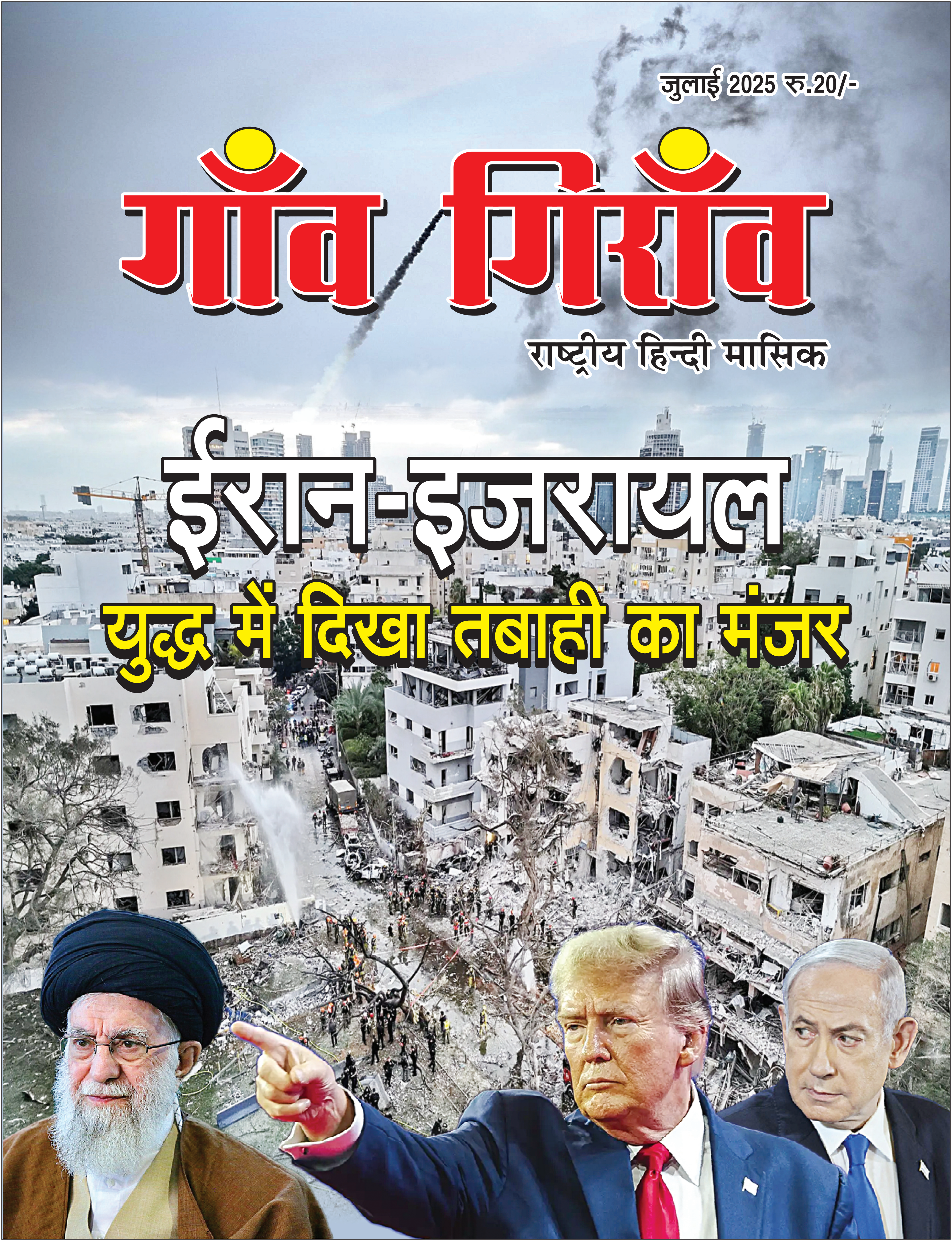
जुलाई 2025 रु.20/-

गाँव गिराँव

राष्ट्रीय हिन्दी मासिक



ईरान-इजरायल
युद्ध में दिखा तबाही का मंजर

विश्वास करेंगे एक बार, इस्तेमाल करेंगे बार-बार...

125g.
500g.
1 kg. में
उपलब्ध

SRI HARIVANSH ENTERPRISES

Corp. Of Goel Tower Anura Kala, Chinhat Lucknow-226028 (U.P.)
Production Unit: Sandauli Umarpur, Safedabad, Barabanki - 225003 (U.P.)
Customer Care No.: +91 9415867528

गाँव गिराँव

वर्ष : 14, अंक : 08, जुलाई 2025, पृष्ठ 44, मूल्य : 20/-

सलाहकार सम्पादक - दिनेश चंद्र, लक्ष्मीशंकर पाण्डेय
सम्पादक - श्रीधर द्विवेदी
समाचार सम्पादक - डॉ. पंकज कुमार ओझा
प्रबन्ध सम्पादक - गुरु प्रसाद शुक्ल
सहायक सम्पादक - कमलेश पाण्डेय, रविन्द्र प्रताप सिंह गोपाल मौर्य
उप सम्पादक - वीरेन्द्र कुमार विन्द, नागेश्वर सिंह, रामप्रसाद यादव
विज्ञापन प्रबन्धक - उमेश चन्द जैन
डिजिटल एग्जिक्यूटिव - इ. अमित पटेल
लेआउट व डिजाइन - मंजीत कुमार

नेशनल मीडिया एक्जक्यूटिव
महेन्द्र प्रसाद गांधी-9415874679

राज्य प्रभारी - दिल्ली - यश सिंह 8882678591
चंडीगढ़ - ओ.पी. राय 8009069795
लुधियाना - गुरदीप सिंह-9815453958
पटना - अमित मिश्रा- 9263056540
पूर्वी उ0प्र0 - प्रदीप राय- 8546055042
पश्चिमी उ0प्र0- अनिल कुमार बाजपेयी-8052159000
लखनऊ - डा. विजयकांत पाण्डेय - 8795506060
प्रयागराज- मनोज पाण्डेय - 9140410568
मिर्जापुर - राजेश कुमार मिश्र- 6393139610
म0प्र0 - प्रहलाद पटेल - 7566126043
रीवा- नन्दलाल पाण्डेय- 9981962439

विशेष प्रतिनिधि- अरविन्द सिंह (वाराणसी) 9919442266
कालीदास त्रिपाठी (चन्दौली) 9838454120, ओमकार नाथ- 9415698795, अशोक जायसवाल- 9451891800, मनोज यादव- 9598155820

कार्पोरेट आफिस

गाँव गिराँव मीडिया प्रा0लि0
मिथिलेश कुमार (ब्यूरो चीफ)
सी-216, सेक्टर-63 नोएडा, गौतम बुद्धनगर
उत्तर प्रदेश पिन-201309
मो0 - 9811191393, 9910768136
ई-मेल – gaongiraw@gmail.com
बेवसाइट - www.gaongiraw.in

मुम्बई ब्यूरो- 704/25 सोनम मारी गोल्ड,राम मन्दिर के पास, ओल्ड गोल्डेन नेस्ट-3 मीरा भयन्दर रोड भयन्दर, (ईस्ट) थाणे महाराष्ट्र-401105 8850955358, 9930046946

हेड ऑफिस पत्राचार- 13, दीपशिखा अपार्टमेंट गांधीनगर, सिगरा, वाराणसी, उप्र-221010 मो.- 9450825966, 7525825966

स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक, मुद्रक श्रीधर द्विवेदी द्वारा युग सत्य प्रिंटिंग प्रेस, शिवपुर वाराणसी उ0प्र0 से मुद्रित व शि.15/137 भरलाई शिवपुर, वाराणसी (उ0प्र0) 221009 से प्रकाशित।

RNI No - UPHIN/2012/41296

भीतर के पन्नों पर

विचार बिन्दु :
जिन्दगी के आखिरी पनाहगाह में भी यातना... 2
कवर स्टोरी :
महाशक्तियों को चुनौती 3-5
विनाशकारी युद्ध की दस्तक 6-7
वैश्विक शांति की और लौटने... 8-9
साहित्य
आम आदमी का कथा वाचक... 10-11
कहानी- लौट आओ फिर न जाने के लिए 12-13
लघु कथा 14-15
पुस्तक समीक्षा- उद्‌गार शतक 16-17
कल्पनाथ राय 18
उद्योग
बीसीसीएल ने पुलिस प्रशासन को... 19
एनटीपीसी विंध्याचल को अवार्ड 20
सेवा-संरक्षण
एनटीपीसी सोलापुर ने चिड़ियाघर को... 21
बालको का प्रोजेक्ट 'नई किरण' 22
ऊर्जा
एनटीपीसी नबीनगर में शिलान्यास 23
एनटीपीसी नार्थ करनपुर में संचालन 24
विविध
बाजारीकरण और समाज 25
स्मृति शेष 26-28
व्यंजन
आम फालूदा 29
ब्यूटी फैशन
मुल्तानी मिट्टी 30
पर्यटन
मध्य प्रदेश में बीच का मजा 31
धर्म-कर्म
श्रीमद्भगवतगीता 32-33
शिव का प्रिय माह सावन 34-35
ज्योतिष 36
स्वास्थ्य 37-38
खेल-खिलाड़ी 39
सिने-जगत 40

पाठकों से– पत्रिका के लिए आपके प्रतिक्रिया, सुझाव, विचार आमंत्रित हैं।
ई मेल–gaongiraw@gmail.com पर भेजें। – सम्पादक

नोट– पत्रिका में प्रकाशित लेख, विचार लेखकों के अपने हैं, सम्पादक का सहमत होना आवश्यक नहीं है। पत्रिका में दिये गये पद अवैतनिक हैं। समस्त विवादों का न्यायक्षेत्र वाराणसी न्यायालय क्षेत्र में ही मान्य होगा।

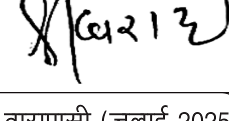
जिन्दगी के आखिरी पनाहगाह में भी यातना...

भारत में ब्रम्हचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ व संन्यास आश्रम की व्यवस्था है किन्तु वृद्धाश्रम की नहीं। विदेशों में पढ़ने गए बच्चों ने वहां की संस्कृति को ही उठाकर सौंप दिया और खुद वहीं के हो गए। अब ये वृद्धाश्रम वृद्धजनों के लिए सिर्फ एक छत नहीं बल्कि आखिरी पनाहगाह हैं। अगर कोई इस पड़ाव पर भी यातना देता है तो वह अमानवीय ही नहीं घोर पाप है। स्थानीय प्रशासन और संवैधानिक संस्थाओं को इस पर कड़ी नजर रखनी चाहिए। कहा गया है पुत्र कुपुत्र हो सकते हैं पर माता पिता नहीं।

भारतीय समाज में संयुक्त परिवार की अवधारणा संस्कार, संस्कृति, धर्म पालन की शिक्षा श्रवण कुमार जैसे पुत्रों की कहानियां जिवन जीने की कला और अन्तिम समय तक माता पिता की सेवा का संकल्प दिलाती थीं। जो भौतिकता की अंधी दौड़ और पाश्चात्य संस्कृति के बढ़ते प्रभाव में विलुप्त होती जा रही है। इसका कारण एकल परिवार, अति शिक्षित परिवार, हाईप्रोफाइल सोसायटी माना जा सकता है जो संस्कृति, सभ्यता के लोप के साथ विदेशों से वृद्धाश्रम की समझ लेकर आए और वृद्धजनों को घर के बाहर का रास्ता दिखाया। भारत जैसे देश में जहां वसुधैव कुटुम्ब कहा गया वहां अब अपना कुटुम्ब ही एकाकी हो गया। बच्चों,बहू, बेटियों की धन पिपासा ने बुजुर्गों को बोझ समझकर वृद्धाश्रम में डाल दिया।अब वृद्धाश्रमों के धन पिशाचों ने इन बुजुर्गों को भी नहीं बख्शा। नोयडा की एक घटना सामने आई है जिसे महिला आयोग की एक सदस्य ने उजागर किया जो अमानवता की पराकाष्ठा है। बुजुर्गों के परिजनों से मोटी रकम व मासिक खर्च लेने के बाद भी उन्हें हॉथ बांध कर एक कमरे में बंद रखा जा रहा था। असहाय बुजुर्गों के देखभाल के लिए कोई नहीं। जिन परिवार और बच्चों की खुशियों के लिए मां बाप अपना सर्वस्व न्यौछावर कर देते हैं वही बच्चे उनको घर के बाहर निकाल देते हैं।

बुजुर्ग हमारे सभ्यता, संस्कृति के धरोहर और परिवार की लाइब्रेरी के समान होते हैं जो आने वाली पीढ़ी अपने नाती, पोतों के साथ हंसते खेलते उन्हें जीवन जीने की कला भी सिखाते हैं। अब अकेलापन और सूनेपन की चादर ओढ़े नम आंखों से दुनिया के दस्तूर को समझते सो रहे हैं। प्रयागराज की एक संस्था पूर्वांचल विकास समिति द्वारा संचालित धनराज वृद्धाश्रम की निदेशक डाक्टर सुजाता पाण्डेय ने बताया कि उनके आश्रम में उच्च शिक्षित वृद्धजन हैं जो सम्पन्न परिवारों से हैं उनकी सेवा, देखभाल माता पिता की तरह की जाती है यह सेवा कुंज होना चाहिए। भारत में ब्रम्हचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ व संन्यास आश्रम की व्यवस्था है किन्तु वृद्धाश्रम की नहीं। विदेशों में पढ़ने गए बच्चों ने वहां की संस्कृति को ही उठाकर सौंप दिया और खुद वहीं के हो गए। अब ये वृद्धाश्रम वृद्धजनों के लिए सिर्फ एक छत नहीं बल्कि आखिरी पनाहगाह हैं। अगर कोई इस पड़ाव पर भी यातना देता है तो वह अमानवीय ही नहीं घोर पाप है। स्थानीय प्रशासन और संवैधानिक संस्थाओं को इस पर कड़ी नजर रखनी चाहिए। कहा गया है पुत्र कुपुत्र हो सकते हैं पर माता पिता नहीं।

जरुरत है ऐसी संस्थाओं के संचालकों को कठोर दण्ड देने की जो सेवा केन्द्र को यातना केन्द्र बना बैठे हैं। भारत जैसे देश में जहां सेवा परमोधर्मः की धारणा हो वहां ऐसे कृत्य अक्षम्य अपराध हैं। कमोवेश निम्न और सामान्य परिवारों में अभी यह कुसंस्कृति बची है और बची रहनी चाहिए। बुजुर्ग हमारी धरोहर हैं इनका संरक्षण हमारा प्रथम कर्तव्य है।



महाशक्तियों को चुनौती देता ईरान

–संजय पराते

जब अमेरिका के समर्थन से इजरायल के बिना किसी कारण उकसावे के ईरान पर हमला किया था, तो लग रहा था कि इजरायल की सामरिक शक्ति के आगे ईरान ढह जायेगा और समर्पण कर देगा। लेकिन ऐसा नहीं हुआ और किसी ने सोचा भी न था कि अमेरिका-इजरायल गठबंधन के आगे ईरान इस तरह तनकर खड़ा हो जाएगा कि इजरायल को दिन में ही तारे दिखने लगे। मीडिया द्वारा ईरान की बर्बादी की कितनी भी सच्ची झूठी तस्वीरें दिखाई जाएँ, लेकिन सच्चाई यही है कि इजरायल में ईरान ने जितनी तबाही मचाई है, उसकी कल्पना भी अमेरिका और इजरायल ने मिलकर नहीं की थी। नेतन्याहू की विस्तारवादी-नीतियों का नतीजा इजरायल की निर्दोष जनता को भुगतना पड़ रहा है और ईरानी हमलों से बचने के लिए उसे बंकरों में भी जगह नहीं मिल रही है।

लेकिन यह हमला क्यों? इजरायल का आरोप है कि ईरान परमाणु बम बना रहा है। यह आरोप वह इजरायल लगा रहा है, जिसने खुद परमाणु बम बना लिया है और फिलिस्तीनियों के कत्लेआम का अपराधी है। याद कीजिए कि ऐसा ही आरोप इराक पर लगाकर सद्दाम हुसैन की हत्या की गई थी और बाद में पता चला कि अमेरिकी आरोपों में कोई दम नहीं था और यह आरोप केवल सद्दाम को सत्ता से हटाने के लिए लगाया गया था। ईरान के मामले में भी ठीक ऐसा ही है, क्योंकि इस हमले से पहले तक अमरीकी खुफिया विभाग के प्रमुख तुलसी गबार्ड लगातार बयान दे रहे थे कि ईरान ने परमाणु बम नहीं बनाया है, ना ही उसके पास इसे बनाने की क्षमता है। ऐसी ही बयान अन्तर्राष्ट्रीय नाभिकीय ऊर्जा एजेंसी के डायरेक्टर जनरल रफाइल ग्रॉसी ने अभी दो दिन पहले ही दिया है कि ईरान परमाणु बम नहीं बना रहा और परमाणु बिजली बनाने के अपने सभी केंद्रों की जाँच में सहयोग कर रहा है।

अमरीकी खुफिया विभाग के प्रमुख और अंतर्राष्ट्रीय नाभिकीय ऊर्जा एजेंसी के डायरेक्टर जनरल के बयान विश्वसनीय हैं, क्योंकि ईरान अंतर्राष्ट्रीय संधि परमाणु अप्रसार संधि पर दस्तखत कर चुका है, जो किसी देश को परमाणु बम बनाने से बाधित करता है। अमरीका सहित संयुक्त राष्ट्र के 5 स्थायी सदस्यों रूस, चीन, फ्रांस और ब्रिटेन के साथ हुए करार में भी ईरान यह गारंटी दे चुका है कि वह कोई परमाणु बम नहीं बनाएगा। उसका परमाणु कार्यक्रम नितांत शांतिपूर्ण उद्देश्यों के लिए है और ऐसा करने का उसके पास हक है। अभी कुछ दिनों पहले तक खुद अमरीका और ईरान के बीच वार्ता चल रही थी और स्वयं ट्रम्प ने वार्ता में अच्छी प्रगति होने की जानकारी दी थी। साफ है कि ईरान के पास परमाणु बम होने का आरोप तो एक बहाना है, असली बात ईरान के तेल को हथियाना है, दुनिया के बाजार को नए सिरे से बाँटना है, दिवालिया होती अमेरिकी अर्थव्यवस्था को पटरी पर लाना है। ट्रंप ने पूरी दुनिया के खिलाफ टैरिफ के नाम पर जो व्यापार युद्ध छेड़ने की कोशिश की थी, उसका क्या हश्र हुआ, सब देख रहे हैं। इससे पैदा शर्मिंदगी के निकलने की यह आड़ है। पूरी दुनिया को फिर से धौंस में लेने और साम्राज्यवादी लुटेरों की चारागाह बनाने की कवायद है। एक ऐसी दुनिया बनाने की हताश कोशिश है, जहाँ बिना किसी नियम-नैतिकता के बर्बर और असभ्य राज कर सकें और इस पृथ्वी की प्राकृतिक संपदा को अपने मुनाफे के लिए लूट सकें।

लेकिन दुनिया को लूटने की साम्राज्यवाद की कोशिशों को कभी स्थायित्व नहीं मिला, न मिलेगा। इसे वियतनाम ने चुनौती दी है, क्यूबा ने दी है। सोवियत संघ के खात्मे और दुनिया के एक ध्रुवीय होने के बाद भी साम्राज्यवादी अमेरिका का सपना पूरा नहीं हुआ है, पूरा नहीं होगा। शोषण के खिलाफ लड़ने वाली सबसे कमजोर ताकत से भी उसे जबरदस्त

चुनौती मिली है, क्योंकि मानवीय सभ्यता उपनिवेशवाद की जंजीरों को तोड़कर आगे बढ़ रही है, आगे बढ़ेगी।

लेकिन इस विश्व परिदृश्य में भारत की स्थिति क्या है भारत कहाँ खड़ा है? एक समय था, जब दुनिया में भारत की आवाज को शोषित उत्पीड़ितों की आवाज माना जाता था। आज इस चुप्पी की जगह एक मौन पसरा है। एक समय था, जब भारत फिलिस्तीनी पक्ष की मुखर आवाज था। आज वह भारत एक कठपुतली की तरह अमेरिका के इशारे पर फिलिस्तीन पर इजरायल के हमले को रोकने के संयुक्त राष्ट्र संघ के प्रस्ताव पर तटस्थ है, जबकि ब्रिटेन, कनाडा, नेपाल, भूटान, मालदीव, श्रीलंका, सार्क, ब्रिक्स और संघाई सहयोग संगठन (एससीओ) के सभी सदस्य देशों ने युद्ध विराम के पक्ष में वोट दिया है। पूरी दुनिया की शांतिकामी जनगण से अपने आपको काटने का काम नरेन्द्र मोदी की सरकार ने किया है। केंद्र में काबिज यह पहली सरकार है, जिसने भारत में फिलिस्तीन के पक्ष में होने वाले प्रदर्शनों का दमन किया है और आंदोलनकारियों को गिरफ्तार किया है। केंद्र में बैठी मोदी सरकार फिलिस्तीन को एक शत्रु-राष्ट्र मान रही है।

यही रवैया ईरान-इजरायल युद्ध के बारे में है। ईरान हमारा परंपरागत मित्र रहा है, जो कश्मीर के मामले में हर नाजुक समय में हमारे साथ खड़ा रहा है। लेकिन भारतीय जनगण आज शर्मिंदा है कि भारत आज इजरायल-अमेरिकी गठजोड़ के पक्ष में खड़ा है। मोदी सरकार का यह रवैया उन अटलबिहारी बाजपेयी की भी तौहीन है, जिनके बिना नरेन्द्र मोदी आज प्रधानमंत्री होने का सपना भी नहीं देख सकते थे। नरेंद्र मोदी ने भारत की गुट निरपेक्षता की विदेश नीति को मुस्लिम विरोध की नीति पर लाकर पटक दिया है। विश्व पटल पर भारतीय राजनीति का इससे बड़ा पतन और क्या हो सकता है?

(लेखक अखिल भारतीय किसान सभा से संबद्ध हैं) मो. 9424231650

मानवता का दुश्मन है युद्ध

इराक सहित कई देश पहले अच्छे भले चल रहे थे पर व्यर्थ बहाना बना कर अमेरिका ने उन सभी को बर्बाद कर दिया और तब से वो सारे देश खड़ा होना तो दूर घुटनों के बल चलने लायक भी नहीं हो पाए हैं। इजराइल में छुट्टी बिताते लोगों पर एक हमला हुआ, कुछ मारे गए और कुछ बंधक बने पर गाजा तबाह हो गया। हल निकल सकता था यूक्रेन और रूस का भी पर यूक्रेन की पीठ पर हाथ रख दिया कुछ ताकतों ने और यूक्रेन भुतहे खंडहर में तब्दील हो गया। फिर एक हमला हुआ और रूस को बहुत कुछ खोना पड़ा।

अभी एक और झूठा बहाना बनाकर इजराइल टूट पर ईरान पर। ईरान के कई

प्रमुख लोग मारे गये। बड़ी तबाही हुई। ईरान ने जब पलटवार किया और इजराइल का नुकसान होने लगा तो अमेरिका खुद मैदान में उतर गया।

अब इंतजार हो रहा है दो जवाबों का। एक जवाब रूस को देना है तो दूसरा ईरान को देना है। सवाल यह कि वे क्या करने वाले हैं। देखना है दोनों जवाब एक दूसरे के समानांतर होंगे या अलग-अलग। दोनों के जवाब दोनों के निश्चित टारगेट तक सीमित रहेंगे या दुनिया के खित्ते भी इनकी जद में आएँगे।दुनिया की घटनाओं कै निगाह रखने वालों का मानना है तीसरा विश्वयुद्ध दस्तक दे रहा है। ये मानना गलत साबित हो जाना ही दुनिया और मानवता के हित में है।

मैं तो बहुत सोचकर भी नहीं समझ पाता हूँ कि ये लड़ाइयाँ क्यों होती हैं? अगर कहीं कोई विवाद है तो युद्ध के बजाय शांति और मानवता को महत्व देते हुए बाकी देश तथा संयुक्त राष्ट्र संघ उनका हल क्यों नहीं निकाल देते ताकि पूरी दुनिया शांति से तरक्की कर आगे बढ़ सके, मानवता के सामने भविष्य में आने वाली चुनौतियों से मुकाबला करने पर खुद को केंद्रित कर सके, मानवता की रक्षा और विकास के लिए खुद को प्रतिबद्ध कर सके।

जितना पैसा दुनिया भर में हथियारों पर और युद्ध पर खर्च होता है यदि वह गरीब देशों के विकास और मानवता की बहबुदू के लिए खर्च किया जाए तो दुनिया स्वर्ग बन जाये।

जहाँ तक कुछ पाने का सवाल है जब कोविड आया था तब भी दुनिया के देशों ने एक दूसरे की मदद की थी। जानकारियों से, किट से, दवाइयों से ऑक्सीजन से। वैसे ही दुनिया में जिसके पास जो नहीं है, वह उन्हें व्यापारिक समझौते के तहत मिले। जिनके पास है, वे मुहैया करायें। ऐसे सबका काम चल जाएगा बिना युद्ध और बिना विजय या कब्जे के। फिर भी कोई मुद्दे हल न हो रहे हों तो उन्हें हल करने का प्रयास किया जाय, न हल हो तो उसे वक्त पर छोड़ दिया जाए और दुनिया तथा मानवता को शांति से आगे चलने दिया जाए।

पर युद्ध और रक्त पिपासा शायद इंसान के जीन्स में है और इसीलिए युद्ध है कि खत्म होने का नाम ही नहीं लेते। दुनिया का कोई न कोई खित्ता सुलगता ही रहता है। युद्ध के विरुद्ध और मानवता के पक्ष में क्या दुनिया भर की सिविल सोसाइटीज एकजुट होकर एक बड़ा दबाव समूह नहीं बना सकती है? इंसान जिंदा रहने के लिए पैदा हुआ है उसे जिंदा रहने दो। सब मिल कर गाओ, इंसान का इंसान से हो भाईचारा, यही पैगाम हमारा, यही पैगाम हमारा।

(लेखक वरिष्ठ पत्रकार और राजनीतिक चिंतक हैं)

विनाशकारी युद्ध की दस्तक

–प्रभात कुमार रॉय

इजरायल और ईरान के मध्य उत्पन्न हुए आक्रमणकारी सैन्य तनाव के कारण क्या मध्य पूर्व में बड़े पैमाने पर एक विनाशकारी युद्ध प्रारंभ होने का खतरा उत्पन्न हो गया है ? प्रश्न है कि आखिरकार इसी वक्त को इजरायल द्वारा ईरान पर हमले के लिए क्यों चुना गया? क्या ईरान और इजरायल के मध्य उत्पन्न हुआ सैन्य तनाव मध्य पूर्व के अन्य देशों को भी युद्ध की चपेट में ले सकता है? विकट प्रश्न उठता है कि इसराइल और ईरान यदि एक बड़ा युद्ध छिड़ जाता है तो भारत पर इस युद्ध का क्या प्रभाव स्थापित होगा? । ईरान द्वारा इजराइल के तेल अबीब और हाइफा आदि अनेक नगरों पर ब्लास्टिक और क्रूज मिसाइलों से निरंतर धमाके अंजाम देकर इजराइल के आक्रमण के विरुद्ध अपना सैन्य प्रतिशोध प्रारम्भ कर दिया है। ईरान के सर्वोच्च लीडर अयातुल्लाह अली खामनेई ने ऐलान किया था कि इजरायल की जियोनिस्ट हुकूमत को अब ईरान से अत्यंत सख्त सजा की उम्मीद रखनी चाहिए। ईरान की फौज इजराइल को सख्त से सख्त सजा दिए बिना कदापि नहीं छोड़ेगी। इजरायल की नेतन्याहू हुकूमत ने दावा पेश किया कि ईरान के परमाणु कार्यक्रम का खात्मा करने के लिए इजरायल ने ऑपरेशन राइजिंग लायन के तहत ईरान पर धावा बोलकर उसके कुछ सीनियर फौजी कमांडरों को हलाक कर दिया गया। इन हलाक होने वालो में इस्लामी रिवोल्यूशनरी गार्ड कोर के कमांडर इन चीफ हुसैन सलामी भी शामिल थे। हुसैन सलामी सन् 1979 में हुई इस्लामी क्रांति के संरक्षक रहे और शाह के शासन का खात्मा करने में उनका प्रमुख किरदार रहा था। ईरान के कम से कम छः परमाणु वैज्ञानिकों को मौत के घाट उतार दिया। ईरान के सर्वोच्च लीडर अयातुल्लाह अली खामेनेई के वरिष्ठ सलाहकार अली शामखानी भी इजरायली आक्रमण में गंभीर रूप से जख्मी हो गए। ईरान की हुकूमत के मुताबिक इजरायल ने तेहरान और दूसरे अन्य नगरों के रिहायशी इलाक़ों को अपना फौजी निशाना बनाया। दूसरी तरफ इसराइल डिफेंस फोर्सेज़ ने दावा पेश किया कि ईरान द्वारा इसराइल पर 100 से अधिक ड्रोन दागे गए। यूरोपीय काउंसिल ऑफ फॉरेन रिलेशंस का कहना है कि इसराइल ने ईरान पर आक्रमण इसलिए अंजाम दिया, ताकि परमाणु कार्यक्रम को रोकने के लिए ईरान से समझौता करने की राष्ट्रपति ट्रंप की संभावनाओं को एकदम खत्म किया जा सके। मध्य पूर्व मामलात के अनेक रणनीतिक विशेषज्ञ यह मानते हैं कि इस युद्ध के बड़े पैमाने पर विस्तार होने की संभावना बहुत कम है। लेकिन सैन्य रणनीति के विशेषज्ञ यह भी बयान करते हैं कि इजरायल की संसद और हुकूमत की कैबिनेट में ऐसे राजनीतिज्ञ विद्यमान है, जोकि ईरान से निर्णायक युद्ध चाहते हैं और उसके लिए इजरायली प्रधानमंत्री पर बड़ा राजनीतिक दबाव भी कायम कर सकते हैं। सैन्य रणनीति के जानकार आगे यह भी कहते हैं कि बेंजामिन नेतन्याहू जब भी स्वयं को राजनीतिक तौर पर अपने देश में स्वयं को कमजोर पाते हैं, वह तुरंत ही ईरानी कार्ड का इस्तेमाल शुरू कर देते हैं । रणनीति के कुछ विशेषज्ञों का विचार है की युद्ध हमेशा के रणनीति के कुछ विशेषज्ञों का विचार है की युद्ध हमेशा के टाला नहीं जा सकता। बल्कि आने वाली दौर में इसका दायरा और अधिक बढ़ सकता है। अमेरिकन सरकार भले ही दावा पेश कर रही है कि वह इस युद्ध में शामिल नहीं है, लेकिन इजरायली बॉम्बर फाइटर जेट्स द्वारा कतर में स्थित अमेरिकन एयर फोर्स बेस से बाकायदा इंधन लिया गया है। ईरान द्वारा जो ड्रोन इजराइल पर आक्रमण करने के लिए रवाना किए थे, उनको भी अमेरिका द्वारा मार गिराया गया। अमेरिका ने ईरानी ड्रोन विमानों को इजरायल तक पहुंचने ही नहीं दिया। इसके अतिरिक्त सऊदी अरब ने अमेरिका के दबाव में इजराइल को अपना एयरस्पेस बाकायदा इस्तेमाल करने दिया । निश्चित तौर पर यह जंग ईरान और इसराइल के मध्य सीमित नहीं रह गई है।

इजरायल की हिब्रू यूनिवर्सिटी की तरफ से आयोजित एक सर्वेक्षण से ज्ञात हुआ है कि तकरीबन 75 फीसदी इजरायली ईरान पर सैन्य कार्यवाही करने के एकदम विरुद्ध हो गए हैं। इजरायली जनमानस यकीनन निरंतर युद्ध से अब बेहद तंग आ चुके हैं। ईरान के साथ यदि इजराइल का एक बड़े पैमाने पर युद्ध प्रारम्भ हो जाता है तो इजराइल को फिर युद्ध में चौतरफा आक्रमणों का मुकाबला करना पड़ सकता है। लेबनान में ईरान के लिए प्रॉक्सी वॉर लड़ते हुए सक्रिय हिजबुल्ला तंजीम के गोरिल्ला लड़ाके । ईरान के लिए प्रॉक्सी वॉर लड़ते हुए दक्षिण यमन के हूती विद्रोही । ईरान की सैन्य मदद के बलबूते पर इजराइल के अंदर युद्धरत हमास तंजीम के छापामार लड़ाके । सर्वविदित है कि ईरान के शिया समर्थकों की इराक और सीरिया में एक लंबी जंगजू फौज मौजूद है। ये सभी जंगजू शक्तियां इजराइल के विरुद्ध ईरान के पक्ष में युद्ध में अवश्य ही उतरेंगी । विगत वर्ष 2024 के अप्रैल महीने में भी इसराइल और ईरान के मध्य एक अल्पकालिक जंग लड़ी गई थी। इजराइल का ऑपरेशन राइजिंग लायन ईरान पर किया गया एक जबरदस्त

आक्रमण है। यह हमला विगत वर्ष ईरान के अंजाम दिए गए मिसाइल और ड्रोन संघर्ष से कहीं

अधिक व्यापक और विनाशकारी है। इसराइल और ईरान के मध्य तकरीबन 2100 किलोमीटर की दूरी मौजूद है। अगर ईरान को इजरायल पर आक्रमण करना होगा तो उसे ड्रोन और मिसाइलों द्वारा इजराइल पर धावा बोलना होगा। उल्लेखनीय है कि ईरान की फौज के पास फिलहाल तकरीबन 3000 से अधिक बैलिस्टिक मिसाइल विद्यमान है। ईरान की मिसाइल परियोजना मध्य पूर्व के देशों में सबसे विराट और सबसे अधिक विविधतापूर्ण मिसाइल परियोजना है। ईरान द्वारा अपने मिसाइल सिस्टम और ड्रोन सिस्टम पर काफी महत्वपूर्ण काम किया गया है। विशेष कर सन् 1980 से 1988 के मध्य पड़ोसी देश इराक के विरुद्ध दीर्घकालीन युद्ध के दौरान ईरान ने इनका अत्यंत संजीदगी और विविधता के साथ निर्माण शुरू किया। ईरान द्वारा छोटी रेंज की मिसाइलों और और ड्रोन का निर्माण बड़े पैमाने पर किया गया। सऊदी अरब और इसराइल पर दक्षिण यमन के हूती विद्रोहियों द्वारा दागी सभी मिसाइलें ईरान द्वारा प्रदान की जाती रही। इजराइल के द्वारा अंजाम दिए गए आक्रमण में परमाणु संस्थानों के साथ-साथ मिसाइल और एयर डिफेंस के ठिकानों को भी निशाना बनाया गया।

क्षेत्रफल के मुताबिक ईरान वस्तुत इजराइल से कहीं बड़े क्षेत्रफल वाला मुल्क है। ईरान की आबादी तकरीबन 9 करोड़ है और इजरायल की आबादी लगभग एक करोड़ है। इजराइल के सैनिकों की तुलना भी ईरानी सैनिकों की संख्या में तकरीबन तीन गुनी है। ईरान की सैन्य सेवा में 6 लाख सक्रिय सैनिक विद्यमान हैं और इजरायल के पास आधिकारिक तौर पर तकरीबन 1.70000 सैनिक विद्यमान हैं। हालांकि इजराइल में सभी नौजवानों के लिए सैन्य ट्रेनिंग अनिवार्य रही। युद्ध के दौर में लाखों नौजवान इजरायल की तरफ से किसी भीषण युद्ध में उतर सकते हैं। सर्वविदित है इजराइल परमाणु हथियारों से लैस देश है, हालांकि इस विषय कोई स्पष्ट जानकारी प्रदान करने से इजराइल सदैव बचता रहा है। ईरान के पास परमाणु हथियार विद्यमान होने की संभावनाएं बहुत कम प्रतीत होती है। ईरान परमाणु हथियार निर्मित करने की कोशिश करने का इल्जाम निरंतर आयद रहा है। लेकिन ईरान इस संगीन इल्जाम से सदैव इनकार करता रहा है।

आज के दौर में दुनिया दो शक्तिशाली सैन्य ध्रुवों में विभाजित होती प्रतीत हो रही है। एक तरफ शक्तिशाली सैन्य ध्रुव में अमेरिका और नाटो देश हैं, तो दूसरी तरफ शक्तिशाली सैन्य ध्रुव में चीन, रूस, ईरान, उत्तरी कोरिया आदि अनेक देश हैं। ऐसी स्थिति में विकट प्रश्न यह उठता है कि इसराइल और ईरान यदि पूरी तरह युद्ध में संलग्न हो जाते हैं तो भारत पर इसका क्या प्रभाव होगा ? निश्चित तौर पर इसराइल और ईरान के मध्य सैन्य टकराव की विकट स्थिति में भारत का रुख अत्यंत संतुलनवादी रहेगा। भारत भी परमाणु शक्ति संपन्न ईरान के पक्ष में कदाचित नहीं है। यकीनन भारत भी इसराइल द्वारा ईरान पर हमले का समर्थन कदापि नहीं करेगा। विगत माह मई में जब भारत ने पाकिस्तान के बहुत अंदर घुसकर सैन्य ठिकानों पर आक्रमणकारी धावा बोला था तो फिर उस वक्त इसराइल ने भारत का एकदम खुलकर समर्थन किया था। इजरायल की हुकूमत ने बयान दिया था कि भारत के पास आत्मरक्षा का अधिकार है। वहीं ईरान ने भी पाकिस्तान का समर्थन तो नहीं किया और दोनों देशों के मध्य सैन्य तनाव समाप्त कराने के लिए मध्यस्थता करने की भी कोशिश की। ईरान द्वारा दोनों देशों के मध्य सैन्य संघर्ष के दौरान स्वयं को तटस्थ बनाए रखने की रणनीति अख्तियार की गई थी। इसराइल और ईरान के मध्य आक्रमणकारी सैन्य संघर्ष में हुकूमत ए हिंदुस्तान ने आधिकारिक तौर पर कहा है कि इसराइल और ईरान को कूटनीतिक बातचीत के माध्यम से परस्पर विवाद को सुलझाना चाहिए और सैन्य टकराव से पूरी तरह बचना चाहिए। भारत सरकार ने आगे कहा कि ईरान और इसराइल दोनों देशों के साथ भारत के अत्यंत निकट मित्रतापूर्ण संबंध रहे हैं। भारत हर तरह से दोनों देशों की कूटनीतिक मदद करने के लिए तैयार है। भारतीय विदेश नीति के कुछ विशिष्ट जानकारों का कहना है कि अमेरिका और चीन के बाद भारत वस्तुतः सबसे बड़ा ऊर्जा का उपभोक्ता देश है। मध्य पूर्व के इलाके में यदि युद्ध का दायरा बढ़ेगा, जिसकी भागीदारी वैश्विक तेल उत्पादन में तकरीबन एक तिहाई है। निश्चित तौर पर तेल और गैस की कीमतों में बड़े पैमाने पर इजाफा हो जाएगा तो फिर भारत की ऊर्जा सुरक्षा सीधे तौर पर मुत्तासिर हो जाएगी। ऐतिहासिक रूप से गल्फ ऑपरेशन काउंसिल के छः मुल्क बहरीन, कुवैत, ओमान, कतर, सऊदी अरब, और यूएई के साथ ही साथ ईरान के इराक भारत के लिए तेल और गैस की आपूर्ति करने वाले मुल्क हैं। रूस से तेल और गैस का तकरीबन 40 फीसदी खरीदारी करने से तेल और गैस आपूर्ति में भारत की निर्भरता गल्फ मुल्कों पर कुछ हद तक कम हो गई है। फिर भी भारत के कुल और तेल और गैस आपूर्ति में गल्फ मुल्कों का योगदान तकरीबन 50 फीसदी से अधिक बना रहा है। भारत का विदेशी व्यापार गल्फ और पश्चिम एशिया के साथ तकरीबन 209 अरब डॉलर का है अर्थात भारत के कुल विदेशी व्यापार का तकरीबन 19 प्रतिशत रहा है। इससे प्रतीत होता है कि भारत के लिए पश्चिम एशिया और गल्फ कंट्री कितनी महत्वपूर्ण है भारत का कदापि नहीं चाहता है कि यह युद्ध का दायरा विस्तारित हो जाए। इजरायल और ईरान के साथ भारत के गहरे संबंध रहे हैं और भारत द्वारा फिलिस्तीन के विवाद को सुलझाने में एक बड़ी जबरदस्त भूमिका निभाई जा सकती है।

(लेखक प्रतिरक्षा मामलों के विशेषज्ञ हैं)

वैश्विक शांति की ओर लौटने का वक्त

डॉ. प्रभात कुमार
जनसंपर्क अधिकारी
टीएचडीसी खुर्जा

आज दुनिया भर में कई जगहों पर युद्ध हो रहे हैं। विश्व के कई हिस्सों में अस्थिरता का माहौल बना हुआ है। एक दूसरे पर बम, मिसाइल, रॉकेट और ड्रोन से हमले किए जा रहे हैं जिनमें लाखों की संख्या में लोग मारे जा रहे हैं। संपूर्ण मानव जाति का अस्तित्व आज खत़रे में नज़र आ रहा है। हिंसा इतनी साधारण सी बात हो चुकी है कि कोई भी देश इसे अनैतिक नहीं समझता। अतीत में इन ग़लतियों के कारण मानव जाति को भीषण परिणाम भुगतना पड़ा है।

प्रथम विश्व युद्ध (1914-1918) मानव इतिहास के सबसे विनाशकारी युद्धों में से एक था। इसमें असाधारण मात्रा में जान-माल की हानि हुई। इस युद्ध में लगभग 1.5 करोड़ (15 मिलियन) लोग मारे गए एवं लगभग 2 करोड़ (20 मिलियन) लोग घायल हुए, जिनमें से कई अपाहिज हो गए या मानसिक आघात के शिकार हो गए। यूरोप के कई शहर, गांव, उद्योग पूरी तरह तबाह हो गए। सड़कों, रेलवे, पुलों और भवनों का ढांचा नष्ट हुआ।खेती योग्य भूमि युद्ध, बारूदी सुरंगों और जहरीली गैसों से बर्बाद हो गई। युद्ध के कारण विश्व की अर्थव्यवस्था बुरी तरह चरमरा गई।

ब्रिटेन, फ्रांस, जर्मनी जैसे देशों पर भारी कर्ज चढ़ गया। 'लॉस्ट जनरेशन' नामक एक पूरी पीढ़ी युद्ध में झुलस गई या मानसिक रूप से टूट गई और पूरे समाज में अशांति, अस्थिरता और अवसाद की भावना फैल गई।इसके कुछ वर्षों बाद ही द्वितीय विश्व युद्ध (1939-1945) लड़ा गया जो कि मानव इतिहास का सबसे विनाशकारी युद्ध साबित हुआ। इस युद्ध में वैश्विक स्तर पर जान-माल की अत्यधिक हानि हुई। इस युद्ध में लगभग 7 से 8 करोड़ लोग मारे गए, जो उस समय की वैश्विक जनसंख्या का लगभग 3इ था।इस दौरान लगभग 2.1 से 2.5 करोड़ सैन्य बल एवं लगभग 4.5 से 5 करोड़ आम नागरिकों की मृत्यु हुई (जिनमें से कई भूख, बमबारी, नरसंहार और परमाणु हमलों में मारे गए)। इसी युद्ध में अमेरिका द्वारा जापान के दो शहरों हिरोशिमा और नागासाकी पर परमाणु बम गिराए गए जिसमें लाखों निर्दोष लोग मारे गए। युद्ध के कारण भारी आर्थिक क्षति हुई। वारसा, स्टेलिनग्राद, ड्रेसडेन, टोक्यो जैसे यूरोप और एशिया के कई बड़े शहर इस युद्ध में पूरी तरह से तबाह हो गए। कई बड़े उद्योग, कारखाने, रेलवे, पुल, स्कूल, अस्पताल आदि हमेशा के लिए नष्ट हो गए और विश्व की (विशेषकर यूरोपीय देशों की) अर्थव्यवस्था चरमरा गई। 6 करोड़ से अधिक लोग अपने घरों से बेघर हो गए और लाखों लोगों को शरणार्थी शिविरों में रहना पड़ा।

यह सब कुछ इतिहास के पन्नों में दर्ज है। इतने विशासकारी परिणाम होने के बाद भी हमने कोई सबक़ नहीं सीखा। मौजूदा परिस्थिति यह है कि आज हमारे सामने तीसरे विश्व युद्ध का खतरा मंडरा रहा है। मौजूदा समय में कई देशों में जंग जैसे हालात हैं। हाल ही में हमने ईरान और इज़रायल के बीच भीषण संघर्ष को देखा। ये दोनों देश परमाणु हथियारों से लैस हैं और ये एक दूसरे का नामों निशान मिटा देना चाहते हैं। इन दोनों देशों के बीच छिड़ी जंग अब सिर्फ इन दो देशों तक सीमित नहीं रही इसकी आग पूरे मध्य पूर्व में फैल गई है। दोनों तरफ से मिसाइल और ड्रोन हमलों की बारिश हो रही है, जिससे आम लोगों की जान खतरे में पड़ गई है और हालात दिन-ब-

दिन बिगड़ते जा रहे हैं।

इसके साथ ही इज़रायल इसी वक्त एक और जंग में शामिल है। आतंकवादी संगठन हमास ने 7 अक्टूबर 2023 को इज़रायली क्षेत्र पर हमला किया, जिसमें लगभग 1,200 इज़रायली मारे गए और 5,431 घायल हुए। इसके जवाब में इज़रायली सशस्त्र बलों द्वारा ग़ाज़ा में हमास के खिलाफ जवाबी हमलों में 31 मार्च 2025 तक कुल 47,540 फिलीस्तीनी मारे गए और 111,618 घायल हुए। इधर रुस और यूक्रेन का युद्ध भी इतना अधिक विनाश हो जाने के बाद भी अभी तक रुकने का नाम ही नहीं ले रहा। 3 जून 2025 को द न्यूयॉर्क टाइम्स में प्रकाशित एक रिपोर्ट के अनुसार रूस-यूक्रेन युद्ध में अब तक कुल 14 लाख रूसी और यूक्रेनी सैनिकों या तो मारे जा चुके हैं या बुरी तरह घायल हो गए हैं। अफ़ग़ानिस्तान,इराक़, सीरिया, सूडान, माली जैसे अनेक देश हैं जहां पर लगभग इसी तरह के युद्ध के हालात बने हुए हैं।

ये उदाहरण बताते हैं कि हम इतिहास से कुछ भी नहीं सीखते या फिर उन्हीं ग़लतियों को बार बार दुहराना चाहते हैं। युद्ध का उन्माद तेजी से दुनिया में अपने पैर पसार रहा है। हर देश न्यूक्लियर हथियार बनाने की होड़ में लगा हुआ है। दुनिया भर में प्रति वर्ष अरबों रुपये हथियारों के उत्पादन, खरीद - बेच पर खर्च किए जा रहे हैं। आश्चर्य की बात तो यह है की ऐसे कई देश जो अपने नागरिकों को गुणावत्तापूर्ण शिक्षा, स्वास्थ्य, भोजन और घर नहीं दे सकते वे भी अपनी अर्थव्यवस्था का एक बड़ा हिस्सा हथियारों की खरीद में लगा रहे हैं।

हमें यह याद रखना चाहिए कि युद्ध से किसी का भी भला नहीं होता। इससे उपजता है सिर्फ और सिर्फ विनाश एवं विध्वंस। युद्ध के दौरान आधारभूत संरचना (सड़क, रेलवे, पुल और भवनों) की भारी क्षति होती है जिससे कोई भी देश की आर्थिक तरक़्क़ी और विकास दशकों पीछे चला जाता है। युद्ध के कारण लाखों लोग बेघर हो जाते हैं और उन्हें अपना घर बार छोड़ कर शरणार्थी की तरह रहने को मजबूर होना पड़ता है। युद्ध के दौरान महिलाओं के साथ भी भीषण अत्याचार किया ज़ाता है। यहीं कारण हैं जिन्हें देखते हुए महात्मा गांधी ने अपने जीवन में सदैव अहिंसात्मक तरीक़े से मुद्दों को सुलझाने की बात की।

भारत, बुद्ध, महावीर और गांधी की भूमि है जिससे दुनिया को सदैव सत्य, अहिंसा और शांति का मार्ग दिखलाया है। कई विकसित देश जहां युद्ध में लगे हैं वहीं आज भी भारत दुनिया को योग और अध्यात्म की राह दिखा रहा है। 'एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग' की थीम के साथ 21 जून, 2025 को पूरी दुनिया भर में 11 वां अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। इस दिन विश्व के 191 देशों में लगभग 1,300 स्थानों पर 2,000 योग कार्यक्रम आयोजित हुए।

भारत की विदेश नीति सदैव वसुधैव कुटुंबकम की पक्षधर रही है। युद्ध की आग में झुलसती दुनिया को भारत योग के माध्यम से 'सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे सन्तु निरामया' का संदेश दे रहा है। ऐसे समय में जब चारों ओर परमाणु बमों को इकट्ठा किया जा रहा हो शांति और अहिंसा का संदेश पहले से कहीं ज़्यादा प्रासंगिक हो गया है। क्यूँकि अब अगर युद्ध की परिस्थिति बनी तो कितना विनाश होगा इसका कोई अंदाज़ा भी नहीं लगाया जा सकता। मानवता के किट के लिए दुनिया भर के नेताओं को मिलकर इस बिंदु पर विचार करना चाहिए। ●

आम आदमी का कथा वाचक : मुंशी प्रेमचंद

दिनेश चन्द्र

हिंदी साहित्य के आधुनिक काल के उपन्यास और कहानी के रचनाकारों की चर्चा की जाय तो 19वीं शताब्दी के पूर्वार्ध में कोई भी मुंशी प्रेमचंद जी के इर्द-गिर्द नज़र नही आता है। यह कालखंड 'प्रेमचंद युग' के नाम से जाना जाता है। इस कालखंड में विश्व मे अधिक से अधिक लिखने वाले साहित्य सृजन में लगे रचनाकारों में से एक मुंशी प्रेमचंद जी भी थे । ये उपन्यास और कहानी सम्राट के रूप में इस विधा के अनमोल रत्न है। प्रतिकूल परिस्थितियों में रहकर भी लोक पीड़ा और वेदना को कागज पर उकेरते रहे जो आगे चलकर लिखा गया साहित्य सामाजिक और सांस्कृतिक दस्तावेज बन गया। इनकी रची कहानियां और उपन्यास से हिंदी साहित्य को समृध्दि मिली जो एक अमूल्य निधि है। जीवित प्रेमचंद जी ने तत्समय की तात्कालिक परिस्थितियों पर पैनी नज़र रखी और उस समय की सामाजिक,पारिवारिक , राजनैतिक और देश मे चल रहे स्वतंत्रता तथा समाज सुधार आंदोलन के दौरान पल पल बदल रहे चरित्र और चेहरे को अपनी रचना के केंद्र बिंदु में रखा। खासकर आम आदमी को ,एक किसान को , उस समय के वंचित समुदाय दलित वर्ग की पीड़ा को महसूस किया और लिखा। उपेक्षित और वंचित समाज की पीड़ा लिखने वाले शायद मुंशी प्रेमचंद जी ऐसे पहले कथाकार थे जिनकी इन रचनाओं को 'दलित विमर्श' का नाम दिया गया।

प्रेमचंद जी का मूल नाम तो धनपत राय था। किंतु वह नाम बदलकर नबाबराय बनारसी के नाम से लिखते थे। यहां यह बताना उचित होगा कि धनपत राय को प्रेमचंद का नाम तत्समय के उर्दू के प्रसिद्ध लेखक दयानारायण निगम दिया था और उनका दिया हुआ नाम सदा के लिए साहित्य में अमर हो गया। अपने आरंभिक लेखन में नबाब राय का उर्दू कहानी संग्रह के रूप में ' सोजे वतन ' 1908 में ज़माना प्रेस, कानपुर से प्रकाशित हुआ। इस कहानी संग्रह में कुल पाँच कहानियाँ संग्रहित थी। ये कहानियाँ थी ' सांसारिक प्रेम और देश प्रेम', ' दुनिया का सबसे अनमोल रत्न ', ' यह मेरा वतन है ', ' शेख मखमूर ' और 'सिल - ए - मातम'। इस कहानी संग्रह के आते ही ब्रिटिश हुकूमत की त्योरियां चढ़ गयी और इसे

31 जुलाई जयंती पर विशेष

देशद्रोही साहित्य मान कर हूकूमत ने इसे ज़ब्त करवा दिया तथा नबाब राय के ऊपर राष्ट्रद्रोह की एक धारा 'सिडोशन' लगा दिया। ब्रिटिश हुकूमत अपने विरुद्ध कोई भी विरोध सहन करने की स्थिति में नही थी। देश मे चल रहे स्वतंत्रता आंदोलन को कुचलने और आज़ादी के लिए उठाए जा रहे प्रत्येक स्वर को हर स्तर पर दबाने में लगी थी। इसी क्रम में 'सोजे वतन' की कहानियों को आग में घी के रूप में देखा । इसे पढ़ना प्रतिबंधित किया और उसे जप्त कराया। नबाब राय कहाँ रुकने वाले थे। फिर उन्होंने प्रेमचंद के नाम से लिखना शुरू किया और उन्होंने पहली कहानी लिखी 'बड़े घर की बेटी' । यह भी कहानी ज़माना प्रेस, कानपुर से ही प्रकाशित हुई। प्रेमचंद जी की लेखनी ने तनिक विश्राम नही किया और धुँआधार लिखना शुरू किया । कहानियों का विशाल संग्रह और उपन्यासों की एक श्रृंखला दुनिया के सामने आयी। लोगो ने प्रेमचंद को खूब पढा। मानसरोवर शीर्षक से आठ भागों में तीन सौ कहानियाँ प्रकाशित हुई। नमक का दरोगा, बूढ़ी काकी, सवा सेर गेंहू, शतरंज के खिलाड़ी, पूस की रात, सदगति, दो बैलों की कथा, ठाकुर का कुआँ, ईदगाह, बड़े भाई साहब और क़फ़न जैसी कहानियाँ ,कहानियों में मील का पत्थर हुई और प्रेमचंद कहानियों के बेताज़ बादशाह हुए। इसी तरह उपन्यास में सेवा सदन, प्रेमाश्रय, रंग भूमि, कायाकल्प, निर्मला, ग़बन, कर्मभूमि, गोदान, आदि प्रमुख रहे। प्रेमा को संशोधित कर उन्होंने उसे प्रतिज्ञा शीर्षक से छपवाया।

नश्वर संसार मे तो प्रेमचंद जी जीवित तो नही रहे लेकिन उनके कहानी और उपन्यासों के पात्र आज भी जीवित है। ये जीवित भी भला क्यो न हो ? उन्होंने ने आम आदमी को अपने लेखन के केन्द्रविन्दु में रखा था। प्रेमचंद मानवतावादी भी थे और मार्क्सवादी भी थे। प्रगतिवादी विचारधारा की झलक उनके 'प्रेमाश्रय' में देखी जा सकती है। उनको हिंदी का पहला प्रगतिशील लेखक के रूप में मूल्यांकित किया जाता है। उनके विषयवस्तु में समाज सुधार आंदोलन, स्वतंत्रता संग्राम और प्रगतिशील आंदोलनों के सामाजिक प्रभाव का चित्रण देखने को मिलता है। इनकी रचनाएं निम्न और मध्यम वर्गीय परिवार के गृहस्थों के जीवन का आईना है। जिसे देखने पर आज भी वही दिखता है जो तब था। इसलिए प्रेमचंद जी का साहित्य 'आदर्शोन्मुख यथार्थवाद' है। इसे निरुपित करना एक अलग विषय का हिस्सा है जिस पर बहुत कुछ लिखा पढा जाना बाकी है। दहेज, बेमेल विवाह, विधवा विवाह, पराधीनता, लगान , जाति भेद, छुआछूत, आधुनिकता की दौड़ में होता चारित्रिक पतन तथा सरकारी भ्रष्टाचार पर लेखन वैसा आज भी कही न कही दिखता है। आज़ादी के बाद भी

ऐसी घटनाएँ देखने सुनने को मिल ही जाती है। मध्यवर्गीय जीवन की यथार्थता,हिन्दू-मुस्लिम एकता, अछूतोद्धार, दलितों की दशा और समय की चक्की में पिसते किसान के उत्थान की कथा पर प्रेमचंद जी की लेखनी चली थी। दशाओं ने रूप बदला है लेकिन कथा का मूल तत्व आज भी नही बदला है जिसकी कल्पना प्रेमचंद और क्रान्तिकारोयों ने की थी। गोदान का होरी - धनिया , झुनिया , मातादीन ग़बन के जालपा ,रामनाथ, जोहरा सेवा सदन के सुमन,शांता,और गजाधर रंगभूमि के सूरदास, सोफिया ,सुभागी और मिठुआ आज भी मिल ही जायेंगे। देवस्थान रहस्य में तो मंदिर और तीर्थ स्थानों में फैले भष्टाचार और पाखण्ड की आलोचना की थी। उन्होंने कहा था कि ' सबसे उत्तम कहानी वह होती है ,जिसका आधार मनोवैज्ञानिक सत्य पर होता है।' और आज भी यही सच है और हम अपने इसी सच पर आज भी खड़े है।

प्रेमचंद ने अपने साहित्य में दलितों की स्थिति और उनके जीवन संघर्ष को कहानियों में सजीव चित्रित किया है। और भला करते भी क्यो नही? प्रेमचंद का जन्म सारनाथ की भूमि पर अवस्थित लमही में हुआ था। यह भूमि तपोभूमि है जहाँ बुद्ध ने अपना पहला उपदेश दिया था । उनके उपदेश मानवता, समता, समानता, सामाजिक समरसता, भाई-चारे, विश्व-बंधुत्व आधारित थे। जिनका प्रभाव पाखंड और अंधविश्वास के विरुद्ध लिखते हुए दिखते है। प्रेमचंद जी समस्याओं को ही नही उठाते है उनका समाधान भी देते नजर आते है। जुल्म और अन्याय हो तो अपनी आवाज भी उठानी चाहिए। दलित पात्रों के माध्यम से उन्होंने समाज मे अपने लिए समानता और न्याय के लिए प्रेरित किया और कही म कही इन दलित पात्रों को नायक की तरह पेश किया। कहानी सद्गति में एक चमार की दशा और ब्राह्मणवादी व्यवस्था , ठाकुर का कुआँ में अछूतों को कुएँ से पानी लेने और सामाजिक भेदभाव को झेलने , क़फ़न में गरीबी और भूख से झूझते अस्पृश्य समाज के बाप-बेटे की मनोदशा का अद्भुत चित्रण है वही 'मंत्र' में भगत का नायक चेहरे का अंतर्द्वंद्व उद्धरित कर अभिजात्य दम्भ को एक सीख दी। इस बहाने आम आदमी के पीड़ा की कथा का यह महान कथा लेखक ,लेखक ही नही एक नायाब कथा वाचक भी हैं जो आज भी प्रासांगिग है।

पूर्व वरिष्ठ राजभाषा अधिकारी
पूर्व मध्य रेल, डीडीयू मंडल
आस्था नगर, हिनौली, मुग़लसराय,
चन्दौली। उ.प्र. 232101

महिलाओं की आवाज : बदलाव की शुरुआत

ममता शर्मा

नारी का अस्तित्व केवल एक शब्द नहीं, बल्कि एक अनंत यात्रा है–त्याग, प्रेम, और विश्वास की कहानी। नारी स्वतंत्रता का मतलब है अपने सपनों को पंख देना, उन्हें हकीकत में बदलना, और समाज को एक नई दिशा दिखाना। यह स्वतंत्रता केवल अधिकारों की मांग नहीं, बल्कि आत्मसम्मान और आत्मनिर्भरता का प्रतीक है। नारी वह शक्ति है जो अपने सपनों को जीवंत करती है, चाहे वह मां के रूप में हो, पत्नी के रूप में, बहन, बेटी या नेतृत्वकर्ता के रूप में।

महिलाएँ और नेतृत्व : एक नई दिशा

आज की नारी न केवल घर की नींव है, बल्कि समाज और राष्ट्र की दिशा तय करने वाली शक्ति भी है। नेतृत्व की दुनिया में महिलाएँ नई ऊँचाइयाँ छू रही हैं। वे हर क्षेत्र–चाहे वह विज्ञान हो, कला, राजनीति या उद्यमिता–में अपनी छाप छोड़ रही हैं। उनकी आवाज अब केवल दीवारों तक सीमित नहीं, बल्कि विश्व मंच पर गूंज रही है। यह बदलाव की शुरुआत है, जहाँ नारी न केवल सपने देखती है, बल्कि उन्हें साकार करने का साहस भी रखती है।

नारी का जीवनः त्याग और तपस्या की मिसाल

नारी का जीवन एक अनमोल कहानी है, जिसमें हर पल एक नई चुनौती और नई उम्मीद छिपी है। गर्भ के नौ महीने सिर्फ़ इंतज़ार नहीं, बल्कि एक स्त्री की सहनशीलता और त्याग की कसौटी हैं। इन नौ महीनों में वह न केवल एक नया जीवन रचती है, बल्कि स्वयं को भी नए सिरे से गढ़ती है। जब एक बच्चा उसकी गोद में सांस लेता है, तो वह केवल मां नहीं बनती, बल्कि एक नई नारी का जन्म होता है। वह अपने बच्चे के भविष्य के सपने देखती है, और उसकी गोद में सोता बच्चा उसकी तपस्या का प्रतीक बन जाता है।

नारी के सपने अनमोल हैं। जब उसके अपने सपने धूमिल हो जाते हैं, तो वह उन्हें अपने बच्चों की आँखों में देखती है। अपने सपनों का बलिदान देकर वह अपने बच्चों की नींद को चैन देती है। नारी के जीवन का मूल्य धैर्य और विश्वास में बसता है। वह अनंत रिश्तों–मां, पत्नी, बहन, बेटी–के बंधन में बंधी होती है, फिर भी हर रिश्ते को प्रेम और समर्पण से सींचती है।

नारी की नई पहचान

'कैसी दिखती हूँ, कैसी लगती हूँ, क्या फर्क पड़ता है?' यह सवाल नारी के आत्मविश्वास का प्रतीक है। वह अब केवल दूसरों की नजरों में सुंदर होने की चाह नहीं रखती। उसका सौंदर्य उसके आत्मसम्मान, उसकी शक्ति, और उसकी स्वतंत्रता में है। वह अब उस आईने में नहीं देखती जो उसे अधूरा दिखाए, बल्कि वह अपने भीतर की पूर्णता को अपनाती है। नारी की यह नई पहचान है–जहाँ वह अपने सपनों को जीती है, अपने दर्द को मुस्कान में बदलती है, और समाज को एक नई दिशा देती है।

निष्कर्ष

नारी की आवाज अब केवल एक पुकार नहीं, बल्कि बदलाव की शुरुआत है। वह अपने सपनों को हकीकत में बदल रही है, नेतृत्व की नई परिभाषा गढ़ रही है, और समाज को प्रेरणा दे रही है। नारी का हर कदम एक नई कहानी लिखता है–प्रेम, त्याग, और साहस की कहानी। यह नारी की शक्ति है, जो न केवल अपने लिए, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए एक उज्ज्वल भविष्य का निर्माण कर रही है।

लौट आओ फिर न जाने के लिए

-डॉ. रंजना जायसवाल

अल सुबह ठंडी हवाएं उमड़-उमड़ कर तन से लिपटी जा रही थी।नीला आसमान नीले से धूसर होने की यात्रा में था। उसने अपनी साड़ी को कसकर अपने तन से लपेट लिया।ठंडी हवा के झोंके तन पर सिरहन पैदा कर रहे थे।कल रात से ही मौसम का मिजाज़ कुछ बदला-बदला सा था।सच कहते हैं लोग जीवन और मौसम का कोई भरोसा नहीं होता।चैत का महीनाष्ठ खेतो में गेहूँ की फसल अभी पूरी तरह से पकी भी नहीं थी,रात में जोरदार बारिश हो गई। गेहूँ की फसल शरारती बच्चे की तरह अपनी जिद्द पूरी न हो पाने पर नाराज़ होकर रूठ कर जमीन पर लोट गई थी।एक समय था जब उसे बारिश बेहद पसंद थी,मिट्टी की सोंधी खुशबू,मौसम की तरलता उसके चेहरे पर खुशी बिखेर देता पर वक्त के साथ सब कुछ बदल गया था। घर के सामने लगे पेड़-पौधे नहाए धोए राजा बेटा की तरह लग रहे थे।

धुली-धुली सुबह भी न जाने क्यों उसके मन को खुश नहीं कर पाई थी। वक्त के साथ मन और जीवन में भी कालिमा पुत गई थी।घर के सामने बना घर उसके जीवन की तरह ही जर्जर हो गया था,हंसता-खेलता घर अचानक से खंडहर हो गया था।जिन दीवारों और इंच-इंच जमीन के लिए भाई -भाई का प्यासा हो गया था आज उसे पूछने वाला कोई नहीं था।दीवारें ढहने को आ गई थी और छतें खुद के लिए छत ढूंढने लगी थी। कभी इस घर का दरवाजा इस घर की शान होता था।आज जगह-जगह से उखड़ा पेंट उस घर, उस दरवाजे के दुर्दिन की कथा सुना रहा था। दो पल्ले का दरवाज़ा अपने वजन से लटककर वैसे ही झुक गया था जैसे किसी बूढ़े व्यक्ति की कमर वक्त की मार से झुक जाती है और दरवाजे पर लगी कुंडी उस बूढ़े व्यक्ति के बिना बत्तीसी के जबड़ों की तरह झूल रही थी।उसकी जिन्दगी भी तो इस घर की तरह ही तो हो गई थी।

रविवार की वजह से सड़क पर हल्की-फुल्की चहल-पहल थी।सामने दीवार में लगी तस्वीर में सुरभि अभिनव के साथ मुस्करा रही थी।लाल पाड़ की बनारसी साड़ी में ढीला सा जूड़ा और उस में सलीके से लिपटे रजनीगंधा के फूलों का गजरा सजा हुआ था। रजनीगंधाष्ठ. रजनीगंधा की खुशबू अभिनव को कितनी पसंद थी। रजनीगंधा के फूल,अगरबत्ती, परफ्यूम, रूम स्प्रे और साबुन सब उसे रजनीगंधा की खुशबू वाले ही चाहिए होते थे।अभिनव की पसंद कब उसकी पसंद बन गई उसे पता भी न चला। कितना फर्क था उन दोनों की पसंद में उसे बारिश पसंद थी वह बच्चों की तरह नाव बनाकर तैराना चाहती थी। बारिश में घंटों भीगना चाहती थी, उसकी सोंधी खुशबू को महसूस करना चाहती थी पर अभिनव के लिए बारिश का मतलब पानी, कीचड़, बिजली गुल, गन्दगी, कीड़े-मकोड़े ट्रैफिक जाम से ज्यादा कुछ नहीं था।नमक-मिर्च लगे कच्ची कैरियों के स्वाद में आकंठ डूब जानें वाली सुरभि को अभिनव के ड्रैगन फ्रूट और स्ट्राबेरी के स्वाद कभी समझ नहीं आए पर उसने अभिनव के स्वाद में अपने स्वाद को ढूंढ लिया था।

'तुम अपने बालों में रोज़ गजरा लगाया करो।'

'रोज़?'

उसने आश्चर्य से कहा था,उस दिन से आज तक घर में रोज़ रजनीगंधा का गजरा आता और सुरभि के बालों में सजता पर अबष्ठसुरभि ने अपने कंधे तक कटे गीले बालों को झटका और उन्हें सूखने के लिए खुला छोड़ दिया। रजनीगंधा आज भी घर में आता था पर वह सुरभि के बालों में नहीं भगवान के चरणों में सजता था। शायद एक उम्मीद आज भी दिल के किसी कोने में जिंदा थी कि अभिनव लौट कर आएंगे और यह गजरा उनके बालों में फिर सजेगा। अब तो लोगों ने अभिनव के बारे में पूछना भी बंद कर दिया था।रात-रात भर गायब रहने वाले अभिनव के इंतज़ार में उसने कितनी रातें खाली गुजारी थी,

'बाहर क्या कर रही हो, घर की लाइट रात-रात भर क्यों जल रही है।'

लोग पूछते नहीं थकते थे पर वह जवाब देते देते थक गई थी।अब तो उसके पास उनकी इन बातों का कोई जवाब भी नहीं था।याद है उसे आज भी वह दिन अभिनव जुए में उसका मंगलसूत्र हार आए थे।

'एक गहना ही तो है।फिर बनवा दूँगा'

'गहना?'

इससे पहले भी तो वह काफी कुछ हार चुके थे, जो गहने से भी कहीं ज्यादा कीमती था।सुरभि की आँखों में खुद के लिए सम्मान, विश्वास और शायद इंतज़ार भी कितना लड़ी थी वह उस दिन अभिनव से फिर धीरे-धीरे चुप होती चली गईं।शायद रिश्ते ठीक होने के सारे विकल्प भी अब खत्म हो गए थे। शायद अंदर कहीं कुछ मर गया थाष्ठ हाँ शायद उनका रिश्ता? वह कहीं न कहीं मर चुकी थी पर वह तो सांसें ले रही थी।क्या सांसें लेने भर से इंसान को जिंदा मान लिया जाता है।तब तो किसी ने उसके दर्द को समझने की कोशिश नहीं की और न ही जानने की पर अभिनव के कायरों की तरह ही भागते ही अचानक से पास-पड़ोसी, नाते-रिश्तेदारों की आँखों में सवाल खर-पतवार की तरह उग आए थे।यूँ अचानक से अभिनव सब कुछ छोड़कर कहाँ और क्यों चले गए।

सुरभि ने दिमाग़ में घुमड़ते सवालों के सिरे को यूँ हवा में खुला छोड़ दिया और ड्रेसिंग टेबल के सामने बैठ गई। हल्के नम बालों में कंघी लगाई ही थी कि माँग मुँह बाए प्रश्न की तरह खुल गई। कभी-कभी उसे लगता बालों में खींची यह सीधी मांग घर के सामने बने उस खंडहर मकान की दीवारों की तरह है जो अनगिनत सवालों को लेकर खड़ी हो जाती है। ऐसे सवाल जिनके जवाब किसी के पास नहीं है। सुरभि ने सिंदूर दानी से सिंदूर निकाला और अपने मांग में टीक लिया।माँ हमेशा कहती थी कि सुहागिन स्त्री को नहाने के बाद मांग जरूर भर लेनी चाहिए पति की उम्र लंबी होती है पर वह कैसी सुहागन थी। जिसके नाम का सिंदूर वह इतने वर्षों से भरती चली आ रही थी और उसे यह भी पता नहीं कि उसका सुहाग जीवित है भी या

नहीं? है तो आखिर कहाँ है।

तभी दरवाजे पर एक दस्तक हुई,अपनी सोच में मग्न सिंदूर में डूबी सुरभि की उंगलियाँ अचानक हुई इस आहट से चौंक कर कांप गई और सिंदूर उसकी नाक पर गिर गया।

'तुम्हारा पति बहुत प्यार करता होगा।'

यही तो कहा था दादी ने, प्यार? मन न जाने क्यों सोच कर कसैला हो गया था।वह दरवाज़े की ओर बढ़ी।एक तीखी गंध से उसका सर भन्ना गया, कुछ जानी-पहचानी सी गंध थी।इस गंध से पहले भी तो रूबरू हो चुकी थी वोष्ठ अभिनव के घर छोड़ने से पहले वह कुछ ऐसे लोगों के संपर्क में आया था जो इसका सेवन करते थे।अभिनव के मुँह से कभी-कभी ऐसी ही गंध आती थी।गांजे की ही महक थी, एक तेज़ भभका उसके नथुनों में घुस गया।उसके पैर पीछे हो गए।

'जय शिव शंकर!'

'तुम?'

दरवाज़ा खोलते ही सुरभि ने चौंक कर कहा सामने एक रिश्ता खड़ा था सात जन्मों तक साथ बिताने वाला रिश्ता ।सामने अभिनव खड़े थे उसके पति कैसा रिश्ता था उसका जिसने बीच में हाथ छुड़ाकर सारे बंधन तोड़ दिए थे।मन खुशी के समंदर डूब-उतरा रहा था यही तो चाहती थी वो कि अभिनव लौट आए ।आज उसकी इच्छा पूरी हो गई थी पर कितनी अजीब बात है कि इंसान के मन में इच्छाएं जन्म लेती है और उनके मन में उसके पूरे होने की आशा करती है और उसके पूरे होते ही बदल भी जाती है।क्या इस अभिनव के वापस आने की इच्छा की थी उसने कुछ रिश्ते दरवाज़े खोल जाते हैं या तो दिल के या फिर आँखों के आज एक रिश्ते ने हमेशा के लिए उसकी आँखें खोल दी थी।एक मिनट भी नहीं लगा था उसे अभिनव को पहचानते हुए पर कितना कुछ बदल गया था।

सर पर जटाएं, तन पर गेरूआ वस्त्र, बढ़ी हुई दाढ़ी,कंधे पर कपड़े की झोली,माथे पर भभूत का त्रिपुंड, बाएं हाथ में रुद्राक्ष की माला और दाहिने हाथ में कमंडल सचमुच कितना कुछ बदल गया था वह पर जो नहीं बदला था वह थी उसकी वो पनीली आँखें जिसे वह आज भी हजारों में पहचान सकती थी।

क्या वह लौट आया था क्या वाकई पर किसलिए प्रेम और विश्वास की आंच पर सीजते रिश्तों को तो वह काठ के बर्तन पर चढ़ा गया था।फिर अचानक यूँष्ठ

'कौन है माँ?'

सुरभि की आवाज सुन आठ साल की चुनमुन बाहर आ गई थी।

'तुम्हारी बेटी है?'

अभिनव ने उसकी मांग में भरे सिंदूर की ओर देखकर हौले से पूछा,

'चुनमुन अंदर जाओ?'

सुरभि ने अपनी आवाज को सख्त करते हुए कहा,सुरभि वैसे ही दरवाजा पकड़कर खड़ी रही। वह समझ नहीं पा रही थी कि वह अभिनव से क्या कहे,

'कैसी हो तुम'

'जैसा तुमने छोड़ा था।'

सुरभि की आवाज़ न जाने क्यों तल्ख हो गई थी।

'अंदर आने के लिए नहीं कहोगी?'

'सुना है सन्यास के बाद लोग सांसारिक जीवन से दूर हो जाते हैं।'

अनुभव चुपचाप वैसे ही खड़ा रहा, शब्द मानो चुक गए थे।

'तुम्हारे पति ?'

'ऑफिस गए हैं।'

सुरभि की मुठ्ठियाँ भिंच गई, उसने दरवाजे को हल्का से टेड़ा किया।दरवाजे के ठीक बगल में अभिनव और सुरभि की शादी की तस्वीर लगी थी।तस्वीर में कितने ख़ुश नजर आ रहे थे वे दोनों पर सिर्फ तस्वीर में अभिनव की जुए की लत ने उसे कहीं का न छोड़ा था।कितनों से कर्ज ले रखा था उसनेष्ठ एक दिन ऐसा भी आया लोग कर्ज के पैसे लेने के लिए उसके घर तक पहुँच गए।अभिनव सब कुछ छोड़-छाड़कर भाग गए थे, उसे तो इस बात की खबर भी न थी कि चुनमुन उस वक्त सुरभि के पेट में थी।किसी ने कहा आत्महत्या कर ली तो किसी ने कहा सन्यास ले लिया पर वह आज भी तस्वीरों में सुरभि और चुनमुन के लिए जीवित था। सुरभि अंदर से चावल ले आई। अभिनव ने झोली आगे बढ़ा दी।सुरभि पूछना चाहती थी तुम अकेले आए हो या फिर कांधे पर लटके तुम्हारी इस झोली में उसके सवालों के जवाब भी लेकर आए हो पर उसके मुँह से एक शब्द नहीं फूटे। उसने बाबा की झोली में चावल डाल दिए और हाथ जोड़ लिए अभिनव चुपचाप उसकी आँखों को देखता रहा। कितनी सूनी थी वह आँखें कोई भाव नहीं न ही कोई शिकवा न ही कोई शिकायत! सुरभि ने दरवाजा बंद कर लिया। अभिनव के खड़ाऊ की आवाज उसके कानों को देर तक महसूस होती रही।

'मम्मा साधु बाबा गए?आप तो कहती थीं कि वो बच्चों को अपनी झोली में भरकर ले जाते हैं! क्या वह मुझे लेने आए थे?'

चुनमुन की आँखों में एक डर तैर रहा था।सुरभि बुत बनी खड़ी रही,

'मैं हूँ न तुम्हें कोई नहीं ले जा सकता।'

सुरभि ने दृढ़ता से कहा

'मम्मा!ये देखो मैंने क्या बनाया है?'

सुरभि की आँखें धुंधला गई थी, आँखों में भर आए आँसुओं को पोंछते हुए उसने कहा

'अरे वाह ये तो बहुत सुंदर है।'

चुनमुन ने अपने नन्हे हाथों से पेंटिंग बनाई थी।

'मम्मा ये देखो ये पापा है ये आप हो और बीच में मैं इसे कल ही पापा को पोस्ट कर देना।भूलना मत हमेशा की तरह देखना पापा अब की अपनी प्रिंसेस की पेंटिंग पाकर बहुत खुश होंगे और हम से मिलने दौड़े चले आएँगे। इस बार हम सब साथ मिलकर मेरा बर्थडे सेलिब्रेट करेंगे।'

सुरभि चुपचाप उसकी बात सुनती रही,

'मम्मा!पापा आएँगे न?आप हमेशा कहती हो वो आएँगे पर वो कभी नहीं आते।'

वह एक दर्द में अब तक जी रही थी पर आज उस दर्द से वह मुक्त हो चुकी थी।वह अच्छा महसूस कर रही थी।वह अपने दर्द अपनी पीड़ा का श्रेय अभिनव जैसे लोगों को नहीं देना चाहती थी।

अभिनव से उसका दिल का नहीं दर्द का रिश्ता था,गम का रिश्ता सुरभि खिड़की से उस गेरुए आकृति को धीरे-धीरे दूर बहुत दूर जाता देख रही थी। एक उम्मीद थी कि अभिनव कभी तो लौटकर आएँगे पर वह आज उसे जाता हुआ देख रही कभी भी वापस न लौटने के लिए उसने धीरे से फुसफुसाया।

'अभिनव चुनमुन मेरी नहीं हमारी बेटी है।'

लाल बाग कॉलोनी, छोटी बसही
मिर्जापुर, उत्तर प्रदेश पिन कोड-231001
मोबाइल नंबर- 9415479796
Email address- ranjana1mzp@gmail.com

वेद मिश्रा की लघु कथाएँ

भुट्टा

बारिश में भुट्टा खाने का मज़ा कुछ अलग है।

तो हम तीन दोस्त, थोड़े से पिए हुए, निकल पड़े भुट्टा खाने।

'बाबा, ज़रा अच्छे से नींबू मसाला मार कर तीन बनाना। 'कहते हुए एक सिगरेट जला ली।

'बेटा ज़रा पीछे होकर सिगरेट पियो। इसका धुआँ थोड़ा ठीक नहीं।'

हम सब देखने लगे, एक दूसरे की तरफ़।

एक दोस्त बोला 'तो ये कोयले का धुआँ अच्छा है आपके लिए ?'

'जाने दे ना यार, थोड़ा साइड होकर पी ले।'

'लो बेटा, चालीस हो गए '

गुस्सा तो चढ़ा ही हुआ था, तो पूछ लिया 'चालीस कैसे? दस के हिसाब से तो तीन के तीस ही हुए ना बे?'

'एक बीस वाला है '

'पहले बताना चाहिए था '

'कोई नहीं, तुम तीस ही देदो। मसाला ज्यादा लगाऊ ?'

'वाह बाबा, एहसान कर रहे हो क्या?'लो चालीस काट लो 'कहकर सौ का नोट पकड़ा दिया।

'भगवान तुम्हें बरक़त दे 'कहकर साठ लौटा दिए।

बारिश रुक गयी थी

'साला बुड्ढा, अकड़ देखो साले की। ये मौका नहीं छोड़ते लूटने का। '

'चल ना यार, किसी से भी खुन्दक खाने लगता है।

घर पहुँच कर, गीले कपड़े बदल लिए।

जैसे ही टीवी ऑन किया, फ़ोन बज गया।

unkown नंबर था।

'हां, कौन ?'

आप, वेद मिश्रा बोल रहे हैं ?'

हां, कौन हैं ?

'सर, मेरा नाम श्याम है।

हां, तो ?

'सर, आपका पर्स मेरे पास है।

'मेरा पर्स ?'

'जी हां सर, वो आप भुट्टा खाने आये थे ना, वही गिर गया होगा।'

'ओके, ओके 'अब थोड़ा सा डर सा गया था। 'आप आ जाइये सर, मै यही हूँ।

'हां, मैं आता हूँ।

'अनिल, चल यार, मेरा पर्स वही भुट्टे वाले के पास गिरा मिला है।

'क्या ?'

'चल ना बे '

वहाँ पहुंचे तो एक पंद्रह -सोलह साल का लड़का मिला।

'वेद जी ?'मुझे देखकर पूछा

'हां,पर्स ?'

'ये लीजिये '

'कहाँ मिला ये ?'पर्स चेक करते हुए मैंने पूछा

'सर वो बाबा को मिला, उन्होंने मुझे फ़ोन किया। मैं इनका नाती हूँ। उनको पढ़ना नहीं आता ना, तो मुझे बुला लिया त्इसमें आपका कार्ड मिला, तो मैंने आपको कॉल किया। वो जानते थे की पर्स आप ही का है। ठीक से देख ले सब ठीक है ना।'

'हां, इट्स ओके।'

'धन्यावाद बाबा' अब मैं थोड़ा शर्मिंदा हो गया था। और पर्स मिलने के बदले में पैसे देने की भी हिम्मत भी नहीं ला पा रहा था।

बाबा भुट्टा सेकते हुए बोला 'ठीक से पर्स देख लो बेटा, कहीं लूट तो नहीं लिया ना मैंने।'

सच में, मैं क्या बोलता।

सब अच्छा ही हो जायेगा

घर एक कमरे का ही था, छोटा सा।

बेटे की पढ़ाई की फीस, उनके खान पान में काफ़ी खर्चा था।

तो कभी बड़े घर की इच्छा नही की

ये सोचकर की आगे सब अच्छा ही हो जायेगा

बिना लाइट का स्कूटर,एक टूटी फोल्डिंग चारपाई, कुछ टूटे सपने,

काम चल जाता था।

बेटा बड़ा हुए, पढ़ लिख गया , नौकरी भी लगी,

कोई बहुत बड़ी कंपनी है शायद,

पगार लाखों में है, उसकी माँ तो यही बताती है।

माँ के चश्मे के लिए पैसे नही,

नयी कार की लोन की किश्त जरुरी थी।

कार में कभी कभी, ऑफिस जाते समय, मुझे भी अपनी दुकान के आस पास छोड़ देता है।

मेरी कबाड़ी की दुकान रास्ते पर ही तो है।

पर रोज़ नही

चलो, आगे सब अच्छा ही हो जायेगा

बेटा एक दिन हम दोनों के लिए नये कपड़े ले आया।

हम बड़े खुश हुए,

उसकी माँ ने पूछा 'पहली तनख्वाह की है क्या?'

बेटा बोला 'कल तैयार हो जाना, किसी से मिलवाना है।'

अगले दिन एक मैडम आयी घर पर। उम्र में बेटे से बड़ी लग रही थी। शायद बेटा उससे शादी करने वाला था। उनकी बातो से तो यही लगा।

समझ नही आया, हमसे मिलवाया या फिर हमें दिखाने।

चलो, आगे सब अच्छा ही हो जायेगा।

बेटे ने शादी कर ली। हमें भी बुलाया।

नये घर में रहने लगा है अब, अपनी मैडम के साथ। चार बैडरूम का फ्लैट है। सर्वेन्ट क्वाटर हमारे घर से भी बड़ा।

हमारे घर की टीन की छत बदलवानी थी, पैसे उधार ही दे देता। मैडम बोली, थोड़ी तंगी है, बाद में देख लेंगे।

अपने नये घर के दरवाजे पर एक संगमरमर की मूर्ति लगवाई है। लाखों में होंगी।

चलो, आगे सब अच्छा ही हो जायेगा।

मेरा पोता हुआ।

पर उसको नही पता दादा हूँ मैं,

मैडम ने नही बताया होगा,

बेटा भी कुछ नही बोलता,

कभी चला जाता हूँ, मिलने,

जब मैडम घर पर नही होती,

घर की बाई, care taker, मना कर देती है अगर कुछ पोते को खाने को दिया।

दादी के हाथ के बने लड्डू से उसका पेट ख़राब हो सकता है।

मेरे बेटे का तो नही हुआ आज तक।

चलो, आगे सब अच्छा ही हो जायेगा।

अब हम दोनों बूढ़े होने लगे हैं,

बुढ़िया काफ़ी बीमार है,

बस यही इंतज़ार है अब तो,

कब, आखिरी बार, बस एक बार, बेटा और पोता मिलने आएंगे?

कब टीन की टूटी छत, ठीक होंगी?

कब टूटे चश्मे की काँच बदलेंगी?

दिवाली पर कौन आकर, इस पुराने घर पर भी कुछ दिए जला देगा?

होली पर माँ के हाथ की बनी ठंडाई, और एक गिलास, कौन मांगेगा?

कौन आएगा और सब फिर से ठीक कर देगा?

कोइ नही?

चलो, आगे सब अच्छा ही हो जायेगा।

वीना सिंह की लघु कथा

वीना सिंह

आवाज़ बंद है

चौपाल पर चुपचाप बैठे सभी लोगों की ओर देखकर रधिया बोली,

'काहे चुप हो गए सब? अरे बोले बिना भी कोई जिए है का?'

रामबचनः

'कौन बोले, रधिया? गाँव के बोलन के मोल लग गए अब।'

रधियाः

'अरे हमरे बाबू कहत रहैं, गाँव मा तो बातन से धरम निभत है। अब सबके मुँह में ताला कैसा?'

सुखई काकाः

'बिटिया, अब गाँव गाँव ना रहि, मोबाइल की गूंज मा सब मुँह बिसर गए।'

रधियाः

'मोबाइल से पेट भरत है का? कल खेत मा बैल खोल गवा, चुपचाप देखत रहिन सब, कोई चिल्लाया तक नाहीं!'

मुनिया (धीरे से)ः

'रधिया दीदी, अब चिल्लाय का मतलब झगड़ा हो जात है। सब डरै हैं।'

रधियाः

'किससे डरै? आपन गाँव है, आपन खेत है, आपन लोग हैं। फिर डर किस बात के?'

हरखू (हँसते हुए)ः

'डर बातन से नाहीं है, डर है के कहीं मोबाइल पे रिकॉर्ड होइ जाय!'

रधिया (गंभीर होते हुए)ः

'तो अब गाँव मा मोबाइल बोले, मनई चुप रहै?'

राजूः

'ए रधिया दीदी, अब लोगन के पास समय नाहीं। सब का परवाह बा-सिग्नल आवत है कि नाहीं!'

रधियाः

'सिग्नल से जियब? खेत सूख गइल, बाबूजी का बुखार मा डाक्टर ना आया, बस फोन पर फोटो भेज दिहिन। का फायदा?'

सुखई काकाः

'बेटी, पहिले जब कुआँ सुखत रहा, सब गाँव जुट जात रहा। अब? सबके फोन मा व्यस्तता है, दिल मा दूरी।'

रधियाः

'हमार माई कहत रहिन, जब आवाज चुप हो जात है, तब घर गूँग हो जात है। अब तो सारा गाँव गूँग भवा लागत है।'

रामबचनः

'तो का करब बिटिया? बदले समय का रोका नाहीं जा सकत।'

रधियाः

'समय बदले, मनई ना। हम गाँव मा फिर से बोलना शुरू करब। माटी से बात करब, गाय से बोलब, तालाब से पूछब-'काहे सूख गइल?''

मुनिया (मुस्कुराते हुए)ः

'दीदी, हमहूँ तोहसे बोले आई! सच्ची, अब तक मोबाइल मा ही बतियावत रहेन।'

हरखूः

'रधिया, तोहार बात मा दम बा। गाँव बोले लागे त सब जियत लागत है।'

रधियाः

'त फेर बोलो सब! आवाज बंद रहे त गाँव ना, बस ईंट-पत्थर के ढांचा। आवाज खोलो, मन खोलो, गाँव फिर से जियाइ!'

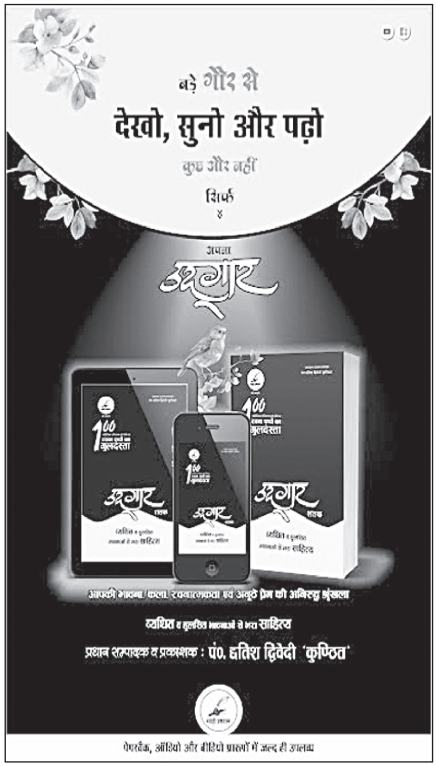
उद्गार शतक – समवेत स्वर का सृजनात्मक संगम

संपादकः पं. छतिश द्विवेदी 'कुण्ठित'
प्रकाशकः स्याही प्रकाशन
सहयोगी संगठनः उद्गार – साहित्यिक, सांस्कृतिक एवं सामाजिक संगठन

'उद्गार शतक' हिन्दी साहित्य का वह समवेत स्वर है, जो केवल एक साझा कविता-संग्रह नहीं, बल्कि हिन्दी भाषा को जीने, रचने और जनमानस तक पहुँचाने का एक साहित्यिक आंदोलन है। इस पुस्तक की विशिष्टता यह है कि यह एक ओर जहाँ परंपरा से जुड़ी है, वहीं दूसरी ओर समकालीन संवेदना और साहित्यिक नवाचार की भी प्रतीक है। पं. छतिश द्विवेदी 'कुण्ठित' के कुशल संपादन में प्रकाशित यह संकलन हिन्दी कविता के व्यापक परिदृश्य का जीवंत और प्रामाणिक दस्तावेज बनकर सामने आया है।

भारतीय साहित्य में काव्य सृजन की परंपरा अत्यंत प्राचीन और गहन है। कविता केवल मनोरंजन का माध्यम नहीं, बल्कि समाज, संस्कृति और राजनीति के परिवर्तन की दिशा देने वाला औजार भी रही है। ऐसे समय में, जब पाठकीय रुचि सीमित होती जा रही है, 'उद्गार शतक' जैसी कृति अपनी सामूहिक सृजनात्मकता, विचारों की बहुलता और साहित्यिक प्रतिबद्धता के साथ एक नई आशा प्रदान करती है। यह संग्रह हिन्दी कविता को आम जन के हृदय से जोड़ने का सफल प्रयास है।

इस संकलन की आधारभूत अवधारणा 'समवेत स्वरों की शक्ति' है। यह विचार जितना सहज दिखता है, उतना ही चुनौतीपूर्ण भी है। सौ से अधिक रचनाकारों की कविताओं को एकत्र कर, उन्हें एक समरस स्वरूप में प्रस्तुत करना वास्तव में साहित्यिक संगठन कौशल और संपादकीय दृष्टि का प्रमाण है। इस पुस्तक में प्रेम, पीड़ा, राष्ट्रभावना, आध्यात्म, दर्शन, प्रकृति, हास्य, और सामाजिक यथार्थ जैसे विविध विषयों को समाहित किया गया है, जो इसे साहित्यिक विविधता का जीवंत उदाहरण बनाते हैं।



'उद्गार शतक' न केवल रचनात्मक लोकतंत्र की स्थापना करता है, बल्कि यह सुनिश्चित करता है कि नवोदित और प्रतिष्ठित दोनों तरह के साहित्यकार सम्मानपूर्वक साथ-साथ प्रस्तुत हों। यह दृष्टिकोण समकालीन साहित्य के विकास में अत्यंत सहायक और प्रेरणादायक है। यह समावेशी भावना साहित्य के उस लोकवादी स्वरूप की पुष्टि करती है, जो साहित्य को केवल कक्षाओं और मंचों से नहीं, बल्कि जीवन के हर कोने से जोड़ता है।

विषयवस्तु की दृष्टि से यह संग्रह अनेक भावभूमियों पर खड़ा दिखाई देता है। प्रेम और सौंदर्य की कविताएँ कोमल भावनाओं को अत्यंत मार्मिकता के साथ चित्रित करती हैं, वहीं राष्ट्रभक्ति और समर्पण से ओतप्रोत कविताएँ भारत की सांस्कृतिक आत्मा को उजागर करती हैं। प्राकृतिक चित्रण में जीवन और प्रकृति के गहरे संबंध को देखा जा सकता है—जंगल, नदी, ऋतुएँ और पशु-पक्षी मानवीय भावनाओं के वाहक बनते हैं।

आध्यात्मिक रचनाएँ भारतीय दर्शन की गहराइयों को स्पर्श करती हैं। आत्मचिंतन, ब्रह्मबोध, और आंतरिक संवाद इन कविताओं का मूल स्वर है। साथ ही, सामाजिक चेतना पर आधारित रचनाएँ जाति, लिंग, भ्रष्टाचार, बेरोजगारी, स्त्री-विमर्श जैसे मुद्दों पर धारदार टिप्पणियाँ करती हैं। यह संग्रह इसलिए भी महत्वपूर्ण हो जाता है क्योंकि यह कविता को केवल भावनाओं की प्रस्तुति नहीं, बल्कि समाज में हस्तक्षेप का माध्यम भी बनाता है।

कुछ कविताओं में हास्य और व्यंग्य के माध्यम से समकालीन विडंबनाओं पर तीखे, परंतु सजीव कटाक्ष किए गए हैं। इन रचनाओं की भाषा चुटीली, शैली प्रभावशाली और कथ्य प्रासंगिक है। ये कविताएँ हँसी के माध्यम से समाज के गहरे अंतर्विरोधों की ओर संकेत करती हैं।

इस संग्रह में शामिल रचनाकारों की सूची हिन्दी साहित्य की बहुवर्णी प्रकृति को दर्शाती है। डॉ. दयाराम विश्वकर्मा, शिब्बी हर्षवर्द्धन ममगाई, डॉ. गीता पाण्डेय 'अपराजिता', निसार अहमद 'आशिक बनारसी' जैसे वरिष्ठ साहित्यकारों के साथ-साथ कई नवांकुर रचनाकारों की उपस्थिति इस बात का प्रमाण है कि 'उद्गार शतक' ने साहित्यिक समावेशिता और विविधता को पूरी तरह आत्मसात किया है।

इन रचनाकारों की पृष्ठभूमियाँ, भाषा, अनुभव और दृष्टिकोण भिन्न होने के बावजूद उनके रचनात्मक स्वर एकसूत्रता और समरसता का परिचायक हैं। यही इस संकलन की सबसे बड़ी साहित्यिक विशेषता है—विविधता में एकता और एकता में विविधता।

पं. छतिश द्विवेदी 'कुण्ठित' का संपादन इस संकलन की रीढ़ की हड्डी है। उन्होंने न केवल उत्कृष्ट रचनाओं का चयन किया, बल्कि उन्हें इस प्रकार क्रमबद्ध भी किया कि यह संग्रह एक साहित्यिक यात्रा जैसा अनुभव कराता है। रचनाओं को विषय के आधार पर कठोर अनुक्रम में नहीं, बल्कि भावनात्मक प्रवाह के

अनुसार प्रस्तुत किया गया है। इससे पाठक को पढ़ने का अनुभव सहज, प्रवाहमयी और गहन बनता है।

मात्र विषयवस्तु ही नहीं, 'उद्गार शतक' की मुद्रण, कलेवर और कला प्रस्तुति भी इसकी संग्रहणीयता को प्रमाणित करती है। पुस्तक का कागज उत्तम गुणवत्ता वाला है, मुद्रण स्पष्ट और त्रुटिरहित है, कवर पृष्ठ सुरुचिपूर्ण और विषयवस्तु के अनुकूल है। पृष्ठों में पर्याप्त अवकाश और सौंदर्यबोध है, जिससे पुस्तक एक साहित्यिक स्मारिका का रूप ले लेती है।

इस संग्रह की उपयोगिता बहुआयामी है। यह केवल काव्य प्रेमियों के लिए नहीं, बल्कि शोधकर्ताओं, विद्यार्थियों, अध्यापकों, समीक्षकों, और साहित्य मंचों के लिए भी अत्यंत उपयोगी ग्रंथ सिद्ध हो सकता है। यह संग्रह समकालीन हिन्दी कविता के विविध रूपों को एकत्र करता है, जिससे शोध और विश्लेषण की नई दिशाएँ खुलती हैं।

'उद्गार शतक' का उद्देश्य केवल कविताओं का प्रकाशन नहीं, बल्कि एक साहित्यिक संवाद और सामाजिक चेतना को जन्म देना है। यह संग्रह हिन्दी को केवल साहित्य की भाषा नहीं, बल्कि संवेदना की जीवित अभिव्यक्ति के रूप में प्रस्तुत करता है। यह युवाओं को हिन्दी से जोड़ता है, नवांकुर लेखकों को मंच देता है, और साहित्य को समाज के साथ संवाद की स्थिति में लाने का प्रयास करता है।

डिजिटल युग की माँग को ध्यान में रखते हुए यह संग्रह हार्डकॉपी के साथ-साथ ई-बुक के रूप में भी उपलब्ध है। Amazon, Flipkart, Google Books, Meesho, Kobo, आदि प्रमुख प्लेटफॉर्म पर यह उपलब्ध है। साथ ही, सीमित हस्ताक्षरित संस्करण आयोजनों में विशेष रूप से उपलब्ध है, जो इसे और भी संग्रहणीय बनाता है।

इस पुस्तक का अंतिम संदेश अत्यंत प्रेरणादायक है—

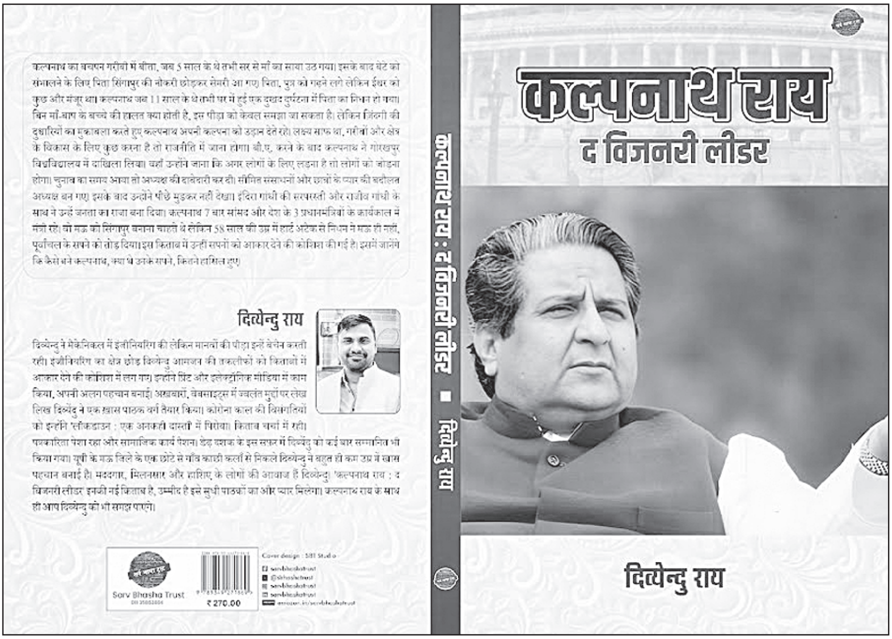
'यह केवल कविता नहीं, एक पुकार है—उद्गार की।'

यह पुकार है हिन्दी को आत्मा से अपनाने की, हिन्दी साहित्य को सम्मान दिलाने की, और शब्दों को संवेदना और बदलाव का माध्यम बनाने की।

अंततः कहा जा सकता है कि 'उद्गार शतक' केवल सौ कवियों की कविताओं का संग्रह नहीं है, बल्कि यह हिन्दी साहित्य के वर्तमान स्वरूप, उसकी चुनौतियों और उसकी संभावनाओं का प्रतिनिधि ग्रंथ है। यह कृति साहित्य प्रेमियों के लिए एक दीपशिखा है—जो उन्हें प्रकाश देती है, दिशा देती है, और विचारों की आँधी में स्थिरता देती है। ●

गाँव गिराँव हिन्दी मासिक पत्रिका
पाठकों के लिए gaongiraw.in
पर भी उपलब्ध।
अन्य वेबपेज के लिए देखें
www.gaongiraw.com
www.gaongirawsports.com

पाठकों में लोकप्रिय हो रही है 'कल्पनाथ राय : द विजनरी लीडर'



पत्रकार, समाजसेवी दिव्येन्दु राय द्वारा मई 2025 में लिखी गई किताब 'कल्पनाथ राय : द विजनरी लीडर' आमजन में काफ़ी लोकप्रिय हो रही है। इस किताब की मांग उत्तर भारत के राज्यों के अलावा महाराष्ट्र और यूरोप में भी है। इस किताब ने कम समय में ही बिक्री का नया रिकॉर्ड बनाया है।

'कल्पनाथ राय : द विजनरी लीडर' में 10 अध्याय हैं जिसमें बचपन और गरीबी से जंग करते हुए एक निडर छात्रनेता की कहानी है जिसके दिल में तिरंगा मन में समाजवाद था। जिस नेता को इन्दिरा गांधी के तीसरे पुत्र की संज्ञा दी जाती थी और उसका नाम मुख्यमंत्री के लिए भी चला था। उत्तर भारत में विकास की मुहिम चलाने वाले, उस अपराजेय योद्धा के बारे में 'कल्पनाथ राय : द विजनरी लीडर' में लेखक ने तो लिखा ही है साथ ही उन लोगों ने भी अपना संस्मरण लिखा है जिन्होंने कल्पनाथ राय के काम को बहुत नज़दीक से देखा है।

कल्पनाथ राय

कल्पनाथ राय का बचपन गरीबी में बीता, जब 5 साल के थे तभी सर से मां का साया उठ गया। इसके बाद बेटे को संभालने के लिए पिता सिंगापुर की नौकरी छोड़कर सेमरी आ गए। पिता, पुत्र को गढ़ने लगे लेकिन ईश्वर को कुछ और मंजूर था। कल्पनाथ जब 11 साल के थे तभी घर में हुई एक दुखद दुर्घटना में पिता का निधन हो गया। बिन मां-बाप के बच्चे की हालत क्या होती है, इस पीड़ा को केवल समझा जा सकता है। लेकिन जिंदगी की दुश्वारियों का मुकाबला करते हुए कल्पनाथ अपनी कल्पना को उड़ान देते रहे। लक्ष्य साफ था, गरीबों और क्षेत्र के विकास के लिए कुछ करना है तो राजनीति में जाना होगा। बीए करने के बाद कल्पनाथ राय ने गोरखपुर विश्वविद्यालय में दाखिला लिया। वहां उन्होंने जाना कि अगर लोगों के लिए लड़ना है तो लोगों को जोड़ना होगा। चुनाव का समय आया तो अध्यक्ष की दावेदारी कर दी। सीमित संसाधनों और छात्रों के प्यार की बदौलत अध्यक्ष बन गए। इसके बाद उन्होंने पीछे मुड़कर नहीं देखा। इंदिरा गांधी की सरपरस्ती और राजीव गांधी के साथ ने उन्हें जनता का राजा बना दिया। कल्पनाथ 7 बार सांसद और देश के 3 प्रधानमंत्रियों के कार्यकाल में मंत्री रहे।वो मऊ को सिंगापुर बनाना चाहते थे लेकिन 58 साल की उम्र में हार्ट अटैक से निधन ने मऊ ही नहीं पूर्वांचल के सपने को तोड़ दिया। इस किताब में उन्हीं सपनों को आकार देने की कोशिश की गई है। इसमें जानेंगे कि कैसे बने कल्पनाथ, क्या थे उनके सपने, कितने हासिल हुए।

दिव्येन्दु राय

दिव्येन्दु राय ने मैकेनिकल में इंजीनियरिंग की लेकिन मानवों की पीड़ा इन्हें बेचैन करती रही। इंजीनियरिंग का क्षेत्र छोड़ दिव्येन्दु आमजन की तकलीफों को किताबों में आकार देने की कोशिश में लग गए। पत्रकारिता के क्षेत्र में आने से पहले दिव्येन्दु सामाजिक कार्यकर्ता के तौर पर भी सक्रिय रहे। इन्होंने प्रिंट और इलेक्ट्रॉनिक मीडिया में काम किया, अपनी अलग पहचान बनाई। अखब़ारों, वेबसाइट्स में ज्वलंत मुद्दों पर लेख लिख दिव्येंदु ने एक खा़स पाठक वर्ग तैयार किया।

कोरोना काल की विसंगतियों को इन्होंने लॉकडाउनः एक अनकही दास्ताँ... में पिरोया। किताब चर्चा में रही। पत्रकारिता पेशा रहा और सामाजिक कार्य पैशन, डेढ़ दशक के इस सफ़र में दिव्येंदु को कई बार सम्मानित भी किया गया।

यूपी के मऊ जिले के एक छोटे से गांव काछी कलाँ से निकले दिव्येन्दु राय ने बहुत ही कम उम्र में खास पहचान बनाई है। मददगार, मिलनसार और हाशिए पर पड़े लोगों की आवाज हैं दिव्येन्दु। कल्पनाथ राय : द विजनरी लीडर इनकी नई किताब है, उम्मीद है इसे सुधी पाठकों का और प्यार मिलेगा। कल्पनाथ राय के साथ ही आप दिव्येन्दु राय को भी समझ पाएंगे। ●

बीसीसीएल ने पुलिस प्रशासन को उपलब्ध कराये अत्याधुनिक संसाधन

सीएमडी बीसीसीएल ने 1000 ट्रैफिक बेरिकेड्स, 200 एडवांस्ड वायरलेस कम्युनिकेशन सिस्टम और 30 गश्ती मोटरसाइकिल की दी सौगात

पुलिस बल को हाई-टेक बनाने के प्रयासों को बीसीसीएल ने अपने सीएसआर पहल के अंतर्गत धरातल पर उतारा है। संस्थान ने अपने कॉर्पोरेट सामाजिक उत्तरदायित्व (सीएसआर) के तहत ₹2.72 करोड़ की वित्तीय सहायता से जिला प्रशासन को जीपीएस इनेबल्ड, गश्ती मोटरसाइकिल, ट्रैफिक बैरिकेड्स और एडवांस्ड वायरलेस कम्युनिकेशन सिस्टम जैसे महत्वपूर्ण संसाधनों की सौगात दी हैं।

इस परियोजना के अंतर्गत बीसीसीएल ने जिला प्रशासन को कुल ₹2.72 करोड़ की वित्तीय सहायता में से ₹2.72 करोड़ की राशि से 200 वायरलेस संचार प्रणाली सिस्टम तथा यातायात नियंत्रण (एंट्री-एग्जिट कंट्रोल) के लिए हाई-क्वालिटी स्लाइडर बेरिकेड्स तथा ₹45 लाख की लागत से विशेष गश्ती मोटरसाइकिलों की खरीद की गई है। इन संसाधनों का उद्देश्य जिले में सड़क सुरक्षा, यातायात प्रबंधन और आपातकालीन स्थितियों में पुलिस की प्रतिक्रिया प्रणाली को बेहतर करने के साथ अपराध के त्वरित नियंत्रण में मदद करना है।

पुलिस लाइन ग्राउंड धनबाद में आज आयोजित एक समारोह में उपायुक्त आदित्य रंजन, वरीय पुलिस अधीक्षक प्रभात कुमार, सीएमडी (बीसीसीएल) समीरन दत्ता, एसपी (सिटी) ऋत्विक श्रीवास्तव, एसपी (ग्रामीण) कपिल चौधरी तथा निदेशक (मानव संसाधन) बीसीसीएल मुरलीकृष्ण रमैया ने संयुक्त रूप से बीसीसीएल द्वारा वित्त प्रदत्त 30 जीपीएस इनेबल्ड, सायरन तथा एडवांस्ड वायरलेस सिस्टम से लैस अत्याधुनिक 'बाइक पेट्रोलिंग यूनिट' - 'सिटी हॉक्स' को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया तथा 1000 ट्रैफिक कंट्रोल बैरिकेड्स (स्लाइडर बैरीकेड्स) को औपचारिक रूप से धनबाद पुलिस को समर्पित किया।

कार्यक्रम की शुरुआत अतिथियों के स्वागत के साथ की गयी, जिसमें एसपी (ग्रामीण) कपिल चौधरी ने उपायुक्त आदित्य रंजन, एसपी (सिटी) ऋत्विक श्रीवास्तव ने सीएमडी, बीसीसीएल समीरन दत्ता, डीएसपी-2 धीरेन्द्र नारायण बंका ने एसएसपी प्रभात कुमार तथा डीएसपी-1 शंकर कामती ने निदेशक (मानव संसाधन) बीसीसीएल मुरलीकृष्ण रमैया का पौधा देकर स्वागत-अभिनन्दन किया। इसके पश्चात मंचासीन अतिथियों ने सामूहिक रूप से दीप-प्रज्वलन कर कार्यक्रम की विधिवत शुरुआत की तथा झंडी दिखाकर 'सिटी हॉक्स' की टीम को रवाना किया।

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए अपने अध्यक्षीय संबोधन में उपायुक्त आदित्य रंजन ने कहा कि बीसीसीएल द्वारा अपने सीएसआर गतिविधि के अंतर्गत किया गया यह प्रयास अत्यंत सराहनीय है। पुलिस बल को उपलब्ध कराये गए अत्याधुनिक संसाधनों की सहायता से जिले में पुलिस की गति और क्षमता में वृद्धि होगी तथा यातायात प्रबंधन, आपातकालीन स्थिति में त्वरित कार्रवाई और सड़क सुरक्षा के क्षेत्र में भी बेहतर परिणाम देखने को मिलेंगे।पुलिस अधीक्षक प्रभात कुमार ने कहा कि यह सहयोग न केवल पुलिस बल की कार्यक्षमता को बढ़ाएगा, बल्कि आम नागरिकों की सुरक्षा और सुविधा को भी सुनिश्चित करेगा। उन्होंने इस योगदान को 'सामुदायिक सुरक्षा के प्रति एक संगठित दृष्टिकोण' की संज्ञा दी।

अध्यक्ष-सह-प्रबंध निदेशक, बीसीसीएल समीरन दत्ता ने अपने संबोधन में कहा कि खनन क्षेत्र में कार्य करना अक्सर परिस्थितिजन्य जटिलताओं और सामाजिक चुनौतियों से जुड़ा होता है, जहाँ जिला प्रशासन और पुलिस बल का सहयोग अपेक्षित होता है। धनबाद जिले में प्रशासनिक तंत्र द्वारा बीसीसीएल को निरंतर सहयोग प्राप्त होता रहा है। इसी सहयोगात्मक भावना को आगे बढ़ाते हुए, बीसीसीएल अपने कॉर्पोरेट सामाजिक उत्तरदायित्व के अंतर्गत जनहित में कार्यरत है। उन्होंने कहा कि कंपनी न केवल देश की ऊर्जा आवश्यकताओं की पूर्ति कर रही है, बल्कि अपने कार्यक्षेत्र में सामाजिक विकास और जन सुरक्षा में भी सहभागी भूमिका निभा रही है। ●

एनटीपीसी विंध्याचल को ग्रीनटेक सीएसआर अवार्ड में मिला शिक्षा संवर्धन हेतु सम्मान

एनटीपीसी विंध्याचल ने एक बार फिर अपनी उपलब्धियों में एक और कीर्तिमान जोड़ते हुए '11वां ग्रीनटेक सीएसआर इंडिया अवार्ड 2025' शिक्षा संवर्धन (Promotion in Education) श्रेणी में प्राप्त किया है। यह प्रतिष्ठित सम्मान विंध्याचल परियोजना द्वारा आसपास के समुदायों में शिक्षा के क्षेत्र में किए जा रहे नवाचारी व प्रभावशाली सामाजिक उत्तरदायित्व (CSR) प्रयासों को मान्यता प्रदान करता है।

एनटीपीसी विंध्याचल द्वारा संचालित प्रमुख पहलों में बालिका सशक्तिकरण अभियान, स्टेम लैब की स्थापना, बैंक पीओ, अर्धसैनिक बलों एवं सैन्य भर्ती हेतु कौशल विकास प्रशिक्षण, तथा खानुआ गांव में 100 बिस्तरों वाले छात्रावास का निर्माण जैसी परियोजनाएँ उल्लेखनीय हैं, जो इस पुरस्कार के सशक्त आधार बने।

इस अवसर पर सुश्री मृणालिनी, अपर महाप्रबंधक (मानव संसाधन) ने 14 जून 2025 को नई दिल्ली में आयोजित भव्य समारोह में एनटीपीसी विंध्याचल की ओर से यह पुरस्कार प्राप्त किया।

यह सम्मान परियोजना की शिक्षा के माध्यम से युवाओं, विशेष रूप से बालिकाओं के सशक्तिकरण की प्रतिबद्धता को रेखांकित करता है। एनटीपीसी विंध्याचल निरंतर समावेशी और सतत विकास की दिशा में शिक्षा को केंद्र में रखकर कार्य करता रहेगा।

के. चंद्रशेखर ने एनटीपीसी केरेडारी के परियोजना प्रमुख का कार्यभार संभाला

एनटीपीसी केरेडारी कोयला खनन परियोजना ने 13 जून 2025 को के. चंद्रशेखर का नए परियोजना प्रमुख के रूप में हार्दिक स्वागत किया। एनटीपीसी में 37 वर्षों से अधिक की गौरवशाली सेवा का अनुभव रखने वाले एक अनुभवी अधिकारी के रूप में चंद्रशेखर तकनीकी विशेषज्ञता, रणनीतिक दृष्टिकोण और सहयोग एवं मानव संसाधन विकास पर आधारित नेतृत्व शैली के साथ परियोजना में नई ऊर्जा लेकर आए हैं।

परियोजना स्थल पर आगमन पर विभागाध्यक्षों द्वारा उनका गर्मजोशी से स्वागत किया गया। इसके पश्चात परियोजना के कॉन्फ्रेंस हॉल में एक परिचयात्मक बैठक आयोजित की गई, जिसमें उन्हें परियोजना की प्रमुख उपलब्धियों, संचालन संबंधी चुनौतियों, भविष्य के लक्ष्य और रणनीतिक प्राथमिकताओं से अवगत कराया गया। उन्होंने टीमवर्क, नवाचार और परिचालन उत्कृष्टता के महत्व पर बल देते हुए पारदर्शिता, गतिशीलता और सतत सुधार की संस्कृति को बढ़ावा देने की अपनी प्रतिबद्धता दोहराई।

चंद्रशेखर ने एनटीपीसी में अपने करियर की शुरुआत 1987 में एक एग्जीक्यूटिव ट्रेनी के रूप में की थी। अपने लंबे कार्यकाल में उन्होंने बल्को, रामागुंडम, कुडगी, पकरी बरवाडीह, बादम, दुलंगा और हाल ही में पीवीयूएनएल, पतरातू जैसी कई प्रमुख विद्युत एवं खनन परियोजनाओं में नेतृत्व की अहम भूमिकाएं निभाई हैं। वे उस्मानिया विश्वविद्यालय से मैकेनिकल इंजीनियर हैं और अपनी संतुलित कार्यशैली के लिए जाने जाते हैं, जो तकनीकी कठोरता को टीम सशक्तिकरण और सतत विकास के साथ जोड़ती है।

कर्मचारियों को संबोधित करते हुए उन्होंने कहा, 'एनटीपीसी केरेडारी परियोजना अपार संभावनाओं से भरी हुई है। हमारी साझा प्रतिबद्धता और सहयोगात्मक भावना के साथ, मुझे पूर्ण विश्वास है कि हम इस परियोजना की पूर्ण क्षमता को प्राप्त करेंगे और प्रदर्शन के नए मानक स्थापित करेंगे। मैं आप सभी के साथ मिलकर कार्य करने के लिए उत्सुक हूं।' एनटीपीसी केरेडारी की टीम ने नए नेतृत्व के प्रति पूर्ण समर्थन और उत्साह व्यक्त किया, जिससे परियोजना की यात्रा में एक प्रेरणादायक नए अध्याय की शुरुआत हुई।

एनटीपीसी सोलापुर ने चिड़ियाघर को दिये ₹2.79 करोड़

अपने कॉर्पोरेट सामाजिक उत्तरदायित्व (सीएसआर) पहल के तहत एक महत्वपूर्ण कदम उठाते हुए, एनटीपीसी सोलापुर ने सोलापुर नगर निगम (एसएमसी) द्वारा प्रबंधित महात्मा गांधी चिड़ियाघर को ₹2.79 करोड़ का चेक सौंपा। यह पर्याप्त सहायता ब्लैकबक्स, तेंदुए, शेर और मोर के लिए नए और उन्नत बाड़ों और आवास सुविधाओं के विकास की दिशा में निर्देशित है, जिससे चिड़ियाघर के मानकों और आगंतुकों के अनुभव को बढ़ाया जा सके।

यह कार्यक्रम चिड़ियाघर के चल रहे कायाकल्प और आधुनिकीकरण प्रयासों में एक महत्वपूर्ण कदम था, जिसका उद्देश्य इसे क्षेत्र में एक प्रमुख शैक्षिक, पारिस्थितिक और पर्यटन स्थल के रूप में बदलना था।

कार्यक्रम की शुरुआत एसएमसी में पशु चिकित्सा सर्जन और पशु चिकित्सा और चिड़ियाघर विभागों के प्रमुख डॉ. सतीश एस. चौगुले द्वारा गर्मजोशी से स्वागत और परिचय के साथ हुई। उन्होंने परियोजना के उद्देश्यों को रेखांकित किया और धन्यवाद दिया। नगर निगम आयुक्त डॉ. सचिन ओमबासे को इस प्रभावशाली सीएसआर सहयोग को शुरू करने में उनके नेतृत्व और दूरदर्शिता के लिए धन्यवाद।

एनटीपीसी सोलापुर प्रतिनिधिमंडल में कार्यकारी निदेशक बीजेसी शास्त्री, मानव संसाधन प्रमुख मनोरंजन सारंगी, पर्यावरण प्रभाग प्रमुख रफीकुल इस्लाम, उप महाप्रबंधक (मानव संसाधन) श्रीमती कविता गोयल, उप महाप्रबंधक (पी एंड एस) अमित सिंह, कार्यकारी कॉर्पोरेट संचार सुश्री अर्चना पाठक गुरुदत्त शर्मा और कर्मचारी शामिल थे। सोलापुर नगर निगम का प्रतिनिधित्व डॉ. सचिन ओमबासे, उपायुक्त किरण कुमार मोरे, सहायक आयुक्त गिरीश पंडित, उप अभियंता किशोर सतपुते और चिड़ियाघर के कर्मचारी कर रहे थे।

डॉ. ओमबासे ने एनटीपीसी टीम का पुष्पगुच्छों से स्वागत किया और अपने संबोधन में एनटीपीसी सोलापुर के उदार सीएसआर योगदान के लिए हार्दिक आभार व्यक्त किया। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि ₹2.79 करोड़ की धनराशि से ब्लैकबक बाड़े और घर, तेंदुआ बाड़ा क्षेत्र, शेर बाड़ा क्षेत्र और मोर बाड़े और घर के विकास में मदद मिलेगी - ये ऐसे महत्वपूर्ण उन्नयन हैं जो पशु कल्याण और आगंतुकों की सहभागिता को महत्वपूर्ण रूप से बढ़ाएंगे। आयुक्त डॉ. ओमबासे ने सोलापुर को हरा-भरा बनाने के लिए एनटीपीसी के सहयोग से चिड़ियाघर परिसर और सोलापुर शहर के विभिन्न खुले स्थानों पर वृक्षारोपण अभियान चलाने के महत्व पर भी जोर दिया।

एनटीपीसी सोलापुर के कार्यकारी निदेशक श्री बीजेसी शास्त्री ने अपने मुख्य भाषण में सोलापुर के नागरिक और पारिस्थितिक बुनियादी ढांचे के विकास के लिए एनटीपीसी की अटूट प्रतिबद्धता को दोहराया। उन्होंने चिड़ियाघर की वन्यजीव शिक्षा और पर्यटन के लिए एक जीवंत केंद्र बनने की क्षमता पर प्रकाश डाला, जिससे न केवल सोलापुर, बल्कि पूरे क्षेत्र को लाभ होगा।

मानव संसाधन प्रमुख मनोरंजन सारंगी और पर्यावरण प्रभाग प्रमुख रफीकुल इस्लाम ने भी सभा को संबोधित किया और ऐसी पहलों के लिए अपना निरंतर समर्थन व्यक्त किया जो एनटीपीसी के स्थिरता, सामाजिक जिम्मेदारी और सामुदायिक जुड़ाव के मूल मूल्यों के साथ संरेखित हैं।

पर्यावरण प्रतिबद्धता के एक प्रतीकात्मक संकेत के रूप में, मुख्य अतिथियों- बीजेसी शास्त्री, डॉ. सचिन ओमबासे, श्री मनोरंजन सारंगी और रफीकुल इस्लाम द्वारा आम के पौधे लगाए गए- जिससे पारिस्थितिकी संवर्धन पर साझेदारी के फोकस को और मजबूत किया गया।

कार्यक्रम का समापन डॉ. सतीश एस. चौगुले द्वारा धन्यवाद ज्ञापन के साथ हुआ, जिन्होंने एनटीपीसी और एसएमसी के सभी गणमान्य व्यक्तियों और कर्मचारियों के प्रति हार्दिक प्रशंसा व्यक्त की। उन्होंने इस प्रभावशाली कार्यक्रम के आयोजन में अमित सिंह, सुश्री अर्चना पाठक और समर्पित चिड़ियाघर कर्मचारियों के सहयोगात्मक प्रयासों को स्वीकार किया।

यह पहल एनटीपीसी सोलापुर और सोलापुर नगर निगम के बीच एक मजबूत और प्रगतिशील सहयोग का प्रतीक है, जो महात्मा गांधी चिड़ियाघर के माध्यम से वन्यजीव देखभाल, पर्यावरण शिक्षा और सार्वजनिक मनोरंजन में दीर्घकालिक सुधार का मार्ग प्रशस्त करता है।

बालको ने प्रोजेक्ट 'नयी किरण' के माध्यम से 85,000 लोगों के जीवन को संवारा

वेदांता समूह की कंपनी भारत एल्यूमिनियम कंपनी लिमिटेड (बालको) ने अपनी प्रमुख सामुदायिक परियोजना 'नयी किरण' के माध्यम से 85,000 से अधिक लोगों के जीवन को सकारात्मक रूप से प्रभावित किया है। इस पहल के अंतर्गत कंपनी ने कोरबा, छत्तीसगढ़ के 45 गांवों में माहवारी से जुड़े मिथकों को तोड़ते हुए, खुली बातचीत को बढ़ावा तथा सतत माहवारी स्वच्छता प्रथाओं को अपनाने की दिशा में प्रयास किए।

प्रोजेक्ट नयी किरण का उद्देश्य माहवारी से जुड़े सामाजिक पूर्वाग्रहों को जड़ से समाप्त करना है। यह पहल लोगों को माहवारी स्वच्छता पर सही जानकारी और माहवारी संसाधन से सशक्त बना रहा है। परियोजना के अंतर्गत प्रशिक्षण सत्रों के माध्यम से समुदाय को सतत एवं सुरक्षित माहवारी स्वच्छता पर जागरूक किया है।

बालको द्वारा इस परियोजना के तहत विभिन्न कार्यक्रम संचालित की गई हैं। इसमें अग्रिम पंक्ति के कार्यकर्ताओं, स्वयं सहायता समूहों की महिलाओं और किशोरों को प्रशिक्षित करना, जिससे वे परिवर्तन के वाहक बन सकें। साथ ही 50 प्रतिशत सरकारी हाई स्कूल एवं हायर सेकेंडरी स्कूलों को 'माहवारी स्वच्छता प्रबंधन (एमएचएम)' अनुकूल बनाया गया है, जहां किशोरावस्था और यौवनावस्था से संबंधित नियमित सत्र आयोजित किए जाते हैं। लगभग 700 सामुदायिक सदस्यों को एमएचएम साथी के रूप में प्रशिक्षित किया गया है, जो अपने समुदाय में जागरूकता फैलाने और सकारात्मक परिवर्तन लाने में अग्रणी भूमिका निभा रहे हैं।

बालको के मुख्य कार्यकारी अधिकारी एवं निदेशक राजेश कुमार ने कहा कि बालको में हम समुदाय की समग्र भलाई को अपने विकास कार्य के केंद्र में रखते हैं। चाहे वह डोर-टू-डोर स्वास्थ्य सेवा, प्रशिक्षण सत्र या अत्याधुनिक अस्पताल हो हमारा लक्ष्य एक ऐसा वातावरण बनाना है जहाँ स्वास्थ्य को सर्वोच्च प्राथमिकता मिले। जागरूकता से ही सशक्तिकरण की शुरुआत होती है और हमें इस बदलाव को हर स्तर पर निरंतर रूप से आगे बढ़ाने पर गर्व है।

सरकारी स्कूल की अध्यापिका दीप्ति सिंह बताया कि एमएचएम साथी बनने का अनुभव शिक्षकों के साथ-साथ छात्रों के लिए लिए अत्यंत परिवर्तनकारी रहा है। कभी जो विषय चुप्पी और गलतफहमियों से घिरा था, आज हमारे स्कूल को एक एमएचएम फ्रेंडली स्कूल के रूप में पहचान मिली है। यहाँ किशोरियाँ अब सुरक्षित, जागरूक और आत्मविश्वास से भरपूर महसूस करती हैं। नयी किरणके माध्यम से हम बच्चों को न केवल शिक्षा में बल्कि गरिमा के साथ जीवन जीने में भी सहयोग कर पा रहे हैं।

बालको ने वर्षों से व्यवहार परिवर्तन को प्रेरित करने के लिए कई कार्यक्रम आयोजित की हैं। कंपनी ने सामुदायिक सत्र के माध्यम से इंटरएक्टिव सेशन जैसे 'चाय पे चर्चा' और 'रात्रि चौपाल' आयोजित की। साथ ही 'माँ बेटी- सास बहू सम्मेलन' आयोजित किया, जो माहवारी के बारे में पीढ़ी दर पीढ़ी संवाद को प्रोत्साहित करता है। कंपनी ने 'सेफ स्पेस कैंपेन' लॉन्च किया, जिसमें स्थानीय क्लीनिक, दुकान और स्कूल को निर्णय-मुक्त क्षेत्र के रूप में पहचानने का काम किया। बालको ने 'सपोर्टिंग ग्रीन पीरियड्स' नामक एक कर्मचारी स्वंयसेवी कार्यक्रम भी शुरू किया, जिसके तहत महिलाओं को पुनः उपयोगी कपड़े के पैड बनाने के लिए प्रशिक्षित किया गया। इसके साथ ही बालको ने दिव्यांग व्यक्तियों के लिए विशेष रूप से तैयार की गई जानकारी, शिक्षा और संचार (आईईसी) सामग्री और टेराकोटा से बने शारीरिक संरचना के मॉडल वितरित किए।

इस पहल को कई प्रतिष्ठित संस्थानों से सराहना मिली है। हाल ही में एसोसिएटेड चैंबर्स ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्री ऑफ इंडिया (एसोचैम) ने बालको को 'माहवारी स्वच्छता में अधिकतम प्रभाव डालने वाली सीएसआर पहल - कॉर्पोरेट और पीएसयू श्रेणी' में एसोचैम पुरस्कार 2024 से सम्मानित किया है। 2019 में शुरू हुई 'नयी किरण' का उद्देश्य माहवारी से जुड़ी भ्रांतियों एवं मिथकों को तोड़ना, सतत स्वच्छता विकल्प के बारे में जागरूकता बढ़ाना और सुरक्षित प्रजनन स्वास्थ्य सुनिश्चित करने के लिए प्रशिक्षण देना है। अब तक इस परियोजना के माध्यम से 45 गांवों में 85,000 से अधिक लोगों को जागरूक किया गया है और 700से समुदाय सदस्यों को मास्टर ट्रेनर के रूप में प्रशिक्षित किया गया है जो अपने समुदाय में परिवर्तन के अग्रदूत बन सके हैं। इस कार्यक्रम में किशोर लड़के-लड़कियां, स्वयं सहायता समूह (एसएचजी) की महिलाएं और आंगनवाड़ी व आशा कार्यकर्ता शामिल हैं।

पीएम ने एनटीपीसी नबीनगर एसटीपीपी स्टेज-II का किया शिलान्यास

पूर्वी भारत में ऊर्जा आत्म-निर्भरता को और मजबूत करते हुए, प्रधानमंत्रा नरेंद्र मोदी ने 30 मई को बिहार के औरंगाबाद जिले में 29,948 करोड़ रुपये से अधिक की लागत से बनने वाले एनटीपीसी नबीनगर एसटीपीपी, स्टेज-II (3x800 मेगावॉट) का शिलान्यास किया। कुल 48,520 करोड़ रुपये से अधिक की अनेक विकास परियोजनाओं का प्रधानमंत्री ने शिलान्यास, उद्‌घाटन और लोकर्पण किया।

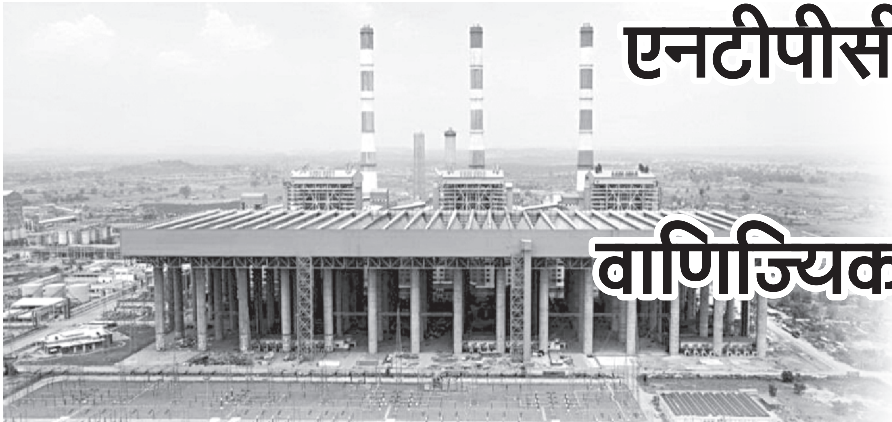
कार्यक्रम के दौरान, बिहार के राज्यपाल आरिफ मोहम्मद खान, मुख्यमंत्री नीतीश कुमार, केंद्रीय सूक्ष्म, लघु और मध्यम उद्योग मंत्री जीतन राम मांझी, केंद्रीय पंचायती राज, मत्स्य पालन, पशुपालन और डेयरी मंत्री राजीव रंजन सिंह उर्फ ललन सिंह, केंद्रीय वस्त्र मंत्री गिरिराज सिंह, केंद्रीय खाद्य प्रसंस्करण उद्योग मंत्री चिराग पासवान, केंद्रीय कोयला और खदान राज्य मंत्री सतीश चंद्र दुबे, उपमुख्यमंत्री सम्राट चौधरी, उपमुख्यमंत्री विजय कुमार सिन्हा और केंद्र एवं बिहार सरकार के अन्य वरिष्ठ गणमान्य भी उपस्थित रहे।

एनटीपीसी नबीनगर एसटीपीपी, स्टेज-II (3x800 मेगावॉट) परियोजना अत्याधुनिक अल्ट्रा-सुपरक्रिटिकल टेक्नोलॉजी पर आधारित है, जो विद्युत उत्पादन की सर्वाधिक एफिशिएंसी प्रदान करती है। एनटीपीसी द्वारा पानी बचाने की अपनी प्रतिबद्धता के अंतर्गत नबीनगर स्टेज-छ संयंत्रों में ड्राई बॉटम ऐश हैंडलिंग सिस्टम और एयर कूल्ड कंडेंसर स्थापित किया गया है, जिससे विद्युत उत्पादन के लिए ताजे पानी की खपत में काफी कमी आएगी।

इसके अलावा इस परियोजना द्वारा बिहार एवं अन्य राज्यों, जैसे राजस्थान, उत्तर प्रदेश, ओडिशा, पश्चिम बंगाल और पंजाब आदि को किफायती बिजली प्रदान की जाएगी। इस परियोजना से स्थानीय समुदायों, व्यवसायों और उद्योगों में ऊर्जा की बढ़ती जरूरतें पूरी होंगी और क्षेत्र के आर्थिक विकास में मदद मिलेगी। साथ ही, इस परियोजना से देश को ऊर्जा सुरक्षा और किफायती ऊर्जा का दोहरा उद्देश्य पूरा करने में भी मदद मिलेगी।

एनटीपीसी लिमिटेड भारत की सबसे बड़ी एकीकृत विद्युत् उपयोगिता कंपनी है, जो भारत में विद्युत् आवश्यकताओं की पूर्ति में एक-चौथाई का योगदान देती है। इसकी स्थापित क्षमता 80 GW से अधिक है, तथा 32 GW की अतिरिक्त क्षमता निर्माणाधीन है, जिसमें 13 GW की ऊर्जा क्षमता नवीकरणीय है। कंपनी 2032 तक 60 GW नवीकरणीय ऊर्जा क्षमता हासिल करने के लिए प्रतिबद्ध है।

एनटीपीसी अपने ताप, जल, सौर और पवन ऊर्जा संयंत्रों द्वारा राष्ट्र में विश्वसनीय, किफ़ायती और सतत बिजली आपूर्ति करते रहने के लिए समर्पित है। कंपनी हरित भविष्य के लिए सर्वोत्तम अभ्यासों का पालन करने, अभिनवता का विकास करने और स्वच्छ ऊर्जा प्रौद्योगिकियों को अपनाने के लिए प्रतिबद्ध है। ●



एनटीपीसी नार्थ करणपुरा में यूनिट-3 का वाणिज्यिक संचालन प्रारंभ

देश की विद्युत संरचना को मिला नया आयाम

एनटीपीसी नॉर्थ करणपुरा ने 15 जून, 2025 की रात्रि को अपनी तीसरी इकाई (660 मेगावाट) के वाणिज्यिक संचालन (सीओडी) की औपचारिक घोषणा की है। इस उपलब्धि के साथ ही परियोजना की सभी तीनों इकाइयाँ अब पूर्ण रूप से चालू हो चुकी हैं, जिससे संयंत्र की कुल स्थापित क्षमता 1,980 मेगावाट हो गई है।यूनिट-3 के चालू होने के साथ ही एनटीपीसी समूह की कुल स्थापित क्षमता 81,368 मेगावाट तक पहुँच गई है, जिससे एनटीपीसी भारत के अग्रणी विद्युत उत्पादक के रूप में अपनी स्थिति को और भी सशक्त करता है। यह उपलब्धि न केवल क्षेत्रीय विद्युत आपूर्ति को मजबूती प्रदान करती है, बल्कि देश की बढ़ती ऊर्जा आवश्यकताओं को भी सार्थक रूप से पूरा करती है।

एनटीपीसी नॉर्थ करणपुरा सुपर थर्मल पावर प्रोजेक्ट (एनकेएसटीपीपी) की कुल नियोजित क्षमता 1,980 मेगावाट है, जिसमें 660 मेगावाट की तीन इकाइयाँ शामिल हैं। झारखंड के चतरा जिले में स्थित यह पिट-हेड परियोजना झारखंड, बिहार, ओडिशा, पश्चिम बंगाल और सिक्किम राज्यों को 24×7 विश्वसनीय और किफायती बिजली की आपूर्ति सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी।

विशेष रूप से उल्लेखनीय है कि एनटीपीसी नॉर्थ करणपुरा भारत की पहली सुपरक्रिटिकल थर्मल पावर परियोजना है, जिसमें इतने बड़े पैमाने पर एयर-कूल्ड कंडेंसर (ACC) का उपयोग किया गया है। यह तकनीकी नवाचार पारंपरिक वॉटर-कूल्ड कंडेंसर की तुलना में जल की खपत को एक-तिहाई तक कम करता है, जो सतत एवं दक्ष ऊर्जा उत्पादन के प्रति एनटीपीसी की प्रतिबद्धता को दर्शाता है।

इस महत्वपूर्ण अवसर पर एनटीपीसी नॉर्थ करणपुरा के कार्यपालक निदेशक (हेड ऑफ प्रोजेक्ट) एस.के. सार ने कहा, 'यूनिट-3 का वाणिज्यिक संचालन हम सभी के लिए अत्यंत गर्व का क्षण है। यह हमारे संपूर्ण परियोजना दल के समर्पित प्रयासों, तकनीकी श्रेष्ठता और उत्कृष्ट टीमवर्क का प्रतिफल है।'

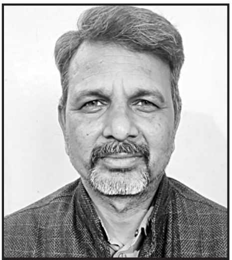
एनटीपीसी अपने मिशन विश्वसनीय, किफायती एवं सतत ऊर्जा की आपूर्ति को साकार करने की दिशा में निरंतर अग्रसर है, साथ ही संचालन उत्कृष्टता, पर्यावरणीय उत्तरदायित्व एवं सामुदायिक विकास को प्राथमिकता देती रही है। ●

इफको फूलपुर इकाई को इनोवेटिव इनवायरमेंट टेक्नोलॉजी एडॉप्शन अवार्ड

इफको फूलपुर इकाई को इस वर्ष 24वां इनोवेटिव इनवायरमेंट टेक्नोलॉजी एडॉप्शन अवार्ड 2025 प्राप्त हुआ। इस पुरस्कार को नई दिल्ली में आयोजित एक समारोह में इफको फूलपुर इकाई के वरिष्ठ कार्यकारी निदेशक संजय कुदेशिया ने प्राप्त किया ।इस अवसर पर उनके साथ उमेश कुमार वरिष्ठ प्रबंधक प्रयावरण मौजूद रहे।

यह पुरस्कार इकाई, संगठन या क्षेत्र द्वारा पर्यावरण संरक्षण में सुधारके लिए पर्यावरणीय प्रबंधन मानकों को पूरा करने तथा एक आदर्श पर्यावरण व प्रदूषण मुक्त व्यवस्था हेतू नई तकनीक अपनाने के लिए दिया जाता है। इफको फूलपुर इकाई को पर्यावरण संतुलन को व्यवस्थित बनाने, संयंत्र व कालोनी में वृहद वृक्षारोपण के लिए पुरस्कार दिया गया। जिस पर कार्यकारी निदेशक (तकनीकी) संजय वैश्य, विभागाध्यक्ष शम्भू शेखर, प्रबंधक ई.पी.सी. मनोज कुमार, इफको ऑफिसर्स एसोसिएशन के अध्यक्ष अनुराग तिवारी व महामंत्री स्वयम् प्रकाश, इफको इम्पलाइज संघ के अध्यक्ष पंकज पाण्डेय व महामंत्री विजय कुमार यादव, ने इफको फूलपुर इकाई को 24वां इनोवेटिव इनवायरमेंट टेक्नोलॉजी एडॉप्शन अवार्ड प्राप्त होने पर हर्ष व्यक्त किया।

बाजारीकरण और समाज की बदलती प्राथमिकताएं



महेंद्र प्रसाद गांधी

वर्तमान समय में हम ऐसे युग में जी रहे हैं, जिसे स्पष्ट रूप से 'बाजारीकरण का युग' कहा जा सकता है। इस युग ने समाज के हर तबके पर गहरा प्रभाव डाला है, विशेष रूप से समाज के सामान्य वर्ग पर, जिसकी प्राथमिकताएं और जीवन-दृष्टि अब पहले जैसी नहीं रही।

कभी इस वर्ग की मूलभूत आवश्यकताएं रोटी, कपड़ा और मकान तक सीमित थीं। यह वर्ग सादगी, संतोष और आत्मिक सुख में जीवन जीने में विश्वास रखता था। 1970-80 के दशक में यदि कोई दौड़ थी, तो वह समाज के क्रीम वर्ग तक सीमित थी–राजनीति, व्यापार या नौकरशाही के क्षेत्र में। लेकिन समय के साथ जब बाजार ने हमारे जीवन की हर परत को छूना शुरू किया, तब यह दौड़ समाज के सामान्य वर्ग तक भी पहुँच गई।

आज रोटी, कपड़ा और मकान के साथ-साथ पद, पैसा और प्रतिष्ठा भी आवश्यकताओं की सूची में शामिल हो चुके हैं। इतना ही नहीं, इनकी प्राप्ति के लिए यह वर्ग भी किसी भी हद तक जाने को तैयार दिखता है।

सोशल मीडिया ने इस मानसिकता को और भी मजबूती दी है। जीवन की तुलना अब वास्तविकता से नहीं, बल्कि वर्चुअल छवि से होती है। एक ओर यह वर्ग अब भी बातों में कबीर और फकीरी की दुहाई देता है–'क्या लेकर आए हैं, क्या लेकर जाएंगे', 'हम तो सादा जीवन उच्च विचार में विश्वास रखते हैं'–परंतु जब अवसर आता है, तो वही व्यक्ति पद, प्रतिष्ठा और पैसा पाने की होड़ में शामिल हो जाता है।

विरोधाभास यह है कि यह वर्ग एक ओर बाज़ार की चालाकियों को समझता है, उसकी आलोचना करता है, और दूसरी ओर उसी चालाकी का हिस्सा बनता चला जाता है। चौक-चौराहों पर बड़ी-बड़ी बातें होती हैं, दुनिया को बुरी नजर से देखा जाता है, लेकिन जब बात निजी जीवन पर आती है, तो वही मूल्य और सिद्धांत पीछे छोड़ देता है।

इस परिवर्तन का सीधा संबंध समाज में बढ़ती भौतिक अपेक्षाओं, सामाजिक तुलना और डिजिटल दुनिया की चकाचौंध से है। अब समाज की सफलता को नैतिकता से नहीं, बल्कि दिखावे और प्रदर्शन से मापा जाता है।

बाजारीकरण ने समाज के सामान्य वर्ग की मानसिकता और जीवनशैली दोनों को बुनियादी रूप से बदल दिया है। अब यह वर्ग न तो पूरी तरह अध्यात्म में है, न ही पूरी तरह भौतिकवाद में–बल्कि एक द्वंद्व में है, जहां वह आदर्शों की बातें तो करता है, पर व्यवहार में बाजार की भाषा बोलता है। समाज के इस बदलाव को केवल आलोचना से नहीं, बल्कि आत्मनिरीक्षण और संतुलन के रास्ते से ही समझा और संभाला जा सकता है। ●

बाजार के युग में मनुष्य का चारित्रिक पतन

दिलीप सिंह, रेणुकूट

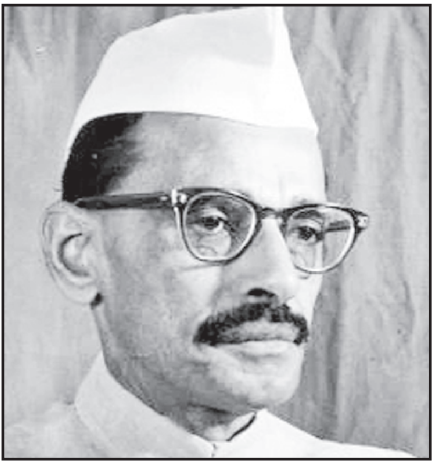
आज हम एक ऐसे युग में प्रवेश कर चुके हैं, जिसे निःसंदेह 'बाजारी युग' कहा जा सकता है। यह वह समय है जब व्यक्ति का चिंतन, चरित्र, आचरण और व्यवहार तक बाजार के नियंत्रण में आ चुका है। हम सुबह आंख खोलते ही बाजार से जुड़ी चीजों से घिरे होते हैं - मोबाइल की घंटी, विज्ञापनों की बाढ़, ब्रांडेड कपड़ों की दौड़, और सोशल मीडिया की आभासी दुनिया। हमारी पसंद-नापसंद, विचार-धारणा, यहां तक कि रिश्तों की गहराई भी बाजार तय कर रहा है। आज हर व्यक्ति मुखौटा पहनकर जी रहा है। वह बाहर से कुछ और दिखता है और भीतर से कुछ और होता है। यह दोहरापन केवल एक सामाजिक प्रवृत्ति नहीं, बल्कि बाजार का परिणाम है। हम अब रिश्तों में भावनाएं नहीं, बल्कि सुविधाएं ढूंढ़ते हैं। आत्मा की आवाज़ कहीं खो चुकी है, क्योंकि अब इंसान की 'कीमत' उसके ब्रांड, पद और प्रतिष्ठा से आँकी जाती है

इस बाजारवादी संस्कृति ने मनुष्य से उसका मूल स्वभाव छीन लिया है। अब कोई यह सोचने को भी तैयार नहीं कि वह कौन है और क्यों है। हमारी भाषा, पहनावा, रहन-सहन, बातचीत का तरीका - सबकुछ एक 'इमेज बिल्डिंग' का हिस्सा बन गया है। असल इंसान तो कहीं गुम हो गया है। अब हम जीवन जी नहीं रहे बल्कि जीवन जीने का नाटक कर रहे है।

हम ऐसे समाज में जी रहे हैं जहां पद और प्रतिष्ठा को ही सफलता का पर्याय मान लिया गया है। व्यक्ति किस पद पर है, उसके पास कितना पैसा है, कौन सी गाड़ी चलाता है - यही सब कुछ बन गया है। ऐसे में जो लोग इस दौड़ में पीछे रह जाते हैं, उन्हें खुद भी हीनभावना घेर लेती है और समाज भी उन्हें तिरस्कार की दृष्टि से देखता है।बाजार ने परिवार और रिश्तों को भी प्रभावित किया है। आज घरों में संवाद कम हो गया है और मोबाइल स्क्रीन की चमक ज्यादा हो गई है। माता-पिता, भाई-बहन, पति-पत्नी हम सब एक घर मे रहते हुए भी एक साथ नहीं है अपनी बनाई हुई आभासी दुनिया में जी रहे हैं जहां लोगो के चेहरे कि चमक कम और स्क्रीन की चमक ज्यादा है अब ब्रांड्स, ट्रेंड्स और सोशल स्टेटस के नजरिए से एक-दूसरे को देखने लगे हैं। भावनाएं कहीं कोने में सिसकती रह जाती हैं।इससे पहले की हम पूरी तरह से बाजार के चंगुल में आ जाए और बाजार के लिए प्रोडक्ट बन कर जाए हमें बाजार को अस्वीकार नहीं करना है, बल्कि बाजार को नियंत्रित करना है, ताकी बाजार हमारे जीवन को नियंत्रित न करे।यह समय आत्ममंथन का है। अगर हम नहीं संभले, तो हम केवल 'उपभोक्ता' बनकर रह जाएंगे - एक मशीन, जो बाजार के इशारे पर जीती है, सोचती है और मरती है। हमें फिर से अपने भीतर के मानव को जगाना होगा - जो सच्चा हो, संवेदनशील हो और मुखौटों से मुक्त हो। ●

गुलजारी लाल नन्दा

(जयंती 4 जुलाई)



नन्दा जी के रुप में विख्यात गुलजारी लाल नन्दा जी का जन्म 4 जुलाई 1898 को सियालकोट में हुआ था जो अब पश्चिमी पाकिस्तान का हिस्सा है। इनकी प्राथमिक शिक्षा सियालकोट में हुई थी। इसके बाद इन्होंने लाहौर के फोरमैन क्रिश्चियन कालेज तथा इलाहाबाद विश्वविद्यालय में अध्ययन किया। नन्दा जी भारत के कार्यवाहक प्रधानमंत्री के रुप में एकमात्र ऐसे व्यक्ति थे जिन्होंने दो बाद इस पद का दायित्व सम्भाला। पंडित जवाहर लाल नेहरु के निधन के बाद 27 मई 1964 से 9 जून 1964 तक और लाल बहादुर शास्त्री के निधन के बाद 11 जनवरी 1966 से 24 जनवरी 1966 तक। नन्दा जी प्रथम पांच आम चुनाव में लोकसभा के सदस्य रहे। गांधीवादी विधारधारा से जुड़े समाजवादी समाज की कल्पना करने वाले नन्दा जी आजीवन गरीबों की सेवा के लिए तत्पर रहे। अनेक बार कैबिनेट में मंत्री रहे नन्दा जी लेखन कार्य से कभी विरत नहीं हुए इनकी कई पुस्तकें प्रकाशित हैं। उम्र के अंतिम पड़ाव पर भी 'भारत सेवक समाज' को अपनी सेवा देते रहे और राजनीतिक शुद्धता के लिए काम करते रहे। नैतिक मूल्यों पर आधरित राजनीति करते हुए उन्होंने राजनीति में हुए परिवर्तन को देश के लिए घातक बताया। राजनीति में अपराधी तत्वों का सक्रिय होना इन्हें चिन्तित करता था। उन्होंने कहा था कि आपराधिक स्तर की राजनीति देश के लिए कैंसर के समान घातक साबित होगी। नन्दा जी को देश का सर्वोच्च सम्मान भारत रत्न (1997) और दूसरा सर्वश्रेष्ठ सम्मान पद्म विभूषण प्रदान किया गया। 100 वर्ष की अवस्था में इनका निधन 15 जनवरी 1998 को हुआ। देश इन्हें एक स्वच्छ छवि वाले गांधीवादी राजनेता के रुप में याद करता है।

गुरुदत्त

(जयंती 9 जुलाई)

गुरुदत्त का जन्म 9 जुलाई 1925 को बैंगलोर में हुआ था। भारतीय सिनेमा में फिल्म निर्माता, निर्देशक और अभिनेता गुरुदत्त का असली नाम वसंथ कुमार शिवशंकर पादुकोण था। नर्तक से लेकर सभी कलाओं में निपुण गुरुदत्त ने विश्व स्तरीय फिल्म निर्माता और निर्देशक के साथ लेखन में भी अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया। पार्श्व गायिका गीता राय से इनका विवाह भी एक रोमांचक ढंग से हुआ। उन दिनों गुरुदत्त की फिल्मों में काम करना हर युवा कलाकार का सपना होता था। प्रतिभाओं की परख भी गुरुदत्त में खूब थी। तीन बेहतरीन फिल्मों ने गुरुदत्त को बुलंदियों पर पहुंचा दिया। प्यासा 1957, कागज के फूल 1959, साहब बीबी और गुलाम 1962 उन दिनों की वे फिल्में हैं जो गुरुदत्त को भारतीय सिनेमा के सबसे निपुण शैलीकारों में ला खड़ा किया। बालीवुड में जब भी प्रेम कहानियों का जिक्र होता तब वहीदा रहमान और गुरुदत्त का नाम पहले आता है। इन दोनों की जोड़ी शुरुआती प्रेमी जोड़ी थी और जुदा होना भी किसी ड्रामे से कम नहीं। शराब की बोतल में डूबे आशिक की छवि अक्सर फिल्मों में देखने को मिलती है असल जिन्दगी में उसे गुरुदत्त ने ही जीया था। 10 अक्टूबर 1964 को अपने बिस्तर पर मृत पाये गये 39 वर्षीय गुरुदत्त की मौत रहस्य बन गयी।

मोहम्मद उस्मान

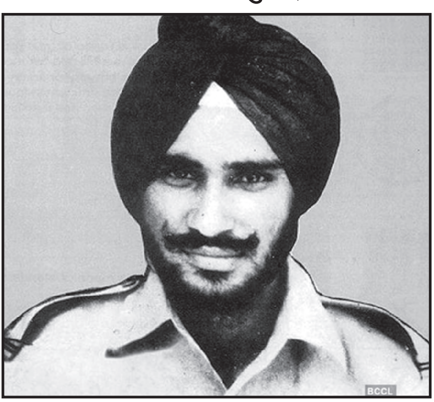
(जयंती 15 जुलाई)

ब्रिगेडियर मोहम्मद उस्मान का जन्म 15 जुलाई 1912 को आजमगढ़ उत्तर प्रदेश में हुआ था। भारतीय सैन्य अधिकारियों के उस बैच में शामिल थे जिनका प्रशिक्षण ब्रिटेन में हुआ था। द्वितीय विश्व युद्ध में अपने नेतृत्व का लोहा मनवाने वाले ब्रिगेडियर उस्मान उस 50 पैरा ब्रिगेड के कमान्डर थे जिसने नौशेरा में जीत हासिल की। मुहम्मद उस्मान भारत की आजादी के महज 11 महीने बाद पाकिस्तानी घुसपैठियों से जंग करते हुए शहीद हो गये। उस्मान नौ शेरा के शेर के रुप में चर्चित हुए। भारतीय सेना के सबसे प्रतिष्ठित और साहसी

सैनिकों में से एक थे जिन्होंने जम्मू में नौशेरा के समीप झांझर में मातृभूमि की रक्षा करते हुए अपने प्राण गवां दिये। बनारस के हरिश्चन्द्र कालेज में पढ़े उस्मान के अनेक बहादुरी के किस्सी याद किये जाते हैं। 12 वर्ष की आयु में ही एक मित्र को बचाने के लिए कुएं में कूद गये थे और बचाया भी था। मार्च 1948 में इन्हीं की जांबाजी से झनगड़ भारत के कब्जे में आ गया था। अपने अंतिम अघोषित भारत-पाक युद्ध (1947-48) में 3 जुलाई 1948 को शहीद होने वाले इस वीर योद्धा को राजकीय सम्मान के साथ जामिया मीलिया इसलामिया कब्रगाह नई दिल्ली में दफनाया गया। अंतिम यात्रा में गवर्नर लार्ड माउन्ट बेटन, प्रधानमंत्री जवाहर लाल नेहरु, केन्द्रीय मंत्री मौलाना अब्दुल कलाम आजाद, शेख अब्दुल्ला शामिल हुए थे। ऐसा सम्मान उसके बाद किसी भारतीय सैनिक को नहीं मिला। मरणोपरान्त उन्हें महावीर चक्र से सम्मानित किया गया।

निर्मलजीत सिंह सेखों

(जयंती 17 जुलाई)

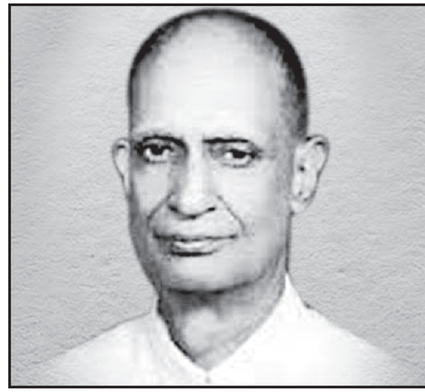


फ्लाइंग आफिसर निर्मलजीत सिंह सेखों का जन्म 17 जुलाई 1943 को रुरका गांव लुधियाना, पंजाब में हुआ था। नेट हवाई जहाजों पर अपने करिश्मे के लिए विख्यात सेखों ने भारत-पाकिस्तान युद्ध 1971 में अपने कुशल नेतृत्व में भारत को जीत दिलाई। इसी विजय के बाद पाकिस्तान और बांग्लादेश का विभाजन हुआ था। युद्ध के दौरान 14 सितम्बर 1971 को श्रीनगर एयरफिल्ड पर पाकिस्तान के छह सैवर जेट विमानों ने हमला किया था। सुरक्षा टुकड़ी की कमान सम्भालते हुए फ्लाइंग आफिसर निर्मलजीत सिंह वहां पर 18 नेट स्क्वाड्रन के साथ तैनात थे। दुश्मन एफ-86 सेवर जेट विमानों के साथ आया था। बहुत ही चालाकी से अपने सहयोगी लेफ्टिनेंट घुम्मन के साथ सेखों हवा में हो लिये। तभी नजर आया कि दुश्मन के दो जहाज हमले की तैयारी में हैं। हमले के दौरान घुम्मन ने बहुत कोशिश की मगर दोनों साथ न हो सके। निर्मल की आवाज उन्हें रेडियो संचार से सुनाई पड़ी ''मैं दो सेवर जेट जहाजों के पीछे हूं, मैं उन्हें जाने नहीं दूंगा।'' उसके कुछ ही क्षण बाद एक सेवरजेट आग में जलता हुआ गिरता नजर आया। तभी सेट पर आवाज आयी घुम्मन तुम मोर्चा सम्भालो, शायद मेरा नेट भी निशाने पर आ गया है। यह निर्मलजीत सिंह का अंतिम संदेश था। अपना काम करके वे वीरगति को प्राप्त हो गये। छब्बीस वर्ष के इस वीर योद्धा को मरणोपरांत परमवीर चक्र से सम्मानित किया गया।

गोविन्द चन्द्र पाण्डेय

(जयंती 30 जुलाई)

आचार्य गोविन्द चन्द्र पाण्डेय का जन्म 30 जुलाई 1923 को इलाहाबाद में हुआ था। मूल रुप से अल्मोड़ा के एक प्रतिष्ठित ब्राह्मण परिवार से थे इनके पिता लेखा सेवा के उच्च अधिकारी थे। 20वीं सदी के जाने माने चिंतक, इतिहास वेत्ता, संस्कृत के विद्वान तथा सौन्दर्यशास्त्री थे। वे संस्कृत हिब्रू तथा लेटिन आदि भाषाओं के असाधारण विद्वान थे। कई पुस्तकों का लेखन कार्य भी किये। सुभाष चन्द्र बोस के मित्र प्रो. क्षेत्रेश चन्द्र चट्टोपाध्याय के सानिध्य में उन्होंने डी.लिट की थी। उनके

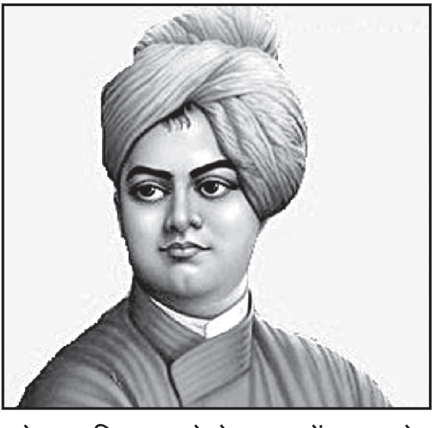


द्वारा संस्कृत भाषा में रचित तथा प्रकाशित प्रमुख ग्रन्थ दर्शन विमर्श (1996 वाराणसी), सौन्दर्य दर्शन विमर्श (1996 वाराणसी), एकं सद्विप्राः बहुधा वदन्ति (1997 वाराणसी), न्याय बिन्दु (1975 सारनाथ/जयपुर) आदि हैं। इतिहास के पांच ग्रन्थ और दर्शन के आठ ग्रन्थ जिसमें शंकराचार्य विचार और सन्दर्भ सर्वाधिक लोकप्रिय हैं। ज्योतिष पर भी उनकी अच्छी पकड़ थी। गोविन्द चन्द्र पाण्डेय ने राजस्थान और इलाहाबाद विश्वविद्यालय के कुलपति के रुप में भी कार्य किया। कई प्रतिष्ठित संस्थाओं के अध्यक्ष भी रहे। गोविन्द चन्द्र पाण्डेय जी को कुछ प्रतिष्ठित पुरस्कारों से भी नवाजा गया था जिसमें मूर्तिदेवी पुरस्कार, साहित्य अकादमी फैलोशिप, विश्वभारती सम्मान, शंकर सम्मान के अलावा 2010 में पद्मश्री सम्मान दिया गया। 88 वर्ष की उम्र में 21 मई 2011 को दिल्ली में उनका निधन हुआ।

स्वामी विवेकानन्द

(पुण्यतिथि 4 जुलाई)

स्वामी विवेकानंद का जन्म 12 जनवरी 1863 को कोलकाता में हुआ था। इनका नाम नरेन्द्र नाथ दत्त था। बचपन से ही इनमें आध्यात्म के प्रति गहरी रुचि थी। गरीब परिवार में जन्में नरेन्द्र स्वयं भूखे रहकर भी अतिथि सत्कार में कोई कसर नहीं छोड़ते थे। 16 वर्ष की आयु में स्नातक डिग्री प्राप्तकर वे हिन्दू धर्म में सुधार लाने तथा

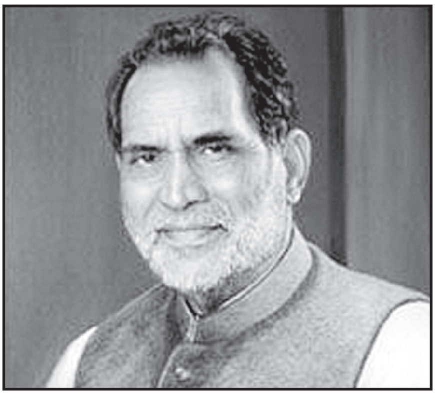


उसे आधुनिक बनाने के काम में जुट गये। इसी समय उन्हें गुरु के रुप में स्वामी रामकृष्ण मिल गये। जिन्होंने उन्हें विश्वास दिलाया कि ईश्वर है और मनुष्य उसे पा सकता है। पच्चीस वर्ष की अवस्था में नरेन्द्र दत्त ने काषाय वस्त्र धारण किया और सन्यासी जीवन व्यतीत करने का संकल्प लिया और भारत भ्रमण पर निकल लिये। फिर उन्होंने जर्मनी, रुस और पूर्वी यूरोप आदि देशों की यात्राएं की। 1897 में भारत आने पर उनका अभूतपूर्व सम्मान किया गया। अरविन्दो घोष, सुभाष चन्द्र बोस, सर जमशेद जी टाटा, रविन्द्रनाथ टैगोर तथा महात्मा गांधी जैसे महान लोगों ने स्वामी विवेकानन्द को भारत की आत्मा को जागृत करने वाला भारतीय राष्ट्रवाद के मसीहा के रुप में देखा। विवेकानन्द ने 1 मई 1897 में कोलकाता में रामकृष्ण मिशन और 9 दिसम्बर 1898 को बेलूर में रामकृष्ण मठ की स्थापना की। आधुनिक भारत के निर्माणकर्ता के रुप में प्रसिद्धि प्राप्त ओजस्वी और सारगर्भित व्याख्याता स्वामी विवेकानन्द जी 40 वर्ष की आयु में बीमारियों से घिर गये तब उन्होंने 4 जुलाई 1902 को बेलूर रामकृष्ण मठ में महासमाधि धारण कर प्राण त्याग दिया।

चन्द्रशेखर

(पुण्यतिथि 8 जुलाई)

चन्द्रशेखर का जन्म 1 जुलाई 1927 को उत्तर प्रदेश के बलिया जिले में इब्राहिमपुर गांव में हुआ था। इनका राजनीति के प्रति रुझान विद्यार्थी जीवन से ही हो गया था। क्रांतिकारी विचारों के कारण इन्हें युवा तुर्क के रुप में जाना जाता था। इलाहाबाद विश्वविद्यालय से परास्नातकोत्तर चन्द्रशेखर सिंह भारत के आठवें प्रधानमंत्री थे। समाजवादी आन्दोलन से जुड़े चन्द्रशेखर 1962 में राज्य सभा के लिए चयनित हुए। विचारों की अभिव्यक्ति के लिए 'यंग इण्डिया' समाचार पत्र का प्रकाशन, सम्पादन भी किया। जून 1975 में आपातकाल की घोषणा



हटने के बाद चन्द्रशेखर कांग्रेस (ई) के समर्थन से सत्तारुढ़ हुए इन्हें 10 नवम्बर 1990 को राष्ट्रपति रामास्वामी वेंकटारमण ने पद और गोपनीयता की शपथ दिलाई। प्रधानमंत्री बनने के बाद उन्होंने बेहद संयमित ढंग से दायित्वों का निर्वहन किया। 5 मार्च 1991 को कांग्रेस ने समर्थन वापस ले लिया। ऐसे में उन्होंने संसद भंग कर चुनाव की अनुशंसा कर दी इसके बाद 4 माह और पद पर बने रहे। चन्द्रशेखर को 1955 में योग्य सांसद का प्रथम पुरस्कार भी प्राप्त हुआ था। प्लाज्मा कैंसर से ग्रसित चन्द्रशेखर को 3 मई 2007 को दिल्ली के अस्पताल में भर्ती कराया गया जहां 8 जुलाई 2007 को इनका निधन हो गया, लेकिन चन्द्रशेखर एक कर्मठ, ईमानदार राजनीतिज्ञ के रुप में सदैव याद किये जाते हैं।

महाश्वेता देवी

(पुण्यतिथि 28 जुलाई)

भारत की प्रसिद्ध सामाजिक कार्यकर्ता और लेखिका महाश्वेता देवी का जन्म 14 जनवरी 1926 को अविभाजित भारत के ढाका में हुआ था। भारत के विभाजन के समय किशोरावस्था में ही इनका परिवार पश्चिम बंगाल में आकर रहने लगा था। इसके उपरांत उन्होंने विश्वभारती विश्वविद्यालय शांति निकेतन से बीए अंग्रेजी विषय के साथ किया। फिर अंग्रेजी साहित्य में मास्टर डिग्री प्राप्त की। कोलकाता विश्वविद्यालय से 1984 में सेवानिवृत्त हुई। उनकी सर्वाधिक लोकप्रिय रचनाओं में मीलू के पत्थर, मास्टर साब, कहानियां स्वाहा, रिपोर्टर, वान्टेड उपन्यास- नटी, अग्निगर्भ, झांसी की रानी, मर्डरर की मां, 1084 की मां, मातृ छवि, जकड़न, आत्मकथा उम्रकैद, अक्लांत कौरव आदि के साथ आलेख, यात्रा संस्मरण, नाटक आदि अमर कथानक हैं, जिन पर फिल्में भी बनी।

समाजसेवा के क्षेत्र में भी उन्होंने अग्रणी भूमिका निभाई। बिहार, मध्यप्रदेश, छत्तीसगढ़ के आदिवासी इलाके उनके कार्यक्षेत्र रहे। 1977 में महाश्वेता देवी को मैग्सेसे पुरस्कार, 1979 में उन्हें साहित्य अकादमी पुरस्कार, 1996 में ज्ञानपीठ, 1986 में पद्मश्री, 2006 में पद्म विभूषण सम्मान से सम्मानित किया गया। अस्वस्थता के कारण उन्हें 22 मई को कोलकाता के अस्पताल में भर्ती किया गया, जहां 28 जुलाई 2016 को दिल का दौरा पड़ने से उनका निधन हो गया।

घर पर बनाएं स्वादिष्ट आम फालूदा

गर्मी के दिनों में मैंगो फालूदा आइसक्रीम बनाना और अपनों को खिलाना एक बेहतरीन समय है, क्योंकि तपती गर्मी में कूल-कूल आइसक्रीम सभी को पसंद आती है। आज हम यहां आपके लिए खास तौर पर मैंगो फालूदा आइसक्रीम बनाने की एकदम सरल रेसिपी प्रस्तुत कर रहे हैं, उम्मीद हैं आपको यह बहुत पसंद आएगी।

फालूदा की परतों के लिए विशेष सामग्रीः

2 कप ठंडा दूध

2 बड़े चम्मच तुलसी / सब्जा बीज

2 बड़े चम्मच गुलाब का सिरप

1 कप उबाल कर रखी गई फालूदा सेंवई

1 कप ताजा आम का गूदा

1 कप फ्रेश कटे आम के कुछेक पीसेस

3 स्कूप वेनिला आइसक्रीम

2 बड़े चम्मच शकर (या अपनी आवश्यकतानुसार)

डेकोरेशन के लिए सामग्रीः

2 बड़े चम्मच कटे हुए मिक्स मेवे जैसे बादाम, काजू, पिस्ता आदि

5-6 केसर के लच्छे

सजावट हेतु गुलाब की पंखुड़ियां

फालूदा बेस और आइसक्रीम तैयार करने की विधिः

सबसे पहले फालूदा सेंवई को अच्छी नरम होने तक उबालकर उसका पानी निकाल दें और ठंडे पानी से धोकर अलग तरफ रख दें। फालूदा सेंवई यदि आपने पहले से ही उबाल कर रखी है तो अच्छी बात है।

अब सब्जा या तुलसी के बीज को तब तक पानी में भिगोए, जब तक कि वे फूल न जाएं। आप अपने अंदाज से 15-20 मिनट तक पानी में रख सकते हैं, फिर पानी को छानकर अलग रख दें।

एक बाउल में, शकर के साथ आम का गूदा मिलाएं और ताजे आम को छोटे-छोटे पीसेस में काट लें तथा आम की परत तैयार कर लें।

फिर फालूदा की परत तैयार करके एक सर्विंग गिलास लें, उसमें नीचे सबसे पहले 1 बड़ा चम्मच गुलाब सिरप डालें, तत्पश्चात उबले फालूदा सेव की एक परत डालकर ऊपर से 1 चम्मच भिगोए हुए सब्जा के बीज डालकर आम के गूदे की एक परत उस पर डालें। यदि आप गिलास को पूरा ऊपर तब भरना चाहते हैं तो इसमें ऊपर से ठंडा दूध डालें, इस समय सावधानी बरते और फिर ताजे आम के टुकड़े डाल दें।

अब फालूदा की परतों के ऊपर एक स्कूप से वेनिला आइसक्रीम रखें। और गार्निश करें।

अब इसे खूबसूरत लुक देने के लिए सजावट के तौर पर कटे मेवे, केसर के लच्छे बुरकाएं तथा गुलाब की पंखुड़ियां छिड़क दें। अब स्ट्रॉ के साथ तैयार कूल-कूल मैंगो फालूदा आइसक्रीम सर्व करें। यदि जरूरत हो तो साथ में एक चम्मच भी रख दें।

लीजिए आपकी तैयार आइसक्रीम अब घर आए मेहमानों तथा परिवार के सभी सदस्यों को परोसे, आम-फालूदा की यह खास आइसक्रीम सभी को बहुत पसंद आएगी।

मुल्तानी मिट्टी लगाते समय ना करें ये गलतियां

अपनी स्किन की केयर करने के लिए हम सभी कई तरह के इंग्रीडिएंट्स का इस्तेमाल करते हैं। इन्हीं में से एक है मुल्तानी मिट्टी। खासतौर से, ऑयली स्किन के लिए मुल्तानी मिट्टी का इस्तेमाल करना काफी अच्छा माना जाता है। इससे ना केवल चेहरे को ताजगी मिलती है, बल्कि एक चमक भी आती है। अक्सर अपनी स्किन को ठंडक देने और उसे पैम्पर करने के लिए हम मुल्तानी मिट्टी को अपने स्किन केयर रूटीन में शामिल करते हैं।

इस बात में कोई दोराय नहीं है कि मुल्तानी मिट्टी आपकी स्किन के लिए बहुत अधिक फायदेमंद है। लेकिन इसे सही तरह से इस्तेमाल करना बेहद जरूरी है। अगर आप इसे गलत तरीके से अपनी स्किन पर अप्लाई करती हैं, तो ये चेहरे को निखारने के बजाय और ज़्यादा रूखा-सूखा और बेजान बना सकती है। जी हां, मुल्तानी मिट्टी भले ही नेचुरल हो, लेकिन इसे लगाने का भी एक सही तरीका होता है। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको मुल्तानी मिट्टी को चेहरे पर लगाते समय की जाने वाली कुछ छोटी-छोटी गलतियों के बारे में बता रहे हैं, जिनसे आपको वास्तव में बचना चाहिए-

मास्क को बहुत देर तक लगाए रखना

मुल्तानी मिट्टी के मास्क को बहुत देर तक स्किन पर लगाकर छोड़ने की गलती नहीं करनी चाहिए। दरअसल, जब मिट्टी पूरी तरह सूख जाती है, तो वो त्वचा की सारी नमी खींच लेती है। ध्यान रखें कि जैसे ही मिट्टी हल्की सूखी दिखे, तो उसे धो लो। मास्क के लिए 10-15 मिनट काफी होते हैं।

बिना टेस्ट किए लगाना

हर किसी की त्वचा अलग होती है। किसी को एलर्जी भी हो सकती है। इसलिए पहली बार में ही मुल्तानी मिट्टी को पूरे चेहरे पर लगाने से बचना चाहिए। हमेशा पहले थोड़ा सा पेस्ट हाथ या कान के पीछे लगाकर देखो। अगर आपको किसी तरह की जलन या रेडनेस का अहसास हो रहा है तो इसे अवॉयड करें।

हर दिन मुल्तानी मिट्टी लगाना

यह सच है कि मुल्तानी मिट्टी स्किन को फायदा पहुंचाती है, लेकिन इसे हर दिन लगोन से बचना चाहिए। मुल्तानी मिट्टी रोज़ाना लगाने वाली चीज़ नहीं है, खासकर अगर त्वचा ड्राय या सेंसिटिव हो। इससे आपकी स्किन को कई तरह की परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है। इसलिए, मास्क को हफ्ते में 1 या 2 बार ही लगाएं।

सिर्फ मुल्तानी मिट्टी ही लगाना

भले ही आप मुल्तानी मिट्टी का मास्क बना रही हैं, लेकिन उसमें सिर्फ पानी मिक्स करके नहीं लगाना चाहिए। यह आपकी स्किन पर थोड़ा हार्श हो सकता है। हमेशा अपने स्किन टाइप के हिसाब से कुछ इंग्रीडिएंट्स मिक्स करों। मसलन, अगर आपकी स्किन ड्राई है तो आप शहद, दूध या एलोवेरा मिक्स करें। ऑयली स्किन के लिए मुल्तानी मिट्टी के साथ गुलाब जल, नींबू का रस, चंदन पाउडर का इस्तेमाल करना अच्छा माना जाता है। अगर आपकी स्किन सेंसेटिव है तो ऐसे में खीरे का रस या दही इस्तेमाल करें। ●

मध्य प्रदेश में उठाएं बीच का मजा

मध्य प्रदेश का गठन साल 1956 में हुआ था। यह देश के सबसे बड़े राज्यों में शामिल एक खूबसूरत और प्रमुख राज्य भी है। देश के मध्य में स्थित मध्य प्रदेश में कई ऐसी खूबसूरत और शानदार जगहें मौजूद हैं, जहां पर सिर्फ देशी ही नहीं बल्कि विदेशी पर्यटक भी घूमने के लिए पहुंचते रहते हैं। मध्य प्रदेश में भोपाल से लेकर इंदौर तक, ग्वालियर, मांडू, ओरछा और जबलपुर जैसी कई ऐतिहासिक जगहें हैं, जिनके बारे में लगभग हर कोई जानता है। वहीं मध्य प्रदेश में हनुवंतिया एक ऐसी जगह है, जहां पर आप बीच का लुत्फ उठा सकते हैं। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको हनुवंतिया की खूबसूरती और इसकी खासियत के बारे में बताने जा रहे हैं।

मध्य प्रदेश की राजधानी भोपाल से हनुवंतिया करीब 233 किलोमीटर दूर है। वहीं इंदौर से करीब 138 किमी, देवास से करीब 195 किमी और उज्जैन से 197 किमी दूर है।

बता दें कि इंदिरा सागर बांध के बैकवाटर में स्थित हनुवंतिया मध्य प्रदेश की एक मनमोहक जगह है। हनुवंतिया को कई लोग आइलैंड या हनुवंतिया टापू के नाम से भी जानते हैं। इस जगह की खूबसूरती इस कदर प्रचलित है कि लोग इसको एमपी का 'मिनी गोवा' भी कहते हैं।

यह जगह अपनी प्राकृतिक सुंदरता के साथ एक फेमस पर्यटन स्थल माना जाता है। यहां पर गर्मियों में भारी संख्या में पर्यटक घूमने के लिए पहुंचते हैं। हनुवंतिया टापू नीले रंग के पानी और खूबसूरती के कारण गोवा की याद दिलाता है। वहीं मानसून में हनुवंतिया की खूबसूरती अपने चरम पर होती है।

सैलानियों के लिए क्यों है खास

गर्मियों में हनुवंतिया को मध्य प्रदेश को एक परफेक्ट पॉइंट माना जाता है। खासकर वीकेंड में भारी संख्या में पर्यटक घूमने और पिकनिक मनाने के लिए पहुंचते हैं।

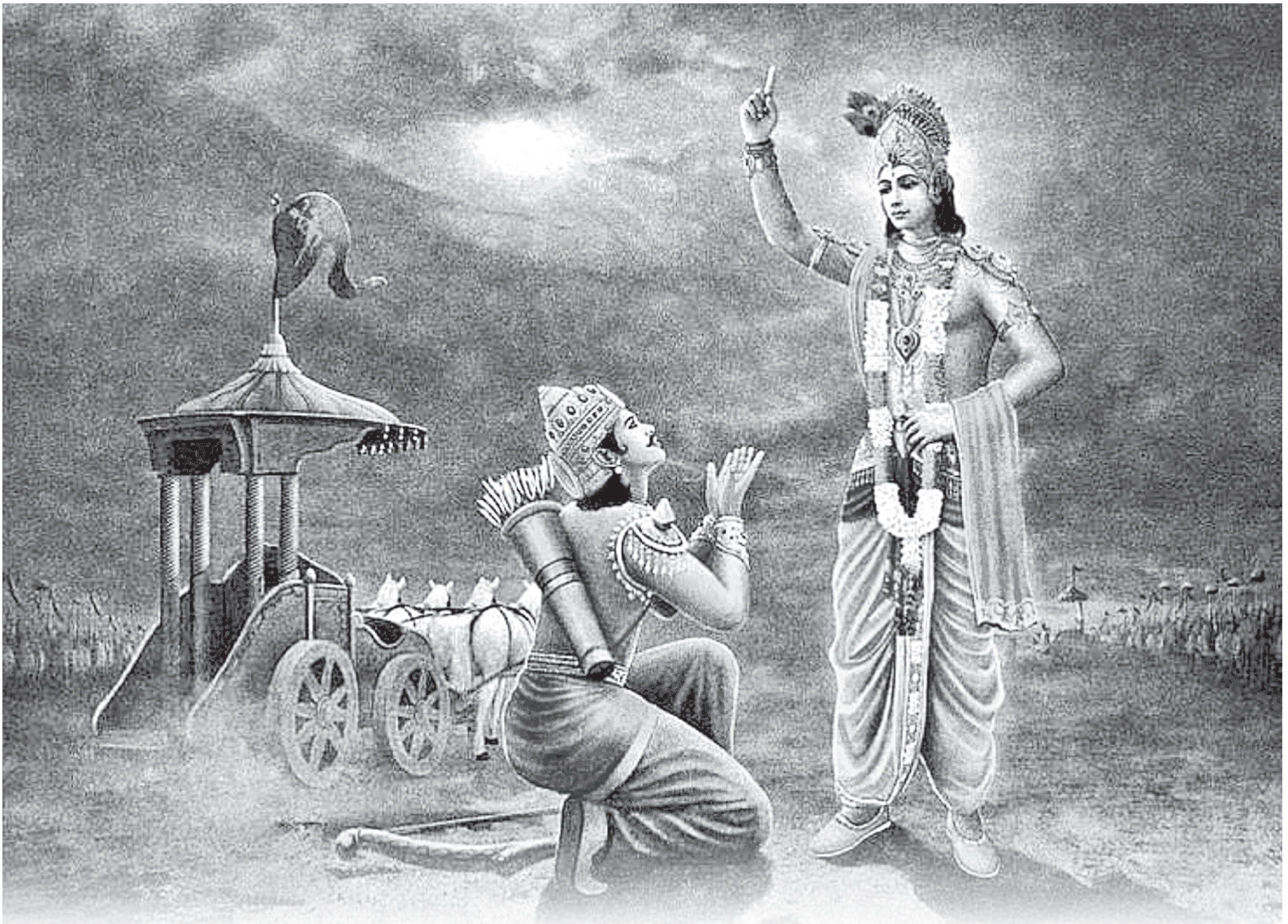
हनुवंतिया का शांत और शुद्ध वातावरण पर्यटकों को खूब आकर्षित करता है। यह जगह अपनी खूबसूरती के अलावा एडवेंचर एक्टिविटी के लिए जाना जात है। यहां पर कई लोग सिर्फ एडवेंचर एक्टिविटी करने के लिए पहुंचते हैं।

वॉटर स्पोर्ट्स के लिए है फेमस

बता दें कि हनुवंतिया बीच मध्य प्रदेश में सबसे ज्यादा वाटर एक्टिविटी के लिए जाना जाता है। यहां पर कई सैलानी सिर्फ मोटरबोटिंग, गोताखोरी, जेट स्कीइंग, सर्फिंग और जोरबिंग के अलावा हॉट एयर बैलूनिंग और पैरा एक्टिविटीज जैसी शानदार और मजेदार एक्टिविटी के लिए पहुंचते हैं।

हर साल हनुवंतिया आइलैंड में जल महोत्सव का आयोजन किया जाता है। इस महोत्सव में शामिल होने के लिए हर साल हजारों की संख्या में पर्यटक शामिल होते हैं।

श्रीमद्भगवद्गीताः एक आध्यात्मिक जीवन का मार्गदर्शन



▪ *पं. श्यामधर शुक्ल*

श्रीमद्भगवद्गीता, जिसे संक्षेप में 'गीता' कहा जाता है, भारतीय आध्यात्मिक और दार्शनिक परंपरा का एक अमर रत्न है। यह महाभारत के भीष्म पर्व का हिस्सा है और भगवान श्रीकृष्ण द्वारा अर्जुन को दिए गए उपदेशों का संग्रह है। कुरुक्षेत्र के युद्धक्षेत्र में, जब अर्जुन धर्म और कर्तव्य के द्वंद्व में उलझे थे, तब श्रीकृष्ण ने गीता के माध्यम से न केवल अर्जुन का मार्गदर्शन किया, बल्कि समस्त मानवजाति के लिए एक आध्यात्मिक जीवन का रोडमैप प्रस्तुत किया। गीता केवल एक धार्मिक ग्रंथ नहीं है, बल्कि यह एक जीवन दर्शन है, जो आध्यात्मिकता, कर्म, भक्ति, और ज्ञान के माध्यम से जीवन को संतुलित और अर्थपूर्ण बनाने का मार्ग दिखाता है।

गीता का ऐतिहासिक और आध्यात्मिक महत्व

गीता का संदेश कालजयी और सार्वभौमिक है। यह न केवल हिंदू धर्म का आधार है, बल्कि विश्व भर के विचारकों, दार्शनिकों और आध्यात्मिक साधकों के लिए प्रेरणा का स्रोत रही है। महात्मा गांधी, स्वामी विवेकानंद, और अल्बर्ट आइंस्टीन जैसे महान व्यक्तित्वों ने गीता की शिक्षाओं को जीवन में उतारने की प्रेरणा ली। गीता का केंद्रीय विचार यह है कि जीवन एक युद्धक्षेत्र है, और प्रत्येक व्यक्ति को अपने कर्तव्यों का पालन करते हुए आध्यात्मिक विकास की ओर अग्रसर होना चाहिए।

गीता के प्रमुख दर्शन

गीता में तीन प्रमुख मार्गों–कर्मयोग, भक्तियोग, और ज्ञानयोग–के साथ-साथ ध्यानयोग का भी उल्लेख है। ये मार्ग जीवन को संतुलित और आध्यात्मिक दृष्टि से समृद्ध बनाने के लिए एक दूसरे के पूरक हैं। आइए इन मार्गों को विस्तार से समझेंः

1. कर्मयोगः निष्काम कर्म का मार्ग

कर्मयोग गीता का एक प्रमुख सिद्धांत है, जिसमें श्रीकृष्ण अर्जुन को सिखाते हैं कि कर्म

करना मानव का कर्तव्य है, लेकिन फल की इच्छा के बिना।

'कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन।'

(आपका अधिकार केवल कर्म पर है, उसके फल पर नहीं।)

यह सिद्धांत हमें जीवन में कर्तव्यनिष्ठा और निस्वार्थता सिखाता है। कर्मयोग कहता है कि हमें अपने कार्य को पूरी निष्ठा और समर्पण के साथ करना चाहिए, लेकिन परिणाम की चिंता छोड़ देनी चाहिए। यह आधुनिक जीवन में विशेष रूप से प्रासंगिक है, जहाँ तनाव और अपेक्षाएँ अक्सर मानसिक शांति को भंग करती हैं। उदाहरण के लिए, एक कर्मचारी को अपने काम को पूरी मेहनत से करना चाहिए, लेकिन पदोन्नति या प्रशंसा की अपेक्षा नहीं करनी चाहिए। इससे न केवल कार्य की गुणवत्ता बढ़ती है, बल्कि मन की शांति भी बनी रहती है।

2. भक्तियोगः प्रेम और समर्पण का मार्ग

भक्तियोग वह मार्ग है, जिसमें व्यक्ति अपने मन, वचन, और कर्म को ईश्वर के प्रति समर्पित करता है। श्रीकृष्ण कहते हैंः

'मन्मना भव मद्भक्तो मद्याजी मां नमस्कुरु।'

(मेरे प्रति मन लगाओ, मेरा भक्त बनो, मेरी पूजा करो और मुझे प्रणाम करो।)

भक्तियोग में भक्ति का अर्थ केवल पूजा-पाठ तक सीमित नहीं है, बल्कि यह एक जीवन जीने का तरीका है, जिसमें प्रत्येक कार्य को ईश्वर को समर्पित किया जाता है। यह मार्ग हमें सिखाता है कि जीवन की हर परिस्थिति में, चाहे सुख हो या दुख, ईश्वर पर विश्वास बनाए रखना चाहिए। भक्तियोग का अभ्यास करने से व्यक्ति का अहंकार कम होता है और वह प्रेम, करुणा, और विनम्रता से भरा जीवन जीता है।

3. ज्ञानयोगः आत्म-जागृति का मार्ग

ज्ञानयोग आत्मा और परमात्मा के बीच संबंध को समझने का मार्ग है। यह हमें सिखाता है कि हमारा वास्तविक स्वरूप आत्मा है, जो नश्वर शरीर से अलग है।

'न जायते म्रियते वा कदाचिन्।'

(आत्मा न कभी जन्म लेती है, न मरती है।)

यह मार्ग हमें माया और अज्ञानता के आवरण को हटाकर सत्य को पहचानने की प्रेरणा देता है। ज्ञानयोग के अभ्यास में ध्यान, आत्म-चिंतन, और शास्त्रों का अध्ययन शामिल है। यह हमें जीवन की नश्वरता और आत्मा की अमरता को समझने में मदद करता है, जिससे भय, क्रोध, और लोभ जैसे नकारात्मक भाव कम होते हैं।

4. ध्यानयोगः मन की शांति का मार्ग

ध्यानयोग गीता का एक और महत्वपूर्ण पहलू है, जो मन को नियंत्रित करने और आंतरिक शांति प्राप्त करने पर केंद्रित है। श्रीकृष्ण कहते हैं कि मन को स्थिर करना कठिन है, लेकिन अभ्यास और वैराग्य के द्वारा यह संभव है। ध्यानयोग हमें सिखाता है कि नियमित ध्यान और आत्म-नियंत्रण के माध्यम से हम अपने मन को शांत और केंद्रित रख सकते हैं। यह आधुनिक जीवन में विशेष रूप से उपयोगी है, जहाँ तनाव और व्याकुलता आम बात है।

गीता का आधुनिक जीवन में महत्व

आज के युग में, जब व्यक्ति तनाव, अवसाद, और भौतिक सुखों की दौड़ में खोया हुआ है, गीता का संदेश एक दीपस्तंभ की तरह मार्गदर्शन करता है। गीता हमें सिखाती है किः

संतभृष्टिः हर परिस्थिति में समता बनाए रखें। सुख-दुख, लाभ-हानि, और सम्मान-अपमान में एक समान रहना ही सच्ची आध्यात्मिकता है।

कर्तव्यनिष्ठाः अपने कर्तव्यों का पालन करें, चाहे परिस्थितियाँ कितनी भी विपरीत क्यों न हों।

आत्म-नियंत्रणः मन और इंद्रियों पर नियंत्रण रखकर जीवन को संतुलित बनाएँ।

ईश्वर पर विश्वासः जीवन की अनिश्चितताओं में भी ईश्वर पर भरोसा रखें।

उदाहरण के लिए, एक छात्र जो परीक्षा की तैयारी कर रहा है, गीता के कर्मयोग को अपनाकर बिना परिणाम की चिंता किए मेहनत कर सकता है। एक व्यवसायी भक्तियोग के माध्यम से अपने कार्य को ईश्वर को समर्पित कर तनावमुक्त रह सकता है। इसी तरह, ज्ञानयोग और ध्यानयोग के अभ्यास से व्यक्ति अपनी आंतरिक शक्ति को पहचान सकता है।

गीता और नैतिकता

गीता नैतिकता और धर्म के महत्व को भी रेखांकित करती है। श्रीकृष्ण अर्जुन को समझाते हैं कि धर्म का अर्थ केवल रीति-रिवाज नहीं, बल्कि वह कार्य है जो समाज और आत्मा के लिए उचित और लाभकारी हो। गीता हमें सिखाती है कि सत्य, अहिंसा, और करुणा के साथ जीवन जीना ही सच्चा धर्म है।

निष्कर्ष

श्रीमद्भगवद्गीता केवल एक ग्रंथ नहीं, बल्कि एक जीवन जीने की कला है। यह हमें सिखाती है कि जीवन की हर चुनौती को एक अवसर के रूप में देखें और अपने कर्तव्यों का पालन करते हुए आध्यात्मिक विकास की ओर बढ़ें। गीता का संदेश आधुनिक जीवन में भी उतना ही प्रासंगिक है, जितना वह हजारों वर्ष पहले था। यह हमें आत्म-जागृति, संतुलन, और शांति का मार्ग दिखाती है।

यदि आप अपने जीवन में गीता के सिद्धांतों को अपनाना चाहते हैं, तो छोटे-छोटे कदमों से शुरुआत करें। रोज़ाना गीता के एक श्लोक को पढ़ें, उसका अर्थ समझें, और उसे अपने जीवन में लागू करने का प्रयास करें। ध्यान और आत्म-चिंतन के लिए समय निकालें। अपने कार्य को निस्वार्थ भाव से करें और जीवन को एक आध्यात्मिक यात्रा के रूप में देखें। गीता का यह मार्गदर्शन न केवल आपको आंतरिक शांति देगा, बल्कि आपके जीवन को उद्देश्यपूर्ण और अर्थपूर्ण बनाएगा।

'यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारत। अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम्।'

(जब-जब धर्म की हानि होती है और अधर्म बढ़ता है, तब-तब मैं स्वयं को प्रकट करता हूँ।)

गीता का यह संदेश हमें विश्वास दिलाता है कि सत्य और धर्म हमेशा विजयी होते हैं, और यह हमें अपने जीवन को सही दिशा में ले जाने की प्रेरणा देता है। ●

भगवान शिव का प्रिय माह सावन

भगवान शिव का प्रिय माह सावन है, जिसे श्रावण मास के नाम से भी जानते हैं. सावन का हर दिन विशेष होता है, क्योंकि प्रतिपदा से पूर्णिमा तक हर दिन शिव वास होता है. इसमें भी सावन सोमवार व्रत का बड़ा महत्व है. मनोकामनाओं की पूर्ति और संकटों को दूर करने के लिए लोग सावन सोमवार व्रत करते हैं और महादेव की शरण में जाते हैं. इस समय वे सृष्टि के पालक और संहारक दोनों ही भूमिकाओं में होते हैं. कहा जाता है कि सावन में आप एक लोटा जल से शिवलिंग का अभिषेक कर देते हैं तो आपके सभी कष्ट मिट जाएंगे. ऐसे में सावन सोमवार के दिन शिवलिंग का जलाभिषेक तो और भी पुण्य फलदायी होता है. काशी के ज्योतिषाचार्य चक्रपाणि भट्ट से जानते हैं कि सावन सोमवार व्रत कब से शुरू है? श्रावण मास का प्रारंभ कब से हो रहा है?

सावन माह का प्रारंभ 2025

दृक पंचांग के अनुसार, इस साल सावन माह के कृष्ण पक्ष की प्रतिपदा तिथि 11 जुलाई दिन शुक्रवार को तड़के 02 बजकर 06 मिनट से प्रारंभ होगी. इस तिथि का समापन 12 जुलाई दिन शनिवार को तड़के 2 बजकर 8 मिनट पर होगा. उदयातिथि के आधार पर सावन माह 11 जुलाई दिन शुक्रवार से शुरू होगा.

सावन माह का समापन 2025

इस साल सावन माह का समापन 9 अगस्त दिन शनिवार को होगा. उस दिन श्रावण पूर्णिमा तिथि होगी. सावन कृष्ण पक्ष प्रतिपदा से श्रावण का प्रारंभ होता है और समापन सावन पूर्णिमा के दिन होता है.

सावन सोमवार व्रत 2025 तारीख

इस बार सावन माह में 4 सोमवार व्रत पड़ेंगे. जिन लोगों को सोमवार व्रत का प्रारंभ करना है, वे लोग पहले सावन सोमवार से व्रत का प्रारंभ कर सकते हैं. जो लोग विशेष मनोकामनाओं की पूर्ति के लिए व्रत रखना

चाहते हैं, उनको भी पहले सावन सोमवार से व्रत रखना चाहिए. इस बार 4 सावन सोमवार व्रत हैं, तो आप इन व्रतों को करके इसके बाद एक और सोमवार व्रत कर लें, ताकि आपके 5 सोमवार व्रत पूरे हो जाएंगे. वैसे 16 सोमवार व्रत करने का विधान है.

1. पहला सावन सोमवार व्रतः 14 जुलाई, 2025

2. दूसरा सावन सोमवार व्रतः 21 जुलाई, 2025

3. तीसरा सावन सोमवार व्रतः 28 जुलाई, 2025

4. चौथा सावन सोमवार व्रतः 4 अगस्त, 2025

सावन सोमवार व्रत 2025 जलाभिषेक समय

सावन सोमवार के दिन प्रातःकाल से ही भक्तों का जमावड़ा शिव मंदिरों में हो जाता है. इस दिन आप ब्रह्म मुहूर्त में स्नान करने के बाद साफ कपड़े पहनें. उसके बाद एक साफ लोटे में गंगाजल या साफ पानी भरकर उसमें गाय का दूध डाल लें. कुछ फूल और बेलपत्र रख लें. फिर इससे जल से शिवलिंग का अभिषेक करें. सावन सोमवार के दिन जलाभिषेक प्रातःकाल से ही शुरू हो जाता है और पूरे दिन चलता है.

सावन सोमवार व्रत का महत्व

1. सावन सोमवार का व्रत अखंड सौभाग्य और सुख दांपत्य जीवन के लिए किया जाता है. इसमें भगवान शिव और माता पार्वती की विधिपूर्वक पूजा करनी चाहिए.

2. जिन युवतियों को मनचाहे वर की कामना होती है, उनको भी सावन सोमवार व्रत रखना चाहिए. शिव कृपा से उनको उत्तम जीवनसाथी की प्राप्ति होती है.

3. वैवाहिक जीवन की समस्याओं को दूर करने के लिए सावन सोमवार व्रत उत्तम माना जाता है.

4. रोग, दोष, कष्ट, क्लेश आदि से मुक्ति के लिए भी सावन सोमवार व्रत रखा जाता है.

5. उत्तम संतान की प्राप्ति के लिए सावन सोमवार व्रत करते है.

6. धन, सुख, समृद्धि, मोक्ष की कामना से भी सावन सोमवार व्रत रखते हैं. भगवान भोलेनाथ के आशीर्वाद से सबकुछ संभव हो जाता है.

7. अकाल मृत्यु, कालसर्प दोष, भय, शत्रु से मुक्ति के लिए सावन सोमवार के दिन रुद्राभिषेक कराने की महत्ता है.

सावन के सोमवार पर बने कौनसे अद्भुत योग

सावन के पहले सोमवार 14 जुलाई को है इस बार धनिष्ठा नक्षत्र और आयुष्मान योग का शुभ संयोग रहेगा। साथ ही इस दिन गणेश चतुर्थी का भी दुर्लभ संयोग बन रहा है।

सावन का दूसरा सोमवार 21 जुलाई को इस दिन रोहिणी नक्षत्र में चंद्रमा वृषभ राशि में रहेंगे। जिससे गौरी योग में सावन का दूसरा सोमवार रहेगा। इस दिन कामिका एकादशी और सर्वार्थ सिद्धि योग का भी शुभ संयोग बन रहा है इस दिन व्रत करने से भगवान शिव के साथ साथ भगवान विष्णु की कृपा मिलेगी और वृद्धि योग होने से सुख संपत्ति में वृद्धि होगी।

सावन का तीसरा सोमवार 28 जुलाई को चंद्रमा पूर्वाफाल्गुनी नक्षत्र और उत्तरा फाल्गुनी नक्षत्र में संचार करेंगे और इस दिन सिंह राशि में चंद्रमा के होने से धन योग का बेहद शुभ संयोग रहेगा। इस दिन मंगल भी गोचर करने जा रहे हैं। ऐसे में भगवान शिव की उपासना से मंगल दोष और कालसर्प दोष प्रतिकूल प्रभाव में कमी आएगी। वृद्ध चतुर्थी का भी संयोग इस दिन रहने वाला है। इस दिन भगवान शिव और गणेशजी के आशीर्वाद से भक्तों की मनोकामना पूरी होंगी।

सावन का चौथा और आखिरी सोमवार 4 अगस्त को होगा और इस दिन सर्वार्थ सिद्धि योग का संयोग रहेगा। इस दिन चंद्रमा अनुराधा नक्षत्र और चित्रा नक्षत्र से वृश्चिक राशि पर संचार करेंगे। साथ ही इस दिन ब्रह्म और इंद्र योग का संयोग भी रहेगा।

जुलाई मास का राशिफल

पं0 राम कृपाल शुक्ल

धर्मशास्त्राचार्य, पुराणेतिहासाचार्य एवं कर्मकाण्ड कोविद

मो. 9415820597

मेष- आपके लिए यह माह अच्छा है। सभी दिशाओं में प्रगति होगी। अन्न, धन, वस्त्र, आभूषण का आगम बन सकता है। रुके हुए धन की प्राप्ति हो सकती है। शत्रु पराजित होंगे और मित्रों का सहयोग मिलेगा। सम्पूर्ण माह रोगमुक्त रहेंगे। चित्त प्रसन्न रहेगा। जनसम्पर्क से लाभ होगा। दिनांक 13, 19, 23, 29 नेष्ट हैं।

वृष- आपके लिए यह माह ठीक-ठाक है। सामान्य प्रगति का योग है। परिवार के लोगों का साथ मिलेगा। माह पर्यन्त मनोरंजक वातावरण रहेगा। समय सुगम प्रतीत होगा। किसी अच्छे व्यक्ति से सम्पर्क होगा जो भविष्य में लाभदायक सिद्ध होगा। माह के दूसरे सप्ताह से भाग्य साथ देने लगेगा, फिर भी कुछ उतार-चढ़ाव रहेगा। दिनांक 8, 12, 14, 18 नेष्ट हैं।

मिथुन- आपके यह माह सामान्य है। सफलता के लिए विशेष श्रम करना पड़ेगा। सामान्य लाभ का योग है। श्रेष्ठजन सहायक बनेंगे और आपका मार्गदर्शन करेंगे। लम्बे समय से बनी निराशा की मनःस्थिति में कमी आयेगी। श्रम का लाभ मिलेगा। व्यापार मन्दा रहेगा। साहस बनाए रखने की जरुरत है। विद्यार्थियों के लिए माह अच्छा रहेगा। प्रयत्न करते रहे। दिनांक 3, 10, 27, 29 नेष्ट हैं।

कर्क- आपके लिए माह अच्छा है। नियमित लाभ का योग बन रहा है। सोचे हुए कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। परेशानियां कम होंगी। विविध आर्थिक योजनाएं बनेंगी। शत्रु पक्ष कमजोर पड़ेगा। भाग्य और कर्म के संयोग से सफलता सुनिश्चित है। आपका प्रत्येक कार्य बनेगा। पारिवारिक सुख मिलेगा। धन प्राप्ति होगी। विघ्न-बाधाएं टलती जाएंगी। मित्र अनुकूल रहेंगे। राजनेताओं के लिए समय अच्छा है। दिनांक 9, 18, 27 नेष्ट हैं।

सिंह- आपके लिए यह माह सामान्य है। किसी अनजानी समस्या का सामना करना पड़ सकता है। व्यर्थ की चर्चा में समय बीत सकता है। विवादों से नुकसान उठाना पड़ेगा। आपकी रुचि उपभोक्ता वस्तुओं में बढ़ेगी जिसके कारण धन खर्च होगा। परिवार में मौसमी रोगों के कारण परेशानी हो सकती है। कुछ नए सम्पर्क भी बन सकते हैं जो भविष्य में सहायक सिद्ध होंगे। व्यापार में लाभ बढ़ेगा। दिनांक 4, 10, 20, 29 नेष्ट हैं।

कन्या- आपके लिए माह मध्यम है। मानसिक रुप से अशांत रहने का योग है। स्पष्ट है कि कठिनाइयां रहेंगी। किन्तु धीरे-धीरे सब सामान्य हो जायेगा। पहले से चली आ रही चिन्ताएँ कम होंगी। दुविधाएँ समाप्त होंगी। पारिवारिक सदस्यों के कारण भाग-दौड़ लगी रहेगी। भविष्य को लेकर चिन्ता बढ़ेगी। बुजुर्गों को स्वास्थ्य की परेशानी हो सकती है। समारात्मक सोच बनाए रखें। दिनांक 2, 10, 20, 29 नेष्ट हैं।

तुला- आपके लिए यह माह सामान्य है। अप्रत्याशित लाभ का योग बन रहा है। दाम्पत्य जीवन सुखमय होने के आसार हैं। विवादों से बचना होगा ताकि मानसिक शान्ति बनी रहे। कुछ निराशा करने वाले समावार मिल सकते हैं। उद्योग से जुड़े व्यक्तियों को लाभ मिलेगा। व्यापारिक उन्नति होगी। सामान्यतः व्यय में वृद्धि होगी। आय में भी वृद्धि का समय है। दिनांक 3, 10, 19, 29 नेष्ट हैं।

वृश्चिक- आपका यह माह मध्यम है। मासान्त तक समस्याओं के निराकरण का योग है और फिर प्रशंसा भी प्राप्त होगी। सट्टा लगाने और शेयर खरीदने से बचें। घर बाहर स्थितियाँ संघर्षपूर्ण हैं। धैर्य से काम निकालना होगा। शारीरिक पीड़ा और मानसिक ग्लानि दोनों के शिकार हो सकते हैं।व्यापार करने वाले सतर्कता से काम करें। दिनांक 2, 12, 22 नेष्ट हैं।

धनु- आपका यह माह मिलाजुला है। रोगों का आक्रमण हो सकता है। ज्वर, श्वांस, कफ से परेशान हो सकते हैं। सहयोगी कम मददगार होंगे। विरोधों और अवरोधों का सामना करना पड़ सकता है। कठोर वचन सहने का समय है। आत्मचिन्तन करना चाहिए। यात्रा से लाभ का योग है। संयम से असुविधाएँ दूर होंगी। विद्यार्थियों के लिए सफलता का योग है। दिनांक 2, 9, 13, 19 नेष्ट हैं।

मकर- आपका यह माह मध्यम है। शनि की साढ़ेसाती चल रही है। हर क्षेत्र में कठिनाइयाँ हैं। चित्त में अस्थिरता और कमजोरी बनी रह सकती है। पारिवारिक सुख शान्ति प्रभावित है। कष्ट और तनाव घेरे रहेंगे। शत्रु बाधा प्रबल है। रोगों में कफ, श्वांस, बुखार का आक्रमण हो सकता है। दिनचर्या प्रभावित रहेगी। विवादों से बचें। धैर्य बनाए रहें। उतार-चढ़ाव से घबराएँ नहीं, लाभ होगा। दिनांक 6, 16, 27, 30 नेष्ट हैं।

कुम्भ- आपका यह माह ठीक-ठाक है। दौड़-धूप अधिक हो सकती है। जिससे थकान का अनुभव करेंगे। पारिवारिक सहयोग बना रहेगा और इससे आपको प्रसन्नता मिलेगी। आपकी राशि पर शनि की साढ़ेसाती है। शनि देव कृपालु रहेंगे। सोच विचार में आध्यात्मिकता रहेगी। आर्थिक लाभ का समय है। रहन सहन ऊँचा होगा। प्रयत्न कामयाब रहेंगे। दिनांक 5, 18, 25 नेष्ट हैं।

मीन- आपका यह माह मिला जुला है। कुछ बाधाएँ हैं जो कुछ सुविधाएं हैं। माह पर्यन्त दौड़ धूप बनी रह सकती है। शिर रोग, नेत्र रोग पीड़ित कर सकते हैं। थकान कष्ट देगी किन्तु पारिवारिक जीवन सुखमय रहेगा। गृहस्थी के दायित्व पूरा करेंगे। अधिकारियों का सहयोग मिलेगा। कुछ प्रयत्न विफल हो सकते हैं। दिनांक 3, 12, 22, 28 नेष्ट हैं।

पुरुषों की तुलना में महिलाओं में अधिक होता है इन बीमारियों का खतरा

दुनियाभर में क्रॉनिक बीमारियों का खतरा बढ़ता जा रहा है। जिसके कारण स्वास्थ्य संबंधी सेवाओं पर अतिरिक्त दबाव पड़ा है। स्वस्थ जीवन जीना हर किसी की चाहत होती है। लेकिन तनाव, लाइफस्टाइल में कमी, खानपान की आदतों और हार्मोनल बदलाव होने से शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं बढ़ती जा रही हैं। हेल्थ एक्सपर्ट के मुताबिक महिलाएं कई गंभीर बीमारियों की चपेट में जल्दी आ जाती है। वहीं कई बीमारियां ऐसी होती हैं, जो महिलाओं में पुरुषों की तुलना में अधिक देखने को मिलती है। यही वजह है कि डॉक्टर कम उम्र में सभी महिलाओं को अपने स्वास्थ्य को लेकर सावधानी बरतने की सलाह देते हैं। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको बताने जा रहे हैं कि महिलाओं में किन बीमारियों का अधिक खतरा होता है।

आर्थराइटिस की समस्या

हेल्थ एक्सपर्ट के मुताबिक किसी को भी किसी भी उम्र में बीमारियां हो सकती हैं। लेकिन 50 साल की उम्र के बाद महिलाओं का स्वास्थ्य कई प्रकार से प्रभावित होने लगता है। इसके पीछे हार्मोनल, जैविक और लाइफस्टाइल संबंधी कारण जिम्मेदार हो सकते हैं।

यही कारण है कि मेनोपॉज के बाद महिलाओं में डायबिटीज, आर्थराइटिस, हृदय रोग, सांस की समस्या और एनीमिया के मामले काफी ज्यादा देखने को मिलते हैं। वहीं वजन बढ़ना, अनुचित खानपान और शारीरिक गतिविधि की वजह से गठिया आदि का जोखिम अधिक हो सकता है।

थायरॉइड का जोखिम

एक रिपोर्ट के मुताबिक दुनिया में करीब 200 मिलियन यानी की 20 करोड़ से अधिक लोग थायरॉइड का शिकार हैं। यह विकार बच्चों से लेकर बुजुर्गों तक और महिला-पुरुष किसी को भी हो सकता है। लेकिन आंकड़ों से पता चलता है कि पुरुषों की तुलना में महिलाओं में थायरॉइड की समस्या अधिक होती है।

महिलाओं में पुरुषों की तुलना में थायरॉइड विकार की आशंका 8 से 10 गुना अधिक होती है। महिलाओं में हार्मोनल असंतुलन महिलाओं को इस विकार के प्रति अधिक संवेदनशील बना सकता है।

हृदय रोग

दुनियाभर में बड़ी संख्या में महिलाओं को हृदय रोग का खतरा भी प्रभावित करता है। एक रिपोर्ट के मुताबिक दिल की

बीमारियों के कारण हर साल महिलाएं अपनी जान गंवाती हैं। महिलाओं में हृदय रोग के मामलों के लिए एस्ट्रोजन हार्मोन के असंतुसन को बड़ा कारण माना जाता है। इससे रक्त वाहिकाओं पर असर होता है।

तनाव और अवसाद की समस्या भी महिलाओं में अधिक देखी जाती है। जोकि हृदय रोग को बढ़ा सकती है। ऐसे में नियमित व्यायाम और बीपी की जांच, संतुलित आहार लेना चाहिए। वहीं शराब और धूम्रपान से दूरी बनाकर हृदय रोगों से बचे रह सकते हैं।

कैंसर के मामले

महिलाओं को कुछ प्रकार के कैंसर के मामले भी प्रभावित करते हैं। डब्ल्यूएचओ के मुताबिक महिलाओं में स्तन कैंसर के मामले सबसे आम होते हैं। भारत में यह कैंसर का मामला काफी तेजी से बढ़ रहा है। वहीं महिलाओं में सर्वाइकल कैंसर का जोखिम भी काफी बढ़ा है। कैंसर के बढ़ते जोखिम के लिए मोटापा, फैमिली हिस्ट्री और हार्मोनल असंतुलन को जिम्मेदार माना जाता है। सर्वाइकल कैंसर के लिए एचपीवी संक्रमण का जिम्मेदार माना जाता है।

एक्सपर्ट की मानें, तो महिलाओं को अपने स्वास्थ्य के प्रति और बीमारियों के प्रति जागरुक रहना चाहिए।

महिलाओं को संतुलित आहार, व्यायाम, नियमित हेल्थ चेकअप और मानसिक स्वास्थ्य पर ध्याना देना जरूरी है।

महिलाओं को युवावस्था से इन बातों का पालन करना चाहिए। इससे वह एक स्वस्थ और खुशहाल जीवन जी सकती हैं। ●

हल्दी वाला दूध पीने के जबरदस्त फायदे

हर रात सोने से पहले हल्दी वाला दूध पीना शरीर के लिए बेहद लाभकारी है। यह आयुर्वेद का ऐसा तोहफा है जो आपके शरीर और मन दोनों को फायदा पहुंचाता है। इम्यून सिस्टम के लिए वरदान से कम नहीं है हल्दी वाला दूध! चरक संहिता में हल्दी अपने आप में बेहतरीन औषधि मानी गई है। इसे आयुर्वेद में 'हरिद्र' कहा गया है। हल्दी त्वचा रोग, सूजन और विषैले तत्वों को दूर करने के लिए जानी जाती है। इसमें करक्यूमिन नामक तत्व होता है जो शरीर में सूजन कम करता है, रोगों से लड़ने में मदद करता है और एंटीऑक्सीडेंट की तरह काम करता है। वहीं दूसरी तरफ, दूध को आयुर्वेद में शरीर की बुनियादी ताकत को बढ़ाने वाला माना गया है। जब ये दोनों मिलते हैं, तो ये त्रिदोष यानी वात, पित्त, कफ को संतुलन में लाते हैं।

अगर आप नींद नहीं आने की शिकायत से परेशान रहते हैं, तो हल्दी वाला दूध आपके लिए रामबाण हो सकता है। इसमें मौजूद ट्रिप्टोफान नामक अमीनो एसिड मस्तिष्क को शांत करता है और गहरी नींद लाने में मदद करता है। यह इम्यून सिस्टम को भी मजबूत करता है। यही नहीं, हल्दी वाला दूध सर्दी-जुकाम, खांसी, गले की खराश जैसी आम बीमारियों में राहत देता है।

दूध से मिलने वाला कैल्शियम और हल्दी का सूजन कम करने वाला गुण मिलकर हड्डियों और जोड़ों को ताकत देते हैं, खासतौर पर गठिया या कमर दर्द में।

इसके अलावा, स्किन की परेशानियों जैसे मुंहासे, खुजली या फोड़े-फुंसियों में भी यह काफी लाभकारी है क्योंकि हल्दी खून को शुद्ध करती है।

पाचन की बात करें तो हल्दी लिवर को साफ करती है और पाचन क्रिया को बेहतर बनाती है, जिससे गैस, कब्ज या एसिडिटी से राहत मिलती है। मानसिक तनाव, चिंता या अवसाद से लड़ने में भी यह मददगार है क्योंकि यह सेरोटोनिन और डोपामिन जैसे हार्मोन को संतुलित करती है।

महिलाओं के लिए भी यह बेहद खास फायदेमंद है। पीरियड्स के दौरान होने वाली ऐंठन, मूड स्विंग और हार्मोनल असंतुलन को यह संतुलित करता है। साथ ही, अगर आप वजन कम करने की सोच रहे हैं, तो हल्दी वाला दूध आपके मेटाबॉलिज्म को तेज करता है और चर्बी घटाने में मदद करता है।

अब सवाल आता है कि इसे कब पिएं?

चरक संहिता में इसे पीने का सबसे सही वक्त रात को सोने से करीब 30 मिनट पहले का है। ध्यान रखें कि खाली पेट हल्दी वाला दूध न पिएं। भोजन कर लेने के बाद इसका सेवन करें। योग या प्राणायाम के बाद हल्दी वाला दूध पीना बेहद फायदेमंद होता है।

रिद्धि गुप्ता ने बढ़ाया देश का मान

इंडो-नेपाल इंटरनेशनल ताईक्वांडो चैम्पियनशिप 2025 में जीता गोल्ड मेडल

भारत की प्रतिभाशाली खिलाड़ी रिद्धि गुप्ता ने एक बार फिर यह सिद्ध कर दिया कि लगन, मेहनत और आत्मविश्वास के बल पर कोई भी लक्ष्य असंभव नहीं होता। नेपाल के प्रमुख पर्यटन स्थल पोखरा में 26 से 30 जून 2025 तक आयोजित इंडो-नेपाल इंटरनेशनल इनविटेशन ताईक्वांडो चैम्पियनशिप 2025 में रिद्धि ने अपने आयु और भार वर्ग में शानदार प्रदर्शन करते हुए गोल्ड मेडल जीतकर देश का नाम रोशन किया।

उत्तर प्रदेश के चंदौली जनपद अंतर्गत विकासखंड धानापुर के छोटे से गांव आवाज़ापुर की रहने वाली रिद्धि गुप्ता की यह उपलब्धि न सिर्फ उनके परिवार के लिए, बल्कि पूरे जनपद, प्रदेश और देश के लिए गौरव का विषय बन गई है। रिद्धि के पिता सुनील गुप्ता लोक निर्माण विभाग, जौनपुर में जूनियर इंजीनियर के पद पर कार्यरत हैं। रिद्धि अपनी प्रारंभिक शिक्षा से ही पढ़ाई और खेल दोनों में प्रतिभाशाली रही हैं।जून 2025 को मथुरा में आयोजित ओपन नेशनल ताईक्वांडो चैम्पियनशिप में भी स्वर्ण पदक जीतकर सबको चौंका दिया था। उनके इस उत्कृष्ट प्रदर्शन के आधार पर उन्हें नेपाल में आयोजित अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिता के लिए भारतीय टीम में चयनित किया गया। पोखरा में हुए मुकाबलों में रिद्धि ने विभिन्न देशों से आई प्रतियोगियों को हराते हुए फ़ाइनल तक का सफ़र तय किया और निर्णायक मुकाबले में भी अपने बेहतरीन तकनीकी कौशल और आत्मविश्वास के साथ गोल्ड मेडल पर कब्ज़ा जमाया।

जीत के बाद मीडिया से बातचीत में रिद्धि ने कहा, 'इस जीत का श्रेय मैं अपने माता-पिता, दादा-दादी, भाई और विशेष रूप से अपने कोच को देना चाहती हूं, जिनके सहयोग, आशीर्वाद और प्रेरणा के बिना यह

संभव नहीं होता। मेरे कोच ने मुझे तकनीकी प्रशिक्षण के साथ-साथ मानसिक दृढ़ता भी सिखाई, जो अंतरराष्ट्रीय स्तर पर बहुत जरूरी होती है।'रिद्धि ने यह भी बताया कि संसाधनों की कमी के बावजूद उनके परिवार ने कभी हार नहीं मानी। उन्होंने हर स्तर पर उनका सहयोग किया, ताकि वे अपने सपनों को पूरा कर सकें। उन्होंने कहा, 'मेरे दादाजी हमेशा कहते थे कि अगर दिल से चाहो तो कोई भी मंच बड़ा नहीं होता, और आज उनकी बात सच साबित हुई है।'

रिद्धि की इस अभूतपूर्व उपलब्धि से उनके गांव, स्कूल, और पूरे जनपद में हर्ष का माहौल है। लोगों ने मिठाइयाँ बाँटकर और सोशल मीडिया पर पोस्ट करके अपनी खुशी जाहिर की।

रिद्धि की इस सफलता ने यह स्पष्ट कर दिया है कि भारत की बेटियाँ सीमित संसाधनों में भी अपनी प्रतिभा से देश को गौरवान्वित कर सकती हैं। उनकी जीत ने न सिर्फ बेटियों को आगे बढ़ने की प्रेरणा दी है, बल्कि यह भी उजागर किया है कि यदि सरकार और खेल मंत्रालय ऐसे खिलाड़ियों को सही मार्गदर्शन और संसाधन दें, तो वे वैश्विक स्तर पर भारत का परचम लहरा सकते हैं।

खेल विशेषज्ञों का मानना है कि रिद्धि जैसे खिलाड़ी भविष्य में ओलंपिक और अन्य वैश्विक प्रतियोगिताओं में भारत के लिए पदक ला सकते हैं, बशर्ते उन्हें नियमित प्रशिक्षण, पोषण, मानसिक सलाह और आर्थिक सहायता मिले।

रिद्धि गुप्ता ने बताया कि उनकी नज़र अब एशियन और वर्ल्ड ताईक्वांडो चैंपियनशिप पर है। वह इसके लिए दिन-रात अभ्यास कर रही हैं और अपने खेल को लगातार निखारने पर ध्यान दे रही हैं। उन्होंने यह भी कहा कि वह आने वाली पीढ़ी की लड़कियों को भी प्रेरित करना चाहती हैं, ताकि वे आत्मविश्वास और मेहनत के साथ आगे बढ़ें।

यह जीत केवल एक व्यक्तिगत उपलब्धि नहीं, बल्कि यह देश की उन सभी बेटियों के लिए एक संदेश है जो छोटे कस्बों और गांवों में बड़े सपने देखती हैं। उन्होंने यह साबित कर दिया है कि 'जहाँ चाह, वहाँ राह।''रिद्धि जैसी बेटियाँ ही असली भारत की पहचान हैं, जो सीमित संसाधनों में भी असीम सफलता की कहानी लिखती हैं।'उनकी इस उपलब्धि पर समस्त क्षेत्रवासियों को गर्व है और पूरा देश उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना कर रहा है।

पेरिस फैशन वीक में एक बार फिर मन्त्रमुग्ध करने को तैयार नोरा

पिछले अक्टूबर में अपनी वायरल उपस्थिति से इंटरनेट पर धमाल मचाने के बाद, ग्लोबल स्टार नोरा फतेही एक बार फिर पेरिस फैशन वीक में लौट रही हैं–और यह खबर फैशन जगत में खासा उत्साह पैदा कर रही है। नोरा फतेही फैशन की दुनिया के सबसे प्रतिष्ठित मंचों में से एक पर वापसी कर रही हैं, जहाँ वे फ़ेरेल विलियम्स द्वारा डिज़ाइन की गई लुई वुइत्तों मेन्स स्प्रिंग-समर 2026 कलेक्शन में शामिल होंगी।

उन्होंने अपनी इंस्टाग्राम स्टोरी में कहा, 'हम फिटिंग्स के लिए निकल रहे हैं और इस बार भी धमाल मचाएंगे, बिल्कुल पिछले साल की तरहष्ठ हम अपनी फिटिंग्स का एएसएमआर भी करने वाले हैं। क्या आप तैयार हैं?' इस पोस्ट ने एक और यादगार फैशन मोमेंट के लिए माहौल तैयार कर दिया। उनकी पिछली पेरिस फैशन वीक उपस्थिति ने दुनियाभर की मीडिया की सुर्खियाँ बटोरी थीं विशेषकर उनका सफेद बॉडी-कॉन ड्रेस और स्टेटमेंट ट्रेंच कोट वाला लुक, जो शालीनता और साहसिकता का अनोखा मेल था।

यह एक ऐसा क्षण था जो वायरल हो गया, जिसने दुनिया भर के फैशन प्रेमियों को आकर्षित किया और ग्लोबल फैशन आइकन के रूप में उनकी स्थापित मजबूत किया। अब जब वे एक बार फिर फैशन की राजधानी में लौट रही हैं, तो उम्मीदें आसमान छू रही हैं। अपनी बेबाक स्टाइल, आत्मविश्वास से भरी एलीगेंस और बॉलीवुड ग्लैमर को हाइ फैशन से जोड़ने की काबिलियत के साथ, नोरा फतेही सीमाओं को तोड़ती जा रही हैं और एक ग्लोबल सेंसेशन की नई परिभाषा रच रही हैं।

उनकी यह वापसी सिर्फ रैम्प वॉक के बारे में नहीं है - यह उनकी यात्रा का जश्न है। यह पूरे आत्मविश्वास और प्रामाणिकता के साथ विश्व मंच पर भारत का प्रतिनिधित्व करने के बारे में है। हालांकि फैशन ही एकमात्र ऐसा मंच नहीं है जिस पर नोरा राज कर रही हैं।

जेसन डेरुलो के साथ उनके अंतर्राष्ट्रीय संगीत सहयोग 'स्नेक' ने पहले ही 130 मिलियन व्यूज़ पार कर लिए हैं, जिससे उनकी उपलब्धियों में एक और उपलब्धि जुड़ गई है। उन्होंने अमेरिकन म्यूज़िक अवार्ड्स में कस्टम टॉम फ़ोर्ड लुक में भी सबका ध्यान खींचा और वैनिटी फेयर ऑस्कर आफ्टर पार्टी में ऑस्कर डे ला रेंटा में सबको चौंका दिया।

बिलबोर्ड फ़ीचर से लेकर एल्योर में दमदार उपस्थिति तक, नोरा फतेही स्टारडम के नियमों को फिर से लिखना जारी रखती हैं। वायरल मोमेंट्स और तेजी से बढ़ते ग्लोबल फैनबेस के साथ, पेरिस फैशन वीक में उनकी वापसी सिर्फ एक फैशन मोमेंट नहीं–बल्कि यह एक सांस्कृतिक बयान है।

अभिषेक हॉस्पिटल
वार्ड नं. 5 लोकमान्य तिलक नगर, सकलडीहा रोड
चंदौली, उप्र- 232104 मो.- 9415224892
Dr. Sanjay Kumar
Director/Chairman
अभिषेक फार्मेसी कालेज
Approved by- AICTE, PCI, Affiliated by B.T.E. Lucknow
ABHISHEK PHARMACY COLLEGE
APC
Chandauli (U.P.)
अभिषेक नर्सिंग एण्ड
पैरामेडिकल इंस्टीट्यूट
A.N.M.
G.N.M.
O.T. TECHNICIAN
ADMISSION
OPEN
अभिषेक नर्सिंग एण्ड पैरामेडिकल इंस्टिट्यूट
अभिषेक हॉस्पिटल
हॉस्पिटल में स्वास्थ्य सेवाओं एवं इंस्टीट्यूट में प्रवेश हेतु
सम्पर्क करें- 8756911665, 9415293257, 9514224892

Quality through Technology & Innovation

D.K. Singh
Managing Director

Kamlesh Tiwari
Manager

Mr. D.K. Singh **Mob. 9793566999**

Excel Pharmaceuticals

B.O. Plot No. 147, Phase-1, Chandigarh
E-mail : excelpharma.singh@gmail.com, www.excelpharmaceuticals.com