गंभीर समाचार

समय-समाज-संस्कृति

वर्ष -12 | अंक-26 | पाक्षिक समाचार पत्रिका | कोलकाता, बुधवार 1 - 15 अप्रैल 2026 | मूल्यः 5 रुपये | RNI No.WBHIN/2014/59321, ISSN No. 2456/3005 Kolkata | कुल पृष्ठ - 8

सुविचार

- अगर आप अपनी ग़लतियों से सीख लेते है तो ग़लतियाँ आपके लिए सीढ़ी है।
- असफलता आपको अपनी ग़लती सुधारने और वापस दोगुणी ताक़त से सफल होने के लिए प्रेरित करती है।
- 'संघर्ष जितना कठिन होगा, सफलता उतनी ही शानदार होगी।'

शेरो-शायरी

- किस्मत कितनी ही रोशन हो मेहनत की आग में जलना जरूरी है, मंज़िल कितनी ही पास हो कुछ कदम चलना जरूरी है।
- औरों के दम पर अगर चलकर दिखाओगे, तो खुद के पैरों पर चलना भूल जाओगे।
- काश सड़कों की तरह जिंदगी के रास्तों पर भी लिखा होता कि आगे खतरनाक मोड़ है जरा सम्भाल के।

हिंसा वाले इलाकों का निरीक्षण करने का आदेश

निज संवाददाता : चुनाव आयोग ने निष्पक्ष चुनाव कराने के लिए कई कदम उठाए हैं। नवान्न ने डिस्ट्रिक्ट मजिस्ट्रेट, पुलिस कमिश्नर और पुलिस सुपरिंटेंडेंट को कुछ और निर्देश दिए हैं। नवान्न ने हिंसा वाले इलाकों का दौरा करने और अगले 2-3 दिनों में रिपोर्ट भेजने का आदेश दिया है। कहा गया है कि रिपोर्ट 16 अप्रैल को शाम 5 बजे तक भेज दी जाए। यह भी कहा गया है कि हर पोलिंग स्टेशन पर मोबाइल, सैटेलाइट, वायरलेस कम्युनिकेशन सिस्टम लगाए जाएं।मुख्य सचिव की ओर से जारी निर्देशों में कहा गया है कि 2021 के विधानसभा, 2023 के पंचायत, या 2024 के लोकसभा चुनाव के दौरान, वोटिंग से पहले या बाद में, या वोटिंग के दिन, डिस्ट्रिक्ट मजिस्ट्रेट, पुलिस कमिश्नर और एसपी को उन इलाकों या बूथों का दौरा करना होगा जहां हिंसा या उपद्रव हुआ है। डीएम को पुलिस अधिकारियों के साथ इलाकों का दौरा करना होगा। कम्युनिकेशन सिस्टम को ठीक करने के भी निर्देश दिए गए हैं। ध्यान देने वाली बात यह है कि डिस्ट्रिक्ट मजिस्ट्रेट को दिए गए इस निर्देश के अलावा, आयोग ने पोलिंग कर्मचारियों को भी कई निर्देश दिए हैं। गाइडलाइंस में साफ कहा गया है कि पोलिंग स्टाफ को हर समय निष्पक्ष रहना होगा।

बंगाल चुनाव से पहले बीजेपी का मास्टरस्ट्रोक!

निज संवाददाता : भारतीय राजनीति में एक नया अध्याय लिखा जाने वाला है। केंद्र सरकार 2029 के लोकसभा चुनाव से पहले महिलाओं के लिए 33 प्रतिशत आरक्षण लागू करने जा रही है। इसके लिए पश्चिम बंगाल विधानसभा चुनाव से करीब एक सप्ताह पूर्व 16 से 18 अप्रैल तक तीन दिनों का विशेष लोकसभा सत्र बुलाया गया है। भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) ने आगामी विशेष संसद सत्र को लेकर अपने सभी सांसदों के लिए सख्त निर्देश जारी किए हैं। पार्टी ने लोकसभा और राज्यसभा के सभी सदस्यों के लिए तीन लाइन का व्हिप जारी करते हुए 16 से 18 अप्रैल तक सदन में अनिवार्य उपस्थिति सुनिश्चित करने को कहा है। पार्टी की ओर से स्पष्ट निर्देश दिया गया है कि इस अवधि के दौरान किसी भी सांसद या केंद्रीय मंत्री को छुट्टी नहीं दी जाएगी। सभी सदस्यों को लगातार सदन में उपस्थित रहने और संसद की कार्यवाही में सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित करने को कहा गया है। सूत्रों के अनुसार, यह विशेष संसद सत्र महिला आरक्षण संशोधन विधेयक पर चर्चा के लिए बुलाया गया है। सरकार का लक्ष्य इस ऐतिहासिक विधेयक पर व्यापक बहस और आगे की प्रक्रिया को तेज करना है, जिस पर सियासत भी तेज हो गई है। नई आरक्षण व्यवस्था के साथ लोकसभा में सीटों की संख्या भी बढ़ जाएगी। यह कदम महज एक कानूनी संशोधन नहीं है, बल्कि यह एक ऐसी राजनीतिक रणनीति है, जिसमें एक साथ सामाजिक न्याय, महिला सशक्तिकरण और चुनावी लाभ तीनों का समागम है। लोकसभा सत्र बुलाए जाते ही विपक्ष ने सियासत शुरू कर दी है।

अभी से महिला आरक्षण में दलितों-पिछड़ों के लिये भी अलग कोटा की मांग उठने लगी है। उधर, बात बीजेपी सरकार की की जाये तो प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 2014 में सत्ता संभालते ही महिलाओं को अपनी सरकार के केंद्र में रखा है। 33 प्रतिशत महिला आरक्षण इसी कड़ी की नई इकाई है। महिलाओं के हित में मोदी सरकार द्वारा उठाये गये अन्य कदमों की बात की जाये तो उज्ज्वला योजना के तहत अब तक 10 करोड़ से अधिक महिलाओं को मुफ्त एलपीजी कनेक्शन दिए गए, जिससे धुएं से मुक्त रसोई और स्वास्थ्य सुरक्षा सुनिश्चित हुई। इसके साथ ही 12 करोड़ से अधिक शौचालय

बनाए गए, जिससे महिलाओं की सुरक्षा और गरिमा को मजबूती मिली और 100 प्रतिशत ग्रामीण क्षेत्रों में शौचालयों की सुविधा उपलब्ध हुई। बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ (2015), सुकन्या समृद्धि योजना, मुद्रा ऋण, जन धन खाते और पीएम आवास योजना में महिलाओं के नाम पर संपत्ति ये सब मिलकर एक ऐसा ताना-बाना बुनते हैं, जिसमें देश की आधी आबादी को सीधे तौर पर सरकारी लाभ की अनुभूति होती है। इन योजनाओं का सीधा असर मतपेटी पर भी पड़ा। जो महिलाएं पहले घर से बाहर निकलकर वोट देने में हिचकिचाती थीं, वे आज एक सक्रिय मतदाता वर्ग बन चुकी हैं। 2019 और 2024 के लोकसभा चुनावों में महिला मतदाताओं की भागीदारी ऐतिहासिक रही। विशेष रूप से ग्रामीण और अर्ध-शहरी क्षेत्रों में महिलाओं ने खुलकर मोदी के पक्ष में वोटिंग की, जो किसी भी राजनीतिक विश्लेषक की नजर से नहीं छूटी। अब मोदी सरकार इस संबंध को और गहरा करने की दिशा में अपना सबसे बड़ा दांव खेलने जा रही है। सरकार 2029 के लोकसभा चुनावों से पहले महिला आरक्षण लागू करने के लिए संशोधन बिल लाने की तैयारी में है, जो लम्बे समय से प्रस्तावित था। बजट सत्र में पेश होने वाले इस विधेयक पर विपक्षी दलों से बातचीत तेज हो गई है। असल में यह मामला इतना सीधा नहीं है। महिला आरक्षण बिल सितंबर 2023 में संसद के विशेष सत्र में पास हुआ था। इस कानून के तहत लोकसभा और राज्य विधानसभाओं में महिलाओं को एक तिहाई सीटें दी जाएंगी। लेकिन इसे लागू करने के लिए पहले नई जनगणना और उसके बाद परिसीमन जरूरी था। यानी 2023 में पास होने के बावजूद यह कानून कागज पर ही रहा। अब सरकार उस शर्त को बदलने की तैयारी में है। सरकार नारी शक्ति वंदन अधिनियम में संशोधन के साथ ही संविधान संशोधन लाने की भी तैयारी कर रही है।

यह संविधान संशोधन इसलिए लाया जाएगा, जिससे साल 2011 की जनगणना के आधार पर लोकसभा में सीटें बढ़ाई जा सकें और 2029 के आम चुनाव में महिला आरक्षण लागू किया जा सके। साल 2011 की जनगणना के आधार पर 2029 के लोकसभा चुनाव में सीटों की संख्या 543 से बढ़ाकर 816 की जा सकती है और इसमें महिलाओं के लिए 273 सीटें आरक्षित की जा सकती हैं। बहरहाल, बात सिर्फ आरक्षण की नहीं है, बल्कि लोकसभा की संरचना को ही बदल देने की है। 543 से 816 सीटें यह संख्या में 50 प्रतिशत से अधिक की वृद्धि है। इन बिलों को पास कराने के लिए संसद में दो-तिहाई बहुमत की जरूरत होगी, इसलिए सरकार एनडीए के साथ-साथ विपक्षी दलों जैसे सपा, आरजेडी और वाईएसआर कांग्रेस से भी समर्थन मांग रही है। इसी कड़ी में गृहमंत्री अमित शाह ने महिला आरक्षण बिल में संशोधन को लेकर शिवसेना (यूबीटी), एनसीपी (शरद पवार) जैसे विपक्षी दलों के नेताओं के साथ बातचीत की है।

शुरुआत में गृहमंत्री ने छोटे विपक्षी दलों के नेताओं के साथ बातचीत की है और कांग्रेस जैसी प्रमुख विपक्षी पार्टी और अन्य बड़े दलों के साथ बातचीत अभी बाकी है। कांग्रेस के लिए यह बिल एक नैतिक दुविधा की स्थिति है। एक तरफ वह महिला आरक्षण की समर्थक रही है और राहुल गांधी ने खुद इसे जल्द लागू करने की मांग की थी। दूसरी तरफ इस बिल का खुलकर समर्थन करना मोदी को एक ऐतिहासिक राजनीतिक उपलब्धि का श्रेय देना होगा। हालांकि संकेतों से साफ है कि मुख्य विपक्षी दल कांग्रेस को महिला आरक्षण लागू करने की पहल का समर्थन करने में कोई दिक्कत नहीं होगी, लेकिन असली बेचैनी उन दलों में है जो जातिगत समीकरणों पर टिके हैं। सपा मुखिया अखिलेश यादव ने कहा कि महिला आरक्षण लैंगिक न्याय और सामाजिक न्याय का संतुलन होना चाहिए। यह बयान देखने में संतुलित लगता है, लेकिन इसके पीछे की राजनीति बहुत गहरी है। समाजवादी पार्टी, राजद तथा द्रमुक जैसे दलों की ओर से महिलाओं के लिए आरक्षण कोटे में ओबीसी, एससी-एसटी वर्ग के लिए अलग से कोटे की मांग उठाई जा सकती है। विपक्षी दलों ने महिला आरक्षण के भीतर ओबीसी कोटा शामिल करने की मांग उठाई है, जिससे सहमति बनाना चुनौतीपूर्ण बना हुआ है। यह मांग तकनीकी रूप से जटिल है, क्योंकि ओबीसी के लिए संसद में आरक्षण का अभी कोई संवैधानिक प्रावधान नहीं है। अखिलेश यादव और लालू प्रसाद यादव जैसे नेताओं की असली चिंता कहीं और है। उत्तर प्रदेश और बिहार जैसे राज्यों में उनकी राजनीति का आधार पिछड़े और अति-पिछड़े वर्गों का वोट बैंक है। यदि महिला आरक्षण 2029 से लागू हो जाता है और लोकसभा की 273 सीटें महिलाओं के लिए आरक्षित हो जाती हैं, तो रोटेशन प्रणाली के तहत इन दलों के कई वर्तमान सांसदों की सीटें महिलाओं के लिए आरक्षित हो सकती हैं। सीधे शब्दों में कहें तो उनके परिवारों और गुटों के कई दबंग नेताओं के लिए 2029 में चुनाव लड़ना असंभव हो जाएगा। ओबीसी आरक्षण की मांग दरअसल बिल को उलझाए रखने की एक रणनीति भी हो सकती है। प्रस्ताव के मुताबिक जो 273 सीटें महिलाओं के लिए आरक्षित होंगी, उनमें अनुसूचित जाति और अनुसूचित जनजाति की महिलाओं को उनके कोटे के अंदर ही आरक्षण मिलेगा। फिलहाल ओबीसी महिलाओं के लिए अलग से आरक्षण का जिक्र इस प्रस्ताव में नहीं है। यह वही बिंदु है, जहां टकराव होना तय है। वैश्विक परिप्रेक्ष्य में देखें तो भारत अभी भी काफी पीछे है। नेपाल की संसद में महिलाओं के लिए 33 प्रतिशत सीटें आरक्षित हैं, बांग्लादेश की संसद में 50 सीटें और पाकिस्तान की नेशनल असेंबली में महिलाओं के लिए 60 सीटें आरक्षित हैं। वर्तमान में भारत की लोकसभा में महिला सांसदों की संख्या मात्र 74 है, यानी करीब 13.6 प्रतिशत। इस लिहाज से 33 प्रतिशत का लक्ष्य एक बड़ी छलांग होगी। मोदी सरकार का यह दांव कई मायनों में अभूतपूर्व है। एक तरफ यह महिलाओं के राजनीतिक प्रतिनिधित्व में ऐतिहासिक बदलाव लाएगा, दूसरी तरफ विपक्ष को एक ऐसी स्थिति में खड़ा कर देता है, जहां वह न तो खुलकर समर्थन कर सकता है और न ही पूरी तरह विरोध। महिला मतदाताओं को नाराज करने का जोखिम कोई भी दल उठाने को तैयार नहीं है। यही मोदी सरकार की रणनीतिक सफलता है कि उसने विपक्ष को एक ऐसे जाल में फंसा दिया है, जहां से निकलने का कोई आसान रास्ता नहीं है।

बंगाल में पहले चरण के मतदान के लिए तैनात की जाएंगी सेंट्रल फोर्स की कुल 2,407 कंपनियां

23 अप्रैल को डाले जाएंगे वोट

निज संवाददाता : पश्चिम बंगाल विधानसभा चुनाव का पहला चरण 23 अप्रैल को होगा। इस बार चुनाव आयोग कड़ी सुरक्षा के बीच शांतिपूर्ण मतदान कराने के लिए दृढ़ संकल्पित है। मतदान के दौरान निगरानी और सुरक्षा की जिम्मेदारी बड़ी संख्या में केंद्रीय बलों की होगी। आयोग ने पहले ही इसकी जानकारी दे दी है। केंद्रीय सुरक्षा बल लंबे समय से बंगाल में हैं। जगह-जगह रूट मार्च भी हो रहे हैं। पहले चरण में किस जिले में कितनी संख्या में बल तैनात किए जाएंगे? चुनाव आयोग ने इसकी जानकारी दी है। आयोग के मुताबिक मुर्शिदाबाद जिले में सबसे ज्यादा केंद्रीय बल तैनात किए जाएंगे। उसके बाद पूर्व मेदिनीपुर है। पहले चरण में उत्तर बंगाल के आठ जिलों- दार्जिलिंग, कलिम्पोंग, जलपाईगुड़ी, अलीपुरद्वार, कूचबिहार, उत्तर और दक्षिण दिनाजपुर, मालदा में मतदान होगा। इसके अलावा पश्चिमी जिलों में मुर्शिदाबाद, झाड़ग्राम, पुरुलिया, बांकुड़ा में भी मतदान होगा। पूर्वी और पश्चिमी मेदिनीपुर, पश्चिमी बर्दवान और

बीरभूम जिलों में भी पहले चरण का मतदान 23 को है। राजनीतिक पार्टियां भी ज़ोरों पर कैंपेन कर रही हैं। चुनाव आयोग ने सेंट्रल फोर्स की तैनाती की जानकारी दी है। देखा गया है कि चुनाव के दौरान मुर्शिदाबाद में सबसे ज़्यादा सेंट्रल फोर्स की तैनाती की जा रही है। पहले फेज़ में सेंट्रल फोर्स की कुल 2,407 कंपनियां तैनात की जाएंगी। शुरुआती जांच में पता चला है कि मुर्शिदाबाद में सेंट्रल फोर्स की कुल 316 कंपनियां तैनात की जाएंगी। मुर्शिदाबाद पुलिस डिस्ट्रिक्ट में फोर्स की 240 कंपनियां और जंगीपुर में फोर्स की 76 कंपनियां तैनात की जाएंगी। हाल के सालों में मुर्शिदाबाद में हिंसा की कई घटनाएं हुई हैं। इस जिले में वक्फ आंदोलन के आस-पास खून-खराबा देखा गया है। एनआरसी के मुद्दे पर हिंसा की आग में जिले के कई इलाके जल चुके हैं। इसीलिए जानकार लोगों का मानना है कि इस बार सुरक्षा के लिए बड़ी संख्या में फोर्स तैनात की जाएगी। पूर्व मेदिनीपुर दूसरे नंबर पर है। उस जिले में सेंट्रल फोर्स की 273 कंपनियां तैनात की जाएंगी। जानकार सूत्रों का मानना है कि यह जिला चुनाव प्रक्रिया में बहुत अहम है। क्योंकि, इस जिले की नज़र का सेंटर नंदीग्राम है। उस सेंटर में कैंडिडेट राज्य की विपक्षी पार्टी के नेता शुवेंदु अधिकारी हैं।चुनाव आयोग ने उत्तर दिनाजपुर जिले को पुलिस जिलों के तौर पर दो हिस्सों में बांटा है। इस्लामपुर में 61 और रायगंज में 71 कंपनियां तैनात की जाएंगी। सिलीगुड़ी और आसनसोल-दुर्गापुर पुलिस कमिश्नरेट में सेंट्रल फोर्स की 44 और 125 कंपनियां तैनात की जाएंगी। दार्जिलिंग, कलिम्पोंग, जलपाईगुड़ी में 61, 21 और 92 कंपनियां तैनात की जाएंगी। खबर है कि अलीपुरद्वार में 77 कंपनियां तैनात की जाएंगी।

सात दशकों में जनसंख्या बदलाव, महज आंकड़ों का हेरफेर नहीं, सुनियोजित परिवर्तन की कहानी

संजय सक्सेना

देश के कुछ हिस्सों में जनसंख्या का जो बदलाव पिछले सात दशकों में हुआ है, वह महज आंकड़ों का हेरफेर नहीं है। यह एक सुनियोजित परिवर्तन की कहानी है, जिस पर देश के बुद्धिजीवी, सामाजिक संगठन और नीति-निर्माता चिंता जता रहे हैं। हाल ही में तमिलनाडु के राज्यपाल रहे आरएन रवि ने गांधीनगर स्थित राष्ट्रीय रक्षा विश्वविद्यालय में असम, पश्चिम बंगाल और पूर्वांचल के कुछ हिस्सों में हो रहे जनसंख्या परिवर्तन को एक टाइम बम की संज्ञा देते हुए चेतावनी दी कि यदि इन प्रवृत्तियों को नजरअंदाज किया गया, तो ये भविष्य में राष्ट्रीय एकता के लिए गंभीर खतरा बन सकती हैं। उनका सवाल था, क्या किसी ने बीते 30-40 वर्षों में इन इलाकों में हुई जनसंख्या की प्रवृत्तियों पर ध्यान दिया है और क्या आने वाले 50 वर्षों में यह परिवर्तन देश के लिए विभाजनकारी साबित नहीं होगा?आजादी के समय असम एक ऐसा राज्य था, जहां अलग-अलग समुदाय और जनजातियां सदियों से साथ रहती थीं। लेकिन 1951 की पहली जनगणना में असम में मुस्लिम आबादी 22.6 प्रतिशत थी। 1971 में यह बढ़कर 24.6 प्रतिशत, 1991 में 28.4 प्रतिशत, 2001 में 31 प्रतिशत और 2011 की जनगणना में 34.2 प्रतिशत हो गई। यानी साठ वर्षों में असम में एक खास समुदाय की आबादी में लगभग 12 प्रतिशत की वृद्धि हुई। विशेषज्ञों का अनुमान है कि अगली जनगणना में यह आंकड़ा 40 प्रतिशत का आंकड़ा भी पार कर सकता है। इस वृद्धि की असली वजह केवल स्वाभाविक जन्मदर नहीं है। 1961 से 2011 के बीच, यानी पांच दशकों में देश में मुस्लिम जनसंख्या की वृद्धि दर 194.38 प्रतिशत रही, जबकि असम में मुस्लिम जनसंख्या वृद्धि दर 286.16 प्रतिशत रही, जो राष्ट्रीय औसत से लगभग डेढ़ गुना अधिक है। इस अंतर की व्याख्या केवल प्राकृतिक जनसंख्या वृद्धि से नहीं की जा सकती।असम के मुख्यमंत्री हिमंता विश्व शर्मा ने स्पष्ट रूप से कहा है कि असम की कुल मुस्लिम जनसंख्या में से मात्र 3 प्रतिशत ही मूल असमिया आबादी है, शेष बांग्लादेश से आए लोग हो सकते हैं। उन्होंने यह भी बताया कि बांग्लादेश से लगी सीमा पर बसे जिलों में यह समस्या और भी गंभीर है। 2001 की जनगणना में असम में छह मुस्लिम बहुल जिले थे, जो 2011 तक बढ़कर 11 हो गए। उधर, पश्चिम बंगाल की स्थिति असम से कम चिंताजनक नहीं है। बांग्लादेश के साथ इस राज्य की लंबी सीमा है और 1971 से लगातार सीमावर्ती जिलों में बांग्लादेशी घुसपैठ होती रही है। 2011 की जनगणना के अनुसार पश्चिम बंगाल में मुसलमानों की हिस्सेदारी 2001 में 25.2 प्रतिशत से बढ़कर 2011 में 26.94 प्रतिशत हो गई और इस दौरान मुस्लिम आबादी की वृद्धि दर 21.81 प्रतिशत रही।जिलेवार आंकड़े और भी चौंकाने वाले हैं। मुर्शिदाबाद में मुस्लिम आबादी 69.5 प्रतिशत, मालदा में 53.3 प्रतिशत, उत्तरी और दक्षिणी दिनाजपुर में 42.8 प्रतिशत, बीरभूम में 39.6 प्रतिशत और उत्तरी व दक्षिणी 24 परगना में 36.1 प्रतिशत हो चुकी है। इन सीमावर्ती आठ जिलों में हिन्दू जनसंख्या में प्रत्येक दशक में 3 प्रतिशत तक की कमी भी दर्ज की गई है। राजनीतिक आरोपों की बात करें तो 1977 से 2011 तक 34 साल सत्ता में रही वाममोर्चा सरकार पर आरोप है कि उसने घुसपैठियों को मतदाता पहचान पत्र, राशन कार्ड और आधार कार्ड उपलब्ध कराए। इसकी एवज में 2006 तक वाममोर्चे को एकमुश्त वोट मिलता रहा, लेकिन 2007 के नंदीग्राम हिंसा के बाद यह वोट तृणमूल कांग्रेस की ओर चला गया। यह आरोप लगाने वाले केवल विरोधी दल के लोग नहीं हैं।

कोलकाता में रहने वाले पूर्व नौकरशाह और तृणमूल कांग्रेस के सह-संस्थापक सदस्य दीपक कुमार घोष का कहना है कि वाममोर्चा ने अपने वोट बैंक के लिए मुस्लिम शरणार्थियों को शरण दी, जबकि तृणमूल ने इन अवैध घुसपैठियों को सत्ता तक में स्थान दिया।उत्तर प्रदेश और बिहार के पूर्वी हिस्से, यानी पूर्वांचल में जनसंख्या परिवर्तन की बात कुछ अलग किस्म की है। यहां प्रश्न केवल बाहर से आने वाली जनसंख्या का नहीं, बल्कि समुदाय-विशेष की प्रजनन दर का भी है। उत्तर भारत और पूर्वी भारत के राज्यों जैसे बिहार और उत्तर प्रदेश में कुल प्रजनन क्षमता दर चार से ज्यादा है, जबकि दक्षिण भारत में यह 2.1 के आसपास है, जो कि स्थिर स्तर माना जाता है। यह असंतुलन न केवल संसाधनों पर दबाव डालता है, बल्कि राजनीतिक और सांस्कृतिक समीकरण भी बदल रहा है। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ और उससे जुड़े संगठन लंबे समय से इस मुद्दे पर चेताते आए हैं। विश्व हिंदू परिषद, बजरंग दल सहित अनेक सामाजिक संगठनों ने सीमावर्ती इलाकों में जनसंख्या परिवर्तन को लेकर बार-बार राष्ट्रीय ध्यान आकर्षित करने की कोशिश की है। असमिया साहित्य सभा जैसे सांस्कृतिक संगठनों ने असम की अस्मिता और संस्कृति पर मंडराते खतरे को लेकर आवाज उठाई है। इतिहासकार और लेखक नृपेन्द्र मिश्र जैसे विद्वानों ने सीमावर्ती इलाकों की जनसांख्यिकी पर गहन अध्ययन प्रस्तुत किए हैं। पाञ्चजन्य पत्रिका सहित अनेक प्रकाशनों ने इस जनसांख्यिकी परिवर्तन को न केवल आंकड़ों में, बल्कि असम के सामाजिक और सांस्कृतिक ताने-बाने पर पड़ रहे असर के रूप में भी दर्ज किया है। वहीं दूसरी ओर, अनेक उदारवादी बुद्धिजीवी और अल्पसंख्यक संगठन इस पूरे विमर्श को सांप्रदायिक रंग देने का आरोप लगाते हैं। उनका तर्क है कि जनसंख्या परिवर्तन को एक समुदाय की साजिश बताना मुस्लिम नागरिकों के खिलाफ नफरत फैलाना है। ऑल इंडिया मुस्लिम पर्सनल लॉ बोर्ड और जमीयत उलेमा-ए-हिंद जैसे संगठन मानते हैं कि यह मुद्दा वोट की राजनीति के लिए हवा दिया जाता है। देश के विभाजन के समय जो सीमाएं खींची गई थीं, वे भौगोलिक रेखाएं थीं, लोगों के दिलों में नहीं। बंगाल का विभाजन हुआ, असम का एक हिस्सा पाकिस्तान से सटा रह गया। यह समस्या 1979 में ही सामने आ गई थी और इसे नेहरू काल की गलत नीतियों का नतीजा बताया जाता है। उस दौर में बांग्लादेश (तत्कालीन पूर्वी पाकिस्तान) से आने वाले शरणार्थियों को पुनर्वास दिया गया, लेकिन 1971 के बाद भी यह सिलसिला थमा नहीं। बल्कि एक खास वर्ग के लिए वोट बैंक की राजनीति ने इसे और गति दी। बंगाल में मुस्लिम जनसंख्या वृद्धि दर 252.95 प्रतिशत रही, वहीं ओडिशा में 323.40 प्रतिशत और झारखंड में 340.35 प्रतिशत रही, जो राष्ट्रीय औसत से कई गुना अधिक है। ये आंकड़े केवल प्रजनन दर से नहीं समझाए जा सकते।

विशेषज्ञ मानते हैं कि बांग्लादेश से होने वाली अवैध घुसपैठ इसका बड़ा कारण है।बहरहाल, यह केवल राजनीतिक विमर्श नहीं है, यह उन लाखों लोगों की जिंदगी से जुड़ा सवाल है, जो असम की जमीन पर पीढ़ियों से रहते आए हैं, जो बंगाल में अपनी संस्कृति और भाषा के साथ जीते हैं। जब किसी जिले में एक समुदाय का अनुपात तेजी से बढ़ता है, तो सत्ता का संतुलन, जमीन का वितरण, शिक्षा और रोजगार सब कुछ प्रभावित होता है। इतिहास गवाह है कि जनसांख्यिकी परिवर्तन ने दुनिया में कई बार सीमाओं को फिर से खींचा है। कुल मिलाकर राज्यपाल रवि का वह सवाल आज भी हवा में गूंज रहा है कि क्या हम अंदाजा लगा सकते हैं कि अगले 50 वर्षों में यह परिवर्तन देश के लिए क्या परिणाम ला सकता है? यह सवाल जितना असुविधाजनक है, उतना ही जरूरी भी। इसका जवाब खोजे बिना न तो इन इलाकों का भला होगा और न ही देश का।

बंगाल की बागदा सीट पर ननद-भौजाई आमने-सामने

बीजेपी की सोमा ठाकुर और टीएमसी की मधुपर्णा के बीच होगी सीधी टक्कर

सोमा ठाकुर यूं तो राजनीतिक मैदान में उतरने वाली नया चेहरा हैं, लेकिन उनका नाता एक दमदार राजनीतिक परिवार से जरूर है। वह केंद्रीय बंदरगाह, जहाजरानी और जलमार्ग राज्य मंत्री शांतनु ठाकुर की पत्नी हैं, और पार्टी ने उन्हें उत्तर 24 परगना जिले के बागदा सीट से मैदान में उतारा है। अब पहली बार सीधे चुनाव मैदान में उतर रही हैं।

मुख्य प्रतिद्वंद्वी उनकी ननद और निवर्तमान विधायक मधुपर्णा ठाकुर हैं। मधुपर्णा का परिवार भी रसूखदार है और उनकी मां ममता बाला ठाकुर टीएमसी से ही राज्यसभा सांसद हैं। पिता कपिल कृष्ण ठाकुर भी लोकसभा सांसद रहे हैं। तृणमूल कांग्रेस के टिकट पर मैदान में उतरीं मधुपर्णा ठाकुर शांतनु ठाकुर की चचेरी बहन हैं।अब चुनावी समर में उनका सोमा से मुकाबला होने जा रहा है।

निज संवाददाता

पश्चिम बंगाल में विधानसभा चुनाव को लेकर लगातार हलचल बनी हुई है। राजनीतिक दल अपने-अपने चुनावी अभियान में लगे हुए हैं। भारतीय जनता पार्टी (बीजेपी) के उम्मीदवारों की लिस्ट में एक नाम ऐसा भी है जिसके सामने आते ही ननद और भाभी के बीच मुकाबला सेट हो गया। ऐसा ही हाईप्रोफाइल पवार परिवार की ननद-भाभी (सुप्रिया सुले और सुनेत्रा पवार) का कड़ा मुकाबला महाराष्ट्र में लोकसभा चुनाव के दौरान दिखा था।

बीजेपी ने अपनी चौथी लिस्ट में सोमा ठाकुर, संतोष पाठक, पूर्व आईपीएस अधिकारी देवाशीष धर और पत्रकार मानव गुहा जैसे उम्मीदवारों का टिकट दिया है। सोमा ठाकुर यूं तो राजनीतिक मैदान में उतरने वाली नया चेहरा हैं, लेकिन उनका नाता एक दमदार राजनीतिक परिवार से जरूर है। वह केंद्रीय बंदरगाह, जहाजरानी और जलमार्ग राज्य मंत्री शांतनु ठाकुर की पत्नी हैं, और पार्टी ने उन्हें उत्तर 24 परगना जिले के बागदा सीट से मैदान में उतारा है। बागदा सीट से सोमा ठाकुर के नाम के ऐलान के साथ ही यहां पर ठाकुर परिवार की ननद-भाभी के बीच मुकाबला तय हो गया। सोमा राजनीति में सक्रिय नहीं रही हैं, लेकिन अपने पति शांतनु की वजह से कई सालों से राजनीति के गलियारों के इर्द-गिर्द बनी हुई हैं। साल 2019 के लोकसभा चुनावों के दौरान भी उन्होंने अपने पति के समर्थन में चुनाव प्रचार में किया था। तब शांतनु को जीत मिली थी। युवा चेहरा सोमा अब पहली बार सीधे चुनाव मैदान में उतर रही हैं। उनके सामने मुख्य प्रतिद्वंद्वी उनकी ननद और निवर्तमान विधायक मधुपर्णा ठाकुर हैं। मधुपर्णा का परिवार भी रसूखदार है और उनकी मां ममता बाला ठाकुर टीएमसी से ही राज्यसभा सांसद हैं। पिता कपिल कृष्ण ठाकुर भी लोकसभा सांसद रहे हैं। तृणमूल कांग्रेस के टिकट पर मैदान में उतरीं मधुपर्णा ठाकुर शांतनु ठाकुर की चचेरी बहन हैं। अब चुनावी समर में उनका सोमा से मुकाबला होने जा रहा है। मधुपर्णा के सामने अपनी बागदा सीट बचाने की चुनौती भी है। बागदा सीट पर साल 2021 के चुनाव में बीजेपी के विश्वजीत दास ने जीत हासिल की थी। उन्होंने चुनाव में परितोष कुमार साहा को कड़े मुकाबले में हराया था। बाद में विश्वजीत बीजेपी छोड़कर टीएमसी चले गए और 2024 के लोकसभा चुनाव में टीएमसी के टिकट पर किस्मत आजमाई, लेकिन उन्हें हार मिली। विश्वजीत के विधायकी से इस्तीफा देने की वजह से इसी साल यहां पर उपचुनाव कराना पड़ा। तृणमूल कांग्रेस ने उपचुनाव में युवा नेता मधुपर्णा ठाकुर को मैदान में उतारा तो बीजेपी ने विनय कुमार विश्वास को खड़ा किया। बीजेपी को उपचुनाव में शिकस्त मिली और मधुपर्णा विधायक चुनी गईं। तब मधुपर्णा पश्चिम बंगाल के चुनावी इतिहास की सबसे कम उम्र की विधायक चुनी गई थीं। बागदा क्षेत्र को मतुआ गढ़ माना जाता है, ऐसे में इस बिरादरी का वोट काफी अहम हो जाता है और वह निर्णायक भूमिका में भी रहता है। खासतौर से ठाकुरबाड़ी मतुआ समुदाय के वोटों पर असर डालने में अहम भूमिका निभाती है। अब एक ही परिवार के मैदान में उतरने से मुकाबला बेहद दिलचस्प हो गया है। चुनावी मुकाबला सेट होने के बाद मधुपर्णा ठाकुर का दावा है कि अब उनके लिए लड़ाई आसान हो गई है।

बागदा की जनता ने जिस तरह मधुपर्णा को अपनाया है, जनता भी वैसा ही जवाब देगी। वहीं सोमा ठाकुर ने कहा-मैंने साल 2019 में अपने पति के साथ यहां चुनाव प्रचार किया था। इसलिए यह लड़ाई मेरे लिए स्वाभाविक है। हालांकि कहा जा रहा है कि सोमा ठाकुर के नाम को लेकर बीजेपी में स्थानीय स्तर पर नाराजगी है और कुछ नेताओं और कार्यकर्ताओं का कहना है कि हमने स्थानीय उम्मीदवार उतारने की मांग बार-बार की थी, लेकिन हमारी बात सुनी नहीं गई।

चुनाव में 'नोटा' का क्या है महत्व?

पहली बार 2013 में सुप्रीम कोर्ट के ऑर्डर पर किया गया था शुरू

निज संवाददाता : राज्य में चुनावी मौसम खुमार पर है। बंगाल सहित पांच राज्यों में विधानसभा चुनाव हो रहे हैं। विभिन्न पार्टियों ने अपने उम्मीदवार चुनावी मैदान में उतारे हैं, लेकिन मतदान के दिन ईवीएम में उम्मीदवारों के नाम और पार्टी के चुनाव चिह्न के साथ एक विकल्प 'नोटा' (नन ऑफ द एबव) का होता है। आम लोगों के मन में 'नोटा' या 'नन ऑफ द एबव' को लेकर बहुत उत्सुकता रहती है खासकरक्या होगा अगर 'नोटा' को किसी चुनाव क्षेत्र के सभी कैंडिडेट्स से ज्यादा वोट मिल जाएं? तो क्या उस इलाके में कोई विधायक नहीं होगा? अगर 'नोटा' को चुनाव में किसी सीट पर सभी कैंडिडेट्स से ज्यादा वोट मिल जाते हैं, तो कानूनी क्या होगा? क्या उस इलाके के सभी कैंडिडेट्स हार जाएंगा? या फिर दोबारा इलेक्शन होगा?'नोटा' क्या है?'नोटा' को भारतीय चुनाव में पहली बार 2013 में सुप्रीम कोर्ट के ऑर्डर पर शुरू किया गया था। इसका मकदम वोटर्स को 'राइट टू रिजेक्ट' का अवसर देना और पॉलिटिकल पार्टियों को ईमानदार कैंडिडेट्स को मैदान में उतारने के लिए मजबूर करना है। सिंबल के रूप में बैलेट पेपर पर एक काला क्रॉस होता है। बहुत से लोग सोचते हैं कि अगर 'नोटा' जीत जाता है, तो चुनाव कैंसिल हो जाता है, लेकिन मौजूदा कानूनी ढांचे के हिसाब से मामला थोड़ा अलग है। इलेक्शन कमीशन ऑफ़ इंडिया (ईसीआई) और रिप्रेजेंटेशन ऑफ द पीपल एक्ट, 1951 के मुताबिक-काल्पनिक जीत बनाम असली जीत : अभी, भारत में 'नोटा' को एक काल्पनिक उम्मीदवार माना जाता है।

कानून : अगर 'नोटा' को 1 लाख वोट मिलते हैं और दूसरे नंबर पर रहने वाले उम्मीदवार को 50,000 वोट मिलते हैं, तो 50,000 वोट पाने वाले उम्मीदवार को विजेता घोषित किया जाएगा। ऐसा क्यों है? कानून कहता है कि 'नोटा' आपकी या मेरी तरह कोई व्यक्ति नहीं है। यह सिर्फ एक वोटिंग ऑप्शन है। इसलिए, जो उम्मीदवार वैलिड वोटों के मामले में उम्मीदवारों में सबसे ज्यादा वोट पाएगा, वही विधायक बनेगा। सवाल उठता है कि 'नोटा' पर वोट करने का क्या फायदा है? यहीं पर पीयूसीएल बनाम यूनियन ऑफ इंडिया (2013) केस का कॉन्टेक्स्ट आता है। सुप्रीम कोर्ट ने साफ कर दिया है कि 'नोटा' वोटर्स की भावनाओं को जाहिर करने का एक जरिया है। हालांकि, हाल के सालों में, महाराष्ट्र और हरियाणा जैसे कुछ राज्यों के स्टेट इलेक्शन कमीशन ने लोकल इलेक्शन (पंचायत या म्युनिसिपैलिटी) में नियम बदले हैं। वहां, अगर 'नोटा' जीतता है, तो दोबारा चुनाव का ऑर्डर दिया गया है, लेकिन विधानसभा या लोकसभा चुनाव के मामले में, सेंट्रल इलेक्शन कमीशन अभी भी पुराने नियमों को मानता है यानी, अगर 'नोटा' जीत भी जाता है, तो दूसरे नंबर पर आने वाला जीत जाता है। क्या बदलेगा नोटा का नियम? उठ रही ये मांग अभी, अलग-अलग जगहों से यह मांग की जा रही है कि

-अगर 'नोटा' जीतता है, तो उस चुनाव क्षेत्र का चुनाव कैंसिल कर दिया जाना चाहिए।

-पुराने कैंडिडेट्स को दोबारा चुनाव लड़ने से बैन कर दिया जाना चाहिए।

पश्चिम बंगाल के मौजूदा नियमों के मुताबिक, अगर 'नोटा' सिंबॉलिक तौर पर जीत भी जाता है, तो इसका सरकार बनाने या कैंडिडेट चुनने पर सीधा असर नहीं पड़ता है। हालांकि, यह पॉलिटिकल पार्टियों के लिए एक कड़ा मैसेज है। आपका वोट आपका अधिकार है, इसलिए सोच-समझकर वोट करें।

विभाजन का दंश झेल रहा सिंहबाद

♦ मालदा विधानसभा क्षेत्र के इस गांव में है ज्यादातर हिंदुओं की आबादी

निज संवाददाता : बंगाल के मालदा विधानसभा क्षेत्र का एक छोटा गांव सिंहबाद आज भी विभाजन का दंश झेल रहा है। दरअसल इस गांव के लोग भारत-बांग्लादेश के बंटवारे का दर्द भुगत रहे हैं। गांव में रहने वाले बलराम मंडल के लिए, बांग्लादेश के अलीनगर में उनके माता-पिता की ज़मीन का कागज़ (डीड) एक बहुत कीमती चीज़ है। इस 75 साल के बुज़ुर्ग के माता-पिता बंटवारे के समय बंगाल के भारतीय हिस्से में, सिंहबाद आ गए थे। इस सीमावर्ती गांव में एक रेलवे स्टेशन है, जिसे अक्सर भारत का आखिरी स्टेशन कहा जाता है। ब्रिटिश राज के दौरान कोलकाता और ढाका के बीच जो एक अहम रेल लिंक हुआ करता था, वहां से अब सिर्फ़ मालगाड़ियां गुज़रती हैं, जो भारत से बांग्लादेश तक पत्थर के टुकड़े और मुर्गियों का चारा ले जाती हैं। मंडल धान की खेती करते हैं, जबकि उनका बेटा रेलवे स्टेशन के पास ही एक सिलाई की दुकान चलाता है। मंडल ने कहा कि बंटवारे के बाद जब लोग यहां आए, तो यह इलाका बिल्कुल वीरान पड़ा था... सिंहबाद इलाके में बहुत सारे हिंदू शरणार्थी आकर बसे थे। हम बंटवारे के समय से ही यहीं रह रहे हैं। बड़ी बात यह कि इस गांव के ज़्यादातर लोग हिंदू हैं, जिनके परिवार बंटवारे के समय भारत आ गए थे। उनमें से कई लोग अपनी ज़मीन-जायदाद उस समय के पूर्वी पाकिस्तान में ही छोड़ आए थे। मंडल ने बताया-1971 में जब बांग्लादेश बना तो मेरे पिता यह कागज़ लेकर अलीनगर वापस गए थे। सरकार की तरफ़ से ज़मीन बेचने का विकल्प भी दिया गया था। लेकिन वहां के स्थानीय लोगों ने उस ज़मीन पर कब्ज़ा कर लिया था। मेरे पिता को डराया-धमकाया गया, और वे भारत वापस आ गए। गांव के ज़्यादातर लोग हिंदू हैं, जिनके परिवारों की जड़ें आज के बांग्लादेश में हैं। वे बहुत पहले ही भारत के नागरिक बन चुके हैं, और हाल ही में हुई मतदाता सूची की विशेष गहन समीक्षा (एसआईआर) के बाद भी उनके नाम मतदाता सूची में बने हुए हैं। मंडल के 40 साल के बेटे उज्ज्वल ने कहा कि बंगाल में हुई एसआईआर प्रक्रिया के दौरान हमारे नाम मतदाता सूची से हटाए नहीं गए हैं। 40 साल के उज्ज्वल ने अपनी दोनों बेटियों को सिलाई की दुकान के सामने खेलते हुए देखते हुए कहा कि हम चाइमंडल समुदाय से हैं। यह एक आरक्षित विधानसभा क्षेत्र है। मालदा विधानसभा क्षेत्र, अनुसूचित जातियों (एससी) के लिए आरक्षित है। स्थानीय लोगों ने कहा कि उन्होंने चुनावों में ज़्यादातर बीजेपी का ही समर्थन किया है।

कुर्सी बचाने के लिए ममता झोंक रही हैं पूरी ताकत

♦ सत्ता पाने के सपने बुन रही है भाजपा

निज संवाददाता

पश्चिम बंगाल की चुनावी जमीन पर तनाव भरा माहौल छाया हुआ है। सत्ताधारी तृणमूल कांग्रेस का नेतृत्व करने वाली ममता बनर्जी अपनी कुर्सी बचाने के लिए पूरी ताकत झोंक रही हैं, जबकि भारतीय जनता पार्टी सत्ता हासिल करने के सपने बुन रही है। इस बार की लड़ाई 2021 वाली जंग से बिल्कुल अलग नजर आ रही है। पहले के चुनावों में हिंसा का तांडव देखने को मिला था, जहां दंगाइयों को खुला संरक्षण मिला। लेकिन अब हालात बदल चुके हैं। कानून की सख्ती ने उपद्रवियों की हिम्मत तोड़ दी है। अर्धसैनिक बलों के जवान हर कोने में मुस्तैद हैं, जो किसी भी तरह की गुंडागर्दी को कुचलने को तैयार हैं। चुनाव आयोग ने शांतिपूर्ण मतदान सुनिश्चित करने के लिए कड़े कदम उठाए हैं। इन बदलावों से ममता बनर्जी का गुस्सा भड़क उठा है। वे खुद को पीड़ित साबित करने की कोशिश कर रही हैं, जो उनकी पुरानी चाल है। चुनावी जंग की शुरुआत होते ही पश्चिम बंगाल की सड़कों पर उत्तेजना का माहौल बन गया। 2021 में जो दृश्य देखे गए थे, वे भयानक थे। तब तृणमूल के कार्यकर्ताओं ने हिंसा का सहारा लिया। रामनवमी के जुलूस पर हमले हुए, घरों को आग लगाई गई और निर्दोष लोगों को निशाना बनाया गया। पुलिस ने आंखें मूंद लीं। लेकिन इस बार सब कुछ अलग है। केंद्र सरकार ने अर्धसैनिक बलों को भारी संख्या में तैनात किया। ये जवान सीधी कार्रवाई करने से नहीं हिचकते। कोलकाता के एक इलाके में जब गुंडों ने मतदान केंद्र के पास उपद्रव मचाने की कोशिश की, तो जवानों ने तुरंत लाठियां भांजीं। पांच उपद्रवी घायल हो गए और उन्हें हिरासत में ले लिया गया। इससे आसपास का इलाका शांत हो गया। एक अन्य घटना में दक्षिण 24 परगना जिले के एक गांव में तृणमूल समर्थकों ने भाजपा कार्यकर्ताओं को घेर लिया। लेकिन अर्धसैनिक बल ने फटाक से हस्तक्षेप किया। हवा में गोली चलाई गई और गुंडे भाग खड़े हुए। इन उदाहरणों से साफ है कि कानून अब किसी की सुनता नहीं।ममता बनर्जी को ये सख्ती रास नहीं आ रही। वे हर मौके पर चिल्ला रही हैं कि केंद्र चुनाव में दखल दे रहा है। एक रैली में उन्होंने रोते हुए कहा कि उनके राज्य पर हमला हो रहा है। लेकिन हकीकत यह है कि अर्धसैनिक बल निष्पक्ष तरीके से काम कर रहे हैं। वे तृणमूल के गुंडों पर भी उतनी ही सख्ती दिखा रहे हैं जितनी किसी और पर। उदाहरण के तौर पर हावड़ा में एक तृणमूल नेता ने पुलिस अधिकारी को धमकाया। अधिकारी ने शिकायत की, तो अर्धसैनिक बल ने उस नेता को मौके पर गिरफ्तार कर लिया। ममता ने इसे राजनीतिक साजिश करार दिया। वे कहती हैं कि उनके कार्यकर्ताओं को निशाना बनाया जा रहा है। लेकिन आंकड़े कुछ और कहते हैं। चुनाव आयोग के रिकॉर्ड में दर्ज है कि इस बार हिंसा की घटनाएं 2021 के मुकाबले 70 प्रतिशत कम हुई हैं। मतदान केंद्रों पर कोई बड़ा उपद्रव नहीं हुआ। यह सब अर्धसैनिक बल की मौजूदगी का नतीजा है। चुनाव आयोग भी पीछे नहीं हट रहा। आयोग ने हर जिले में विशेष टीम गठित की हैं। ये टीमें रात-दिन गश्त कर रही हैं। एक बार उत्तर दिनाजपुर में एक जज को तृणमूल कार्यकर्ताओं ने घेर लिया। जज निर्वाचन प्रक्रिया की निगरानी कर रहे थे। कार्यकर्ता चिल्ला रहे थे कि जज पक्षपाती हैं। लेकिन अर्धसैनिक बल ने तुरंत पहुंचकर जज को सुरक्षित निकाला और आठ लोगों को पकड़ लिया। जज ने अपनी रिपोर्ट में लिखा

विस चुनाव-2026

कि अगर ये जवान न होते, तो हालात बिगड़ जाते। इसी तरह मालदा में एक पुलिस अधिकारी को धमकी मिली। अधिकारी मतपेटियों की गिनती करवा रहे थे। गुंडों ने उन्हें घेरा, लेकिन जवानों ने डंडों की बौछार कर दी। तीन गुंडे अस्पताल पहुंचे। ये उदाहरण बताते हैं कि अब कानून का राज है। जज और अधिकारी सुरक्षित महसूस कर रहे हैं। पहले वे डरते थे, अब वे बेधड़क काम कर पा रहे हैं।ममता बनर्जी इस स्थिति से तिलमिला रही हैं। उनका पारा चढ़ा हुआ है। वे हर सभा में केंद्र को कोसती हैं। कहती हैं कि दिल्ली वाले उनके राज्य को बर्बाद कर देंगे। लेकिन उनकी यह चाल उल्टी पड़ रही है। जनता अब उनकी नाटकबाजी समझ रही है। विक्टिम कार्ड खेलने का उनका तरीका पुराना है। 2021 में भी उन्होंने यही किया था। तब हिंसा के बाद वे रो-रोकर टीवी पर आईं और खुद को मां बताते हुए वोट मांगे। कहा कि बेटे को बचाओ। इस बार भी वही फॉर्मूला अपना रही हैं। कोलकाता की एक सभा में वे घुटने मोड़कर बैठ गईं। आंसू बहाते हुए बोलीं कि उन्हें कुर्सी से हटाने की साजिश चल रही है। उनके समर्थक चिल्लाने लगे। लेकिन भाजपा कार्यकर्ता हंस पड़े। सोशल मीडिया पर उनके वीडियो वायरल हो गए। लोग कह रहे हैं कि यह नौटंकी है। एक और उदाहरण लीजिए। जब अर्धसैनिक बल ने उनके एक विधायक को पकड़ा, तो ममता ने प्रेस कॉन्फ्रेंस बुलाई। कहा कि विधायक निर्दोष हैं, उन पर झूठा केस बनाया गया। लेकिन जांच में पता चला कि विधायक ने ही हिंसा भड़काई थी। आयोग ने उसे अयोग्य घोषित कर दिया। ममता ने फिर विक्टिम बनने की कोशिश की। कहा कि न्याय व्यवस्था उनके खिलाफ है। इसके अलावा ममता भक्तों को भड़काने से नहीं चूक रही हैं। वे कहती हैं कि बंगाल की बेटी पर अत्याचार हो रहा है। लेकिन जनता जाग चुकी है। 2021 में वे सफल रहीं क्योंकि हिंसा का डर था। अब डर खत्म हो गया। अर्धसैनिक बल ने गुंडों की कमर तोड़ दी। एक सर्वे में सामने आया कि 60 प्रतिशत मतदाता शांतिपूर्ण चुनाव से खुश हैं। वे ममता की गुंडागर्दी से तंग आ चुके हैं। उदाहरण स्वरूप, आसनसोल में एक महिला मतदाता ने कहा कि पहले डर लगता था, अब बेझिझक वोट दे सकी। इसी तरह पुरुलिया के एक युवक ने बताया कि उसके भाई को 2021 में पीटा गया था। इस बार सब शांत रहा। ये बदलाव ममता के लिए खतरे की घंटी हैं। उनका विक्टिम कार्ड अब फेल हो रहा है। वे खुद को पीड़ित बताकर वोट बटोरना चाहती हैं, लेकिन लोग सच्चाई जान चुके हैं।चुनावी माहौल में और भी रोचक घटनाएं घटीं। बांकुड़ा जिले में तृणमूल ने फर्जी वोटिंग की कोशिश की। लेकिन चुनाव आयोग की टीम ने पकड़ लिया। अर्धसैनिक बल ने मौके पर छापा मारा। 20 लोग गिरफ्तार हुए। ममता ने इसे साजिश कहा। लेकिन सबूतों ने उन्हें झूठा साबित कर दिया। हुगली में एक जज को धमकी भरा फोन आया। जज ने आयोग को सूचना दी। जवानों ने फोन करने वाले को ट्रेस कर पकड़ लिया। वह तृणमूल का स्थानीय नेता निकला। ममता ने चुप्पी साध ली। इन घटनाओं से साफ है कि सख्ती काम कर रही है। उपद्रव करने वालों को सबक मिल रहा है। जज और अधिकारी अब बिना डरे काम कर रहे हैं।ममता का विक्टिम कार्ड खेलने का तरीका बहुत साफ है। वे हर घटना को अपने खिलाफ साजिश बताती हैं। रोना-धोना शुरू कर देती हैं। समर्थकों को उकसाती हैं। कहती हैं कि बंगाल की अस्मिता खतरे में है। लेकिन इस बार यह चाल चल नहीं रही। जनता देख रही है कि अर्धसैनिक बल ने कैसे शांति लाई। 2021 के दंगों की यादें ताजा हैं। लोग हिंसा से त्रस्त थे। अब वे शांत चुनाव चाहते हैं। ममता का गुस्सा इसी से भड़कता है। वे जानती हैं कि सत्ता खिसक रही है। भाजपा का माहौल मजबूत हो गया है। कार्यकर्ता बिना डर के प्रचार कर रहे हैं। कुल मिलाकर पश्चिम बंगाल की यह चुनावी जंग लोकतंत्र की जीत बन रही है। अर्धसैनिक बल और चुनाव आयोग की सख्ती ने हिंसा को जड़ से उखाड़ फेंका।

टीएमसी-बीजेपी की चुनाव प्रचार का जरिया बनीं शांतिपुर की हैंडलूम साड़ियां

निज संवाददाता : बंगाल विधानसभा चुनाव में सत्ताधारी तृणमूल कांग्रेस और मुख्य विपक्षी पार्टी बीजेपी के बीच जंग तेज हो गई है। दोनों ही पार्टियां अलग-अलग अंदाज में कैंपेन यानी चुनाव प्रचार में लगी हैं। इस क्रम में अब शांतिपुर की हैंडलूम साड़ियां भी प्रवेश कर चुकी हैं। यानी अगर बंगाल में चुनाव हैं तो क्या साड़ी भी पीछे रह सकती है? नदिया के शांतिपुर की हैंडलूम साड़ियां, विधानसभा चुनाव से पहले राजनीतिक रूप से आरोपित बुनाई बन गई हैं। 41 साल के उद्यमी प्रिंटर-डिज़ाइनर राजू दास, चुनावी मौसम में खूब पैसा कमा रहे हैं। शांतिपुर में अपनी वर्कशॉप में, दास तृणमूल कांग्रेस और बीजेपी दोनों के लिए साड़ियां बना रहे हैं। हर एक की कीमत 240 रुपए है और उनके पास दोनों राजनीतिक दलों से ''थोक आदेश'' की बाढ़ आ गई है। तृणमूल की साड़ियों पर उसका निशान, कल्याणकारी योजना का मूल भाव और टैगलाइन होती है ''जोतोई कोरो हमला, अबार जितबे बांग्ला (चाहे जितना भी हमला करो, बंगाल फिर जीतेगा)। वहीं, बीजेपी की साड़ियों पर कमल का निशान होता है। दास, जो बुनकरों से थोक में हैंडलूम साड़ियां खरीदते हैं और फिर उन पर चुनाव का मैसेज प्रिंट करते हैं, ने कहा कि दोनों क्रिएशन बहुत पॉपुलर हैं। एक ऐसे राज्य में जहां कल्चरल पहचान और चुनावी मैसेज अक्सर एक-दूसरे से जुड़े होते हैं, ये साड़ियां पॉलिटिक्स में महिलाओं के लिए पहनावे और दावे दोनों के तौर पर उभरी हैं। दास ने कहा-इस बार डिमांड बहुत ज़्यादा है। उन्होंने कहा-पूरे राज्य से तृणमूल कांग्रेस और बीजेपी दोनों के स्थानीय नेताओं और आयोजकों से ऑर्डर आ रहे हैं। उन्होंने आगे कहा-जैसे-जैसे चुनाव प्रचार ज़ोर पकड़ रहा है, पार्टी के निशान और कहानियों वाली ये हैंडलूम साड़ियां महिला कार्यकर्ताओं के बीच एक ट्रेंड बन गई हैं।

उन्होंने कहा कि ये साड़ियां सिर्फ़ पॉलिटिकल नहीं हैं, बल्कि ये ''बंगालियाना (बंगाली लोकाचार)'' से जुड़ी हैं। दास ने कहा-मैं सिर्फ़ पारंपरिक तांत कॉटन हैंडलूम का इस्तेमाल करता हूं। वे उन साड़ियों का ज़िक्र कर रहे थे जो चुनावी मैसेज को एक कल्चरल खूबसूरती के साथ मिलाती हैं जो बंगाल की पहचान से गहराई से जुड़ी होती हैं। इसीलिए इन साड़ियों को दोनों पार्टियां पसंद करती हैं। दास ने कहा-बंगाल की संस्कृति की सुरक्षा और उसे बढ़ावा देना इस साल के विधानसभा चुनाव के मुख्य मुद्दों में से एक है। इसलिए मैंने इन साड़ियों में बंगाल की संस्कृति का पारंपरिक टच देने की कोशिश की है। इसका आधार शुद्ध तांत है, यानी बंगाल का कॉटन हैंडलूम। मैंने इन्हें छोटे लेवल पर बनाना शुरू किया, खास तौर पर किसी कमर्शियल मकसद से नहीं। लेकिन जैसे ही मेरे क्रिएशन सोशल मीडिया पर वायरल हुए, राजनीतिक पार्टियों से ऑर्डर आने लगे।गौरतलब है कि साड़ियों की डिज़ाइन फिलॉसफी में यह अंतर दोनों पार्टियों की अलग-अलग चुनाव प्रचार अभियान की रणनीति को दिखाता है। जहां बीजेपी वाले संस्करण में ज़्यादातर अलग-अलग साइज़ के कमल के फूल के डिज़ाइन हैं, वहीं तृणमूल वाला संस्करण ज़्यादा ग्राफिक लेयर वाला है, जिसमें पार्टी के निशान के साथ सरकारी कल्याणकारी योजना की एक लाइन दिखाई गई है, जिससे यह शासन और आउटरीच की कहानी बन जाती है। दास के पास ऑर्डर पहले ही 15,000 से ज़्यादा हो चुके हैं, और ये साड़ियां चुनावी नई चीज़ से आगे बढ़कर पूरी तरह से अभियान सहायक उपकरण बन गई हैं। उन्होंने कहा-मैं अभी बहुत व्यस्त हूं, पार्टी के पदाधिकारियों के अनुरोध के आधार पर उत्तर बंगाल समेत कई जिलों में थोक माल भेज रहा हूं। हालांकि दास ने ग्राहक के हिसाब से आंकड़े बताने से परहेज किया, लेकिन सूत्रों ने बताया कि बीजेपी अभी इन साड़ियों के डिस्ट्रीब्यूशन में आगे हो सकती है, और पार्टी से जुड़े थोक विक्रेता के ज़रिए ज़्यादा स्ट्रक्चर्ड सप्लाई चेन (संरचित आपूर्ति श्रृंखला) का फ़ायदा उठा रही है। दोनों कैंप के लिए, साड़ियों की स्ट्रेटेजी सोची-समझी है। बीजेपी की शांतिपुर टाउन कमेटी के वाइस-प्रेसिडेंट दिनेश रॉय ने कहा-ऐसी साड़ियां अलग-अलग इलाकों में भेजी जा रही हैं ताकि पार्टी के कर्मठ कार्यकर्ता रैलियों और नामांकन दाखिल करने के दौरान इन्हें पहनकर संगठित और एकजुट दिखें। हम अपनी महिला कार्यकर्ताओं को भी रोज़ाना के कामों में भी इन्हें पहनने के लिए बढ़ावा दे रहे हैं ताकि महिला वोटरों पर असर डाला जा सके।मालूम हो कि 2020 में, पिछले विधानसभा चुनाव से पहले, बीजेपी को शर्मिंदगी का सामना करना पड़ा था, जब उसकी महिला विंग की लीडर और फैशन डिज़ाइनर अग्निमित्रा पॉल ने कमल-थीम वाली साड़ी बेचने के लिए पेश की थी, जिससे राजनीतिक प्रतीक के कमर्शियलाइज़ेशन को लेकर आलोचना हुई थी। इस बार, बीजेपी की साड़ी सादी है और ट्रेडिशन (परंपरा) से जुड़ी है।शांतिपुर के तृणमूल नेता मनोज सरकार ने कहा कि साड़ियां नियमित तौर पर पूरे राज्य में भेजी जाती हैं, लेकिन ज़्यादातर कोलकाता भेजी जाती हैं। दास ने कहा कि दोनों पार्टियों के अलावा, व्यक्तिगत ग्राहक भी इन साड़ियों को खरीदने के लिए उनकी वर्कशॉप में आते हैं। दास की वर्कशॉप में बीजेपी के कमल निशान वाले डिज़ाइन देख रही एक महिला ने कहा-लोकतंत्र की खूबसूरती यह है कि हम खुलेआम अपनी पार्टी का दिखावा कर सकते हैं। हम अपनी पसंद की साड़ी पहन सकते हैं और जिस पार्टी को वोट देना चाहते हैं, उसे सपोर्ट कर सकते हैं।

डिजाइनर को दोनों राजनीतिक दलों से मिल रहे हैं ''थोक आदेश''

हिंदी पत्रकारिता के दो सौ साल के अवसर पर राष्ट्रीय संगोष्ठी

मानवता ही 'हिंदी पत्रकारिता' की बुनियाद : राम आह्लाद चौधरी

निज संवाददाता: के.आर.एस इंटरनेशनल फाउंडेशन और गंभीर समाचार के संयुक्त तत्वाधान में बीते 10 अप्रैल को कोलकाता के कृष्णपद घोष प्रेक्षागृह में संगोष्ठी, पुस्तक लोकार्पण तथा बहुभाषी कवि सम्मेलन का आयोजन हुआ। हिंदी पत्रकारिता के दो सौ साल होने के मौके पर यह आयोजन किया गया था। इस मौके पर हिंदी पत्रकारिता के दो सौ साल: परंपरा, निरंतरता और रूपांतरण विषय पर संगोष्ठी हुई। साथ ही लेखक अंशुमान भारती की पुस्तक 'कलकत्ता हिंदी पत्रकारिता के 200 साल' का लोकार्पण हुआ। स्वामी विवेकानंद विश्वविद्यालय की प्रोफेसर डॉ. केया दास घोष ने उद्घाटन-सत्र की अध्यक्षता करते हुए कहा कि हिंदी पत्रकारिता के दो सौ साल पूरे हो रहे हैं। इस अवसर पर सिर्फ सेमिनार, पुस्तक विमोचन और बहुभाषी कवि सम्मेलन तक ही सीमित रहना उचित नहीं है, बल्कि इस मौके पर हिंदी पत्रकारिता की परंपरा, निरंतरता और रूपांतरण पर गंभीरता से विचार करते हुए यह संकल्प लेना है कि हिंदी पत्रकारिता मनुष्य के हितों की रक्षा में और सजगता से जुट जाए। इस सेमिनार में सेंट जेवियर विश्वविद्यालय के जनसंचार विभाग के विशेषज्ञ मारियो मार्टिन लुइस ने हिंदी पत्रकारिता की परंपरा को रेखांकित करते हुए पत्रकारिता के अध्ययन-मनन-चिंतन की महत्ता को रेखांकित किया। बांग्ला की कवयित्री उपासना सरकार ने उद्घाटन-संगीत प्रस्तुत किया। प्रोफेसर राम आह्लाद चौधरी ने बीज वक्तव्य में कहा कि हिंदी पत्रकारिता ने हिंदी-जगत को आलोकित किया है। इस आलोक ने हिंदी प्रदेशों और हिंदी-जगत को सतह दी है। इस पत्रकारिता ने एक तरह से अलख जगाने का काम किया है। इसके जरिये सामाजिक विषमताओं को उजागर करने की जरूरत है, साथ ही यह भी याद रखना होगा कि हिंदी पत्रकारिता ने हमारी संस्कृति को एक उज्ज्वल रूप प्रदान किया है। हिंदी पत्रकारिता के 200 वर्ष हमें यह सिखाते हैं कि यह केवल एक पेशा नहीं, बल्कि एक नैतिक और सामाजिक दायित्व है। परंपरा हमें मूल्य देती है, निरंतरता हमें स्थिरता देती है, और रूपांतरण हमें आगे बढ़ने की दिशा देता है परंतु इन सबका केंद्र यदि "मानव" नहीं है, तो पत्रकारिता का उद्देश्य अधूरा रह जाता है। आज आवश्यकता है कि हम हिंदी पत्रकारिता को केवल तकनीकी रूप से नहीं, बल्कि मानवीय दृष्टि से भी समृद्ध करें। यही इसकी वास्तविक शक्ति है और यही इसकी भविष्य की दिशा। हिंदी पत्रकारिता की दो सौ सालों की यात्रा का आलोचनात्मक विवेचन करते हुए चौधरी ने बताया कि तकनीकी प्रगति के साथ-साथ मानवीय मूल्यों को भी समान महत्व दिया जाए। हिंदी पत्रकारिता को केवल सूचना की प्रतिस्पर्धा नहीं, बल्कि संवेदनशीलता और जिम्मेदारी का भी निर्वाह करना होगा। हिंदी पत्रकारिता का आरंभ 1826 में 'उदन्त मार्तण्ड' से हुआ, जिसके संपादक पंडित जुगल किशोर शुक्ल थे। यह केवल एक समाचार पत्र नहीं था, बल्कि जनमानस की आवाज़, भाषाई स्वाभिमान और सामाजिक चेतना का प्रतीक था। प्रारंभ से ही हिंदी पत्रकारिता ने मानव-केंद्रित दृष्टिकोण को अपनाया जहां समाचार केवल सूचना नहीं, बल्कि समाज के दुःख-दर्द, संघर्ष और आकांक्षाओं की अभिव्यक्ति थे। हिंदी पत्रकारिता के 200 वर्ष हमें यह सिखाते हैं कि यह केवल एक पेशा नहीं, बल्कि एक नैतिक और सामाजिक दायित्व है। परंपरा हमें मूल्य देती है, निरंतरता हमें स्थिरता देती है, और रूपांतरण हमें आगे बढ़ने की दिशा देता है परंतु इन सबका केंद्र यदि "मानव" नहीं है, तो पत्रकारिता का उद्देश्य अधूरा रह जाता है।

इस मौके पर लोकार्पित पुस्तक के लेखक अंशुमान भारती ने कहा-मेरी पुस्तक 'कलकत्ता हिंदी पत्रकारिता के 200 साल' का लोकार्पण हुआ है, यह मेरे लिए सौभाग्य की बात है। इस पुस्तक को लिखने में कई साल लगे हैं। अंशुमान भारती ने हिंदी पत्रकारिता के संघर्ष को रेखांकित किया। इस सत्र में 'गंभीर समाचार' के संपादक अजय मोहता ने धन्यवाद ज्ञापन किया। प्रथम सत्र में महाराजा मणिन्द्र चंद कॉलेज के हिंदी विभाग की अध्यक्ष डॉ सुमिता चट्टोराज, खिदिरपुर कॉलेज के हिंदी विभाग की पूर्व अध्यक्ष डॉ. अर्चना पाण्डेय, रवींद्र भारती विश्वविद्यालय के हिंदी विभाग के सहायक प्रोफेसर डॉ. अम्बर चौधरी, खिदिरपुर कॉलेज के हिंदी विभाग की अध्यक्ष डॉ. महमुदा खानम, देशबंधु कॉलेज फॉर गर्ल्स की सहायक प्रोफेसर डॉ. विनीता कुमारी ने हिंदी पत्रकारिता के दो सौ साल के मौके पर उसकी परंपरा, निरंतरता और रूपांतरण विषय पर गंभीरता से आलोकपात किया। कलकत्ता विश्वविद्यालय के पालि विभाग के सहायक प्रोफेसर डॉ. सुमन पाल भिक्षु ने इस सत्र की अध्यक्षता की। इस सत्र के बाद बहुभाषी कवि सम्मेलन आयोजित किया गया। जिसकी अध्यक्षता बांग्ला के कवि अमल कर ने की। इस कवि सम्मेलन में अरबी के कवि साम आलम, हिंदी की कवयित्री अर्चना पाण्डेय, कृतिका दवे, अम्बर चौधरी, मनोज मिश्र सहित बांग्ला के कवि कवयित्रियों ने हिस्सा लिया, जिनके नाम हैं- लोपामुद्रा भट्टाचार्य, इला दास, कंकन सरकार भवानी शंकर मुखर्जी, हेमेन भट्टाचार्य, लहरी बड़ाल चक्रवर्ती, शिप्रा बंद्योपाध्याय, मैथिली, उपेक्षित शर्मा, मोहम्मद साहबुद्दीन फिरोज। इसके अतिरिक्त उर्दू-फारसी-मैथिली-भोजपुरी भाषाओं के कवि-कवयित्रियों ने इस बहुभाषी कवि सम्मेलन में हिस्सा लिया। कार्यक्रम का संचालन डॉ. पार्थ प्रतिम पांजा ने किया।

कोलकाता के कृष्णपद घोष प्रेक्षागृह में 'कलकत्ता हिंदी पत्रकारिता के 200 साल' पुस्तक के लोकार्पण के मौके पर 'गंभीर समाचार' के संपादक अजय मोहता व पुस्तक के लेखक अंशुमान भारती समेत अन्य गणमान्य अतिथि।

2021 की तरह इस बार भी चुनाव का मुख्य केंद्र बना हुआ है गैस सिलेंडर

निज संवाददाता : समय बदला है, चुनाव का साल बदला है। लेकिन लोगों के लिए गैस का दर्द कम नहीं हुआ है। बल्कि, यह और बढ़ गया है। सिलेंडर ही 2026 के बंगाल विधानसभा चुनाव का मुख्य केंद्र बना हुआ है । रसोई गैस की आसमान छूती कीमत और सिलेंडर की कमी-सत्ताधारी पार्टी तृणमूल कांग्रेस इन दो हथियारों से केंद्र पर फिर से हमला करने के लिए सड़कों पर उतर आई है। तृणमूल नेता ममता बनर्जी ने 2021 के विधानसभा चुनाव से एक दिन पहले उत्तर बंगाल में सिलेंडर जुलूस निकाला था। उस समय एक सिलेंडर की कीमत 620.50 रुपये से बढ़कर 845.50 रुपये हो गई थी। उस समय गैस के दर्द का लोगों के वोट बॉक्स पर बड़ा असर पड़ा था। पांच साल बाद, तस्वीर और भी भयानक है। अब एक सिलेंडर की कीमत 939 रुपये है। लेकिन सवाल सिर्फ़ कीमत का नहीं है, बल्कि सिलेंडर की सप्लाई का भी है। ग्राहकों की शिकायत है कि पहले बुकिंग के 48 से 72 घंटे के अंदर सिलेंडर मिल जाते थे। अब वह समय बढ़कर 10 से 15 दिन हो गया है। सिलेंडर बुकिंग का समय भी बढ़ा दिया गया है। इंडेन एलपीजी डिस्ट्रीब्यूटर्स एसोसिएशन, पश्चिम बंगाल के पूर्व सेक्रेटरी बिजन विश्वास ने कहा कि सिलेंडर की सप्लाई 30 फीसदी कम कर दी गई है। जिन्हें दस की ज़रूरत थी, उन्हें सात से ज़्यादा नहीं मिलेंगे। दिक्कत और बढ़ेगी। क्योंकि कोई नया भारतीय जहाज़ होर्मुज नहीं गया है। जो जहाज़ आ रहे हैं, वे फंसे हुए हैं। अरब देशों के कई बेस, जिनसे भारत फ्यूल का कच्चा माल खरीदता था, युद्ध की वजह से तबाह हो गए हैं। नतीजतन, युद्ध खत्म होने के बाद भी रातों-रात एलपीजी की सप्लाई पक्का करना मुश्किल है। यहीं पर तृणमूल कांग्रेस ने केंद्र पर निशाना साधा है। तृणमूल कांग्रेस के एक प्रवक्ता तन्मय घोष ने कहा कि मोदी इज़राइल गए और बेंजामिन से मैचिंग शर्ट पहनी। लेकिन, उन्हें जंग की कोई पहले से खबर नहीं मिली। इस डिप्लोमैटिक नाकामी का खामियाजा पूरा देश भुगत रहा है। फ्यूल का सही स्टॉक क्यों नहीं किया गया? सीपीएम नेता राबिन देब ने एक कदम और आगे बढ़कर कहा कि सिर्फ फ्यूल ही नहीं, बल्कि पूरे देश की इकॉनमी डगमगा रही है। पैसे की कीमत गिर रही है। ज़रूरी चीज़ों की कीमतें बढ़ रही हैं। इसे छिपाने के लिए दोनों सरकारें धर्म का कार्ड खेल रही हैं। दूसरी तरफ, भगवा खेमा जवाब में दावा कर रहा है कि अभी भी काफी सब्सिडी दी जा रही है। नहीं तो, हर सिलेंडर की कीमत 1,600 रुपए हो जाती। कीमतों में बढ़ोतरी वर्ल्ड मार्केट में अस्थिरता की वजह से हो रही है। लेकिन यह बात आम लोगों को कितनी मंज़ूर होगी? क्या आम लोगों को इस गैस के दर्द से राहत मिलेगी, या चुनाव की गर्मी में सिर्फ राजनीतिक रोटियां सेंकी जाएंगी?

97 साल की उम्र में कट गया वोटर लिस्ट से नाम

निज संवाददाता : 97 वर्षीय शरणार्थी सुबर्ना बाला पोद्दार ने मतदाता बनने के बाद से हर चुनाव में अपने मतदान अधिकार का इस्तेमाल किया। लेकिन इस बार वो मतदाता सूची से बाहर कर दी गई हैं। एसआईआर के बाद उनका नाम सूची से हटा दिया गया है। उन्हें अभी भी इस बात की जानकारी नहीं है कि उनका नाम मतदाता सूची से हटा दिया गया है। जब उनसे पूछा गया कि क्या वे इस बार वोट देंगी, तो उन्होंने कहा कि अगर मेरी सेहत ठीक रही, तो मैं वोट जरूर दूंगी। उन्होंने बताया कि वोट देने का अधिकार उनके लिए सबसे ज्यादा जरूरी है और योग्य होने के बाद से उन्होंने एक भी चुनाव नहीं छोड़ा है। जब उनसे पूछा गया कि अगर वे इस बार वोट नहीं दे पाईं तो क्या उन्हें बुरा लगेगा? तो उन्होंने कहा कि मेरे पास वोटर कार्ड है, तो मैं वोट क्यों नहीं दे सकती?बता दें कि सुबर्ना बाला का जन्म अब्दुल्लापुर में हुआ था, जो उस समय अविभाजित बंगाल का हिस्सा था। कम उम्र में ही उनका शादी हो गई थी। 1947 में विभाजन के दौरान उनके परिवार को अपना घर छोड़कर पलायन करना पड़ा। वे केवल पहने हुए कपड़ों के साथ कोलकाता पहुंचे और तब से नारकेलडांगा नॉर्थ रोड पर रह रही हैं। उनकी बेटी संध्या पोद्दार ने बताया कि 2024 में चुनाव आयोग ने उनकी मां के लिए घर से वोट देने की सुविधा का इंतजाम किया था। क्योंकि वे खुद चलकर पोलिंग बूथ तक नहीं जा सकती थीं। इससे पहले, वे सुबह-सुबह तैयार हो जाती थीं और अन्य पड़ोसियों के साथ पोलिंग बूथ जाकर अपना वोट डालती थीं। लेकिन इस बार वे वोट नहीं दे पाएंगी।संध्या ने बताया कि उनकी मां के नाम की स्पेलिंग में एक गलती थी। 2002 की एसआईआर सूची में उनका नाम स्वर्णा बाला के रूप में दर्ज था। उन्हें सुनवाई के लिए बुलाया गया था जहां उन्होंने वोटर कार्ड, आधार कार्ड, बैंक पासबुक और राज्य सरकार से मिलने वाली विधवा पेंशन के दस्तावेज जमा किए। लेकिन उन सभी को अस्वीकार कर दिया गया। उनके परिवार ने उनका नाम दोबारा मतदाता सूची में शामिल करवाने के लिए फॉर्म 6 भरा, लेकिन उसे भी अस्वीकार कर दिया गया। अब परिवार को समझ नहीं आ रहा है कि वे उनका नाम मतदाता सूची में दोबारा कैसे शामिल करवाएं।सुबर्णा बाला के अलावा उनके परिवार के तीन अन्य मतदाताओं के नाम भी हटा दिए गए थे। उनके दो पोते भी मतदान का अधिकार खो बैठे। संध्या ने बताया कि इस साल परिवार के आठ सदस्यों में से केवल चार ही अपना वोट डाल पाएंगे। भले ही परिवार के आधे सदस्यों ने अपने अधिकार खो दिए हों, फिर भी हम अपना वोट ज़रूर डालेंगे। जब भी मेरी मां की उंगली पर स्याही लगती है, तो वह बहुत खुश नज़र आती हैं। लेकिन मुझे नहीं पता कि क्या वह अपनी ज़िंदगी में अपने वोट देने के अधिकार वापस पा पाएंगी या नहीं।

♦ मतदाता बनने के बाद बुजुर्ग महिला ने हर बार डाला वोट

अखिल भारतीय अग्रवाल महासभा के दोबारा राष्ट्रीय महामंत्री बने रमेश कुमार जैन

निज संवाददाता : अखिल भारतीय अग्रवाल महासभा की राष्ट्रीय कार्यकारिणी बैठक बीते 4 व 5 अप्रैल को चित्रकूट धाम में आयोजित की गई। बैठक में समाज हित के एवं अग्रवाल समाज को एकजुट करने के प्रस्ताव पास किए गए। इसमें सैकड़ों पदाधिकारियों ने ध्वनिमत से राष्ट्रीय कार्यकारिणी का पुनः गठन 2026-27-2028-29 के लिए किया। नव कार्यकारिणी का गठन सभी की सर्वसहमति से किया गया, जिसमे निम्नलिखित पदाधिकारीगण निर्विरोध चुने गए। इसमें राष्ट्रीय अध्यक्ष सतीश अग्रवाल मुरैना मप्र, राष्ट्रीय महासचिव हरि ओम गर्ग दिल्ली, राष्ट्रीय महामंत्री रमेश कुमार जैन कोलकाता पश्चिम बंगाल, राष्ट्रीय कोषाध्यक्ष भानु प्रकाश बंसल जयपुर राजस्थान, राष्ट्रीय महिला अध्यक्ष मृदुला अग्रवाल झांसी उत्तर प्रदेश, राष्ट्रीय युवा अध्यक्ष सुरेंद्र अग्रवाल किरबाडा कोटा राजस्थान, राष्ट्रीय उपाध्यक्ष बजरंग लाल अग्रवाल अकोला महाराष्ट्र, राष्ट्रीय प्रवक्ता जगदीश जैन टिटलागड उड़ीसा, राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य रविशंकर गोरी सतना मप्र को नियुक्ति किया गया। बहुत जल्द राष्ट्रीय कार्यकारिणी का गठन किया जाएगा प्रदेश और ज़िले की कार्यकारिणी यथावत काम करती रहेगी फिलहाल उनमें कोई फेरबदल नहीं किया गया है। राष्ट्रीय कार्यकारिणी पदाधिकारियों को जगतगुरू रामभद्राचार्य जी के उत्तराधिकारी परमपूजनीय रामचंद्र जी महाराज का आशीर्वाद प्राप्त हुआ। उन्होंने कहा कि अखिल भारतीय अग्रवाल महासभा के नेतृत्व में अग्रवाल समाज एकजुट होगा। चित्रकूट धाम ऐसा पावन तीर्थ है यहां से जो भी शुरूआत होती है शुभ होती है।

विक्टोरिया मेमोरियल

चांदनी रात में चमकने वाले सफेद भवन का रंग कभी था काला

जापानी हमले से बचाने के लिए दिया गया था नया रूप

निज संवाददाता : विक्टोरिया मेमोरियल एक ऐतिहासिक पर्यटन-स्थल के तौर पर जाना जाता है। कोलकाता महानगर आने वाले पर्यटक एक बार इस महल को देखने जरूर जाते हैं। यानी जो लोग कोलकाता से बाहर रहते हैं, वे जब कोलकाता आते हैं, तो कहीं और जाने के साथ ही साथ विक्टोरिया मेमोरियल ज़रूर देखने जाते हैं। सर्दियों में कोलकाता शहर घूमने का मतलब विक्टोरिया मेमोरियल की तरफ़ चलना भी है।कोलकाता के लगभग सभी रहने वाले इस सफ़ेद स्मारक के रूप-रंग से वाकिफ़ हैं। देश के ज़्यादातर लोगों की नज़र में कोलकाता का मतलब सफ़ेद मार्बल की दीवारों वाला यह महल जैसा घर है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि एक समय इसका रंग काला था?यह घटना दूसरे विश्व युद्ध के दौरान हुई थी। उस समय कोलकाता ब्रिटिश और अमेरिकी सैनिकों का एक बड़ा बेस था। इसी बीच, 1942-43 तक जापानी सेना ने कोलकाता पर हमला करना शुरू कर दिया। 1942 में कोलकाता पर बम गिरे। खिदिरपुर डॉक को बहुत नुकसान हुआ। यह पूरा हमला जापानी एयर फ़ोर्स ने किया था। ब्रिटिश सेना दिन के उजाले में युद्ध को संभाल सकती थी। लेकिन रात के अंधेरे में जापानी हवाई हमले भयानक हो जाते थे। जापानी हमले का मेन टारगेट (मुख्य लक्ष्य) शहर के घर, आर्किटेक्चर और सड़कें थीं। और इसलिए शहर को बचाने के लिए रात में ब्लैक आउट करने का फैसला लिया गया। जैसे घरों की लाइटें बंद कर दी जाती थीं, वैसे ही शाम होने के बाद सड़कों की लाइटें भी बंद कर दी जाती थीं।लेकिन विक्टोरिया मेमोरियल का रंग सफेद था। इसका सफेद मार्बल चांदनी में खूब चमकता था। इसीलिए सुरक्षा के लिहाज से 1943 में ब्रिटिश सरकार ने इस स्मारक को काला रंग करने का फैसला किया।दूसरी तरफ, अंग्रेज किसी भी तरह से यह बात जापानियों के कानों तक नहीं पहुंचने देना चाहते थे। इसीलिए उस समय काले विक्टोरिया मेमोरियल की कोई तस्वीर लेने की इजाज़त नहीं दी गई। हालांकि उसके बाद एक-दो तस्वीरें बची रहीं। हाल ही में, इंटरनेट की ताकत की वजह से ऐसी कुछ तस्वीरें फिर से सामने आई हैं। पुराने कोलकाता की कुछ तस्वीरों में, काले विक्टोरिया मेमोरियल की भी एक तस्वीर मिली है।

बंगाल चुनाव में भी परिवारवाद हुआ हावी

नए दौर की राजनीति में राजनीतिक नेताओं की नई पीढ़ी ने रखा कदम

निज संवाददाता : इस बार के बंगाल में भी विधानसभा चुनाव में परिवारवाद हावी हो गया है। नए दौर की राजनीति में राजनीतिक नेताओं की नई पीढ़ी ने कदम रख दिया है। बड़ी बात यह कि बंगाल एक ऐसा राज्य रहा है, जिसने लंबे समय तक विरासत की राजनीति को नकारा है, लेकिन 2026 का विधानसभा चुनाव एक अलग कहानी बता रही है। दशकों तक पश्चिम बंगाल बंगाल ने उत्तर प्रदेश और बिहार जैसे राज्यों में देखी जाने वाली वंशवादी संस्कृति का मजाक उड़ाया और इसके बजाय कॉलेज कैंपस, यूनियन रूम और सड़क पर होने वाले विरोध प्रदर्शनों से बनी राजनीतिक परंपरा को तरजीह दी है, लेकिन इस चुनाव में वह परंपरा बदलती दिख रही है। ममता बनर्जी से लेकर बुद्धदेव भट्टाचार्य और अधीर चौधरी से लेकर दिलीप घोष जैसे नेता आंदोलन और संगठन से उभरे हैं, लेकिन इस बार पार्टी लाइन से हटकर, तृणमूल कांग्रेस और भारतीय जनता पार्टी से लेकर कांग्रेस और भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी (मार्क्सवादी) तक, बहुत सारे उम्मीदवार जाने-माने राजनीतिक परिवारों से हैं। तृणमूल कांग्रेस ने सबसे ज्यादा ऐसे उम्मीदवार उतारे हैं, जिनका राजनीतिक परिवारों से नाता रहा है, लेकिन यह ट्रेंड अलग-अलग विचारधाराओं में फैला हुआ है। यहां तक कि जो पार्टियां कभी वंशवाद की राजनीति की आलोचना करती थीं, वे भी अब जाने-पहचाने नेताओं की नई पीढ़ी पर भरोसा कर रही है। और यह बदलाव जमीनी स्तर पर दिख रहा है। पश्चिम बर्दवान में तृणमूल कांग्रेस ने पूर्व मंत्री मलय घटक को आसनसोल उत्तर से मैदान में उतारा है, जबकि उनके भाई अभिजीत घटक पास के कुल्टी से चुनाव लड़ रहे हैं। इसी तरह से दक्षिण 24 परगना जिले में बेहाला पूर्व की मौजूदा विधायक रत्ना चट्टोपाध्याय को बेहाला पश्चिम भेजा गया है, जबकि उनके भाई सुभाशीष दास को महेशतला से उम्मीदवार बनाया गया है। यह सीट कभी उनके पिता दुलाल दास के पास थी। तृणमूल कांग्रेस ने मंत्री बेचाराम मन्ना को सिंगूर से और उनकी पत्नी कराबी को हरिपाल से उम्मीदवार बनाया है। वहीं, चार बार के सांसद कल्याण बनर्जी के बेटे सिरसान्या बंदोपाध्याय उत्तरपाड़ा से चुनाव लड़ रहे हैं। एंटाली में टीएमसी विधायक स्वर्ण कमल साहा की जगह उनके अपने बेटे संदीपन साहा को उम्मीदवार बनाया गया है, जबकि पानीहाटी से मौजूदा विधायक निर्मल घोष की जगह उनके बेटे तीर्थंकर घोष चुनाव लड़ेंगे। मानिकतला में टीएमसी ने दिवंगत मंत्री साधन पांडे की बेटी श्रेया पांडे को मैदान में उतारा है। इसी तरह से बागदा से मधुपर्णा ठाकुर, पूरबस्थली नॉर्थ से वसुंधरा गोस्वामी और बनगांव दक्षिण से ऋतुपर्णा अध्या सभी अपनी राजनीतिक विरासत को आगे बढ़ा रही हैं। ऐसा नहीं है कि केवल टीएमसी ने उम्मीदवारों के चयन में परिवारवाद को तरजीह दी है। बीजेपी भी परिवारवाद पर अपने हमलों के बावजूद, बहुत पीछे नहीं है। पूर्व मेदिनीपुर में, एगरा से दिव्येंदु अधिकारी की उम्मीदवारी उनके परिवार के बढ़ते असर को दिखाती है। वे नेता प्रतिपक्ष शुभेंदु अधिकारी के भाई हैं। इसी तरह से भाटपाड़ा में पूर्व सांसद अर्जुन सिंह के बेटे पवन सिंह मैदान में हैं, जबकि अर्जुन खुद नोआपाड़ा से चुनाव लड़ रहे हैं। बीजेपी का मतुआ चेहरा, सुब्रत ठाकुर, भी एक बड़े राजनीतिक परिवार का हिस्सा हैं, जबकि उनकी रिश्तेदार सोमा, जो बागदा से चुनाव लड़ रही हैं। उनका अपनी भाभी मधुपर्णा ठाकुर के साथ सीधा मुकाबला है। वे टीएमसी से उम्मीदवार हैं। इसी तरह से बारानगर में, बीजेपी उम्मीदवार सजल घोष पूर्व कांग्रेस नेता प्रदीप घोष की विरासत को आगे बढ़ा रहे हैं। कांग्रेस, जो अपनी जगह बनाए रखने के लिए संघर्ष कर रही है, वह भी पुराने नामों पर भरोसा कर रही है। कांग्रेस नेता दिवंगत एबीए गनी खान चौधरी की भतीजी, पूर्व सांसद मौसम बेनजीर नूर, तृणमूल कांग्रेस से कांग्रेस में लौटने के बाद मालतीपुर से चुनाव लड़ रही हैं। वहीं, बागमुंडी में, कांग्रेस ने पूर्व सांसद देबेंद्र महतो के बेटे नेपाल महतो को मैदान में उतारा है, जबकि सोमेन मित्रा के बेटे रोहन मित्रा, बालीगंज से चुनाव लड़ रहे हैं। उत्तर बंगाल में, अली इमरान रम्ज, या विक्टर, ग्वालपोखर से एक और राजनीतिक वंश को आगे बढ़ा रहे हैं। वहीं, परिवारवाद से लेफ्ट भी इससे अछूता नहीं रहा है। माकपा ने पूर्व मंत्री गौतम देव के बेटे सप्तर्षि देव को राजारहाट-न्यू टाउन से मैदान में उतारा है, जबकि पूर्व विधायक पद्मा निधि धर की पोती, युवा नेता दिप्सिता धर, दमदम उत्तर से चुनाव लड़ रही हैं।

इस बार पार्टी लाइन से हटकर, तृणमूल कांग्रेस और भारतीय जनता पार्टी से लेकर कांग्रेस और भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी (मार्क्सवादी) तक, बहुत सारे उम्मीदवार जाने-माने राजनीतिक परिवारों से हैं। नए दौर की राजनीति में राजनीतिक नेताओं की नई पीढ़ी ने अपना कदम बढ़ा दिया है।

हल करो हीरो बनो का उत्तर

1.हीराकुण्ड बाँध, 2.चेनानी नैशारी सुरंग, 3.स्टैच्यू ऑफ यूनिटी, 4.1916, 5.एस.एन.डी.टी. महिला विश्वविद्यालय, 6.मुम्बई,

संपादकीय

पश्चिम एशिया संकट : शांति योजनाएं विफल होने पर भारत पर पड़ने वाला प्रभाव

जु अमेरिका का होर्मुज स्ट्रेट पर ब्लॉकेड करना एक ऐसे संकट के नए दौर की शुरुआत का संकेत है जिसने पश्चिम एशिया और ग्लोबल इकॉनमी में आग लगा दी है। माना कि शांति बातचीत की बातें हो रही हैं, लेकिन इनका जल्द ही फ़ायदा होना चाहिए। नहीं तो, लंबे युद्ध की संभावना कई देशों को भारी आर्थिक झटका देगी इनमें भारत सबसे आगे है। ईरान पर युद्ध का गहरा असर पहले से ही भारतीय इकॉनमी के कई हिस्सों में देखा जा सकता है। उदाहरण के लिए, सप्लाई साइड में रुकावटें आई हैं जिससे एनर्जी-इंटेंसिव इंडस्ट्रीज़ में प्रोडक्शन में रुकावट आई है। भारत के किचनप्राइवेट और पब्लिकबिना गैस सप्लाई के जूझ रहे हैं। इसके अलावा, इसका असर टेक्सटाइल, पेंट और सीमेंट जैसे जुड़े हुए सेक्टर्स पर भी पड़ रहा है। फर्टिलाइज़र और केमिकल्स की कमी है, जिससे खेती और बदले में खाद्य सुरक्षा की चिंताएं बढ़ रही हैं। बस इतना ही नहीं। पश्चिम एशिया को एक्सपोर्टइस इलाके में कुल मर्चेंडाइज एक्सपोर्ट में भारत का हिस्सा 2024-25 में 16.4 फीसदी था को झटका लगेगा; इस इलाके से भेजे जाने वाले पैसे कम होने की उम्मीद है; करंट अकाउंट डेफिसिट, बढ़ती महंगाई और फिस्कल डेफिसिट का भी अंदाज़ा है क्योंकि केंद्र तेल और मार्केटिंग कंपनियों को सब्सिडी देने की तरफ बढ़ रहा है ताकि रिटेल कीमतों को मौजूदा स्तर पर रखा जा सके। एक और बड़ी बात जॉब मार्केट पर पड़ने वाला असर है : यूनाइटेड नेशंस डेवलपमेंट प्रोग्राम के एक अनुमान के मुताबिक, पश्चिम एशिया का झगड़ा लेबर वाले सेक्टर में नौकरी के मौके कम होने और कीमतों में बढ़ोतरी की वजह से 2.5 मिलियन भारतीयों को गरीबी में धकेल सकता है। इससे भारत के बहुत ज़्यादा चर्चित डेमोग्राफिक डिविडेंड को खतरा है।पॉलिसी रिस्पॉन्स के मामले में, खाने, पेट्रोलियम और फर्टिलाइजर पर सब्सिडी बढ़ाने पर ज़्यादा ज़ोर दिए जाने की संभावना है। लेकिन भारत, बल्कि एशिया के लिए चुनौती यह है कि संकट का सोर्स बाहरी बना हुआ है। ये देश अपनी ऊर्जा ज़रूरतों के लिए इस प्रभावित इलाके पर बहुत ज़्यादा निर्भर हैं। कटौती, खासकर अगर शांति नहीं मिलती है, तो और गहरी होगी। विश्व बैंक के एक असेसमेंट से पता चला है कि युद्ध की वजह से भारत की जीडीपी ग्रोथ ज़रूरी 7 फीसदी के निशान से नीचे जा सकती है। कुल मिलाकर, ग्लोबल इकॉनमिक क्षितिज धुंधला हो रहा है और पश्चिम एशिया संकट के लंबे समय तक चलने का असर कोविड महामारी जैसा हो सकता है, अगर उससे ज़्यादा नहीं तो, जिसने दुनिया और भारत को रेंगने पर मजबूर कर दिया था।

राज्यसभा में नीतीश का पदार्पण : महज पद का परिवर्तन नहीं, बिहार व देश की राजनीति में नए दौर का आगाज

अजय कुमार

करीब दो दशकों तक बिहार की सत्ता के केंद्र में रहे नीतीश कुमार का राज्यसभा की राह पकड़ना केवल एक राजनीतिक औपचारिकता नहीं, बल्कि उस लंबे दौर का मोड़ है जिसने 2005 के बाद बिहार की राजनीति की दिशा तय की। जिस नेता ने करीब 21 वर्षों तक राज्य की सत्ता को प्रभावित किया, वही अब दिल्ली की राजनीति में नई भूमिका निभाने की तैयारी में हैं। यह बदलाव इसलिए भी अहम है क्योंकि बिहार की राजनीति लंबे समय से एक ही नेतृत्व के इर्द-गिर्द घूमती रही है और अब पहली बार इतने लंबे कार्यकाल के बाद सत्ता में बड़ा संक्रमण दिखाई दे रहा है। आंकड़ों के लिहाज से देखा जाए तो नीतीश कुमार का मुख्यमंत्री कार्यकाल बिहार के इतिहास में सबसे लंबे और प्रभावशाली कार्यकालों में गिना जाता है। नवंबर 2005 में स्थायी सरकार बनने के बाद से अप्रैल 2026 तक, अलग-अलग चरणों को जोड़कर उन्होंने लगभग 18 से 19 वर्षों तक मुख्यमंत्री पद संभाला। इस दौरान वे कुल 10 बार मुख्यमंत्री पद की शपथ ले चुके हैं, जो अपने आप में एक रिकॉर्ड माना जाता है। 2000 में पहली बार वे सात दिन के लिए मुख्यमंत्री बने थे, लेकिन बहुमत साबित न कर पाने के कारण उन्हें इस्तीफा देना पड़ा। इसके बाद 24 नवंबर 2005 को दूसरी बार मुख्यमंत्री बनने के साथ ही बिहार में स्थिर सरकार का दौर शुरू हुआ।राजनीतिक सफर के शुरुआती चरण पर नजर डालें तो 1985 में पहली बार विधायक बनने के साथ उनकी सक्रिय राजनीति शुरू हुई। उसके चार साल बाद, यानी 1989 में वे पहली बार लोकसभा पहुंचे। 1989 से 2004 तक लगातार चार बार लोकसभा सदस्य चुने जाने का रिकॉर्ड उनके नाम रहा। इस दौरान उन्होंने केंद्र सरकार में कई महत्वपूर्ण ज़िम्मेदारियां निभाईं। 1990 के दशक में कृषि राज्य मंत्री के रूप में काम करने के बाद 1998 से 2004 के बीच रेल मंत्री और भूतल परिवहन मंत्री जैसे अहम मंत्रालय संभाले। रेल मंत्री के रूप में उनके कार्यकाल में कई नई रेल परियोजनाएं शुरू हुईं और यात्री सुविधाओं में सुधार के प्रयास किए गए, जिससे उन्हें प्रशासनिक अनुभव मिला। 2005 में जब उन्होंने बिहार की सत्ता संभाली, तब राज्य की स्थिति कई मायनों में चुनौतीपूर्ण थी। उस समय राज्य की सड़क व्यवस्था कमजोर मानी जाती थी और ग्रामीण क्षेत्रों में संपर्क मार्गों की कमी थी। 2005 के बाद के वर्षों में हजारों किलोमीटर ग्रामीण सड़कों का निर्माण कराया गया। आंकड़ों के अनुसार, 2005 से 2020 के बीच राज्य में लाखों किलोमीटर ग्रामीण सड़कों का निर्माण और मरम्मत कार्य हुआ, जिससे गांवों को जिला मुख्यालय से जोड़ने की प्रक्रिया तेज हुई।शिक्षा क्षेत्र में भी उनके कार्यकाल को बदलाव के दौर के रूप में देखा गया। 2006 में शुरू की गई साइकिल योजना का प्रभाव सबसे ज्यादा चर्चा में रहा। इस योजना के तहत अब तक एक करोड़ से अधिक छात्र-छात्राओं को साइकिल उपलब्ध कराई गई, जिससे खासकर लड़कियों की स्कूल पहुंच बढ़ी। 2005 में जहां माध्यमिक स्तर पर लड़कियों का नामांकन प्रतिशत अपेक्षाकृत कम था, वहीं अगले दस वर्षों में इसमें उल्लेखनीय वृद्धि दर्ज की गई।

> जिस नेता ने सांसद के रूप में अपने राजनीतिक जीवन की शुरुआत की थी, वही अब मुख्यमंत्री पद से हटकर फिर संसद की ओर लौट रहा है। यह बदलाव केवल पद का परिवर्तन नहीं,बल्कि बिहार और राष्ट्रीय राजनीति दोनों के लिए एक नए दौर की शुरुआत का संकेत है। आने वाले महीनों में यह स्पष्ट होगा कि यह फैसला केवल जिम्मेदारी बदलने तक सीमित था या फिर राष्ट्रीय स्तर पर किसी बड़े राजनीतिक किरदार की भूमिका तय करने की

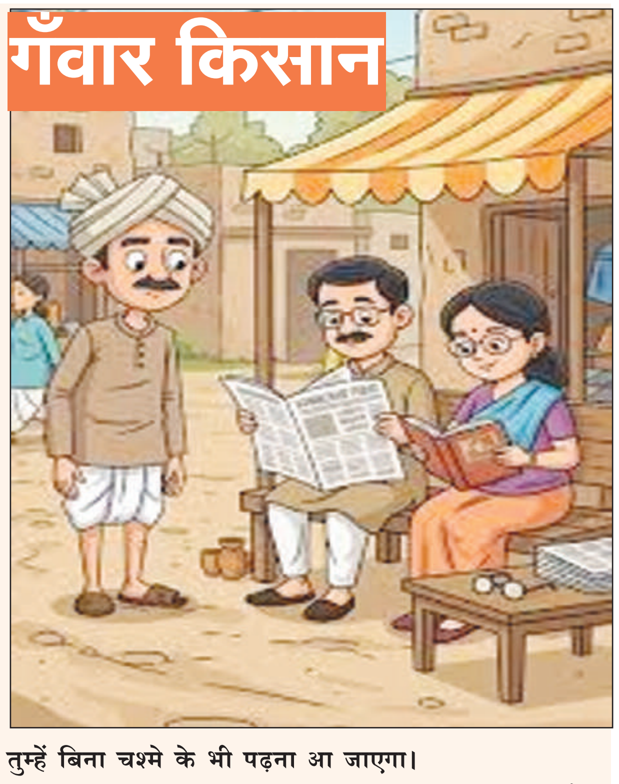
इसी तरह पोशाक योजना और छात्रवृत्ति योजनाओं ने भी स्कूलों में उपस्थिति बढ़ाने में भूमिका निभाई। पंचायती राज व्यवस्था में महिलाओं को 50 प्रतिशत आरक्षण देने का फैसला उनके शासनकाल की सबसे बड़ी प्रशासनिक पहलों में गिना जाता है। बिहार देश के उन शुरुआती राज्यों में शामिल हुआ, जहां पंचायतों में महिलाओं की भागीदारी इतनी बड़ी संख्या में बढ़ी। इसके बाद हजारों महिलाएं मुखिया, वार्ड सदस्य और जिला परिषद सदस्य के रूप में सामने आईं। इस फैसले ने ग्रामीण राजनीति का स्वरूप बदलने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।स्वास्थ्य क्षेत्र में भी कई बदलाव दर्ज किए गए। 2005 के बाद प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों की संख्या बढ़ाई गई और जिला अस्पतालों में सुविधाओं के विस्तार की प्रक्रिया शुरू हुई। सरकारी अस्पतालों में मरीजों की संख्या में लगातार वृद्धि दर्ज की गई, जिसे स्वास्थ्य सेवाओं तक बढ़ती पहुंच का संकेत माना गया। हालांकि उनकी राजनीति केवल विकास योजनाओं तक सीमित नहीं रही। गठबंधन की राजनीति में बार-बार बदलाव उनकी सबसे बड़ी राजनीतिक पहचान बन गई। वर्ष 2013 में उन्होंने राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन से अलग होकर नई राजनीतिक दिशा अपनाई। 2017 में फिर उसी गठबंधन में वापसी की। 2022 में उन्होंने एक बार फिर दिशा बदली और 2024 में पुनः उसी गठबंधन में शामिल हो गए। लगभग 11 वर्षों के भीतर चार बड़े राजनीतिक बदलाव उनके राजनीतिक जीवन की जटिलता को दर्शाते हैं। 2025 के बिहार विधानसभा चुनाव को भी उनके राजनीतिक जीवन का अहम मोड़ माना जा रहा है। राज्य की 243 सीटों वाली विधानसभा में गठबंधन को स्पष्ट बहुमत मिला और इसके बाद उन्होंने दसवीं बार मुख्यमंत्री पद की शपथ ली। लेकिन चुनाव के चार-पांच महीने के भीतर ही राज्यसभा की ओर बढ़ने का फैसला यह संकेत देता है कि यह केवल व्यक्तिगत निर्णय नहीं, बल्कि व्यापक राजनीतिक रणनीति का हिस्सा है।राज्यसभा में जाने के साथ ही एक और अहम रिकॉर्ड उनके नाम जुड़ गया है। वे उन चुनिंदा नेताओं में शामिल हो गए हैं, जिन्होंने लोकतांत्रिक व्यवस्था के चारों सदनों विधानसभा, विधान परिषद, लोकसभा और राज्यसभा की सदस्यता का अनुभव हासिल किया है। भारतीय राजनीति में ऐसे नेताओं की संख्या बहुत कम मानी जाती है। अब सबसे बड़ा सवाल यही है कि दिल्ली में उनकी भूमिका क्या होगी। लंबे प्रशासनिक अनुभव के आधार पर यह माना जा रहा है कि वे राष्ट्रीय स्तर पर नीति निर्माण या गठबंधन प्रबंधन में अहम भूमिका निभा सकते हैं। पिछले 30 से अधिक वर्षों के संसदीय अनुभव और लगभग दो दशकों के मुख्यमंत्री कार्यकाल ने उन्हें एक ऐसे नेता के रूप में स्थापित किया है, जो जटिल राजनीतिक समीकरणों को समझने और संतुलित करने में सक्षम माने जाते हैं। दूसरी ओर, बिहार में सत्ता परिवर्तन की प्रक्रिया ने नई राजनीतिक हलचल पैदा कर दी है। राज्य में करीब 13 करोड़ की आबादी और 38 जिलों वाले इस बड़े राज्य का नेतृत्व संभालना आसान नहीं माना जाता।

शहर में कितने कौवे

बादशाह अकबर अक्सर अपने दरबारियों से अनोखे प्रश्न और तरह-तरह की पहेलियाँ पूछते रहते थे। इस तरह वे अपने दरबारियो की बुद्धि एंव हाजिरजवाबी की परीक्षा लेते रहते थे। एक बार उन्होने अपने दरबारियो से एक विचित्र प्रश्न पूछा। प्रश्न था, इस शहर में कितने कौए हैं? उन्होने एक-एक कर सभी दरबारियों पर नजर डाली। हर दरबारी खड़ा होता और जवाब न सूझने पर अपना सर झुका लेता। कोई भी दरबारी बादशाह के सवाल का जवाब न दे सका। इतने में बीरबल ने दरबार में प्रवेश किया। वे सभी दरबारियों से ज्यादा ज्ञानी थे। उन्होने देखा कि सभी दरबारी सिर झुकाए खड़े हैं। वे फौरन समझ गए कि बादशाह ने जरूर कोई जटिल समस्या रखी है। जिसे कोई दरबारी हल नही कर सका है। बीरबल ने बादशाह का शिष्टतापूर्वक बादशाह का अभिवादन किया और अपने आसन पर बैठ गए। बादशाह ने उनसे पूछा, ''बीरबल, तुम बताओ इस शहर में कितने कौए हैं?'' हाजिर जवाब बीरबल फौरन खड़े हो गए। उन्होने जवाब दिया,''हुज़ूर इस शहर में कुल पचास हजार तीन सौ अठहत्तर कौए हैं'। 'मगर, यह बात तुम इतने विश्वास के साथ कैसे कह सकते हो बीरबल?'' बादशाह ने आश्चर्य व्यक्त करते हुए कहा। बीरबल ने जवाब दिया, ''हुज़ूर यदि आपको इसमें संदेह हो तो गिनवा कर देख लीजिए। अगर वे पचास हजार तीन सौ अठहत्तर से ज्यादा हैं तो इसका मतलब बाहर से कौए अपने मित्रों रिश्तेदारों से मिलने आए हैं। अगर कम हैं, तो वे अपने रिश्तेदारो से मिलने बाहर गए हैं।'' बदशाह, बीरबल की हाजिरजवाबी से बहुत खुश हुए उन्होने कहा, शाबाश बीरबल, तुम सचमुच लाजवाब हो।

शिक्षा- जैसा सवाल वैसा जवाब।

गँवार किसान



एक किसान था। वह पढ़ा-लिखा नहीं था। वह अकसर लोगों को अखबार व किताबें पढ़ने के लिए चश्मा लगाते देखा करता था। वह सोचता, अगर मेरे पास भी चश्मा होता, तो तैं भी इन लोगो की तरह पढ़ सकता। मुझे भी शहर जाकर अपने लिए चश्मा खरीद लाना चाहिए। एक दिन वह शहर गया। चश्मे की एक दुकान में पहुँचकर उसने दुकानदार से कहा कि मुझे पढ़ने के लिए चश्मा चाहिए। दुकानदार ने उसे तरह-तरह के चश्मे दिखाए। उसने पढ़ने के लिए उसे एक पुस्तक भी दी। किसान ने एक-एक कर अनेक चश्मे लगाकर देखे। पर वह कुछ भी नही पढ़ सका। उसने दुकानदार से कहा, इसमें से कोई भी चश्मा मेरे काम का नहीं है। दुकानदार ने शंकाभरी नजर से किसान की ओर देखा। फिर उसकी नजर किताब पर पड़ी। किसान ने किताब उल्टी पकड़ रखी थी। दुकानदार ने कहा, शायद तुम्हे पढ़ना नहीं आता? किसान ने कहा, मुझे पढ़ना नहीं आता। इसीलिए तो मैं चश्मा खरीद रहा हूँ, ताकि दूसरों की तरह मैं भी पढ़ सकूँ। पर इनमें से किसी भी चश्मे से मैं पढ़ नही पा रहा हूँ दुकनदार को अपने अनपढ़ ग्राहक की असली परेशानी का पता चला, तो वह बड़ी मुश्किल से अपनी हँसी रोक सका। उसने किसान को समझाते हुए कहा, मेरे दोस्त, तुम बहुत भोले और अज्ञानी हो। सिर्फ चश्मा लगा लेने भर से किसी को पढ़ना-लिखना नहीं आ जाता! चश्मा लगाने से सिर्फ साफ-साफ दिखाई देने लगता है। पहले तुम पढ़ना-लिखना तो सीखो। फिर तुम्हें बिना चश्मे के भी पढ़ना आ जाएगा।

शिक्षा- अज्ञान ही अंधत्व है।

मार लो मुस्की

मास्टर जी- दुख तो अपना साथी है, सुख तो आता जाता है...! अर्थ स्पष्ट करो...!
पप्पू - बीवी हमेशा घर में होती है, साली आती जाती है...!

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

गुरु जी - बस इरादे बुलंद होने चाहिये, पत्थर से भी पानी निकाला जा सकता है।
लड़का - मैं तो लोहे से भी पानी निकाल सकता हूं...!
गुरु जी - कैसे...?
लडका - हैंड पंप से...!

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

शायर ने अर्ज किया...
महफिल में हमारे जूते खो गए, तो हम घर कैसे जाएंगे...?
महफिल में हमारे जूते खो गए, तो हम घर कैसे जाएंगे...?
इतने में भीड़ में से किसी ने कहा - आप शायरी तो शुरू कीजिए... इतने मिलेंगे कि आप गिन नहीं पाएंगे...!

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

अगर कोई लड़की आपको घास नहीं डालती तो निराश न हों.... आप इंसान हैं गधे नहीं।

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

चलो मान लिया झूठ बोले कौवा काटे, पर सच बोलने से कौन सा कोयल पप्पी देती है !!

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

प्यार कभी ना करो परदेशी से,
रोते रोते नैना थक जायेंगे,
प्यार करो पड़ोसी से, खिड़की से भी दर्शन हो जायेंगे।

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

तुम्हारी याद दिल से जाने नहीं देंगे, तुम्हारे जैसा दोस्त खोने भी नहीं देंगे, रोज़ शराफत से मैसेज किया करो वरना, एक कान के नीचे देंगे और रोने भी नहीं देंगे।

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

पत्नी-तुम हर बात में मेरे मायके वालों को बीच में क्यों लाते हो?
पति-देखो जब टीवी में खराबी आती है तो कोई टीवी को थोड़े ही बोलता है...गाली तो कंपनी वाले ही खाते है।

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

लड़की- आटा देना भईया.
दुकानदार-हमारे पास पतंजलि का है बेटा।
लड़की- मुझे आशीर्वाद चाहिए।
दुकानदार-सदा सुखी रहो बेटा...

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

मंटू- गुरुजी मुझे बताइए कि मैं कैसे अपने अंदर की कमियां ढूंढू?
गुरुजी- बेटा...बहुत आसान है शादी कर लो।
मंटू- उससे क्या होगा ?
गुरुजी- तुम्हारी पत्नी न केवल तुम्हारी बल्कि तुम्हारे पूरे खानदान की कमियां इतनी बार गिनवाएगी कि तुम्हें याद हो जाएंगी।

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

चिंटू- चैलेंज करता हूं कि मैं कुतुब मीनार को सिर पर रखकर मुंबई ले जा सकता हूं।
मीडिया वाले तुरंत वहां आ गए और पूछा...तुम करके दिखाओ।
चिंटू-बस आप लोगों मे से कोई कुतुब मीनार उठाकर मेरे सिर पर रख दें।

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

मां ने घबराकर बेटे को फोन लगाया और कहा- बेटा जल्दी से घर आजा, बहू को पैरालिसिस का अटैक आया है उसका मुंह टेढ़ा, आंखे ऊपर और गर्दन घूमी हुई है।
बेटा बोला- रहने दे मां, तू घबरा मत... वो सेल्फी ले रही है।

▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸ ▸▸

जानें अपना राशिफल

मेष
प्रगति करने वाला समय हो सकता है इसलिए ज्यादा से ज्यादा काम करने पर ध्यान रखने की आवश्यकता है, कोई चमत्कारी काम बन सकता है, अपने परिवार को प्रसन्न रखें।

वृषभ
पारिवारिक समय हो सकता है, कोई रुका हुआ मांगलिक कार्य पूरा हो सकता है प्रयास करे, किसी पर भरोसा करके काम करने की आवश्यकता है, जीवनसाथी पूरा साथ दे सकते हैं, मन प्रसन्न रहेगा।

मिथुन
फैसला लेने वाला समय हो सकता है, किसी पर ज्यादा भरोसा परेशानी का कारण बन सकता है सावधान रहे, अपनी बुद्धिमानी से काम करने की आवश्यकता है, मन स्थिर रखें।

कर्क
संशय वाला समय हो सकता है इसलिए जो भी काम कर रहे हैं सोच समझकर ही करे, किसी नये व्यक्ति से काम आगे बढ़ सकता है प्रयास करे, अपनी सोच सकारात्मक रखने की जरूरत है, मन शान्त रखें।

सिंह
प्रेम–भाव वाला समय हो सकता है, कोई बहुत दिनों से रुका हुआ काम आगे बढ़ सकता है जो फायदेमंद होगा, पूरी नैतिकता से काम करने की आवश्यकता है, मन में उत्साह रहेगा।

कन्या
विचार–विमर्स वाला समय हो सकता है, किसी बड़े काम करने पर सहमति बन सकती है जो लाभदायक होगी, अपनी सोच सकारात्मक रखने की आवश्यकता है, मन शान्त रखें।

तुला
भागदौड़ वाला समय हो सकता है, किसी पुराने मित्र से भेंट हो सकती है, नौकरी करने वालों के लिए दिन अच्छा हो सकता है, कोई चमत्कारी काम बन सकता है, मन स्थिर रखें।

वृश्चिक
अड़चन वाला समय हो सकता है इसलिए जो भी काम कर रहे हैं किसी से राय लेकर ही करे, कोई बड़ा काम हाथ से निकल सकता है सावधान रहे, आपसी सहमति बनाये रखें।

धनु
परिवर्तन वाला समय हो सकता है इसलिए जो भी काम कर रहे हैं सोच समझकर ही करें, किसी के बहकावे में आने से बनता काम बिगड़ सकता है, अपने परिवार को प्रसन्न रखें।

मकर
आत्मविश्वास भरा समय हो सकता है इसलिए सिर्फ काम करने पर ध्यान रखने की आवश्यकता है, कोई बहुत दिनों से रुका हुआ काम आगे बढ़ सकता है जो फायदेमंद होगा, मन प्रसन्न रहेगा।

कुंभ
बदलाव वाला समय हो सकता है इसलिए जो भी काम कर रहे हैं किसी से राय लेकर ही करे, कोई परिवार का सदस्य आपका काम बिगाड़ सकता है, आपसी सहमति बनाये रखें, मन चंचल रहेगा।

मीन
अनुभव वाला समय हो सकता है इसलिए ज्यादा से ज्यादा काम करने पर ध्यान रखने की आवश्यकता है, कोई चमत्कारी काम बन सकता है, अपनी सोच सकारात्मक रखें, मन शान्त रखें।

हल करो हीरो बनो

1. भारत का सबसे लम्बा बाँध कौन सा है?
(क)हीराकुण्ड बाँध (ख) इंदिरा सागर बांध
(ग)भाखड़ा बांध (घ)नागार्जुन सागर बाँध
2. भारत का सबसे लम्बी सुरंग है?
(क)चेनानी नैशारी सुरंग (ख)जवाहर सुरंग
(ग)मलीगुड़ा सुरंग (घ)कामशेट सुरंग
3. भारत का सबसे ऊँची मूर्ति है?
(क) हरमंदिर साहिब (ख) हाम्पी
(ग) स्टैच्यू ऑफ यूनिटी (घ) गोमतेश्वर
4. भारत में प्रथम महिला विश्वविद्यालय कब स्थापित हुआ?
(क) 1917 (ख) 1915
(ग) 1916 (घ) 1925
5. भारत का प्रथम महिला विश्वविद्यालय है?
(क) श्री पद्मावती महिला विशवविद्यालय
(ख) एस.एन.डी.टी. महिला विश्वविद्यालय
(ग) वनस्थली विद्यापीठ
(घ) महिला विश्वविद्यालय
6. भारत का प्रथम महिला विश्वविद्यालय कहाँ स्थापित हुआ था?
(क) दिल्ली (ख) कोलकाता
(ग) मुम्बई (घ) बैंगलुरू

(उत्तर इसी अंक में)

माथापच्ची–24

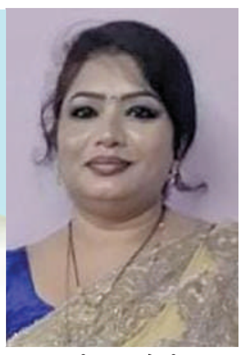
	4							9
	8	6		7	1		2	
			4	3	6			
	2		1			6		
1			3		4			7
		5			7		3	
			7	5	9			
	3		6	4		2	5	
6							7	

नियम : प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक अंक भरे जाने आवश्यक है, इनका क्रमवार होना आवश्यक नहीं है। आड़ी एवं खड़ी पंक्ति में एवं 3X3 के वर्ग में अंक की पुनरावृत्ति न हो, पहले से मौजूद अंकों को आप हटा नहीं सकते।
उत्तर अगले अंक में

माथापच्ची 23 का हल

7	6	2	3	1	9	4	8	5
9	4	3	5	8	6	7	1	2
5	8	1	7	2	4	6	9	3
6	3	4	9	7	5	1	2	8
1	9	7	8	3	2	5	6	4
2	5	8	4	6	1	3	7	9
3	2	5	1	9	7	8	4	6
8	1	9	6	4	3	2	5	7
4	7	6	2	5	8	9	3	1

शरीर, मन और सामाजिक स्वास्थ्य को संतुलित रूप से सुदृढ़ करता है साइकिलिंग



डॉ. अरविन्द सेठ नीलम सोनी

ऑर्यम

अध्याय --1

Cycling (साइकिल चलाना) के स्वास्थ्य लाभ-सभी उम्र के लोगों के लिए

साइकिल चलाना एक सरल, सुलभ, किफ़ायती और पर्यावरण-अनुकूल व्यायाम है, जो बच्चों से लेकर वृद्धजनों तक सभी के लिए अत्यंत लाभकारी माना जाता है। यह शरीर, मन और सामाजिक स्वास्थ्यतीनों को संतुलित रूप से सुदृढ़ करता है।

1. शारीरिक स्वास्थ्य के लाभ

(क) हृदय एवं फेफड़ों के लिए लाभकारी
* हृदय की मांसपेशियां मजबूत होती हैं
* रक्त संचार बेहतर होता है
* फेफड़ों की कार्यक्षमता बढ़ती है
* हृदय रोग, उच्च-रक्तचाप और स्ट्रोक का खतरा कम होता है

(ख) वजन नियंत्रण एवं मोटापा घटाने में सहायक
* कैलोरी तेजी से बर्न होती है
* पेट, जांघ और कमर की चर्बी कम होती है
* मेटाबॉलिज्म तेज होता है
* मोटापे से जुड़ी बीमारियों (डायबिटीज़, फैटी लिवर) से बचाव

(ग) मांसपेशियों और हड्डियों को मजबूत बनाता है
* जांघ, पिंडली, कूल्हे और कमर की मांसपेशियां सशक्त होती हैं
* जोड़ों पर अत्यधिक दबाव नहीं पड़ता (कम प्रभाव वाला व्यायाम)
* हड्डियों का घनत्व बढ़ता है, ऑस्टियोपोरोसिस से बचाव

(घ) रोग प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि
* शरीर की इम्युनिटी बेहतर होती है
* सर्दी-खांसी और सामान्य संक्रमण कम होते हैं

2. मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य के लाभ

(क) तनाव और अवसाद में कमी
* एंडोर्फिन हार्मोन का स्राव बढ़ता है
* मानसिक तनाव, चिंता और डिप्रेशन में राहत
* मन प्रसन्न और ऊर्जावान रहता है

(ख) एकाग्रता और स्मरण शक्ति में सुधार
* मस्तिष्क को अधिक ऑक्सीजन मिलती है
* पढ़ाई करने वाले बच्चों और युवाओं के लिए विशेष लाभकारी
* निर्णय क्षमता और रचनात्मक सोच में वृद्धि

(ग) नींद की गुणवत्ता में सुधार
* अनिद्रा की समस्या कम होती है
* गहरी और सुकूनभरी नींद आती है

3. सभी आयु वर्ग के लिए विशेष लाभ

(क) बच्चों के लिए
* शारीरिक विकास संतुलित होता है
* मोटापा और मोबाइल-लत से बचाव
* आत्मविश्वास और अनुशासन विकसित होता है

(ख) युवाओं के लिए
* फिटनेस और स्टैमिना में वृद्धि
* पढ़ाई और करियर में मानसिक स्थिरता
* नशे और गलत आदतों से दूर रहने में सहायक

(ग) वयस्कों के लिए
* कार्य-तनाव से राहत
* हृदय रोग, डायबिटीज़ और ब्लड प्रेशर नियंत्रण
* कार्यक्षमता और ऊर्जा में वृद्धि

(घ) वृद्धजनों के लिए
* जोड़ों की गतिशीलता बनी रहती है
* संतुलन और समन्वय क्षमता बेहतर
* आत्मनिर्भरता और जीवन की गुणवत्ता में सुधार

4. सामाजिक एवं जीवनशैली संबंधी लाभ

* पर्यावरण प्रदूषण में कमी
* ईंधन की बचत, आर्थिक लाभ
* सामाजिक मेल-जोल और समूह गतिविधियों में वृद्धि
* आत्मनिर्भर और सक्रिय जीवनशैली को बढ़ावा

5. रोगों से बचाव में साइक्लिंग की भूमिका

* **हृदय रोग**
* मधुमेह (टाइप-2)
* मोटापा
* उच्च रक्तचाप
* जोड़ों की जकड़न
* मानसिक तनाव व अवसाद

ध्यातव्य : साइकिल चलाना केवल एक व्यायाम नहीं, बल्कि स्वस्थ, संतुलित और आनंदमय जीवन का आधार है। यदि प्रतिदिन 20-40 मिनट नियमित रूप से साइकिल चलाई जाए, तो यह सभी उम्र के लोगों के लिए एक संपूर्ण स्वास्थ्य साधना बन सकती है।

"स्वस्थ शरीर, प्रसन्न मन और स्वच्छ पर्यावरण तीनों का सरल उपाय है साइकिलिंग।"

अध्याय--2

Cycling (साइकिल चलाना) किसे वर्जित है और क्यों? चिकित्सकीय व व्यावहारिक दृष्टि से विस्तृत विवेचना

साइकिल चलाना सामान्यतः सुरक्षित और लाभकारी व्यायाम है, किंतु कुछ विशेष शारीरिक स्थितियों, रोगों और परिस्थितियों में यह वर्जित या सीमित मानी जाती है। ऐसे मामलों में चिकित्सकीय परामर्श आवश्यक होता है।

1. गंभीर हृदय रोगियों के लिए

किन्हें नहीं करना चाहिए?
* हाल ही में हार्ट अटैक हुआ हो
* अनियंत्रित एंजाइना (सीने में दर्द)
* गंभीर हार्ट फेल्योर
* हृदय की धड़कन में गंभीर अनियमितता (Arrhythmia)

क्यों वर्जित है?
* साइकिलिंग से हृदय पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है
* ऑक्सीजन की मांग बढ़ जाती है
* अचानक हृदयाघात का खतरा

नोट : ऐसे रोगी केवल डॉक्टर की अनुमति से हल्की, नियंत्रित साइकिलिंग कर सकते हैं।

2. जोड़ों के गंभीर रोगों में

किन्हें नहीं करना चाहिए?
* घुटनों का अत्यधिक ऑस्टियोआर्थराइटिस (ग्रेडः 3-4)
* जोड़ों में तीव्र सूजन या दर्द
* हाल की जॉइंट सर्जरी

क्यों वर्जित है?
* पैडल मारने से जोड़ों पर दोहराव वाला दबाव
* सूजन और दर्द बढ़ने की संभावना
* सर्जरी के बाद टांके या इम्प्लांट को नुकसान

3. रीढ़ की हड्डी एवं कमर संबंधी समस्याएं

किन्हें नहीं करना चाहिए?
* स्लिप डिस्क (Acute Stage)
* गंभीर सायटिका
* रीढ़ की हड्डी में फ्रैक्चर या हाल की सर्जरी

क्यों वर्जित है?
* झुकी हुई मुद्रा से रीढ़ पर दबाव
* नसों पर अतिरिक्त खिंचाव
* दर्द और सुन्नता बढ़ सकती है

4. उच्च रक्तचाप (अनियंत्रित रक्तचाप)

किन्हें सावधानी या वर्जना
* बीपी लगातार 180/110 mmHg से अधिक
दवाओं से नियंत्रित न हो रहा हो

क्यों वर्जित है?
* तेज साइकिलिंग से बीपी अचानक बढ़ सकता है
* स्ट्रोक या हृदयाघात का खतरा

5. गंभीर श्वसन रोगियों के लिए

किन्हें नहीं करना चाहिए?
* गंभीर अस्थमा (अनियंत्रित)
* सीओपीडी (COPD)का उन्नत चरण
* ऑक्सीजन सपोर्ट पर रहने वाले मरीज

क्यों वर्जित है?
* सांस फूलना और ऑक्सीजन की कमी
* अटैक आने की आशंका

6. गर्भावस्था के विशेष चरण

किन्हें नहीं करना चाहिए?
* हाई रिस्क प्रेग्नेंसी
* बार-बार चक्कर या गिरने की आशंका
* तीसरी तिमाही में असंतुलन

क्यों वर्जित है?
* गिरने से मां और शिशु को खतरा
* पेट पर दबाव पड़ने की संभावना
नोट : डॉक्टर की सलाह से स्टेशनरी साइकिल सुरक्षित हो सकती है।

7. न्यूरोलॉजिकल समस्याएं

किन्हें नहीं करना चाहिए?
* मिर्गी (अनियंत्रित मिर्गी)
* संतुलन विकार (संतुलन विकार)
* पार्किंसन का उन्नत चरण

क्यों वर्जित है?
* गिरने का अत्यधिक जोखिम
* अचानक दौरा या असंतुलन

8. हाल की सर्जरी या गंभीर चोट

किन्हें नहीं करना चाहिए?
* हाल की पेट, घुटना, कमर या हृदय सर्जरी
* फ्रैक्चर या मांसपेशियों की गंभीर चोट

क्यों वर्जित है?
* टांकों के खुलने का खतरा
* घाव भरने की प्रक्रिया में बाधा

9. अत्यधिक मोटापा (गंभीर मोटापा)

किन्हें सावधानी चाहिए?
* बीएमआई (BMI)अत्यधिक अधिक हो
* घुटनों और कमर में लगातार दर्द₹

क्यों सावधानी आवश्यक?
* जोड़ों पर असामान्य दबाव
* चोट और थकान की संभावना

10. चक्कर, बेहोशी या दृष्टि समस्या

किन्हें नहीं करना चाहिए?
* बार-बार चक्कर आना
* दृष्टि धुंधली होना
* लो ब्लड शुगर के अटैक

क्यों वर्जित है?
* सड़क दुर्घटना का खतरा
* स्वयं और दूसरों की सुरक्षा पर प्रभाव

ध्यातव्य :
साइकिल चलाना अत्यंत लाभकारी है, किंतु हर व्यक्ति के लिए हर परिस्थिति में उपयुक्त नहीं। यदि निम्न लक्षण हों तो साइकिलिंग से पहले डॉक्टर से अवश्य परामर्श लें :
* सीने में दर्द
* अत्यधिक सांस फूलना
* चक्कर या कमजोरी
* जोड़ों या कमर में तीव्र दर्द

"स्वास्थ्य के लिए व्यायाम आवश्यक है, पर विवेक और चिकित्सकीय समझ के साथ।"

अध्याय--3

Cycling (साइकिल चलाना) की सहायता से वजन कम करने हेतु प्रभावी हेल्थ प्रोग्राम

साइकिल चलाना वजन घटाने के लिए एक वैज्ञानिक, सुरक्षित और दीर्घकालिक उपाय है बशर्ते इसे सही व्यायाम योजना, आहार, दिनचर्या और मानसिक अनुशासन के साथ जोड़ा जाए। स्टेप-बाय-स्टेप, बिंदु-अनुसार प्रभावी हेल्थ प्रोग्राम:

1. लक्ष्य निर्धारण (लक्ष्य की स्थापना)

* यथार्थवादी लक्ष्य तय करें
0.51 किलो प्रति सप्ताह
* बॉडी वेट, बीएमआई (BMI), कमर-हिप माप नोट करें
* 30-90 दिन का स्पष्ट प्लान बनाएं
धीरे घटा वजन, लंबे समय तक टिकता है।

2. साइकिलिंग आधारित एक्सरसाइज़ प्लान

(क) शुरुआती स्तर (Beginner- 0-2 सप्ताह)
समय: 20-25 मिनट
गति: धीमी से मध्यम
दूरी: 4-6 किमी
फोकस : निरंतरता, थकान से बचाव

(ख) मध्यम स्तर (Intermediate- 3-6 सप्ताह)
समय: 30-45 मिनट
गति : मध्यम
दूरी: 8-12 किमी
सप्ताह में 1-2 दिन
Intervals (1 मिनट तेज, 2 मिनट धीमा)

(ग) उन्नत स्तर (Advanced- 7-12 सप्ताह)
समय: 45-60 मिनट
दूरी: 15-20 किमी
सप्ताह में 2 दिन
High Intensity Cycling
पहाड़ी/ढलान वाला मार्ग उपयोगी

3. कैलोरी बर्न का वैज्ञानिक दृष्टिकोण

* 20 मिनट : 150-200 कैलोरी
* 45 मिनट : 350-500 कैलोरी
* 60 मिनट : 600-700 कैलोरी

नियम :
कैलोरी Intake < कैलोरी Burn = वजन घटेगा

4. साइकिलिंग के साथ आहार (Diet Integration)

(क) सुबह साइकिलिंग करने वालों के लिए
खाली पेट नहीं (यदि मोटापा अधिक हो तो डॉक्टर से पूछें)
विकल्प :
* गुनगुना पानी + नींबू
* 2 भीगे बादाम
* नारियल पानी

(ख) साइकिलिंग के बाद
30 मिनट के भीतर:
* फल + दही
* मूंग दाल चिल्ला
* अंडा/पनीर (सीमित मात्रा)

(ग) दिनभर के आहार नियम
* चीनी, मैदा, जंक फूड से परहेज

* प्रोटीन बढ़ाएं
* फाइबर युक्त भोजन
* दिन में 2.5-3 लीटर पानी

5. शक्ति/सामर्थ्य प्रशिक्षण (Strength Training) को जोड़ना (अत्यंत आवश्यक)

■ केवल साइकिलिंग पर्याप्त नहीं-
मांसपेशियां मजबूत होंगी तो फैट तेजी से जलेगा।
सप्ताह में 3 दिन
* Squats
* Lungs
* Plank
* Push-ups
* Yoga Asanas (सूर्य नमस्कार)

6. आराम और स्वास्थ्य लाभ/पुनर्प्राप्ति (Rest & Recovery)

* सप्ताह में 1 दिन पूर्ण विश्राम
7-8 घंटे नींद
* स्ट्रेचिंग अनिवार्य
* ओवरट्रेनिंग से बचें

7. मानसिक अनुशासन और मोटिवेशन

* रोज़ प्रगति लिखें
* वजन नहीं, फैट लॉस पर ध्यान दें
* संगीत या समूह में साइकिलिंग
* लक्ष्य याद रखें-स्वास्थ्य, सौंदर्य नहीं केवल

8. आम गलतियां जिनसे बचें

* अचानक बहुत तेज साइकिलिंग
* सिर्फ साइकिलिंग, डाइट की अनदेखी
* पर्याप्त पानी न पीना
* दर्द को नज़रअंदाज़ करना

9. Cycling Weight Loss Program का 7-दिवसीय सैंपल

दिन : सोमवार
गतिविधि : 30 मिनट साइकिलिंग

दिन : मंगलवार
गतिविधि : 20 मिनट साइकिल + योग

दिन : बुधवार
गतिविधि : 40 मिनट साइकिल

दिन : गुरुवार
गतिविधि : विश्राम

दिन : शुक्रवार
गतिविधि : 30 मिनट साइकिल + स्ट्रेंथ

दिन : शनिवार
गतिविधि : 45 मिनट साइकिल

दिन : रविवार
गतिविधि : हल्की वॉक + स्ट्रेच

ध्यातव्य :
साइकिलिंग तभी वजन घटाती है जब उसे व्यायाम + आहार + नींद + अनुशासन के साथ जोड़ा जाए।

"साइकिल केवल सड़क पर नहीं, स्वास्थ्य की दिशा में भी आगे बढ़ाती है।"

अध्याय -- 4

साइकिलिंग : सभी उम्र के लोगों के लिए करियर के विकल्प

आज साइकिलिंग केवल शौक या फिटनेस का माध्यम नहीं रह गया है, बल्कि यह खेल, व्यवसाय, शिक्षा, पर्यटन, स्वास्थ्य, मीडिया और सामाजिक क्षेत्र में सम्मानजनक करियर विकल्प के रूप में उभर चुका है। आयु, शारीरिक क्षमता और रुचि के अनुसार इसमें अनेक रास्ते उपलब्ध हैं।

1. खेल (Sports)के रूप में करियर

(क) प्रोफेशनल साइक्लिस्ट

कौन कर सकता है?

किशोर और युवा (12-30 वर्ष)

क्षेत्र :

- ✻ रोड साइकिलिंग
- ✻ ट्रैक साइकिलिंग
- ✻ माउंटेन बाइकिंग (MTB)
- ✻ बीएमएक्स (BMX)
- ✻ साइक्लोक्रॉस

■ **अवसर :**

- ■ जिला, राज्य, राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताएं
- ■ भारतीय साइक्लिंग महासंघ (CFI)
- ■ ओलंपिक, एशियन गेम्स, कॉमनवेल्थ

☆ **आय :**

₹25,000 से ₹2 लाख+/माह (प्रायोजन पर निर्भर)

2. साइकिलिंग कोच/ट्रेनर

कौन कर सकता है?

- ✻ अनुभवी साइक्लिस्ट
- ✻ खेल प्रशिक्षक
- ✻ फिटनेस प्रोफेशनल (18-45 वर्ष)

■ भूमिका :

- ■ एथलीट ट्रेनिंग
- ■ स्कूल/अकादमी कोच
- ■ फिटनेस साइक्लिंग ट्रेनर₹

☆ **आय :**

₹30,000 से ₹1.5 लाख/माह

3. साइक्लिंग फ़िटनेस और वेलनेस उद्योग

(क) साइकिलिंग-आधारित फ़िटनेस प्रशिक्षक

- ✻ जिम
- ✻ स्टूडियो
- ✻ कॉरपोरेट फिटनेस

(ख) ऑनलाइन फिटनेस कोच

- ✻ यूट्यूब
- ✻ ऐप-आधारित प्रशिक्षण
- ✻ ऑनलाइन कंसल्टेशन

उम्र :

20-50 वर्ष

4. साइक्लिंग टूरिज्म और एडवेंचर करियर

(क) साइकिल टूर गाइड

- ✻ हिल स्टेशन
- ✻ हेरिटेज ट्रेल
- ✻ इको-टूरिज्म

(ख) साइकिलिंग अभियान आयोजक

- ✻ राष्ट्रीय/अंतरराष्ट्रीय टूर
- ✻ स्कूलकॉलेज टूर

☆ **आय :**

सीजन आधारित ₹50,000 से ₹3 लाख/माह

5. साइक्लिंग व्यवसाय (उद्यमिता)

(क) साइकिल शोरूम/डीलरशिप

- ✻ इलेक्ट्रिक साइकिल
- ✻ स्पोर्ट्स साइकिल

(ख) साइकिल की मरम्मत और कस्टमाइज़ेशन

- ✻ गियर सेटअप
- ✻ फिटिंग
- ✻ एक्सेसरीज़

(ग) किराया और सब्सक्रिप्शन मॉडल

- ✻ शहरों में साइकिल किराया
- ✻ पर्यटन स्थलों पर रेंटल

उम्र :

25-60 वर्ष

6. डिलीवरी और शहरी गतिशीलता में करियर

(क) साइकिल डिलीवरी एग्जीक्यूटिव

- ✻ खाने की डिलीवरी
- ✻ दवा की डिलीवरी
- ✻ इको-लॉजिस्टिक्स

(ख) स्मार्ट सिटी साइकिल परियोजनाएं

- ✻ नगर निगम
- ✻ पीपीपी मॉडल(PPP Model)

☆ **आय :**

₹15,000 से ₹40,000/माह

7. साइक्लिंग मीडिया, कंटेंट और डिजिटल करियर

(क) साइक्लिंग ब्लॉगर/यूट्यूबर

- ✻ रिव्यू
- ✻ फिटनेस गाइड
- ✻ ट्रैवल व्लॉग

(ख) खेल पत्रकार (साइक्लिंग)

- ✻ समाचार पत्र
- ✻ डिजिटल मीडिया

उम्र :

कोई सीमा नहीं

8. साइकिलिंग इवेंट मैनेजमेंट

- ✻ साइक्लोथॉन
- ✻ स्कूल प्रतियोगिताएं
- ✻ सीएसआर कार्यक्रम(CSR Events)
- ✻ फिटनेस कैंपेन

■ भूमिका :

- ■ आयोजन
- ■ प्रायोजन
- ■ लॉजिस्टिक्स

9. साइकिलिंग शिक्षा और अनुसंधान

(क) खेलकूद विज्ञान में करियर

- ✻ बायोमैकेनिक्स
- ✻ न्यूट्रिशन
- ✻ रिकवरी साइंस

(ख) साइकिलिंग सेफ्टी और अर्बन प्लानिंग

- ✻ ट्रैफिक प्लानिंग
- ✻ साइकिल ट्रैक डिज़ाइन

उम्र :

22-60 वर्ष

10. सीनियर सिटिज़न के लिए साइकिलिंग करियर ऑप्शन

- ✻ साइकिलिंग मोटिवेशनल स्पीकर
- ✻ कम्युनिटी साइकिलिंग लीडर
- ✻ हेल्थ अवेयरनेस ट्रेनर
- ✻ एनजीओ/सीएसआर एडवाइजर

11. महिलाओं के लिए विशेष अवसर

- ✻ महिला साइकिलिंग कोच
- ✻ फ़िटनेस इन्फ़्लुएंसर
- ✻ स्वयं-सहायता समूह डिलीवरी
- ✻ स्कूली साइकिलिंग ट्रेनर

12. सरकारी एवं संस्थागत अवसर

- ✻ खेल कोटा
- ✻ रेलवे, सेना, पुलिस
- ✻ नगर निगम
- ✻ फिट इंडिया मूवमेंट

ध्यातव्य :

साइकिलिंग एक ऐसा क्षेत्र है जिसमें :

- ✻ खेल,
- ✻ स्वास्थ्य,
- ✻ व्यवसाय,
- ✻ पर्यटन,
- ✻ डिजिटल मीडिया,
- ✻ सामाजिक परिवर्तन

सभी समाहित हैं।

''साइकिल केवल पैडल नहीं घुमाती, जीवन और करियर की दिशा भी बदल सकती है।''

अध्याय--5

भारत में साइकिलिंग से जुड़े कोर्स, प्रशिक्षण-कार्यक्रम और संस्थानों/प्रशिक्षकों की सूची-

जो साइकिलिंग करियर, कोचिंग, कौशल

विकास और सीखने से संबंधित अवसर प्रदान करते हैं :

1. आधिकारिक/प्रमाणित कोचिंग अकादमी

CFI-MRIIRS साइकिलिंग कोचिंग अकादमी (फरीदाबाद, हरियाणा)

- ✻ साइक्लिंग फेडरेशन ऑफ इंडिया (CFI) और मानव रचना इंटरनेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ रिसर्च एंड स्टडीज के सहयोग से स्थापित
- ✻ यूसीआई(UCI)- अनुरूप लेवल 1-3 कोचिंग सर्टिफ़िकेशन
- ✻ भारत में संरचित और मानकीकृत साइकिल कोचिंग कोर्स का पहला पहलु
- ✻ कोर्स साइकिलिंग कोच, ट्रेनर और प्रोग्राम लीडर के तौर पर प्रशिक्षण देता है।

2. व्यावसायिक/लोकल साइकिलिंग प्रशिक्षण अकादमी

वेलोक्टिव साइकिल ट्रेनिंग एकेडमी (मुंबई)

- ✻ बच्चों और वयस्कों के लिए बेसिक से एडवांस लेवल तक प्रशिक्षण
- ✻ व्यक्तिगत और समूह सिखाने के कार्यक्रम
- ✻ संतुलन, हैंडलिंग, सड़क सुरक्षा, तकनीक सिखाते हैं
- ✻ सर्टिफिकेट आधारित शिक्षण भी हो सकता है (विशिष्ट संस्थान प्रमाणन अलग हो सकता है)

3. साइकिलिंग विशेष अकादमी

भारत इंटरनेशनल अकादमी ऑफ साइकिलिंग (BIAC)

- ✻ साइकिल संतुलन (साइकिल संतुलन) और कौशल विकास कार्यशालाएं
- ✻ प्रतियोगिताएं और प्रदर्शन के अवसर
- ✻ छात्रों को साइकिल तकनीक पर कोर्स तथा इवेंट प्लेटफ़ॉर्म प्रदान करती है

4. राष्ट्रीय/राज्य स्तरीय ट्रेनिंग कैंप

वेस्ट बंगाल साइक्लिस्ट एसोसिएशन (WBCA) ट्रेनिंग कैंप

- ✻ युवा साइक्लिस्टों के लिए विशेष ट्रेनिंग कैंप
- ✻ बल, तकनीक और सहनशक्ति विकास
- ✻ प्रमाणित कोच द्वारा संरचित कार्यक्रम
- ✻ आम तौर पर सत्र कई हफ्तों में आयोजित होते हैं

5. ऑनलाइन एवं उच्च शिक्षा संबंधित कोर्स

Professional Cyclist Physiology & Biomechinics में स्नात्कोत्तर डिप्लोमा

- ✻ TECH ग्लोबल यूनिवर्सिटी द्वारा ऑनलाइन
- ✻ साइकोलॉजी, फिजियोलॉजी और बायोमैकेनिक्स क्षेत्र में विशेषज्ञता
- ✻ कोच, ट्रेनर या साइंस-बेस्ड सपोर्ट प्रोफेशन में उपयोगी
- ✻ ऑनलाइन अध्ययन से कहीं से भी सीख सकते हैं

6) प्रोफेशनल साइकिलिंग में मास्टर डिग्री

- ✻ साइकिलिंग प्रशिक्षण, टीम मैनेजमेंट, प्रदर्शन योजनाएं
- ✻ हाई-लेवल कोच/ट्रेनर बनना चाहने वालों के लिए उपयुक्त
- ✻ 100% ऑनलाइन मोड उपलब्ध है

7. अन्य सीखने के विकल्प

निजी/ऑनलाइन साइकिलिंग कोच

- ✻ प्लेटफॉर्म जैसे Superprof पर साइकिलिंग प्रशिक्षक मिलते हैं
- ✻ आप अपने शहर/स्टेट में प्राइवेट कोच से सीख सकते हैं
- ✻ फ़ीस प्रति घंटा आधार पर तय होती है

बच्चों, शुरुआती या वयस्क कोचिंग के लिए उपयुक्त

8. संबंधित कौशल और फ़िटनेस कोर्स (सह-लाभ)

- ✻ ये सीधे साइकिलिंग कोर्स नहीं हैं, पर साइकिल कोच/ट्रेनर बनने में मदद करते हैं :
- ✻ सर्टीफाइड स्ट्रेंथ एंड कंडीशनिंग कोच (INFS)- खेल प्रदर्शन एवं ट्रेनिंग कौशल सीखने के लिए उपयोगी है (साइक्लिस्ट ट्रेनर को फायदे)
- ✻ खेलों के लिए उच्च-प्रदर्शन कोचिंग (ISST Pune)- 1 वर्ष का मास्टर्स-लेवल कोर्स (साइकिलिंग कोचिंग के लिए उपयोगी सिद्धांत सिखाता है)

अध्याय--6

Cycle-Culture (साइकिल संस्कृति) का विश्व-स्तरीय पर्यावरण संरक्षण में योगदान उदाहरण सहित, बिंदु अनुसार विस्तृत विवेचना

1. कार्बन उत्सर्जन (Carbon Emission) में भारी कमी

योगदान

- ✻ साइकिल चलाने से CO_2, NO_x, PM2.5 जैसे प्रदूषक शून्य होते हैं
- ✻ एक कार की तुलना में साइकिल 100% शून्य उत्सर्जन परिवहन है

उदाहरण

- ✻ नीदरलैंड : 27% यात्राएं साइकिल से -- प्रति वर्ष लाखों टन CO_2 की बचत
- ✻ डेनमार्क (कोपेनहेगन) : साइकिल संस्कृति से 40% शहरी कार्बन उत्सर्जन घटा

2. वायु प्रदूषण नियंत्रण में योगदान

योगदान

- ✻ वाहन धुएं से होने वाले श्वसन रोगों में कमी
- ✻ शहरों की वायु गुणवत्ता (AQI) में सुधार

उदाहरण

दिल्ली साइक्लोथॉन दिवस : नो-कार ज़ोन से AQI में अस्थायी सुधार

- ✻ पेरिस : कार-फ्री ज़ोन + साइकिल लेन -- प्रदूषण स्तर में गिरावट

3. ध्वनि प्रदूषण में कमी

योगदान

- ✻ साइकिल लगभग शून्य ध्वनि प्रदूषण उत्पन्न करती है
- ✻ मानसिक तनाव, अनिद्रा, चिड़चिड़ापन कम होता है

उदाहरण

- ✻ एम्स्टर्डम : साइकिल-प्रधान सड़कें ''सीइलेंट स्ट्रीट्स'' के रूप में प्रसिद्ध
- ✻ जापान : स्कूल क्षेत्रों में साइकिल प्राथमिक साधन

4. ईंधन संरक्षण और प्राकृतिक संसाधनों की रक्षा

योगदान

- ✻ पेट्रोल, डीज़ल, गैस की बचत
- ✻ जीवाश्म ईंधनों पर निर्भरता कम

उदाहरण

- ✻ जर्मनी : ''बाइक-टू-वर्क'' अभियान से ईंधन खपत में उल्लेखनीय कमी
- ✻ भारत : ग्रामीण क्षेत्रों में साइकिल आज भी ईंधन-मुक्त परिवहन

5. शहरी हरित क्षेत्र (ग्रीन अर्बन स्पेस) का विस्तार

योगदान

- ✻ कम सड़क चौड़ाई की आवश्यकता
- ✻ पार्क, साइकिल ट्रैक, पेड़ लगाने की जगह बढ़ती है

उदाहरण

- ✻ कोपेनहेगन : कार लेन हटाकर साइकिल लेन + ग्रीन कॉरिडोर
- ✻ बेंगलुरु : कुछ आईटी ज़ोन में ग्रीन साइकिल ट्रैक

6. जलवायु परिवर्तन से लड़ने में भूमिका

योगदान

- ✻ ग्रीनहाउस गैस उत्सर्जन में सीधी कटौती
- ✻ ग्लोबल वार्मिंग की गति धीमी

उदाहरण

- ✻ संयुक्त राष्ट्र (UN): साइकिल को ''क्लाइमेट-फ्रेंडली ट्रांसपोर्ट'' घोषित
- ✻ विश्व साइकिल दिवस (3 जून) जलवायु जागरूकता का वैश्विक मंच

7. Sustainable Transport System का आधार

योगदान

- ✻ कम लागत, दीर्घकालिक, स्थानीय समाधान
- ✻ स्मार्ट सिटी और सस्टेनेबल सिटी मॉडल का मूल

उदाहरण

- ✻ सिंगापुर : MRT + Cycling Integration
- ✻ स्वीडन : ''लास्ट माइल कनेक्टीविटी में साइकिल

8. प्लास्टिक और औद्योगिक प्रदूषण में अप्रत्यक्ष कमी

योगदान

- ✻ ऑटोमोबाइल निर्माण, स्पेयर पार्ट्स, ऑयल अपशिष्ट कम
- ✻ साइकिल निर्माण में संसाधन अपेक्षाकृत कम

उदाहरण

- ✻ यूरोप : कार उत्पादन की तुलना में साइकिल उद्योग का कार्बन फुटप्रिंट बहुत कम

9. पर्यावरणीय चेतना और जीवनशैली परिवर्तन

योगदान

- ✻ व्यक्ति प्रकृति-अनुकूल सोच अपनाता है
- ✻ उपभोगवादी संस्कृति से संयमित जीवन की ओर

उदाहरण

- ✻ फ्राइडे फार फ्यूचर मूवमेंट में साइकिल मार्च
- ✻ भारत : फिट इंडिया + साइकिल अभियान

10. जैव विविधता (Biodiversity)संरक्षण

योगदान

- ✻ सड़क विस्तार और वाहन दबाव कम
- ✻ प्राकृतिक आवास सुरक्षित रहते हैं

उदाहरण

- ✻ नॉर्वे : साइकिल-फ्रेंडली टूरिज़्म से वन्यजीव संरक्षण
- ✻ लद्दाख/सिक्किम : इको-टूरिज़्म में साइकिल उपयोग

11. आर्थिक और पर्यावरणीय संतुलन

योगदान

- ✻ कम खर्च, अधिक पर्यावरण लाभ
- ✻ गरीब-अमीर सभी के लिए समान समाधान

उदाहरण

- ✻ अफ्रीकी देशों : साइकिल = शिक्षा + रोजगार + पर्यावरण
- ✻ भारत : छात्र, मजदूर, किसान-सभी के लिए ग्रीन साधन

12. भावी पीढ़ी के लिए हरित पृथ्वी

योगदान

- ✻ बच्चों में पर्यावरणीय संस्कार
- ✻ दीर्घकालिक सस्टेनेबल हैबिट

उदाहरण

- ✻ नीदरलैंड : बच्चों को साइकिल-शिक्षा अनिवार्य
- ✻ जापान : स्कूल-साइकिल नीति

ध्यातव्य :

साइकिल संस्कृति केवल परिवहन की आदत नहीं, बल्कि एक वैश्विक पर्यावरणीय आंदोलन है।

''जहां साइकिल बढ़ती है, वहां प्रदूषण घटता है, स्वास्थ्य सुधरता है और पृथ्वी सुरक्षित होती है।''

पांच राज्यों में विधानसभा चुनाव 'फ्रीबीज' की होड़ में फिर दबे असली मुद्दे

निज संवाददाता : पश्चिम बंगाल समेत 5 राज्यों और केंद्र शासित प्रदेश में विधानसभा चुनाव की सरगर्मी बढ़ गई है। हर जगह राजनीतिक समीकरण अलग-अलग हैं, लेकिन एक बात कमोबेश सबमें समान है- लोकलुभावन योजनाओं का वादा। बंगाल में ममता सरकार ने लक्ष्मी भंडार योजना की धनराशि बढ़ाने और बेरोजगार युवाओं को वित्तीय सहायता देने का ऐलान किया है। असम में कांग्रेस ने कहा है कि अगर वह सरकार में आई तो महिलाओं को अपना उद्यम शुरू करने के लिए 50 हजार रुपये देगी। वहीं, तमिलनाडु की एक पार्टी एआईडीएमके ने जनता से 120 वादे कर दिए हैं, जिसमें किसानों की कर्ज माफी भी है। अभी वोटिंग में वक्त है और कई दलों के घोषणापत्र आने बाकी हैं, तो इस तरह के और ऐलान देखने को मिल सकते हैं। यह अब बेहद कॉमन ट्रेंड बन चुका है,

जहां किसी के चुनावी घोषणापत्र को छोटा दिखाने के लिए उससे भी बड़ी-बड़ी घोषणाएं कर दी जाती हैं। पिछला हालिया उदाहरण बिहार है, जहां विधानसभा चुनाव के दौरान सरकारी नौकरी के वादे किए गए थे और एनडीए सरकार ने महिला को रोजगार योजना के तहत 10,000 रुपये की राशि दी थी। फ्रीबीज यानी मुफ्त की योजनाओं को हमेशा जनता की जरूरत के रूप में पेश किया जाता है। हालांकि हकीकत में यह एक तरह से वोट खरीदने का जरिया है। मुफ्त की योजनाओं के शोर में अक्सर नए रोजगार के मौके पैदा करने और दूसरे जरूरी मुद्दे दब जाते हैं। आंकड़े बताते हैं कि 2018-19 में राज्य और केंद्र शासित प्रदेश सब्सिडी पर कुल 1.87 लाख करोड़ रुपये खर्च कर रहे थे, 2024-25 में यह आंकड़ा 4.72 लाख करोड़ रुपये हो गया। यह राज्यों के कुल खर्च का लगभग 10 फीसदी है। चिंता की बात है कि राज्यों का कर्ज बढ़ रहा है, पर वे रेवड़ी कल्चर से तौबा नहीं कर रहे। मसलन, बंगाल में 2023 में जीडीपी के मुकाबले कर्ज 34 फीसदी था। रिपोर्ट्स के मुताबिक, बंगाल पर करीब 8 लाख करोड़ रुपये का कर्ज है और तमिलनाडु पर साढ़े 9 लाख करोड़ का। रिजर्व बैंक भी ऐसी योजनाओं को लेकर चिंता जता चुका है कि इसकी वजह से सरकारों की वित्तीय स्थिति पर दबाव पड़ता है। जो पैसा इंफ्रास्ट्रक्चर पर लगना चाहिए, वह लोकलुभावन योजनाओं में खर्च हो जाता है। इससे आर्थिक प्रगति की रफ्तार धीमी होती है। जब बार-बार कर्ज माफ किए जाते हैं, तो लोगों में लोन चुकाने की जिम्मेदारी नहीं रहती। हालांकि, कल्याणकारी योजनाओं और फ्रीबीज को एक चश्मे से नहीं देखा जाना चाहिए।

कोलकाता के सीनियर डॉक्टर ने मरीजों को दिया अजीबो-गरीब ऑफर!

'जय श्री राम' बोलने पर इलाज में मिलेगा डिस्काउंट

निज संवाददाता : कोलकाता के एक डॉक्टर ने जय श्री राम बोलने पर मरीजों को इलाज में डिस्काउंट का ऑफर दिया है। एक सीनियर इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजिस्ट ने अपने मरीज़ों के लिए यह ऑफर निकाला है। हालांकि डॉक्टर के इस ऑफर ने बंगाल विधानसभा चुनाव से पहले नया विवाद खड़ा कर दिया है। जहां एक तरफ इतने सीनियर डॉक्टर के इस अनोखे कदम की बड़े मेडिकल समुदाय ने निंदा की है, वहीं इंडियन मेडिकल एसोसिएशन (आईएमए) बंगाल ने डॉक्टर को नोटिस जारी करके स्पष्टीकरण मांगा है। आईएमए ने इस ऑफर को मेडिकल नैतिकता और पेशेवर आचरण के खिलाफ बताया है। बंगाल के यह डॉक्टर हैं कार्डियोलॉजिस्ट डॉ. पीके हाजरा। अपने ऑफर के बारे में बताते हुए डॉ. हाज़रा ने बताया कि यह पहल उनका अपना निजी विचार था और इसका मकसद राज्य की स्वास्थ्य सेवा प्रणाली में बदलाव को बढ़ावा देना था। उन्होंने इस बात पर चिंता जताई कि पश्चिम बंगाल के कई मरीज़ इलाज के लिए दूसरे राज्यों में जाते हैं, और कहा कि वह स्थानीय स्तर पर बेहतर स्वास्थ्य सेवा मानकों को बढ़ावा देना चाहते हैं। डॉ. पीके हाजरा से इस पोस्ट और उसके पीछे की वजह के बारे में बताने

को कहते हुए, आईएमए बंगाल ने लिखा है कि एक लोकतांत्रिक देश में, हर किसी को अपनी पसंद की किसी भी राजनीतिक पार्टी से जुड़ने या उसका समर्थन करने का अधिकार है। हालांकि किसी मरीज की कंसल्टेशन फ़ीस में उसके धर्म या राजनीतिक जुड़ाव के आधार पर भेदभाव करना, मेडिकल नैतिकता और पेशेवर आचरण के बिल्कुल खिलाफ है। राज्य आईएमए ने हाज़रा को चेतावनी दी है कि अगर उन्हें पत्र मिलने के तीन दिनों के अंदर उनका जवाब नहीं आता है, तो उनके खिलाफ कार्रवाई शुरू की जाएगी। पीके हाजरा ने बीते रविवार को अपनी फ़ेसबुक प्रोफाइल पर एक पोस्ट शेयर किया, जिसमें कहा गया था कि जो मरीज उनके चैंबर में जय श्री राम का नारा लगाएंगे, उन्हें फ़ीस में विशेष छूट मिलेगी।इस फ़ोटो में हाज़रा की तस्वीर भी थी, जिसमें उन्होंने बीजेपी के कमल के निशान वाली टोपी और स्कार्फ़ पहना हुआ था। फोटो में एक क्यूआर कोड भी था, जिसे उन्होंने जय श्री राम डिस्काउंट कोड नाम दिया था। ऐसा लगता है कि मरीज इस क्यूआर कोड को स्कैन करके बालीगंज फाड़ी स्थित उनके निजी चैंबर में फ़ीस पर 500 रुपये की छूट पा सकते हैं। वहीं, जैसे ही यह पोस्ट सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हुई, मेडिकल समुदाय के कई लोगों ने मरीज के प्रति इस तरह के विभाजनकारी रवैये पर हैरानी जताई, जो पेशेवर नैतिकता का उल्लंघन करता है। यह हैरानी ख़ास तौर पर इसलिए थी, क्योंकि यह कदम एक ऐसे अनुभवी पेशेवर डॉक्टर ने उठाया था, जिसकी अपने काम के लिए काफी इज़्ज़त की जाती थी। एक निजी अस्पताल के सीनियर डॉक्टर ने कहा कि हम सभी का अपना-अपना राजनीतिक जुड़ाव हो सकता है और हम इसके बारे में खुलकर बात भी कर सकते हैं। लेकिन इस तरह का कदम राजनीतिक झुकाव या धार्मिक पृष्ठभूमि के आधार पर मरीज़ों के साथ भेदभाव करना है। इस पेशे को एक नेक पेशा माना जाता है और हमें अपने मरीज़ों के बीच इस तरह का बंटवारा नहीं पैदा करना चाहिए। हाज़रा ने बताया कि बीजेपी के एक पूर्णकालिक कार्यकर्ता ने उनकी सहमति से यह पोस्ट तैयार किया था और इसे उनके सोशल मीडिया प्लेटफ़ॉर्म पर शेयर किया था। उन्होंने कहा कि मैं बीजेपी का कट्टर समर्थक हूं और जय श्री राम क्यूआर कोड उन मरीज़ों को ध्यान में रखकर शुरू किया गया था जो बीजेपी का समर्थन करते हैं। बीजेपी समर्थकों को छूट देना भेदभाव के तौर पर नहीं देखा जाना चाहिए। असल में, जो लोग जय श्री राम योजना का इस्तेमाल नहीं करना चाहते, वे मेरे फ़्री क्लिनिक में आ सकते हैं, जिसे मैं लगभग 30 सालों से चला रहा हूं।

'धुरंधर 2' ने तोड़े सारे रिकॉर्ड : मिठुन

निज संवाददाता : सिर्फ फैंस या क्रिटिक्स ही नहीं, बल्कि स्टार्स भी इस फिल्म पर अपने रिएक्शन दे रहे हैं। बॉक्स ऑफिस पर बड़ी सफलता के बावजूद, 'धुरंधर 2' दर्शकों के एक हिस्से की आलोचना का शिकार हुई है। कुछ लोगों ने इसे प्रोपेगैंडा फिल्म भी कहा है। ऐसे में अलग-अलग स्टार्स अपनी राय दे रहे हैं। अब इस मामले पर दिग्गज एक्टर मिठुन चक्रवर्ती ने अपनी राय रखी है। हाल ही में मीडिया से बातचीत में मिठुन चक्रवर्ती ने अपनी 2025 की फिल्म द बंगाल फाइल्स के बारे में बात की, जिसे रिलीज नहीं होने दिया गया। उन्होंने कहा कि अगर उनकी फिल्म को ऐसी स्थिति का सामना करना पड़ता, तो 'धुरंधर 2' को भी रिलीज नहीं होना चाहिए था। उनके मुताबिक, फिल्म की रिलीज के बाद ही प्रोपेगैंडा के आरोप लगे थे। उन्होंने कहा-द बंगाल फाइल्स को रिलीज नहीं होने दिया गया, मैं और क्या कह सकता हूं? अब धुरंधर को भी प्रोपेगैंडा कहा जा रहा है, तो क्या धुरंधर को भी नहीं रोका जा सकता था? धुरंधर रिलीज हुई, और अब वे कह रहे हैं कि यह प्रोपेगैंडा है। लेकिन 'द बंगाल फाइल्स' को रिलीज नहीं होने दिया गया। बंगाल में फिल्म की रिलीज रोक दी गई है। इससे ज्यादा दुख की बात और क्या हो सकती है? मिठुन चक्रवर्ती ने आगे कहा कि द बंगाल फाइल्स नोआखली दंगों पर आधारित है, जो आजादी से पहले हुई एक ऐतिहासिक घटना थी। इसके बावजूद फिल्म को रिलीज की इजाजत नहीं मिली। वहीं, आदित्य धर की 'धुरंधर 2' के पक्ष में बोलते हुए उन्होंने कहा- जो कहना है कहो, लेकिन धुरंधर ने सारे रिकॉर्ड तोड़ दिए हैं। यह सफलता इतने सारे लोगों के फिल्म देखने की वजह से है।

अजब-गजब

मलेशिया के इस युवक के मुंह में हैं 42 दांत!

दुर्लभ स्थिति ने दिलाई अंतरराष्ट्रीय पहचान

निज संवाददाता : मलेशिया के एक व्यक्ति ने अपने मुंह में सामान्य से ज्यादा दांत होने का विश्व रिकॉर्ड बनाया है। मलेशिया के एक युवक के मुंह में कुल 42 दांत पाए गए, जो सामान्य इंसानों की तुलना में 10 दांत ज्यादा हैं। इस अनोखी विशेषता के कारण उनका नाम गिनीज बुक रिकॉर्ड में दर्ज किया गया है। आमतौर पर एक वयस्क व्यक्ति के मुंह में 32 दांत होते हैं, लेकिन प्रथब मुनियांडी नामक युवक के मुंह में 42 दांत पाए गए हैं। इस दुर्लभ स्थिति ने उन्हें दुनिया में सबसे अधिक दांतों वाले व्यक्ति के रूप में पहचान दिलाई है।मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक प्रथब मुनियांडी ने बताया कि उन्हें सबसे पहले इस असामान्य स्थिति का एहसास 2021 में हुआ। वह अपने परिवार के साथ चाय पी रहे थे, तभी उन्हें महसूस हुआ कि उनके मुंह में कुछ अतिरिक्त दांत उग रहे हैं। शुरुआत में उन्हें यह बात अजीब लगी, जिसके बाद उन्होंने अपने परिवार के सदस्यों से इस बारे में

बताया। जब परिवार वालों ने उनके दांत गिनने शुरू किए तो उनकी संख्या 38 निकली। इससे सभी हैरान रह गए। इसके बाद डॉक्टरों से जांच कराई गई और एक्स-रे कराया गया। एक्स-रे रिपोर्ट में पता चला कि उनके जबड़े में चार और दांत मौजूद हैं, जो आगे चलकर निकल सकते हैं।रिपोर्ट में डॉक्टरों के मुताबिक इस तरह की स्थिति को दंत चिकित्सा में ''हाइपरडॉन्टिया'' कहा जाता है, जिसमें सामान्य से ज्यादा दांत विकसित हो जाते हैं। यह स्थिति बेहद दुर्लभ मानी जाती है और बहुत कम लोगों में देखने को मिलती है। इस अनोखी स्थिति के कारण प्रथब मुनियांडी को अब अंतरराष्ट्रीय पहचान मिल गई है। उनके 42 दांतों ने उन्हें गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड में जगह दिला दी है और यह मामला दुनिया भर में चर्चा का विषय बन गया है।

3 मिनट में टूट गई शादी

दूल्हे के ''बेवकूफ'' बोलने पर दुल्हन ने तोड़ा रिश्ता

निज संवाददाता : कुवैत में एक शादी मात्र तीन मिनट के भीतर ही खत्म हो गई। इस शादी को अब देश की सबसे छोटी शादी माना जा रहा है। रिश्तों की नींव भरोसे और सम्मान पर टिकी होती है, लेकिन जब शुरुआत ही अपमान से हो जाए तो रिश्ता टिकना मुश्किल हो जाता है। ऐसा ही मामला सामने आया है कुवैत से। जानकारी के मुताबिक, कुवैत के एक कोर्ट हाउस में दूल्हा-दुल्हन ने शादी की सभी कानूनी प्रक्रियाएं पूरी कीं। जज ने दोनों को पति-पत्नी घोषित कर दिया और उन्होंने आधिकारिक कागजों पर हस्ताक्षर भी कर दिए। लेकिन कोर्ट रूम से बाहर निकलने से पहले ही यह रिश्ता टूट गया। घटना तब हुई जब शादी की प्रक्रिया पूरी होने के बाद दुल्हन बाहर निकलते समय हल्का सा लड़खड़ा गई और गिरते-गिरते बची। इस नाजुक पल में जहां उसे सहारे की जरूरत थी, वहीं दूल्हे ने मदद करने के बजाय उसका मजाक उड़ा दिया। रिपोर्ट्स के अनुसार, दूल्हे ने सबके सामने दुल्हन को ''बेवकूफ'' कह दिया। यह सुनते ही दुल्हन को गहरा धक्का लगा और वह भावनात्मक रूप से आहत हो गई। जिस व्यक्ति के साथ वह जिंदगी बिताने जा रही थी, उसी के इस व्यवहार ने उसे तुरंत फैसला लेने पर मजबूर कर दिया। दुल्हन ने बिना समय गंवाए जज के पास जाकर शादी को रद्द करने की मांग की। चूंकि जज इस पूरी घटना के प्रत्यक्ष गवाह थे, उन्होंने दुल्हन की बात को गंभीरता से लिया और तुरंत विवाह को निरस्त करने का आदेश दे दिया। इस तरह, कागजों पर पति-पत्नी बनने के महज तीन मिनट बाद ही दोनों का रिश्ता कानूनी तौर पर समाप्त हो गया। यह घटना अब कुवैत के इतिहास की सबसे छोटी शादी के रूप में चर्चा का विषय बन गई है। सोशल मीडिया पर इस मामले को लेकर लोगों की अलग-अलग प्रतिक्रियाएं सामने आ रही हैं। कई यूजर्स दुल्हन के फैसले की सराहना कर रहे हैं और इसे आत्मसम्मान की मिसाल बता रहे हैं।

मौत के बाद भी वर्षों तक घर में रखते हैं शव

निज संवाददाता : इंडोनेशिया की एक जनजाति ऐसी भी है जहां मौत के बाद भी शव को वर्षों तक घर में रखा जाता है। यहां मौत को रिश्तों का अंत नहीं माना जाता, बल्कि इसे एक लंबी और सम्मानजनक विदाई की शुरुआत समझा जाता है। यह अनोखी परंपरा इंडोनेशिया के साउथ सुलावेसी की पहाड़ियों में रहने वाली टोराजा जनजाति से जुड़ी है। परिवार के लोग अपने मृत परिजनों को तब तक दफन नहीं करते जब तक उनके लिए भव्य अंतिम संस्कार की व्यवस्था न हो जाए।

तोराजा समुदाय के लिए यह कोई भयावह परंपरा नहीं, बल्कि अपने पूर्वजों के प्रति सम्मान और प्रेम व्यक्त करने का एक तरीका है। तोराजा समुदाय की मान्यता के अनुसार जब किसी व्यक्ति की सांसें थम जाती हैं, तो उसे तुरंत मृत घोषित नहीं किया जाता। वे उसे 'मकुला' कहते हैं, जिसका अर्थ होता है बीमार व्यक्ति। उनका विश्वास है कि आत्मा अभी भी शरीर के आसपास मौजूद होती है और उसे देखभाल की आवश्यकता होती है। इसी वजह से शव को घर के सबसे अच्छे कमरे में रखा जाता है और परिवार के सदस्य उसके साथ वैसे ही व्यवहार करते हैं जैसे वह जीवित हो। परिजनों द्वारा रोजाना तीन से चार बार उसके लिए भोजन और पानी रखा जाता है। यदि मृतक को जीवित रहते हुए सिगरेट पीने की आदत थी, तो उसके पास सिगरेट भी रखी जाती है। परिवार के लोग उससे बातचीत भी करते हैं, मानो वह सब कुछ सुन रहा हो। शव को सुरक्षित रखने के लिए पहले पारंपरिक जड़ी-बूटियों का इस्तेमाल किया जाता था, लेकिन अब आधुनिक रसायनों जैसे फॉर्मल्डिहाइड का उपयोग किया जाता है, जिससे शरीर लंबे समय तक सुरक्षित रहता है और दुर्गंध भी नहीं फैलती। इस प्रक्रिया के कारण शव कई महीनों या कई वर्षों तक घर में सुरक्षित रखा जा सकता है। दरअसल, इस परंपरा के पीछे एक व्यावहारिक कारण भी है। तोराजा समाज में अंतिम संस्कार का समारोह राम्बु सोलो कहलाता है, जो दुनिया के सबसे महंगे अंतिम संस्कारों में गिना जाता है।एक सामान्य परिवार को इस समारोह के लिए लाखों रुपये खर्च करने पड़ते हैं, जबकि संपन्न परिवारों का खर्च करोड़ों रुपये तक पहुंच सकता है। इस समारोह में सैकड़ों मेहमानों को आमंत्रित किया जाता है, अस्थायी ढांचे बनाए जाते हैं और बड़ी संख्या में भैंसों की बलि दी जाती है।

जनजाति की मान्यता है कि भैंस मृतक की आत्मा को 'पुया' यानी आत्माओं की दुनिया तक पहुंचाने का माध्यम बनती है। चूंकि इतना बड़ा खर्च जुटाने में वर्षों लग सकते हैं, इसलिए परिवार शव को घर में ही रखता है और धीरे-धीरे धन एकत्र करता है। जब पर्याप्त धन इकट्ठा हो जाता है, तब कई दिनों तक चलने वाला अंतिम संस्कार समारोह आयोजित किया जाता है। इसके बाद भी परंपरा समाप्त नहीं होती। कुछ वर्षों बाद मानेन नामक एक विशेष रस्म निभाई जाती है, जिसमें दफनाए गए शवों को कब्र से बाहर निकालकर साफ किया जाता है, नए कपड़े पहनाए जाते हैं और पूरे गांव में घुमाया जाता है।

शख़्सियत

भारत के प्रथम फील्ड मार्शल सैम मानेकशॉ

- दूसरे विश्व युद्ध में 7 गोलियां खाकर भी नहीं मानी हार

निज संवाददाता : भारत के प्रथम फील्ड मार्शल सैम मानेकशॉ ने साल 1971 में भारत-पाकिस्तान युद्ध में भारतीय सेना का नेतृत्व किया था, जिससे बांग्लादेश का निर्माण हुआ था। बता दें कि वे असाधारण साहस, तीक्ष्ण बुद्धि और अद्वितीय नेतृत्व क्षमता वाले सैनिक थे। सैम मानेकशॉ का नाम भारतीय सैन्य इतिहास में अत्यंत सम्मान के साथ लिया जाता है। पंजाब के अमृतसर में 03 अप्रैल 1914 को सैम मानेकशॉ का जन्म हुआ था। उन्होंने अपनी शुरूआती शिक्षा नैनीताल के शेरवुड कॉलेज से की थी। फिर बाद में भारतीय सैन्य अकादमी देहरादून से प्रशिक्षण लिया था। मानेकशॉ इंग्लैंड जाकर पढ़ाई करना चाहते थे। लेकिन पिता से अनुमति न मिलने पर उन्होंने सेना में भर्ती होने का निर्णय लिया। साल 1934 में सैम मानेकशॉ ब्रिटिश इंडियन आर्मी में शामिल हुए। सेकेंड वर्ल्ड वॉर के दौरान वह बर्मा मोर्चे पर तैनात थे। इस दौरान उनको लड़ते हुए जापानी सेना की सात गोलियां लगीं। मानेकशॉ की गंभीर हालत देखते हुए डॉक्टरों ने इलाज करने से इंकार कर दिया। लेकिन इलाज के बाद वह पूरी तरह से ठीक हो गए। फिर साल 1971 में देश की तत्कालीन प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी ने सैम मानेकशॉ से पाकिस्तान पर हमले की सलाह ली। लेकिन उन्होंने हमला करने से इंकार कर दिया और 6 महीने का समय मांगा। इस दौरान सैम मानेकशॉ ने भारतीय सेना को पूरी तरह से तैयार किया। जिसके परिणामस्वरूप दिसंबर 1971 में युद्ध हुआ और पाकिस्तान को करारी हार का सामना करना पड़ा। इस जीत के साथ बांग्लादेश का गठन हुआ था। साल 1972 में सैम मानेकशॉ की बहादुरी और सैन्य नेतृत्व के लिए उनको फील्ड मार्शल की उपाधि दी गई। जोकि भारतीय सेना की सर्वोच्च सैन्य रैंक है। इस पद को पाने वाले मानेकशॉ भारत के पहले सैन्य अधिकारी थे। फिर साल 1968 में उनको पद्म भूषण और 1972 में पद्म विभूषण से सम्मानित किया गया। साल 1973 में सेना प्रमुख के पद से रिटायर होने के बाद सैम मानेकशॉ ने तमिलनाडु के कन्नूर में जीवन बिताया। वहीं 27 जून 2008 को 94 साल की उम्र में सैम मानेकशॉ का निधन हो गया था।

पीएम मोदी ने नए शादीशुदा जोड़े से माफी मांगकर सभी को चौंकाया

निज संवाददाता : प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने एक नए शादीशुदा जोड़े से माफी मांगकर सभी को चौंका दिया। यह वाकया पश्चिम बंगाल के सिलीगुड़ी का है। पीएम ने माफी क्यों मांगी, यह भी बड़ा दिलचस्प है। दरअसल, पिछले 12 अप्रैल को सिलीगुड़ी में चुनाव प्रचार के लिए गए थे। उनकी सुरक्षा व्यवस्था के कारण मेफेयर टी रिज़ॉर्ट में शादी का जश्न मना रहे नए शादीशुदा कपल श्रेया और अक्षय को थोड़ी परेशानी हुई। जब पीएम को इसका पता चला तो उन्होंने खुले तौर से माफी मांगने जैसा अप्रत्याशित कदम उठा लिया।

बीजेपी ने एक्स पर एक वीडियो शेयर कर इस पूरी घटना की जानकारी दी। पीएम मोदी पश्चिम बंगाल में चुनाव प्रचार के लिए पहुंचे थे। यहां पर सिलीगुड़ी पहुंचे थे। यहां आसपास के पूरे इलाके पर सुरक्षा सख्त कर दी गई। मेफेयर टी रिज़ॉर्ट इसी इलाके में पड़ता है। यहां भी पूरा इलाका छावनी में तब्दील कर दिया गया। रिज़ॉर्ट में जो लोग रुके थे उन्हें अंदर कमरे में ही

बंगाल के सिलीगुड़ी का वाकया

रहने को कहा गया।रिज़ॉर्ट के लोगों को परेशानी का सामना करना पड़ा। जब यहां यह सब हो रहा था तो इसी दौरान श्रेया और अक्षय की शादी की रस्में चल रही थीं। कपल की रस्मों के बीच उनके मेहमान, दोस्त और रिश्तेदार शामिल हुए थे। अचानक काले कपड़े पहने कमांडोज और एसजीपी पहुंच गई। श्रेया और अक्षय असहज हो गए। तब उन्हें बताया गया कि उनसे मिलने के लिए प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी खुद आ रहे हैं। ऐसे में उन्हें यकीन ही नहीं हुआ। पीएम मोदी यहां पहुंचे और कपल को आशीर्वाद दिया। उसके बाद पीएम मोदी ने उनसे माफी भी मांगी कि उनके सुरक्षा प्रोटोकॉल की वजह से कपल की शादी में कठिनाइयां हुईं। फिलहाल पीएम नरेंद्र मोदी के माफीनामे से सभी हैरान हैं।

यह जल्द ही चर्चा का विषय बन गया। कई लोगों ने इस कदम को दुर्लभ क्षण बताया। बीजेपी ने एक्स पर एक वीडियो शेयर करते हुए लिखा कि सिलीगुड़ी में पीएम श्री जी का एक दिल को छू लेने वाला पल। उन्होंने खुद नए शादीशुदा जोड़े श्रेया और अक्षय से माफी मांगी, जिनकी शादी का जश्न मेफेयर टी रिज़ॉर्ट में उनके दौरे के दौरान कड़ी सुरक्षा के चलते प्रभावित हो गया था। यह एक छोटा सा कदम है, लेकिन यह उस नेता के बारे में बहुत कुछ कहता है जो हर नागरिक के खास पलों का सम्मान और कद्र करता है।

भाजपा का संकल्प पत्र : बंगाल के मतदाताओं के सामने भविष्य का खाका प्रस्तुत करने का प्रयास

छह माह में यूसीसी, महिलाओं को तीन हजार वाला मास्टरस्ट्रोक

इस संकल्प पत्र के माध्यम से भाजपा ने यह स्पष्ट कर दिया है कि उसका लक्ष्य केवल सत्ता परिवर्तन नहीं, बल्कि व्यवस्था परिवर्तन है

निज संवाददाता : भारतीय जनता पार्टी ने पश्चिम बंगाल के आगामी विधानसभा चुनावों के लिए अपना संकल्प पत्र जारी कर दिया है, जिसमें भय बनाम भरोसे के मुद्दे को केंद्र में रखकर प्रदेश की राजनीति में एक बड़े बदलाव का आह्वान किया गया है। पार्टी के इस घोषणा पत्र में सबसे प्रमुख और प्रभावशाली वादा सरकार बनने के मात्र छह महीने के भीतर समान नागरिक संहिता यानी यूसीसी को लागू करने का है, जिस पर तृणमूल नेत्री और मुख्यमंत्री ममता बनर्जी को भी अपनी पार्टी का पक्ष रखना पड़ेगा। बीजेपी ने इसके साथ ही महिलाओं को आर्थिक रूप से सशक्त बनाने के उद्देश्य से प्रत्येक महिला को हर महीने तीन हजार रुपये की वित्तीय सहायता प्रदान करने की घोषणा की है, जो राज्य की मौजूदा राजनीति में एक मास्टर स्ट्रोक माना जा रहा है। भाजपा ने अपने इस पत्र के माध्यम से यह संदेश देने की कोशिश की है कि वह बंगाल में तुष्टीकरण की राजनीति को समाप्त कर कानून का शासन और सर्वांगीण विकास का नया अध्याय शुरू करना चाहती है। घोषणा पत्र में बंगाल की अस्मिता, सुरक्षा और समृद्धि को आधार बनाकर कई ऐसे वादे किए गए हैं, जो समाज के हर वर्ग को छूने का प्रयास करते हैं। समान नागरिक संहिता का वादा न केवल सामाजिक समानता की दिशा में एक बड़ा कदम है, बल्कि इसे भाजपा की विचारधारा के प्रति उसकी प्रतिबद्धता के रूप में भी देखा जा रहा है। इसके अतिरिक्त महिला सुरक्षा और सशक्तिकरण को प्राथमिकता देते हुए पार्टी ने लक्ष्मी भंडार जैसी मौजूदा योजनाओं के जवाब में तीन हजार रुपये की बड़ी राशि का संकल्प लिया है, ताकि महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाया जा सके। शिक्षा के क्षेत्र में भाजपा ने बांग्ला भाषा को प्राथमिक शिक्षा से लेकर उच्च शिक्षा तक अनिवार्य करने और तकनीकी पाठ्यक्रमों को स्थानीय भाषा में उपलब्ध कराने की बात कही है, जिससे बंगाल की सांस्कृतिक पहचान को मजबूती मिलेगी। कृषि क्षेत्र के लिए भी इस संकल्प पत्र में विशेष प्रावधान किए गए हैं, जिनमें किसानों को प्रति वर्ष मिलने वाली आर्थिक सहायता में वृद्धि और फसलों के उचित मूल्य की गारंटी शामिल है। इसके अलावा युवाओं के लिए रोजगार के नए अवसर पैदा करने हेतु राज्य में औद्योगिक निवेश को बढ़ावा देने और बंद पड़ी जूट मिलों को पुनर्जीवित करने का खाका खींचा गया है।

घोषणा पत्र में भ्रष्टाचार के विरुद्ध शून्य सहनशीलता की नीति अपनाते हुए सरकारी नियुक्तियों में पारदर्शिता लाने और भर्ती घोटालों की जांच के लिए विशेष आयोग गठित करने का वादा किया गया है। स्वास्थ्य सेवाओं की स्थिति को सुधारने के लिए राज्य में आयुष्मान भारत योजना को तत्काल प्रभाव से लागू करने की बात कही गई है, जिससे गरीब परिवारों को पांच लाख रुपये तक का मुफ्त इलाज मिल सकेगा। सीमावर्ती क्षेत्रों में घुसपैठ की समस्या को रोकने और सुरक्षा व्यवस्था को चाक-चौबंद करने के लिए आधुनिक तकनीक और अतिरिक्त सुरक्षा बलों की तैनाती का संकल्प भी इस घोषणा पत्र का अहम हिस्सा है। पर्यटन और संस्कृति को बढ़ावा देने के उद्देश्य से शक्तिपीठों के विकास और धार्मिक पर्यटन केंद्रों के सौंदर्यीकरण की योजना भी पेश की गई है। भाजपा ने अपने इस चुनावी दस्तावेज में मछुआ समुदाय और अनुसूचित जाति व जनजाति के कल्याण के लिए विशेष वित्तीय पैकेज और आरक्षण के लाभों को जमीनी स्तर तक पहुंचाने का आश्वासन दिया है। आधारभूत संरचना के विकास के लिए नई सड़कों, पुलों और शहरी सुविधाओं के विस्तार पर भी जोर दिया गया है, ताकि बंगाल को निवेश के लिए एक आकर्षक केंद्र बनाया जा सके। राज्य की कानून व्यवस्था को सुधारने के लिए पुलिस बल के आधुनिकीकरण और राजनीतिक हिंसा को पूरी तरह समाप्त करने का वादा करते हुए भाजपा ने जनता को एक भयमुक्त वातावरण देने का भरोसा दिलाया है। घोषणा पत्र में विशेष रूप से चाय बागान श्रमिकों के वेतन में वृद्धि और उनके जीवन स्तर को सुधारने के लिए विशेष आवास योजना का जिक्र किया गया है।

पर्यावरण संरक्षण और सुंदरबन जैसे पारिस्थितिक रूप से संवेदनशील क्षेत्रों के विकास के लिए भी एक समर्पित कार्ययोजना तैयार करने की बात कही गई है। इस संकल्प पत्र के माध्यम से भाजपा ने यह स्पष्ट कर दिया है कि उसका लक्ष्य केवल सत्ता परिवर्तन नहीं, बल्कि व्यवस्था परिवर्तन है। प्रत्येक घर को शुद्ध पेयजल उपलब्ध कराने के लिए जल जीवन मिशन के कार्यों में तेजी लाने और गांवों में इंटरनेट कनेक्टिविटी सुधारने का भी संकल्प लिया गया है। कुल मिलाकर भाजपा का यह घोषणा पत्र एक ऐसे बंगाल की परिकल्पना करता है, जहां विकास की धारा अंतिम व्यक्ति तक पहुंचे और सांस्कृतिक गौरव के साथ-साथ आर्थिक प्रगति के नए आयाम स्थापित हों। यह घोषणा पत्र आगामी चुनावों में पार्टी के लिए एक प्रमुख वैचारिक हथियार साबित होगा, जो मतदाताओं के सामने भविष्य का एक स्पष्ट खाका प्रस्तुत करता है।

'क्लीनिकली डेड' घोषित महिला ने सुनाया 4 दिन 'स्वर्ग' में बिताने का अनुभव

किसी फिल्मी पटकथा से कम नहीं कहानी

निज संवाददाता : सदियों से इंसानों के मन में एक सवाल हमेशा से उठता रहा है, और वो यह है कि मौत के बाद क्या होता है? क्या वाकई कोई पारलौकिक दुनिया है? अमेरिका के नॉर्थ कैरोलिना की पामेला नैंस का दावा है कि उन्होंने न सिर्फ उस दुनिया को देखा है, बल्कि वहां 4 दिन बिताकर वापस भी आई हैं। उनकी यह कहनी किसी फिल्मी स्क्रिप्ट से कम नहीं है। यह अजीब घटना 1990 की है। तब पामेला 22 साल की थीं। वह एक रेस्टोरेंट में काम कर रही थी, जब उनके पेट में अचानक तेज दर्द उठा। पामेला ने इसे मामूली दर्द समझकर नजरअंदाज कर दिया, पर असल में वह इंटरनल ब्लीडिंग थी। अगले ही दिन वह बाथरूम में बेहोश होकर गिर गईं। उन्हें फौरन अस्पताल ले जाया गया, जहां डॉक्टरों ने उन्हें 'क्लीनिकली डेड' घोषित कर दिया। वेबसाइट यूनीलैड में छपी रिपोर्ट के अनुसार, पामेला का दावा है कि जब उनका शरीर आईसीयू में था, उनकी आत्मा पारलौकिक दुनिया की सैर कर रही थी। उन्होंने वहां जो देखा, वो हैरान करने वाला था। पामेला की मानें, तो वहां के रंग इतने जीवंत और खूबसूरत थे कि उसे शब्दों में बयान करना मुश्किल है।

उनके मुताबिक, वहां एक विशाल पेड़ था, जो उनसे बातें कर रहा था, और उन्हें अपनी ओर बुला रहा था। उन्हें महसूस हुआ कि अब वह एक हड्डी और मांस का शरीर नहीं, बल्कि उस पूरी कुदरत का हिस्सा बन चुकी हैं। इस सफर का सबसे भावुक पल वह था, जब उनकी मुलाकात अपने वफादार रॉटवीलर डॉगी 'हॉली' से हुई। दिलचस्प बात यह है कि जिस दिन पामेला के पेट की नस फटी थी, उसी दिन उनके प्यारे डॉगी की भी मौत हुई थी। इस दौरान उन्हें एक बौद्ध भिक्षु भी दिखे, जिन्होंने उन्हें जीवन का सही सार समझाया। 5 दिनों के संघर्ष के बाद पामेला की जान तो बच गई, लेकिन अब वह पूरी तरह बदल चुकी थीं। आज पामेला कहती हैं कि मौत कोई अंत नहीं, बल्कि एक नई शुरुआत है। उनका मानना है कि हम सभी प्यार से जुड़े हैं, और डर ही एकमात्र चीज है, जो हमें एक-दूसरे से दूर करती है। उनका मानना है कि हमारा असली घर 'उस पार' ही है।

मनोरंजन

हिंदी सिनेमा के स्वर्णिम और सुरम्य अध्याय का हुआ अवसान

निज संवाददाता : बीते 12 अप्रैल रविवार को मशहूर पार्श्व गायिका आशा भोसले के निधन के साथ ही हिंदी सिनेमा का एक स्वर्णिम और सुरम्य अध्याय समाप्त हो गया। उनकी बड़ी बहन लता मंगेशकर, जिन्हें 'भारत कोकिला/स्वर कोकिला' कहा जाता है, का निधन 6 फरवरी 2022 को रविवार के दिन, 92 वर्ष की आयु में इसी अस्पताल में हुआ था। एक मार्मिक संयोग यह भी रहा कि ठीक लगभग चार वर्ष बाद, 22 अप्रैल 2026 को रविवार के दिन ही आशा भोसले ने भी 92वें वर्ष में उसी अस्पताल में अंतिम सांस ली। 8 सितम्बर 1933 को सांगली (महाराष्ट्र) में जन्मी आशा जी, महान शास्त्रीय गायक दीनानाथ मंगेशकर की पुत्री और लता मंगेशकर की छोटी बहन थीं। उनके परिवार में उषा मंगेशकर, मीना खाडिकर और हृदयनाथ मंगेशकर जैसे प्रतिभाशाली सदस्य भी संगीत साधना से जुड़े रहे। पिता के असमय निधन के बाद उन्होंने बहुत कम उम्र में ही परिवार की जिम्मेदारियां संभालीं और परिस्थितियोंवश गायन को अपनाया-इसी कारण वे स्वयं को 'एक्सीडेंटल सिंगर' भी कहा करती थीं।

अपने विलक्षण और दीर्घ करियर में आशा भोसले ने 20 से अधिक भाषाओं में लगभग 12,000 से भी अधिक गीत गाए और 1000 से अधिक फिल्मों में अपनी आवाज़ दी और इस अद्वितीय, अनूठी व शानदार उपलब्धि के लिए वर्ष 2011 में उनका नाम गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड्स में दर्ज किया गया। शास्त्रीय संगीत की सुदृढ़ नींव पर आधारित उनकी गायकी ने ग़ज़ल, भजन, पॉप, कैबरे और पश्चिमी संगीत तक हर विधा में अपना जादू बिखेरा। उनकी 'वॉइस मॉड्यूलेशन' की अद्भुत क्षमता-भाव, लय और शब्द के अनुरूप आवाज़ को ढाल लेने की कला-उन्हें अपने समय की सबसे बहुमुखी और प्रयोगशील गायिकाओं में स्थापित करती है। उनके निजी जीवन में कई उतार-चढ़ाव आए। उनका पहला विवाह गणपत राव भोसले से हुआ, जो सफल नहीं रहा। बाद में उन्होंने 1980 में प्रसिद्ध संगीतकार आर. डी. बर्मन (पंचम दा) से विवाह किया। यह तथ्य उल्लेखनीय है कि पंचम दा उनसे लगभग छह वर्ष छोटे थे। वे पहली बार आशा जी से ऑटोग्राफ लेने आए थे और बाद में विवाह का प्रस्ताव रखा। प्रारंभ में आशा जी ने इसे अस्वीकार किया, किंतु अंततः यह संबंध जीवन और संगीत-दोनों में अमर सिद्ध हुआ। इस जोड़ी ने हिंदी फिल्म संगीत को अनेक कालजयी गीत दिए। इसके अतिरिक्त, संगीतकार ओ. पी. नैयर के साथ उनकी जोड़ी भी अत्यंत लोकप्रिय रही; नैयर साहब उनकी आवाज़ की 'अदा' और 'नमक' के इतने प्रशंसक थे कि उन्होंने कभी लता मंगेशकर से गीत नहीं गवाए।

उल्लेखनीय है कि आशा भोसले को फिल्म उमराव जान (1981) की ग़ज़लों के लिए अपना पहला राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार प्राप्त हुआ, जिससे यह सिद्ध हो गया कि वे केवल चंचल या कैबरे गीतों तक सीमित नहीं थीं, बल्कि गंभीर और शास्त्रीय विधाओं में भी उतनी ही समर्थ थीं। इतना ही नहीं, वर्ष 2000 में उन्हें प्रतिष्ठित दादा साहेब फाल्के पुरस्कार और वर्ष 2008 में पद्म विभूषण से सम्मानित किया गया। उन्होंने एस. डी. बर्मन, ए. आर. रहमान और किशोर कुमार जैसे महान कलाकारों के साथ अनगिनत लोकप्रिय गीत दिए। 62 वर्ष की आयु में फिल्म रंगीला के 'तन्हा तन्हा' और 'रंगीला रे' जैसे गीतों ने यह सिद्ध कर दिया कि उनकी आवाज़ में युवाओं जैसी ऊर्जा आजीवन बनी रही। 'आओ हुज़ूर तुमको' (फिल्म किस्मत) जैसे गीतों में उनका सहज, बिना रिहर्सल का भाव-संयोजन आज भी मिसाल माना जाता है। गायन के अतिरिक्त आशा भोसले ने अभिनय(एक्टिंग) में भी रुचि दिखाई और 2013 में फिल्म 'माई' से मुख्य अभिनेत्री के रूप में पदार्पण किया। वे उत्कृष्ट पाक-शैली की शौकीन थीं; उनका कहना था कि यदि वे गायिका न होतीं, तो एक बेहतरीन कुक बनतीं। कहते हैं कि उनके हाथ का 'कढ़ाई गोश्त' और 'मछली' किशोर कुमार और आर. डी. बर्मन जैसे दिग्गजों के बीच बेहद लोकप्रिय था। उनके नाम से 'आशा'ज' रेस्टोरेंट श्रृंखला दुबई, कुवैत, बहरीन और यूनाइटेड किंगडम में प्रसिद्ध रही, जो उनकी व्यावसायिक समझ का भी प्रमाण है। अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी उन्होंने अपनी विशिष्ट पहचान बनाई। ऑस्ट्रेलियाई क्रिकेटर ब्रेट ली के साथ उन्होंने-'यू आर द वन फोर मी' गीत गाया। वर्ष 2005 में-' यू हैव स्टोलन माई हर्ट' एल्बम क्रोनोस क्वार्टेट के साथ रिकॉर्ड किया, जो ग्रैमी पुरस्कारों के लिए नामांकित हुआ। यहां यह उल्लेखनीय है कि वे ग्रैमी के लिए नामांकित होने वाली अग्रणी भारतीय गायिकाओं में शामिल रहीं। उन्होंने अंग्रेज़ी, रूसी, मलय और चेक जैसी विदेशी भाषाओं में भी गीत गाए, जिनमें उनका उच्चारण अत्यंत सटीक था। साथ ही, वे मिमिक्री कला में भी निपुण थीं। उनका व्यक्तिगत जीवन भी गहरे दुखों से गुज़रा। वर्ष 2012 में उनकी बेटी वर्षा और 2015 में पुत्र हेमंत का निधन हुआ, जिसने उन्हें भीतर तक झकझोर दिया। इसके बावजूद उन्होंने कभी अपने चेहरे की मुस्कान और संगीत के प्रति समर्पण को कम नहीं होने दिया। 80 वर्ष की आयु के बाद भी वे मंच पर सक्रिय रहीं, जो उनके अदम्य उत्साह और जीवटता का प्रमाण है। उनका सिग्नेचर लुक-सफेद साड़ी और मोतियों का हार-उनकी सादगी, गरिमा और विशिष्ट पहचान का प्रतीक बन गया। निस्संदेह, आशा भोसले का जीवन केवल एक महान गायिका की जीवनी नहीं, बल्कि संघर्ष, साहस, प्रयोगधर्मिता और आत्मविश्वास की प्रेरक गाथा है। उन्होंने यह सिद्ध किया कि वे किसी की परछाईं नहीं, बल्कि अपनी अलग पहचान गढ़ने वाली अद्वितीय कलाकार थीं। 'पिया तू अब तो आजा' जैसे चंचल गीतों से लेकर शास्त्रीय ग़ज़लों तक, उनकी आवाज़ ने हर भाव को अमर बना दिया। उनकी सुरमयी विरासत सदैव संगीत प्रेमियों के हृदय में गूंजती रहेगी और आने वाली पीढ़ियों को हमेशा प्रेरित व प्रोत्साहित करती रहेगी।

अध्यात्म

ध्यान : एक सहज और स्वाभाविक प्रक्रिया

आचार्य अंतरयोगी (खोकन डोलुई)

ध्यान यह एक ऐसा विषय है जिसे हम सभी जानते हैं, फिर भी इसके बारे में अलग-अलग तरह के विचार और विश्लेषण करते-करते हम भ्रमित हो जाते हैं। इसका मूल कारण यही है कि हम एक बिल्कुल सरल और स्वाभाविक प्रक्रिया को खुद ही जटिल बना देते हैं। यहां ध्यान देने योग्य बिंदु यह है कि जब यह प्रक्रिया और अधिक जटिल हो जाती है, तब उसकी सहजता खो जाती है। आपने कई बार सुना होगा''मन लगाकर पढ़ाई करो'', ''मन लगाकर काम करो''। या फिर ऐसा भी होता है कि कोई हमें बुलाता है, लेकिन हम सुन नहीं पाते। तब हम कहते हैं ''मेरा ध्यान कहीं और था''। इसका अर्थ यह है कि हम अपने दिन-प्रतिदिन के जीवन में, 24 घंटे के भीतर, कम या ज्यादा, स्वाभाविक रूप से ध्यान करते ही रहते हैं। लेकिन जैसे ही हम इसे जटिल तरीके से समझने की कोशिश करते हैं, हम उलझ जाते हैं ध्यान आखिर है क्या? क्या ध्यान कल्पना करना है? क्या यह किसी विषय के बारे में सोचना है? मैं कहूंगा ज़ोर करके कल्पना करना ध्यान नहीं है। क्योंकि मन का स्वभाव ही है कल्पना करना और विचार करना। जब हम ज़बरदस्ती कुछ सोचने या कल्पना करने लगते हैं,तब हम मन की स्वाभाविक प्रकृति के विरुद्ध जाते हैं। वहीं से एक आंतरिक संघर्ष शुरू होता है शरीर और मन के बीच। और यह संघर्ष ध्यान नहीं हो सकता। अब प्रश्न आता है तो ध्यान क्या है? इससे पहले यह समझना ज़रूरी है कि ध्यान किसके द्वारा होता है। क्या ध्यान आंखों के द्वारा होता है? क्या ध्यान कानों के द्वारा होता है? क्या ध्यान मुख के द्वारा होता है? क्या ध्यान हाथों के द्वारा होता है? जब आप इस तरह से विचार करेंगे, तो आप पाएंगे कि ध्यान केवल और केवल मन के द्वारा ही होता है। माध्यम कुछ भी हो सकता हैनृत्य हो सकता है, संगीत सुनना हो सकता है, पुस्तक पढ़ना हो सकता है। ध्यान कोई अलग क्रिया नहीं है जिसे हमें विशेष रूप से करना पड़े। यह एक स्वाभाविक प्रक्रिया है, जिसे शब्दों या तर्कों में बांधने की कोशिश ही इसे जटिल बना देती है। सरल शब्दों में कहा जाए, तोमन के द्वारा सुनना, मन के द्वारा देखना और मन के द्वारा अनुभव करना और इन सबके बीच किसी भी प्रकार की प्रतिक्रिया न करनाजब ये सब एक साथ एक बिंदु पर जुड़ जाते हैं, तभी आप पूर्ण रूप से ध्यान में होते हैं। यही ध्यान का सार है सरल, स्वाभाविक और हर क्षण में उपस्थित।

हिंदू धर्म में पावन पर्व माना जाता है अक्षय तृतीया

निज संवाददाता : पचांग के अनुसार, अक्षय तृतीया का पावन पर्व इस साल 19 अप्रैल 2026, रविवार को पूरे हर्षोल्लास के साथ मनाया जाएगा। वैशाख मास के शुक्ल पक्ष की तृतीया तिथि को आने वाला यह दिन हिंदू धर्म में बहुत पवित्र माना जाता है। 'अक्षय' शब्द का अर्थ ही है जिसका कभी विनाश न हो, अर्थात इस दिन किए गए दान और पुण्य का फल कभी समाप्त नहीं होता। आध्यात्मिक दृष्टि से यह समय स्वयं को ईश्वर से जोड़ने और अपनी पुरानी गलतियों को सुधारने का एक सुंदर अवसर प्रदान करता है। इस दिन सूर्य और चंद्रमा दोनों ही अपनी उच्च स्थिति में होते हैं, जिससे वातावरण में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है। यह पावन तिथि हमें सिखाती है कि निस्वार्थ भाव से किया गया हर कार्य हमारे भविष्य को उज्ज्वल बनाता है।अक्षय तृतीया पर दान करने का बहुत बड़ा महत्व है क्योंकि ऐसा माना जाता है कि इस दिन दी गई वस्तुएं कई गुना होकर वापस मिलती हैं। इस तिथि पर जल से भरे मिट्टी के पात्र, नए वस्त्र और अनाज का दान करना बहुत फलदायी होता है। दूसरों की सहायता करना और जरूरतमंदों के चेहरे पर मुस्कान लाना ही सच्ची पूजा है। जब हम पवित्र मन से समाज की भलाई के लिए कदम उठाते हैं, तो हमारे घर में बरकत आती है और बिगड़े काम बनने लगते हैं। इस दिन अपनी मधुर वाणी से सबका सम्मान करें और कड़वी बातों से पूरी तरह दूर रहें। अपनी मेहनत से कमाए धन का एक छोटा हिस्सा शुभ कार्यों में लगाने से मन को अपार शांति और संतोष का अनुभव होता है। इस विशेष दिन का हर क्षण बहुत शुभ होता है, इसलिए इसे आत्म-चिंतन और किसी भी नई शुरुआत के लिए सबसे उत्तम माना जाता है। इस दिन अपनी बुरी आदतों को छोड़ने और अच्छे गुणों को अपनाने का संकल्प लेना चाहिए। भगवान के सामने बैठकर प्रार्थना करने से मन शांत रहता है और जीवन की चुनौतियों से लड़ने की नई शक्ति मिलती है। अपनी परंपराओं का सम्मान करना ही हमें एक सफल इंसान बनाता है। सात्विक भोजन ग्रहण करने और ईश्वर के नाम का जाप करने से मानसिक तनाव कम होता है और जीवन सहज लगने लगता है। जब हम सच्चे और निष्कपट मन से इस पर्व को मनाते हैं, तो हमारे जीवन के सभी दुख दूर होने लगते हैं और घर में सुख का स्थाई वास होता है।

स्वामी मोहता पब्लिशिंग हाउस के लिए, प्रकाशक, मुद्रक : अजय कुमार मोहता द्वारा अरिहंत मुद्रा, 61, सूर्यसेन स्ट्रीट, कोलकाता-700009 से मुद्रित एवं प्रकाशित। **संपादकीय कार्यालय** : 10, डॉ. राजेन्द्र प्रसाद सरणी, (क्लाइब रो), 5बी मंजिल, रूम नं. 9, कोलकाता-700001, **स्थानीय कार्यालय** : 28-5 कन्वेंट रोड, मौलाली, कोलकाता-700014। **संपादक** : अजय कुमार मोहता, मो. 9830045693, E-mail-gambheersamachar@gmail.com. Website. www.gambheersamachar.in (प्रकाशित रचनाओं के चयन, संपादन हेतु पीआरबी एक्ट के अंतर्गत उत्तरदायी, सभी कानूनी विवाद के लिए कोलकाता न्याय क्षेत्र)