

No. : TSS-36504

दु साइलेंट स्ट्रोक

HINDI

THECREATIVEART.COM ENGLISH

The Silent STROKE

Year-2

Volume No. : 4

Rs. 250.00 (Colour) | ₹ 125 B&W

ELECTION
SPECIAL ISSUE

May-June

2024

चुनावी
तांडव
2024

खटाखट
खटाखट
खटाखट...

फटाफट
फटाफट
फटाफट...



EDITORIAL BOARD : RAKESH SHARMA NISHEETH | NARENDRA TYAGI | NANDINI SHARMA

NEW ARRIVAL

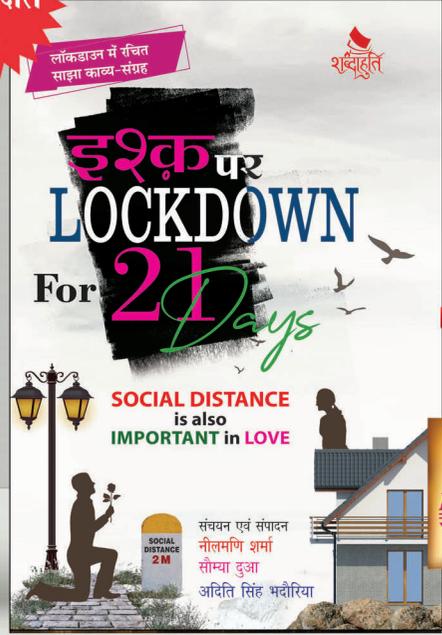
इश्क़ पर LOCKDOWN फॉर 21 Days

Books are
always at 30%
off but
Special Offer
50% Off

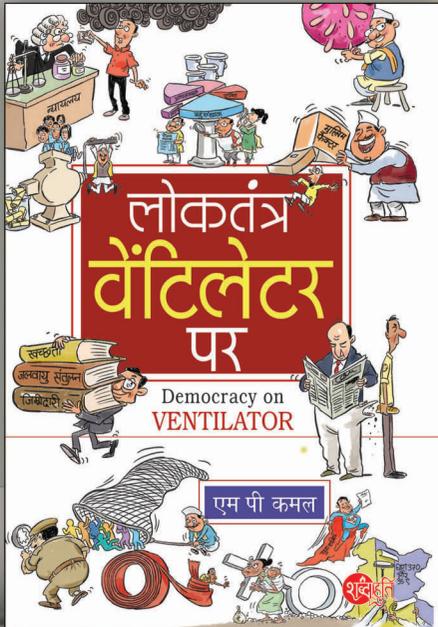
संचयन एवं संपादन
नीलमणि शर्मा, सौम्या दुआ एवं
अदिति सिंह भदौरिया

Special
Offer
₹ 250/-

आज
ही सुरक्षित
करें



New Book Published by Shabdahuti Prakashan



Special
Offer
₹ 475/-



शब्दाहृति प्रकाशन
flipkart.com

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

The
CREATIVEART
IPublisher



राकेश शर्मा 'निशीथ'

प्रधान संपादक

मेशी बात...

यह आमतौर पर स्वीकार किया जाता है कि राजनीति में धर्म को शामिल नहीं किया जाना चाहिए क्योंकि इसके अवांछित परिणाम होते हैं, खासकर भारत जैसे देश में इन परिणामों को नजरअंदाज कर दिया गया है। वर्तमान परिदृश्य में डर यह है कि अगर धर्म को राजनीति में हिस्सा दिया गया तो चरमपंथी विचारक और विनाशकारी सिद्धांत अंतिम विनाश का कारण बन सकते हैं और वे ऐसे राजनीतिक पदानुक्रम में और भी बेहतर ढंग से पनप सकते हैं। लेकिन फिर भी गांधीजी राजनीति और धर्मों के मेल-जोल का कड़ाई से पालन करने में विश्वास करते थे। उन्होंने इसे शरीर में आत्मा जितना ही महत्वपूर्ण माना था। उन्होंने कहा था कि धर्म के बिना राजनीति एक भ्रष्ट आत्मा के समान है। गांधी जी राजनीति में धर्म और नैतिकता को सर्वोच्च स्थान पर रखा और प्रत्येक राजनेता के लिए इसी ढांचे में काम करना अनिवार्य बताया। वह राजनीति का अंतिम उद्देश्य मानव जाति के पूर्ण कल्याण का माध्यम मानते हैं और इसलिए इसमें हिंसा, क्रूरता, अन्याय और उत्पीड़न के लिए कोई जगह नहीं है। गांधीजी का धर्म सिर्फ मंदिर, मस्जिद या गुरुद्वारे में पूजा करने तक ही सीमित नहीं है, बल्कि यह नैतिकता और मानवता पर आधारित है।

धर्म को अफीम की गोली तक बताकर उसे त्याज्य कहा गया था। लेकिन गांधी जी ने स्पष्ट घोषणा की कि धर्म के बिना राजनीति पाप है। उन्होंने राजनीतिक के प्रचलित मूल्यों को अस्वीकार किया और राजनीतिक में धार्मिक

तथा आध्यात्मिक मूल्यों को स्थापित करने के प्रयास किए। वे धर्म और राजनीतिक को पृथक नहीं मानते थे। उन्होंने कहा कि "जो यह कहते हैं कि धर्म का राजनीतिक के साथ कोई सम्बंध नहीं है वे यह नहीं जानते कि धर्म का क्या अर्थ है। धर्म से पृथक कोई राजनीतिक नहीं हो सकती। धर्म से पृथक राजनीति तो मृत्यु जाल है क्योंकि यह आत्मा का हनन करती है।"

गांधी जी ने राजनीति में प्रवेश कर राजनीति में नीति के महत्व का प्रतिपादन किया। उन्होंने कहा कि "यदि मैं राजनीति में भाग लेता हूं तो केवल इसलिए कि राजनीति हमें एक सांप की भांति चारों ओर से घेरे हुए है, मैं इस सर्प से लड़ना चाहता हूं।" पहले तो राजनीति झूठ, फरेब, प्रपंच और कूटनीति मानी जाती थी। गांधीजी पहले व्यक्ति थे, जिन्होंने राजनीति को सच बोलना सिखाया। उनका कहना था कि जब राजनीति नैतिकता से विलग हो जाती है तो वह कीचड़ बन जाती है। वह इस बात का पता लगाता है कि धर्म के बिना राजनीति कुछ लोगों के स्वार्थों को पूरा करने का एक माध्यम बन जाती है, और इसके द्वारा लोकतंत्र के कैनवास पर एक स्वायत्तता विकसित होती है, आम लोगों के प्रतिनिधि सार्वजनिक कल्याण की कीमत पर अपने हितों पर ध्यान देना शुरू कर देते हैं। कुर्सी पर बैठे राजनेता पार्टी के लिए कमाई करते हैं। और गंदी राजनीति का प्रतीक तब सामने आता है जब वे सार्वजनिक कल्याण और जिम्मेदारियों के नाम पर अपने लाभ के लिए नए कानून बनाते हैं।

महात्मा गांधी जी ने राजनीति में धर्म की अनिवार्यता सिद्ध की है तो वर्तमान में धार्मिक संस्थाओं में कहा तो यह जाता है कि मंदिर, मस्जिद और गुरुद्वारों आदि में राजनीति नहीं होनी चाहिए, वास्तव में कुछ राजनीतिक व्यक्ति इन संस्थाओं में अपना वर्चस्व बनाने के लिए इनका प्रयोग अपनी राजनीतिक रोटियां सेकने के लिए करते हैं, जो सर्वथा अनुचित है।

प्रस्तुत अंक में अन्य स्थायी स्तम्भों के साथ-साथ विशेष रूप से हाल ही में संपन्न लोकसभा के चुनावों और लोकसभा के गठन संबंधी लेखों को भी स्थान दिया गया है।

शेष फिर

राकेश शर्मा निशीथ ■■

Presented by

THE CREATIVEART

The Silent STROKE

CURRENT AFFAIRS | MAY-JUNE 2024

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

Chief editor :
RAKESH SHARMA 'NISHEETH'

Editor (Hindi)
NARENDRA TYAGI

Designing Team
SHIVANGI TYAGI

Edition
May - June 2024

© The Creativeart

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

Published by:
THE CREATIVEART

Cover photo courtesy:

Press :
Images Press, Daryaganj,
Delhi-110002

जरूरी सूचना : 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।

The CREATIVEART
Big ideas, Great results

A-3, Ground Floor, Dayal Bagh,
Surajkund, Sector 39, Faridabad (HR)
Contact: 9990753336,
Mail: thesilentstroke@gmail.com

WWW.THECREATIVEART.IN

विषय सूची

सम्पादकीय-1

लेख-3 - 21 : विश्व का सबसे बड़ा लोकतांत्रिक पर्व-3 | संसद में महिलाओं का प्रतिनिधित्व: सोचनीय स्थिति-6 | लू: एक चुनौती-8 | विश्व मजदूर दिवस-12 | मतदान और महिलाएँ-14 | मोबाइल का बढ़ता चस्का-15 | जल संरक्षण, जन जरूरत-16 | उत्तराखंड : बिजली से आय एक घाटे का सौदा-19

लघुकथा-22 - 23 : बेदम | फेसबुक फ्रेंड

कविताएँ/गजल-24 - 28

सहानुभूति | मतदान: राजनीति का अखाड़ा | किराये का घर | प्रियतम आ जाओ...! | बिन पानी सब सूख | गजल | दर्द का एहसास

यात्रा वृत्तान्त : भारतीय भावना से जुड़ा श्रीलंका-29

स्वास्थ्य : सीजोफ्रेनिया : एक मानसिक रोग-34

Peaceful: Uses of Radioactive Materials in India-39

व्यंग्य : स्कूलों का गला कटाई उपक्रम-44

व्यक्तित्व : मजरूह सुलतानपुरी-45

संस्थान : देश हमें देता है सबकुछ, हम भी तो...-48

बाल कहानी/पर्यावरण : एक थी चुलबुली-50



राकेश शर्मा
"निशीथ"



प्रदीप बालियान



संजू पाठक



संजय वर्मा



अंकुर सिंह



डॉ. शंकर सिंह



सपना चन्द्रा



अशोक वाधवाणी



पूर्वा शर्मा



नीतू सिंह राय



अनुपमा अनुश्री



सुरेन्द्र सोनी



व्यग्र पाण्डे



शारंग अस्थाना



डॉ. एल.सी. जैदिया



विनीत 'अशक'



नीलमणि शर्मा



आकांक्षा शर्मा



पी.के. भटनागर



रेखा शाह आरवी



प्रदीप बालियान

उप-संपादक,
मनोरमा इयर बुक
नई दिल्ली



विश्व का सबसे बड़ा लोकतांत्रिक पर्व

विश्व का सबसे बड़ा लोकतांत्रिक पर्व छिटपुट हिंसा के बीच सम्पन्न हो गया। 18वीं लोकसभा का चुनाव सात चरणों में हुआ। 46 दिन की यह प्रक्रिया 1952 के बाद से सबसे लंबी थी। लोकसभा की 542 सीट पर लगभग 65.14 प्रतिशत मतदान हुआ। सूरत की सीट भारतीय जनता पार्टी ने निर्विरोध जीती। लोकसभा में दलवार स्थिति इस प्रकार है -

लोकसभा में दलवार स्थिति

दल का नाम

सीट

भारतीय जनता पार्टी	240
भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस	99
समाजवादी पार्टी	37
तृणमूल कांग्रेस	29
द्रविड़ मुन्नेत्र कड़गम	22
तेलगुदेसम पार्टी	16
जनता दल (एकीकृत)	12
शिवसेना (उद्धव बालासाहेब ठाकरे)	9
राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी (शरद पवार)	8
शिवसेना	7
लोक जनशक्ति पार्टी (रामविलास)	5
युवजन श्रमिक रायथू कांग्रेस पार्टी	4
राष्ट्रीय जनता दल	4

मार्क्सवादी कम्युनिस्ट पार्टी	4
इंडियन यूनियन मुसलिम लीग	3
आम आदमी पार्टी	3
झारखंड मुक्ति मोर्चा	3
जनसेना पार्टी	2
भाकपा (माले) (लिबरेशन)	2
जनता दल (सेक्युलर)	2
विदुथलाई चिरुथैगल काची	2
भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी	2
राष्ट्रीय लोक दल	2
नैशनल कांफ्रेंस	2
यूनाइटेड पीपुल्स पार्टी, लिबरल	1
असम गण परिषद	1
हिंदुस्तानी आवाम मोर्चा (सेक्युलर)	1
केरल कांग्रेस	1
रिवोल्यूशनरी सोशलिस्ट पार्टी	1
राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी	1
शिरोमणि अकाली दल	1
राष्ट्रीय लोकतांत्रिक पार्टी	1
भारत आदिवासी पार्टी	1
सिक्किम क्रांतिकारी मोर्चा	1

मरुमलाचीं द्रविड़ मुनेत्र कडगम	1
आजाद समाज पार्टी (कांशीराम)	1
अपना दल (सोनेलाल)	1
आजसू पार्टी	1
एआइएमआइएम	1
निर्दलीय	9

पिछली दो बार के विपरीत इस बार भाजपा अपने दम पर बहुमत के लिए आवश्यक 272 सीट जीतने में सफल नहीं हुई। इस प्रकार वह लगातार तीन बार बहुमत प्राप्त करने के जवाहर लाल नेहरू के रिकार्ड की बराबरी नहीं कर सकी। लेकिन भाजपा इस बात पर संतोष कर सकती है कि चुनाव पूर्व गठबंधन के आधार पर एनडीए के सांसदों की संख्या 293 तक पहुंच गई। दूसरी तरफ आई एन डी आई ए 232 सीट ही जीत सका। 99 सीट जीतकर कांग्रेस इस गठबंधन की सबसे बड़ी पार्टी तो बन गई लेकिन सत्ता तक पहुंचने का उसका सपना इस बार भी सपना ही रह जाएगा। दोनों गठबंधनों के अलावा 18 अन्य भी किसी दल या निर्दलीय के रूप में निर्वाचित हुए।

यद्यपि एनडीए ने सरकार बनाने के लिए आवश्यक बहुमत से अधिक सीटें जीती हैं लेकिन इस तरह के कयास सरकार बनने से पहले ही लगने लगे हैं कि गठन के बाद सरकार कार्यकाल पूरा कर पाएगी या नहीं। गठबंधन के दो प्रमुख घटकों जनता दल एकीकृत और तेलगु देसम के नेताओं की बार-बार पाला बदलने की प्रवृत्ति के कारण इस तरह के कयासों को बल मिला है। सरकार यदि कार्यकाल पूरा भी कर लेगी तो सहयोगी दलों के दबाव में भाजपा समान नागरिक संहिता, एक राष्ट्र एक चुनाव, एनआरसी, आर्थिक सुधारों जैसे वादे शायद ही पूरे कर पाए।

महिलाओं का प्रतिनिधित्व घटा

इस बार लोकसभा के लिए कुल 73 महिलाएं चुनी गईं जबकि 2019 के आम चुनाव में 78 महिलाएं चुनी गई थीं। देश भर से चुनी गई कुल महिला सांसदों में से 11 महिलाओं के साथ पश्चिम बंगाल सबसे आगे है। चुनाव कुल 797 महिला उम्मीदवारों ने लड़ा था जिसमें भाजपा ने सबसे अधिक 69 और कांग्रेस ने 41 महिलाओं को टिकट दिया था। संसद में महिला आरक्षण विधेयक पारित होने के बाद यह पहला चुनाव है। इस कानून में लोकसभा और राज्य विधानसभाओं में महिलाओं के लिए एक तिहाई सीटें आरक्षित करने का प्रावधान है। यह कानून अभी लागू नहीं हुआ है।

निर्वाचन आयोग के आंकड़ों के विश्लेषण के अनुसार इस बार भाजपा की 30 महिला उम्मीदवारों ने लोकसभा चुनाव जीता, कांग्रेस की 14, तृणमूल कांग्रेस की 11, समाजवादी पार्टी की चार, द्रमुक की तीन और जनता दल (एकी) एवं लोजपा (आर) की दो-दो महिला उम्मीदवार जीतीं। सत्रहवीं लोकसभा में महिला सांसदों की संख्या सबसे अधिक 78 थी, जो कुल संख्या का 14 प्रतिशत थी। 16वीं लोकसभा में 64 महिलाएं चुनी गई थीं जबकि 15वीं लोकसभा में यह संख्या 52 थी।

भाजपा की हेमा मालिनी, तृणमूल की महुआ मोइत्रा, राकांपा (शरदचंद्र पवार) की सुप्रिया सुले और समाजवादी पार्टी की डिंपल यादव ने लोकसभा चुनाव में अपनी सीट बरकरार रखीं जबकि कंगना रनौत और मीसा भारती जैसी उम्मीदवारों ने अपनी जीत से सबका ध्यान आकर्षित किया। मछली शहर से समाजवादी पार्टी की 25 वर्षीय उम्मीदवार प्रिया सरोज और कैराना सीट से 29 वर्षीय इकरा चौधरी जीत हासिल करने वाली सबसे कम उम्र की महिलाओं में शामिल हैं।

फिल्मी सितारे

लंबे समय से फिल्मी सितारों और भारतीय राजनीति का गहरा नाता रहा है। सिनेमा जगत के नरगिस, सुनील दत्त, राजेश खन्ना, विनोद खन्ना, अमिताभ बच्चन और मुनमुन सेन जैसे चेहरे भी एक समय राजनीति में उतर चुके हैं। रामायण में सीता का किरदार निभा चुकीं दीपिका चिखलिया, रावण का किरदार अदा करने वाले अरविंद त्रिवेदी और महाभारत में कृष्ण के रूप में लोकप्रिय हुए नीतीश भारद्वाज भी निचले सदन के सदस्य रह चुके हैं। दक्षिण भारत में भी एनटी रामा राव, एमजी रामचंद्रन और जे जयललिता जैसे राजनेता अभिनय की दुनिया से ही सियासत में आए थे। इनके अलावा कमल हासन, विजय, प्रकाश राज, भगवंत मान, परेश रावल, उर्मिला मातोंडकर, गोविंदा और किरण खेर जैसे अभिनय से जुड़े लोग भी राजनीति में सक्रिय रहे हैं।

इस चुनाव में भी फिल्मी दुनिया के कई प्रसिद्ध सितारे मैदान में थे। मतदाताओं ने कई नए तो कई पुराने सितारों को चुना है। इनमें पहली बार सांसद बनने वाले कंगना रनौत और अरुण गोविल से लेकर तीसरी बार संसद बने हेमा मालिनी और मनोज तिवारी तक शामिल हैं। मशहूर अभिनेत्री कंगना रनौत ने अपने गृह राज्य हिमाचल प्रदेश के

मंडी संसदीय क्षेत्र से पहला चुनाव जीता है। इसी तरह नब्बे के दशक के अत्यधिक लोकप्रिय धारावाहिक रामायण में राम का किरदार निभाकर मशहूर हुए अरुण गोविल को भाजपा ने पहली बार चुनाव में उतारा था। मेरठ लोकसभा सीट से उन्होंने समाजवादी पार्टी की सुनीता वर्मा को हराया है। मशहूर अभिनेत्री हेमा मालिनी लगातार तीसरी बार मथुरा से निर्वाचित हुई हैं।

भोजपुरी अभिनेता और गायक मनोज तिवारी ने उत्तर पूर्वी दिल्ली सीट से कांग्रेस के कन्हैया कुमार को पराजित किया है। वे भी इस सीट से लगातार तीसरी बार भाजपा सांसद के रूप लोकसभा पहुंचे हैं। भोजपुरी सिनेमा जगत के एक और मशहूर कलाकार रवि किशन उत्तर प्रदेश के गोरखपुर से समाजवादी पार्टी की काजल निषाद को हराकर दूसरी बार लोकसभा पहुंचे हैं। केरल में अभिनेता सुरेश गोपी ने त्रिशूर सीट पर पहली बार जीत दर्ज की। पश्चिम बंगाल की आसनसोल संसदीय सीट से तृणमूल कांग्रेस के उम्मीदवार और दिग्गज अभिनेता शत्रुघ्न सिन्हा ने अपने निकटतम प्रतिद्वंद्वी भाजपा के एसएस अहलूवालिया को शिकस्त दी है। उन्होंने 2022 में तृणमूल कांग्रेस के टिकट पर ही आसनसोल लोकसभा उपचुनाव में जीत हासिल की थी। टेलीविजन अभिनेत्री और भाजपा सांसद स्मृति ईरानी उत्तर प्रदेश के अमेठी से कांग्रेस प्रत्याशी किशोरी लाल शर्मा से हार गई। सांसद और अभिनेता दिनेश लाल यादव निरहुआ भी इस बार चुनाव जीतने में असफल रहे।

अभिनेता और जनसेना पार्टी के प्रमुख पवन कल्याण ने आंध्र प्रदेश की पिथापुरम विधानसभा सीट पर वाईएसआर कांग्रेस की वी गंगा को पराजित किया है। बांग्ला फिल्मों में अभिनय करते हुए राजनीति में आई तृणमूल कांग्रेस उम्मीदवार जून मलिया ने मेदिनीपुर निर्वाचन क्षेत्र में कड़े मुकाबले में भाजपा की अग्निमित्रा पाल को हराया। बांग्ला फिल्म और टेलीविजन की अभिनेत्री सायनी घोष ने पश्चिम बंगाल की जादवपुर सीट से भाजपा के अनिर्बान गांगुली को हराया। सायनी को इस बार अभिनेत्री मिमी चक्रवर्ती की जगह टिकट दिया गया था जो 2019 के चुनाव में तृणमूल कांग्रेस के टिकट पर जीती थीं। पश्चिम बंगाल के वीरभूम में तृणमूल कांग्रेस की तीन बार की सांसद और अभिनेत्री शताब्दी राय ने भाजपा के देबतनु भट्टाचार्य को हराया। हुगली से अभिनेत्री रचना

बनर्जी ने भाजपा उम्मीदवार और अभिनेत्री लाकेट चटर्जी को पराजित किया। सांसद के रूप में यह रचना बनर्जी का पहला कार्यकाल होगा। तृणमूल कांग्रेस के देव अधिकारी ने घाटल में अभिनेता और भाजपा के हिरन चटर्जी को हराया। देव अधिकारी तीसरी बार संसद पहुंचे हैं।

नए चेहरे

इस बार संसद में 280 नए चेहरे आए हैं। ये पहली बार निर्वाचित हुए हैं जबकि 2019 में 267 सदस्य पहली बार निर्वाचित हुए थे। नवनिर्वाचित 263 सांसद पहले भी लोकसभा सांसद रहे हैं। 16 राज्यसभा के सदस्य रह चुके हैं। एक सदस्य तो आठवीं बार संसद पहुंचा है। इस बार 53 मंत्रियों ने चुनाव लड़ा जिनमें से 35 ही जीत सके।

अंत में,

यह कहना अतिशयोक्ति नहीं होगी कि यह भारत का एकमात्र चुनाव है जिससे कमोबेश सभी खुश हैं। जबरदस्त प्रचार और संविधान एवं लोकतंत्र बचाने के लिए लड़ रहा कांग्रेस के नेतृत्व वाला आईएनडीआईए हार के बावजूद बेहद खुश है क्योंकि उसे लगता है कि उसने मोदी का विजय रथ रोक दिया। यह बात अलग है कि अब तक संविधान को सबसे अधिक बार कांग्रेस ने ही बदला है और देश पर आपातकाल थोपकर लोगों के मूल अधिकारों को कुचलने का पाप भी कांग्रेस के ही नाम दर्ज है।

चुनाव आयोग इसलिए खुश है कि वह इतना बड़ा चुनाव सफलतापूर्वक सम्पन्न करवा सका। इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन इसलिए खुश है कि अंत में उसकी इज्जत बच गई हालांकि चुनाव से पहले और चुनाव के दौरान भी विपक्ष ने उसकी और चुनाव आयोग की इज्जत लूटने में कोई कसर नहीं छोड़ी। एनडीए इसलिए खुश है कि उसने चुनाव में स्पष्ट बहुमत हासिल कर लिया। भाजपा भी कुछ हद तक खुश है कि लगातार तीसरी बार उसके नेतृत्व में केंद्र में सरकार बनने जा रही है लेकिन अपने दम पर सरकार बनाने के लिए आवश्यक 270 सीट नहीं ला पाने का गम भी उसे जरूर है। शायद इसलिए हारने वाले पहली बार अधिक खुश हैं और जीतने वाले दुखी हैं।

■ ■

संसद में महिलाओं का प्रतिनिधित्व सोचनीय स्थिति

प्रस्तुति : द साइलेंट स्ट्रोक

एक फ्रांसीसी लेखक ने कहा है, "यदि किसी समाज के विकास का अनुमान लगाना है, तो उस समाज में महिलाओं की भागीदारी को देखना आवश्यक है।" भारतीय राजनीति में महिलाओं की भूमिका महत्वपूर्ण रही है। वर्ष 1885 से लेकर वर्ष 1947 अर्थात् देश आजाद होने तक महिलाओं ने देश के लिए विभिन्न क्षेत्रों में अपना महत्वपूर्ण योगदान दिया है। आजादी के लिए विद्रोह में झांसी की रानी लक्ष्मीबाई और बेगम हज़रत महल जैसी वीरांगनाओं ने उल्लेखनीय योगदान दिया। वर्ष 1857 की क्रांति के बाद भारत में हो रहे परिवर्तनों ने नवजागरण की पृष्ठभूमि तैयार की। उस पृष्ठभूमि पर 19वीं शताब्दी के विभिन्न सुधार एवं पुनरुत्थान आंदोलनों ने समाज में व्याप्त कुरीतियों को दूर करने का प्रयास किया।

महिलाओं की दशा सुधारने के लिए राजा राममोहन राय, ईश्वरचंद्र विद्यासागर, स्वामी विवेकानंद, ज्योतिबा फुले, सावित्रीबाई फुले, फातिमा शेख, ताराबाई शिंदे, स्वामी दयानंद सरस्वती, पंडिता रमाबाई, जैसे अनेक समाज सुधारकों ने आन्दोलन चलाया। इन सब के प्रयासों के कारण और आधुनिक मूल्यों और शिक्षा के प्रचार-प्रसार से रुढ़िवादी मान्यताएं टूटने लगी थी। समाज के बंधन ढीले पड़े और स्त्रियों की दुनिया को घर-गृहस्थी के बाहर नया विस्तार मिला। महिलाओं में जागरूकता आई और वह अपने अधिकारों के प्रति पहले से अधिक सचेत हुईं और वे अपने

अधिकारों के लिए स्वतंत्रता आंदोलन में सक्रिय भागीदारी निबाहने लगीं।

वर्ष 1885 में भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस की स्थापना से महिलाओं को एक राजनीतिक मंच मिला। कांग्रेस की स्थापना के कुछ वर्षों के भीतर ही महिलाएं इसके अधिवेशनों में भाग लेने लगीं थीं। वर्ष 1889 में कांग्रेस के बंबई अधिवेशन में दस महिला प्रतिनिधियों ने भाग लिया। हालांकि इस अधिवेशन में उन्हें प्रस्तावों पर बोलने और मत देने की आज्ञा नहीं दी गई, फिर भी इसने भविष्य में होने वाले अधिवेशनों में उनकी और अधिक सक्रिय भागीदारी का रास्ता खोल दिया।

वर्ष 1890 के कोलकाता अधिवेशन में स्वर्ण कुमारी घोषाल और श्रीमती कादम्बिनी गांगुली ने न सिर्फ इसमें भाग लिया बल्कि उन्होंने अधिवेशन को संबोधित भी किया। वर्ष 1905-06 के बंग-भंग आन्दोलन के दौरान बहुत बड़ी संख्या में स्त्रियों की भागीदारी देखी गई। गांधीजी ने 15 अप्रैल 1917 को चंपारण की धरती पर अपना पहला कदम रखा। गांधीजी के आह्वान पर महिलाओं ने न केवल शांतिपूर्ण आन्दोलनों में सक्रिय भाग लिया, बल्कि क्रान्तिकारी गतिविधियों में भी सक्रिय भूमिका निभाई। 1920 के बाद भारतीय महिलाओं ने अपने लक्ष्यों की प्राप्ति के लिए विभिन्न संगठन स्थापित करना शुरू कर दिया जिसके कारण राजनीतिक क्षेत्रों में उनकी और अधिक सक्रियता नज़र आने लगी थी।

महिलाओं के आन्दोलनों में दोनों तरह के आयाम देखने को मिलते हैं, एक तरफ तो उन्होंने गांधीजी की अहिंसावादी नीति का अनुसरण किया लेकिन दूसरी तरफ क्रांति के मार्ग को भी अपनाया। अनेक ऐसी वीरांगनाएं थीं, जिन्होंने निडरता के साथ क्रांतिकारी गतिविधियों में अपना योगदान दिया था। आज़ाद हिन्द फ़ौज की महिला रेजिमेंट को 'झाँसी की रानी रेजिमेंट' का नाम दिया गया। आज़ाद हिन्द फ़ौज, 1942 में, भारतीय राष्ट्रीयवादियों द्वारा दक्षिण-पूर्व एशिया में जापानी सहायता से औपनिवेशिक भारत को ब्रिटिश राज से आज़ादी दिलवाने के उद्देश्य से बनायी गयी थी।

स्वतंत्रता आंदोलन में महिलाओं ने राष्ट्रवादियों को विविध प्रकार से प्रोत्साहन भी दिया। बारदोली सत्याग्रह के दौरान सरदार वल्लभभाई पटेल को 'सरदार' की उपाधि वहाँ की महिलाओं ने ही दी थी। सुचेता कृपलानी पहली महिला मुख्यमंत्री बनीं। विजयलक्ष्मी पंडित ने संयुक्त राष्ट्र संघ में भारत का प्रतिनिधित्व किया। इंदिरा गांधी देश की पहली महिला प्रधान मंत्री बनीं। भारत में प्रथम महिला राष्ट्रपति श्रीमती प्रतिभा देवी बनीं। वर्तमान में भी भारत की राष्ट्रपति मुर्मु हैं।

संविधान में महिलाओं की स्थिति

भारतीय संविधान में महिलाओं को व्यापक अधिकार दिए गए हैं लेकिन भारतीय राजनीति में महिलाओं के लिए वर्ष 1992 मील का पत्थर साबित हुआ, जब 73वाँ संविधान संशोधन हुआ। इसके मुताबिक देश में ग्राम पंचायत चुनाव में एक तिहाई पद महिलाओं के लिए आरक्षित किए गए और 74वें संविधान संशोधन द्वारा इसे स्थानीय या नागरिक निकायों में भी महिलाओं के राजनीतिक प्रतिनिधित्व को बढ़ाने के लिए लागू कर दिया गया।

संविधान (106वाँ संशोधन) अधिनियम, 2023, विधेयक लोकसभा, राज्य विधानसभाओं और दिल्ली विधानसभा में महिलाओं के लिये एक-तिहाई सीटें आरक्षित करता है। यह लोकसभा और राज्य विधानसभाओं में अनुसूचित जाति तथा अनुसूचित जनजाति के लिये आरक्षित सीटों पर भी लागू होगा। जनगणना के आधार पर महिलाओं के लिये सीटें आरक्षित करने हेतु परिसीमन किया जाएगा। आरक्षण 15 वर्ष की अवधि के लिये प्रदान किया जाएगा। प्रत्येक परिसीमन प्रक्रिया के बाद महिलाओं

के लिये आवंटित सीटों का चक्रण संसदीय कानून द्वारा नियंत्रित किया जाएगा। यह वर्ष 2029 से लागू होना है।

18वीं लोकसभा चुनाव में महिलाएं

लोकसभा चुनाव 2024 में कुल 797 महिला उम्मीदवारों ने नामांकन दर्ज किया था। लोकसभा चुनाव 2024 में 274 निर्दलीय महिला उम्मीदवार थीं। इस साल कुल 8,337 उम्मीदवारों ने लोकसभा चुनाव 2024 के लिए नामांकन किया था। इस हिसाब से कुल 9.6 प्रतिशत महिला उम्मीदवार शामिल रहीं। भाजपा ने लोकसभा चुनाव 2024 में कुल 69 महिला उम्मीदवारों को मौका दिया था। वहीं कांग्रेस ने कुल 41 महिला उम्मीदवारों को चुनावी मैदान में उतारा था। वहीं तमिलनाडु की नाम तमिलर काची पार्टी ने लोकसभा चुनाव 2024 में कुल 40 में से 20 सीट महिला उम्मीदवारों को दी। एलजेपी और एनसीपी ने 40 प्रतिशत महिला उम्मीदवारों को मौका दिया था। आरजेडी ने 29 प्रतिशत, सपा ने 20 प्रतिशत और टीएमसी ने 25 प्रतिशत, सीपीआई ने 7 प्रतिशत, जेडीयू ने 13 प्रतिशत, शिवसेना ने 13 प्रतिशत, झामुमो और बीजद ने 33 प्रतिशत, डीएमके ने 14 प्रतिशत, टीडीपी ने 6 प्रतिशत, बीआरएस ने 6 प्रतिशत और एनसीपी-एसपी ने 8 प्रतिशत महिला उम्मीदवारों को चुनावी मैदान में उतारा था।

संसद में महिलाएं

लोकसभा चुनाव में महिलाओं की भागेदारी को लेकर हमेशा से सवाल उठाए जाते रहे हैं। 17वीं लोकसभा (2019-2024) के कुल सदस्यों में से लगभग 14 प्रतिशत महिलाएँ थीं। 18वीं लोकसभा चुनाव लड़ने वाली महिलाओं की संख्या में मामूली वृद्धि हुई है। लोकसभा चुनाव में 240 सीटों पर जीत दर्ज करने वाली भाजपा के 30 महिला उम्मीदवारों ने चुनाव में जीत हासिल की है, जबकि 99 सीट हासिल करने वाली कांग्रेस से 14 महिलाएं चुनाव में विजयी हुई हैं। 37 सीटें प्राप्त करने वाली सपा से पांच महिला प्रत्याशियों ने चुनाव में जीत हासिल की। जबकि 29 सीट जीतने वाली टीएमसी से 11 महिला सांसद विजयी होकर आईं।

संसद में महिलाओं का प्रतिशत

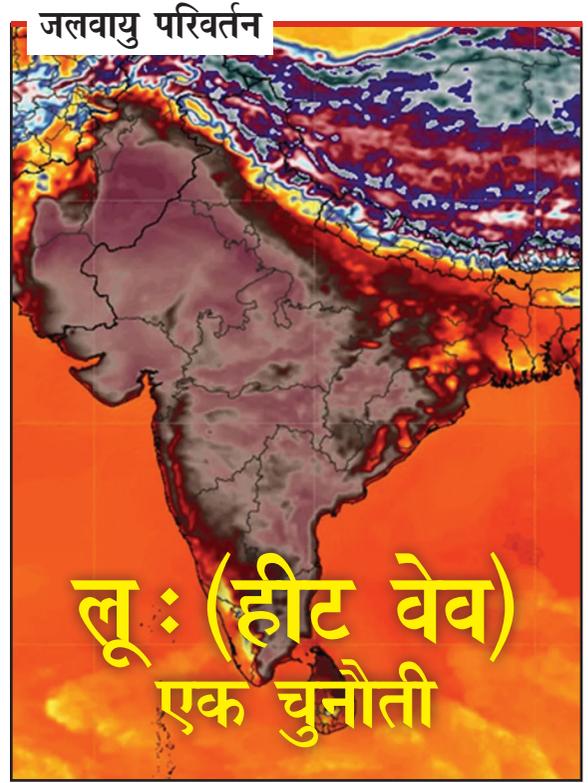
देश के पहले चुनाव से लेकर अब तक के आम चुनाव में संसद में महिलाओं के प्रतिनिधित्व में काफी उतार-चढ़ाव देखने को मिला है। संसद में महिला सांसदों का वर्षवार

प्रतिशत इस प्रकार रहा – वर्ष 1952 में 4.4 प्रतिशत, वर्ष 1957 में 5.4 प्रतिशत, वर्ष 1962 में 6.7 प्रतिशत, वर्ष 1967 में, 5.9 प्रतिशत, वर्ष 1971 में 4.2 प्रतिशत, वर्ष 1977 में 3.4 प्रतिशत, वर्ष 1980 में 5.1 प्रतिशत, वर्ष 1984 में 8.1 प्रतिशत, वर्ष 1989 में 5.3 प्रतिशत, वर्ष 1991 में 07 प्रतिशत, वर्ष 1996 में 7.4 प्रतिशत, वर्ष 1998 में 08 प्रतिशत, वर्ष 1999 में 8.8 प्रतिशत, वर्ष 2004 में 8.1 प्रतिशत, वर्ष 2009 में 0.9 प्रतिशत, वर्ष 2014 में 1.2 प्रतिशत और वर्ष 2019 में 14 प्रतिशत और वर्ष 2024 में 13.5 प्रतिशत ।

राज्यसभा में वर्ष 2014 में महिला सदस्यों की सर्वाधिक संख्या 31 थी । वर्तमान में उच्च सदन में महिला सदस्यों की संख्या 32 है। वर्ष 2024 के चुनाव में 73 महिलाएं जीत कर देश की संसद में पहुंची है । पिछली लोकसभा के मुकाबले इस बार महिलाओं के प्रतिनिधित्व बढ़ने के बजाय बजाय कम ही हुई है । पिछले आम चुनाव वर्ष 2019 में 78 महिलाएं निर्वाचित हुई थी । इस प्रकार यह देश की आधी आबादी के लिए अनुपात कम ही है ।

आजादी के 75 साल बाद देश के संसद में महिलाओं की भागेदगारी में कितनी वृद्धि हुई है? महिलाओं को आरक्षण मिलने के बावजूद भी उन्हें संसद की भागेदगारी के लिए कितना मौका दिया जा रह है । यह सब कुछ देश के विकास और महिलाओं की सशक्तिकरण के लिए बहुत मायने रखता है। वर्ष 2024 के लोकसभा उम्मीदवार के आंकड़ों के अनुसार लगभग 49 प्रतिशत भारतीय मतदाता महिलाएं हैं। वोटिंग में पुरुषों को पीछे छोड़ महिलाएं आगे निकल रहीं हैं । वर्ष 2024 के आम चुनाव में कुल 96.80 करोड़ पंजीकृत मतदाताओं में 47.1 करोड़ महिलाएं और 59.7 करोड़ पुरुष मतदाता थे। इनमें से 31 करोड़ 20 लाख महिलाओं ने मतदान किया। लेकिन जब उन्हें राष्ट्रीय स्तर पर राजनीतिक प्रतिनिधित्व देने की बात आती है तो उन्हें नजरअंदाज कर दिया जाता है । आवश्यकता इस ओर ध्यान देने की है तभी हम कह पाएंगे कि भारत में वास्तविक रूप में महिलाओं के सशक्तिकरण की केवल बात ही नहीं की जा रही है, बल्कि इस दिशा में आवश्यक कदम भी उठाए जा रहे हैं ।

■ ■



आसमान से आग बरस रही है। जंगल से लेकर इंसान तक इसमें जल रहे हैं। बच्चों और बुजुर्गों पर तो सबसे अधिक कहर बरस रहा है। प्रत्येक वर्ष 1,53,078 मौतें हीटवेव से होती हैं । एशिया में सबसे अधिक हीटवेव से मौतें होती हैं। तीन दशकों में हीटवेव से 45,92,326 लोग मारे गए। भारत में 31,748 मौतें हीटवेव से सालाना होती है। दुनिया की कुल मौतों का 20.7 प्रतिशत है। लू से दुनिया की हर पांचवी मौत भारत में हो रही है। लांसेट प्लैनेटरी हेल्थ मैगजीन के अनुसार वर्ष 2000 से 2019 तक दक्षिण एशिया में गर्म मौसम के कारण सालाना औसतन एक लाख दस हजार लोगों की जान गई। भारतीय मौसम विभाग के अनुसार वर्ष 2000 से 2019 के बीच हर साल औसतन 24 दिन हीटवेव वाले रहे। इससे पहले के 20 वर्षों में यह आंकड़ा 10 दिनों का था। वहीं साल 2010 से 2019 तक गर्म मौसम से करीब 30 प्रतिशत अधिक मौतें हुई ।

लू (हीट वेव) है क्या?

उत्तर भारत में गर्मियों के दिनों में उत्तर पूर्व और पश्चिम से पूर्व की ओर की दिशा में भीषण गर्म और शुष्क हवाएं चलती हैं। इनको ही लू कहते हैं। इस तरह की गर्म हवाएं आमतौर पर मार्च से जून तक चलती हैं। इंडियन

मेट्रोलाॉजिकल डिपार्टमेंट ने लू के लिए कुछ मानदंड तय किए हैं। ये इस प्रकार हैं - लू के लिए सबसे पहले जरूरी है कि मैदानी इलाकों में तापमान 40 डिग्री सेल्सियस और पहाड़ी इलाकों में तापमान 30 डिग्री सेल्सियस होना चाहिए। हालांकि यही हीटवेव के लिए जरूरी शर्त नहीं है। किसी जगह का तापमान अगर 40 डिग्री सेल्सियस से कम या बराबर है, तो हीटवेव उससे 4 से 5 डिग्री सेल्सियस ज्यादा रहने पर ही माना जाएगा, जबकि 7 डिग्री सेल्सियस तापमान ज्यादा रहने पर भीषण हीटवेव मानी जाएगी; इसके अलावा किसी भी तरह का अधिकतम तापमान अगर 45 डिग्री सेल्सियस पहुंच जाता है, तो उसे हर हाल में हीटवेव माना जाएगा; किसी भी जगह पर औसत तापमान दो दिन तक लगातार 45 डिग्री सेल्सियस से ऊपर चला जाए, तो उसे हम हीटवेव कहते हैं; अगर वह 47 डिग्री सेल्सियस से ऊपर चला जाता है, तो उसे सीवियर हीटवेव कंडीशन कहते हैं।

हीट वेव का कारण

जलवायु परिवर्तन पर अंतर-सरकारी पैनल (आईपीसीसी) के अनुसार जब तापमान में 1 डिग्री सेल्सियस की बढ़ोतरी होती है, तो हीट वेव की आवृत्ति (आने की दर), समय और प्रभाव में कम से कम दोगुना का हो जाता होता है। यही कारण है कि हाल के वर्षों में हीट वेव आने की दर बढ़ गई है। पहले झारखंड, ओडिशा, छत्तीसगढ़, बिहार, बंगाल, महाराष्ट्र जैसे राज्य ही इसकी चपेट में आते थे, लेकिन अब तेलंगाना, उत्तरी कर्नाटक जैसे इलाके भी मार्च-अप्रैल से ही बेहिसाब गरमी झेलने को मजबूर है।

भारत में हीट वेव का कारण ग्लोबल वार्मिंग है। वनों की कटाई और औद्योगिक गतिविधियों के कारण पृथ्वी के औसत तापमान में दीर्घकालिक वृद्धि है। वनों की कटाई, मरुस्थलों का बढ़ना, हवा में गर्मी रोकने वाली गैसों की बढ़ती मात्रा, जीवाश्म ईंधन, उद्योग, खेती से निकले कार्बन और मीथेन, सूर्य का अस्थिर ऊर्जा उत्पादन, बदलती महासागरी धाराएं गर्मी के अनेक कारणों में से कुछेक हैं। कंक्रीट के जंगल शहरी इलाकों का तापमान आसपास के ग्रामीण इलाकों के मुकाबले 2 डिग्री सेल्सियस तक बढ़ा देते हैं। इसके चलते एसी, फ्रिज वगैरह का इस्तेमाल बढ़ता है। अधिक बिजली की खपत मौसम का संतुलन बिगाड़ती है।

लू लगने पर क्या होता है?

अब की हीटवेव और पुराने जमाने की लू में बहुत फर्क है। हीटवेव में गर्मी और उमस दोनों साथ में बढ़ रही है। लू लगने से शरीर में सबसे पहले नमक और पानी की कमी हो जाती है। पसीने के रूप में नमक और पानी का ज्यादा हिस्सा निकल कर खून की गर्मी को बढ़ा देता है। ऐसे हालत में व्यक्ति लू की चपेट में आ जाता है। हमारी शरीर का तापमान जब बाहर के तापमान के साथ तालमेल नहीं बैठा पाता है, तब हमारा शरीर बाहर के तापमान के साथ गर्म हो जाता है। इस स्थिति में हम लू के शिकार हो जाते हैं। ऐसे में शरीर के तापमान को निंत्रित रखने के लिए ज्यादा-से-ज्यादा पानी की जरूरत होती है। इसी तरह जब शरीर का तापमान 37 डिग्री सेल्सियस से बढ़कर 40 डिग्री सेल्सियस तक पहुंच जाता है, तो शरीर के अंदर खून ताप बढ़ने लगने लगता है, जिसके चलते खून में मौजूद प्रोटीन भी गर्म होने लगता है। पानी की कमी के चलते शरीर में खून गाढ़ा होने लगता है। निम्न रक्तचाप हो जाता है। ऐसे हालात में शरीर के अंग खासकर मस्तिष्क तक खून की आपूर्ति ठीक से नहीं पहुंच पाती है। ऐसे में व्यक्ति कोमा में चला जाता है और शरीर के कई अंग काम करने बंद कर देते हैं। कई बार व्यक्ति की मौत भी हो जाती है।

लू लगने के क्या लक्षण?

लू के कई लक्षण होते हैं। कई बार हल्की लू लगती है, लेकिन समय पर उपचार नहीं होने से ये काफी खतरनाक हो जाती है। हल्की लू लगने को हीट एग्जॉर्शन भी कहते हैं। हल्की लू लगने पर पीड़ित व्यक्ति की आंखों के सामने अंधेरा छाने लगता है और चक्कर आने लगते हैं। इसके अलावा मांसपेशियों में तेज ऐंठन, दर्द, बैचेनी, घबराहट, मिचली और उल्टी आना, दिल की धड़कनें बढ़ जाना, हल्का या तेज बुखार और सिर दर्द या कमजोरी भी होने लगती है। वहीं, तेज लू लगने को हीटस्ट्रोक कहते हैं। इससे पीड़ित शख्स को काफी तेज बुखार आता है। ऐसे में शरीर का तापमान 104 फारेन्हाइट (40 डिग्री सेल्सियस) से ज्यादा हो जाता है। हीटस्ट्रोक लगने पर पीड़ित व्यक्ति को पीड़ित व्यक्ति को बदन गर्म होने के बाद पसीना आना बंद हो जाता है। पीड़ित व्यक्ति बेहोश होने लगता है।

भारत भीषण गर्मी के प्रति जितना संवेदनशील है उससे देश की अर्थव्यवस्था और लोगों की सेहत पर बुरा

असर पड़ने की आशंका ज्यादा है। वर्ष 2021 की एक रिसर्च बताती है कि गर्मी और उमस की परिस्थितियों की वजह से दुनियाभर में मजदूरों की कमी होगी और भारत इस मामले में शीर्ष 10 देशों में शामिल होगा जिसके चलते उत्पादकता पर असर भी पड़ेगा। भारत में काम करने वाले कामगारों का तीन चौथाई हिस्सा भीषण गर्मी वाले सेक्टर में काम करते हैं जिनका कि देश की कुल जीडीपी में आधे का योगदान होता है।

अंतरराष्ट्रीय मजदूर संगठन का अनुमान है कि साल 2030 तक भीषण गर्मी के चलते काम के घंटे कम होने में 5.8 प्रतिशत की बढ़ोतरी होगी जो कि 3.4 करोड़ नौकरियों के बराबर है। इनमें बाहर के काम वाले सेक्टर जैसे कि कृषि, खनन और उत्खनन शामिल हैं। इसके अलावा, अंदर वाले काम जैसे कि मैन्युफैक्चरिंग, हॉस्पिटैलिटी और ट्रांसपोर्टेशन जैसे काम भी शामिल हैं। स्वास्थ्य के मामले में देखें तो जून 2023 में ए.पी.न्यूज ने रिपोर्ट छपी थी कि उत्तर भारत के राज्य उत्तर प्रदेश में हीटवेव के चलते 119 लोगों की जान चली गई। ये लोग भीषण गर्मी के चलते बीमार पड़े थे। वहीं, पड़ोसी राज्य बिहार में भी 45 लोगों की मौत हुई है।

बढ़ते तापमान की वजह से एयर कंडीशनर, पानी के पंप जैसे उपकरणों का इस्तेमाल बढ़ा है। इसके चलते बिजली की जरूरत बढ़ी है और इसका असर उन उद्योगों पर पड़ता है जो बिजली पर निर्भर होते हैं। जबकि तीव्र और निरंतर गर्मी की लहर संपूर्ण विकास स्पेक्ट्रम को प्रभावित करती है, यह गरीब वंचित और आबादी के कमजोर वर्गों को बुरी तरह प्रभावित करती है। भारतीय अर्थव्यवस्था क्षतिग्रस्त मानव और पशु स्वास्थ्य, फसल की पैदावार में कमी, सूखा, बढ़ते कीट और बीमारी के दबाव और मिट्टी के क्षरण से प्रतिकूल प्रभाव डाल रही है।

गर्मी की लहरें पशु चारे के उत्पादन को भी कम करती हैं और पशु उत्पादकता को कम करती हैं, दूध की कीमतें बढ़ाती हैं और बिजली ग्रिड को नुकसान पहुंचाती हैं। इसी तरह मुर्गीपालन और मत्स्य पालन भी वायु की गुणवत्ता में गिरावट और बढ़ते जलवायु परिवर्तन से प्रभावित हो रहे हैं।

आर्थिक और नीति अनुसंधान विभाग (डीईपीआर) की नवीनतम रिपोर्ट के अनुसार भारत में बढ़ते तापमान और मानसून वर्षा के बदलते पैटर्न से उत्पन्न जलवायु

परिवर्तन से भारतीय अर्थव्यवस्था को सकल घरेलू उत्पाद का 2.8% नुकसान हो सकता है और इसकी लगभग आधी आबादी के जीवन स्तर में गिरावट आ सकती है।

लू का सबसे ज्यादा खतरा किन्हे?

विश्व स्वास्थ्य संगठन की एक रिपोर्ट के अनुसार, विश्व के सभी क्षेत्रों में गर्मी व्यापक स्तर पर बढ़ गई है। अधिक तापमान के कारण 65 वर्ष से अधिक आयु के लोगों की गर्मी से होने वाली मृत्यु दर में 85 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। यह आंकड़ा वर्ष 2000 से 2004 और 2017 से 2021 के बीच का है। वर्ष 2021 की लैसेट रिपोर्ट के अनुसार, वर्ष 1986 से 2005 तक के वार्षिक औसत की तुलना में 2020 में अधिक तापमान के कारण 65 वर्ष से अधिक उम्र के 3.1 बिलियन और एक वर्ष से कम उम्र के 626 मिलियन बच्चे प्रभावित हुए। काफी तेज गर्मी में लगातार काम करने वाले किसी भी व्यक्ति को लू लग सकती है। इसके अलावा छोटी उम्र के बच्चों और बूढ़ों में तापमान नियंत्रित करने का शारारिक सिस्टम कमजोर होता है। ऐसे में इनको जल्दी ही लू लगने की आशंका होती है। इनके अलावा मोटे व्यक्ति, दिल के मरीज, शारारिक रूप से कमजोर व्यक्ति और ऐसे व्यक्ति जो गंभीर बीमारी की दवाई ले रहे हों। ऐसे लोगों को लू लगने का खतरा बहुत अधिक होता है। गर्म मौसम में देर तक घूमना, खेलना या दौड़ना भी लू का कारण बन सकता है। एक से चार बजे के बीच में लू लगने के संभावना अधिक होती है, इसलिए संभव हो सकते तो लोगों को इस समय में घरों से बाहर निकलने से बचना चाहिए।

हीट एक्शन योजनाएं

लू या हीटवेव के प्रति संवेदनशील माने जाने वाले सभी 23 राज्यों में अब प्रतिकूल प्रभावों को प्रबंधित करने के लिए हीट एक्शन योजनाएं बनाई गई हैं। सार्वजनिक स्थानों पर ठंडे पेयजल की व्यवस्था, मौखिक पुनर्जलीकरण समाधानों का मुफ्त वितरण, पीक आवर्स के दौरान स्कूलों और कॉलेजों को बंद करना और पार्को और अन्य छायादार स्थानों तक पहुंच प्रदान करना जैसे सरल उपाय से बड़ी संख्या में लोगों को राहत मिली है और कई शहरों में बीमारियों और मौतों को रोका गया है।

भारत की केंद्र सरकार हीट वेव से प्रभावित 23 राज्यों के और 130 शहरों और जिलों के साथ मिलकर देशभर में हीट एक्शन प्लान (HAP) लागू करने का

काम कर रही है। पहला हीट एक्शन प्लान साल 2013 में अहमदाबाद म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन ने लॉन्च किया था और आगे चलकर इस क्षेत्र में यही टेम्पलेट बन गया। हीट एक्शन प्लान अहम भूमिका निभाते हैं ताकि व्यक्तिगत और समुदाय के स्तर पर जागरूकता फैलाई जा सके और हीट वेव की स्थिति में लोगों को सुरक्षित रखने के लिए सही सलाह दी सके। इसमें, कम समय और ज्यादा समय के एक्शन का संतुलन रखा जाता है।

कम समय वाले हीट एक्शन प्लान प्राथमिक तौर पर हीटवेव के प्रति तात्कालिक उपाय देते हैं और भीषण गर्मी की स्थिति में त्वरित राहत दिलाते हैं। इनमें आमतौर पर स्वास्थ्य सहायता, जन जागरूकता अभियान, कूल शेल्टर और दफ्तर या स्कूल के समय में बदलाव जैसे उपाय शामिल होते हैं ताकि लोग कम गर्मी के संपर्क में आएँ। वहीं, दूसरी तरफ लंबे समय वाले HAP सतत रणनीतियों पर जोर देते हैं जिनका असर एक हीटवेव सीजन से आगे भी होता है। ये प्लान गर्मी के खतरों की अहम वजहों का खात्मा करने और भविष्य में आने वाले हीट वेव के प्रति तैयारियों पर जोर देते हैं।

इन हीट एक्शन प्लान हीटवेव चेतावनी सिस्टम को भी शामिल किया जाता है ताकि संवेदनशील जनता तक समय से अलर्ट पहुंच सके। वे अलग-अलग सरकारी विभागों के बीच समन्वय करते हैं, सेहत से जुड़ी जरूरतों को पूरा करने के प्रयास करते हैं, काम के घंटों में बदलाव करते हैं और व्यावहारिक बदलाव के लिए रणनीतियां लागू करते हैं। हीट एक्शन प्लान में आधारभूत ढांचों में निवेश, जलवायु के प्रति लचीली खेती और सतत शहरी योजनाएं लागू करने, ग्रीन कॉरिडोर बनाने और ठंडी छतें बनाने जैसे उपायों पर भी जोर देते हैं।

लू से बचने के उपाय

लू से बचने के लिए कई तरह के उपाय किए जा सकते हैं। जैसे तेज गर्मी में घरों से बाहर नहीं निकलना चाहिए। अगर घरों से बाहर निकलना भी पड़े तो अपने सिर को किसी कपड़े या तौलिए से ढंकना चाहिए। इसके अलावा गर्मी के दिनों में हल्का और जल्दी पचने वाला खाना खाना चाहिए। साथ ही ज्यादा देर तक खाली पेट भी नहीं रहना चाहिए। गर्मी के दिनों में बार बार पानी पीना जरूरी है। पानी में नींबू और नमक मिलाकर पीने से लू

लगने की आशंका बहुत कम हो जाती है। गर्मी के दिनों में नरम मुलायम और सूती कपड़े पहन कर लू से बचा जा सकता है। मौसमी और ठंडे फलों का जूस या प्याज खाना लू के असर को कम करता है।

लू लगने पर पीड़ित व्यक्ति को डॉक्टर को दिखाना जरूरी है। हालांकि उससे पहले कुछ प्राथमिक उपचार कर रोगी को राहत दिलाई जा सकती है। लू लगने पर रोगी के तापमान को कम करने की कोशिश करनी चाहिए। तेज बुखार होने पर रोगी को तुरंत छांव में आराम करवाना चाहिए। 104 फारेन्हाइट से ज्यादा बुखार होने पर ठंडे पानी की पट्टी सिर पर रखनी चाहिए। मरीज को लगातार तरल पदार्थ और नमक पानी का घोल पिलाना चाहिए। बर्फ का पानी लू में पीना काफी हानिकारक होता है, इसलिए ऐसा करने से बचना चाहिए। रोगी को तुरंत प्याज का रस शहद में मिलाकर देना चाहिए। रोगी के शरीर को दिन में चार से पांच बार गीले तौलिए से पोंछना चाहिए। अगर किसी व्यक्ति को हीट स्ट्रोक हो तो उसे तत्काल ठंडी जगह पर ले जाए। इसके साथ ही उसे तुरंत ठंडा पानी, ओआरएस घोल या कुछ जूस पीने के लिए दिया जाए ताकि डिहाइड्रेशन को कंट्रोल किया जा सके। उसे ठंडे पानी से नहलाया भी जा सकता है। उसे तुरंत ढीले कपड़े पहनाएं और आराम करने दें। हीट स्ट्रोक के मामलों में देरी करना ठीक नहीं है।

अंत में

हीट वेव की इस समय जो स्थिति है, उसकी गंभीरता का अंदाज़ा इस बात से भी लगाया जा सकता है कि दिल्ली के मुंगेशपुर इलाके में 52.3 डिग्री सेल्सियस तापमान के साथ पारा रिकॉर्ड लेवल पर पहुंच गया था। हालांकि मौसम विभाग ने कहा कि ये मुंगेशपुर में रिकॉर्ड किया गया तापमान सेंसर में खराबी या किसी स्थानीय फैक्टर की वजह से हो सकता है। लेकिन यह पूरी संभावना है कि यदि मौसम विभाग के कहे अनुसार शायद यह उच्चतम तापमान न हो, लेकिन आजकल के हालात को देखते हुए निकट भविष्य में 50 से ऊपर का तापमान अवश्य देखने को मिलेगा, इसमें कोई संदेह नहीं है।

प्रस्तुति : द साइलेंट स्ट्रोक

■■



— विश्व मजदूर दिवस —

विश्व मजदूर दिवस

प्रस्तुति : द साइलेंट स्ट्रोक

यूरोप में औद्योगिक क्रांति 1750 से 1850 के दौरान आरंभ हुई थी। इस अवधि में नये यंत्रों और मशीनों का आविष्कार हुआ। इससे बड़े-बड़े कारखानों में अस्वच्छ वातावरण में मजदूरों को 12-12 घंटे काम करना पड़ता था। मजदूरों के कल्याण के लिए कोई कानून नहीं था। उनके बीमार पड़ने और दुर्घटना के दौरान किसी प्रकार की सहायता का प्रावधान नहीं था। मजदूरों को यह बात समझ में आने लगी कि पूंजीपति उनका शोषण कर रहे हैं। उन्होंने यह समझ लिया कि संगठित हुए बिना उनको अधिकार नहीं मिल सकते। इससे वे संगठित होने लगे। वे अपने अधिकारों के लिए छुटपुट हड़तालें करने लगे।

19वीं सदी के दूसरे और तीसरे दशक काम के घंटे कम करने के लिए हड़तालों से भरे हुए थे। कई औद्योगिक केन्द्रों में तो एक दिन में काम के घंटे 10 करने की निश्चित मांगें भी रखी गईं। क्वमैकेनिक्स यूनियन ऑफ फिलाडेल्फिया को, जो दुनिया की पहली ट्रेड यूनियन मानी जाती है, वर्ष 1827 में फिलाडेल्फिया में काम के घंटे 10 करने के लिए निर्माण उद्योग के मजदूरों की एक हड़ताल करवाने का श्रेय जाता है। इस हड़ताल के कारण काम के घंटे कम करने की बात प्रभावशाली बनती गयी। इसके फलस्वरूप वान ब्यूरेन की संघीय सरकार को सभी सरकारी कर्मचारियों के लिए काम के घंटे 10 करने की घोषणा करनी पड़ी। अपने अधिकारों की मांग करते हुए मजदूरों ने राष्ट्रव्यापी संगठन बनाने की भी कोशिश की और वर्ष 1834 में नेशनल ट्रेड यूनियन का निर्माण किया। संगठन से जुड़े मजदूरों ने सबसे पहले अपने काम के घंटे कम करने के लिए संघर्ष किया, जिसमें सबसे ज्यादा योगदान शहरी अमेरिकी मजदूरों का था।

अमेरिका में शुरू हुआ मजदूर आंदोलन वहां उमड़े औद्योगिक सैलाब का ही एक हिस्सा था। इसका सीधा

संबंध अमेरिका की आजादी के लिए चल रही लड़ाई तथा वर्ष 1860 में हुआ गृहयुद्ध भी था। यह आंदोलन केवल अमेरिका तक ही सीमित नहीं था। यह आंदोलन हर उस जगह प्रचलित हो गया था, जहां उभरती हुई पूंजीवादी व्यवस्था के तहत मजदूरों का शोषण हो रहा था। अमेरिका से पृथ्वी के दूसरे छोर पर स्थित ऑस्ट्रेलिया में निर्माण उद्योग के मजदूरों ने यह नारा दिया, 8 घण्टे का काम, 8 घण्टे मनोरंजन, 8 घण्टे आराम और उनकी यह मांग वर्ष 1856 में मान ली गई एवं अंतरराष्ट्रीय समाजवादी संगठन की स्थापना की और मजदूरों के लिए कार्य की अधिकतम अवधि को आठ घंटे तक सीमित करने के मांग के साथ संपूर्ण विश्व में प्रथम मई को मजदूर दिवस के रूप में मनाए जाने का प्रस्ताव पेश हुआ।

नेशनल ट्रेड यूनियन और अन्य मजदूरों संगठनों ने मिलकर यह निर्णय लिया कि 01 मई, 1886 को श्रमिक दिवस मनाया जाएगा। कुछ राज्यों में बहुत पहले से ही मजदूरों के लिए 8 घंटे काम करने का चलन था परंतु इसे कानूनी मान्यता नहीं दी गई थी। इस चलन को पूरी तरह वैज्ञानिक बनाने के लिए पूरे अमेरिका में 1 मई, 1886 को हड़ताल हुई। 14 जुलाई, 1889 को विश्व के समाजवादी कार्ल मार्क्स की विचारधारा को व्यावहारिक रूप देने की दृष्टि से फ्रांस की राजधानी पेरिस में एकत्रित हुए फ्रांस के शहर पेरिस में यह निर्णय लिया गया कि वर्ष 1890 को पहली मई को अंतरराष्ट्रीय एकता दिवस मनाया जाएगा। तब से सारे विश्व में पहली मई को अंतर्राष्ट्रीय मजदूर दिवस मनाया जाता है। इंग्लैंड में 1892 में पहली बार मजदूर दिवस मनाया गया। अमरीका में 1894 से इस दिन कानूनी रूप से छुट्टी घोषित की गई। इसी प्रकार की एक हड़ताल अमेरिका के शहर शिकागो में हुई। मजदूरों ने पहली मई 1896 को अपने

कारखाना मालिकों के खिलाफ संघर्ष छोड़ा और काम करना बंद कर दिया। उनकी मांग थी कि उनके काम करने की समय अवधि आठ घंटे किया जाए। विश्व में 70 से अधिक देशों में मई दिवस पर अवकाश घोषित किया गया है।

वर्ष 1919 में अंतरराष्ट्रीय श्रम संगठन के प्रथम अधिवेशन यह प्रस्ताव पारित किया गया कि सभी औद्योगिक संगठनों में कार्यावधि अधिक-से-अधिक 8 घंटे निर्धारित हो। विश्व के अधिकांश देशों ने इन शर्तों को स्वीकार करके अपने यहां लागू भी कर दिया। वर्ष 1934 में इसी संगठन ने 8 घंटे की अवधि को घटाकर सात घंटे की अवधि का प्रस्ताव पारित किया। यह भी कहा गया कि एक सप्ताह में किसी भी मजदूर से 40 घंटे से अधिक काम नहीं लिया जाना चाहिए। विश्व के अनेक समाजवादी तथा अन्य विकसित देशों ने इस अवधि को घटाकर सप्ताह में 35 घण्टे की अवधि को भी अपने यहां लागू किया।

भारत में श्रम की महिमा का गुणगान वेदों में किया गया है। यजुर्वेद (40.2) में कहा गया है कि सदकर्म करते हुए ही मनुष्य सौ वर्षों तक जी सकता है। जिस समय विश्व में मई दिवस के लिए संघर्ष चल रहा था तो मजदूरों के इस विश्वव्यापी आंदोलन से भारत भी अछूता नहीं रह सका। भारत में मई दिवस पर ध्यान देने की बात है कि भारत में मजदूरों की पहली हड़ताल अप्रैल-मई 1862 की हड़ताल थी, जब 1200 मजदूरों ने हावड़ा रेलवे स्टेशन पर कई दिनों के लिए काम बंद कर दिया। इसका कारण था कि मजदूरों की मांग काम के घंटों को घटाकर 8 घंटे प्रतिदिन करने की थी क्योंकि लोकोमोटिव विभाग में काम करने वाले मजदूर 8 घंटे ही काम करते थे। हमारे देश में मई दिवस का प्रथम आयोजन वर्ष 1923 में हुआ।

अमरीका में अनेक बेगुनाह मजदूर बेवजह चलाई गई गोलियों से मारे गए थे। मई दिवस उन्हीं मजदूरों की याद में मनाया जाता है। लेकिन इंग्लैंड, डेनमार्क, जर्मनी, इटली, चेकोस्लोवाकिया, अमरीका इत्यादि देशों में लड़कियां इसे विशेष रूप से मनाती हैं। इटली में यह त्योहार बहुत ही अनोखे ढंग से मनाया जाता है। वहां बैलगाड़ी में एक बड़ी कुर्सी पर खूब बड़ा-सा आदमी का पुतला बैठा देते हैं फिर उसको गलियों में खींचा जाता है। उसके बाद उस पुतले को लकड़ी के तख्ते पर लिटा दिया जाता है और उसके बाद कोई आदमी उसमें आग लगा लेता है। जिससे वह पुतला

जलने लगता है। पूछने पर वे बताते हैं कि हम मौत को जला रहे हैं।

चेकोस्लोवाकिया में इस त्यौहार पर एक लड़के को राजा की पोशाक पहनाकर कुछ लोग लकड़ी की तलवारें लेकर उसका पीछा करते हैं। सब बच्चे दौड़ते हुए एक खलिहान के पास जाकर रुकते हैं और उस लड़के को पकड़कर उसका सिर काट डालने का अभिनय करते हैं। इंग्लैंड में लड़कियां एक मई को मई की रानी बनने का सपना देखती हैं। लड़कियां बाग में सुन्दर फ्राक पहन कर जाती हैं। छोटी-छोटी लड़कियां फूल मालाओं को पहनती हैं। फिर वह मई की रानी बनकर बैठ जाती है। सभी सखियां रानी को खुश करने के लिए लोक गीतों और लोक नृत्यों का प्रदर्शन करती हैं।

डेनमार्क में लड़कियों के साथ लड़के भी इस उत्सव में भाग लेते हैं। वहां लड़के को वर तथा लड़की को वधू बनाकर राजा और रानी का नाम दिया जाता है। वर और उसके साथ बराती बनकर घर-घर जाकर चंदे के रूप में डबलरोटी, केक, अंडे, टाफियां इत्यादि एकत्रित करते हैं। दुल्हन बनने की प्रथा जर्मनी में भी है। इसमें दुल्हन घर-घर जाकर गाना गाती हैं। गृह लक्ष्मी से भेंट मांग करती हैं। नन्हीं बच्चियों के इस अभिनय से प्रसन्न होकर गृहिणी भेंट दे देती हैं।

अमरीका में मोहल्ले के छोटे-छोटे बच्चे मिलकर किसी एक बहुत मोटे बच्चों को रंग-बिरंगी कागज की झड़ियां और फूलों की मालाएं पहनाते हैं। फिर उस बच्चे से जंगल में छिप जाने को कहते हैं। उसके बाद बच्चे मिलकर उसे ढूंढते हैं। जब वह बच्चा पकड़ में आ जाता है तो उसे कैदी बना लिया जाता है उसे नकली गोली से मारने का नाटक किया जाता है। बालक गिर जाता है। थोड़ी देर बाद उसे उठाकर घोड़ा गाड़ी में लादकर अपने नगर के प्रमुख मार्ग पर ले जाते हैं और लोगों से कहते हैं कि उन्होंने जंगल के दैत्य को मार दिया है।

इस दिन मजदूर विभिन्न शहरों में जुलूस निकालते हैं। वे अपने अधिकारों की रक्षा और अधिक अधिकारों के समर्थन के प्रति एकजुटता प्रदर्शित करते हैं। जुलूस में दुनिया भर के मजदूरों का एक ही नारा होता है जो साम्यवाद के जनक कार्ल मार्क्स ने दिया था, "दुनिया के मजदूरों एक हो जाओ।" ■■



मतदान और महिलायें कितनी जागरूक, कितनी समझदार, कितनी सशक्त...

संजू पाठक

दान शब्द स्वयं में परिभाषित है। शास्त्रों वेदों के मतानुसार सुपात्र को दिया गया दान कभी निष्फल नहीं जाता। भारतीय परंपराओं के अनुसार कन्यादान, गोदान, भूदान, रक्तदान अन्नदान, श्रमदान, जीवनदान, मतदान आदि आदि विभिन्न प्रकार के दानों में मतदान अपना विशिष्ट स्थान रखता है।

समाज और देश के प्रत्येक नागरिक को अपना मत देकर देश को सुचारु रूप से चलने के लिए अपना नेता चुनने का अधिकार संविधान द्वारा दिया गया है। महिलाएं उनसे अलग नहीं हैं। महिलाओं का मताधिकार चुनाव में वोट देने का महिलाओं का अधिकार है। एक ज़माना था, जब महिलाओं को मतदान प्रक्रिया से वंचित रखा जाता था। 18वीं शताब्दी की शुरुआत में, महिलाओं को वोट देने की अनुमति देने के लिए मतदान कानूनों में बदलाव की मांग की जाने लगी। भारत जैसे प्रजातांत्रिक देश में महिलाओं को भी मतदान का अधिकार है। लोकतंत्र को सुदृढ़ बनाने में महिलाओं की विशिष्ट भूमिका है।

18वीं शताब्दी की शुरुआत में, कुछ लोगों ने महिलाओं को वोट देने की अनुमति देने के लिए मतदान कानूनों को बदलने की मांग की। उदार राजनीतिक दल महिलाओं को वोट देने का अधिकार देंगे, जिससे उन दलों के संभावित

निर्वाचन क्षेत्रों की संख्या में वृद्धि होगी। आज के परिवेश में महिलाएं अपने अधिकारों के प्रति सर्वथा जागरूक हो चुकी हैं, फिर वह गांव की महिलाएं हों या शहरों की। उन्हें अपने अधिकार क्षेत्र भलीभांति ज्ञात हैं। इस बात से भी इंकार नहीं किया जा सकता, उनके अधिकारों से उन्हें वंचित करने में समाज का विशिष्ट वर्ग पीछे नहीं है, फिर चाहें वह उनके अधिकारों की बात हो या उनके विकास की। उसके लिए उन्हें स्वयं आगे आकर संघर्ष करते देखा जा सकता है। हमारा हर संभव प्रयास होना चाहिए की हम समाज की उन महिलाओं को जागरूक करें जो आज भी दमन का किसी न किसी रूप में शिकार हैं।

यह विषय जब परिचर्चा के लिए मिला, तो मैंने अपने कैम्पस की काम वाली बाइयों से बात की। अधिकांश का जवाब था: हमें वोट तो उसी को देना पड़ेगा, जिसको घर वाला बोलेगा। हमें क्या फर्क पड़ेगा काम तो ऐसे ही घर घर जाकर करना है, ऊपर से हमारी कमाई पर भी घर वाले का ही अधिकार होता है, नहीं देते हैं, तो मार पिटाई करके चीन ही लेते हैं।

"आइए करें हमसब मिल सुपात्र को अपना मतदान।
और स्वस्थ, सुदृढ़, समर्थ, जागरूक बने भारत महान।।"



इंदौर, मध्य प्रदेश
sanjupathak1411@gmail.com

मोबाइल का बढ़ता चस्का

Image courtesy : www.onlymyhealth.com

बच्चों को तो जैसे मोबाइल की लत पड़ गई, जिसने अभी बैठना सीखा वह भी मोबाइल का दीवाना है। यदि उसके हाथ से मोबाइल ले लिया तो रोने लगेगा। उससे बड़े बच्चे, जो दूसरी या तीसरी कक्षा में पढ़ते हों, वो यू ट्यूब पर कार्टून देखना सीख गए। अब ऐसा लगने बच्चे शारीरिक बौद्धिक विकास के साथ खिलौने की दुनिया ही भूल गए। खिलौनों का व्यापार भी इससे प्रभावित हुआ। कुल मिला कर शारीरिक बौद्धिक गतिविधि कमजोर हो गई। मोबाइल के आभासी दुनिया ने बच्चों को चश्में चढ़वा दिए। कहने का मतलब है कि दिन और रात मोबाइल में ही लगे रहते हैं। यदि घर पर मेहमान आते वो आपसे कुछ कह रहे। मगर लोगों का ध्यान बस फेसबुक, व्हाट्सएप पर जवाब देने में और उनकी समझाइश में ही बीत जाता। मेहमान भी रुखेपन से व्यवहार में जल्द उठने की सोचते है।

फेसबुक, वाट्सअप का चस्का ऐसा की यदि रोजाना सुबह शाम आपने राम-राम या गुड मोर्निंग नहीं की तो नाराजगी। बच्चों को ज्ञानार्जन में उपयोगी हेतु कहानियां, गीत संगीत, व्यायाम, खेल आदि पर ध्यान देना होगा। बजाए

मोबाइल पर ही लगे रहने के। नन्हें मुत्रों जिंदगी और हमारा नजरिया सकारात्मक होना चाहिए।

अधिकांश लोग वाहन चलाते समय चालक अपने मोबाइल को कान और कंधे के बीच दबाकर बातचीत करते हुए वाहन चलाते है, उनका ध्यान बातचीत पर ही ज्यादा रहता ही। पीछे हार्न देने वाले की भी वो सुनते नहीं, ऐसे में दुर्घटना संभव है। ज़रूरी बात भी करना हो तो थोड़ा-सा ठहर के बात करना चाहिए। कई लोग मोबाइल पर बातचीत जोर-जोर से करते है। वाहन चलते समय कानों में हेड फोन लगा होने से भी हार्न सुनाई ना देने की परेशानी उठानी पड़ती है। मोबाइल एवं स्वयं की सुरक्षा के साथ दूसरों का भी ख्याल रखे। परिवार के लोग आप के घर आने की राह देख रहे हैं। सुरक्षित चले, लगातार बढ़ती सड़क दुर्घटनाओं के लिए निर्धारित गति से ज्यादा गति में वाहन चलाना, शराब पीकर के वाहन चलाना, एवं यातायात के नियमों का पालन नहीं करने से दुर्घटनाए होती है। इन छोटे छोटे उपायों का पालन करने से सुरक्षित रह सकते है।

वाट्सएप में अपने रिश्तेदारों को त्योहारों की फोटो



संजय वर्मा 'दृष्टि'

मनावर जिला धार (म.प्र.)

सेंड करने में सर झुकाये तल्लीन और लगे रहते हैं। अब ऐसा लगता है कि फेसबुक और वाट्सअप में जैसे मुकाबला हो रहा हो। घर के काम का समय मानो विलुप्तता की कगार पर जा खड़ा हुआ है। सब जगह चार्जर लटक रहे थे। मोबाइल यदि कहीं भूल से रख दिया और नहीं मिला तो ऐसा लगता जैसे कोई अपना लापता हो गया हो। दिमाग में चिड़चिड़ापन हिदायतें, उभर कर आना मानों रोज की आदत बन गई हो। चार्जिंग करने के लिए घर में ही होड़ होने लगने लगी। बैटरी लो हो जाने से सब एकदूसरे की सबूत पेश करने लगे।

वाकई इलेक्ट्रॉनिक युग में प्रगति हुई किन्तु लोग रिश्तों और दिनचर्या में कम ध्यान देकर अधिक समय और आभासी दुनिया के फेसबुक और व्हाट्सएप और मोबाइल पर अन्य ऐप पर केंद्रित करने लगे हैं। वाट्सअप आभासी दुनिया की सैर करवाते हैं। यदि भूल से फेसबुक, वाट्सअप वाले मित्र सामने खड़े या पास बैठे हों तो पहचान करने में परिचय देना ही होता है, क्योंकि इनके दोस्तों की संख्या हजारों में पहुँच जाती। याददाश्त की बात करें तो आजकल असली घी काफी महंगा और शुद्ध नहीं मिलता। जनरल नॉलेज भी आउट ऑफ कोर्स। बेरोजगार रोजगार की तलाश में पहले ही परेशान सब अब क्या करे। ये मोबाइल चस्का वर्तमान में सब पर हावी है। और इन्होंने अन्य मनोरंजन के साधनों को पीछे छोड़ दिया है। जिसके जितने ज्यादा मित्र वो उतना ही सीनियर। कई तो इस कला में इतने माहिर हो गए कि रचनाएं चुराकर अपने कवि होने की पुष्टि तक कर लेते हैं। बेचारा ओरिजनल कवि अन्य लोगों को चोरी की घटना का दुखड़ा फेसबुक, वाट्सअप पर बांटता रहता है।

मगर, कुछ नहीं होता। और कई तो फ़िल्म के स्टार के फोटो लगाते हैं ताकि लोग समझे कि फ़िल्म स्टार में अपनी पहचान है। मगर वो निकलता कुछ और ही है। इनकी पहचान के लिए आधार कार्ड जो भूमिका निभाना चाहिए वो भी रास्ता भूल जाता है। ■■

- जल संरक्षण



जल संरक्षण, जन जरूरत

अंकुर सिंह

हमारे देश के प्रमुख शहरों की सभ्यता को विकसित करने में नदियों का महत्वपूर्ण भूमिका है। नदियों का अस्तित्व उसमें भरे जल से है और जल के महत्व को समझते हुए हमारे पूर्वजों ने जल को आराध्य देव मानते हुए जल देवता कह कर जल की पूजा करना आरंभ किया था। जल और वायु ऐसे पदार्थ हैं जिनके बिना किसी जीव के जीवन की परिकल्पना ही नहीं की जा सकती, इसलिए कह सकते हैं की स्वस्थ जीवन के लिए शुद्ध जल और शुद्ध हवा का मिलना बहुत जरूरी है।

आकड़ों की बात करें तो पृथ्वी लगभग अपने सतह के दो तिहाई भागों से जल से भरी है, परन्तु उस दो तिहाई भाग का 97 प्रतिशत पानी समुद्र में है और केवल 3 प्रतिशत जल ही पीने के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है। मानव शरीर में लगभग 60 प्रतिशत जल होता है और शरीर के विभिन्न अंगों में पानी की मात्रा भी विभिन्न-विभिन्न होती है जैसे कि- हड्डियों में 22 प्रतिशत, दाँतों में 10 प्रतिशत, त्वचा में 20 प्रतिशत, दिमाग में 74.5 प्रतिशत, मांसपेशियों में 75.6 प्रतिशत जबकि खून में 83 प्रतिशत पानी होता है।

कहा जाता है जो चीज जितनी दुर्लभता से मिलती है उसकी कीमत भी उतनी ज्यादा रहती है और वही चीज यदि किसी को सुलभ रूप से मिले तो उसकी कीमत उसे समझ



में नहीं आती है। ठीक वैसे ही आज से लगभग 25-30 साल पीछे जाए तो पानी पाने का इतना सुलभ साधन नहीं था। लोग दूर-दराज के कुएँ या तालाब से पानी लाते थे और बड़ा सहेज कर उसका उपयोग करते थे। लेकिन आज के वर्तमान परिवेश में लोग भू-गर्भ में स्थित जल का बड़ी तेजी से दोहन कर रहे हैं। उन्हें बिजली के एक स्विच दबाने से जल आसानी से मिल जाता है जिससे लोग इस जल के महत्व को नहीं समझ रहे हैं। जिसका एक उदाहरण टंकी भर जाने के बाद गिरता हुआ पानी है, नल को खुला छोड़कर शेविंग या ब्रश करना, गाड़ियों को धुलने के लिए बाल्टी-मग का प्रयोग न करके तेज़ धारा वाले पाइप का उपयोग करना इत्यादि देखने को मिल जाता है। एक आंकड़े के मुताबिक हर दिन करीब 4 करोड़ 84 लाख क्यूबिक मीटर पानी की बर्बादी होती है।

जल की बर्बादी केवल घरेलू रोज़मर्रा के कार्यों में ही नहीं अपितु कल कारखानों में भी हो रहा है साथ ही कारखानों से निकलने वाले अपशिष्ट पदार्थ नदियों में जाकर नदियों के जल को भी दूषित कर रहे हैं और आजकल बोटलबंद पानी और कोल्ड-ड्रिंक का व्यापार भी जबर्दस्त भू-जल का दोहन कर रहा है। भू-जल दोहन के कारण 2007-2017 के बीच देश में भू-जल स्तर में लगभग 61 प्रतिशत तक की कमी आयी है।

हम जानते हैं की भारत एक कृषि प्रधान देश हैं और खेती के लिए सिंचाई बहुत ही जरूरी है, ज्यादातर मामले में देखा जाता है की किसान ये सोचता है की खेत को लबालब

पानी भर देने से उसको उत्पादन ज्यादा मिलेगा, परन्तु उसे इस बात का तनिक भी आभास नहीं रहता की उसमें से अधिकतर जल का तो वाष्पीकरण हो जाता है, आकड़ों की बात करे तो देश के 89 प्रतिशत भू-जल का इस्तेमाल कृषि कार्यों में होता है। अतः किसानों को भी चाहिए की वर्तमान परंपरागत सिंचाई के जगह फुहारा या ड्रिप सिंचाई (ड्रिप या टपक सिंचाई में जल को मंद-मंद गति से बूँद-बूँद के रूप में फ़सलों के जड़ क्षेत्र में एक छोटी व्यास की प्लास्टिक पाइपलाइन से प्रदान किया जाता है। जिससे जल की काफी मात्रा में बचत होती है) का प्रयोग करें।

अभी हाल के वर्षों में देश के प्रधानमंत्री मोदी जी अपने मन की बात कार्यक्रम में जल संकट पर गहरी चिंता व्यक्त की तथा देश के जलशक्ति मंत्रालय ने जल संकट से निपटने के लिए जलशक्ति को जनशक्ति से जोड़ने की बात कहीं और केन्द्रीय जल-शक्ति मंत्री ने 1 जुलाई, 2019 को जलशक्ति अभियान की शुरुआत की। इसके तहत देश के 256 जिलों को प्राथमिकता के आधार पर चुना गया। इस अभियान को दो चरणों में चलाना तय किया गया है, पहला चरण 1 जुलाई, 2019 और दूसरा चरण 1 अक्टूबर, 2019 से और इस अभियान का फोकस पानी के कम दबाव वाले जिलों पर किया गया। इस अभियान का मकसद जल-संरक्षण के फायदों को लेकर लोगों के बीच जागरूकता पैदा करना है ताकि देश के हर एक इंसान को जल का महत्व समझ में आ सके और सभी जल संरक्षण में अपना बहुमूल्य योगदान दें।

जल संरक्षण कि ज़िम्मेदारी केवल सरकार की नहीं बल्कि हम सभी का है। देश के पड़े- लिखे लोगों को चाहिये की सबको जागरूक करे उन्हें फिर उन्हें जल संरक्षण के पुराने विधियों जैसे तालाब, कुएँ, पोखर, झील इत्यादि का महत्व समझाए कि कैसे उस समय उनके पूर्वज तालाब, कुएँ, पोखर, इत्यादि का निर्माण करवाते थे ताकि बारिश का पानी जमा हो सके जिससे आस पास के भू-जल रिचार्ज हो सके हुए जल स्तर में वृद्धि हो। क्योंकि बिना बारिश के पानी को रोके गिरते जल स्तर पर काबू पाना मुश्किल है।

देश की जनसंख्या दिनों पर दिन बढ़ती जा रही है जिससे आने वाले समय में पानी की और ज़बरदस्त मांग रहेगी एक आकड़ों के अनुसार वर्ष 2000 में प्रति व्यक्ति जल की आवश्यकता 750 मिलियन क्यूबिक मीटर थी वही आने वाले 2025 तक जल की यह आवश्यकता 1050 मिलियन क्यूबिक मीटर हो जाएगी और तो और 2030 तक बढ़ती आबादी के कारण पानी की मांग अभी हो रही आपूर्ति से दोगुनी हो जाएगी। इस आधार पर कह सकते हैं की बारिश के जल के भण्डारण और जल संरक्षण पर आज सचेत नहीं हुए तो वो दिन दूर नहीं जब लोगों के घरों में चोरी और डकैती भी पानी के लिए होगी।

जल संरक्षण हेतु नदी-नालों पर कुछ निश्चित दूरी पर स्टॉप डेम्स का निर्माण के साथ-साथ नए तालाबों का निर्माण एवं पुराने तालाबों का जीर्णोद्धार बहुत ही जरूरी है। बीते कई दशकों पर गौर करे तो लगभग दो तिहाई तालाब, कुएँ, पोखर, झील खत्म हो चुके हैं जिससे बारिश के पानी को पहले जैसा इकट्ठा कर पाना आसान नहीं रहा और तो और किसान भाइयों को भी चाहिए की अपने खेतों की मेड़बंदी काफी ऊँची करे जिससे बारिश का पानी खेतों में फसलों के लिए रुके और जो उपजाऊ मिट्टी बारिश के साथ बह जाती थी उसका कटान भी रुके।

शहरी क्षेत्रों में वर्षा के जल संचय के छतों इत्यादि पर भी बनाया जा सकता है जिससे बारिश के जल को इकट्ठा कर के उनका दैनिक जीवन में जैसे की बागवानी, गाड़ी, कपड़े बर्तन की धुलाई इत्यादि कार्य किये जा सकते हैं या शहरों में भी पार्किंग इत्यादि के पास गड्ढे खोद कर वर्षा के जल को संचय किया जा सकता है और ये जल भू जल स्तर बढ़ाने के साथ साथ दैनिक कार्यों में भी बड़े उपयोगी सिद्ध होंगे। जैसा की एक रिपोर्ट के अनुसार भारत में बारिश का

केवल 8 प्रतिशत पानी ही संरक्षित हो पाता है। यदि भविष्य में जल संकट से बचाना है तो ज्यादा से ज्यादा बारिश के जल का ज्यादा से ज्यादा संचय करना होगा।

जल संरक्षण के जागरूकता अभियान लिए केंद्र सहित सभी राज्य सरकारों को चाहिए कि ग्राम पंचायत स्तर पर कलाकारों की कमेटी बनाकर वहां के क्षेत्रीय भाषा में रंगमंच कार्यक्रम सहित जल संरक्षण पर गायन कार्यक्रम इत्यादि कराये और इन कार्यक्रमों से जल संरक्षण के महत्व को समझाने के साथ-साथ लोगों को वृक्षारोपण के लिए भी जागरूक करें और हर पंचायत स्तर पर लगभग 8-10 घरों से उपयोग के बाद निकलने वाले पानी जैसे नहाने, वाशिंग मशीन का पानी इत्यादि एक जगह इकट्ठा करें एवं पुनः उसे रीसायकल करते हुए अन्य कार्यों में जैसे बागवानी, कृषि कार्यों इत्यादि में प्रयोग करे और निजी कार्यों के लिए हो रहे अंधा-धुंध निजी बोरिंग पर अंकुश लगाए तथा कुएं और हैंडपंप से 2-3 मीटर के दूरी पर गड्ढे को अनिवार्य करें और उसमें पहले बड़े पत्थर, फिर उससे छोटे और अंतिम में रेत डाले और वहां पर गिरने वाले पानी को उस गड्ढे में जमा करें, जिससे आस-पास के जल स्तर को बढ़ने में काफी मदद मिलेगी।

यदि हम जल संरक्षण पर आज अभी नहीं जगे तो वो दिन दूर नहीं जब देश के कुछ प्रमुख शहर में वाटर लेवल जीरो हो जायेगा मतलब वहां पीने का पानी नहीं रहेगा। अपने देश में जो लोग पानी की कीमत आज बिलकुल नहीं समझ रहे हैं लोगों को समझना होगा की धरती माता द्वारा दिया जा रहा ये तरल पदार्थ पानी ही नहीं अपितु जीवन प्रदान करने वाला एक अमृत भी हैं, और इस अमृत के महत्व को समझकर इससे एक-एक बूंद की रक्षा करें क्योंकि धरती के भू-गर्भ से निकलने वाले अमृत सामान जल के लिए कहा जाता है कि-जल है तो कल है।

हरदासीपुर, चंदवक
जौनपुर, उ. प्र. -222129

“जिस अभ्यास से मनुष्य की इच्छाशक्ति,
और प्रकाश संयमित होकर फलदाई बने उसी
का नाम है शिक्षा।”

—स्वामी विवेकानंद

उत्तराखंड: बिजली से आय एक घाटे का सौदा



डॉ. शंकर सिंह

ई, 605 एक्सप्रेस ग्रीन्स
सेक्टर-1, वैशाली, उत्तर
प्रदेश-201020

2857 वर्ग किलो मीटर क्षेत्र में 2013 में आयी भीषणबाढ़ के बाद उच्चतम न्यायलय ने उत्तराखंड में निर्माणाधीन 24 जलविद्युत परियोजनाओं पर रोक लगादी थी। उत्तराखंड में होने वाली घटनाएँ एक तरह से मानवनिर्मित हैं। उच्चतम न्यायलय द्वारा पहाड़ी क्षेत्रों में हाइड्रोपावर प्रोजेक्ट्स पर दिए गए निर्देशों पर क्या कभी कोई पालन हुआ तो जवाब था कि ऐसे दिशानिर्देश आते रहते हैं लेकिन उनका पालन कड़ाई से नहीं हो पाता है। उत्तराखंड की जलविद्युत परियोजनाओं और विकास कार्यों को ज़िम्मेदार ठहराया था जानकारों के अनुसार ऊंचाई वाले क्षेत्रों में एक के नीचे एक बन रही जलविद्युत परियोजनाएं या बाँध दुर्घटनाओं को आमंत्रित करने जैसा है। त्रासदी में भी कुछ ही मिनटों में 13 मेगावाट की ऋषि गंगाजल विद्युत परियोजना का नामोनिशान मिट गया। इससे करीब 5 किलोमीटर नीचे तपोवन क्षेत्र में एनटीपीसी की 530 मेगावाट की तपोवन-विष्णु गॉड परियोजना निर्माणाधीन थी।

उत्तराखंड की जलविद्युत परियोजनाओं और विकास कार्यों को ज़िम्मेदार ठहराया था जानकारों के अनुसार ऊंचाई वाले क्षेत्रों में एक के नीचे एक बन रही जलविद्युत परियोजनाएं या बाँध दुर्घटनाओं को आमंत्रित करने जैसा है। त्रासदी में भी कुछ ही मिनटों में 13 मेगावाट की ऋषि गंगाजल विद्युत परियोजना का नामोनिशान मिट गया। इससे करीब 5 किलोमीटर नीचे तपोवन क्षेत्र में एनटीपीसी की 530 मेगावाट की तपोवन-विष्णु गॉड परियोजना निर्माणाधीन थी।

विष्णु गॉड परियोजना निर्माणाधीन थी। जहां रविवार का दिन होने के बावजूद बड़ी संख्या में मज़दूर काम कर रहे थे। कई मज़दूर टनल के भीतर मौजूद थे। जो इस आपदा की चपेट में आए। ये टनल करीब 2 किलोमीटर लंबी थी। तपोवन से करीब 15 किलोमीटर आगे नदी का तेज़ बहाव जोशीमठ तक आया। जोशी मठ के नीचे विष्णु प्रयाग संगम पर अलकनंदा और धौली गंगा नदी मिलती है। इस पर नदी से करीब 50-60 फीट ऊपर बना वर्षों पुराना पुल भी बाढ़-मलबा बहाकर ले गया। यह पुल इतना मजबूत था कि 2013 की आपदा में भी इसे नुकसान नहीं हुआ था। आगे नंद प्रयाग तक आते-आते नदी का वेग थमा। लेकिन पानी में मौजूद मलबे ने नदी की सूरत ही बदल दी। नदी पर एक सीध में बनाई गयी परियोजनाएं ऐसीस्थिति में

ऊंचे क्षेत्रों में काफी घातक सिद्ध होती हैं। डॉ चोपड़ा कि अध्यक्षता वाली एक समिति की 2013 की रिपोर्ट में ये बताया गया था कि 2,200 मीटर से अधिक ऊंचाई वाले क्षेत्रों को जल विद्युत परियोजनाओं से मुक्त रखा जाना चाहिए।

ऋषि गंगा प्रोजेक्ट पेरामलैशि अलजोन (समुद्री सतह से 2200 मीटर से अधिक ऊंचाई पर स्थित) में आता है जबकि तपोवन प्रोजेक्ट 1803 मीटर की ऊंचाई पर स्थित है। वाडिया इंस्टीट्यूट ऑफ हिमालयन

जियोलॉजी बताते हैं कि पहले रॉक एवलांच आया जो कि बर्फ को लेकर नीचे आया और क्योंकि रौन्ति गढ़ का रास्ता काफ़ी संकरा है और ऊपर से आये बर्फ, मलबे के कारण वहां पर कुछ अवरोध जैसी स्थिति बनी, इस वजह से



प्रलेश फ्लड की स्थिति निर्मित हुई। "यह इलाका बहुत ही संवेदनशील है और यह इस तरह के एक के बाद एक बनने वाले विद्युत परियोजनाओं के लिए उपयुक्त नहीं है।

बिजली से आय एक घाटे का सौदा

उत्तराखंड में 2857 वर्ग किलोमीटर क्षेत्र में तकरीबन 968 ग्लेशियर मौजूद हैं। जो राज्य के कुल क्षेत्रफल का तकरीबन 7.63% है। इन ग्लेशियरों से निकलने वाली नदियां स्थानीय लोगों के जीवन में तो कोई अहम भूमिका नहीं निभाती, लेकिन इनका तीव्र वेग जल-विद्युत उर्जा उत्पादन की दृष्टि से काफी फ़ायदेमंद है। 71.05% वन क्षेत्र वाले उत्तराखंड के लिए राज्य की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए आय के साधन जुटाना बड़ी चुनौती है। इस स्थिति में प्रदेश की आय काफी हद तक कृषि, पर्यटन और जलविद्युत पर निर्भर करती है। पिछले कुछ वर्षों में उत्तराखंड ने जलविद्युत परियोजनाओं पर बहुत जोर दिया है और इसे अधिकतम क्षमता तक ले जाने का प्रयास किया है। उत्तराखंड सरकार की आर्थिक सर्वेक्षण 2018-19 की रिपोर्ट के मुताबिक राज्य में 25,000 मेगावाट से भी अधिक जल विद्युत उत्पादन की क्षमता है, जबकि अभी तकरीबन 4 हजार मेगावाट की परियोजनाएं ही चल रही हैं। इसलिए उत्तराखंड सरकार रुकी हुई जल विद्युत परियोजनाओं को हरी झंडी दिलाने की भरपूर कोशिश करती है। आर्थिक सर्वेक्षण 2018-19 की रिपोर्ट के मुताबिक वर्ष 2017-18 में राज्य की जीडीपी 167.73 लाख करोड़ रुपये रही। जल विद्युत निगम लिमिटेड के मुताबिक राज्य को वर्ष 2017-18 में जल विद्युत उर्जा से कुल 770 करोड़ की आय हुई। जबकि 2016-17 में ये रकम 640 करोड़ थी। जल विद्युत निगम लिमिटेड ने वित्तीय वर्ष 2019-20 में 1318 मेगावाट की स्थापित क्षमता के साथ 923 मेगावाट बिजली की बिक्री के साथ 121 करोड़ रुपये का मुनाफा कमाया। इस वर्ष कंपनी की आय 964 करोड़

रुपये थी। की जल विद्युत उर्जा उत्पादन की क्षमता करीब 25,000 मेगावाट है। उत्तराखंड में 4000 मेगावाट की जल-विद्युत परियोजनाएं कार्य कर रही हैं और 2500 मेगावाट की परियोजनाओं पर काम चल रहा है", है। आपदाओं के बाद हम बांधों को दोष देने लगते हैं। उच्च हिमालयी क्षेत्रों में कोई नई जल विद्युत परियोजना बनाने का फ़ैसला लिया जा चुका था। 2013 की आपदा के बाद कोई भी नया प्रोजेक्ट अलकनंदा-भागीरथी पर शुरू नहीं हुआ है।"

स्थानीय निवासियों का लगातार विरोध

वर्ष 2003-04 में तपोवन-विष्णु गाड परियोजना प्रस्तावित हुई थी। लोगों ने कई वर्षों तक इस परियोजना का विरोध किया था। जोशीमठ में मौजूद अतुल सती इस विरोध में शामिल मुख्य लोगों में से एक हैं। वह बताते हैं "तपोवन प्रोजेक्ट को लेकर स्थानीय विरोध बेहद तेज़ था। उस समय के मुख्य मंत्री नारायणदत्त तिवारी परियोजना के उदघाटन के लिए जोशी मठ आने वाले थे। लेकिन स्थानीय विरोध के चलते वे नहीं आ सके। फिर दो-तीन महीने बाद देहरादून के परेड ग्राउंड से उन्होंने प्रतीकात्मक उदघाटन किया। तपोवन प्रोजेक्ट से पहले लोग जे पी कंपनी की विष्णु प्रयाग जल विद्युत परियोजना देख चुके थे। उस समय सुरंग में जबरदस्त विस्फोट किये जाते थे और पूरा जोशी मठ कांप जाता था। लोगों की खेती तबाह हो गई थी। बगीचे खत्म हो गए थे। इसलिए तपोवन प्रोजेक्ट का भारी विरोध किया गया। स्थानीय विरोध के बावजूद सरकार विकास के नाम पर इन परियोजनाओं को हरी झंडी दिए जा रही थी। चिपको आंदोलन के लिए गौरादेवी और उनका गांव रैणी पूरी दुनिया में जाना जाता है। इस गांव के लोग अपनी धरती पर बन रहे ऋषि गंगा जल विद्युत परियोजना का शुरु से ही विरोध कर रहे थे। चमोली हादसे के बाद रैणी गांव में भारी तबाही हुई है। पहाड़ से गिरे पत्थरों की चपेट में आकर

तकरीबन सभी मकानों में दरारें पड़ गई हैं। आपदा के बाद प्राथमिक विद्यालय में बने राहत शिविर में रह रहे लोगों का कहना है कि पूरा गांव दहशत में जी रहा है। वे विस्थापन की मांग कर रहे हैं। देहरादून की डाटा रिसर्च संस्था सोशल डेवलपमेंट ऑफ कम्युनिटीज़ फाउंडेशन के मुताबिक हरिद्वार को छोड़ राज्य के 12 ज़िलों में 395 ऐसे गांव हैं जो आपदा के लिहाज़ से बेहद संवेदनशील हैं। इन सभी को विस्थापित किये जाने की मांग लंबे समय से की जा रही है।

बांध बनाने से पहले ग्लेशियर का नहीं होता अध्ययन केंद्रीय जल आयोग की वर्ष 2019 की रिपोर्ट के मुताबिक उत्तराखंड में 25 बड़ी जल-विद्युत परियोजनाएं हैं। इनमें से 17 परियोजनाओं से बिजली बन रही है, जबकि 8 परियोजनाएं निर्माणाधीन हैं। एनटीपीसी की तपोवन परियोजना भी इनमें से एक थी। इन परियोजनाओं का पर्यावरणीय अध्ययन तो कराया जाता है। जिस संस्था से सरकार को बांधों के पक्ष में रिपोर्ट मिल जाती है उसे मंजूर कर लिया जाता है। जबकि एक जल विद्युत परियोजना के

लिए नदी का प्रवाह, वहां की भौगोलिक स्थिति, बांध की तकनीकी दक्षता, वहां मौजूद ग्लेशियर की स्थिति जैसे कई पक्षों को देखना होता है। तपोवन परियोजना के पर्यावरणीय अध्ययन में वहां मौजूद ग्लेशियर के बांध पर पड़ने वाले असर का आकलन नहीं किया गया। बांधों को बनाने से जुड़े पर्यावरणीय अध्ययन में हम उसके ईर्द-गिर्द मौजूद ग्लेशियर का अध्ययन नहीं करते। नदी के जिस पानी के आधार पर हम बिजली बना रहे हैं, वो पानी जिस ग्लेशियर से आ रहा है, उसकी स्थिति समझनी बेहद जरूरी है। जलवायु परिवर्तन और ग्लोबल वॉर्मिंग का असर ग्लेशियर पर भी पड़ रहा है, जिससे ग्लेशियर में बदलाव आ रहे हैं लेकिन उनकी मॉनीटरिंग नहीं हो रही। ग्लेशियर में झीलें बन रही हैं, झीलों की मौजूदा स्थिति क्या है, ग्लेशियर से होने वाला पानी का डिस्चार्ज कितना है, बांधों से जुड़ी परियोजना तैयार करने में इन बातों का ध्यान रखना जरूरी है।

■ ■

द साइलेंट स्ट्रोक

(द्विमासिक पत्रिका)

लेखकों से अनुरोध

1. द साइलेंट स्ट्रोक द्विमासिक पत्रिका हेतु साहित्य की विभिन्न विधाओं जैसे कहानी, कविता, गज़ल, यात्रा वृत्तांत, पुस्तक समीक्षा, महिला, युवा, बच्चों, वृद्ध आदि से संबंधित लेख, तीज-त्यौहार आदि पर लेखकों से रचनाएं आमंत्रित हैं।
2. द साइलेंट स्ट्रोक में प्रकाशन के लिए भेजी जाने वाली सामग्री मौलिक एवं अप्रकाशित होनी चाहिए।
3. यह सामग्री सरल और सुबोध भाषा में होनी चाहिए।
4. लेख आदि फुल स्केप आकार के 4-5 टंकित पृष्ठों/अधिकतम 2000 शब्दों से अधिक नहीं होने चाहिए।

5. लेख से संदर्भित चित्र/रेखाचित्र भी भेजे जा सकते हैं।
6. रचना यूनिकोड फॉन्ट में वर्ड फॉरमेंट में ही भेजें।
7. द साइलेंट स्ट्रोक में मानक हिंदी वर्तनी का प्रयोग किया जाता है। अतः रचनाएं इसी वर्तनी के अनुसार भेजी जाएं।
8. समीक्षार्थ पुस्तकों की दो प्रतियां भेजी जानी चाहिए।
9. रचना के साथ लेखक अपना संक्षिप्त जीवन परिचय तथा अपना एक पासपोर्ट आकार का फोटो भी भेजे।
10. रचना के साथ अपना फोन नं एवं ई-मेल अवश्य भेजें।
11. रचनाएं thesilentstroke@gmail.com पर ही भेजें।
12. सामग्री के प्रकाशन विषय में संपादक का निर्णय अंतिम माना जाएगा।

—राकेश शर्मा 'निशीथ' ■ ■



सपना चन्द्रा

कहलगांव भागलपुर, बिहार



अशोक वाधवाणी

गांधी नगर, कोल्हापुर,
महाराष्ट्र

बेदम

बहुत दिनों से ऑफिस के चक्कर काट-काट कर हरे राम जी परेशान हो गए थे। बड़े बाबू के पद से सेवानिवृत्ति के बाद परिवार के खर्च का बोझ पेशानी पर अक्सर चमक ही जाता है।

बेटे को आगे पढ़ाना, बेटी की शादी सब कुछ तो बाकी ही था। पेंशन की रकम चालू हो जाती तो बिटिया के लिए घर-वर ढूँढ़ने निकलते।

रोज-रोज ऑफिस के चक्कर लगाते देखकर चपरासी विनोद बोल पड़ा-"बड़ा बाबू ये आपका समय नहीं है। कुछ ले-देकर अपना काम करवा लीजिए। आपका यूँ रोज-रोज परेशान होना अच्छा नहीं लगता।"

"विनोद!..मैंने हमेशा ईमानदारी से काम किया है और यही मेरी पहचान भी थी। लोग मेरे पास बड़ी उम्मीद से आते थे। मुझे क्या पता था कि एक दिन मुझे मेरे ही पैसों की खातिर तेल लगाने पड़ेंगे।"

"बड़ा बाबू...! मामला तेल का है और यह कितनी जरूरी चीज है ये आप-हम अच्छी तरह जानते हैं। एक-दूसरे की गाड़ी चलाने के लिए तेल लगाना ही पड़ता है। महँगाई ने बेदम जो कर रखा है।"

विनोद...! काश! मैं भी इतनी गहराई से कभी सोचता तो इतना बेदम न होता।

कहलगांव भागलपुर बिहार



फेसबुक फ्रेंड

सोशल मीडिया पर दिन-रात व्यस्त रहने वाले जवान जुगनू की एक कार दुर्घटना में मृत्यु हो गई। उनकी याद में शोक सभा का भव्य-दिव्य आयोजन किया गया, जिसमें उनके रिश्तेदार, परिचित, पड़ोसी और सोशल मीडिया के सभी शुभचिंतक बड़ी संख्या में उपस्थित थे। जुगनू को दिलो-दिमाग से चाहने-मानने वाले आलोक को उनके स्मरण में शर्द्धा सुमन अर्पण करने का विशेष आग्रह किया गया।

आलोक उठ खड़े हुए। जुगनू की याद में कुछ कहने से पहले ही उनका गला रुंध गया। बड़ी मुश्किल से खुद को संभालते हुए कहना शुरू किया, सबसे पहले मैं आपका हृदय की गहराईयों से आभारी हूँ कि जुगनू जी जैसी महान हस्ती के बारे में बोलने का सुअवसर प्रदान किया। जुगनू जी के बारे में क्या बताऊँ, क्या छोड़ूँ, मेरे लिए धर्मसंकट से कम नहीं। उनके नाम को लेकर बहुत-से लोगों में कुतूहल है। उनका नाम जुगनू कैसे पड़ा, उसका दिलचस्प किस्सा है। आधी रात तक सोशल मीडिया पर (ट्वीटर, इंस्टाग्राम, फेसबुक, वाट्सएप्प) चैटिंग करने के कारण, उनके एक सच्चे शुभचिंतक के सुझाव पर उन्होंने अपना नाम बदलकर, जुगनू रख लिया।

फेसबुक पर मेरे 4987 फ्रेंडों में वे एकमात्र ऐसे मित्र थे जोकि मेरी हर पोस्ट को लाइक/कमेंट करना, अपना परम कर्तव्य समझते थे। निस्वार्थ भावना से मेरी आधी से ज़्यादा पोस्ट को शेयर करने जैसा सराहनीय कार्य करते थे। छोटी-छोटी टिप्पणियों से उन्हें जैसे चिढ़ थी। विस्तारपूर्वक कमेंट

करने में उन्हें विशेष महारत हासिल थी। जैसे - रोचक-मनोरंजक-ज्ञानवर्धक!, उमंग-उत्साह-उल्लास-ऊर्जा !, काबलियत कार्टूनिस्ट की ! सुंदर, सटीक, सार्थक संदेश!, लाजवाब लघुकथा!, प्यारी पोस्ट पसंद!, वाह! वाह! क्या बात है!, कविता का कमाल! हृदयस्पर्शी-मर्मस्पर्शी!, कूरता-कट्टरता-कायरता! आदि आदि। इसके अलावा उनके पास भिन्न-भिन्न मुद्राओं-भावनाओं वाली 3000 इमोजी का संग्रह था। कब, कौन-सी पोस्ट पर कैसा इमोजी भेजना है, इसकी विशेष योग्यता उनके पास मौजूद थी। बोलते-बोलते आलोक का गला सूख गया। थोड़ा रुके।

पानी पीया। संयमित स्वर में कहना शुरू किया, वे बच्चों के साथ बच्चा बनते थे। बड़े-बुजुर्गों के साथ, उनकी उम्र अनुसार व्यवहार कुशलतापूर्वक करते थे। सोशल मीडिया पर युवाओं के साथ जोश, जुनून के जज़्बे के साथ पेश आते। आजकल के युवाओं में शब्दों को लंबा खींचने का प्रचलन जोर पकड़ रहा है। बिना इमोजी की सहायता लिए स्ट्रेच

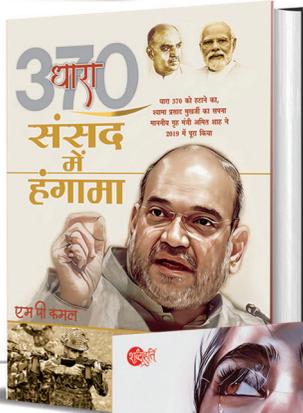
वर्ड के जरिए प्रभावशाली ढंग से अपनी भावनाएँ व्यक्त करते हैं। जोरदार ढंग से हां कहनी हो तो कहेंगे Yesssss! सामने वाले को बात करने के लिए कहते थे Heyyyyyyy! भय या निराशा को दर्शाना हो तो Oh Noooooo! किसी ग़लत बात पर व्यंग्यात्मक तरीक़े से सही कहना पड़े तो Righttttttt! किसी बात पर करारा कटाक्ष करने के लिए Suruuuuuure कहना पर्याप्त समझते। अचरज भरी खबर पढ़कर कहते Whattttttt! किसी खूबसूरत चित्र पर कमेंट करते Soooooo Cute! आदि आदि। वे लोगों के दिलों में हमेशा हयात रहेंगे। जुगनू जी हमेशा थे, आज हैं और भविष्य में भी रहेंगे...। आलोक आगे बोल न सके। आंखों से अश्रुधारा बहने लगी।

■ ■

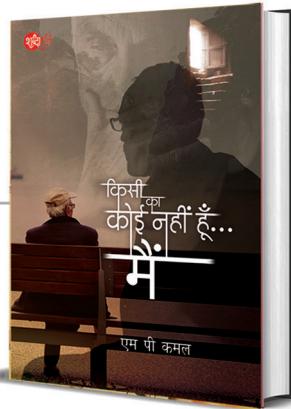
NEW ARRIVAL



शब्दाहुति | PRAKASHAN
Publisher



Offer
₹ 175/-



M P KAMAL
Author
SHABDAHUTI

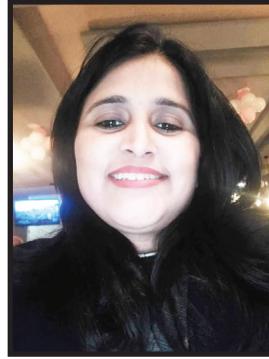
शब्दाहुति | प्रकाशन
flipkart.com

OFFICE - DAYAL BAGH | FARIDABAD | 9990753336



पूर्वा शर्मा

सेक्टर-4, वैशाली, उत्तर प्रदेश
201020



नीतू सिंह राय

सेक्टर-4, वैशाली, उत्तर प्रदेश
201020

सहानुभूति

सहानुभूति
पूर्वा शर्मा
अगर एक साथ
हंसकर खिल रहे हैं,
तो अकेले में आसुओं की
सिंचाई नहीं चाहिए।
अगर तुम्हारी बातों पे
इतना गौर कर रहे हैं,
खुद को तुम्हारी जगह रखकर
महसूस कर रहे हैं,
तो अकेले में
अपनी बातों और विचारों की
फांसी नहीं चाहिए।
अगर उत्सव के बाद तक
मिलते रहे हैं,
तो पीड़ा के बाद
दवाई लगाने वाला
हाथ भी चाहिए।

जैसी तस्वीर खींचते वक्त
कैमरे के लेंस से
सबकी हंसी दिख जाती है,
वैसे ही बातें करते समय
मन के हालात
देखने वाला लेंस चाहिए।
शारीरिक बीमारियों की
औषधि के साथ-साथ,
मन कभी किसी का
बीमार न हो,
उसकी प्रार्थना भी चाहिए।
जिंदगी का सफर,
पा लेने और खो देने
तक का है,
और इस सफर में
बस तुम्हारी सहानुभूति की
सीट बेल्ट चाहिए।

■ ■

**“खुद वो बदलाव बनिए जो दुनिया में
आप देखना चाहते हैं।”**

—महात्मा गांधी

मतदान

मतदान का अधिकार ही
सबसे बड़ा अधिकार है
अमीर - गरीब का भेद नहीं
सब यहाँ एक समान है
सबके वोट की एक ही कीमत
सबकी दिखती एक सी सूरत
चाहे रिक्शावाला हो
या सेठ, साहूकार है
मतदान का अधिकार ही
सबसे बड़ा अधिकार है।
वोट करो, तुम वोट करो
कर्तव्य से पीछे नहीं हटो
चाहे भारी बारिश है
या गर्मी अपरम्पार है
मतदान का अधिकार ही
सबसे बड़ा अधिकार है।

मतदाता हो मतदान ही
तुम्हारे होने का प्रमाण है
लोकतंत्र के मंदिर में
एक शाश्वत प्रणाम है
मतदान का अधिकार ही
सबसे बड़ा अधिकार है।

■ ■



अनुपमा अनुश्री

भोपाल, मध्य प्रदेश

राजनीति का अखाड़ा

जो चलना चाहिए,
उसे छोड़कर,
बाक़ी सब चल रहा है।
राजनीति के अखाड़े में,
बेईमान शराफ़त का
पहाड़ा पढ़ रहा है।
नेता चुनावी प्रचार में
अपनी वाह-वाही,
विदेशी दौरों में लगे हैं।
भ्रष्टाचार, व्याभिचार,
रेप की खबरों से न्यूज़पेपर,
चैनल भरे पड़े हैं।
विरोधी दल तंज,
आरोप-प्रत्यारोप में व्यस्त हैं।
जनता महंगाई,
अशिक्षा, युवा बेरोजगारी
से त्रस्त है।
अपने वादों-इरादों को जता,
बता रहे कि हम सही,
लेकिन इन गिरगिटों को
कुर्सी मिल जाए,
तो करेंगे ये भी यही।
हकीकतों से परे
आसमानों के
बेबुनियाद ख़्वाब।
ज़मी पर तो यह
नौटंकी नेता
चलते नहीं जनाब।



कैसे नियम-कानून हैं कि,
कोई अपराध करने से
नहीं डरता।
अभी भी निरंतर
हो रही है,
बहू-बेटियों की
निर्मम दहेज हत्या।।
ग्लोबलाइजेशन
या हो रहा यह नैतिक पतन।
सारा ज्ञान-उपदेश,
दूसरों के लिए,
आज का है यह चलन।।
हर क्षेत्र में देखो आज,
अनैतिकता का बोल बाला।
शफ़फ़ाक-सुथरे कपड़े और
हमेशा दाल में काला।
अपनी कमियों को
देखने के लिए
गांधारी जैसी
आंखों में पट्टी लगी है।
पांच साल का झूठा
हिसाब देने के लिए
जुबान ख़ूब चली है।।
मुझ जैसे साहित्यकार
इनके काले कारनामे
लिख परेशान।
ये गूंगे बहरे सब
सुन-सुन
बन रहे अनजान।
कहां गया प्रजातंत्र में
जनता का स्वाभिमान।
क्यों निरीह बनी देख रही,
ग़लत कामों को बेजुबान।
अब तो शायद,
यह कुर्सी ही करे
कोई करामात।
बैठने वाले ग़लत
आदमी को
गिराकर,
दिखा दे उसकी
औकात।



सुरेन्द्र सोनी 'काकड़ौद'

चंडीगढ़ (गृह जिला-जीद,
हरियाणा)

किराये का घर

जब कोई किराये का
अपना घर बदलता है
तो घर के साथ-साथ
सिर्फ गली या मोहल्ला नहीं
बल्कि एहसास छूटते हैं...

विचारों का साझापन
त्वौहारों के लेन-देन
रातों के आपातकाल
चाबियों के परस्पर बने
सारे विश्वास छूटते हैं...
गुम चाबी की साझी ढूँढ़
चाक चौबंद सुरक्षा
पारस्परिक मुस्कान
चौकीदार की लाठी के
संकेत व संगीत छूटते हैं...

सफ़ाई वाली गाड़ी
बधाई माँगते किन्नर
शहतूत के रसीले फल
पेड़ तले कुचले पड़े हुए
सूखे जामुन छूटते हैं...

कपड़े सुखाने के तार
बच्चों के गहरे यार
शादियों के निमंत्रण
जन्मदिन के केक पर
बढ़ते साल छूटते हैं...

बतियाती औरतें
पानी पर मन-मुटाव
झूठे अहं और अभिमान
सतही झगड़ों के अफ़सोस
और मलाल छूटते हैं...

परिचित छिपकलियाँ
बरसाती कॉकरोच
टेढ़ी कीलें, सूने पेंच
फ़ोटों के पीछे के साफ़
खाली निशान छूटते हैं...

अलसाते फ़र्नीचर
घिसीयाते दरवाज़े
अनौपचारिक आँसू
दुःख में कंधों के समान
सहारे देते कोने छूटते हैं...

परिपक्व अभिवादन
झुर्रियाते हुए आशीष
बढ़ती बाल मुस्कान
घटती सुविधाएँ के
मनमुटाव छूटते हैं...

सड़कों के सहज मोड़
एक आवाज़ पर दौड़
बिना बात की मरोड़
शरीर से आत्मा के
बेजोड़ जोड़ छूटते हैं...

ससुराल जाती बेटी
शहर पढ़ने जाता बेटा
लाला जी की नई हाट
दीवार सहारे खड़ी खाट के
टूटते हुए पैदे छूटते हैं...

जब कोई किराये का
अपना घर बदलता है
तो घर के साथ-साथ
सिर्फ गली या मोहल्ला नहीं
बल्कि एहसास छूटते हैं... ■■



व्यग्र पाण्डे

कर्मचारी कालोनी,
गंगापुर सिटी (राज.) 322201
(भारत)

प्रियतम आ जाओ...

ग्रीष्म ऋतु आई बन ठनके
बिगड़े हाल मेरे तन मन के
सूरज बरसाये अंगार
बदला मौसम का व्यवहार
प्रियतम आ जाओ
मेघ बन छा जाओ

मौन प्रकृति पौन चले ना
बिगड़ा सब श्रृंगार
जुलम कर रही वैरन ये ऋतु
बहे पसीना धार ॥

दिन बीते बरस के मानिंद
रात हुई बेजार
कोयल प्यारी अमराई में
बैठ करे मनुहार ॥

बैठी छांव सिकुड़ कौने में
धूप ने पांव पसारे
सूख गई नदी गांव की
सपने हो गये धारे ॥

पाक गयां मतीरा अब तो
सांगरी झालो देवे
केर भी लागण लगां सुहावण
खजूर ऊंचा सू कहवे ॥

गड़ो सूख रह्यो पानी की तस
रोटी भी ना भावे
या वैरण गरमी छल वल सू
पल पल मोय सतावे ॥

फागुन गयो बिना रंग के
गणगौर गई बिन संग
तेरे बिन 'व्यग्र' हूं मैं
ढपली बजी ना चंग ॥

प्रियतम आ जाओ
मेघ बन छा जाओ
फुहार बरसा जाओ ॥

**“उसी प्रकार एक
ही मनुष्य विश्व में
बदलाव लाने के लिए
पर्याप्त है। ये मनुष्य
आप हो सकते हैं।”**

—स्वामी विवेकानंद



शारंग अस्थाना

दिल्ली

बिन पानी सब सून

पिता ने उसे देखा उफनती नदियों में,
पुत्र ने देखा अगाध कुएं के गर्त में ।
हमने देखा उसे बूंद रूप टपकते नल में ।
पुत्र ने देखा प्लास्टिक की बोतल में ।

पोत्र देखेंगे उसे कैप्सूल के पंग रूप में
इसकी अवहेलना निरंतर रही अब भी,
दूर नहीं वह दिन उसे देखेंगे अश्रु रूप में ।

पृथ्वी डोलेगी, नभ कांपेगा बिन पानी के,
व्याधियां पनपेगी घनघोर, बिन पानी के,
मृत्यु करेगी तांडव, प्रलय, बिन पानी के
धरा झुलसेगी अतिसार, हास, बिन पानी के ।

खाने को ना होगा, चीत्कार करेंगे व्याकुल जन,
प्यासे रहेंगे पेड़-पौधे, बिलबिलाएं पीड़ित मन ।
दूर-दूर तक होगी क्रंदन करती आत्माएं ।
दौड़ेंगे रुंड-मुंड, पशु झुंड, कोई समझ ना पाए ।

कहता है इसलिए सुनो भ्रदजनों मेरी बात,
पानी को बचाओ पीढ़ियों को दे सौगात ।
पानी यदि मिल जाए तुम्हें तो हों वारे न्यारे,
ना मिले तो बरसेंगे वीभत्स दहकते अंगारे ।

हर कोई कर सकता है अपना योगदान ।
ना बनाकर इन नदियों की एक कूड़ादान ।
रासायनिक कूड़े को ना बहा नाली रूप में,
सुगम पथ दे उसे अबाध, अपने असली रूप में ।

नदियों के पुरातन मार्ग को पुनः प्रशस्त कर,
अवरोध हटा इनकी राहों को पुनः संवारकर ।
लघु बांध मार्ग में बना पानी को सहेजकर,
वर्षा के प्रकोप को भूमि के तल में भेजकर । ■■



डॉ. एल.सी. जैदिया
'जैदि'

बीकानेर (राजस्थान)



विनीत 'अशक'

कानपुर - 208007
(उत्तर प्रदेश)

गज़ल

अजीब है, मुल्क में आदमी की जात बना दी,
हुई न थी कोई बात, उसकी भी बात बना दी।

मुश्किल का दौर यहाँ हर कोई हैरान है देखो,
सुकून-ए-चैन को मुश्किल-ए-हयात बना दी।

मुहब्बत, प्यार भाईचारा जहाँ सदा से रहा हो,
सतरंज की कैसी, आदमी ने बिसात बना दी।

दिन को दिन, रात को रात जहाँ निकलती थी,
कमबख्त ने रात को दिन, दिन से रात बना दी।

सुख दुख के हर पल जहाँ साथ गुजारे हमने,
वहाँ आदमी ने दो पल की मुलाकात बना दी।

नशतर, बंदूक और बारुद बनी है कलम "जैदि"
आदमी ने आदमी को, लहू की दवात बना दी।

मायने:- मुश्किल-ए-हयात:-कठिनाइयों की जिंदगी/
नशतर:-चाकू

■

दर्द का एहसास

दर्द के एहसास को तुम सब क्या जानो
जलने की तड़प को तुम सब क्या जानो
सुबह के सूरज को चाहते है सब
डूबते हुए से नफरत को तुम सब क्या जानो
ठंड सी रातों में ठिठुरते बच्चे को देखा सब ने
पर उस बच्चे की कसक को तुम सब क्या जानो
जिन्हे नकाबिल बुलाया सबने
उन सब की काबिलियत को तुम सब क्या जानो
बहुत चहकते हो जिंदगी पाकर
भला मौत की आहट को तुम सब क्या जानो
गुज़र गयी जिंदगी वो भी मुस्कुरा के गए
बंद आँखों में बसे टूटे सपनों को तुम सब क्या जानो
आज भी रोया बहुत वो पर सुना किसी ने नहीं
खुद के अंडर गूजती आवाज की सिसकियों को तुम सब
क्या जानो

चला तो था साधे हुए कदमों से
खुद कितनी बार गिरा वो अपनी नजरो में ये तुम सब क्या
जानो

सोचता हू कि कतल कर दु खुद को
अपने ही हाथों मरने की तड़प को तुम सब क्या जानो

छोड़ी अच्छा शाम हो चुकी है बहुत
चमकते चाँद के टूटे हुए दिल का हाल तुम सब क्या जानो

दर्द के एहसास को तुम सब क्या जानो।

■

भारतीय भावना से जुड़ा श्रीलंका

श्रीलंका दक्षिण एशिया में हिन्द महासागर के उत्तरी भाग में समुद्री द्वीप पर स्थित एक स्वतंत्र गणराज्य है। श्रीलंका देश का इतिहास बहुत ही पुराना और प्राचीन कथाओं से जुड़ा है। इसके इतिहास में कई रहस्य दबे हुए हैं। यह स्थान रामायण काल के अपने नाम लंका के लिए भी जाना जाता है। भारत और श्रीलंका को जोड़ने वाला एडम ब्रिज (राम सेतु) भी भगवान राम के समय के दौरान ही बनाया गया था। श्रीलंका ब्रिटिश उपनिवेश के रूप में भी रहा है। लंका का पुराना नाम सीलोन था जिसे बाद में लंका नाम दिया लेकिन कुछ समय के उपरांत इस नाम को सम्मान देने के लिए श्री शब्द जोड़ दिया गया और उसके बाद यह देश श्रीलंका नाम से जाना गया।

कोलंबो

समृद्ध औपनिवेशिक विरासत और बहुत ही सुंदर और लोकप्रिय आकर्षणों के साथ, कोलंबो श्रीलंका में सबसे लोकप्रिय पर्यटन स्थल है। देश की विधायी राजधानी श्री जयवर्धनेपुरा कोट्टे शहर के शहरी क्षेत्र के भीतर है, इसलिए कोलंबो को अक्सर श्रीलंका की राजधानी भी कहा जाता है। यह पश्चिमी प्रांत की प्रशासनिक राजधानी और कोलंबो जिले की राजधानी भी है। माना जाता है कि 'कोलंबो' नाम शास्त्रीय सिंहली नाम कोलोन थोटा से लिया गया है, जिसका अर्थ है 'केलानी नदी पर बंदरगाह'। एक अन्य

मान्यता यह है कि यह नाम सिंहली नाम कोला-अम्बा-थोटा से लिया गया है जिसका अर्थ है 'पत्तेदार/हरे आम के पेड़ों वाला बंदरगाह'।

श्रीलंका का एक लंबा इतिहास है और कोलंबो का भी। 5वीं शताब्दी ईस्वी में, कोलंबो एशिया और पश्चिम के बीच व्यापार के लिए एक बंदरगाह के रूप में कार्य करता था। 8वीं शताब्दी के दौरान, अरब व्यापारी बंदरगाह के पास बस गए। 1505 ई. में पुर्तगाली आये और बाद में 17वीं सदी के मध्य तक डचों ने कोलंबो पर कब्जा कर लिया और राजधानी के रूप में इस्तेमाल किया। कोलंबो श्रीलंका की वाणिज्यिक राजधानी है और इसमें कई आकर्षण हैं। कोलंबो शहर में अभी भी औपनिवेशिक काल और प्रारंभिक इतिहास की



नीलमणि शर्मा

एक्सप्रेस ग्रीन, वैशाली,
गाजियाबाद 201010



ग्रुप फोटो डॉ. दुआ के साथ

कई संरचनाएं देखी जा सकती हैं। श्रीलंका का यह सबसे बड़ा नगर श्रीलंका के प्रमुख शहरों में से एक हिंदमहासागर का मुख्य बंदरगाह है जिसके पास दुनिया का सबसे बड़ा कृतिम बंदरगाह है

कोलंबो में घूमने के लिए गॉल फेस ग्रीन, बीरा झील और पिकनिक मनाने के लिए विहारमहादेवी पार्क सबसे लोकप्रिय स्थान है। यहां पर बहुत सारे बौद्ध मंदिर भी स्थापित हैं। यहाँ साल भर पर्यटकों का आना जाना लगा रहता है। गंगारामया मंदिर चीनी, भारतीय, थाई और श्रीलंकाई शैली की वास्तुकला का मिश्रण है, और विहारमहादेवी पार्क अपनी विशाल बुद्ध प्रतिमा के साथ कोलंबो का सबसे पुराना और सबसे बड़ा पार्क है। यहां पर श्रीलंका के एकमात्र तारामंडल, डच संग्रहालय और राष्ट्रीय संग्रहालय और प्रतीकात्मक कोलंबो लोटस टॉवर भी देख सकते हैं।

उनावातुना

श्रीलंका के आकर्षित स्थलों में उनावातुना एक प्रमुख स्थान है, जोकि उनावाटा का एक छोटा समुद्रीय तटीय क्षेत्र हैं और यह अपनी सफ़ेद रेत के लिए बहुत अधिक प्रसिद्ध हैं। इस शांतिप्रिय स्थान पर पिकनिक मनाने के लिए भी पर्यटक आते हैं। इसके अलावा इस तट पर रंगीन मछली और कछुए देखने को मिलते हैं। समुद्र के अलावा यहाँ मिलने



कोलंबो लोटस टॉवर

वाला स्वादिष्ट भोजन भी पर्यटकों को अपनी और लुभाता है।

कैंडी

कैंडी श्रीलंका देश का एक शानदार शहर है, जोकि पर्यटकों को अपनी तरफ आकर्षित करने वाला पर्यटन स्थल है। यह शहर सुन्दर गार्डन ओर ऐतिहासिक रचनाओं के कारण पर्यटकों के बिच बहुत अधिक लोकप्रिय है। शहर और क्षेत्र को कई अलग-अलग नामों और उन नामों के संस्करणों से जाना जाता है। कुछ विद्वानों के अनुसार कैंडी का मूल नाम कटुबुलु नुवारा था। हालाँकि, अधिक लोकप्रिय ऐतिहासिक नाम सेंकादगला या सेंकादगलापुरा है, आधिकारिक तौर पर सेंकादगला सिरीवर्धना महा नुवारा, जिसे आमतौर पर 'महा नुवारा' के रूप में छोटा किया जाता है। कैंडी नाम सिंहली कां डा उदय राता के अंग्रेजी संस्करण से लिया गया है।

कैंडी श्रीलंका का दूसरा सबसे बड़ा शहर है और एशिया की सबसे पवित्र वस्तुओं में से एक, बुद्ध के 'टूथ अवशेष' के लिए जाना जाता है। आपको यह ऐतिहासिक कुत्ता 'टूथ के पवित्र मंदिर' (दलदा महागाना) में मिलेगा जहां दिन में तीन बार विशेष चढ़ावा होता है। गर्मियों में कैंडी के शानदार 11-दिवसीय एसाला पेराहेरा उत्सव को देखने के लिए जाएँ, जिसमें इसकी आनंददायक मध्यरात्रि परेड और टूथ अवशेष जुलूस भी शामिल है। कैंडी शहर में अधिक मात्रा में धार्मिक स्थल है, जिसकी वजह से पर्यटक इस स्थान पर अधिक मात्रा में दर्शन करने के लिए जाते हैं। दंत चिकित्सा के अलावा, कैंडी में देखने के लिए एक भव्य झील, सीलोन चाय संग्रहालय, पेराडेनिया वनस्पति उद्यान और गडालाडेनिया पहाड़ी मंदिर है।

श्रीलंका की पहाड़ी राजधानी के रूप में अधिक लोकप्रिय, कैंडी अपनी आध्यात्मिकता और शांत आकर्षण के लिए जाना जाता है, जिसके कारण औपनिवेशिक शहर में पर्यटकों के साथ-साथ बौद्ध, विशेषकर थेरवाद स्कूल के लोग भी अक्सर आते हैं। कैंडी के सुनियोजित शहर ने अपनी विरासत में मूल्य जोड़ा और विकास के लिए अपनी जड़ें कभी नहीं बदलीं। इसे वर्ष 1988 में यूनेस्को द्वारा विश्व धरोहर स्थल घोषित किया गया था। घने उष्णकटिबंधीय जंगलों और चाय के बागानों के बीच एक ऊंचे पठार पर स्थित कैंडी शहर, श्रीलंका का दूसरा सबसे बड़ा शहर है। कैंडी में घूमते

समय आपको चाय के खूबसूरत बागान देखने को मिलेंगे।

श्रीलंका के दर्शनीय स्थलों में शामिल टूथ का मंदिर एक अत्यधिक और पवित्र पर्यटन स्थल है। यहाँ बौद्ध धर्म से संबंधित (श्री दलादा मालीगांव) पवित्र दंत अवशेष का मंदिर अधिक प्रसिद्ध है। माना जाता है कि भारत से श्रीलंका की यात्रा पर गए एक बौद्ध भिक्षु की मृत्यु के उपरांत उनसे एक दांत लेने के बाद बनाया गया था। हालाकि दांत को चुराने की कई नाकाम कोशिश की गई हैं। मंदिर में आने वाले पर्यटकों को दांत की एक झलक दिखाई जाती है। श्रीलंका की यात्रा टूथ मंदिर की यात्रा के बिना अधूरी मानी जाती है।



टूथ मंदिर

बेंटोटा

नदी के दक्षिणी तट पर स्थित, बेंटोटा एक विचित्र शहर है, जो रेतीले तटों, प्राचीन पानी और ऊंचे ताड़ के पेड़ों के प्रभुत्व वाले हरे-भरे परिदृश्य से घिरा हुआ है। दिलचस्प बात यह है कि 'बेंटोटा' नाम बेन नामक राक्षस से लिया गया है, जिसने कभी टोटा या नदी तट पर शासन किया था। इसे श्रीलंका का प्रमुख समुद्र तट रिजॉर्ट माना जाता है क्योंकि नेशनल हॉलिडे रिजॉर्ट कॉम्प्लेक्स बेंटोटा बीच से जुड़ा हुआ है। यह स्थान अपने धूप से नहाए समुद्र तटों, लैगून, गोताखोरी स्थलों के लिए जाना जाता है, जो मूंगा चट्टानों, सदियों पुराने बौद्ध मंदिरों, बगीचों और नारियल के पेड़ों के लंबे विस्तार का सबसे अच्छा दृश्य पेश करते हैं। इसके शानदार धूप से नहाए समुद्र तट इस शहर को परिवारों

के लिए समुद्र तट पर गुणवत्तापूर्ण समय बिताने के लिए एक आदर्श स्थान बनाते हैं। बेंटोटा बीच, ब्रीफ गार्डन, मोरागल्ला बीच, दालचीनी द्वीप, कांडे विहार मंदिर, गलापाटा विहार और मट्टु गंगा रिवर सफारी बेंटोटा में घूमने के लिए शीर्ष स्थान हैं। बेंटोटा राजसी समुद्री कछुओं का घर है। क्षेत्र में समुदाय द्वारा संचालित हैचरियां समुद्री जीवन के प्रचार-प्रसार में मदद करने के लिए अपना योगदान दे रही हैं।

भारत में हर कोई रामायण की कहानी से परिचित है। माता सीता से शादी के बाद भगवान राम को 14 वर्ष के लिए वनवास जाना पड़ा था। इस दौरान लंका के राजा रावण ने सीता माता का हरण कर लिया था और कुछ दिनों



हनुमान जी के पैरों के निशान



अशोक वाटिका स्थित सीता माता का मंदिर

के लिए उन्हें अपनी अशोक वाटिका में रखा था। अशोक वाटिका रावण के महल के अंदर बनी हुई थी। सीता जिस अशोक के पेड़ के नीचे बैठती थी, वह जगह आज भी सीता एलिया के नाम से प्रसिद्ध है। यह आज भी वैसी है जैसे उस समय हुआ करती थी। सीता एलिया गांव में सीता नदी के किनारे पहाड़ पर स्थित अशोक वाटिका का रास्ता काफी कठिन है। पहाड़ घने जंगल से भरा हुआ है। यहां तक कि यहां आसपास रहने वाले लोग भी जंगल में जाने की हिम्मत नहीं करते।

भगवान राम के आदेश पर हनुमान जी सीता माता को ढूंढने लंका गए थे। उन्होंने सीता माता को भगवान राम की अंगूठी फेंकी, जिससे उन्हें अंदाजा हुआ कि हनुमान को भगवान राम ने ही भेजा है। श्रीलंका में आज भी वह जगह मौजूद है, जहां पर हनुमान जी के पैरों के निशान पाए जाते हैं। उनके पैर जिस-जिस चट्टान पर पड़े, वहां पैर के आकार के गड्ढे बन गए हैं। इन निशानों को आज भी देखा जा सकता है। गड्ढे को आस्था से स्पर्श कर श्रद्धा से भर जाते हैं।

पर्यटन और हाथी

श्रीलंका घूमने आने वाले पर्यटकों के लिए हाथी ट्रेकिंग, या हाथी की सवारी एक महत्वपूर्ण आकर्षण है। इसे पारंपरिक रूप से प्रकृति के करीब जाने के एक तरीके के रूप में देखा जाता है, जो अक्सर अभयारण्यों और अनाथालयों में होता है। श्रीलंका में सबसे बड़ा अनाथालय पिन्नावाला है जिसमें 90 से अधिक हाथी हैं।



अनाथालय पिन्नावाला

संस्कृति और भोजन

श्रीलंका के मुख्य भोजन में आपको कई तरह के श्रीलंकाई व्यंजन मिल जाएंगे, जोकि एक शानदार पर्यटन स्थल पर होने चाहिए। श्रीलंका के मुख्य भोजन में मछली एम्बुल थियाल (Fish Ambul Thiya), कोट्टू रोटी, कुकुल मस करी (Chicken Curry), पारिपु (ढाल करी), हॉपर, हरी कटहल की सब्जी, वम्बतु मज्जु के अलावा भी आपको कई तरह के स्वादिष्ट व्यंजन चखने को मिल जाएंगे।

श्रीलंका प्राचीन खंडहरों और धार्मिक अवशेषों का एक खूबसूरत देश है। श्रीलंका हर तरह की गतिविधियों से

भरा हुआ पर्यटन स्थल है। कतारागामा श्रीलंका के प्रमुख त्यौहारों में से एक है। कतारागामा त्यौहार हिन्दू धर्म से सम्बंधित देवता के लिए मनाया जाता है और यह प्रत्येक वर्ष जुलाई से अगस्त माह के दौरान मनाया जाता है। श्रीलंका पर्यटन की यात्रा पर आने वाले सैलानियों को यह त्यौहार बहुत अधिक रास आता है। त्यौहार के अवसर पर श्रीलंका का पारंपारिक लोक नृत्य, संगीत, हाथी की परेड और रंग-बिरंगे परिधानों के साथ आयोजित किया जाता है।

बंडारनाइक हवाई अड्डे के लिए उड़ान भर सकते हैं। श्रीलंका का भ्रमण पूरे साल किसी भी समय किया जा सकता है, हालाँकि, अक्टूबर से मार्च तक की सर्दी श्रीलंका की यात्रा के लिए सबसे अच्छा मौसम है। यह सबसे व्यस्त मौसम भी है और इस मौसम में होटल आमतौर पर बहुत महंगे होते हैं। कैंडी और नुवारा एलिया जैसे हिल स्टेशन गर्मी के मौसम में बड़ी भीड़ को आकर्षित करते हैं। श्रीलंका घूमने जाने के लिए पर्यटक वीजा और व्यावसायिक वीजा प्राप्त करने के लिए आवेदन करने की अनुमति है। भारतीय पासपोर्ट



सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत करते हुए कलाकार

कैसे जाएं श्रीलंका

श्रीलंका जाने के लिए फ्लाइट से डायरेक्ट कनेक्टिविटी बनी हुई है। श्रीलंका के कोलम्बो शहर में बंडारनाइक इंटरनेशनल हवाई अड्डा (Bandaranaike International Airport) जोकि श्रीलंका सभी देशों से हवाई मार्ग के जरिए जोड़ता है। भारत से श्रीलंका जाने के लिए आप दिल्ली हवाई अड्डे या अन्य एयरपोर्ट से श्रीलंका के

धारक श्रीलंका आने से पहले ईटीए(ETA) के लिए आवेदन कर सकते हैं। इस वीजा केटेगरी में धारकों को श्रीलंका में अधिकतम 30 दिनों तक रहने की अनुमति है। टूरिस्ट वीजा में पर्यटकों को श्रीलंका में नौकरी करने की अनुमति नहीं दी जाती।

■ ■



Image courtesy : neurosciencenews.com

सिजोफ्रेनिया एक मानसिक रोग

आकांक्षा शर्मा

दुनिया में सिजोफ्रेनिया के जितने मरीज हैं, उनमें से करीब 90 प्रतिशत भारत जैसे विकासशील देशों में ही है। भारत में लगभग 2 करोड़ लोग सिजोफ्रेनिया (व्यक्तित्व विघटन) जैसी गंभीर मानसिक बीमारी से पीड़ित है। लगभग 5 करोड़ लोग डिप्रेशन, चिंता, तनाव जैसी बीमारियों से पीड़ित हैं। इस बीमारी से महिला और पुरुष, अमीर और गरीब, युवा और बुजुर्ग कोई भी अछूता नहीं है। पूरी दुनिया में 24 मई को वर्ल्ड सिजोफ्रेनिया डे मनाया जाता है। सिजोफ्रेनिया को मानसिक बीमारियों में सबसे खतरनाक माना जाता है। इसका अगर सही इलाज न किया जाए तो करीब 25 फीसदी मरीजों के आत्महत्या करने का खतरा होता है। प्रति 1000 व्यक्तियों में से यह बीमारी 10 लोगों को हो सकती है। इस

बीमारी के शिकार ज्यादातर 16-45 आयु वर्ग के लोग होते हैं। पुरुषों को ये बीमारी महिलाओं से कम उम्र में हो सकती है। ज्यादातर मामलों में मरीज को इस बीमारी की चपेट में आने के बारे में पता ही नहीं चल पाता है।

विश्व की 10 सबसे बड़ी अक्षम बनाने वाली बीमारियों में शामिल सिजोफ्रेनिया की चपेट में आने पर रोगी के साथ ही परिवारजनों की दिक्कत भी बढ़ जाती है। इसके ज्यादातर मरीज दूसरों पर निर्भर हो जाते हैं क्योंकि न तो वह अपनी देखभाल कर पाते हैं और न ही नौकरी जैसे काम कर पाते हैं। इसके बहुत से मरीज इलाज का विरोध भी करते हैं, वह इस बात को मानने के लिए भी तैयार नहीं होते हैं कि उन्हें कोई समस्या है। कुछ मरीजों में इसके लक्षण साफ तौर

पर दिखते हैं जबकि दूसरे मरीजों को देखकर कोई अनुमान नहीं लगाया जा सकता है। लेकिन उनसे बातचीत करने पर पर इस बात का पता चल जाता है कि वे इस बीमारी से ग्रसित हैं।

सिजोफ्रेनिया क्या है ?

सिजोफ्रेनिया अर्थ है मस्तिष्क का विभक्त हो जाना। यह ग्रीक शब्द से आया है schizein (अलग करना) और phren- (मस्तिष्क)। वर्ष 1911 में एक स्विस् मनोवैज्ञानिक इयूहेन ब्लेयुलेर (Eugen Bleuler) ने यह नाम दिया था। उन्होंने 4 प्रकार के नवीन लक्षण बताए - फ्लैट्टड प्रभाव, आत्मविमोह, द्वैधवृत्ति और विचारों में संबंध। उनके अनुसार दिमेन्तिया कोई बीमारी नहीं थी क्योंकि उसके कुछ मरीजों ने इसमें सकारात्मक परिणाम दिखाए और उनकी बीमारी और आगे नहीं बढ़ी और इसीलिये उन्होंने सिजोफ्रेनिया का नाम सुझाया गया।

सिजोफ्रेनिया के प्रकार

साधारण सीजोफ्रेनिया-यह रोग की शुरुआती अवस्था होती है। इसमें रोगी चुपचाप, खुद में खोया रहता है। वह परेशान रहता है। उसे बाहर जाना और लोगों से मिलना अच्छा नहीं लगता। वह खुद को दूसरों से बहुत दूर कर लेता है।

पैरानॉयड सीजोफ्रेनिया-पैरानॉयड सिजोफ्रेनिया में पीड़ित व्यक्ति को संदेह, जुनून या भ्रम की स्थिति बहुत ज्यादा होती है। ऐसी स्थिति में वह वैसा ही करने लगता है, जो उसे सही लगता है। इस स्थिति से पीड़ित व्यक्ति का व्यवहार अजीब तरह से हो सकता है और उसकी भावनात्मक प्रतिक्रियाएं भी ठीक नहीं होती है और सामान्य जीवन से उसका जुड़ाव बहुत कम दिखाई देता है। इस अवस्था में पीड़ित व्यक्ति हर किसी पर शक करने लगता है। उसे हर समय यह डर बना रहता है कि कोई उसे मारना चाहता है। वह यह मान लेता है कि वह जो सोच रहा है वही सही है।

हेबेफ्रेनिक सिजोफ्रेनिया - इसमें रोगी के भीतर भावनात्मक परिवर्तन, भ्रम और व्यवहार में बदलाव, गैर-जिम्मेदार और अप्रत्याशित व्यवहार जैसे लक्षण बिल्कुल सामान्य होते हैं। इन रोगियों का मन हमेशा उदास रहता है और कभी भी मौजूदा स्थिति से मेल नहीं खाता है। हालांकि रोगी कभी-कभी गर्व, मुस्कराहट, शरारत और किसी की कही गई बातों को दोहरा सकता है। इस स्थिति में मरीज



आकांक्षा शर्मा

एक्सप्रेस ग्रीन, वैशाली,
गाजियाबाद

संपर्क : 9953964090

E-mail : sharmas.aakanksha@gmail.com

ऐसी बातें करते या कहते हैं, जिसका कोई अर्थ नहीं होता। मरीज खुद ही नए शब्द घड़ लेता है, जिनका कोई अर्थ नहीं होता। वे वाक्यों और शब्दों की गलत मिक्सिंग करते हैं।

कैटोनिनिक सिजोफ्रेनिया - कैटोनिनिक सिजोफ्रेनिया (Catatonic) से पीड़ित व्यक्ति मानसिक, शारीरिक और भावनात्मक रूप से बिल्कुल कुंद हो जाता है, इतना ही नहीं उसके चेहरे पर बहुत कम या फिर कोई चेहरे पर कोई भाव ही नहीं होता है। उदाहरण के तौर पर वह लंबे समय तक नहीं चल सकता। उसमें खाने, पीने या पेशाब जाने तक की भावना नहीं पैदा होती है। कभी-कभी कैटोनिनिक कई घंटों तक रहता है, जिसके कारण उनके अस्पताल जाने की नौबत तक आ जाती है। यह दो तरह का होता है - केटाटॉनिक स्टूपर और केटाटॉनिक एक्साइटमेंट। केटाटॉनिक स्टूपर में मरीज सेमी कोमा में होता है। वह काफी देर तक एक ही स्थिति में बैठा रहता है। केटाटॉनिक एक एक्साइटमेंट में मरीज हिंसक हो जाता है।

अपरिभाषित सिजोफ्रेनिया-अपरिभाषित(Undifferentiated) सिजोफ्रेनिया में व्यक्ति में कई प्रकार के लक्षण होते हैं जो एक से अधिक प्रकार के सिजोफ्रेनिया में आते हैं।

सिजोफ्रेनिया के लक्षण

सीजोफ्रेनिया के लक्षणों को मुख्य रूप से तीन भागों में बांटा जाता है। इनमें सकारात्मक लक्षण, नकारात्मक लक्षण और डिसऑर्गेनाइज्ड लक्षण। इन तीनों में रोगी का व्यवहार कुछ इस तरह होता है-

सकारात्मक लक्षण

ऐसे लक्षणों को मानसिक लक्षण (Psychotic Symptoms) के नाम से भी जाना जाता है। जैसे, किसी के होने का भ्रम होना या फिर डरावने साए दिखना।

भ्रम (Delusion)

मरीज को गलत यकीन होने लगते हैं। इस यकीन के कई रूप हो सकते हैं जैसे खुद को सताए जाने का भ्रम (Delusions Of Persecution) या फिर खुद के अमीर/ ताकतवर होने का भ्रम (Delusions Of Grandeur)। मरीज को यह भी महसूस हो सकता है कि दूसरे उन्हें अपने इशारों पर नचाने की कोशिश कर रहे हैं। या, फिर उन्हें यह एहसास भी हो सकता है कि उनमें दैवीय शक्तियां हैं। भ्रम में व्यक्ति को शक को जाता है कि कोई मुझे मारना चाहता है। लोग मेरे खिलाफ साजिश कर रहे हैं और सब लोग मिले हुए हैं। लोग मेरे खाने में जहर मिलाना चाहते हैं और पुलिस भी मेरे ही पीछे पड़ी है। जब इंसान बाहर जाता है तो उसे लगता है कि लोग मेरे बारे में ही बात कर रहे हैं या मुझे देखकर ही हंस रहे हैं।

माया (Hallucinations)

सिजोफ्रेनिया के मरीज को अजीब-सी आवाजें सुनाई देती हैं। उन्हें ऐसी चीजें दिखाई और महसूस होती हैं, जो असल में होती ही नहीं हैं। इसके अलावा कई मामलों में उन्हें चीजों का स्वाद और खुशबू महसूस होने की शिकायत होती है जो वहां होती ही नहीं हैं। माया वाले मरीज के साथ सबसे बड़ी समस्या यह होती है कि, वह यह मानने को ही तैयार नहीं होता है कि, जो वह देख या सुन रहा है वह असल में नहीं है। उसे लगता है कि, लोग जबरन उसे गलत ठहराने की कोशिश कर रहे हैं, क्योंकि वह तो सामने खड़ी अवास्तविक चीज को भी देख या सुन रहा होता है। जब कोई कुछ नहीं बोलता, तब भी रोगी को आवाजें सुनाई पड़ती हैं। फिर इसी के अनुसार वो और कान लगाकर इन बातों को सुनने की कोशिश करने लगता है। यह गतिविधि उसके व्यवहार को प्रभावित करने लगती है।

नकारात्मक लक्षण (Negative Symptoms Of Schizophrenia)

इन लक्षणों को पहचानने के लिए विशेषज्ञ डॉक्टर की मदद लेनी पड़ती है। ये लक्षण ज्यादातर मनुष्य को खुद से ही दूर ले जाते हैं। इसमें रोगी एपेथेटिक हो जाते हैं यानी उनकी

भावनाएं लगभग खत्म हो जाती हैं। इस तरह कि परिवार में किसी की मृत्यु होने पर भी उन्हें फर्क नहीं पड़ता है। वे पीड़ा या दुख का अनुभव नहीं करते हैं। खुद को तकलीफ होने पर भी वे चेहरे के भावों के साथ उसे जाहिर नहीं कर पाते हैं। इसे आप इस तरह समझ सकते हैं कि हर समय उनके चेहरे पर एक ही भाव रहता है, एकदम तटस्थ होता है उसे ना खुशी होती है और ना ही दुख होता है। वे सामाजिक रूप से लोगों से मिलना-जुलना पसंद नहीं करते हैं। परिवार के लोगों से भी धीरे-धीरे बातचीत कम कर देते हैं। अकेले रहना शुरू कर देते हैं। वे सामाजिक रूप से ही नहीं भावनात्मक रूप से भी खुद को अलग कर लेते हैं।

डिसऑर्गेनाइज्ड

इनके कामों का कोई उद्देश्य नहीं होता है। कोई एक काम करते हैं तो लगातार उसे ही करते रहते हैं। आमतौर पर गंदगी भरा या टूटा-फूटा सामान बहुत इकट्ठा करते हैं। ब्रश करने और नहाने जैसी दैनिक क्रियाएं करने का ध्यान भी इन्हें नहीं रहता है। किसी के भी सामने या कहीं भी कपड़े खोल देते हैं, इन्हें ध्यान भी नहीं रहता कि ये क्या कर रहे हैं। घर में कहीं भी पेशाब कर सकते हैं, कपड़े फटे हुए भी पहन लेते हैं, महीनों तक कंधी नहीं करते, नहाते नहीं है और इन्हें साफ-सफाई या गंदगी का कोई फर्क नहीं पड़ता है।

सिजोफ्रेनिया के कुछ अन्य लक्षण

मनोचिकित्सक मानते हैं कि अलग अलग मरीज में अलग तरह के लक्षण दिखाई पड़ते हैं। इससे ग्रसित मरीज अपनी देखभाल नहीं कर पाते हैं इसलिए उनकी दूसरों पर निर्भरता बढ़ जाती है। वहीं कुछ मरीज अपने को बीमार नहीं मानकर इसके इलाज का विरोध भी करते हैं। कुछ अन्य लक्षण इस प्रकार हैं -

संज्ञानात्मक लक्षण (Cognitive Symptoms Of Schizophrenia)

ये लक्षण मरीज की सोचने-समझने की क्षमता के प्रभावित होने से समझे जाते हैं। मरीज की सोच बेहद सकारात्मक या फिर बेहद नकारात्मक हो सकती है। इस लक्षण वाले मरीज ज्यादा देर तक किसी एक चीज पर ध्यान केंद्रित नहीं कर पाते हैं। मरीज की ध्यान केंद्रित करने, चीजों को याद करने, आगे की योजना बनाने और उनके जीवन को व्यवस्थित करने की क्षमता प्रभावित होती है। संचार और अधिक कठिन हो जाता है।

भावनात्मक लक्षण (Emotional Symptoms Of Schizophrenia)

भावनात्मक लक्षण ज्यादातर नकारात्मक लक्षण होते हैं, जैसे भावनाओं का मर जाना। यानी कि इस बीमारी में मरीज को न तो सुख महसूस होता है न ही दुख की अनुभूति होती है। ये बहुत कम लोगों के बारे में बात करते हैं और बहुत कम बात करते हैं। या कहिए कि इनकी दुनिया खुद में ही सिमट जाती है। इन्हें डर लगता रहता है। इनकी बातें सुनकर ऐसा लगता है कि इनकी बातों का कोई सिर पैर नहीं है। उनका बात कहने का तरीका बहुत प्रभावी और आकर्षक हो सकता है लेकिन बातें बेतुकी होती हैं, जिन्हें वे पूरी आत्मविश्वास के साथ रखते हैं। अकेले में बात करते रहते हैं, अकेले ही बिना किसी कारण के हंसना या रोना शुरू कर देते हैं। हवा में इशारे करते रहते हैं, देखने वाले को लगता है मानों कुछ गिन रहे हैं।

अजीब हरकतें, नींद की कमी

कई बार ये घंटों तक बिना किसी कारण के अलग सा पोश्चर बनाकर खड़े रहते हैं, जिसका कोई कारण या उद्देश्य नहीं होता है। इस बीमारी की गिरफ्त में आनेवाले लोग तंबाकू और सिगरेट का नशा बहुत अधिक करने लगते हैं। यह लक्षण ज्यादातर वयस्क रोगियों में देखने को मिलता है। इस बीमारी से पीड़ित व्यक्ति का रूटीन डिस्टर्ब हो जाता है और ज्यादातर रोगियों में नींद की कमी हो जाती है। इसका उनके मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य पर नकारात्मक असर साफतौर पर दिखाई देने लगता है।

सोचने में विकार (Thought Disorder)

सिजोफ्रेनिया के मरीज की सोचने की क्षमता भी इस बीमारी के कारण प्रभावित होती है। हो सकता है कि मरीज बातचीत करते हुए बिना किसी लॉजिकल कारण के किसी दूसरे विषय पर बात करना शुरू कर दे। कई बार ये परिवर्तन इतने ज्यादा होते हैं कि सुनने वाला बुरी तरह खीझ जाता है। रोगी जीवन में कुछ करने के लिए अपना अभियान खो देता है जैसे की अपने हर दिन की क्रियाएं, जैसे स्नान करना और खाना पकाने की इच्छा छोड़ देना।

सिजोफ्रेनिया होने के कारण (Causes Of Schizophrenia)

हमारे दिमाग में डोपामाइन नाम का न्यूरोट्रांसमीटर है, जो दिमाग और शरीर में तालमेल बिठाने का काम करता है। जब किसी भी वजह से दिमाग में डोपामाइन केमिकल

जरूरत से ज्यादा बढ़ जाता है, तब सिजोफ्रेनिया की समस्या देखी जाती है। मानसिक अस्थिरता की ये स्थिति दो कारणों से हो सकती है। पहला जेनेटिक और दूसरा उस इंसान के आसपास का माहौल। बच्चे के मां-बाप में से किसी एक को ये परेशानी होती है, तो बच्चे में सिजोफ्रेनिया होने की संभावना 11 से 12 प्रतिशत तक होती है। वहीं अगर किसी बच्चे के मां-बाप दोनों ही इस मानसिक समस्या से जूझ रहे होते हैं, तो उस बच्चे में ये बीमारी होने की समस्या 40 प्रतिशत तक होती है। इस बीमारी की कई वजह बताई गई हैं, जिनमें अनुवांशिक कारण, पर्यावरण, दिमाग में न्यूरो कैमिकल का असंतुलन, तनावपूर्ण अनुभव, खराब पारिवारिक रिश्ते और दुर्घटना शामिल हैं। मैरिजुआना और एलएसडी जैसे ड्रग्स भी इस गंभीर बीमारी का कारक माने जाते हैं।

तनावपूर्ण अनुभव

कई बार तनाव भरे अनुभवों के कारण भी सिजोफ्रेनिया के लक्षण प्रकट हो सकते हैं। असल में ज्यादातर मामलों में सिजोफ्रेनिया के असली लक्षण प्रकट होने से पहले लोगों में बुरा व्यवहार करने, बेचैनी और ध्यान न केंद्रित कर पाने की समस्याएं होने लगती हैं। इसकी वजह से इंसान की जिंदगी में अन्य समस्याएं जैसे रिलेशनशिप प्रॉब्लम, तलाक और बेरोजगारी जैसी दिक्कतें होने लगती हैं। सिजोफ्रेनिया से पीड़ित लोगों को अक्सर कहीं भी ध्यान केंद्रित करने में समस्या होती है, जिस वजह से वह चिंतित और चिड़चिड़े होने लगते हैं। इसके अलावा, इस स्थिति में परिवार और स्वयं पर ध्यान न दे पाना आदि भी स्ट्रेस का कारण बनता है। यहां पर यह कह पाना मुश्किल है कि तनाव के कारण सिजोफ्रेनिया हो रहा है या सिजोफ्रेनिया के कारण तनाव हो रहा है।

ड्रग्स के सेवन से

कई बार नशीले पदार्थों का सेवन करने की वजह से भी इंसान को सिजोफ्रेनिया हो सकता है। इन ड्रग्स में मरिजुआना और एलएसडी का नशा करने वालों को सिजोफ्रेनिया होने का खतरा सबसे ज्यादा होता है। इसके अलावा ऐसे लोग जो सिजोफ्रेनिया का इलाज करवा रहे हैं या फिर किसी अन्य मानसिक बीमारी से परेशान हैं। वह अगर गांजे का सेवन करते हैं तो सिजोफ्रेनिया की बीमारी उन्हें अपनी चपेट में ले सकती है। कुछ रिसर्चर मानते हैं कि

कुछ दवाओं जैसे स्टेरॉयड और स्टिमुलेंट्स के सेवन से भी ये मानसिक बीमारी हो सकती है।

सीजोफ्रेनिया का उपचार

सिजोफ्रेनिया एक ऐसी बीमारी है जिसे पूरी तरह से ठीक नहीं किया जा सकता है, लेकिन समय पर अगर इसे पहचान लिया जाए तो दवाओं और बिहेवियरल थेरेपी से इसे नियंत्रित जरूर किया जा सकता है। नशे और तनाव से दूर रहकर भी इस बीमारी से बहुत राहत पाई जा सकती है। इसका कोई सटीक मेडिकल टेस्ट नहीं है। इसलिए डॉक्टर्स मरीजों की केस हिस्ट्री, मानसिक स्थिति और लक्षणों का इवेलुएशन कर इलाज करते हैं। योग, मेडिटेशन और फैमिली सपोर्ट से भी इस बीमारी नियंत्रित करने में मदद करता है।

सीजोफ्रेनिया के मरीज को बेहतर व्यवहार और दवाओं की आवश्यकता होती है। सही इलाज और देखभाल से इसका मरीज सामान्य जिंदगी जी सकता है। इस बीमारी में मरीज को सबसे ज्यादा पारिवारिक सहायता की आवश्यकता होती है। उसे यह नहीं पता होता कि उसे मानसिक बीमारी है। इसके इलाज तथा पुनर्वास में परिवार एवं समाज की बहुत बड़ी भूमिका है। इन मरीजों का पुनर्वास बहुत ही मेहनत एवं धैर्य वाला काम होता है। इसमें चिकित्सकों के साथ-साथ परिवार एवं समाज का सहयोग आवश्यक होता है।

जीवनशैली में इन बदलावों को करके सिजोफ्रेनिया से उबरने में मिलती है। सामाजिक सपोर्ट भी है बहुत जरूरी। सामान्य दिखने वाले लोगों के साथ समय बिताने से भी फायदा मिलता है। सिजोफ्रेनिया से पीड़ित लोग जुड़े रहने से अपने बारे में अच्छा महसूस करते हैं। एक्सरसाइज, फोकस और ऊर्जा को बढ़ाने और रोगियों को शांत महसूस करने में मदद करती है। चलने, दौड़ने, तैरने, या डांस करने जैसी गतिविधियां मात्र दिन में 30 मिनट करने से लक्षणों को कम करने में मदद मिलती है। नियमित नींद चक्र मूड को फ्रेश बनाए रखने में मदद करता है। हेल्दी खाने की आदत बनाएं फिश ऑयल, अखरोट और फ्लैक्ससीड्स से मिलने वाला ओमेगा -3 फैटी एसिड रोगी को थकान से बचने और मूड को संतुलित करने में मदद करता है।



AKANKSHA SHARMA
CO-FOUNDER AND COUNSELING
PSYCHOLOGIST

+91 9953964090
+91 9871578241
✉ beyondwords.av@gmail.com
📱 beyondwords.av
🌐 www.beyondwordsav.in
📺 Beyond Words

अंत में

सिजोफ्रेनिया ताउम्र रहने वाली एक स्वास्थ्य स्थिति है, जिसका वर्तमान में कोई इलाज नहीं है। हालांकि, इस विकार से जुड़ी कई स्वास्थ्य स्थितियों और लक्षणों को सही उपचार, थेरेपी, शिक्षा और सहायता से प्रबंधित किया जा सकता है। अगर इस स्थिति को बिना उपचार के छोड़ दिया जाए या फिर सही मदद न मिले तो रोग के निम्नलिखित परिणाम हो सकते हैं सोच, तर्क और याददाश्त में कमी, आत्मघाती विचार, डिप्रेशन, काम करने में असमर्थता के कारण वित्तीय समस्याएं, रिश्ते-नाते खत्म हो जाना कनेक्शन खोना, एकांत में रहना, आक्रामक व्यवहार आदि।

शुरुआत में ही इस रोग की पहचान और उसे कंट्रोल किया जाए तो सिजोफ्रेनिया का उपचार काम आ सकता है। दवाओं के साथ सामाजिक और सामुदायिक सहयोग उपचार में प्रभावी साबित होता है। मरीजों को अस्पताल या फिर मानसिक स्वास्थ्य संस्थानों में भेजने से इस रोग को बढ़ने से रोकने में मदद मिल सकती है। परिवार के सदस्यों का सहयोग भी रोग को बढ़ने से रोकने में बहुत उपयोगी साबित होता है।

सिजोफ्रेनिया के लिए दी जाने वाली दवा आमतौर पर बुरे सपने, भ्रम, सनक और भ्रमित सोच जैसे मनोविकार के लक्षणों को कम करने में मदद करती है। ■■

“ऐसे जियो की तुम कल मरने वाले हो और ऐसे सीखों की हमेशा के लिए जीने वाले हो।”

—महात्मा गांधी



P.K.BHATNAGAR

Peaceful

USES OF RADIOACTIVE MATERIALS IN INDIA

Basic constituent of living and non living materials is called atom which forms elements and molecules leading to environment and life. Atom consists of Nucleus containing Neutrons, Protons. Around nucleus, electrons move in orbits. Atoms could be stable or unstable in their nature. Unstable atoms make the materials Radioactive, emitting ionizing radiations which could have come from nucleus or from orbits of electrons of the atom and are called nuclear radiations(Alfa, Beta, Gamma, Neutrons, Protons) or Atomic radiations (X), respectively. These ionizing radiations are a form of energy that has ionizing capability i.e, they act by removing electrons from materials including air,water, living cells of human

beings. Radioactive materials have always been a part of our environment and our body. We live in a sea of nuclear radiations having energy greater than 120eV (electron volt) i.e, they are capable of ionizing the material with which they interact. Visible light consisting of 7 colours, Violet to Red, have energy approximately 3 eV to 1.8eV and hence has no ionizing capability. Human body has many radioactive elements(Carbon, Potassium, Rubidium etc.) emitting nuclear energy in the range of eV, keV, MeV. Higher the energy, greater is penetrating power of ionizing radiation. Terrestrial and extraterrestrial part of environment too have natural radioactive elements like (Tritium, Sodium, Uranium,

Thorium etc.) emitting nuclear radiations. There is a balance of such energy and it is useful for individual's life and nature and we call such energy as Natural Radiation Background. It is worth noting that radioactive elements are used with caution if their quantity in terms of Becquerel (Bq) is significant and is beyond certain Bq and has emission rate of nuclear radiations beyond certain number per unit weight. They are not available in market and only authorized users, who fulfill various conditions, apply to concerned Department for procuring them. Human beings have exploited the radioactive resources for peaceful and destructive purposes. Ionizing radiations lead to human health hazard when they are received by human being beyond a limit.

Naturally occurring Radioactive materials have been used in India for production of Electricity and for producing man made Radioactive materials useful for research and development work. It has been possible with creation of nuclear reactors and nuclear power plants (a structure in which controlled fission or fusion chain reaction takes place with release of heat and ionizing radiations). Natural and manmade radioactive materials have found their applications in Consumer products, Industry, Medical, Agriculture field. Destructive uses commenced with nuclear blast over Hiroshima and Nagasaki. A few Peaceful uses of nuclear energy have also lead to situations where harms have occurred to human being and nature. Hence safe use of peaceful applications of nuclear energy have been upper most in Indian minds and towards this Indian



P.K.BHATNAGAR

F -102 , Express Greens,
Sector -1, Vaishali,
Ghaziabad,
Uttar Pradesh-201010

Contact : +91-9783224252

authorities have established Atomic Energy Act 1962, Radiation Protection Rules (RPR) 1971, Atomic Energy Regulatory Board (AERB), Board of Radiation and Isotope Technology (BRIT) through Bhabha Atomic Research Centre (BARC) Mumbai. Safety in producing isotopes and implementing their peaceful uses in

India is traceable to international authority viz. International Atomic Energy Agency (IAEA). It has been realized that nuclear power is a double edged sword in its perception. On one hand it can give assorted uses with limited risk and on the other hand it could be hazardous to environment and human health, if not used properly. Herein we shall highlight one of the Peaceful uses of Radioactivity as India's Nuclear Power Plants/ Reactors capability for producing Electricity. One wonders why produce electricity using Radioactive materials when other resources are available? It is safest, has unlimited high production long term capacity and is environment friendly. Renewable sources of energy for producing electricity are Hydro, Solar, Wind, Geothermal, Biomass but have

limitations whereas non renewable sources like Coal ,Lignite, Fossil fuel, Natural gas, Petroleum will not last long and produce pollution at large. 1.0 Nuclear Power Plants for Production of Electricity: Millions of years ago, nature has established its natural reactor in Oklo, Gabon, West Africa. Man made nuclear reactor development started after discovery of radioactivity. Controlled fusion (Phenomenon occurring in Sun producing energy) is difficult to manage by human being but work is progressing .Controlled fission (natural and artificial splitting of radioactive material in to two radioactive materials along with heat) chain reaction leads to production of large amount of heat which is utilized to produce Steam . Steam is used to rotate Turbine for producing Electricity and radioisotopes which have been utilized by humanity for assorted peaceful purposes. In India resources of Uranium (U), Thorium (Th) both (fuel for fission) are about 62000 Ton and 350000 Ton respectively. Thorium is not directly fissioned, where as natural U, containing U-235(0.7%) and U-238 is directly fissioned with Thermal neutrons. Uranium has reserves in Bihar, MP, UP, Karnataka and Thorium has reserves in Kerala, Bihar, WB, and AP in India. Natural uranium's U-235 component absorbs thermal neutron and splits into nearly two equal fragments called fission products which are radioactive. Each fission is accompanied by the release of about 200 MeV energy and 2-3 neutrons and gamma radiations. These neutrons slow down in moderator (water or heavy water) and cause further fission leading to controlled chain reaction. U- 238 content of natural uranium transmutes to fissionable

Plutonium (Pu - 239). Process of controlled fission of fuel commences in the reactor's core which also contains, moderator, coolant, control rods, primary coolant and secondary coolant. Boilers, Steam generator are contained in reactor primary/secondary containment building. Steam moves

Turbine to produce electricity. Condenser condenses the steam. Heart of the reactor is called calendria which contains clad covered fuel bundles. Each side of calendria has steel, water and other radiation shield. Containment building also contains fuel handling machine, auxiliary system (dousing tank, ventilation, AC, maintenance vault) etc. India started with Tarapur (Maharashtra) nuclear power station with imported enriched Uranium, ordinary water reactor established by USA at Tarapur , but now produces 2x200, 2x540MW electricity. However Dr. Homi Bhabha, in early 1950's visualized India's three stage nuclear power programme. In the first phase india's strategy involved utilizing natural uranium (available in India),heavy water in pressurized heavy water thermal reactor(PHWR) and producing electricity, Pu - 239 and radioisotopes for peaceful purposes. This has lead to construction of 1x100MW, 5x200MW plants at Rawatbhata (Rajasthan), 2x220MW at Kalpakkam(T.N.), 2x200MW at Narora(U.P.), 2x200MW,1x700 MW,1x500MW (Dec. 2024) at Kakrapara(Gujarat), 4x220MW at Kaiga (Karnataka), 2x1000 MW at Kudankulam (T.N.). However presently (Yr2023) 23 nuclear power plants are operational and are producing 7480MW of electricity which is about 3.2% of total Indian requirement. 8200 MW capacity Nuclear Power plants

are at various stages of construction. Fast Breeder Reactor PFBR of capacity 500MW has become operational at Kalpakkam by Bhartiya Nabhikiya Vidhyut Nigam Ltd. (BHAVINI) since March 2024. India's Fusion reactor programme continues to be progressing at Plasma centre in India. For the second phase of nuclear power production, Dr. Bhabha envisaged use of depleted uranium (produced in first phase power plants) to develop Pu - U oxide/carbide fuel and using Th- 232 as blanket for producing more Pu and breed fissionable U-233. This phase has gone through at Kalpakkam in the form of Fast breeder test reactor (FBTR, 43MW) and at PFBR in 2024 March adding 500MW and producing fuel for 3rd generation reactors. . Fast reactors do

not contain moderator, and the coolant is Sodium.

The third phase was envisaged for developing and operating U - 233 breeders and producing power. All three phases have progressed quite well. In this process development of R&D reactors like Apsara, Cirus, Zerlina, Purnima, Dhurva have been established at BARC Mumbai and KAMINI at Kalpakkam. India is now able to operate almost indigenized reactors, nuclear thermal powerplants. In 1922, 10x700MW nuclear power plant have been cleared by Government of India for construction at Banswada (Rajasthan), Chutka (M.P.), Kaiga (Karnataka),

Gorakhpur and Fatehabad (Haryana). Jaitapur site in Ratnagiri, Maharashtra for nuclear power plant continues to be disputed. It may have 6x1650 MW European Pressurised Reactor (EPR) in future.

For operating Natural U based plant, India established technology to produce Heavy water (moderator for fast neutrons) at Nangal (electrolysis base), Baroda, Tuticorin, Talchar, Thal Vaishit (Amonia, H₂O exchange), Kota, Manuguru (based on H₂S, H₂O exchange). In general about 150 Ton heavy water is required for 220MW plant startup and 1Ton daily. India is at present self sufficient in Heavy Water production. Nuclear Fuel Complex (NFC) at Hyderabad is fabricating nuclear fuel in required shape and size for nuclear plants in India. Second nuclear fuel complex is likely to be functional at Rawatbhata by end of 2023 with an annual capacity of 500 T Uranium fuel bundles.

On generating/breeding U-233 from Th- 232 in second phase of its envisaged programme, India came across the difficulties in handling U-232 gamma emitter which came along with U- 233 after breeding. It was realized how difficult it was to handle U- 233 from Breeder plants and make fuel pallets. Of late "breeding" word of FBR is being replaced by "converting" more appropriate for

PHWR process. Accordingly Advanced Heavy Water Reactor (AHWR) design are getting deployed and Th will be used in Thermal reactors rather than FBRs. Thus AHWR may have the distinction of being classified as generation Fourth Stage Reactor.? India is the only country seriously working on newer reactor concepts like FB and Thermal AHWR for utilizing Th. India has got cold neutron beam from Dhruva R&D reactor. India is producing large number of radioisotopes like Caesium, Cobalt, Iridium, Phosphorous, Sulphur,

Chromium, Iodine, Gold, Carbon, Tritium , Molibidnum etc. for industrial, medical & agricultural use. After using INS Chakra a nuclear submarine on lease from Russia, India is operating an Indian make nuclear submarine with its indigenized nuclear power plant. A great struggle has yielded fruits after serious R&D by Scientists and Engineers for a long time and Arihant Nuclear Submarine has become a reality for Indian Navy with nuclear power plant to sail it. Nuclear powered ship reactor is of compact high power density with different indigenised technology. India may take initiative to help railways to produce its own electricity with its own nuclear power plant. It may become a reality in the long run when this dream comes true in future. Yes, gestation period to build and operate nuclear power plant is long compared to coal or other electricity producing sources but it is safe, environment friendly, long lasting .Load of Goods trains transporting Coal across the country are not required for fueling Nuclear Power Plants as much less quantity of nuclear fuel is required to produce same amount of electricity as produced by large quantity of coal . Fission of 1 Kg of Uranium per day liberates about 1000 MW energy. For producing this energy about 3000Tonnes of good quality Coal will be required. Waste material produced is also less and is under control. India is competent and confident under Department of Atomic Energy and Nuclear Power Corporation of India Limited (NPCIL) to produce clean electricity production in future too.



The Silent STROKE

| CURRENT AFFAIRS

MAGAZINE

Advertisement Rate

Full Page (Back Cover)	- ₹ 5,000
Full Page (IInd & IIIRD Cover)	- ₹ 3,000
Half Page (IInd & IIIRD Cover)	- ₹ 2,500

TO CONNECT WITH

THE SILENT STROKE

https://thesilentstroke.in

Mail : thesilentstroke@gmail.com

INNER PAGES RATE

One Full Pages (Inner) - 1,000

Two Full Pages (Inner) - 2,000

THE CREATIVEART

UPI ID | AXIS BANK

UPI ID

Scan & Pay UPI QR Code

The Silent STROKE

| CURRENT AFFAIRS

MAGAZINE

Rate List

Printed (Coloured)	- ₹ 250/-
Printed (B & W)	- ₹ 125/-
Soft Copy (Coloured)	- ₹ 35/-

TO CONNECT WITH

THE SILENT STROKE

https://thecreativeart.in

Mail : thesilentstroke@gmail.com

If you want the magazine on your mail then send us your mail ID on this number

: 9990753336

THE CREATIVEART

UPI ID | AXIS BANK

UPI ID

Scan & Pay UPI QR Code

स्कूलों का गला कटाई उपक्रम

रेखा शाह आरबी

अप्रैल में सिर्फ खेतों में गेहूं की ही कटाई नहीं होती है बल्कि और भी बहुत कुछ कटता घटता है। किसी मां-बाप का सपना चकनाचूर होता है। कोई लाचार होता है। अप्रैल में खेतों में गेहूं के अलावा स्कूलों में पेरेंट्स की भी खूब कटाई होती है। और यह कटाई हार्वेस्टर मशीनों के जैसे होती है। अनाज सारा निकाल लिया जाता है। और भूषा और पुआल बचा दिया जाता है। कोई यह खर्चा खेत गिरवी रखकर पूरा करता है। तो कोई खेत के कटे सारे गेहूं बेचकर पूरा करता है। कोई पत्नी के जेवर बेचकर पूरा करता है। तो कोई खेत ही बेचकर पूरा करता है। वह गेहूं भी भाग्यवान होता है जो कि किसी गरीब की झोपड़ी में पककर उसके पेट में जाने के बजाय किसी अमीर स्कूल संचालक के हाथों में सरस्वती पाने में अपने आप को मिटाता है।

जब मैं स्कूल में पढ़ती थी एक से तीन तक तो दस-बारह रुपए की फीस थी। और एक स्कूल ड्रेस मात्र इतना ही खर्च था। पांच भाई-बहन थे फिर भी कोई टेंशन नहीं था।

एक किताब छोड़ता तो उसके नीचे वाला भाई-बहन पढ़ लेता था। परिवार में एक बार किताब खरीदने का चलन था। और उससे सारे भाई-बहन निपट गये थे। अच्छा हुआ अब ज्यादा बच्चे पैदा करने का चलन नहीं है। नहीं तो आदमी अपने को बेचकर भी हर बच्चे के लिए अलग किताब नहीं खरीद पाता। और माता-पिता ही निपट जाते।

मोहल्ले में एक परिवार भी अगर किताब खरीदने लायक होता था। तो मोहल्ले के सारे बच्चे आगे-पीछे वाले एडजस्ट कर कर पढ़ लेते थे। वह एडजस्टमेंट का जमाना था। फिर पांचवी क्लास में पहुंची तब भी कुछ खास नहीं बदला था। उस समय के आचार्य जी लोग भी इतने पिछड़े बुद्धि के थे कि उनका ध्यान खाली पढ़ाने पर ही लगा रहता था। वह कभी टाई, मोजे, बेल्ट, बैच, ड्रेस पर ध्यान नहीं दिए और ना ही इनके नहीं रहने पर कभी घर भेजने का आनंद दिया। ना जूते की चमक की तरफ ध्यान देते थे। खाली पढ़ाई-पढ़ाई-पढ़ाई से अधिक बेचारों ने कुछ सीखा



रेखा शाह आरबी

बलिया, उत्तर प्रदेश

ही नहीं था।

कभी-कभी तो बिना स्कूल में किताब के भी पहुंच जाने पर भी पढ़ाई से पिंड नहीं छूटता था। क्लास से बाहर बैठाने के बजाय दूसरे बालकों के पास बैठकर उसकी किताब से ही पढ़वा देते थे। लेकिन मजाल है की किताब नहीं रहने होने पर आराम से घर भेज दिया जाए। आजकल के बच्चों के मजे हैं किताब अगर नहीं है। घर बैठ मौज उड़ाओ घर जाओ। टाई अगर नहीं है तो घर जाओ। लगता है आजकल बच्चों के बजाय उनकी टाई, मोजे और जूते ही पढ़ाई करते हैं।

पहले के सरस्वती शिशु मंदिर बच्चों के ऊपर पढ़ाई के अलावा ज्ञान ध्यान और बड़ों के सम्मान के ऊपर ध्यान देते थे। जैसे - कैसे अपने बड़ों का सम्मान करना है। कैसे भोजन के लिए प्रकृति रूपी परमेश्वर को धन्यवाद करना है। कैसे अन्य बच्चों के साथ मिलजुल कर भोजन शेयर करना है। आदि सब कुछ सीखाते थे। आजकल के स्कूल भी पीछे नहीं है। यह भी बच्चों के ऊपर पूरा ध्यान देते हैं। आजकल के स्कूल बच्चों के नख से लेकर शिख तक ध्यान देते हैं। बच्चों की ड्रेस से लेकर उसके टाई, बेल्ट, बैच, बैग, जूते-चप्पल सब उसको ए वन का अपने स्कूल में ही उपलब्ध कराते हैं। वह तो बच्चों के साथ-साथ उनके माता-पिता का भी भरपूर ध्यान रखते हैं। वह ध्यान रखते हैं कि अप्रैल की चिलचिलाती धूप में खरीदारी के लिए पैंटेस को भटकने का दुख नहीं उठाना पड़े। और वह सारी चीज अपने स्कूल में ही उपलब्ध करवाते हैं। आप चाहे जो सोचिए लेकिन बिल्कुल आसान नहीं है पढ़ाई के अलावा इतनी सारी जिम्मेदारियां का बोझ लेकर अपने सर पर चलना।

देख लीजिएगा एक दिन ऐसा जरूर आएगा कि यह सेवाभावी स्कूल वाले खुद के नाई, मोची, सब्जी-फॉर्चून सब बच्चों के हित के लिए बेचेंगे। ताकि बच्चा कुछ अनहेल्दी खा और पहन ना सके। साथ ही बच्चों के माता-पिता का भी ख्याल रख सके।

■ ■

व्यक्तित्व



मजरुह सुलतानपुरी एक गीतकार एक शायर

मजरुह का वास्तविक नाम था असरार उल हसन खान और इनका जन्म 1 अक्टूबर 1919 को सुलतानपुर के एक राजपूत मुस्लिम परिवार में हुआ था। बरसों मदरसे में अदब सीखा और अरबी और फारसी भाषा भी। उसके पश्चात वह लखनऊ में यूनानी दवाओं का प्रशिक्षण लेकर दवाखाने पर काम भी करने लगे। एक दिन जब सुलतानपुर के एक मुशायरे में उन्होंने एक गज़ल कही तो वह बहुत सराहे गए और चर्चा में आ गए। उनका कहना था, "मैं अकेला ही चला था जानिब-ए-मंज़िल, लोग साथ आते गए और कारवाँ बनता गया।"

उसके बाद जिगर मुरादाबादी को अपना उस्ताद मानते हुए उनके सान्निध्य में उर्दू कविता लिखना शुरू कर दिया। उनका मुशायरे में आना-जाना शुरू हो गया और अपने उस्ताद के साथ ही वह 1945 में एक मुशायरे में भाग लेने बंबई गए। उस समय के एक महान फ़िल्म निर्माता ए

आर कारदार की नज़रों को वह ऐसे भाए कि उन्होंने मजरूह से फ़िल्म के लिए गीत लिखने का अनुरोध किया। पहले तो उन्हें अच्छा ही नहीं लगा कि वे फ़िल्मों के लिए गीत लिखें लेकिन उस्ताद के समझाने पर कि घर परिवार चलाने के लिए पैसा भी तो ज़रूरी है, वह मान गए। संगीतकार नौशाद ने उनसे एक ट्यून पर गीत लिखने को कहा। 'जब उसने गेसू बिखराए, बादल आए झूम के...' गीत मजरूह ने लिखा तो नौशाद उनकी कलम पर निहाल हो गए।

अब यह फैसला करना बहुत ही मुश्किल है कि मजरूह को आखिर किस प्रकार का गीतकार माना जाए। मजरूह ने एक तरफ ऐसे गीत लिखे जिसमें प्यार है, दीदार है, समर्पण है जैसे, 'तस्वीर तेरी दिल में...' (माया), 'तू कहे अगर जीवन भर...' (अंदाज़), तो दूसरी तरफ उन्होंने दिल के टूटने वाले गीत भी लिखे जैसे, 'जब दिल ही टूट गया...' (शाहजहाँ) या 'दिल जो न कह सका...' (बात एक रात की)।

प्रेरणा से भरे गीतों में वो जीवन जीने का संदेश देते हैं और सुख-दुख को एक समान समझने की नसीहत देते हैं जैसे, 'राही मनवा दुख की चिंता...' (दोस्ती), 'इक दिन बिक जाएगा माटी के मोल...' (धरम-करम)। मजरूह ईश्वर में भी विश्वास रखते हैं फिर चाहे वो किसी भी धर्म का हो। उनका मानना है कि सब कुछ उसके हाथ में है जैसे, 'जय भोलेनाथ जय हो प्रभू...' (कुँवारा बाप), और 'उसके खेल निराले...' (नूरी)। उनके गीतों में एक तरफ मां की ममता है जैसे, 'मेरी दुनिया है मां तेरे हाथों में...' (तलाश) तो दूसरी तरफ वो मां की ही भगवान मानते हैं, 'उसको नहीं देखा हमने कभी...' (दादी मां)। उनके गीतों में चंदा को वे मामा भी मानते हैं जैसे, 'चंदा मामा मेरे द्वार...' (लाजवंती) तो बच्चों के लिए तारों को भी प्यार करते हैं जैसे, 'दा दिर दारा...' (अंदाज़)। उनके गीतों में प्रकृति से प्रेम झलकता है जैसे, 'मचलती हुई हवा में छम छम...' (गंगा की लहरें), 'बूझ मेरा क्या नाम रे...' (सीआईडी), 'ओ मेघा रे बोले...' (दिल दे के देखो)। वे जीवन की वास्तविकता को भी स्वीकार करते हैं, 'चल री सजनी अब क्या सोचे...' (बंबई का बाबू) तो दूसरी तरफ वे बच्चों का रूठना-मानना भी जीवन का हिस्सा मानते हैं, 'गुड़िया हमसे रूठी रहोगी...' (दोस्ती)।

मजरूह सुलतानपुरी लोकगीतों से भी बेहद प्यार करते थे और वहाँ की भाषा और बोली को बड़े ही सरल



मुकेश पोपली

करणी नगर, पवनपुरी
बीकानेर-334003
(राजस्थान)

और सहज तरीके से अपने गीतों में ढाल लेते थे जैसे, 'पल्लो लटके रे म्हारो...' (नौकर) या फिर 'आज को जुनली रात मा धरती पर है आसमां...' (तलाश)। वह अपने गीतों में ठेठ शब्दों को पिरोकर और गीतों में व्यंग्य का तड़का लगाकर गीतों को और भी मस्त बना देते थे जैसे, 'मुत्तुकोड़ी कवाड़ि हड़ा... (दो फूल) या फिर 'न बीवी न बच्चा...' (सबसे बड़ा रुपैया)। मज़ाकिया गीतों में भी मजरूह का जवाब नहीं था जैसे, 'सीएटी कैट कैट माने बिल्ली...' (दिल्ली का ठग) या फिर 'जोड़ी हमारी...' (औलाद)। इसी प्रकार सामान्य विषय से हटकर भी उनके लिखे गीत बेहद प्रसिद्ध हुए जैसे फ़िल्म 'कुँवारा बाप' का गीत, 'सज रही गली मेरी माँ...' या फिर अपनी मिट्टी से प्रेम करने वाला यह गीत 'धरती कहे पुकार के...' (धरती कहे पुकार के)।

उनके गीतों में कभी माशूका की तारीफ़ होती थी, 'अब क्या मिसाल दूँ...' (आरती) तो कभी वह एकदम भोले-भाले बन जाते थे, 'है अपना दिल तो आवारा...' (सोलहवां साल)। कभी हुस्न वालों के चक्कर काटते, 'माना ज़नाब ने...' (पेड़ंग गेस्ट) तो कभी खुद रूठ जाते और फिर मनाने वाला कुछ इस तरह से मनाता, 'ए लो मैं हारी पिया...' (आरपार)।

वैसे तो प्रत्येक गीत किसी न किसी राग पर ही बना होता है और प्रत्येक संगीतकार इन्हीं धुनों पर काम करता है लेकिन शास्त्रीय धुनों पर आधारित गीतों को तैयार करना वास्तव में एक टेढ़ी खीर होता है। मजरूह सुलतानपुरी भारतीय शास्त्रीय संगीत को बहुत पसंद करते थे और उन्होंने ऐसे बहुत से गीत लिखे जैसे, 'नदिया किनारे...' (अभिमान), 'रहें न रहें हम...' (ममता), 'मन की प्यास मेरे...' (जल बिन मछली

नृत्य बिन बिजली), 'ओ घटा सांवरी...' (अभिनेत्री), 'हमें तुमसे प्यार कितना...' (कुदरत), 'पायल की झंकार...' (मेरे लाल), 'नज़र लागी राजा...' (काला पानी), 'काली घटा छाये मोरा जिया...'; (सुजाता)।

मजरूह सुल्तानपुरी ने लगभग सभी संगीतकारों के साथ काम किया और उनकी अपेक्षाओं पर गीत रचकर वह खरे उतरे। जहां एक तरफ उन्होंने पुराने युग के अनिल विश्वास, नौशाद, हेमंत कुमार, खय्याम, रोशन, रवि, एन दत्ता, सचिन देव बर्मन, ओ पी नैयर, गुलाम मोहम्मद, सलील चौधरी, चित्रगुप्त, एस मदान, मदन मोहन, वसंत देसाई, हुसनलाल भगताराम जैसे संगीतकारों के साथ काम करके सुनहरे अक्षरों में लिखे जाने वाले गीत फ़िल्मी दुनिया को तोहफ़े के रूप में दिए वहीं आगे की पीढ़ी जैसे, राहुल देव बर्मन, कल्याणजी आनंदजी, लक्ष्मीकांत प्यारेलाल, उषा खन्ना, राजेश रोशन, अनु मलिक आदि के साथ भी काम किया। इसके बाद एकदम नई पीढ़ी के युवा संगीतकारों जैसे ए आर रहमान, जतिन ललित, आनंद मिलिंद, आदेश श्रीवास्तव, तुषार भाटिया के साथ काम करते हुए उन्होंने शानदार गीत लिखे।

यहाँ पर 'दस्तक' फ़िल्म का जिक्र करना अति आवश्यक है। राजिंदर सिंह बेदी की फ़िल्म 'दस्तक'के लिए उनकी लिखी गज़ल 'हम हैं मता-ए-कूचा-ओ-बाज़ार की तरह...' सुनते समय शरीर में पूरी झनझनाहट का अनुभव होता है। इसी फ़िल्म की एक और गज़ल 'माई री...' के लफ़्ज़ संगीतकार मदन मोहन को इस क्रंदर भाए थे कि उन्होंने स्वयं भी इसे अपनी आवाज़ में रिकॉर्ड किया था। 'दस्तक' में ही एक और गीत 'बैयाँ न धरो...' बेहद कर्णप्रिय है।

निर्माता-निर्देशक कमाल अमरोही और मीना कुमारी द्वारा अभिनीत फ़िल्म 'पाकीज़ा' की चर्चा न हो तो मजरूह सुल्तानपुरी साहब की शान में गुस्ताखी होगी। फ़िल्म में अभिनेत्री के पेशे को चरितार्थ करने वाला गीत 'इन्हीं लोगों ने...' गीत मजरूह का ही लिखा हुआ है और साथ ही 'ठाढ़े रहियो ओ बांके यार वे...' जैसा गीत उन्होंने महान संगीतकार गुलाम मोहम्मद के संगीत निर्देशन में तैयार किया, हालांकि इस गीत के लिखने वालों में स्वयं कमाल अमरोही का नाम भी मजरूह के साथ आता है। गुलाम मोहम्मद के निधन के बाद 'पाकीज़ा' का संगीत नौशाद साहब को सौंपा गया।

नौशाद साहब ने मजरूह साहब से दो गीत और लिखवाये जो शास्त्रीय धुनों पर थे जिसमें एक था, 'कौन गली गयो श्याम....' और दूसरा 'मोरा सजन सौतन घर जाये...', यह दोनों गीत मजरूह सुल्तानपुरी ने लिखकर अपनी जबरदस्त लेखनी का परिचय दिया।

मजरूह सुल्तानपुरी वामपंथी विचारधारा के समर्थक थे। मार्क्स और लेनिन का सपना उनकी सांसों में धड़कता था। उन्हें अपने जीवन में बहुत सी कठिनाइयों का सामना भी करना पड़ा और एक बार उन्हें दो वर्ष के लिए जेल भी भेज दिया गया। बहुत से लोगों ने उन्हें माफ़ी मांगने की सलाह दी ताकि वे जेल जाने से बच जाएं और उनकी परेशानी समाप्त हो जाए लेकिन वे नहीं माने। ऐसे में परिवार के सामने विकट समस्या खड़ी हो गई। इस संकट की घड़ी में हर दिल अज़ीज़ जाने माने निर्माता-निर्देशक-अभिनेता राज कपूर ने उनकी सहायता करनी चाही लेकिन मजरूह ने उन्हें साफ मना कर दिया। ऐसे में राज कपूर ने उनसे एक गीत लिखने को कहा तो मजरूह ने एक दिन उन्हें एक गीत लिखकर पकड़ा दिया और इस गीत के मेहनताने के रूप में उन्हें एक हजार रुपए मिले। हालांकि दो वर्ष बाद जेल से रिहा होकर मजरूह सुल्तानपुरी ने फिर से फ़िल्मों में गीत लिखने शुरू कर दिए और उनको फिर से काम मिलने में कोई परेशानी नहीं हुई। इधर राजकपूर ने उनका वो गीत अपने पास रख लिया और फ़िल्म 'धरम-करम' (1975) बनाते समय वो गीत काम में लिया, 'इक दिन बिक जाएगा...' सुपर हिट गीत बना।

मजरूह सुल्तानपुरी पहले गीतकार थे जिन्हें दादा साहेब फाल्के पुरस्कार (1993) से सम्मानित किया गया था। मजरूह सुल्तानपुरी को फ़िल्म 'दोस्ती' के गीत 'चाहूँगा मैं तुझे साँझ सवेरे...' के लिए फ़िल्मफ़ेयर अकादमी का सर्वश्रेष्ठ गीतकार पुरस्कार प्रदान किया गया। 4000 से भी अधिक गीत लिखने वाले गीतकार मजरूह सुल्तानपुरी की कलम का जादू 24 मई 2000 को थम गया जब उन्होंने इस फ़रानी दुनिया को अलविदा कह दिया, लेकिन उनके गीतों का एक-एक शब्द संगीतप्रेमियों के दिलों पर हमेशा-हमेशा कायम रहेगा। उनका मानना था कि, "मंज़िल मिल ही जाएगी, भटकते ही सही, गुमराह तो वो हैं जो घर से निकलते ही नहीं।"

■ ■

देश हमें देता है सब कुछ, हम भी तो कुछ देना सीखें

अमित राव पवार

वर्ष 1857 की क्रांति के पश्चात् सभी का एक ही लक्ष्य और स्वप्न था, कि भारत को स्वतंत्रता मिले। इसी बीच परतंत्रता की काल रात्रि में सूर्य के प्रकाश जैसे एक किरण का 27 सितंबर 1925 विजयादशमी (दशहरे) के शुभ दिवस नागपुर में उदय हुआ, जो अपने जीवन काल के अब 100 वर्ष पूर्ण करने वाला विश्व का सबसे अधिक कार्यकर्ताओं वाला संगठन है। यह जातिभेदभाव से ऊपर उठकर एकता के सूत्र में बंधा भारतीय दिग्दर्शन, भारतीयता और भारतीयों से सजा महान संगठन है, जिसे हम राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ अथवा आरएसएस के नाम से जानते हैं। वर्तमान में अपनी 98 वें वर्ष की प्रवेश यात्रा कर रहा और वर्ष 2025 में यह 100 वें वर्ष पूर्ण करेगा। क्या हमें और कोई अन्य संगठन दिखाई देता है, जिसकी इतनी लम्बी यात्रा हो, जिसने अपने भारत राष्ट्र के लिए जीना और मरना दोनों सिखाया हो।

वर्ष 1947 में भारत स्वतंत्र तो हो चुका था, पर इस देश का एक राज्य गोवा अब भी मुक्ति से दूर था। गोवामुक्ति आंदोलन के माध्यम से आरएसएस के स्वयंसेवकों ने अपने प्राणों का बलिदान कर गोवा को स्वतंत्र करवाया। यह वही संगठन है, जो हमें सिखाता है-"देश हमें देता है सब कुछ, हम भी तो कुछ देना सीखें।" इसमें राष्ट्र सर्वोपरि की भावना का संदेश समाहित है। जो आज तक अविचल, अडिग, अटल है। राष्ट्रहित में कार्य करना और देश में सामाजिक समरसता एवं सद्भाव से हिंदुओं को संगठित कर भारत को परम वैभव तक

पहुँचाने का संकल्प करते हुए भारतीय दर्शन इस संगठन में दिखाई देता है। इसके कार्यकर्ता परिवार, धर्म, सम्प्रदाय से आगे बढ़कर निस्वार्थ सेवाभाव को ही अपना ध्येय मानते हैं। कठिन प्रवास को चुनकर कश्मीर से लेकर कन्याकुमारी तक को अपने सद्व्यवहार, सेवाभाव, राष्ट्रियता से ओतप्रोत कार्यों से जोड़ते हुए निरंतर चलते रहते हैं।

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ की स्थापना डॉ. केशव बलिराम हेडगेवार जी ने केवल 15-20 युवाओं के एक छोटे समूह के साथ की थी। स्थापना के समय मुख्यतः भाऊजी कावरे, अन्ना सोहनी, विश्वनाथ राव केलकर, बालाजी हुदर और बाबूराव भेड़ी सम्मिलित थे। इन्होंने प्रारंभिक वर्षों में संघ कार्य के विस्तार में प्रमुख भूमिका निभाई। एक छोटे पौधे ने विशालकाय वटवृक्ष का रूप कब ले लिया? इसका अनुमान हम इस संगठन के कार्यकर्ताओं की अपने काम के प्रति निष्ठा और लगन से समझ सकते हैं। शाखाओं में आपसी मेल मिलाप, सामंजस्य बढ़ाने व स्वास्थ्य लाभ के लिए योग, प्राणायाम, प्राचीन भारतीय खेलों, राष्ट्र समर्पित चिंतन हेतु व्याख्यान मालाओं, समाजसेवा, राष्ट्रसेवा के द्वारा समाज, राष्ट्र को एक विकसित कार्यकर्ता प्रदान करना है, जो तन-मन दोनों से बलिष्ठ हो और उसकी आत्मा सत्य सनातन रंग में रंगी राष्ट्रहितार्थ वाली हो। ऐसा करने में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ खरा भी उतरता है।

हम समय-समय पर देखते हैं कि देश ने जब-जब विपत्तियों का सामना किया, सबसे पहले आरएसएस के कार्यकर्ता ही आगे आये हैं। स्थापना से लेकर वर्तमान तक में इसके अनेकों उदाहरण हमें साक्षात् देखने को मिलते रहे हैं। अभी कोरोनाकाल में स्वयंसेवकों ने अपने प्रयासों से हर संभव सहायता करते हुए मानवता की मिसाल दिखाई। सनातन धर्म को लेकर समाज जागरण करना, यही आरएसएस की मुख्य भूमिका रहती है। इस संगठन का मूल आधार दैनिक शाखा, जो नियमित स्थान पर तय समय पर एक घण्टे की होती है, जिसमें स्वयंसेवकों द्वारा बौद्धिक, शारीरिक तथा समाज जीवन से संबंधित गतिविधियों में भाग लिया जाता है। दूसरे शब्दों में कहे तो शाखा इस संगठन का मेरुदण्ड होती है। इसकी प्रथम दैनिक शाखा 28 मई 1926 से आरंभ हुई, जिस स्थान पर पहली



अमित राव पवार

40/3 खाड़ी बावडी
सीनियर राजवाड़ा, देवास
(मध्य प्रदेश) 455001

शाखा लगाई गई वह नागपुर का मोहिते का बाड़ा मैदान था, जो आज वर्तमान के समय में संघ मुख्यालय का हिस्सा है। स्थापना से 6 महीने बाद 17 अप्रैल 1926 में इस संगठन का नामकरण हुआ। अनेकों नाम चर्चा में डॉ. हेडगेवार जी के घर पर बैठक में लगभग 26 लोगों की उपस्थिति में आये थे। इसमें अनेकों नाम चर्चार्त रहे, अंततः राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ नाम सर्वसम्मति से तय हुआ।

हर एक संगठन या संस्था का अपना एक आदर्श अथवा आधिकारिक चिह्न होता है या कहे तो उस संस्था या संगठन का जो संस्थापक होता है। उसे ही लोग अपना आदर्श मानते हैं, पर राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ यहां भी सर्वथा भिन्न प्रतीत होता है। सनातन संस्कृति और धर्म का पवित्र भगवा ध्वज को संघ ने अपना गुरु माना है। आरंभ के समय में सब ने डॉ. हेडगेवार जी को गुरु बनाना चाहा, परन्तु डॉक्टर साहब का मानना था-कि व्यक्ति विशेष में कभी भी कोई भी दोष, त्रुटि हो सकती है। इसलिए परम पवित्र सूर्य, यज्ञ अग्नि के प्रतीक भगवा ध्वज को गुरु के स्थान पर विराजमान होना चाहिए। संघ स्थापना से निरंतर प्रतिवर्ष व्यास पूर्णिमा/गुरु पूर्णिमा के दिन इस पवित्र ध्वज का विधिवत पूजन किया जाता है, जिसे गुरु के स्थान पर माना गया है। सबसे प्रथम गुरु पूजन सन 1928 में आयोजित किया गया। तब से आज तक इसमें कोई बाधा नहीं हुई। अपनी प्रत्येक दैनिक शाखाओं पर संघ के कार्यकर्ताओं द्वारा प्रतिदिन भगवा ध्वज को प्रणाम किया जाता है।

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ पर तीन बार सन 1948, 1975 और 1992 में कुछ समय के लिए प्रतिबंध भी लगा। जब-जब प्रतिबंध लगा, उसके बाद यह और अधिक उत्साह

व बल से समाज के सामने वापस आया और अपने कार्य का विस्तार बढ़ाते गया लोगो को जोड़ते गया। आज राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ की देश में 70,000 से अधिक शाखाएं हैं, विश्व के विभिन्न देशों में हिंदू स्वयंसेवक संघ के नाम से भी कार्य किया जा रहे हैं। संघ का संगठन सेवा इंटरनेशनल ने विश्व में मानव सेवा कार्य के लिए अपनी पहचान स्थापित की है। सभी विधाओं एवं समाज जीवन की प्रत्येक गतिविधि में संघ के स्वयंसेवक पूर्ण निष्ठा भाव से कार्य कर रहे हैं, जो अपने आप में एक अद्वितीय है। हम स्वयंसेवकों की निष्ठा भावना, देशप्रेम की लगन देखकर इन्हें बिना वेतन प्राप्त किए ही राष्ट्र के निस्वार्थ सैनिक कहे तो भी अतिशयोक्ति न होगी। इन स्वयं सैनिकों का ध्येय एक मात्र है नमस्ते सदा वत्सले मातृभूमे... भारत माता की जय...! ■■

The **CREATIVEART** IPublisher

शब्दाहुति | PRAKASHAN

A GOLDEN OPPORTUNITY FOR WRITERS

'Get your Book Published'

THECREATIVEART.IN

BOOKS ARE INVITED TO ENCOURAGE THE WRITING OF NEW WRITERS

CONTACT US NOW

TCstudio
THECREATIVEART.IN
TCstudio2010@gmail.com

shabdahutiprakashan@gmail.com

FARIDABAD
+91-9990753336

एक थी चुलबुली

डॉ. सुरेन्द्र दत्त सेमल्टी

माँ-बाप की प्यारी, दादा-दादी की दुलारी, तेरह साल की बच्ची वास्तविक नाम तो प्रगति था लेकिन घर में प्यार से उसे चुलबुली कहकर पुकारते थे। लालिमा लिये गोरा-लम्बा चेहरा, सुनहरे-धुँधराले सिर के बाल, मनमोहक हिरनी की सी खूबसूरत आँखें थी उसकी। चाल-ढाल सब ऐसा कि सब उसकी ओर सबका ध्यान खिंच आता ! उसके तन पर सभी कपड़े खूब फबते थे।

पशु-पक्षियों, वनस्पतियों से बहुत प्यार करती थी। घर-गाँव या अन्यत्र गाय-बैल, कुत्ता-बिल्ली जो भी पालतू जानवर होते थे उनका भी खूब ध्यान रखती। पक्षियों के लिये चारा-पानी के लिये हमेशा तत्पर रहती थी। तरह-तरह के पक्षी उसके घर का दाना-पानी का रसास्वादन करना कभी न भूलते। चुलबुली को भी उनका फुर्र-फुर्र उड़ना, चहचहाना, घर के अगल-बगल फल-फूलों के पेड़ों पर उछल-कूद करना बहुत भाता था। उसका एक और जन्मजात गुण था वृक्षों से प्रेम। हरी-भरी फल-फूलों से लदी धरती उसे खूब भाती थी। कहती - "जब पेड़ होंगे तभी फूल और फल पैदा हो सकते हैं। उनके कारण ही पक्षी, तितली, भैंरे .सब दिखते हैं, स्वच्छ आव-हवा।"

प्रकृति प्रेम के साथ ही उसे पढ़ने-लिखने, खेलने और विद्यालय की हर गतिविधियों में प्रतिभागी बनना बहुत अच्छा लगता था। वह जहाँ एक ओर पढ़ाई में कक्षा में सबसे आगे थी उसी प्रकार हर पाठ्य सहगामी क्रियाकलापों में भी। अनुशासन प्रिय के साथ ही गुरुओं और सभी श्रेष्ठजनों के प्रति श्रद्धा भाव उसके रग-रग में समाहित था। वह कक्षा आठ में आते-आते अनेक पुरस्कार प्राप्त कर चुकी थी।

सुबह उठकर दैनिक क्रियाएँ कर पढ़ाई, समय पर पूरी तैयारी के साथ विद्यालय जाना, मन लगाकर पढ़ना, जहाँ पर समझ में न आये मैडम-सर से पूछने में उसे थोड़ी भी झिझक



डॉ. सुरेन्द्र दत्त सेमल्टी

मोथरोवाला, फाइरिंग रज,
लेन नंबर-3, फेज-2
देहरादून - 248115
(उत्तराखंड)

नहीं होती थी। ये सब बातें उसके संस्कारों में अच्छी प्रकार से रच-बस गयी थीं। घर आकर नाश्ता-पानी, गृहकार्य के पश्चात खेलना।

चुलबुली बड़े ही मिलनसार स्वभाव की थी, तभी तो सभी उससे बहुत प्यार करते। वह कभी भी अनुपस्थित नहीं रहती थी, लेकिन यदि कभी किसी आवश्यक कार्य से उसे घर रहना पड़े तो उस दिन सहेलियों को बड़ा ही अटपटा और उदास-सा लगता था।

चुलबुली का जन्मदिन आने ही वाला था, हर साल की तरह मनाने का निश्चय तो किया ही था, लेकिन कुछ नये अन्दाज में ! उसने सबसे निवेदन किया-"मुझे व्यक्तिगत तोहफा देने की आवश्यकता नहीं ! मैंने जो गौरैया प्रजाति पक्षियों को बचाने का संकल्प लिया है, उसमें सहयोगी बनकर मेरा मनोबल बढ़ायेंगे तो मैं सच्चे अर्थों में जन्मदिन मनाना सार्थक समझूँगी, यदि आप लोगों को मेरी बात..." !

सबने चुलबुली के विचार का करतल ध्वनि से समर्थन ही नहीं किया, बल्कि जन्मदिन के दिन कोई घोंसले, चारा पॉकट, पानी के बर्तन, फल जैसी अनेक वस्तुओं को लेकर आये, ताकि गौरैयाओं को सुविधायें मिल सकें, उनका पलायन रुक सके और नष्ट हो रही प्रजाति को बचाया जा सके।

चुलबुली यह सब देखकर खुशी के मारे फूले नहीं समा रही थी ! इस बात के लिये उसने सबका हार्दिक आभार व्यक्त किया।

जहाँ एक ओर चुलबुली प्रसन्नता में झूमती हुई इधर-उधर आ-जा रही थी, वहीं उसकी सहेलियाँ घर-आँगन-छत और... में फुर्र-फुर्र उड़कर आती-जाती, दाना-पानी लेती,

चूँ-चूँ-चीं-चीं की ध्वनि में बतियाती, छत और पेड़ों पर बने घोंसलों में कुछ के अन्दर छोटे-छोटे सुन्दर अण्डे तो किसी पर अभी उड़ने में असमर्थ फुदकते नन्हें बच्चों के साथ मातृत्व भाव दिखाती पक्षियों को देखकर बड़ी प्रसन्न हो रही थी! सभी आगन्तुक भी छोटी बच्ची की बड़ी सोच और प्रकृति प्रेम देखकर गदगद थे।

परम्परानुसार जन्मदिन पूजा-पाठ के साथ मनाने के पश्चात सबनें गिफ्ट में लाई सारी वस्तुएं चुलबुली को देने लगे तो, उसने सबसे निवेदन किया - "आप लोग स्वयं इन वस्तुओं को अपने हाथों यथा स्थान रख दें तो अच्छा रहेगा।"

सबने वैसा ही किया और शपथ ली कि अब हम भी सदा इसी लीक पर चलेंगे। इस बात के लिये चुलबुली ने सबका आभार व्यक्त किया। भोजन ग्रहण कर प्रसन्नता के साथ सबने अपने-अपने घर की ओर प्रस्थान किया।

फिर तो क्या था चुलबुली की इस मुहिम की चर्चा विद्यालय से लेकर जगह-जगह होने लगी। लोग देखने के लिये घर भी आने लगे। उसे अनेक मंचों से सम्मानित किया जाने लगा। दूर-दूर तक यह बात ग्रीष्म ऋतु की आग की तरह फैलने लगी थी। फिर तो क्या था सबने प्रेरणा लेकर इस मुहिम की ओर कदम बढ़ाकर सभ्य समाज का उदाहरण प्रस्तुत किया।

शिक्षक वो नहीं, जो छात्र के दिमाग में तथ्यों को जबरन डाले, बल्कि वास्तविक शिक्षक वो है जो उसे आने वाले कल की चुनौतियों के लिए तैयार करे।

—डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन

THE HONOUR



The CREATIVEART
Big ideas, Great results

Hello Friends,

You will be glad to know that

my First Book

THE HONOUR :

A LOVE STORY



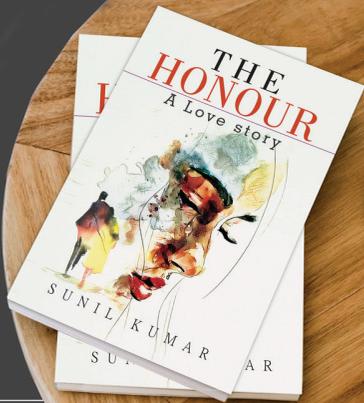
SUNIL KUMAR
Ex-soldier
from Indian Air Force
Contact
+91- 8570951989

Published by THE CREATIVEART

CONTACT : 9990753336

THE HONOUR

"The Honour" is inspired by a true incident. Written 12 years ago, this is a chronicle of love, liberty, honour & 'honour killing'. It is the fragrance of the 'New' crashing against the stagnant, stubborn 'Old'. The novel goes beyond the structure of a conventional love story to encompass an array of many social narratives moving parallelly.



THE HONOUR

THE CREATIVEART BEST SELLER BOOKS 2023

THE CREATIVEART - PUBLISHER
FARIDABAD | 9990753336

THIS PHOTO ARE THIS TIME'S

Topic



SEE THIS PHOTO
AND WRITE A POEM AND
SEND IT TO US ALONG
WITH YOUR PHOTO

THREE EXCELLENT POEMS
WILL BE PUBLISHED IN
THE MAGAZINE AND WILL BE
AWARDED WITH
A CERTIFICATE.

ये फोटो इस बार का टॉपिक है, इस फोटो को देखकर कविता लिखें और अपनी फोटो के साथ हमें भेजें। तीन उत्कृष्ट कविताओं को पत्रिका में स्थान दिया जाएगा एवं प्रमाण-पत्र देकर सम्मानित किया जाएगा।

—राकेश शर्मा 'निशीथ'
प्रधान संपादक
द साइलेंट स्ट्रोक-पत्रिका

शब्दाहुति प्रकाशन ग्रुप को नमस्कार!

आज मुझे किताब मिल गई। किताब पाकर बहुत खुश हूँ मैं। बहुत ही सुन्दर एवं आकर्षक किताब बनी है। मन आनंदित हो उठा, किताब की लिखावट, बनावट, फोटोग्राफ्स सभी बहुत उम्दा हैं। अपनी रचना पाकर बहुत गौरान्वित अनुभव कर रही हूँ। हृदय से धन्यवाद व आभार आदरणीय त्यागी जी को, आपको व पूरी शब्दाहुति टीम को।

—डॉ. आशा लता नायडू, मुंबई, महाराष्ट्र



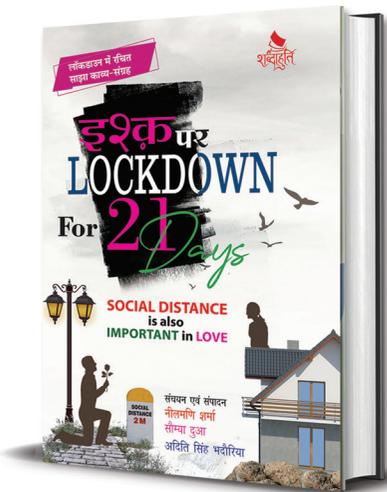
शब्दाहुति प्रकाशन का हार्दिक धन्यवाद एवं शुक्रिया इसलिए कि बहुत प्रतीक्षित जिसका मुझे बेसब्री से इंतजार था। पुस्तक बहुत ही सुंदर और आकर्षक जिसमें मेरी दो कविताएँ फोटो सहित छपी हैं। पुस्तक पाकर मैं निहाल हो गई और मुझे वह कहावत भी याद आई कि सब्र का फल हमेशा मीठा होता है। इस बेहतरीन काव्य संग्रह में स्थान देकर हम सभी को सम्मान प्रदान किया इसके लिए तहेदिल से धन्यवाद ज्ञापित करती हूँ। भविष्य में इसी प्रकार हमें स्थान मिलता रहेगा यही शुभेच्छा है। शुक्रिया...

—कामिनी कौशिक, धमतरी, छत्तीसगढ़

शब्दाहुति प्रकाशन ग्रुप को नमस्कार!

बहुत ही सुंदर मुख पृष्ठ और छपाई के लिए आदरणीय नीलमणि शर्मा जी, सौम्या दुआ जी, अदिति भदौरिया जी एवं नरेन्द्र त्यागी जी को हृदय तल से बधाईयाँ व शुभकामनाएँ पुस्तक इतनी सुंदर बनी है कि मन खुशी से झूम उठा... बहुत-बहुत बधाईयाँ फिर से एक बार...

—डॉ. शारदा प्रसाद, रामगढ़, झारखंड



दिल से आभार और शुक्रिया नरेन्द्र त्यागी जी 'मेरी दो कविताओं' को जगह देने के लिए सौम्या जी, नीलमणि शर्मा जी और अदिति डिअर का बहुत-बहुत धन्यवाद।

—डॉ. प्रीति प्रसाद, बिलासपुर



NARENDRA MODI
PRIME MINISTER

**PM NARENDRA MODI
MEDITATION AT
DHYAN MANDAP IN
VIVEKANANDA ROCK
MEMORIAL,
KANYAKUMARI**