति में सत्ता पक्ष हो या विपक्ष अपने को अच्छा साबित करना है तो दूसरे पर कीचड़ उछालकर ही अपने को अच्छा साबित किया जा सकता है। जबकि जो अच्छा है उसको कुछ साबित करने की जरुरत ही नहीं होनी चाहिए! अच्छा तो लाखों में दीखता है।

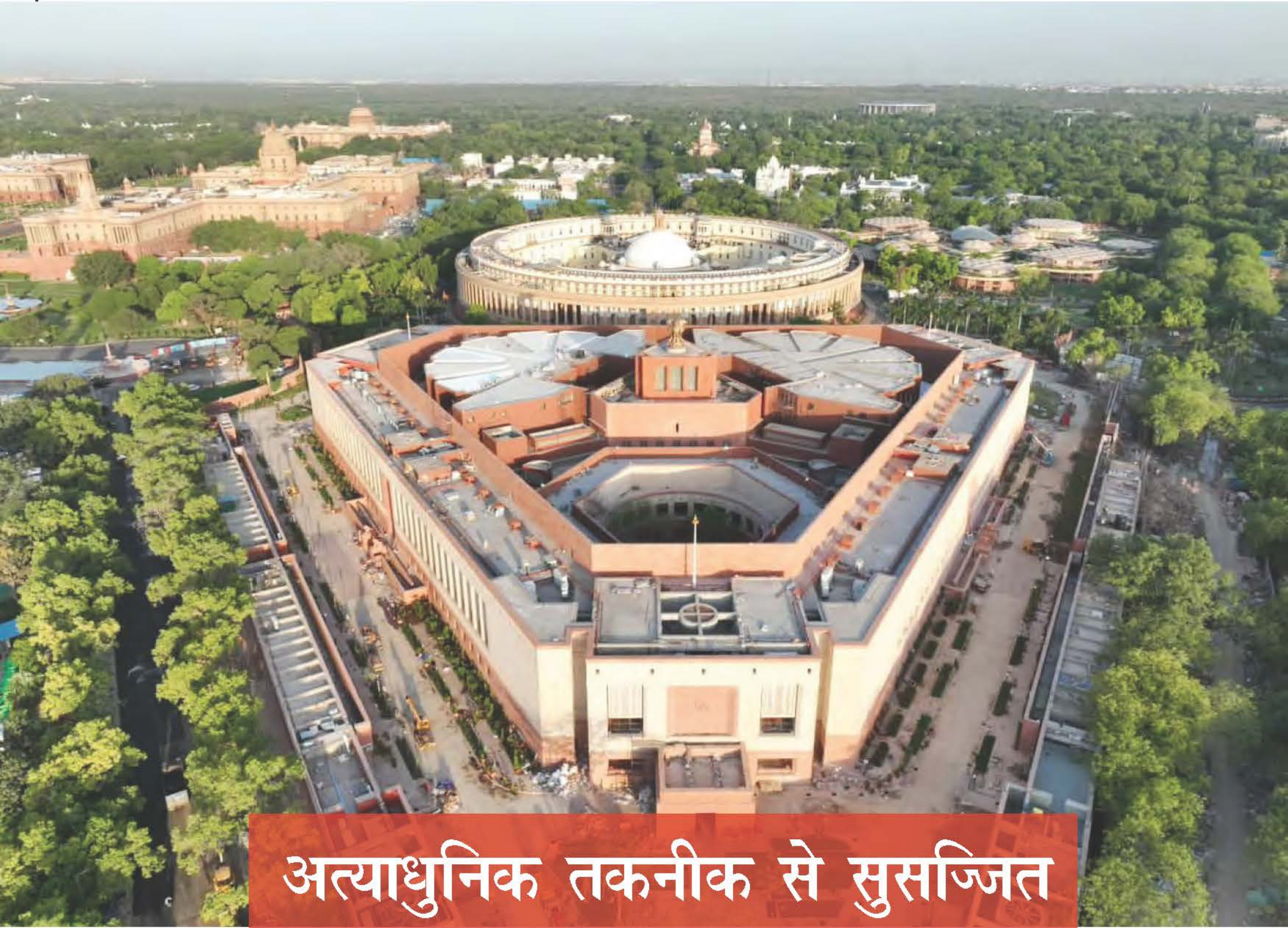
अब राजनीति सेवा नहीं बल्कि व्यापार बनकर रह गई है। अपार संपत्ति बना लेना ये ही सबका सपना रह गया है। चुनाव जीतना है, उसके लिए कुछ भी करना पड़े। कुछ वर्षों की राजनीति में यही सब देखने को मिला।

ऐसा करके कौन-से राष्ट्र का निर्माण कर रहे हैं ये देश की जनता भली-भांति समझ गई है।

यदि अच्छे राष्ट्र का निर्माण करना है तो सम्मानीय पदों पर बैठे पदाधिकारियों को भी अपनी सोच का निर्माण करना होगा तभी बेहतर राष्ट्र का निर्माण हो पायेगा।

और ऐसे राष्ट्र का निर्माण करने के लिए शिक्षा का होना बहुत आवश्यक है।

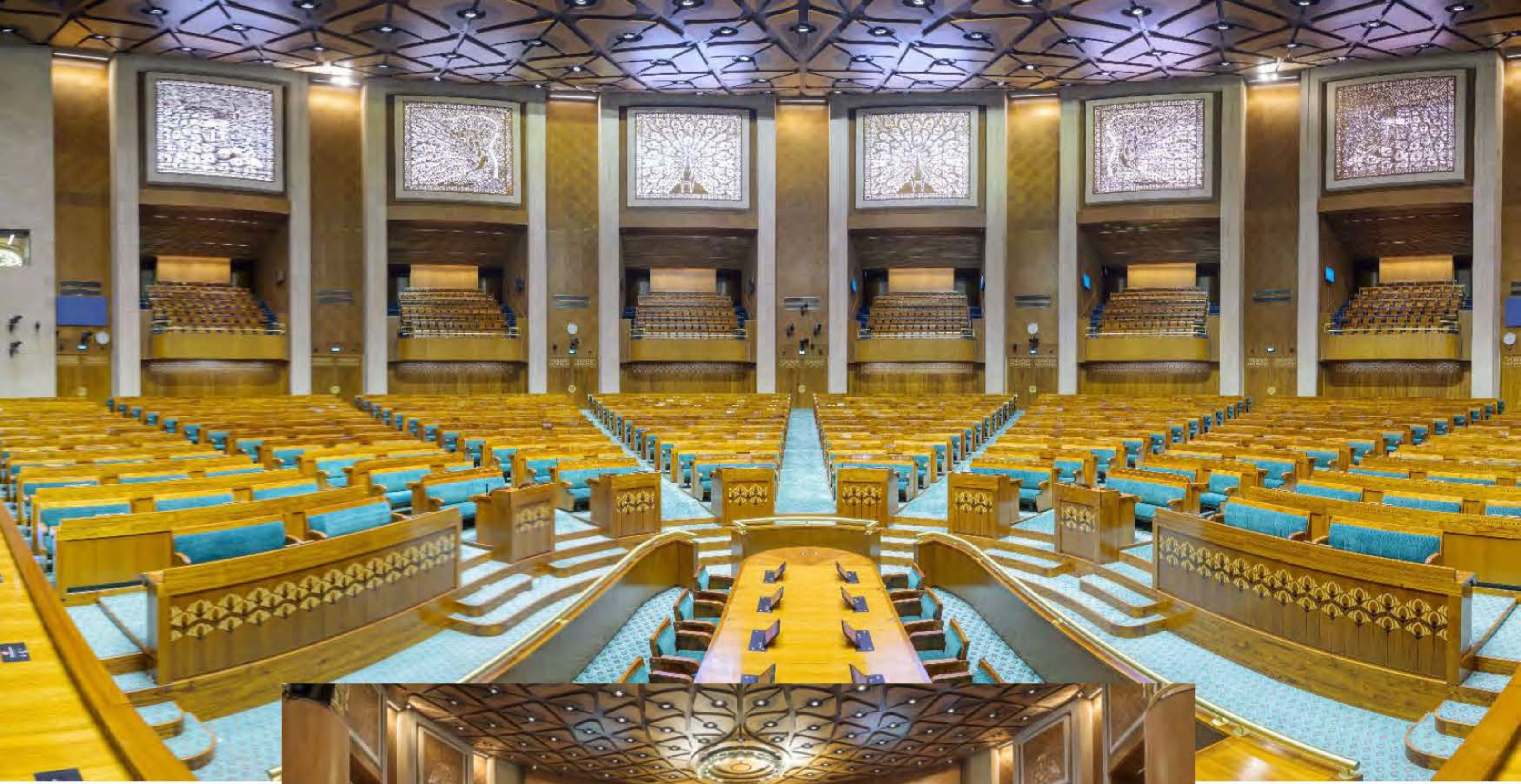
■■



अत्याधुनिक तकनीक से सुसज्जित
देश का नया संसद भवन

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी ने 10 दिसम्बर, 2020 को संसद के नए भवन का शिलान्यास किया था। इस त्रिकोणीय बिल्डिंग का काम 15 जनवरी, 2021 को शुरू हुआ था। सेंट्रल विस्टा डिवेलप प्रोजेक्ट के अंतर्गत त्रिकोणीय आकार का नये संसद भवन के अलावा सभी मंत्रालयों के लिए केंद्रीय सचिवालय, नए ऑफिस, उपराष्ट्रपति और प्रधानमंत्री के लिए घर भी बनाए जा रहे हैं । अगले 100 वर्ष की आवश्यकताओं और अपेक्षाओं को ध्यान में रखते हुए नये संसद भवन की रूपरेखा मैसर्स एचसीपी डिजाइन, प्लानिंग एंड मैनेजमेंट प्राइवेट लिमिटेड ने तैयार की है। इसका निर्माण मैसर्स टाटा प्रोजेक्ट्स लिमिटेड ने किया है । 970 करोड़ रुपये संसद भवन की नई इमारत बनाने में खर्च हुए ।

संसद का नया भवन स्थापत्य कला और अत्याधुनिक प्रौद्योगिकी के उपयोग की एक अनूठी संरचना है । भवन की संकल्पना सेंट्रल विस्टा में बनी हुई इमारतों की स्थापत्य कला से सामंजस्य रखते हुई की गई है । इसमें लोकसभा को राष्ट्रीय पक्षी मयूर के आकार का बनाया गया है, तो राज्यसभा को राष्ट्रीय पुष्प कमल के आकार दिया गया है । लगभग 64500 वर्ग मीटर फैले नये संसद भवन में भूकंप सुरक्षा के पर्याप्त उपायों को किया गया है और यह वर्षा जल संचयन और जल पुन: चक्रण प्रणाली



All Parliament Photo courtesy: PIB

से सुसज्जित है।

नया संसद भवन त्रिकोणीय है। इसे 29 महीने में तैयार किया गया है। नए संसद भवन के लोकसभा कक्ष में 888 सदस्यों के बैठने की व्यवस्था है और राज्यसभा में 384 सदस्यों के बैठने की व्यवस्था है। नये भवन में एक संविधान कक्ष है, जहां देश की लोकतांत्रिक धरोहर को प्रदर्शित किया गया है। भवन में सदस्यों के लिए पुस्तकालय, डाइनिंग रूम और पार्किंग की भी व्यवस्था है।

नया संसद भवन चार मंजिल का है। सांसदों और वीआईपी के लिए अलग प्रवेश द्वार है। इसके तीन दरवाजे हैं। इन्हें ज्ञान द्वार, शक्ति द्वार और कर्म द्वार का नाम दिया गया है। भवन में छह समिति कक्ष और सदस्यों के लिए 92 कमरों की व्यवस्था है। पूरे भवन में 100 प्रतिशत यूपीएस पावर बैकअप की व्यवस्था है।

पुराना संसद भवन का निर्माण वास्तुकार सर एडविन लुटियंस और सर हरबर्ट बेकर ने किया था। इसकी आधारशिला 12 फरवरी, 1921 को द ड्यूट ऑफ कनॉट ने रखी थी। भारत के तत्कालीन वायसराय लार्ड इर्विन ने 18 जनवरी, 1927 को इसका उद्घाटन किया था। इसका निर्माण छह वर्ष में 83 लाख रुपये की लागत में हुआ था। इसका भवन वृताकार है, जिसका व्यास 560 फीट है। यह लगभग 6 एकड़ क्षेत्रफल में बना है। ■■

NEP 2020
Multilingualism
– Learning for All

Christopher Moseley in World's Language in Danger, 2010 (UNESCO Publishing) states that 2471 languages around the world are endangered, out of which 197 of them are spoken in India that makes it the country with the most endangered languages in the world. On the other hand, several educationists, sociologists predict that almost 90% of the world's languages will disappear by the end of the 21st century and so reducing the number from about 7000 to 700 or so.

India has already lost 220 languages or dialects in last 50 years. Keeping these drastic changes in view National Education Policy 2020 has adopted multilingualism and multi-disciplinary approach for 21st century learning. NEP 2020 argues for children to be exposed to multilingualism early on as research clearly shows that children pick up languages extremely quickly between the ages of 2 and 8 and that multilingualism has great cognitive benefits to young students. It recommends generation of textbooks, Teaching Learning Materials and "enjoyable and inspirational books" in local languages to support the multilingual approach, including through technology-assisted material. Learning should be holistic, integrated, inclusive, enjoyable and engaging. In order to encourage holistic development and 21st century skills such as critical thinking, creativity, scientific temper, communication, collaboration, multilingualism, problem solving skills, ethics, social responsibility and digital literacy -the curriculum, textbooks, pedagogy and assessment need to be transformed.

Multilingualism in the context of teaching-learning has always been set as a challenge. NEP 2020 lays emphasis on "multilingualism and the power of language" arguing for a promotion of home, local and regional languages as "It is well understood that young children learn and grasp nontrivial concepts more quickly in their mother tongue". The UNICEF-LLF "Guidelines for implementation of Early Learning Programs" reiterates that including children's languages helps to promote "an equitable learning environment", a "strong scaffold for learning the school language", and "higher order work like thinking, reasoning and expression."

The NEP 2020 has reconfigured the curriculum and pedagogy of school education to 5 + 3 + 3 + 4 design with an aim to make them responsive and relevant to the developmental needs and interests of learners at different stages of their development. The policy aims at producing engaged, productive, and contributing citizens for building an equitable, inclusive, and plural society as envisaged by our Constitution. To encourage multilingualism, NEP reiterates various gateways to learning as following -

Wherever possible, the medium of instruction until at least Grade 5, but preferably till Grade 8 and beyond, will be the home language or mother-tongue or local language. Thereafter, the home or local language shall continue to be taught as a language wherever possible by both public and private schools.

There will be a major effort from both the Central and State Governments to invest in large numbers of language teachers in all regional languages around the country, and in particular in languages included in eighth schedule of the Indian Constitution. States, especially States from different regions of India, may enter bilateral

agreements to hire teachers in large numbers from each other, to satisfy the three-language formula in their respective States, and also to encourage the study of Indian languages across the country.

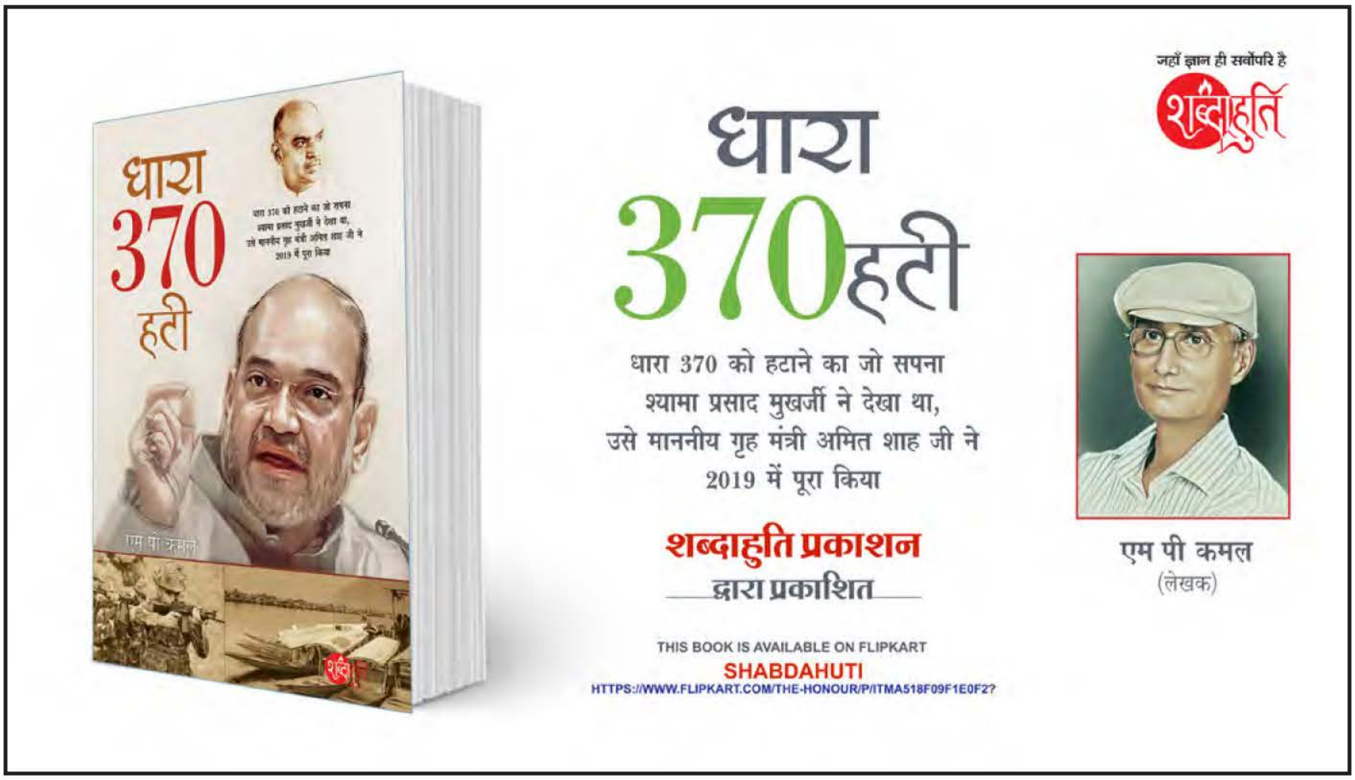
The students whose medium of instruction is the local or home language will begin to learn science and mathematics, bilingually in Grade 6 so that by the end of Grade 9 they can speak about science and other subjects both in their home language and English.

All efforts will be made early on to ensure that any gaps that exist between the language spoken by the child and the medium of teaching are bridged. In cases where home language or mother tongue textbook material is not available, the language of transaction between teachers and students will still remain the home language or mother tongue wherever possible. Teachers will be encouraged to use a bilingual approach, including bilingual Teaching Learning Materials, with those students whose home language may be different from the medium of instruction. Instead of lamenting over the TLOs while teaching in a single language formula it is pertinent that language must be assessed as a tool to attain knowledge for the students. NEP 2020 will definitely come up as a concrete pedagogical mechanism with result-oriented teaching-learning process for the students of diverse languages background.

Noam Chomsky, professor of linguistics says, "A language is not just words. It is a culture, a tradition, a unification of a community, a whole history that creates what a community is. It is all embodied in a language." Therefore in order to save a community, tradition and history, the need is to save the language or dialect and digital revolution is also maintaining the multilingual social fabric of our country. Moreover there is need of individualistic approach also to uphold the recognition and acceptance of linguistic pluralism for the purpose of cognitive learning of students in 21st century.

— **Reetu Srivastava**
Kendriya Vidyalaya
English Teacher

■■



प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के मन की बात की 100वीं कड़ी

मन की बात ने समाज के सभी वर्गों को प्रभावित किया है । इस कार्यक्रम के माध्यम से लोग राष्ट्रहित के लिए निर्धारित महान लक्ष्यों को पूरा करने में योगदान के लिए प्रेरित हुए हैं। 3 अक्टूबर, 2014 को विजयी दशमी के पर्व पर शुरू हुई मन की बात प्रधानमंत्री का एक बहुत लोकप्रिय कार्यक्रम है । इस कार्यक्रम के दौरान उन्होंने देश को बेहतर बनाने के लिए सैकड़ों विभिन्न मुद्दों को उठाया है। ये सभी मुद्दे गहन अनुसंधानों और देश भर के विभिन्न हितधारकों और विभिन्न विषयों में कार्यरत विशेषज्ञों से मिले विशेष फीडबैक पर आधारित हैं। मन की बात पिछले नौ वर्षों में प्रसारण की 30 अप्रैल, 2023 को 100वीं कड़ी पूरी की है । 'मन की बात' की 100वीं कड़ी की कुछ महत्वपूर्ण बातें इस प्रकार हैं -

प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी ने कहा कि मुझे आप सबकी हजारों चिट्ठियाँ मिली हैं, लाखों सन्देश मिले हैं और मैंने कोशिश की है कि ज्यादा-से-ज्यादा चिट्ठियों को पढ़ पाऊँ, देख पाऊँ, संदेशों को जरा समझने की कोशिश करूँ। आपके पत्र पढ़ते हुए कई बार मैं भावुक हुआ, भावनाओं से भर गया, भावनाओं में बह गया और खुद को फिर सम्भाल भी लिया। आपने मुझे 'मन की बात' के सौवें एपिसोड पर बधाई दी है लेकिन मैं सच्चे दिल से कहता हूँ, दरअसल बधाई के पात्र तो आप सभी 'मन की बात' के श्रोता हैं, हमारे देशवासी हैं। 'मन की बात', कोटि-कोटि भारतीयों के 'मन की बात' है, उनकी भावनाओं का प्रकटीकरण है।

उन्होंने कहा कि कई बार यकीन नहीं होता कि 'मन की बात' को इतने महीने और इतने साल गुजर गए। हर एपिसोड अपने आप में खास रहा। हर बार, नए उदाहरणों की नवीनता, हर बार देशवासियों की नई सफलताओं का विस्तार। 'मन की बात' में पूरे देश के

कोने-कोने से लोग जुड़े, हर आयु-वर्ग के लोग जुड़े। बेटी-बचाओ बेटी-पढ़ाओ की बात हो, स्वच्छ भारत आन्दोलन हो, खादी के प्रति प्रेम हो या प्रकृति की बात, आजादी का अमृत महोत्सव हो या फिर अमृत सरोवर की बात, 'मन की बात' जिस विषय से जुड़ा, वो, जन-आंदोलन बन गया और आप लोगों ने बना दिया। जब मैंने, तत्कालीन अमेरिकी राष्ट्रपति बराक ओबामा के साथ साझा 'मन की बात' की थी, तो इसकी चर्चा पूरे विश्व में हुई थी।

उन्होंने कहा कि 'मन की बात' मेरे लिए तो दूसरों के गुणों की पूजा करने की तरह ही रहा है। मेरे एक मार्गदर्शक थे – श्री लक्ष्मणराव जी ईनामदार। हम उनको वकील साहब कहा करते थे। वो हमेशा कहते थे कि हमें दूसरों के गुणों की पूजा करनी चाहिए। सामने कोई भी हो, आपके साथ का हो, आपका विरोधी हो, हमें उसके अच्छे गुणों को जानने का, उनसे सीखने का, प्रयास करना चाहिए। उनकी इस बात ने मुझे हमेशा प्रेरणा दी है। 'मन की बात' दूसरों के गुणों से सीखने का बहुत बड़ा माध्यम बन गयी है।

उन्होंने कहा कि पचास साल पहले मैंने अपना घर इसलिए नहीं छोड़ा था कि एक दिन अपने ही देश के लोगों से संपर्क ही मुश्किल हो जायेगा। जो देशवासी मेरा सब कुछ है, मैं उनसे ही कट करके जी नहीं सकता था। 'मन की बात' ने मुझे इस चुनौती का समाधान दिया, सामान्य मानवी से जुड़ने का रास्ता दिया। पदभार और प्रोटोकॉल, व्यवस्था तक ही सीमित रहा और जनभाव, कोटि-कोटि जनों के साथ, मेरे भाव, विश्व का अटूट अंग बन गया। हर महीने में देश के लोगों के हजारों संदेशों को पढता हूँ, हर महीने में देशवासियों के एक से एक अद्‌त स्वरूप के दर्शन करता हूँ। मैं देशवासियों के तप-त्याग की पराकाष्ठा को देखता हूँ, महसूस करता हूँ। मुझे लगता ही नहीं है कि मैं, आपसे थोडा भी दूर हूँ। मेरे लिए 'मन की बात' ये एक कार्यक्रम नहीं है, मेरे लिए एक आस्था, पूजा, व्रत है। जैसे लोग, ईश्वर की पूजा करने जाते हैं तो, प्रसाद की थाल लाते हैं। मेरे लिए 'मन की बात' ईश्वर रूपी जनता जनार्दन के चरणों में प्रसाद की थाल की तरह है। 'मन की बात' मेरे मन की आध्यात्मिक यात्रा बन गया है। 'मन की बात' स्व से समिष्टि की यात्रा है। 'मन की बात' अहम् से वयम् की यात्रा है। यह तो मैं नहीं तू ही इसकी संस्कार साधना है।

आप कल्पना करिए, मेरा कोई देशवासी 40-40 साल से निर्जन पहाड़ी और बंजर जमीन पर पेड़ लगा रहा है, कितने ही लोग 30-30 साल से जल-संरक्षण के लिए बावड़ियां और तालाब बना रहे हैं, उसकी साफ़-सफाई कर रहे हैं। कोई 25-30 साल से निर्धन बच्चों को पढ़ा रहा है, कोई गरीबों के इलाज में मदद कर रहा है। कितनी ही बार 'मन की बात' में इनका जिक्र करते हुए मैं भावुक हो गया हूँ। आकाशवाणी के साथियों को कितनी ही बार इसे फिर से रिकॉर्ड करना पड़ा है। आज, पिछला कितना ही कुछ, आँखों के सामने आए जा रहा है। देशवासियों के इन प्रयासों ने मुझे लगातार खुद को खपाने की प्रेरणा दी है।

उन्होंने कहा मुझे इस बात का बहुत संतोष है कि 'मन की बात' में हमने देश की नारी शक्ति की सैकड़ों प्रेरणादायी गाथाओं का जिक्र किया है। चाहे हमारी सेना हो या फिर खेल जगत हो, मैंने जब भी महिलाओं की उपलब्धियों पर बात की है, उसकी खूब प्रशंसा हुई है। जैसे हमने छत्तीसगढ़ के देउर गाँव की महिलाओं की चर्चा की थी। ये महिलाएं स्वयं सहायता समूहों के जरिए गाँव के चौराहों, सड़कों और मंदिरों के सफाई के लिए अभियान चलाती हैं। ऐसे ही, तमिलनाडु की वो आदिवासी महिलाएं, जिन्होंने हज़ारों Eco-Friendly Terracotta Cups (टेराकोटा कप्स) निर्यात किए, उनसे भी देश ने खूब प्रेरणा ली। तमिलनाडु में ही 20 हजार महिलाओं ने साथ आकर वेल्लोर में नाग नदी को पुनर्जीवित किया था। ऐसे कितने ही अभियानों को हमारी नारी-शक्ति ने नेतृत्व दिया है और 'मन की बात' उनके प्रयासों को

सामने लाने का मंच बना है।

उन्होंने कहा कि 'मन की बात' की एक और विशेषता रही है। 'मन की बात' के जरिए कितने ही जन-आन्दोलन ने जन्म भी लिया है और गति भी पकड़ी है। जैसे हमारे खिलौने, हमारी Toy Industry को फिर से स्थापित करने का मिशन 'मन की बात' से ही तो शुरू हुआ था। भारतीय नस्ल के श्वान हमारे देशी डॉग्स उसको लेकर जागरूकता बढ़ाने की शुरुआत भी तो 'मन की बात' से ही की थी। हमने एक और मुहिम शुरू की थी कि हम ग़रीब छोटे दुकानदारों से मोलभाव नहीं करेंगे, झगड़ा नहीं करेंगे। जब 'हर घर तिरंगा' मुहिम शुरू हुई, तब भी 'मन की बात' ने देशवासियों को इस संकल्प से जोड़ने में खूब भूमिका निभाई। ऐसे हर उदाहरण, समाज में बदलाव का कारण बने हैं।

उन्होंने कहा कि आज देश में टूरिज्म बहुत तेजी से ग्रो (Grow) कर रहा है। हमारे ये प्राकृतिक संसाधन हों, नदियाँ, पहाड़, तालाब या फिर हमारे तीर्थ स्थल हों, उन्हें साफ़ रखना बहुत ज़रूरी है। ये टूरिज्म इंडस्ट्री की बहुत मदद करेगा। पर्यटन में स्वच्छता के साथ-साथ हमने इंक्रिडीबल इंडिया मूवमेंट (Incredible India Movement) की भी कई बार चर्चा की है। इस मूवमेंट से लोगों को पहली बार ऐसी कितनी ही जगहों के बारे में पता चला, जो उनके आस-पास ही थी।

मैं हमेशा ही कहता हूँ कि हमें विदेशों में टूरिज्म पर जाने से पहले हमारे देश के कम से कम 15 टूरिज्म डेस्टीनेशन (Tourist destination) पर जरूर जाना चाहिए और यह डेस्टीनेशन जिस राज्य में आप रहते हैं, वहां के नहीं होने चाहिए, आपके राज्य से बाहर किसी अन्य राज्य के होने चाहिए। ऐसे ही हमने स्वच्छ सियाचिन, सिंगल यूज प्लास्टिक और ई-वेस्ट (E-waste) जैसे गंभीर विषयों पर भी लगातार बात की है। आज पूरी दुनिया पर्यावरण के जिस इशू (Issue) को लेकर इतना परेशान है, उसके समाधान में 'मन की बात' का ये प्रयास बहुत अहम है।

उन्होंने कहा कि बात शिक्षा की हो या संस्कृति की, उसके संरक्षण की बात हो या संवर्धन की, भारत की यह प्राचीन परंपरा रही है। इस दिशा में आज देश जो काम कर रहा है, वो वाकई बहुत सराहनीय है। नेशनल एजुकेशन पॉलिसी हो या क्षेत्रीय भाषा में पढ़ाई का विकल्प हो, एजुकेशन में टेक्नोलेजी इंटीग्रेशन (Technology Integration) हो, आपको ऐसे अनेक प्रयास देखने को मिलेंगे। वर्षों पहले गुजरात में बेहतर शिक्षा देने और ड्रोपआउट रेट्स (Dropout Rates) को कम करने के लिए 'गुणोत्सव और शाला प्रवेशोत्सव' जैसे कार्यक्रम जनभागीदारी की एक अद्‌त मिसाल बन गए थे।

'मन की बात' में हमने ऐसे कितने ही लोगों के प्रयासों को हाइलाइट किया है, जो नि:स्वार्थ भाव से शिक्षा के लिए काम कर रहे हैं। आपको याद होगा, एक बार हमने ओडिशा में ठेले पर चाय बेचने वाले स्वर्गीय डी. प्रकाश राव जी के बारे में चर्चा की थी, जो गरीब बच्चों को पढ़ाने के मिशन में लगे हुए थे। झारखण्ड के गांवों में डिजीटल लाइब्रेरी चलाने वाले संजय कश्यप जी हों, कोविड के दौरान ई-लर्निंग के जरिये कई बच्चों की मदद करने वाली हेमलता एन.के. जी हों, ऐसे अनेक शिक्षकों के उदाहरण हमने 'मन की बात' में लिये हैं। हमने कल्चरल प्रीजरवेशन (Cultural Preservation) के प्रयासों को भी 'मन की बात' में लगातार जगह दी है।

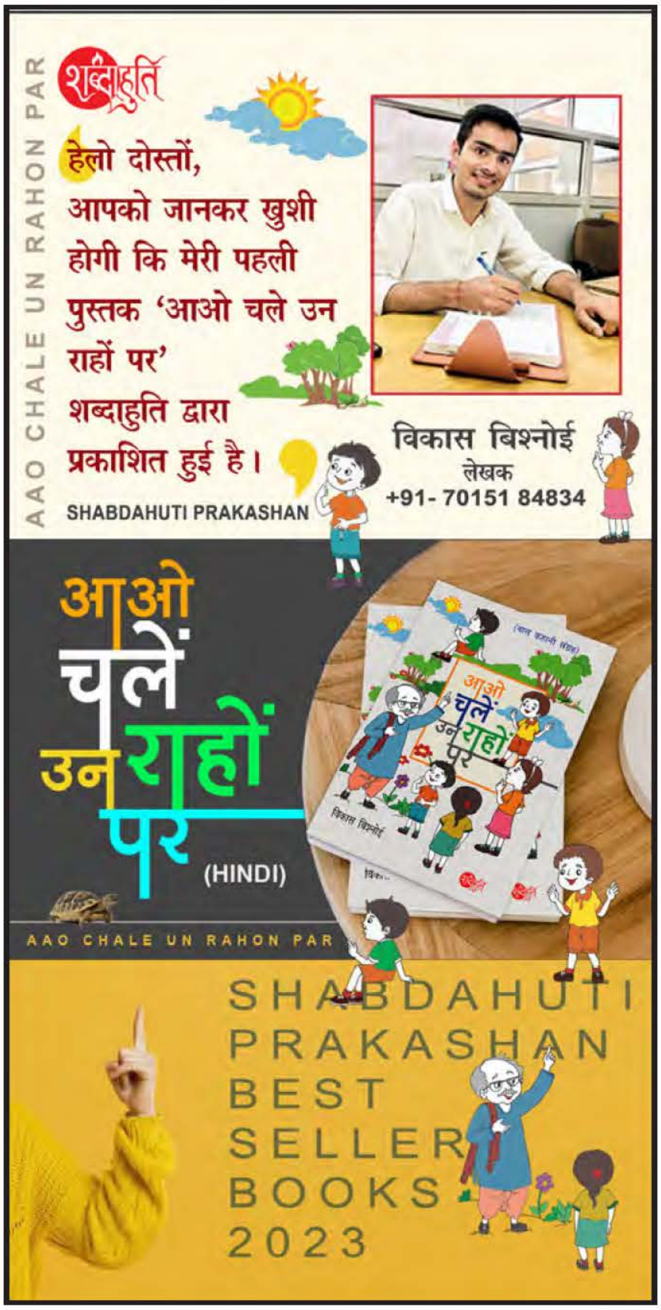
लक्षदीप का कुम्मेल ब्रदर्स चैलेंजर्स क्लब (Kummel Brothers Challengers Club) हो, या कर्नाटका के 'क्वेमश्री' जी 'कला चेतना' जैसे मंच हो, देश के कोने-कोने से लोगों ने मुझे चिट्ठी लिखकर ऐसे उदाहरण भेजे हैं। हमने उन तीन कंपीटीशन (Competitions) को लेकर भी बात की थी, जो देशभक्ति पर 'गीत' 'लोरी' और 'रंगोली' से जुड़े थे। आपको ध्यान होगा, एक बार हमने देश भर के स्टोरी टैलर(Story Tellers) से स्टोरी टैलिंग (Story Telling) के माध्यम से शिक्षा की

भारतीय विधाओं पर चर्चा की थी। मेरा अटूट विश्वास है कि सामूहिक प्रयास से बड़े से बड़ा बदलाव लाया जा सकता है। इस साल हम जहाँ आजादी के अमृतकाल में आगे बढ़ रहे हैं, वहीं G-20 की अध्यक्षता भी कर रहे हैं। यह भी एक वजह है कि एजुकेशन के साथ-साथ डाइबर्स ग्लोबल कल्चर्स (Diverse Global Cultures) को समृद्ध करने के लिये हमारा संकल्प और मजबूत हुआ है।

उन्होंने कहा हमारे उपनिषदों का एक मंत्र सदियों से हमारे मानस को प्रेरणा देता आया है। चरैवेति चरैवेति चरैवेति। चलते रहो-चलते रहो-चलते रहो। आज हम इसी चरैवेति चरैवेति की भावना के साथ 'मन की बात' का 100वाँ एपिसोड पूरा कर रहे हैं। भारत के सामाजिक ताने-बाने को मजबूती देने में 'मन की बात', किसी भी माला के धागे की तरह है, जो हर मन को जोड़े रखता है। हर एपिसोड में देशवासियों के सेवा और सामर्थ्य ने दूसरों को प्रेरणा दी है। इस कार्यक्रम में हर देशवासी दूसरे देशवासी की प्रेरणा बनता है। एक तरह से 'मन की बात' का हर एपिसोड अगले एपिसोड के लिए जमीन तैयार करता है। 'मन की बात' हमेशा सद्भावना, सेवा-भावना और कर्तव्य-भावना से ही आगे बढ़ा है। आज़ादी के अमृतकाल में यही पोजिटीविटी (Positivity) देश को आगे ले जाएगी, नई ऊंचाई पर ले जाएगी और मुझे खुशी है कि 'मन की बात' से जो शुरुआत हुई, वो आज देश की नई परंपरा भी बन रही है। एक ऐसी परंपरा जिसमें हमें सबका प्रयास की भावना के दर्शन होते हैं।

अंत में, उन्होंने आकाशवाणी और दूरदर्शन के मन की बात से जुड़े सभी साथियों का आभार प्रकट करते हुए कहा कि वैसे तो मेरे मन में आज इतना कुछ कहने को है कि समय और शब्द दोनों कम पड़ रहे हैं। लेकिन मुझे विश्वास है कि आप सब मेरे भावों को समझेंगे, मेरी भावनाओं को समझेंगे। आपके परिवार के ही एक सदस्य के रूप में 'मन की बात' के सहारे आपके बीच में रहा हूँ, आपके बीच में रहूँगा। अगले महीने हम एक बार फिर मिलेंगे। फिर से नए विषयों और नई जानकारियों के साथ देशवासियों की सफलताओं को सेलिब्रेट करेंगे तब तक के लिए मुझे विदा दीजिये और अपना और अपनों का खूब ख्याल रखिए। बहुत-बहुत धन्यवाद। नमस्कार। **(साभार – पत्र सूचना कार्यालय)**

■■



अंतरराष्ट्रीय युवा दिवस

मनोज कौशल
पूर्व छात्र, बीएचयू

प्रतिवर्ष 12 अगस्त को अंतरराष्ट्रीय युवा दिवस के रूप में मनाया जाता है, प्रथम बार वर्ष 2000 में इसकी शुरुआत हुई। इस दिवस को मनाने के पीछे सरकार युवाओं के मुद्दों और उनकी बातों पर ध्यान आकर्षित करती है। संयुक्त राष्ट्र संघ द्वारा वर्ष 1950 में अंतरराष्ट्रीय युवा दिवस घोषित किया गया।

किसी भी देश का युवा उस देश का वर्तमान व भविष्य होता है, क्योंकि देश का भार युवाओं के ऊपर ही निर्भर होता है किंतु जब देश का युवा अपने भोग विलास में लिप्त होकर सामाजिक, राजनैतिक, साहित्यिक, सांस्कृतिक जिम्मेदारियों को दरकिनार कर अपना कीमती समय नष्ट करता है, तो परिवार और देश की सूरत बदल जाती है। संयुक्त राष्ट्र संघ ने युवा दिवस मनाने के पीछे युवाओं का मानसिक, सामाजिक, राजनीतिक विचारधाराओं के परिवर्तन की बात को

सोचा है। युवा किसी भी देश के स्वाभिमान होते हैं।

21वीं सदी में युवाओं ने भारत को प्रगति पर ले जाने के लिए कोई कसर नहीं छोड़ी है, जमीन क्या आसमान पर भी अपनी प्रतिभा का परचम युवाओं ने लहराया है, चाहे वह देश की बात हो, ज्ञान की बात हो, विज्ञान की बात हो या साहित्य, सिनेमा या देश के प्रति कुर्बान होने की बात हो। युवाओं ने हर समय अपना सर्वस्व निछावर किया है देश का मान सम्मान बढ़ाने में। एक कहावत है कि जिस ओर जवानी चलती है उस ओर जमाना चलता है इस बात में कोई दो राय नहीं कि, युवा जिस भी तरफ चले हैं इतिहास खड़ा किया है।

आज देश में संचार क्रांति ने विकास की गति को प्रगतिशील किया है। भारत देश में वर्तमान में 35 वर्ष की आयु तक 65 करोड़ युवा हैं, आज की युवा पीढ़ी को उचित मार्गदर्शन देने की आवश्यकता है, उन्हें अच्छे संस्कार, व्यवहार और उच्च तकनीकी शिक्षा, साहित्य आदि की शिक्षा देने की बहुत ही आवश्यकता है।

नई पीढ़ी को नशे की लत से दूर रखने हेतु उन्हें व्यवहार कुशल ज्ञान देने की आवश्यकता है, क्योंकि भारत संस्कारवान देश है। यहाँ अनेकता में एकता का वास होता है। यहाँ आदि काल से लेकर स्वतंत्रता आंदोलन की लड़ाई में हजारों वीर योद्धाओं ने और देशभक्तों ने अपने प्राणों की आहुति दी है। शिक्षा की युवाओं को बेहतर बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका होती है।

वर्तमान समय में बेरोजगारी अपने चरम सीमा पर है। सरकार को एक बेहतर विकसित शिक्षा प्रणाली को लागू करने की आवश्यकता है, जिससे कि बच्चे उच्च तकनीकी शिक्षा पाकर बेरोजगार होकर यहाँ-वहाँ रोजगार की तलाश में ना भटके क्योंकि सरकार ने प्रोफेशनल शिक्षा देने की व्यवस्था की, लेकिन उच्च शिक्षा के बदले में बेरोजगारों को दर-दर की ठोकरें खानी पड़ रही हैं और प्राइवेट कंपनियों में रोजगार देने के नाम पर बेफिजूल की खर्ची कराई जाती है और योग्यता के अनुसार अच्छी सैलरी भी नहीं मिल पाती है, जिससे युवा डिप्रेशन का शिकार होकर, अपने प्राणों की आहुति दे देता है। तकनीकी और आधुनिक शिक्षा को ग्रहण करके छात्र-छात्राएं दूसरे देशों में अपने रोजगार हेतु पलायन कर जाते हैं। इस तरफ भी सरकार को ध्यान आकृष्ट करना होगा ताकि हमारे देश के युवाओं को अन्य देशों में ना जाना पड़े ।

सरकार को युवाओं की इस समस्या को प्रमुख रूप से ध्यान रखना होगा तभी देश विकसित हो सकता है क्योंकि युवा से ही देश का विकास संभव है। भारत देश के युवा क्रांति के प्रतिनिधि, ऊर्जा के स्रोत हैं, उनमें अपारशक्ति है कुछ भी कर गुजरने की। स्वामी विवेकानंद ने देश के विकास के लिए सिर्फ 100 युवाओं की अपेक्षा की थी, क्योंकि वे जानते थे कि युवा 'विजनरी होते हैं और उनका विजन दूरगामी और बुनियादी होता है। यौवन को प्राप्त करना सब की मूलभूत आवश्यकता होती है। व्यक्ति बाल्यावस्था, किशोरावस्था और प्रौढ़ावस्था जैसी जिंदगी को गुजारते हुए जीवन की लीला को समाप्त करता है लेकिन जिनके अंदर युवावस्था का भाव नहीं जगा, उनका यौवन व्यर्थ है।

आर्नोल्ड टॉयनबी ने अपनी पुस्तक 'सर्वाइविंग द फ्यूचर' में नौजवानों को सलाह देते हुए लिखा है कि' मरते दम तक जवानी के जोश को कायम रखना। उनको इसलिए कहना पड़ा कि जवानी का जोश जो उनके अंदर भरा जाता है, यौवन के परिपक्व होते ही उन चीज़ों को भावुकता या जवानी का जोश कहकर भूलने लगते हैं। वे अनैतिक कार्य करने लगते हैं और विध्वंकारी दिशाओं की तरफ बढ़ने लगते हैं। इसलिए युवाओं के लिए जरूरी है कि यौवन के साथ अपने होश भी कायम रखें, तभी नव निर्माण हो सकता है।

हेनरी मिलर ने भी कहा था कि मैं जमीन पर उगने वाले हर तिनके को नमन करता हूं। इसी प्रकार मुझे हर नवयुवक में वट वृक्ष बनने की क्षमता नजर आती है। छायावाद की महान कवियित्री महादेवी वर्मा ने कहा था कि बलवान राष्ट्र वही होता है, जिसकी तरुणाई सबल होती है। अंततः युवा पीढ़ी से मेरी यही गुजारिश है कि वे हर समय एक नई क्रांति का संचार करें, जिससे आने वाली नई पीढ़ी उनका अनुकरण कर विकास का मार्ग प्रशस्त कर सकें। ■■

सलिल सरोज

हमारी स्वास्थ्य प्रणाली कितनी मजबूत है?

"स्वास्थ्य का अधिकार" शब्द का संविधान में कहीं भी उल्लेख नहीं है, फिर भी सर्वोच्च न्यायालय ने अपने विभिन्न निर्णयों के माध्यम से, इसे अनुच्छेद 21 में निहित जीवन के अधिकार के तहत एक मौलिक अधिकार के रूप में व्याख्यायित किया है। यह सर्वोच्च न्यायालय का एक महत्वपूर्ण विचार है कि पहले इसने भाग IV यानी राज्य के नीति निर्देशक सिद्धांतों के तहत स्वास्थ्य के अधिकार की व्याख्या की और कहा कि यह राज्य का कर्तव्य है कि वह बड़े पैमाने पर लोगों के स्वास्थ्य की देखभाल करे।

अनुच्छेद 21 की व्यापक व्याख्या में सर्वोच्च न्यायालय ने कहा कि स्वास्थ्य का अधिकार जीवन के अधिकार का एक अभिन्न अंग है और इसलिए भारतीय संविधान के तहत प्रदान किया गया मौलिक अधिकार है। अदालत ने सार्वजनिक स्वास्थ्य को बनाए रखने और सुधारने के लिए अधिकारियों के रूप में सकारात्मक दायित्वों को लागू करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है।

स्वास्थ्य देखभाल और स्वास्थ्य वितरण सुविधा की प्रणाली देश में इस तरह से डिज़ाइन की गई है कि इसका उद्देश्य पूरी आबादी को आवश्यक स्वास्थ्य संबंधी सुविधाएं प्रदान करना है, जिसमें अन्य बातों के साथ-साथ आदिवासी आबादी, गंभीर रूप से बीमार व्यक्तियों, हिंसा के शिकार और हाशिए पर रहने वाले और कमजोर समूहों पर विशेष ध्यान दिया गया है। मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य और वरिष्ठ नागरिकों के स्वास्थ्य को मजबूत करने के लिए विभिन्न कार्यक्रमों के माध्यम से कुल आबादी का लगभग आधा हिस्सा महिलाओं, बच्चों और बुजुर्गों की स्वास्थ्य चुनौतियों को संबोधित करने पर विशेष ध्यान दिया जाता है।

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय स्वास्थ्य और परिवार कल्याण, प्रमुख संचारी रोगों की रोकथाम और नियंत्रण और पारंपरिक और स्वदेशी दवाओं की प्रणालियों को बढ़ावा देने के क्षेत्रों में राष्ट्रीय स्तर पर विभिन्न कार्यक्रमों के कार्यान्वयन के लिए महत्वपूर्ण और जिम्मेदार है। इनके अलावा, मंत्रालय तकनीकी सहायता के माध्यम से मौसमी बीमारी के प्रकोप और महामारी के प्रसार को रोकने और नियंत्रित करने में राज्यों की सहायता भी करता है।

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय या तो सीधे केंद्रीय योजनाओं के तहत या स्वायत्त/सांविधिक निकायों आदि और गैर सरकारी संगठनों को सहायता अनुदान के रूप में खर्च करता है। 100% केंद्र प्रायोजित परिवार कल्याण कार्यक्रम

के अलावा, मंत्रालय नामित क्षेत्रों में एड्स, मलेरिया, कुष्ठ, क्षय रोग और दृष्टिहीनता के नियंत्रण के लिए विश्व बैंक द्वारा सहायता प्राप्त कई कार्यक्रमों को लागू कर रहा है। इसके अलावा, विश्व बैंक की सहायता से राज्य स्वास्थ्य प्रणाली विकास परियोजनाएं विभिन्न राज्यों में कार्यान्वित की जा रही हैं। परियोजनाएं संबंधित राज्य सरकारों द्वारा कार्यान्वित की जाती हैं और स्वास्थ्य और परिवार कल्याण विभाग केवल राज्यों को बाहरी सहायता प्राप्त करने में सुविधा प्रदान करता है। इन सभी योजनाओं का उद्देश्य ग्रामीण क्षेत्रों की जरूरतों को ध्यान में रखते हुए प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल सुविधाओं तक पहुंच में सुधार के लिए राष्ट्रीय प्रतिबद्धता को पूरा करना है जहां बीमारी की घटनाएं अधिक हैं।

कोविड-19 महामारी के मद्देनज़र भारत दुनिया में कोविड-19 के खिलाफ सबसे बड़ा टीकाकरण कार्यक्रम चला रहा है। कोवैक्सीन और कोविडशिल्ड दो टीके हैं, जिन्हें कोविड-19 टीकाकरण कार्यक्रम के तहत रोल आउट किया गया है, जिनका निर्माण भारत बायोटेक इंटरनेशनल लिमिटेड द्वारा क्रमशः भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद और नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ वायरोलॉजी और सीरम इंस्टीट्यूट ऑफ इंडिया के सहयोग से किया गया है।

भारत ने कई देशों को लाखों कोरोना वैक्सीन की खुराक और आपूर्ति करके इस मुश्किल समय में मानवता के प्रति अपने दायित्व को पूरा किया है। इस कार्य के लिए विश्व स्तर पर भारत पर बरस रही वाह-वाही के साथ-साथ हमारी सदियों पुरानी सांस्कृतिक परंपरा 'सर्व संतु निरमैया' का सार हमारे प्रयासों को शक्ति प्रदान कर रहा है। कोविड-19 महामारी को रोकने और इसके प्रभाव को कम करने के लिए भारत सरकार की प्रतिक्रिया का आधिकारिक तौर पर स्वास्थ्य पर संसदीय स्थायी समिति द्वारा मूल्यांकन किया गया था, जिसमें समिति ने सिफारिश की थी कि सरकार एलोपैथी को भारतीय पारंपरिक चिकित्सा प्रणाली के साथ एकीकृत करने के लिए हर संभव प्रयास करेगी।

भारत के 104 मिलियन आदिवासी लोगों के लिए स्वास्थ्य सेवा में सुधार स्वास्थ्य और पोषण लक्ष्यों को पूरा करने की देश की क्षमता के लिए एक बड़ी चुनौती है। भारत की कुल आबादी की तुलना में आदिवासी समुदाय उच्च मातृ और पांच वर्ष से कम उम्र के लोगों की मृत्यु दर से पीड़ित हैं बौने, कमजोर और कम वजन वाले बच्चे मलेरिया और तपेदिक की उच्च घटना और मधुमेह, हृदय रोगों और उच्च रक्तचाप का एक उच्च और बढ़ता बोझ।

आकांक्षी जिले कार्यक्रम के द्वारा आदिवासी आबादी के समग्र कल्याण को मुख्य धारा में लाने के प्रयास हैं, जिसमें इन जिलों के समग्र मूल्यांकन में "स्वास्थ्य और पोषण" को प्रमुख संकेतकों में से एक के रूप में बनाए रखा जाता है। इन जिलों में प्रशासन के सभी स्तरों पर सहयोग, स्वास्थ्य संकेतकों की रीयल टाइम ई-मॉनिटरिंग और जनभागीदारी के माध्यम से बेहतर स्वास्थ्य परिणाम प्राप्त करने के प्रयास काफी हद तक सफल रहे हैं।

स्वास्थ्य मुद्दों के बारे में जागरूकता फैलाने और जनभागीदारी को प्रोत्साहित करने के लिए इन जिलों में ममता ब्रिगेड, जन्म साथी कार्यक्रम, जन्म प्रतीक्षा गृह, सास बहू सम्मेलन, किलकारी टैबलेट आधारित आईईसी, लाइफलाइन एक्सप्रेस और सिरहा गुण सम्मेलन जैसी अनूठी पहल की गई हैं।

केंद्रीय बजट 2021-22 के मूल में स्वास्थ्य और भलाई को रखकर सरकार ने बजट आवंटन के पैटर्न में एक क्रांतिकारी बदलाव की शुरुआत की है। इस बजट ने स्वास्थ्य और भलाई को विकास और विकास के छह मूलभूत स्तंभों में सबसे शीर्ष के रूप में स्वीकार किया है और स्वास्थ्य के समग्र क्षेत्र के साथ-साथ स्वास्थ्य को प्रमुखता से रखा है।

आर्थिक सर्वेक्षण 2020-21 ने राष्ट्रीय स्वास्थ्य नीति 2017 में परिकल्पित स्वास्थ्य सेवाओं पर सार्वजनिक खर्च को जीडीपी के 1 प्रतिशत से बढ़ाकर 2.5-3 प्रतिशत करने की जोरदार सिफारिश की है। यह नोट करता है कि यह आउट-ऑफ-पॉकेट-व्यय (ओओपीई) को काफी कम कर सकता है, जो कुल स्वास्थ्य देखभाल खर्च का 35 प्रतिशत है। इससे इंकार नहीं किया जा सकता है, तमाम चुनौतियों के बावजूद भारत ने शहरी और ग्रामीण दोनों क्षेत्रों में स्वास्थ्य क्षेत्र में कुछ उल्लेखनीय उपलब्धियां हासिल की हैं और दूर-दराज के क्षेत्रों में रहने वाले लोगों को सर्वोत्तम चिकित्सा सुविधाएं प्रदान करने के लिए प्रतिबद्ध है।

■■

प्रेम बजाज

तंदुरुस्ती की चाह है तो जैविक अपनाएं

उगाए जैविक, पकाएं जैविक, खाएं और खिलाएं जैविक'

आर्गेनिक अर्थात जैविक या प्राकृतिक खेती क्या है ?

जैविक खेती की परिभाषा यह है कि मृदा को स्वस्थ एवं जीवंत रखते हुए केवल जैव अवशिष्ट जैविक तथा जीवाणु खाद का प्रयोग करें।

सोचिए आज से 40 साल पहले का वक्त जब कैंसर का नाम तक भी ज्यादा लोग नहीं जानते थे। कारण ? तब का खान-पान स्वच्छ एवं स्वस्थ था, अब किसान अत्याधिक रासायनिक खादों का उपयोग करके मृदा की उर्वरा शक्ति का ह्रास कर रहे हैं। युरिया, डी. ए. पी. (डाई अमोनिया फास्फेट), सुपर फास्फेट, जिंक सल्फेट और पोटेशियम जैसी रासायनिक खादें ना केवल मृदा, जल एवं वायु पर प्रतिकूल प्रभाव डालती है, अपितु धरती का कार्बन तत्व भी घट जाता है एवं मानव पर भी इसका दुष्प्रभाव देखा जा रहा है। ये रासायनिक खादें कैंसर जैसी भयंकर बिमारियों को आमंत्रण देती हैं। साथ में ये रासायनिक खादें मंहगी होने के कारण भी किसान का खर्च पूरा नहीं निकलता। इन रासायनिक खादों के विकल्प के रूप में जैविक खाद का उपयोग किया जाए। जैविक खेती से मृदा की प्राकृतिक उर्वरा शक्ति बढ़ जाती है।

जैविक खेती पूर्ण रूप से प्रकृति से जुड़ी हुई है, मृदा में रहने वाले सभी जीव इसकी उर्वरता का प्रमुख अंग हैं, सतत उर्वरता संरक्षण में योगदान करते हैं। अतः इनकी सुरक्षा एवं पोषक का ध्यान रखना भी आवश्यक है। जैविक खेती के लिए बहुत ही कम खर्चे में खाद तैयार की जा सकती है, लगभग 150 से 200 लीटर पानी में देशी गाय का केवल एक ही दिन का गोबर एवं गोमूत्र एवं दो किलो गुड़, दो किलो बेसन मिलाकर अगर चार दिन रखा जाए तो बहुत ही लाभदायक जैविक खाद का निर्माण होता है।

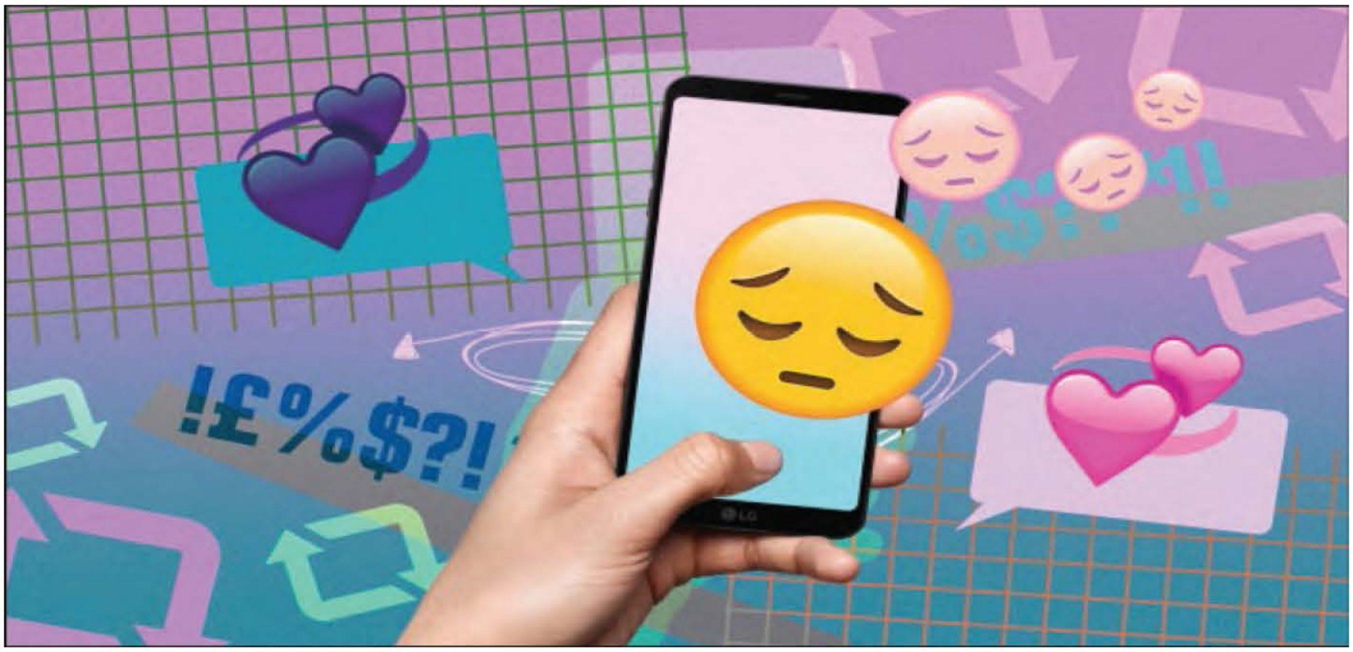
बेसन से प्रोटीन मिलता है, जिससे जीवाणु असंख्य एवं अद्भुत तरीके से बढ़ते हैं। खेती के लिए केंचुए (Earthworm) का बहुत बड़ा योगदान होता है । केंचुआ

धरती में 10 से 12 मीटर नीचे तक सुराख करते हुए जाता है और दूसरी तरफ से सुराख करते हुए बाहर की तरफ आता है, यही प्रक्रिया वह दिन-रात पूरी जमीन में करता है। जब वह इस देसी खाद को ग्रहण करता है तो उससे उपजाऊ तथ्य छोड़ता है। केंचुए का परिवार अद्भुत गति से बढ़ता रहता है, जो खेती के लिए अति आवश्यक है एवं मरने के उपरांत भी उसकी खाद ही बनती है।

रासायनिक खादों से मृदा सख्त हो जाती है तो उसमें केंचुए के लिए सुराख करना या चलायमान होना कठिन हो जाता है। एक एकड़ में लगभग 6 से 7 लाख केंचुए पनपते हैं। यदि अत्याधिक बारिश भी आए तो भी फसल को नुक्सान ना के बराबर ही होता है, क्योंकि मृदा में असंख्य सुराख होने की वजह से पानी धरती की निचली सतह तक चला जाता है, जिससे धरती में भी पानी की भरपूर मात्रा रहती है, यदि मिट्टी सख्त होगी तो बारिश का पानी नीचे नहीं जा पायेगा और इस तरह से वह पानी फसल को नुक्सान पहुंचा सकता है, एवं इस तरह धीरे-धीरे धरती की नमी भी खत्म हो जाएगी।

जैविक तरीके से की गई खेती से उपजा धान एवं सब्जी इत्यादि अधिक समय तक टिकाऊ भी होती हैं। सोचिए जो रसायनिक खादों से बने धान एवं फल-सब्जी एक हफ्ते में ही खराब हो जाती है अर्थात सड़ जाती है तब क्या वो हमारे शरीर में जाकर क्या हमारे शरीर को खराब नहीं करेंगी? यदि चाह है तंदुरुस्ती की, तो अपनाएं प्रकृतिक नियम, प्राकृतिक खेती, जैविक खेती।

■■



SADFISHING

Even if you weren't aware of the term, sadfishing has definitely appeared in your social media feeds; a heartfelt selfie with tears in eyes, or a few cryptic sentences describing how awful the individual is feeling, followed by a flood of comments expressing love and support.

Sadfishing was first used by author Rebecca Reid in an article for the UK daily Metro in January 2019. According to Reid's piece, "Sadfishing is when someone uses their emotional problems to hook an audience on the internet." In other words, posting about your sadness in an effort to gain likes and followers.

Everyone indeed craves a sense of belongingness, community, love, and attention, especially during challenging moments. So it seems sensible to go to your peers for support. We want the people who are important to us to understand or feel our suffering. That, in a way, validates it. However, it might be problematic if we start using social media to express our

AAKANKSHA SHARMA
Gatekeeper Trainer for Suicide Prevention

instinctive want for empathy on behalf of our "significant others", like our parents, relatives, and friends, basically, people who care about us and how we are feeling.

Sadfishing is real. Teens do it, and so do adults.

Nevertheless, the fact is that people who write about their sorrow on social media frequently go through painful feelings, even when they exaggerate their feelings.

The most regular users of social media are teenagers and young adults. But, unfortunately, they are also the generation that experiences loneliness the most in today's times. They, therefore, have a higher propensity than other age groups to display this kind of social media despair.

If you notice your child's sadfishing-type post on Facebook or Instagram, as a parent/ guardian, you can:

1. ASK- if you notice sadfishing in your child's social media feed, ask them about it, without showing judgment or over-concern.

"I noticed your post this morning. Would you like to share a little more about how you're feeling with me?"

2. **LISTEN** - listen actively to what your child says about the post. Do not be judgmental about what your child shared with you. They trust you with the information, so, keep their trust. Show them you are listening to them and trying to understand what they are saying and how they are feeling. Please don't jump to give solutions to their problems. Instead, first, just listen to them.

3. **SUPPORT** - tell them that they are unconditionally supported and loved. Teens often seem to be more focused on getting approval and attention from peers than parents. But the knowledge that their parents are their biggest supporters provides strong validation to fall back on during difficult times.

4. EDUCATE - Parents can educate teens about mental health and the need to seek actual help (by talking to a psychologist/ therapist).

■■

The author of this article is the Co-founder and Counseling Psychologist at Beyond Words. Beyond Words is a mental health organization, which provides online counseling services to all age groups. It also aims to spread mental health awareness via social media, workshops, etc.

भावना ठाकर

माहवारी को सहज बनाओ

अगर तेरह चौदह साल की बच्ची को माहवारी शुरू होने से पहले ही सारी समझ दी जाएं तो अचानक से बच्ची के पिरीयड शुरू हो जाने पर घबराएंगी नहीं। माहवारी क्यूँ होती है, कैसे होती है, क्या-क्या एहतियात बरतना चाहिए सारी समझ बेटी को देनी चाहिए। माहवारी अभिशाप नहीं वरदान है। यह निषेध नहीं, वर्जित नहीं, इंसान के पैदा होने की प्रक्रिया का सबसे बड़ा प्रमाण है। ऊपर वाले ने सिर्फ़ स्त्री को ही ये अनमोल उपहार दिया है।

प्यूबर्टी की उम्र में आने वाले बदलावों के बारे में बेटियों को बताएं। एक ही बार में सभी बदलावों के बारे में बात करने की बजाय अलग-अलग सेशन में बात करना अच्छा रहता है। अगर आपकी बेटी या बेटा भी पीरियड्स के बारे में पूछता है तो उसे खुलकर जवाब दें और हिचकिचाएं नहीं, क्योंकि मासिक धर्म एक स्वाभाविक प्रक्रिया है। परन्तु आज भी कई घरों में माहवारी के समय छूत-अछूत जैसा व्यवहार होता है। माहवारी के समय मंदिर जाने से मत रोको बेटियों को, बेटियाँ खुद उमा, दुर्गा का रूप हैं।

जिस रक्त से लथपथ नहाये हो, माँ की कोख में खेले हो ये वही रक्त है। डरो नहीं, दूसरा कोई द्वार नहीं जहाँ से ये बहता है। वहीं से हर इंसान जन्मा है। प्राकृतिक वैज्ञानिक क्रिया को धर्म-अधर्म से तोलना न्याय नहीं है। कभी अचानक माहवारी शुरू होने पर दाग बच्ची के फ्राक पर लगे हुए दिखें तो मन-ही-मन हंसों नहीं। ये स्कूल, कालेज या किसी जगह पर अचानक होने वाला हादसा है। उपहास या उलाहनों से उन पर ताने-वाने कसकर बेटी को शर्मिंदा मत करो।

देखा है इस वजह से हमने पढ़ाई बेटी को छोड़ते हुए, कहीं आने-जाने पर डरते हुए। कितनी सरल प्रक्रिया को हमने उलझन में ढ़ाल दिया है। इस दर्द को झेलना

सहज नहीं होता। बदन बच्ची का टूटता है, पेढु और जाँघ पर करवत चलते बेटी का मन पाँच दिनों तक मचलता है। शर्म और संकोच से सकुचाती हर लड़की को मुखर करने का वक्त आ गया है।

पीरियड्स के बारे में बात करते हुए बेटी को यह जरूर बताएं कि इन दिनों में पेट के निचले हिस्से और पीठ में तेज दर्द होता है, जिसमें ऐंठन भी महसूस होती है। वहीं, माहवारी के दौरान और पहले ब्रेस्ट को छूने पर भी दर्द महसूस होता है। इस समय सिरदर्द, मतली और दस्त भी हो सकते हैं। यह सब बातें बताने के साथ यह भी बता दें कि इन समस्याओं को हल करने के भी कई तरीके हैं ताकि आपकी बेटी पीरियड्स को लेकर डरे नहीं।

बेटी को और स्त्री को हो सके तो तीन दिन आराम दो। ये पाप नहीं पवित्र क्रिया है, समाज की अवहेलना का और वेदना का जलता ज़लज़ला है। संवेदना दिखाओ, कुछ दिन आराम से कट जाने दो, घुमने दो सारे घर में बेटी मुक्त गगन की चिड़ियाँ हैं। पुराने कपड़ों का इस्तेमाल न करो। सेनेटरी नैपकिन का ज़माना है। थोड़ी-सी बचत करके बेटी को इसका उपहार दो, इन दिनों गुप्तांग की स्वच्छता बहुत जरूरी है, कपड़े से संक्रमित हो सकता है। माहवारी की इस क्रिया को सरल सहज बन जाने दो। माहवारी में छूने से न आचार गंदा होगा, ना भगवान ही रूठेगा।

तो इन कष्टदायक पलों को थोड़े हल्के करने में हर बेटी की सहायता करो। ईश्वर के इस उपहार को सहज क्रिया समझ कर हर घर की बेटी को सही तरीका समझा कर ज्ञान दो।

■■

मनव्वर अशरफ़ी

आजादी की चुनौतियाँ

चुनौतियों के बीच आज़ादी का 75वाँ जश्न

ब्रिटिश हुकूमत के मज़बूत पंजे से भारत को आज़ाद कराना आसान नहीं था| लेकिन जब भारत की आज़ादी के पक्ष में योजनाबद्ध तरीके से क्रांतिकारी गतिविधियों की पहल शुरु हुई, विभिन्न संस्थाओं और आंदोलनों ने अपने अधिकार के लिए बग़ावत के सुर फूँके, तो ब्रिटिश हुकूमत की जड़ें कमज़ोर पड़ने लगीं| स्वतंत्रता आंदोलन के अंतिम दौर में राष्ट्रपिता महात्मा गांधी के सत्य और अहिंसा रुपी सफल प्रयोग ने देश को आज़ादी दिलाने में अहम किरदार अदा किया| अंततः वर्षों की गुलामी, शोषण, संघर्ष और शहादतों की बड़ी कीमत चुकाने के बाद भारत की आज़ादी पर मुहर लगी। इसमें कोई दो राय नहीं कि भारत की आज़ादी का सार्वजनिक ऐलान 15 अगस्त 1947 को किया गया। तब से प्रत्येक वर्ष उक्त तारीख़ को स्वतंत्रता दिवस मनाने की परम्परा स्थापित हो गई|

अलबत्ता, 1947 के भारत की आबादी का एक बड़ा हिस्सा, जो सबसे ज्यादा शोषित था, जो वर्षों मुल्क की आज़ादी के लिए कुर्बानियाँ देते रहे, जिनकी पगड़ी को सर-ए-राह उछालकर पैरों तले रौंदा गया था, जिन्होंने अपनी आँखों के सामने नवनिहाल बेटों को दम तोड़ते देखा था, जिन्होंने अपनी बेटियों की आबरू तार-तार होते देखी थी, जिनके लिए आज़ादी के मायने किसी स्वर्ग की प्राप्ति से कम न थे, जो भारत की मिट्टी को माथे से लगाकर कहते न थके कि 'मुझे हिन्दुस्तानी होने का गर्व है, उनके लिए आज़ाद भारत का सपना साकार होना एक बेहद ख़ूबसूरत, अनमोल और स्वर्णिम तोहफ़ा था| तत्पश्चात् एक आदर्श समाज की परिकल्पना करके एक बेहद मज़बूत संविधान को अस्तित्व में लाया गया| जनता के मौलिक अधिकारों के विभिन्न पहलुओं को उसमें दर्ज़ किया गया| तत्पश्चात् शुरु हुई 'सोने की चिड़िया' (स्वतंत्र भारत) का एक नया अध्याय|

आज, एक उन्नत और विकसित भारत का सपना लेकर देश अपनी आज़ादी के 75वें दिवस की दहलीज़ पर पहुँच चुका है| जहाँ एक तरफ़, इस लम्बे सफ़र के दौरान अनेक छोटी-बड़ी चुनौतियों का सीना चीरकर भारत अपनी एकता और अखंडता को बरकरार रखने में कामयाब हुआ है| तो वहीं दूसरी तरफ़, समय-समय पर जनता शासन के बेतरतीब कार्यों और ना-क़ाबिल-ए-बर्दाश्त नीतियों को सीधे-सीधे नकारती रही है| जब-जब जरुरत पड़ी तो आक्रोशित जनता की आवाज़ आंदोलनों में तबदील होती रही| रह-रहकर सड़कों पर जन सैलाब भी उमड़ता रहा| पर अफ़सोस ! हर बार निहत्थी भीड़ लाठियों की बरबस वार से पस्त होती रही| जी हाँ ! ये वही भीड़ है, जिसके ऊपर आम आदमी का तमग़ा लगा हुआ है| वही आम आदमी, जिसके जीवन की सबसे बड़ी चुनौती पेट की आग बुझाना है, जो रोजमर्रा की जरुरतों को पूरा करने के लिए दर-बदर की ठोकरें खाता-फिरता है, जिसकी कहानी का हर हिस्सा ज़ख़्मी और अपाहिज है, जिसकी आँखों में आँसू और दिल में दर्द ज़ब्त है, जो मज़लूम भी है, लाचार भी है, कमज़ोर भी है, जिसके लिए कानून की सारी सख़्तियाँ और तल्ख़ियाँ मौजूद हैं |

नेल्सन मंडेला ने कभी कहा था-- "स्वतंत्र होना, अपनी जंजीर को केवल उतार देना नहीं है, बल्कि इस तरह जीवन जीना है कि दूसरों का सम्मान और स्वतंत्रता बढ़े |" हमारे देश का वर्तमान परिदृश्य, मंडेला के उक्त विचार से कितना जस्टिस करता है, यह ग़ौरो-फ़िक्र का विषय है। बहरहाल, जहाँ भय की मौज़ूदगी है, वहाँ स्वतंत्रता नहीं हो सकती। स्वतंत्रता तो स्वाभिमान, भाईचारा, उत्साह और खुशहाली का प्रतिक है। स्वतंत्रता न सिर्फ शारीरिक बंधनों से, बल्कि मानसिक पराधीनता से भी मुक्त होने का पर्याय है।

फिलहाल, भारत के सामने अनेक चुनौतियाँ हैं। वैश्विक महामारी कोविड-19 के कारण अब तक लाखों जानें जा चुकी हैं। बेरोज़गारी दर में रिकॉर्ड इज़ाफा हुआ है। मजदूर पलायन करने पर विवश हो गए। महामारी पर लगाम कसने के उद्देश्य से तालाबंदी जैसे कठोर फैसले लिए गए, जिसके फलस्वरुप, छोटे कारोबारियों और कामगारों पर प्रतिकूल असर पड़ा। स्कूलों-कॉलेजों का लम्बे समय तक बंद होने से शिक्षा प्रभावित हुई। ऐसी और भी कई चुनौतियों का पहाड़ देश के समक्ष खड़ा है। हालाँकि, इन चुनौतियों से भारत निपटने में सक्षम है। भारत हमेशा से अपनी कर्मठता, समृद्धता और महानता की मिसाल देता रहा है। यहाँ तक कि आतंक का ज़हर फैलाने वाली ताक़तों को भी भारत मुँहतोड़ जवाब देने से कभी पीछे नहीं हटा।

लिहाज़ा, आज हमें भारत का गौरवशाली इतिहास और विश्व पटल पर इसकी लोकतंत्रात्मक पहचान की रक्षा करने हेतु दृढ़ संकल्पित होने की आवश्यकता है। कटु वैचारिक मतभेदों से ऊपर उठकर एक मज़बूत सौहार्दपूर्ण रिश्ते की तरफ़ कदम बढ़ाने की जरुरत है। ताकि दुनिया के समक्ष देश अपने स्वाभिमान की पताका गरिमापूर्ण ढंग से लहरा सके।

■■

महिलाओं की कोरोनाकाल में स्थिति

Image courtesy: Engin Akyurt

प्रियदर्शनी आचार्य

आज पूरा विश्व वैश्विक महामारी से जूझ रहा है। घर, परिवार, समाज, अस्पताल, पुलिस महकमा आदि सभी जगह कोरोना वायरस ने अपना वर्चस्व स्थापित कर लिया है। हर एक व्यक्ति जहां अपने-अपने स्तर पर इस महामारी से बचने के लिए स्वस्थ रहने की कवायद कर रहा है और इससे ग्रसित व्यक्ति बीमारी से लड़ने की जंग लड़ रहा है परन्तु इस जंग में एक महारथी के रूप में महिलाएं परिवार में एक मां के रूप में, एक पत्नी के रूप में, एक नर्स व चिकित्सक के रूप में अपनी सकारात्मक भूमिका निभा रही हैं।

यद्यपि आज की नारी हर क्षेत्र चाहे राजनीति हो, चाहे फिल्मी दुनिया हो, चाहे धार्मिक-आध्यात्मिक क्षेत्र हो या सांस्कृतिक या कला, हर क्षेत्र में अपना परचम लहरा चुकी है और अपने वजूद, अपने अस्तित्व को साबित कर चुकी हैं लेकिन आज के इस भयावह काल में पूरे समर्पण व सहयोग के साथ वे हर बदलाव को तैयार है और हर परिवर्तन को सहर्ष स्वीकार कर रही हैं। उनकी फ़ितरत में कमाल है, वे बेमिसाल हैं, वह लाजवाब है इसलिए सकारात्मकता के ज्योतिपुंज से पूरे परिवार को वे प्रकाशित कर रही हैं। वे परिवार की ऑक्सीजन

है, बच्चों का वेंटिलेटर है, बुजुर्गों का रेमडेसीवर है, परिवार के हर सदस्य का संबल है, सहारा है।

इस काल में महिलायें अपनी दृढ़ इच्छा शक्ति से सहयोग व समर्पण की प्रतिमूर्ति बनकर उभर कर आई हैं। वे घर की प्रभारी व प्रबंधिका है, बच्चों की टीचर, बुजुर्गों की सेवा करने वाली नर्स, डाइट चार्ट बनाने वाली चिकित्सक है। इनका कोई सानी नहीं। वे दौड़ती रहती हैं किचन में, आइसोलेट वाले कमरों में, घर के हर कोने में, अस्पताल में, बिना कुछ कहे, बिना कुछ बोले अपने मानसिक संतुलन को बरकरार रखे हुए हैं। तनाव के बीच भी स्वयं को खुश व आत्मविश्वास से लबरेज़ और सेवा कार्य करने का माद्दा जो उनमें है, वह किसी में नहीं। आज के डिजिटल व वर्चुअल युग में वे आत्मनिर्भर होकर जहां पुरुष के साथ कंधे-से-कंधा मिलाकर आर्थिक पक्ष को मजबूत बना रही हैं, वहीं अपने नैसर्गिक गुणों से युक्त सद्भाव व सहनशीलता से मानसिक व शारीरिक स्तर पर हुए भीषण संकट की घड़ी में भी कंधे-से-कंधे मिलाकर परिवार, समाज व देश का सहयोग कर सेवा कर रही है।

आज की नारी इस भारत भूमि पर अपाला, विशंभरा, लीलावती आदि पौराणिक महिलाओं व लक्ष्मीबाई, पन्नाधाय आदि वीरांगनाओं की तरह अपने अस्तित्व को स्वर्ण अक्षरों में अंकित कर रही हैं। हालांकि महिलायें इससे पूर्व भी अपनी कार्यक्षमता व योग्यता का परिचय देकर स्वयं को सिद्ध कर चुकी हैं। परन्तु इस विषम परिस्थिति में उन्होंने साहस, हिम्मत, मनोबल व आत्मविश्वास का जो परिचय दिया है, वह वास्तव में काबिल-ए-तारीफ है।

देश में लॉकडाउन की स्थिति होने पर जहां पुरुष वर्ग खाली बैठकर घर में समय बिता रहे हैं, बच्चे भी इस लॉकडाउन का खेल-कूदकर आनंद ले रहे हैं, वहीं महिलाएं लॉकडाउन से पूर्व स्थिति में जैसे घर को संभालती थी, वही लॉकडाउन से उनकी जिम्मेदारियां और बढ़ गई है। वे घर, परिवार, पति, बच्चों की देखभाल व इसके अलावा कोरोना वायरस की महामारी से जूझने व लड़ने का जज्बा रखकर हर सदस्य की चिकित्सक बनकर उन्हें संभाल रही हैं। घर, परिवार के साथ क्वालिटी टाइम बिता रही हैं। उन्होंने हर क्षेत्र की मास्टर पीस बन, कुशल गृहणी व कुशल प्रबंधिका बनकर होम क़्वीन का ताज अपने नाम कर लिया है और साबित किया है कि "हम किसी से कम नहीं" हैं।

■■

Image courtesy: Onder Ortel

जीवन जीने की कला

मनोरमा शर्मा

जीवन क्या है, यह अपने आप में एक व्यापक विषय है, अगर हम इसमें जीने की कला को जोड़ दें तो यह एक अलग ही रुप में हमारे सामने उपस्थित होता है। भाग्यवादी लोग जीवन को अलग रुप से देखते हैं तो कर्म में विश्वास करने वाले लोग दूसरे ही रुप में देखते हैं। दोनों के जीवन में जीने की कला बदल जाती है। भाग्यवादी विचारधारा आगे बढ़ने में हिचकती है। इनके जीने की कला में साहस का अभाव होता है। प्रतिभा संपन्न होते हुए भी इनमें प्रेरणा का भाव नहीं होता है। कर्म में विश्वास करने वाले लोग साहसी होते हैं। ऐसे लोग आशावादी होते हैं। ऐसे लोग कर्तव्यनिष्ठ होकर जीवन जीने की कला में आनंद ढूंढते हैं।

मनुष्य को भूत से सबक लेनी चाहिए और वर्तमान को स्वीकारना चाहिए तथा भविष्य के प्रति सकारात्मक सोच रखनी चाहिए। सकारात्मक सोच वाले ही जीने की कला को जानते हैं। हर मनुष्य का अपना-अपना लक्ष्य होता है और लक्ष्य भेद करने की उनमें शक्ति भी होती है। किस्मत के भरोसे बैठने वाले लक्ष्य भेद नहीं कर पाते हैं। जो व्यक्ति संघर्ष करते हुए सफलता प्राप्त करता है वही सुखी और समृद्ध बनता है। व्यक्ति के अंदर संघर्ष, आत्मविश्वास, संतुलन, एकाग्रता, सहनशक्ति, सकारात्मकता आदि गुणों का होना जरुरी है। जिस व्यक्ति के अंदर तनाव, क्रोध, अकेलापन, ईर्ष्या, मोह जैसे अवगुण होते हैं वही व्यक्ति मानसिक अवसाद से घिरता है।

सही जीवन जीने के लिए जीने की कला सीखना बहुत जरुरी है। हम छोटी-छोटी चीजों में अगर खुशियाँ ढूढ़े तो जीवन अपने आप सहज हो जाता है। जो जीवन को सहजता से नहीं देखता, संपन्न होते हुए भी दुखी रहता है। आपने देखा होगा कि झोपड़ी में रहने वाले भी बहुत खुश होते हैं और महलों में रहने वाले भी हमेशा रोते रहते हैं। सुख-दुख ये जीवन के दो पहलू हैं। जीवन जीने की कला में हमें इन्हें समान रुप से देखना होगा।

वास्तव में जीवन जीने की एक कला है, जो व्यक्ति इसे जान लेता है वह सफलता की सीढ़ी पर चढ़ता जाता है और मानसिक अवसाद नामक राक्षस उसका कुछ नहीं बिगाड़ पाता है। हर मनुष्य को जीवन जीने की कला आनी चाहिए। आजादी के बाद मानव का जीवन और उसके जीने की कला में काफी परिवर्तन आया है। आज मनुष्य के जीवन में तकनीकी का बहुत प्रभाव पड़ा है। आज आप एक मोबाइल को अपने साथ लेकर जाइए तो जीवन के हर क्षेत्र के काम आप मोबाइल के द्वारा कर सकते हैं। जबकि आजादी से पहले इतना तकनीक का विकास नहीं था। जैसे-जैसे तकनीक का विकास हो रहा है हमारी जीने की कला भी परिवर्तित होते जा रही है।

आजादी के बाद का भारत मानसिक समस्याओं से जूझ रहा है । मानसिक अवसाद आज के युवाओं को निगल रहा है। व्यक्ति अपने जीने की कला को भूलते जा रहा है। इसलिए मैं मानती हूँ कि 'जीवन जीने की कला' नामक विषय को अगर बच्चों के पाठ्यक्रम में शामिल कर लिया जाए तो समाज और देश के विकास के लिए भी अच्छी बात होगी। ■■

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2019

अंजली खेर

बेशक हमेशा से ही राष्ट्रीय शिक्षा नीति का एकमात्र उद्देश्य बच्चों की बेहतर से बेहतरीन शिक्षा के माध्यम से देश के उन्नत भविष्य की सशक्त नींव का निर्माण करना है। विगत 10+2 शिक्षा नीति के माध्यम से देश ने दशकों तक सफ़लता के विभिन्न आयामों को छूआ। परिवर्तन समय की विशिष्ट मांग होती हैं, जिसके चलते हाल ही राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2019 की घोषणा जारी हुई, जिसके अंतर्गत 5+3+3+4 की नीति को क्रियान्वित कर बच्चे के सर्वांगीण विकास और गुणवत्तापूर्ण शिक्षा व्यवस्था हेतु अनेकानेक प्रावधान नियत किये गये हैं ।

नेलसन मंडेला के शब्दों में, "शिक्षा सबसे शक्तिशाली हथियार हैं, जिसका उपयोग आप दुनिया को बदलने के लिए कर सकते हैं।" निःसंदेह आज़ ही नहीं, हमारे देश में सदियों से समृद्ध भाषा, संस्कृति, संस्कार, वेद-उपनिषद और ईश्वरीय वरदान स्वरुप प्राकृतिक संपदा का इतना प्रचुर भंडार हैं कि यदि नई पीढ़ी के सशक्त हाथों में इसकी बागड़ोर थमाई जाये तो हमारे भारत को "विश्वी गुरु" बनने में संशय की कोई गुंजाइश ही शेष नहीं रहेगी और बच्चों को बाल्यावस्था से ही गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करने के माध्यम से ही यह सपना साकार रुप ले सकता हैं ।

तदर्थ सर्वप्रथम यह जान लेना अत्यावश्यक है कि आखिर ये गुणवत्तापूर्ण शिक्षा क्या है? इसमें कौन-कौन से तत्व समाहित होने चाहिए? इन प्रश्नों पर समुचित प्रकाश डालते रवीश कुमार "रवि" द्वारा विश्लेषित स्तंभ विचारणीय एवं चिंतनीय हैं-

1 परिश्रमी व जिज्ञासू छात्र
2 सजग व जागरुक अभिभावक
3 समर्पित और प्रशिक्षित शिक्षक
4 शिक्षा सहयोगी सरकार

तार्किक मंथन करें तो पाएंगे कि सहज रुप से उक्त समस्त् तत्वों के समुचित समामेल से ही बच्चों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करना संभव होगा।

विगत वर्षों में जारी संयुक्त राष्ट्र की एक रिपोर्ट के अनुसार 10 से 24 वर्ष की आयु के 35.6 करोड़ के आंकड़े के साथ ही हमारा भारत देश संपूर्ण धरा पर सर्वाधिक युवा आबादी वाला देश बन गया है । ये बात सोलह आने सच है कि आज के बच्चे, कल देश का भविष्य हैं, इस बाबत् सरकार की शिक्षा नीतियों पर गौरतलब करें तो देश-काल-परिस्थितियों के अनुरुप आवश्यकतानुसार न केवल शिक्षा को जन-जन तक पहुंचाने, वरन् युवाओं की आत्मनिर्भरता हेतु बेहतर साधन उपलब्ध कराने के साथ ही उनकी योग्यता, काबिलियत के मद्देनज़र देश की उन्नति के मार्ग प्रशस्त करने में महत्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन करती है।

बाल विकास/बाल मनोविज्ञान और भाषा विज्ञान में हुए शोधों से यह निष्कर्ष निकाला गया कि बच्चे अपनी मातृभाषा में ही सबसे बेहतर सीखते हैं। इसी परिप्रेक्ष्य में राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2019 के प्रथम और अत्यंत महत्वपूर्ण बिंदु प्रायमरी शिक्षा बच्चों को मातृभाषा या फिर क्षेत्र विशेष में बोली जाने वाली भाषा में ही संपन्न होगी, बेशक अपनी रोजमर्रा के जीवन में उपयोग में आने वाली भाषा के माध्य से सिखाई गई विषयवस्तु को बच्चे न केवल आसानी से समझ सकते हैं, वरन् छोटे अवस्था में पहली ही बार घर-मां से दूर रहना और दूसरी

भाषा को सीख, पढ़ाई करने की दोहरी मार से विचलित हो, वे स्कूल जाने से कतराने की समस्या से जूझेंगे नहीं। इस प्रकार अपनी मातृभाषा के साथ जुड़ाव, स्कूल के प्रति रुझान के साथ ही देश की अशिक्षा के प्रतिशत में कमतरता की संभावनाएं भी प्रबल होंगी।

तत्कालीन शिक्षानीति के चलते बच्चों का परीक्षा में अव्वल आने की होड़, विषय को समझने के स्थान पर घोंट कर पीने की विवशता के मद्देनज़र राष्ट्रीय शिक्षा नीति के अगले बिंदु के अंतर्गत खेल-खेल में शिक्षा, फॉर्मेटिव प्रणाली के साथ ही कोचिंग की भेड़चाल वाली पढ़ाई से विलग अपनी रुचि, सामर्थ्य के आधार पर विषय चुनने की स्वतंत्रता, परीक्षा में पास होने के लिए पूरी पुस्तक को रटने के बजाय अब विषयवस्तु को समझने-सीखने पर फोकस किया जायेगा, जो कि विद्यार्थी के उज्ज्वल भविष्य की सशक्त नींव का निर्माण करेगा, साथ ही उसकी आंतरिक सुप्त, क्षमताओं को भी विकसित करने में समर्थ होगा, अपने पसंदीदी विषय का रोचकता से अध्ययन उसके आत्मविश्वास को बलवती करने में सहायक सिद्ध होगा।

आज नन्हे–नन्हे बच्चों की पीठ पर उनके वजन से भी भारी स्कूल बैग, ढ़ेरों विषयों का अंतहीन सिलेबस, अरचनापरक प्रोजेक्ट वर्क के उलट नव शिक्षा नीति में विषयवस्तु को कम करने पर विचार किया जाना एक अत्यंत प्रशंसनीय पहल साबित होगी। इस बाबत् 1993 की एम एच आर डी में यशपाल कमेटी की रिपोर्ट– लर्निंग विदाउट बर्डन और एन सी एफ 2005 उक्त दोनों दस्तावेज इस बात की सलाह देते हैं कि यदि हम अपने स्कूलों में दी जाने वाली शिक्षा को अधिक समग्र पूर्ण विश्लेषण और तार्किक चिंतन को बढ़ावा देने वाली बनाना चाहते हैं तो हमें बोझ बनी विषयवस्तु को घटाना ही होगा। सीमित और सारगर्भित विषयवस्तु के साथ निश्चित ही ये नूतन पहल न केवल बच्चों में पढ़ाई के प्रति रुचि को जागरुक करेगी वरन् उनमें तार्किक चिंतन को समृद्ध करने में भी कारगर होगी।

नई शिक्षा नीति के अंतर्गत शारीरिक शिक्षा कला के साथ ही व्यवसायिक हस्त शिल्प आदि विषयों को पूरे स्कूली शिक्षाक्रम में गंभीरता के साथ इस तरह शामिल किया जाएगा ताकि इन्हें विद्यार्थी रुचि के साथ अपनी स्कूली शिक्षा की हर अवस्था में उनकी सुरक्षा के दायरे में बेहतरीन तरीके से सीख सके। ये पहल निःसंदेह बच्चों में रचनात्मक के विकास के साथ ही उनके व्यक्तित्व को निखारने के साथ ही उन्हें नवीनतम आयाम उपलब्ध कराने में सफल होगी।

नई शिक्षा नीति के तहत् विज्ञान को दो भाषाओं में सीखने के प्रावधान के माध्यम से बच्चे कक्षा 8वीं या उससे पहले विज्ञान को दो भाषाओं में सीखेंगे ताकि कक्षा 10वीं तक आते-आते वे अपनी स्थानीय या घर की भाषा और अंग्रेजी में भी बात कर सके। इससे विद्यार्थियों में सिद्धांतों और संकल्पनाओं के बारे में चिंतन करने के अधिकतम मार्ग प्रशस्तर होंगे, बहुत संभव है इस पहल से ऐसे वैज्ञानिक तैयार हो, जो अपने काम- अपनी सोच और नियोजन को देश-समाज के साथ सांझा कर सकने में समर्थ हो।

परतंत्रता की बेड़ियों में जकड़े हिंदुस्तान के कोलकत्ता शहर में जब वर्ष 1842 में पहला कॉन्वेंट स्कूल खोला गया, गौरतलब हो कि तब मैकाले ने अपने पिता को एक चिट्ठी लिख भेजी, जिसमें उल्लेख था- इन कॉन्वेंट स्कूलों से ऐसे बच्चे निकलेंगे जो देखने में तो भारतीय होंगे, लेकिन दिमाग से अंग्रेज होंगे, इन्हें अपने देश, अपनी संस्कृति के बारे में कुछ पता नहीं होगा, अपनी परंपराओं से ये अनभिज्ञ होंगे मैकाले के इस पत्र का मुंहतोड़ जवाब देती नई शिक्षानीति के इस प्रभावी बिंदु के अंतर्गत स्कूली शिक्षाक्रम में और पाठ्यपुस्तकों में जहां कहीं भी प्रासंगिक है वहां भारतीय साहित्य, परंपराओं को सहेजते गणित, दर्शन, कला, तर्क, व्याकरण, कानून, काव्य, नाटक, खगोलशास्त्र, धातुकर्म, पर्यावरण संरक्षण, चिकित्सा, वास्तुशास्त्र, कृषि, संगीत, नृत्य, योग, मनोविज्ञान, दंतकथाएं आदि विषयों को शामिल किया जाएगा। साथ ही सेकेंडरी स्कूल स्तर पर एक स्वैच्छिक कोर्स भारतीय ज्ञान व्यवस्था विषय पर उपलब्ध कराया जाएगा। बेशक हमारी भारतीय संस्कृति, साहित्य, संस्कार एक अनमोल धरोहर है, जिसे नई पीढ़ी तक सुरक्षित पहुंचाना हमारा नैतिक दायित्व बन पड़ता है। नई शिक्षा नीति के माध्यम से ये सब सरलता से संभव हो सकता है।

शरीर को चुस्त-दुरुस्त् और ऊर्जा से भरपूर रखने में "खेल" की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है। खेलते समय शरीर में नख-शिखांत रक्त का संचार होता है, मांसपेशियां लचीली होने के साथ ही शरीर से निकलने वाला पसीना शरीर के तापमान को बनाएं रखने के साथ ही बीमारियों से शरीर का बचाव भी करता है। साथ ही मस्तिष्क की तार्किक और वैचारिक क्षमताएं भी परिवर्धित होती हैं, इसीलिए नव शिक्षानीति के अंतर्गत खेल में बच्चों की अग्रणी भूमिका निर्धारित करने हेतु स्कूलों को खेल के मैदान उपलब्ध कराने के साथ ही शारीरिक और बौद्धिक

क्षमता विकसित करने वाले खेलों को शिक्षाविधि में सम्मिलित करना सुनिश्चित किया गया है। जहां कहीं स्कूलों में खेल के मैदान उपलब्ध नहीं हैं वहां यातायात की सुविधा मुहैया कराई जाएगी, जिससे सभी विद्यार्थियों को खेलों में भागीदारी कर उत्कृष्टता प्राप्त करने के समान अवसर प्राप्त हो।

खेल खेलने से बच्चों में टीम भावना, आपसी सहयोग, अनुशासन, जिम्मेदारी, समस्या निवारण व स्वस्थ प्रतिस्पर्धा की भावना पल्लवित होती हैं। नि-संदेह खेल से सरोकार रखने वाले बच्चे हार को स्वीकार करने, जीतने वाले का सम्मान करने और भरपूर मनोबल के साथ अगली प्रतियोगिताओं हेतु स्वयं को नये सिरे से तैयार करने में विश्वास रखते हैं। इसके चलते आने वाले भविष्य में युवावर्ग अवसाद से ग्रस्त होने की संभावना से परे रहेंगे ।

निश्चित रूप से विचाराभिव्यक्ति की कला वैचारिक, तार्किक क्षमता में अभिवृद्धि का एक सशक्त कारक है, इसी तारतम्य में नई शिक्षानीति में स्कूली शिक्षा में "शो एंड टेल" पर आधारित मौखिक और लिखित संवाद को सम्मिलित करने पर जोर दिया है। ज्ञातव्य हो कि बोलने, सुनने और विमर्श करने से बच्चे में आत्मविश्वास, वाकपटुता, दोस्ताना व्यवहार, व्यापक सोच और विचारों में खुलापन जैसे मूल्यपरक गुणों का विकास बच्चे में होगा और निश्चित रूप से ये गुण कुशल प्रबंधक बनने के तत्व बच्चे में विकसित करेंगे। इस प्रकार बच्चों को पाठशाला में मात्र पुस्तकी ज्ञान नहीं, अपितु व्यावहारिक ज्ञानोपार्जन भी होगा।

स्कूल में गुणवत्तापूर्ण शिक्षा तभी संभव है जब सिखाने वाले शिक्षकगण प्रशिक्षित, योग्य, खुशमिज़ाज़ और अपने दायित्वों के प्रति समर्पित हो। इस बाबत् उक्त शिक्षानीति में शिक्षकों के लिए कुछ विशेष छोटे किंतु प्रभावी प्रशिक्षण कार्यक्रम उपलब्ध कराये जाएंगे, जिसके अंतर्गत स्थानीय ज्ञान और कौशल जैसे स्थानीय कला, संगीत, कृषि, व्यवसाय खेल और अन्य व्यावसायिक कौशलों से उन्हें अवगत कराया जाएगा। साथ ही यह निर्धारित किया जाएगा कि स्कूल शिक्षा के सभी विद्यार्थियों का शिक्षण उत्साहित, प्रेरित, उच्च योग्यता वाले प्रशिक्षित और निपुण शिक्षकों द्वारा ही हो।

कार्यस्थल यानि शालाओं में स्वस्थ वातावरण, पर्याप्त भौतिक संरचना और सीखने के समुचित संसाधन गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के महत्वपूर्ण कारक हैं। इस बाबत् शिक्षकों और बच्चों को अनुकूल स्कूल वातावरण प्रदान करने की दृष्टि से प्रमुख शिक्षाविद, संज्ञानात्मक वैज्ञानिक, कलाकार और आर्किटेक्ट के साथ लर्निंग स्पेस डिज़ाईन पर परामर्श किया जाएगा, जो सीखने के स्थान को अनुकूल बनायेंगे और इसमें स्थानीय संस्कृति, कला और परंपराओं का भी पुट होगा। निश्चित तौर पर नए विद्यालयों का निर्माण इन सब बातों को भी ध्यान में रख कर किया जाएगा।

इन सबके अतिरिक्त नवीन शिक्षा पद्धति में 3-18 वर्ष तक के सभी बच्चों के लिए नि:शुल्क और अनिवार्य शिक्षा, एकेडेमिक और व्यावसायिक स्ट्रीम्स के बीच कड़ा विभाजन न होना, त्रिभाषा फॉमूर्ला के अंतर्गत हिंदी के अलावा प्रांतीय भाषा (अनुसूची 8 की भाषाओं के अंतर्गत शामिल) के साथ सेकेंडरी स्कूलों में अपनी पारंगतता के अनुसार किसी विदेशी भाषा के अध्यन हेतु चयन की गई स्वतंत्रता के माध्यम से निश्चित ही देश गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के माध्यम से सफलता के विशिष्ट आयाम प्राप्त करने में समर्थ होगा।

नोबेल पुरस्कार प्राप्त विजेताओं पर हुए सर्वे के आधार पर निकले निष्कर्ष के परिणामस्वरुप कहा गया कि "सभी क्षेत्रों में 6 गुना से अधिक पुरस्कार विजेता वे लोग हैं' जो या तो स्वयं संगीतकार हैं या संगीत में अभिरुचि रखते हैं", इसी आधार पर अब प्रारंभिक शिक्षाकाल के वर्षों में बच्चे को संगीत और कला, लोक संगीत, लोककला, हस्तकला, गायन और वाद्य संगीत में से कम-से-कम एक कला को गहन अध्ययन के लिए चयन करना होगा ।

विगत दिनों संगीत शल्य चिकित्सा की चर्चा भी जोरों पर रही। संगीत में दर्द निवारण के साथ ही मनोवैज्ञानिक रुप से हील अप करने की अद्भुत क्षमता होती हैं। नि:संदेह संगीत शिक्षा बच्चों के आरोग्य के साथ ही शारीरिक-मानसिक विकास की गति को भी तीव्रतम करने में सहायक होगी। जिससे बच्चे परिस्थितियों से हार मानकर या असफल होने पर किसी भी प्रकार का कोई भी गलत कदम उठाने की मानसिक स्थिति से स्वयं ही उबरने की क्षमता विकसित करेंगे।

एक अन्य अत्यंत प्रशंसनीय कदम, जिसके अंतर्गत कक्षा 9 से 12वी, तक के विद्यार्थियों के लिए एक पीरियड समसामयिक मुद्दों पर नियमित रुप से रखा जाएगा, निश्चित रुप से सामान्य ज्ञान में बढ़ोतरी के साथ ही बच्चे प्रतियोगी परीक्षा के लिए भी खुद को तैयार करने में समर्थ होंगे।

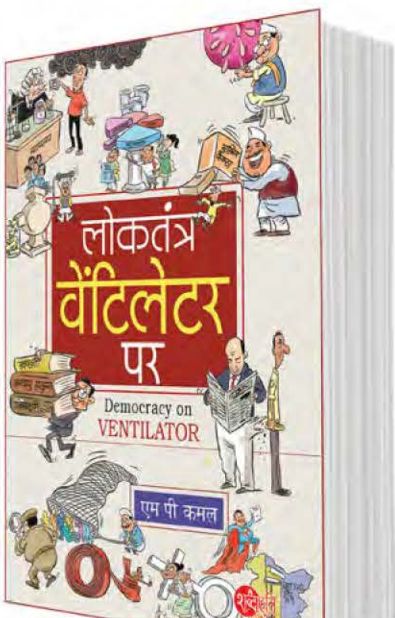
अगले चरण में एक बहुत ही सटीक उत्कृष्ट निर्णय, जिसके माध्यम से शिक्षा प्रणाली में नीतिपरक, नैतिक सिद्धांतों और मूल्य आधारित विषयवस्तु को सम्मिलित किया जाना हैं, हम सभी भिज्ञ हैं कि हमारी सदियों पुरानी परंपराओं-संस्कृति जिसमें सेवा अहिंसा, स्वच्छता, सत्य, निष्काम कर्म, सहनशीलता, ईमानदारी, कड़ी मेहनत, महिलाओं/बुजुर्गों/पर्यावरण के प्रति आदरभाव जैसी मूल्यवान बातें सम्मिलित हैं, नि:संदेह बच्चों के निर्मल-कोमल मन पर ऐसी मूल्यपरक शिक्षा देश-समाज- परिवार और पर्यावरण के प्रति उनके दायित्वों के प्रति चैतन्य कर न केवल एक आदर्श निर्मित करने को प्रेरित करने में समर्थ होगी, बल्कि भाईचारे, मानवता और जागरूक नागरिक के रूप में समाज में व्याप्त कुप्रथाओं, कुरीतियों और भ्रष्टाचार जैसी दीमकों को समाप्त प्राय करने में भी महत्वपूर्ण भूमिकाओं का निर्वहन करेगी ।

अंत में, यह कहना लाजिमी होगा कि शिक्षा ही वो दीप हैं जो मानव को अज्ञान के अंधकार से ज्ञान के दिव्य तेज से आलोकित करने की क्षमता रखता है। निश्चित ही राष्ट्रीय शिक्षा नीति में गुणवत्तापूर्ण शिक्षा हेतु समाहित उक्त तत्व भारत के समृद्ध-उन्नत भविष्य का निर्माण करेगी । करोड़ों की आबादी वाले युवाओं के भारत देश के भविष्य की बागडोर निश्चित ही सशक्त हाथों में होगी, ये नई शिक्षानीति बच्चों की प्रतिभा का सर्वांगीण विकास करने में महती भूमिका का निर्वहन करेगी ।

गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के मूल उद्देश्य को ध्यान में रखकर बनाई गई राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2019 चहुंमुखी विकास के महती उद्देश्य को लेकर बनाया गयी है, तब प्रश्न उठता है कि इसकी सफलता की कितनी संभावना है? इस बाबत बेशक यदि उद्देश्य नि:स्वार्थ और देशहित से ओतप्रोत हो, तो कई सारी बाधाओं से पार पाते हुए भी निकट भविष्य में अपने सकारात्मक परिणाम को प्राप्त करना अवश्यंभावी है।

सच ही है सबका साथ– सबका विकास तो क्यों न सरकार की उक्त राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2019 के सफल होने में सभी अपने-अपने हिस्से के दायित्वों का सफल निर्वहन करने हेतु दृढ़ संकल्पित हो, देश-समाज और स्व के प्रगति के मार्ग प्रशस्त करने में महत्वपूर्ण भूमिका का निर्वहन करें।

■■



जहाँ ज्ञान ही सर्वोपरि है
शब्दाहुति

लोकतंत्र
वेंटिलेटर
पर

शब्दाहुति प्रकाशन
द्वारा प्रकाशित

THIS BOOK IS AVAILABLE ON FLIPKART
SHABDAHUTI
HTTPS://WWW.FLIPKART.COM/THE-HONOUR/P/ITMA518F09F1E0F2?

एम पी कमल
(लेखक)

पर्यावरण और हम

डॉ. आशालता नायडू

हम मनुष्य का पर्यावरण के साथ बहुत ही घनिष्ठ संबंध है। पर्यावरण अपने व्यापक अर्थ में जल, वायु, अंतरिक्ष आदि सबको अपने में समेटे हुए है। हम सभी पर्यावरण से घिरे हुए हैं। पर्यावरण से अलग या परे हमारा कोई अस्तित्व संभव ही नहीं है। मनुष्य और पर्यावरण दोनों एक दूसरे के पूरक हैं। एक के बिना दूसरे की कल्पना संभव ही नहीं है। सच देखा जाए तो हम पर्यावरण में नहीं जीते बल्कि पर्यावरण से जीते हैं और यह कहना अतिश्योक्ति नहीं होगी कि हमारा पर्यावरण ही हमें जीवन देता है।

इस संसार में हम मनुष्यों के जीवन से अधिक श्रेष्ठ अन्य कोई जीवन नहीं है। एकमात्र हमारा मानव जीवन ही वह जीवन है, जिससे मनुष्य जो भी चाहे प्राप्त कर सकता है। इसका सदुपयोग हम मनुष्य को कल्पवृक्ष की भांति फलीभूत होता है।

हमारा मानव जीवन वह पवित्र जीवन है, जिसमें परमात्मा ने सारी विभूतियां बीज के रूप में डाल दी हैं, जिसका विकास नर को नारायण बना देता है। किंतु

हमारी इन विभूतियों का विकास तभी संभव है, जब हम जीवन को व्यवस्थित रूप से संचालित कर सकें। जिसे जीवन जीने की कला भी कह सकते हैं।

इस सर्वश्रेष्ठ कला को जाने बिना अगर हम अपने जीवन को अस्त व्यस्त ढंग से बिताते हैं, तो हमें ऐसे जीवन से किसी भी प्रकार का सुख उपलब्ध नहीं हो सकता है। हमारा लोक परलोक इसी पर आधारित है। धर्म, अर्थ, कर्म, मोक्ष सभी हमारे इस जीवन के अंतर्गत आते हैं तथा हमारे जीवन की सारी सफलताएं इसी में सन्निहित है, जो इसी जीवन कला के आधार पर हमें प्राप्त होती है।

महाकवि कालिदास जी ने कहा है, **"प्रत्यक्षाभिः प्रसन्नस्तनुमिखतु वस्ताभिरष्टाभिरीशः"** अर्थात जल, वायु, अग्नि आदि पर्यावरण के तत्वों को ईश्वर का प्रत्यक्ष स्वरूप कह कर अभिनंदन किया है। सदियों से जीवन और पर्यावरण की परस्पर निर्भरता हमारे चिंतन की परंपरा की विशेष पहचान रही है, किंतु आज की कड़वी सच्चाई यह है कि हम पर्यावरण से जीवन का अमृत रस तो लेते हैं और बदले में उसे विष ही देते हैं। उसमें तीव्रता से जहर घोल रहे हैं।

आज हम पर्यावरण का दोहन करने में बहुत ही उत्सुक नजर आते हैं। वन कट रहे हैं, खनिज पदार्थों की लूट मची है, पर्वत, नदी, समुद्र, जंगल कुछ भी हम मनुष्यों की लालची नजरों से अछूते नहीं रहे हैं। हमें जल, वायु, प्राकृतिक वस्तुएं , खनिज पदार्थ आदि सब कुछ तो पर्यावरण से ही मिलते हैं। हमारी यह धरती रतनगर्भा है और हम सब उसकी संताने हैं।

धरती माता ने तो अपने कर्तव्य का पूर्ण तरह पालन किया है, पर हम उसका बुरी तरह दोहन व शोषण करने में लगे हैं, जो किसी अत्याचार से कम नहीं है। धरती का यह शोषण आज उसकी सहन क्षमता से अधिक होता जा रहा है। उसकी उर्वरा शक्ति, उसकी जीवन शक्ति धीरे-धीरे कम होती जा रही है। हम धरती को नहीं बल्कि खुद अपनी ही विनाश लीला के साक्षी होते जा रहे हैं।

बंकिमचंद्र चटर्जी ने धरती की सुजलां, सुफलां, मलयज शीतलाम की कल्पना अति सुंदर की है, लेकिन विडंबना यह है, कि हम धरती की इस कृतज्ञता के बदले उसके प्रति और अधिक क्रुर व्यवहार कर रहे हैं।

आज हम एक प्रदूषित पर्यावरण में सांस लेने को मजबूर होते जा रहे हैं। धरती पर जीवन की संभावना पर प्रश्न चिहन लगता जा रहा है। यह बड़ी चिंता का विषय है। हम इसकी उपेक्षा नहीं कर सकते। हमारे जीवन में विस्तार एवं संकीर्णता की कथा साथ-साथ चल रही है। हमारे जीवन में संतुलन व्यवस्था को कहीं स्थान ही नहीं मिल पा रहा है।

अंधाधुंध विकास की इस दौड़ में हम पर स्वार्थ हावी होता जा रहा है, जिस कारण प्रकृति का संतुलन बिगड़ता ही जा रहा है। अगर गौर करें तो पर्यावरण को नष्ट कर हम खुद को ही नष्ट कर रहे हैं। पर्यावरण संतुलन आज की एक बहुत बड़ी समस्या है। इसे सुलझाना परम आवश्यक है। इसे पूरा करने में हम सभी को अपना-अपना सहयोग देना होगा। हमें यह सोचना होगा कि आगे आने वाली हमारे बाद की पीढ़ियों को हम क्या दे रहे हैं। केवल पर्यावरण के संरक्षण के द्वारा ही हम अपने जीवन, उसके अस्तित्व व हम मनुष्यों की जीवन की गरिमा की रक्षा कर सकते हैं।

■■

सनातन धर्म की आस्था
का पहला अध्याय

जयश्री बीरमी

सौराष्ट्र के वेरावल के प्रभात क्षेत्र के मध्य में समुद्र किनारे कई मंदिर बने हुए हैं, जिसमें से प्रमुख मंदिर सोमनाथ है। हरेक देशवासी की अपने जीवन काल में एकबार सोमनाथ दर्शन की इच्छा होती ही है।

अभी गुजरात में श्रावण मास चल रहा है, उत्तर के राज्यों में नया महीना पूर्णिमा के बाद आने वाली एकम के दिन होता है लेकिन गुजरात में अमावस्या के बाद की एकम को होता है। सावन के महीने में शिव पूजा का खास महात्म्य होता है, और सोमनाथ महादेव जी की तो बड़ी आस्था से पूजा–अर्चना की जाती है।

वैसे सोमनाथ की स्थापना के पीछे बहुत ही रोचक इतिहास है। राजा दक्ष की 27 पुत्रियों से शादी चंद्र यानी कि सोम से हुई थी। अपनी सभी रानियों में से रोहिणी को ज्यादा प्यार और मान सम्मान देने की वजह से बाकि की 26 रानियाँ दुःखी रहती थी। उन्होंने अपने पिता दक्ष को शिकायत कर दी। राजा दक्ष ने चंद्र को शाप दिया कि

जिस सुंदर शरीर का उसे गर्व है उसका धीरे-धीरे क्षय हो जायेगा। शापित चंद्र अपने क्षय होते शरीर को देख कर डर के मारे ब्रह्माजी के पास गए। ब्रह्मा जी ने उनको प्रभास की पवित्र जगह पर जा शिवलिंग बना महामृत्यंजय का जप करने के लिए बोला। चंद्र ने शिवजी के महामृत्युंजय के करोड़ों जप किए। अब शाप को समाप्त तो करना असंभव होता है तो शिवजी ने उसका असर कम कर दिया कि चंद्र का महीने के पहले पक्ष में क्षय होगा और दूसरे पक्ष में विकास होगा ताकि चंद्र पूर्ण क्षय होने से बच जायेंगे। जहां चंद्रदेव ने शिव लिंग बनाकर पूजा की थी वहीं भगवान शिव का मंदिर बनाया, जिसे सोमनाथ मंदिर कहा गया क्योंकि चंद्र को सोम भी कहा जाता है। इन्हें प्रभास पतन के नाम से भी जाना जाता हैं। वहां तीन नदियों का संगम स्थान हैं, हिरण, कपिला और सरस्वती, जिसमें स्नान करने का बहुत धार्मिक महात्म्य हैं।

एक और भी कथा है, भालुका तीर्थ में जब श्री कृष्ण आराम कर रहे थे तब उनके पांव को हिरण समझकर शिकारी ने तीर मारा था, जिसके बाद वे अपने स्वधाम सिधारे थे। यहां भी एक कृष्ण मंदिर है।

12 ज्योतिर्लिंगों में ये पहला हैं। इस मंदिर का निर्माण स्वयं श्री चंद्र देव ने करवाया था, जिसका उल्लेख ऋग्वेद में हैं।

सोमनाथ हिन्दओं के साथ यवनों के आक्रमण से हुए उत्थान और पतन का सटीक उदाहरण है। इस वैभवशाली मंदिर को कई बार खंडित किया गया और फिर निर्मित किया गया। ऐसे 14 बार खंडन और निर्माण हुआ है। ईसा पूर्व ये मंदिर अस्तित्व में था। गजनवी के अलावा सिंध के अरबी गवर्नर जुनायद ने खंडन किया और पुन: निर्माण किया गया।

इतिहास गवाह है, अरब यात्री अल– बरूनी ने लिखा है कि जब गजनवी ने मंदिर पर 5000 सैनिकों के साथ लूटा तब हजारों लोग मंदिर में पूजा कर रहे थे, उनको भी मार दिया था। गुजरात के राजा भीमदेव ने इसका पुन: निर्माण करवाया था। 815 ईसवी में तीसरी बार पुनर्निर्माण प्रतिहार राजा नागभट्ट ने करवाया था। दिल्ली के सुल्तान ने गुजरात पर हमला किया तो फिर से मंदिर को तोड़ दिया, जिसे मालवा के राजा भोज ने पुनरोद्धार करवाया था।

बार-बार मंदिर खंडित कर दिया गया किंतु शिवलिंग को आंच नहीं आई थी। लेकिन ईसवी १३०० में अलाउद्दीन की सेना ने खंडित किया और इसके बाद कई बार खंडित किया। मना जाता है कि आगरा के किले में रखे देवद्वार सोमनाथ मंदिर के हैं, 1026 में गजनवी लूटपाट के दौरान इन्हें भी उठा ले गया था। सौराष्ट्र के माजी मुख्य मंत्री उच्छांगराय ढेबर ने 19 अप्रैल, 1940 में यहां उत्खनन करवाया था। वहां पुरातत्व विभाग को ब्रह्मशीला पर ज्योतिर्लिंग प्राप्त हुआ था, जो स्थापित हैं। सौराष्ट्र के जामनगर के राजा दिग्विजयसिंह ने वर्ष 1950 में मंदिर की आधारशिला रखी थी। मंदिर वर्ष 1962 में पूर्ण रूप से निर्मित हो गया था, जिसमें सरदार पटेल और डॉ. राजेंद्र प्रसाद की भूमिकाएं अहम थी।

सब से अदभुत बात है मंदिर के दक्षिण भाग में बना बाणस्तंभ, जिसके ऊपरी हिस्से में एक सांकेतिक तीर का निर्माण हैं, जिसका अर्थ है कि सोमनाथ मंदिर और दक्षिण ध्रुव के बीच कोई भी भाग नहीं है। (आसमंद्रांत दक्षिण ध्रुव पर्यंत अबाधित ज्योतिर्मार्ग) मंदिर के पृष्ट भाग में भी प्राचीन मंदिर हैं, जिसे देवी पार्वती जी का मंदिर माना जाता है।

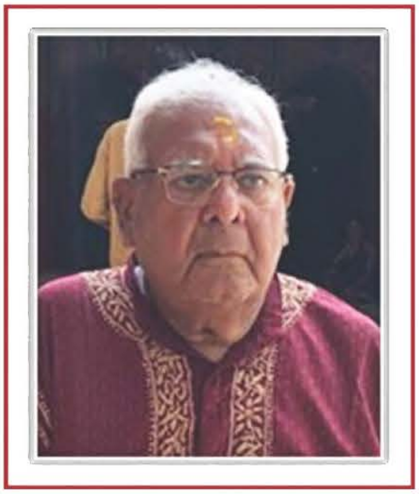
नेहरू जी ने जीर्णोद्धार का विरोध किया था किंतु सरदार पटेल की कोशिशों से जीर्णोद्धार हो गया। साहित्यकार क.मा. मुंशी ने लिखा हैं कि "मेरा स्पष्ट मानना था कि सोमनाथ का मंदिर कोई प्राचीन स्मारक नहीं, बल्कि प्रत्येक भारतीय के हृदय में स्थित पूजास्थल था, जिसका पुन:निर्माण करने के लिए अखिल राष्ट्र प्रतिबद्ध था"। क. मा. मुंशी के प्रयास और सौराष्ट्र की जनता के योगदान से पुन:निर्माण हो गया।

■■

Spiritual Experience

HOLI VENTURE:

A Vibrant And Spiritual Experience



RANA PRATAP BAJAJ

Mathura, 9th March 2023

On the last day of last November, I entered 80th years of my existence on Mother Earth. Eversince, I had been contemplating to search self or introspect my life since the time of my birth. However, before doing this, I thought it better to take tiny steps to complete my Bucket List and it was this very desire that I prceeded on first step to accomplish long desire 'To be on ride in Toy Train from Kalka to Shimla'. Temple, Kan I took the opportunity of my recent visit to Chandigarh for attending marriage of my friend's son that I purposely spared time to have a ride of the train. It is true that owing to rush of passengers it was not easy to get a ticket within short time available to me. As it is said that where there is a will there is a way and I too was granted this opportunity through courtesy of a dear one. I was able to be on the Toy Train and fulfil my long cherished dream. It gave me contentment and made my spirits high to embark on other such ventures in full steam.

For quite sometime, I had been thinking to revisit Mathura area, as my early childhood was spent there. The charm got added when I thought that childhood of Lord Krishna was also spent there.This does not mean that I am comparing in anyway with Lord Krishna and simply mentioning a similarity which happens to be a fact. I still remembered a number of places which I used to visit freqnenty e.g. Dwarkadish Temple, Vishram Ghat, Kansa ka Tilla, Dhruva Tilla, Krishna Janam Bhoomi, and Yamuna Bagh and yamuna River, where we used to go for walks and swim. Around that place were also quite a number of Wrestling Grounds, where lads used to practise under the supervision of trained and well-versed seniors. Other places in the neighbourhood of Mathura, like Gokul, Vrindavan, Gowvardhan, Nand Gaon Barsana, etc were also imprinted deep in my mind and I had vivid memories of those places. With this, the urge to visit Mathura area got rekindled.

The opportunity was provided by Dr. Narayan Pandey and his wife, Sr. Advocate Nandani Pandey, as Doctor Saheb is one of the Trustees of Shri Dauji Maharaj ji's main temple in Balram, 18 Kms from Mathura. I was mentioned of the world famous festival, Huranga, a part of Braj Holi. He had arranged for our stay in Temple premises itself, in three well-furnished and equipped rooms, for my self, my sister, Sneh and brother-in-law, Suresh and their family friend, Mrs. Mehta besides my driver, Shiv.

We left by car early morning at 0630 hrs, after we picked them up from Secor 29, Faridabad and reached, trouble-free and smooth journey around 0900 hrs. Pt. Pinto Pande (PPP) on being informed of our arrival, picked us up near the main temple. At that time due to very heavy rush of Saints, VIPs, Media, Various Pandits/Pandas and relatives of various friends Pandits and Temple workers and of

course the excited public, from far and near, there was huge Police Bandobast. There were also a number of Musicians, Workers, Dancers (both men and women). A good omen arrived by way of drizzle on our entering the temple premises. Pt. Pandey ji escorted us at a safe place under roof, as there was chance of heavy rain and the place from where one can have better view of the spectacle, but only after making solemn promise to us to take to that place itself if drizzle stops.

So, on 9th March, 2023, we had real blessings of Shri Dau Maharaj ji, as drizzle stopped after a while and we were taken to one of the Pavilions, on top at 3rd floor, which gave us the panoramic view of the entire proceedings, which were all round colourful. From the time of our entrance on temple premises, we could hear sounds of drums, majire and chants of Radhe-Radhe, Jai Dauji Maharaj, Jai Shri Krishna. There was mood of merriment and excitement to be part of the celebrations. Though there was heavy rush of devotees, it still was orderly and no unruly or unbecoming scene was created by anyone. There was Aarti (Prayers) and joyous devotees chanted in crescendo, hailing ruling deities.

I could see a number of foreigners being part of the spectators and clicking their cameras. All of them, players and devotees behaved well. Of course, everyone wanted to have the best view of the proceedings.

Though music, dancing and chants by devotees was going ever since our arrival, we could see more and more persons arriving in colourful dress and carrying flags and buckets. The top of the temple (Shikhar) was being reached/climbed with the help of rope to place various colourful flags. Some people carried their children on their shoulders. Some children got head-shave (Mundan) also. Radhe-Radhe and other words were even written on face and bodies.

Head and face covered ladies of all ages started coming in colourful yellow dresses and the males also seemed in determined mood to throw colour on women. The main floor in front of the Temple stood cordoned. From roof tops, colour and flower petals were being thrown with blowers and water was being sprinkled with fountains. The main event of throwing colour on women started in a short time and hundreds of devotees went on encircling move of the main temple. Slowly this rhythmic march started going round the main temple and buckets with colours were being thrown on the group of ladies but in no way any unruly scenes were created. Now, it was the revenge time of ladies, who started tearing shirts of menfolk throwing colours. Surely such shirts were bundled like rope and drenched in wet colour were used as whips to beat the menfolk. In a way, this demonstrated that women do not tolerate or allow, any kind of unwilling mischief with them. A good lesson. A positive and constructive way of telling to maintain dignity of women.

The programme of Huranga, without any Huddang or Hudlum, continued past 1 P.M. The ladies during the programme waved the snatched

shirts, as sign of victory, in the style of Sourav Ganguli after winning tournament in the Lords. Menfolk played flutes and a few of them with head-gear adorned themselves with peacock feather. Some even carried branches, as big as like small tree. The revelry went of smoothly without any untoward incident. During the programme Bhakti-Sangeet/ Bhajans were sung melodiously.

We were told by PPP to get down through the short way, where he would meet us to take us to our rooms and after making us comfortable, he took us for sumptuous meal or Prasad in Bhandara (Community Meal) with well-arranged seating arrangement on tables/chairs. Hundreds of Policemen on Bandobust were also given packed lunch as Prasad. It was really delightful and filling meal, including sweets like Kheer and Pinni.

After meal we had time to retire in our rooms for rest. In the meantime, the temple workers did hard work of cleaning premises thoroughly. Believe me during Huranga, the coloured water and petals were near knee-deep and we also got drenched sitting on the 3rd floor when coloured water was thrown on us sitting in front row with a long pichkari. The colour was natural and fragrant. By 5.00 PM the place started looking clean and fresh and our driver was able to bring car from public parking place, for overnight parking in temple premises itself.

The temple premises also allow numerous shop-keepers to sell their wares, colourful dresses inscribed with words like Radhe-Radhe or Shri Krishna and many other artifacts. Besides that shop-keepers were selling Prasaad of different types of Makhan and Mishri (Butter and Crystalized Sugar). The next morning we could even find vendors of garden-fresh vegetables. Vendors of communities other than Hindus were also seen and it showed good example of harmonious living.

That evening time was spent in making small purchases, including of Mishri for offering to Shri Dau Maharaj ji at the time of evening prayers (Aarti). I loaded myself with two Kgs of Mishri for distribution of Prasad to friends and relatives back home.

In Braj area the festival of Holi goes on for almost a month in different forms and at different places. Huranga is also known as Kora (Whip) Holi symbolising ladies punishing offending males with twisted and watery shirts.

On the evening of 9th March, 2023, we ventured into trying local eateries, where we could find eatables like Aloo Tikki with Grams and with three types of Chuttneys, Chaat and a number of sweets. I would not like to miss mentioning that PPP had offered to take us to his house for proper meals but we preferred to stick to local cuisines. After all, unless one ventures into trying local cuisines, one cannot claim to have had full adventure. After having day of full enjoyment, we went to sleep comfortably in our rooms.

On 10th March, 2023 after getting up we again tried local tea, which was well brewed. After wash, we were ready for Darshan of Dau Maharaj ji from inside the Garabh Griha as foretold to us by PPP. We entered the main temple courtyard, after removing our shoes and socks and of course washed our hands properly, as cleanliness is essential for Darshan. We also took some Sweets for offering and getting Prasad. PPP also showed us the kitchen where we could see, a number of persons offering their services in making many cuisines. Here I must also mention that all the food was prepared on Uplas (dried cakes of cow-dung) and as the fire is slow it takes time and patience but the end result is awesome, natural taste and aromatic. I forgot to mention that we were made to replace our pants with Dhoties (white cotton cloth) and PPP did help us in cladding ourselves with Dhoties properly.

At the right time we were allowed to enter the Garabh Griha but we were made to leave behind even things like walking stick/water bottle. Please believe if I were to say that as soon as we entered the place, we had feeling of peace and reverence. We could bow in front of well decorated Idols of Shri Dau Maharaj and Ma Revti. We were told by panditji that the attire and shringar of both deities is changed daily and devotees willingly offere their services to be able to perform this ritual. We did offer sweets and some money without any compulsion and out of our will from heart. We got Prasad and we felt definitely blessed. I must be

thankful to Doctor Saheb, Nandani and PPP for making our Day of Elation.

Though we were offered to stay for a while and have Bhandara as Prasad, we excused ourselves as we were keen to explore other holy places nearby. We packed our baggage in our car and sought permission to leave, after giving some Dakshina to PPP, which he took reluctantly. We were not required to pay for rooms also and willing offered tips to the workers, who had made our beds and done the cleaning there. PPP came outside the Temple premises to show us directions for our next destination, The Temple of Chinta Haran Mahadev on the banks of River Yamuna around 10 Kms. from our location.

I had mentioned that we had foregone Bhandara in Shri Dau Maharaji ji's temple and rightly one of my friends did point out that if given the chance, she would not have missed it. Surely, given the choice, I too would not have missed it but at times, one has to bow to the wishes of others in the company. Indeed the following there was again going to be a small colourful Holi function the following day but as I said, the eagerness of others compelled me to go ahead with our programme of visiting other places. The idea was to grab opportunity of having Darshan of as many as possible temples in that region within the time available.

So, we reached the temple of Chinta Haran Mahadev. It is litterally quiet a place on the banks of River Yamuna. We offered our prayers the way chosen by each of us and spent sometime near the banks and felt tranquil. It was not crowded and on one side of the temple, a family and Priests were busy in performing some Puja.

After that we proceeded to Brahmand Temple, again one the banks of River Yamuna. It depicts the story of Krishna in his childhood eating Mitti(soil or clay) and when Mother Yasoda asked him to open mouth, he had shown the entire universe moving in his mouth and Mother Yashoda wonder-struck realizes, that Bal Krishna indeed was incarnation of Lord Vishnu himself. So, as Prasad one can buy play shaped like a sweet, famous as Pedas for taking home. People also feed fish. Colourful boats are also available on hire for joy riding. There are also a number of shops of clothes and artifacts. The place remains thronged with people, from far and near.

Our next stop was Raman-Reti. In between we bought some Bers(a kind of Plum), which grows on thorny trees and also in shrubs. They were tastefully sweet. At Raman Reti, people lie-down on sand which does not spoil clothes and leaves no mark. It is a playful scene. Inside the temple premises people enjoy chanting and dancing, full of devotion (Bhakti-bhav). People like us also enjoy Bhandara food and as such what was missed in the morning got compensated in the afternoon..

Nearby there are eateries, ware shops and deer park. For parking there is a huge complex. In one of the eateries our driver took some food and we enjoyed tea or tasty Sweet Lassi. It was also time for all the temples to remain closed for Siesta (Rest) of Lords.

While we were passing by Mathura Cantt to go to Lord Krishna's Birthplace, I recalled my early childhood days, which was spent close-by in Sadar area. Moreover, sister Sneh was born there so it would have turned out to be the very intent of our visit of Mathura area. So we decided our next destination to be Sadar. The area stood naturally completely changed, owing to the fact that the landmarks in neighbourhood, like Dhurva Tilla and Jamuna Bagh had almost become residential colonies. However, the only consolation was that I could mark and see my Primary School, Methodist

Mission, still stands painted in maroon colour. At least if there was some disappointment, there was also some thrill.

I feel that following visit, I felt privileged to have blessings of Shri Dau Maharaj ji and Ma Renuka Devi, as I receive daily from Pt. Pintoo Pandey ji, pictures of both in that day's ever-new dress and ornaments. It gives feeling of solace and blessings. A kind of inner peace and contentment come to mind and there remains no desire to seek worldly goodies. It is like boon and as if what was being searched has been found. No more wandering or craving.

Surely when we passed through Vrindavan, we could also see Prem Mandir, which is elaborately decorated during evenings. We stopped to buy a couple of shirts for gifting and all of us also purchased Sweet of Pedas, for which Mathura area is famous, like Petha of Agra. We did not stop much as we decided to go to Shani temple in Kokila Van (in Kosi Kalan), almost halfway between Faridabad and Mathura.

When we reached Kokila Van, I was advised to try on Parikrama of temple by car. The road in patches is rough but one can easily manage. These kinds of dictates are good to increase curiosity and if done on foot, as it was ordained, one can definitely shed a few pounds of body-weight by burning extra fat of the body. Though, we chose the easy way out, owing to shortage of time and difficulty in walking by myself, I did feel content to have at least kept the spirit of the requirement. After finishing our round, we reached near Shani Temple and bought Prasad. As I was warned that there is practise to offer Mustard Oil and Joss Sticks also, I had carried these articles, whereas other accompanying me bought it from there. Some Marygold (Gainda) flowers were also bought. We could reach right up to the entrance by car and with full reverance entered the Shani Temple. One of the Pandits there performed Puja after giving us Black Til etc and flowers besides asking us to keep some money. He chanted for a while Mantras and blessed us after each one of us had given one's name and other details, like Gotras. After giving him some money as donation or Dakshina, we entered the main temple. Here we were asked to empty bottles of mustard oil and after offering some money, we were advised also to pray before Idol of Hanuman ji. We did that and as we had already done Parikrama, after taking a few snaps, we left that place to head towards home, which we could trouble free. On the whole the trip was a revelation that after all there is some good in taking such trips and visiting these places. I am thankful to Almighty to have given me opportunity for such a trip, which had more than one benefit.

I am happy to note that quite a good number of people liked account of Mathura visit recently. As Post-Script, I can add that while we returned safely, I noticed a couple of things faulty in car, and I must thank the hands of Providence to take care of us during journey. The next morning, I found that front right tyre having almost gone flat. When I asked driver to take it to the mechanic in the neighbourhood ,after putting some air in tyre with the help of my personal car compressor, which remains in the car, he found that it was not working. When he checked Stepney, he found that it too was flat. Anyhow, both the tyres were carried by him in a Rickshaw and got them back after checking. It was discovered that the valve of the front tyre was dysfunctional and there were two punctures in the Stepneys, whereas I had got the car fully checked and serviced before going on trip. So, we were not put in to lurch or on help searching mission during journey and it was discovered at leisure. The Car Compressor was also got repaired but fault was found in the Power Point of the car for this, fuse of which had got blown. Jacko Rakhe Sainyyan, maar sake na koi, Bal na banka kar sake, chahe jug berry hoye! Have faith in Him. Radhe-Radhe

—Rana Pratap Bajaj

■■

डॉ सीमा भट्टाचार्य, बिलासपुर (छत्तीसगढ़)

हे प्रिय मशक

हे शक्तिशील कीट मशक
तीक्ष्ण शुण्ड रुधिर चषक

महिमा तुम्हारी समरूपी तक्षक
दैत्य रूपी महाभोजी भक्षक

पुंछ कंटक जीव कष्टघातक
सप्तपर्त दंश खुजली महाकारक

तुम्हारा सानिध्य पूर्ण जीवनहारक
जलनशील अन्तरीय तुम डंकमारक

सदा विराजते समान नभथल
प्रिय तुम्हें दलदली गढ्डे स्थिरजल

नम,तम निवास जहां वातअचल
सर, नहर, कूप निर के रसातल

मशक श्रेष्ठ पेड़ पादप रस चूसते
मादा आखेट से वीर डेंगू जूझते

पंखवाद्य द्वारा निशदिन गान गूंजते
अहर्निश रक्त वाहिनीओं में विष फूंकते

आक्रमण प्रकण्ठ ताप की मार
सूखा गला कपकपी 400 के पार

क्वीनन शत्रु सहे सब उसका वार
मनुष्य जाति दे विनाशक को हार ■■

चुनौती

कुलविंदर कुमार, बहादुरगढ़

हर रोज नई चुनौती जन्म लेती है
जब बढ़ता हूं अपनी मंजिल की ओर
किस्मत पीछे की तरफ खींच लेती है

मुश्किल हो गया मुश्किल से निकलना
ना कोई रास्ता मुझको नजर आता है
नहीं कोई शक्स जो हमें बतलाता है

दिन बीत जाता है रात हो जाती है
किस तरह निकलेगा इस मसले का हल
ना कोई बात मुझको समझ आती है

रुक गई है जिन्दगी हमारी ऐसे मोड़ पर
कब क्या हो जाए पता ही नहीं चलता
बस इंतजार रहता है एक नए सफर का ■■

विशेष मानसिक योग्यता की स्वीकृति

हीरा सोनी

परिवर्तन प्रकृति की जननी है और स्वीकृति उस परिवर्तन का आगाज ऐसी ही कुछ स्वीकृति और जागरुकता की आवश्यकता है, ऑटिज्म के प्रति भी। ऑटिज्म मानसिक विकलांगता नहीं हैं, अपितु मस्तिष्क में न्यूरोलोजिकल असामान्य परिस्थित से उत्पन्न अवस्था है। न्यूरोलोजिकल डिसऑर्डर से तात्पर्य है कि हमारे मस्तिष्क में न्यूरोन्स और नर्वस सिस्टम का एक अलग प्रकार से प्रोसेसिंग करना। एक व्यक्ति के मानसिक नर्वस सिस्टम की जैसी संरचना होती है, उसकी तुलना में ऑटिस्टिक व्यक्ति या बच्चे की वही संरचना उलझी हुई होती है। यह मकड़ी के जाले के समान होती है, जिसे किसी भी साधारण बाहरी व्यक्ति देखकर सुलझा पाना मुश्किल है। परन्तु जिस मकड़ी का वह जाल है उसे उसके बारे में संपूर्ण ज्ञान प्राप्त है। ऐसा ही व्यावहारिक डिसआर्डर है स्वलीनता (Autism), जिसमें बच्चा खुद सिर्फ स्वयं में लीन रहता है। उसके लिये अपनी ही दुनिया होती है। अब प्रश्न यह है कि क्या आटिज्म एक ऐसी बीमारी है, जिससे कभी उभरा नहीं जा सकता या जीवन भर अक्षमताओं का सामना करना मजबूरी है, फिर वो अक्षमताएँ मानसिक हों स्वयं ऑटिस्टिक बच्चे की हो, या फिर समाज द्वारा की गई अस्वीकृति और ग्लानि की हो। शुरूआती दौर में ऑटिस्टिक बच्चों में भावनात्मक लगाव की कमी होती है परन्तु भावनात्मकता का अभाव कदापि नहीं होता | ऑटिज्म के आरंभिक लक्षण 3 साल तक की उम्र में दिखने शुरू होते है, जिसमें मुख्य लक्षण हैं दूसरे बच्चों के साथ ना खेलना, आई कांटैक्ट (Eye contact) ना होना या कम होना, नये लोगों के साथ और नई जगहों पर चिड़चिड़ा हो जाना।

कुछ बच्चों में ऑटिज्म के लक्षण 1.5-3 साल की उम्र में मुख्य रूप से दिखाई देते हैं परन्तु कुछ बच्चों में ऑटिज्म, रिग्रेशन (भूल जाना/पिछड़ना) के रूप में आता है जिसमें स्पीच रिग्रेशन मुख्य रूप से दिखाई देता है और माता-पिता उसी रिग्रेशन को समझने की कोशिश करते हुये ऑटिज्म से जा मिलते हैं। सामान्य तौर पर एक अवधारणा है कि ऑटिज्म को कभी ठीक नहीं किया जा सकता मैं व्यक्तिगत तौर पर इस कथन का समर्थन नहीं करती। आवश्यकता ऑटिज्म को ठीक करने की नहीं, उसे स्वीकृत करके, उसे अपनाकर एक स्वतंत्र जीवन जीने की है। ठीक बीमारी को किया जाता है। यह एक डिसऑर्डर है, जिसे शायद ऐसा समझना उचित रहेगा कि 1-10 की गिनती के क्रम को ईश्वर द्वारा अलग क्रम में लिख दिया गया है जैसे 1,3,4,5,2,7...10 और सभी ऑटिस्टिक बच्चों में इसका क्रम अलग है। यदि अब हम इस क्रम को 1-10 के सही क्रम में लाने की कोशिश में लगे रहेंगे तो परिणाम शायद विफलता ही होगा। लेकिन यदि हमें बच्चों को ये सिखा सके कि क्रम की आवश्यकता ही नहीं, हमें हर एक अंक का महत्व पता होना चाहिये तो फिर भले ही सामान्य तौर पर बच्चे के लिये 1-10 की गिनती का क्रम कुछ भी हो, उन अंकों का महत्व समान होगा। सामाज और माताओं-पिताओं को ये समझना और उसके प्रति जागरूक होना आवश्यक है कि ऑटिस्टिक

बच्चों को आपकी मदद की आवश्यकता है।

उन्हें आश्रित करके नहीं अपितु रोजमर्रा में संवेदना और सहयोग के द्वारा आपकी आवश्यकता है। ऑटिज्म में मदद के लिये डेवलपमेंटल न्यूरोलॉजिस्ट, ऑक्यूपेशनल थेरेपिस्ट, स्पीच थैरेपी, साउण्ड थेरेपी, म्यूजिक थेरेपी, एप्लाइड बिहेवियर थेरेपी, ब्रेन जिमिंग एक्सरसाइज इत्यादि के टीम वर्क से की जा सकती है। दवाएं आमतौर पर फोकस बढ़ाने और हाइपरएक्टिविटी कम करने को दी जाती है। कुछ ब्रेन टॉनिक, आयरन सप्लमेंट्स, फिश आयल, ओमेगा 3 भी आटिज्म को सुधार सकते हैं। शोधकर्ताओं के अनुसार काऊ थेरेपी (Cow therapy) भी ऑटिज्म में काफी मददगार साबित हो रही है। ऑटिज्म (Autism) को इस प्रकार व्यक्त कर सकते हैं :

A-Accepted
U-Universally
T-Together
I-Intelligence of
S-special
M- Mental ability

खुशियों की तरफ पहला कदम। किसी भी परिवार की खुशी वहां के बच्चों के हाथ में होती है। हर बच्चा अपने परिवार के लिए सौभाग्य लेकर आता है। ऐसे ही कुछ प्यारे बच्चों की हंसी को दर्शाता एक कार्यक्रम।

Image - hindi.moneycontrol.com

काले धन पर एक बार फिर सर्जिकल स्ट्राइक

वर्ष 2016 में नोटबंदी करने के बाद एक बार फिर से कालेधन पर सर्जिकल स्ट्राइक करते हुए रिजर्व बैंक ऑफ इंडिया ने शुक्रवार 19 मई, 2023 को 2,000 रुपये के नोटों को वापस लेने की घोषणा की है । उसने यह भी कहा कि ये 2000 रुपये के नोट वैध मुद्रा बने रहेंगे । इन नोटों को बैंकों में 23 मई से 30 सितम्बर तक जमा कराया जा सकता है ।

'क्लीन नोट पॉलिसी' के तहत रिजर्व बैंक ने यह फैसला किया है। क्लीन नोट पॉलिसी में लोगों से गुजारिश कि गई है कि वह करेंसी नोट्स पर कुछ भी न लिखें, क्योंकि ऐसा करने से उनका रंग-रूप बिगड़ जाता है और लाइफ भी कम हो जाती है। 2000 रुपये के नोट पूरी तरह से मान्य रहेंगे । इन्हें बंद नहीं किया गया बल्कि सिस्टम से हटाने के लिए वापसी की जा रही है । भारतीय रिजर्व बैंक की रिपोर्ट के अनुसार मार्च 2022 के अंत तक चलन वाले कुल नोटों में 2000 रुपये के नोट की हिस्सेदारी घटकर 214 करोड़ या 1.6 प्रतिशत रह गई थी । यह कदम ऊंचे मूल्य वाले नोट का इस्तेमाल काला धन जमा करने में किए जाने संबंधी चिंताओं के बीच उठाया गया है।

नवम्बर 2016 में 2,000 रुपये के नोटों की शुरुआत की गई थी । इसका मकसद 500 और 1000 रुपये के नोटों को वापस लेने के बाद अर्थव्यवस्था में करंसी की जरूरत को तेजी से पूरा करना था । वर्ष 2018-19 में 2,000 रुपये के नोटों की छपाई बंद कर दी गई थी ।

इस बारे में कुछ महत्वपूर्ण जानकारी है –

- 23 मई से 30 सितम्बर तक 2000 के नोटों को बैंकों में जमा/एक्सचेंज किया जा सकेगा ।
- एक बार में 20,000 रुपये मूल्य तक के 2,000 के नोट ही बदले जा सकेंगे ।
- 30 सितम्बर के बाद बैंक में 2,000 रुपये के नोट जमा नहीं होंगे लेकिन आरबीआई नोट को लीगल टेंडर होने के कारण अपने यहां जमा करना जारी रखेगा। जमा कराने वालों को सफाई देनी पड़ सकती है कि अभी तक उसने ये नोट बैंक में क्यों नहीं जमा कराए । उसके जवाब से संतुष्ट होने पर ही आरबीआई 2000 रुपये के नोटों को जमा करेगा और एक्सचेंज करेगा ।
- एक्सचेंज सुविधा मुफ्त दी जाएगी, इस पर कोई एक्सचेंज सुविधा चार्ज नहीं देना होगा ।
- बैंकों को निर्देश दिया गया है कि वे 2,000 नोट बदलने/जमा करने के इच्छुक वरिष्ठ नागरिकों, विकलांग की असुविधा को कम करने के लिए प्रबंध करे ।
- बैंकों को सलाह दी गई है कि 2,000 रुपये के नोट एटीएम या कैश विड्रॉल में नहीं दें ।
- आरबीआई के 19 क्षेत्रीय कार्यालयों में भी 2,000 रुपये के नोट को बदलने की सुविधा दी जाएगी।

प्रस्तुति – द साइलेंट स्ट्रोक डेस्क

प्रस्तुति
द साइलेंट स्ट्रोक
डेस्क

डोगरी कवियित्री-लेखिका

पद्म श्री पद्मा सचदेव

डोगरी भाषा की पहली आधुनिक कवियित्री और पद्मश्री पुरस्कार से सम्मानित पद्मा सचदेव का जन्मी 17 अप्रैल, 1940 को पुरमण्डल, जम्मू-कश्मीर में हुआ था। उनके पिता प्रो.जयदेव शर्मा हिंदी व संस्कृत के प्रकांड पंडित थे। पद्मा सचदेव की शादी वर्ष 1966 में सिंह बंधू नाम से प्रचलित सांगीतिक जोड़ी के गायक सुरिंदर सिंह से हुई थी। पद्मा सचदेव ने ऑल इंडिया रेडियो, जम्मू और मुम्बई में काम किया। उन्होंने वर्ष 1973 में हिंदी फिल्म "प्रेम पर्वत" के लिए "मेरा छोटा सा घर बार" गीत लिखा। वर्ष 1978 में हिंदी फिल्म"आंखों देखी" के लिए भी गीत लिखे।

पद्मा सचदेव ने डोगरी और हिंदी में कई किताबें लिखीं। मात्र 15 साल की उम्र में उनकी पहली कविता "तेरी बातें ही सुनाने आए" प्रकाशित हुई। उनके कविता संग्रह मेरी कविता, मेरे गीत के लिए वर्ष 1971 में उन्हें साहित्य अकादमी पुरस्कार प्रदान किया गया। वर्ष 2001 में देश का चौथे सर्वोच्च नागरिक सम्मान पद्मश्री से सम्मानित किया गया। वर्ष 2007-08 में मध्य प्रदेश सरकार ने कविता के लिए कबीर सम्मान दिया। वर्ष 2016 में डोगरी भाषा में लिखी उनकी कृति "चित्त चेते" के लिए उन्हें सरस्वती सम्मान से नवाजा गया। इसके अलावा हिंदी सोवियत लैण्ड नेहरू पुरस्कार, उत्तर प्रदेश हिंदी अकादमी सौहार्द पुरस्कार, राजाराममोहन राय पुरस्कार, जोशुआ पुरस्कार, अनुवाद पुरस्कारों से भी सम्मानित किया गया।

मुख्य कृतियां हैं –

उपन्यास : अब न बनेगी देहरी, नौशीन, भटको नहीं धनंजय, इनबिन, जम्मू जो कभी शहर था।

कहानी संग्रह : गोदभरी, बुहुरा।

कविता संग्रह : मेरी कविता- मेरे गीत, तवी ते झन्हां, न्हैरियां गलिया, पोटा पोटा निम्बिल उत्तार बैहनी, तैंधियाँ, रत्तियाँ।

आत्माकथा : बूंद बावडी।

यात्रा वृत्तांत मैं कहती हूं आँखिन देखी।

साक्षात्कार मितवाघर, दीवानखाना, अमराई, बारहदरी।

04 अगस्त, 2021 को उनका देहावसान हुआ ।

■■

OUR VIRTUAL WORLD

NIVEDITA ROY

Human and his cell phone have achieved more relationship goals than any other couple challenge could manage!

It's a new normal and a common sight these days - people are busy with their cell phones.

Call it the necessity of the hour or the what-else-to-do- syndrome, none of us can fight the urge to check our phones every few minutes. Absolutely justified are the claims that we are losing touch with real world and family time. Yet there is no alternative to communication now, given the futility of human endeavours against the monstrous corona virus.

NIVEDITA ROY
From Manama, Kingdom of Bahrain

Social media is the source of news, fake or real, updates follow in a jiffy, and we tend to get a look as often as we can.

It's the only way to keep in touch with family and friends, near or far.

Working from home involves use of our "screens", be it big or small.

The source of entertainment too is available and surfed on this metallic rectangular device held in our hands.

It occupies approximately 10/15 hours of our day.

As much as we preach about the unhealthy effects of its usage, the fact remains it is indispensable in practice.

The desperation to mutate in your "real" world is on a high though only the disappearance of the dreaded corona virus will relieve us, partially, from the dependence on the virtual world.

Till then the saga of 'human and his beloved phone' seems to update itself every hour!

■■

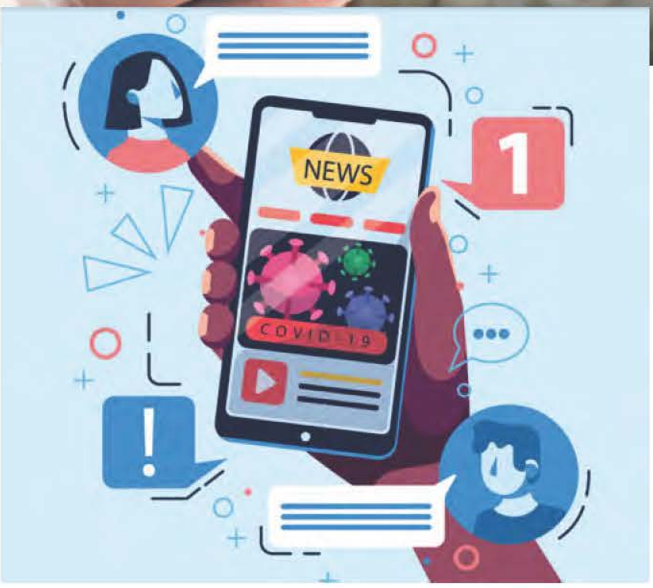


Image courtesy: www.bbva.com

जहाँ ज्ञान ही सर्वोपरि है

शब्दाहुति

की नवीनतम पुस्तकें

A big brand in Book Publishing.

CONTACT :
9990753336 DELHI

शब्दाहुति प्रकाशन

The CREATIVEART Big ideas, Great results
WE DON'T COMPROMISE ON QUALITY

The CREATIVEART Bilingual Series
www.thecreativeart.in

Presented by CREATIVEART
The Silent Stroke
CURRENT AFFAIRS
E-MAGAZINE *HINDI-ENGLISH

जदयू

देश के विकास के लिए

जनता दल (यूनाइटेड) को वोट दें

माननीय श्री नितीश कुमार
मुख्यमंत्री बिहार

श्री राजीव रंजन सिंह
राष्ट्रीय अध्यक्ष ज.द.यू.

श्री संजय कुमार झा
प्रभारी, दिल्ली प्रदेश (ज.द.यू.)

सुरेन्द्र कुमार गुप्ता
महासचिव दिल्ली प्रदेश
प्रभारी उ.पू. दिल्ली प्रदेश

श्री शैलेन्द्र कुमार
माननीय प्रदेश अध्यक्ष, दिल्ली प्रदेश

Published by SHABDAHUTI PRAKASHAN

आज ही सुरक्षित करें

Ek Kasak Rahi Mere Mann Mein

(Hindi)

AUTHOR: MP KAMAL

HARD BOUND ₹ 500

Published by THE CREATIVEART

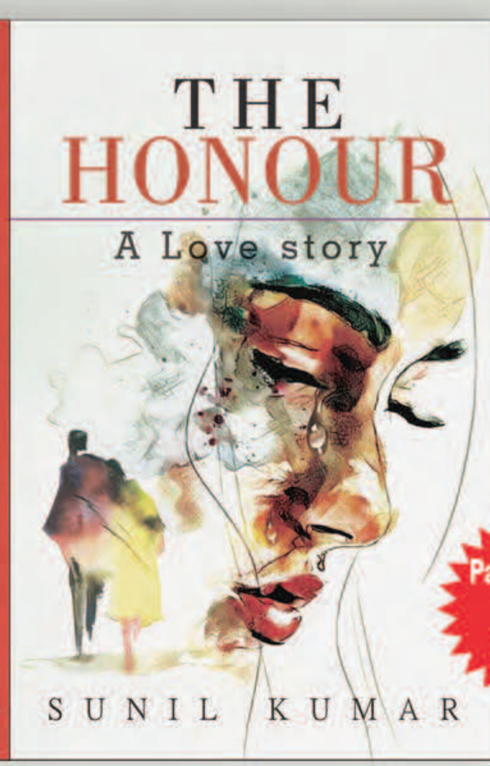
The CREATIVEART Big ideas, Great results

Hello Friends, You will be glad to know that my First Book THE HONOUR : A LOVE STORY

Published by THE CREATIVEART

THE HONOUR

SUNIL KUMAR
Ex-soldier from Indian Air Force



Paper Back ₹ 350

ALL BOOK IS AVAILABLE ON FLIPKART

SHABDAHUTI

The CREATIVEART Big ideas, Great results

ISBN 978-81-952288-7-4
THE CREATIVEART PRESENTS

CONTACT US
NEW DELHI | CONTACT : 9990753336
www.thecreativeart.in