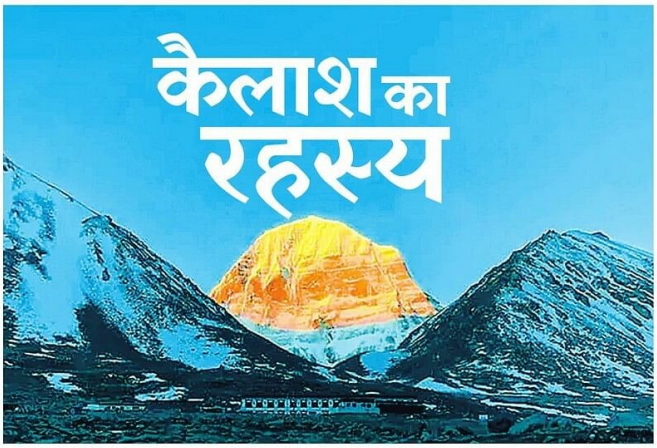
कैलाश के अस्तित्व के तीन आयाम हैं। वहां मौजूद ज्ञान, उस ज्ञान का स्रोत और खुद कैलाश। -जग्गी वासुदेव

बौद्ध इसे कांग रिनपोछे कहते हैं और इसे ध्यान के देवता डेमचोग और गुरु-कवि मिलारेपा से जोड़ते हैं, जो बोनपो साधक नारो बोनचुंग को हराकर इस पर्वत के शिखर पर पहुंचे थे। जैनियों के लिए यह वह स्थान है, जहां उनके संस्थापक संतों में से पहले संत ऋषभ देव ने ज्ञान प्राप्त किया था। हिंदुओं के लिए यह शिव और पार्वती का घर है। बोनपो के लिए यह वह स्थान है, जहां उनके धर्म के संस्थापक, टोनपा शेनरब धरती पर आए थे।



चोटी के दक्षिणी किनारे से देखने पर कैलाश पर्वत का हिंदू ओम (ॐ) चिह्न दिखाई देता है। यह प्रतीक विशाल बर्फ की गर्त और पहाड़ की सबसे ऊपरी क्षैतिज चट्टान संरचनाओं से बना है। कहा जाता है कि जो लोग कैलाश के पास 12 घंटे बिताते हैं, उनके नाखून और बाल सामान्य से ज्यादा तेजी से बढ़ते हैं।

करेन स्वेनसन
द न्यूयॉर्क टाइम्स

पश्चिम तिब्बत में पिरामिड के आकार का एक पर्वत है-कैलाश पर्वत। यह एशिया के चार धार्मिक समूहों-बौद्ध, जैन, हिंदू और बोनपो के लिए एक पवित्र स्थल है। बोपनो शैमनिज्म का पालन करते हैं, जो बौद्ध धर्म से पहले का तिब्बत का धर्म है। माना जाता है कि शैमनिज्म धर्म का पालन करने वालों के पास आत्माओं को प्रभावित करने की शक्तियां होती हैं। इन चारों धर्मों के तीर्थयात्री पहाड़ की 33 मील की परिक्रमा करने के लिए दारचेन के छोटे-से शहर में आते हैं। कैलाश, जिसे कैलास भी कहा जाता है, हिमालय में 22,028 फुट ऊंचा पर्वत है। यह हिंदू देवता शिव का राज-सिंहासन है, हिंदू एवं बौद्धों के लिए दुनिया का नाभि (केंद्र) है, मेरू पर्वत की सांसारिक छवि है, यह वह पर्वत है, जिसकी जड़ें बौद्ध मान्यताओं के अनुसार सातवें नरक तक और सबसे ऊंचे स्वर्ग तक जाती हैं।

बौद्ध इस पर्वत को कांग रिनपोछे कहते हैं और इसे ध्यान के देवता डेमचोग और गुरु-कवि मिलारेपा से जोड़ते हैं, जो जादुई प्रतियोगिताओं की एक शृंखला में बोनपो साधक नारो बोनचुंग को हराकर इस पर्वत के शिखर पर पहुंचे थे। जैनियों के लिए यह वह स्थान है, जहां उनके संस्थापक संतों में से पहले संत ऋषभ देव ने ज्ञान प्राप्त किया था। हिंदुओं के लिए यह शिव और पार्वती का घर है। बोनपो के लिए यह वह स्थान है, जहां उनके धर्म के संस्थापक, टोनपा शेनरब धरती पर आए थे।

हम चार लोग थे, जिनमें से एक को पहले से तिब्बत का अनुभव था। हम चारों ल्हासा से पांच दिन में दारचेन पहुंचे। आध्यात्मिकता से जुड़े कई शहरों की तरह दारचेन भी गंदगी से भरे धंधेवाजों का स्वर्ग है, खासकर मई के मध्य में, जब तीर्थयात्रा का मौसम होता है, और इसी दौरान हम वहां गए थे। आगंतुक स्पार्टन होटलों के कमरों में रह सकते हैं, जहां गर्म पानी का थर्मस और एक खाट उपलब्ध कराई जाती है। कंकरीट के प्लेटफॉर्म पर स्थायी रूप से तंबू भी खड़े हैं, जो भारत से आने वाले हिंदू तीर्थयात्रियों के पसंदीदा हैं। जैसा कि कभी रूसियों के लिए सच था, चीनी भी अपने नागरिकों को विदेशियों से अलग रखने में विश्वास करते हैं। बाहरी लोग

तिब्बती शिविर क्षेत्र में अपने तंबू नहीं लगा सकते, लेकिन वे वहां पैसा जरूर खर्च कर सकते हैं। वहां तंबुओं में अनेक अनौपचारिक दुकानें थीं, जहां से आप कांच के जार में मंदारिन संतरे से लेकर चांदी जड़ित काठी तक, सब कुछ खरीद सकते थे। वहां एक तंबू में आशीर्वाद दिए जाते थे। कई अन्य तंबुओं में ताश के खेल खेले जाते थे। दारचेन में गाइड से कहकर आप तंबुओं और उपकरणों को उठाने के लिए स्थानीय कुली किराये पर ले सकते हैं।

माना जाता है कि कैलाश पर्वत की चोटी पर कोई नहीं पहुंच पाया है। लेकिन एक पुरानी कथा के अनुसार, केवल मिलारेपा नाम के एक बौद्ध भिक्षु ने ही कैलाश पर्वत पर चढ़ाई की थी। चोटी के दक्षिणी किनारे से देखने पर कैलाश पर्वत का हिंदू ओम (ॐ) चिह्न दिखाई देता है। यह प्रतीक विशाल बर्फ के गर्त और पहाड़ की सबसे ऊपरी क्षैतिज चट्टान संरचनाओं से बना है। कहा जाता है कि जो लोग कैलाश के पास 12 घंटे बिताते हैं, उनके नाखून और बाल सामान्य से ज्यादा तेजी से बढ़ते हैं।

शोधकर्ताओं ने पाया है कि वास्तव में कैलाश पर्वत का शिखर एक मानव निर्मित खाली पिरामिड है। इसके चारों ओर सौ से ज्यादा छोटे पिरामिड हैं। यह संभव है कि कैलाश स्थित पिरामिडों के निर्माण के लिए जिम्मेदार प्राचीन सभ्यता ऊर्जा के सूक्ष्म नियमों (ट्विस्ट फील्ड) से परिचित थी और समय और ऊर्जा को नियंत्रित करना जानती थी। कुछ विशेषज्ञों के अनुसार, कैलाश पर्वत ऊर्जा का एक भंवर है, जो शरीर और चेतना को उर्ध्वगामी बनाता है।

पर्वत की परिक्रमा, जिसे तिब्बती बौद्ध कोरा कहते हैं, 15,000 फीट से शुरू होती है। कुछ तिब्बती परिक्रमा पथ के 33 मील की दूरी एक ही दिन में पूरी कर लेते हैं। मान्यता है कि यदि आप एक परिक्रमा पूरी करते हैं, तो न केवल आपके जीवन के अब तक के सभी पाप धुल जाते हैं, बल्कि आपको 12 परिक्रमाओं का श्रेय भी मिलता है। अपनी परिक्रमा के पहले दिन हमने थोड़ी-सी ऊंचाई चढ़ी-15,000 फीट से 16,000 फीट तक। लेकिन विशाल चट्टानों की संरचनाएं, वीरान चोटियां और कैलाश पर्वत के दृश्य मन मोहने वाले थे।

कुछ मील चलने के बाद हम परिक्रमा की आधिकारिक शुरुआत पर पहुंचे, जिसे पत्थरों के ढेर से चिह्नित किया गया था। रास्ते में हमें पत्थरों के और ढेर, याक की खोपड़ियां और रास्ते को चिह्नित करने वाले प्रार्थना के झंडे मिले। वहां अपने प्रार्थना के झंडे लगाने के बाद हम तारबोचे की ओर चल पड़े : वहां लकड़ी का एक विशाल ध्वजस्तंभ (जिसे तारबोचे कहते हैं) प्रार्थना के झंडों और खटास से ढका हुआ था। खटास सफेद स्कार्फ होते हैं, जिन्हें तिब्बती लोग देवताओं को भेंट करते हैं। तीर्थयात्रियों का एक समूह स्तंभ के पास नाच-गा रहा था। पास में ही एक छोटा स्तूप जैसा ढांचा है, जिसे कांगनी कहा जाता है। ल्हा चू नामक नदी के पार हम सीढ़ियों से चढ़कर चोकू गोंपा पहुंचे, जो कोरा के तीन प्राचीन मठों में से एक था, जिसे सांस्कृतिक क्रांति के दौरान नष्ट कर दिया गया था, पर बाद में इसका पुनर्निर्माण किया गया।

उस दिन बाकी का रास्ता एक घाटी के साथ था, जिसके बाईं ओर बर्फ से ढके पहाड़ थे। उस दोपहर हमने ल्हा चू के पास डेरा डाला। याक का एक कारवां अपनी काठी पर बढ़िया कालीन लिए हुए गुजरा। नदी के उस पार एक झरना सूरज की रोशनी में चमक रहा था। हमारे तंबू के चारों ओर धरती पर गुलाबी फूल खिले हुए थे। दूसरे दिन हम नदी पार करके दूसरे मठ द्वारा फुक पहुंचे, जिसमें एक गुफा है, जिसमें एक मादा याक (द्रि) की छाप है, जिसके बारे में कहा जाता है कि उसने पहले परिक्रमा करने वाले गुरु गोतशांगपा को इस गुफा तक पहुंचाया था।

परिक्रमा का तीसरा दिन बहुत ही चातक था। हमने सुबह आठ बजे यात्रा शुरू की। तीर्थयात्री पहले से ही ड्रोलमा ला की ओर बढ़ रहे थे, जो 18,600 फीट की ऊंचाई पर स्थित एक दर्रा है। यह रास्ता बड़े-बड़े ग्लेशियर से घिरे पत्थरों के बीच से होकर गुजरता है। अंत में चट्टानों को पार करते हुए हम ड्रोलमा ला के शीर्ष पर स्थित विशाल चट्टान पर पहुंचे, जो पूरी तरह से प्रार्थना के झंडों और खटासों से घिरा हुआ था। यहां पापों की माफी मिल जाती है। तिब्बती बौद्धों का मानना है कि यहीं पर 21 ड्रोलमा, जिन्होंने गोत्सांगपा को दर्रे तक पहुंचाया था, भेड़ियों में बदल गए और चट्टान में विलीन हो गए।

जब हम दर्रे से पत्थरों से भरे रास्ते से नीचे उतर रहे थे, तो नीचे उतरते समय उत्साहित तीर्थयात्रियों के गीत ढलानों पर गूंज रहे थे। मेलुंग चू पहुंचकर हम दलदली किनारों के साथ-साथ नदी के बीच में बने एक द्वीप पर अपने शिविर स्थल तक गए।

अगली सुबह पहाड़ ठंडी धुंध से घिरे हुए थे। हम जुबुल फुक मठ में पहुंचे। वहां हम मिलारेपा की एक पवित्र मूर्ति और छत पर छोड़े गए उनके हाथ के निशान देख सकते थे, जब उन्होंने बोनपो पुजारी बोनचुंग के साथ प्रतियोगिता के दौरान छत को ऊपर उठाया था। हालांकि, उनकी अंतिम प्रतियोगिता इस बात पर हुई थी कि कौन पहले कैलाश की चोटी पर पहुंच सकता है।

©The New York Times 2024

अंतरिक्ष में भोजन बेमजा क्यों होता है

यदा संहरते चायं कूर्मोऽङ्गानीव सर्वशः।
इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेभ्यस्तस्य
प्रज्ञा प्रतिष्ठिता।।

अर्थात जिस प्रकार कछुआ अपने अंगों को संकुचित करके खोल के भीतर कर लेता है, उसी तरह जो मनुष्य अपनी इंद्रियों को इंद्रिय विषयों से खींच लेता है, वह पूर्ण चेतना में दृढ़तापूर्वक स्थिर होता है।
- भीष्म पर्व, गीता 2/58
(अर्जुन के प्रति साक्षात् भगवान श्रीकृष्ण का गीतोपदेश)

प्रस्तुति : विवेक चौरसिया

जूलिया लो
आरएमआईटी यूनिवर्सिटी में वरिष्ठ व्याख्याता

अंतरिक्ष में गुरुत्वाकर्षण की कमी के चलते शरीर के तरल पदार्थों का प्रवाह सिर की ओर होने लगता है, जिससे नाक बंद होने जैसी अनुभूति होती है।

अंतरिक्ष यात्री अक्सर शिकायत करते हैं कि अंतरिक्ष में खाने का आनंद खत्म हो जाता है। जो खाना धरती पर स्वादिष्ट लगता है, वह अंतरिक्ष में बेमजा हो जाता है। इसका कारण गुरुत्वाकर्षण की कमी है, जिसके चलते हमारे शरीर के तरल पदार्थों का प्रवाह पैरों की तरफ न होकर सिर की ओर होता है, जिससे नाक बंद होने जैसी अनुभूति होती है। यह बिल्कुल वैसा ही है, जैसा हमें सर्दी-जुकाम के समय महसूस होता है, उस समय भी भोजन बेस्वाद लगने लगता है। लेकिन अंतरिक्ष में स्वाद बदलने के पीछे सिर्फ यही एक कारण नहीं हो सकता। अध्ययनों से पता चला है कि अलग-अलग स्थान पर भोजन करने से लोगों में भोजन को लेकर अलग-अलग राय होती है। अंतरिक्ष यात्री को अंतरिक्ष में अपरिचित वातावरण का एहसास होता है। एक अंतरिक्ष यान एक बंद और सीमित वातावरण है, जिसमें आप विभिन्न तारों और उपकरणों से घिरे होते हैं।

वर्चुअल रियलिटी का उपयोग करके हमने कृत्रिम अंतरराष्ट्रीय अंतरिक्ष स्टेशन का वातावरण तैयार किया, ताकि यह अध्ययन किया जा सके कि अंतरिक्ष यात्रा किसी व्यक्ति की गंध की भावना और भोजन के अनुभव को कैसे प्रभावित कर सकती है। हमने पाया कि अंतरिक्ष जैसे वातावरण में कुछ गंध बहुत तीव्र महसूस होती है और शून्य गुरुत्वाकर्षण शरीर को प्रभावित करता है।

इंटरनेशनल जर्नल ऑफ फूड साइंस ऐंड टेक्नोलॉजी में प्रकाशित हमारे परिणाम भविष्य के अंतरिक्ष मेन्यू तैयार करने में मदद कर सकते हैं।

भोजन करना एक बहु-संवेदी अनुभव है, जिसमें दृष्टि, गंध, स्वाद, श्रवण और स्पर्श शामिल होते हैं। प्रत्येक व्यक्ति के पास अद्वितीय संवेदी अनुभव होते हैं, जो उनके खाने के प्रति प्रतिक्रियाओं को प्रभावित करते हैं। लेकिन अंतरिक्ष जैसे वातावरण में गंध को कैसे महसूस किया जाता है, इसकी बेहतर समझ प्रत्येक अंतरिक्ष यात्री के अद्वितीय संवेदी अनुभवों और प्राथमिकताओं के आधार पर आहार बनाने के तरीकों को प्रेरित कर सकती है। भोजन की सुगंध को अनुकूलित करके हम अंतरिक्ष यात्रियों को न केवल अधिक खाने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं, बल्कि वे भोजन का अधिक आनंद उठा सकते हैं। ये समाधान पृथ्वी पर अलग-थलग वातावरण में रहने वाले लोगों की भी मदद कर सकते हैं।

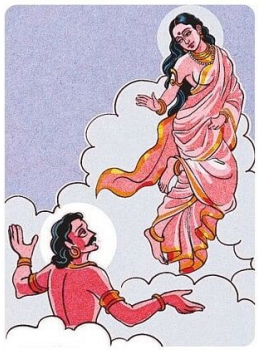
-साभार प्रेस लोके मेई इंग, इथान पीक, जयश्री चंद्रपाल और लिसा न्यूमैन। *(कन्वर्सेशन से)*

जानना जरूरी है
संस्कृति के पन्नों से

आशुतोष गर्ग
लेखक एवं अनुवादक

ब्रह्मा के शाप की वजह से देवलोक की अप्सरा उर्वशी को धरती पर जन्म लेना पड़ा। उसका यहां पर पुरुरवस से सशर्त विवाह हो गया। इंद्र के छल और गंधर्व तुंबरू के शाप की वजह से उर्वशी की शर्तों का उल्लंघन हो गया।

उर्वशी ने किन शर्तों पर किया पुरुरवस से विवाह



एक बार ब्रह्मा के शाप के कारण देवलोक की अप्सरा उर्वशी को धरती पर जन्म लेना पड़ा। इस बीच, बुध और इला का एक पुत्र हुआ, जिसका नाम पुरुरवस था। पृथ्वी पर जन्म लेने के बाद उर्वशी की भेंट पुरुरवस से हुई। उर्वशी का सौंदर्य देखकर पुरुरवस ने उसके सामने विवाह का प्रस्ताव रख दिया। उर्वशी ने कहा, 'महाराज! मैं अप्सरा हूं और मैंने धरती पर शाप के कारण जन्म लिया है। शाप की अवधि समाप्त होने पर मैं देवलोक लौट जाऊंगी। आप मुझसे विवाह क्यों करना चाहते हैं?'

धूप आवे दो

पुरुरवस ने कहा, 'उर्वशी! मैं तुम्हारे सौंदर्य पर मुग्ध हूं, इसलिए तुमसे विवाह करना चाहता हूं। मैं तुम्हें सदा सुखी रखने का वचन देता हूं।'

उर्वशी ने मुस्कराते हुए कहा, 'संभव है कि आपका वचन भी आपके संयम की तरह किसी दिन टूट जाए। अतः यदि आप मुझसे विवाह करना चाहते हैं, तो मेरी तीन शर्तें हैं। आपने किसी भी शर्त का उल्लंघन किया, तो मैं आपको छोड़कर देवलोक चली जाऊंगी।'

'मुझे स्वीकार है। बताओ, तुम्हारी क्या शर्तें हैं?' पुरुरवस ने पूछा।

उर्वशी बोली, 'पहली शर्त यह है कि मेरे पास दो मेढ़े हैं, जिन्हें मैंने बच्चों की तरह पाला है। आपको उनकी रक्षा करनी होगी। दूसरी शर्त है कि मैं केवल घी का सेवन करती हूं, इसलिए मुझे किसी अन्य वस्तु के सेवन के लिए बाध्य नहीं करेंगे। तीसरी और अंतिम शर्त यह है कि संभोग के अतिरिक्त आप निर्वस्त्र अवस्था में मेरे समक्ष नहीं आएंगे।'

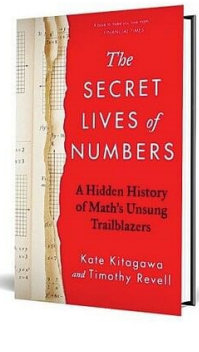
उर्वशी की तीनों शर्तें अटपटी थीं, किंतु उन्हें पूरा करना कठिन नहीं था। पुरुरवस ने तुरंत उर्वशी की शर्तें स्वीकार कर लीं और उससे विवाह कर लिया।

उर्वशी, नृत्य और संगीत में पारंगत थी। पुरुरवस ने भी उर्वशी के साथ रहते हुए नृत्य और संगीत का ज्ञान अर्जित कर लिया। एक दिन पुरुरवस को इंद्र की ओर से देवलोक में नृत्य-संगीत के कार्यक्रम का निमंत्रण मिला। इंद्र की सभा में पुरुरवस ने नृत्य में कुछ कमी बताई, तो तुंबरू नामक एक गंधर्व पुरुरवस से रुष्ट हो गया। उसने पुरुरवस को शाप दिया कि उसे शीघ्र उर्वशी से अलग होना पड़ेगा।

उर्वशी तो पुरुरवस के साथ प्रसन्न थी, किंतु इंद्र को अपनी सभा में उर्वशी की कमी खलती थी। अतः उन्होंने गंधर्वों के साथ मिलकर उर्वशी को वापस देवलोक बुलाने के लिए चाल चली...

एक दिन अर्धरात्रि के समय, उर्वशी और पुरुरवस रति-क्रीड़ा में मग्न थे। तभी इंद्र के कहने पर कुछ गंधर्व, पुरुरवस के महल में घुस गए। उन्होंने उर्वशी के दोनों प्रिय मेढ़े चुरा लिए और उन्हें लेकर महल से भाग निकले। रात्रि के अंधकार में सहसा हुए हमले से मेढ़े घबरा गए और चिल्लाने लगे। मेढ़ों के चिल्लाने की आवाज सुनकर उर्वशी को चिंता हुई। उसने पुरुरवस से कहा, 'महाराज! मेरे दोनों मेढ़े चिल्ला रहे हैं। वे संकट में हैं। मेरी शर्त थी कि आपको मेढ़ों की रक्षा करनी है। इसलिए तुरंत जाइए और उन्हें संकट से बचाइए!' शर्त वाली बात सुनकर पुरुरवस हड़बड़ा गया। संभोग-क्रिया में रत होने के कारण पुरुरवस उस समय निर्वस्त्र था। जल्दबाजी में उसे उर्वशी की दूसरी शर्त याद नहीं रही और वह मेढ़ों को बचाने के लिए बिस्तर से निर्वस्त्र हालत में निकलकर मेढ़ों के पीछे भागा। इसी बीच, इंद्र के संकेत पर आकाश में जोरदार बिजली चमकी और उस तेज प्रकाश में उर्वशी ने पुरुरवस को निर्वस्त्र देख लिया। संभोग के अलावा किसी अन्य समय पर पुरुरवस को निर्वस्त्र देखने के कारण उर्वशी की शर्त भंग हो चुकी थी। उसका अब देवलोक लौट जाना निश्चित था। यहां तक कि उर्वशी ने पुरुरवस के वापस आने की भी प्रतीक्षा नहीं की और उसे छोड़कर देवलोक चली गई। इंद्र की युक्ति सफल हो गई और गंधर्व तुंबरू का शाप भी फलीभूत हो गया। आखिर पुरुरवस को उर्वशी से अलग होना पड़ा। उर्वशी के जाने से पुरुरवस अत्यंत दुखी था। कुछ समय बाद वह बद्रिकाश्रम चला गया, जहां उसने भगवान विष्णु की आराधना की। विष्णु ने प्रसन्न होकर पुरुरवस को वरदान में उर्वशी के साथ वर्ष में एक बार मिलने की अनुमति प्रदान कर दी। कालांतर में उर्वशी और पुरुरवस के मिलन के फलस्वरूप उनके छह पुत्र हुए-आयुष, श्रुतायुष, सत्यायुष, रय, विजय और जय।

अध्ययन कक्ष



द सीक्रेट लाइव्स ऑफ नंबर्स : ए हिडन हिस्टरी ऑफ मैथ्स अनसंग ट्रेलब्लेजर

लेखक : केट किताग्वा टिमोथी रेवेल

प्रकाशक : विलियम मोरो ऐंड कं.

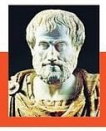
मूल्य : 2,762 रुपये

घूमता हुआ लट्टू और गणित की धुरी

इस पुस्तक में रूसी गणितज्ञ सोफी कोवालेवस्की जैसी महिला गणितज्ञों की भी चर्चा है, जिन्होंने अकल्पनीय तरीकों का इस्तेमाल किया। कोवालेवस्की ने एक घूमते हुए लट्टू से गणित की जटिल समस्याओं को हल किया।

गणित को लंबे समय तक निरंतर चलने वाले मानवीय विचार के रूप में वर्णित किया गया है। आमतौर पर माना जाता है कि पश्चिमी गणितज्ञों और खासकर पुरुषों ने ही सबसे प्रभावी ढंग से गणित का अभ्यास किया। इस धारणा का समर्थन करने वाले इसकी उत्पत्ति प्राचीन यूनान में मानते हैं, और अन्य प्राचीन संस्कृतियों में किए गए गणित को हाशिये का मानते हैं। भले ही गैर-पश्चिमी विचारक अक्सर ऐसे गणित का अभ्यास करते थे, जो यूरोपीय लोगों की तुलना में उन्नत था। लेकिन गणित के इतिहासकार केट किताग्वा एवं विज्ञान लेखक टिमोथी रेवेल की पुस्तक *द सीक्रेट लाइव्स ऑफ नंबर्स* इस धारणा का खंडन करती है कि गणित की पहेली को हल करने का यूरोपीय तरीका सबसे श्रेष्ठ था। उनकी पुस्तक प्रागैतिहासिक गणना पद्धतियों से शुरू होती है और चौथी शताब्दी की एलेक्जेंड्रियन महिला पांड्रोसियन तक, जो एक ज्यामितिज्ञ थीं, जिन्होंने घन के आयतन को दोगुना करने की कठिन समस्या को हल किया, और हाइपेटिया तक जाती है, जिन्होंने गणितीय टिप्पणियां लिखीं, जो वृत्तों, दीर्घवृत्तों और अन्य आकृतियों की जांच करता है। किताग्वा और रेवेल का अनुमान है कि जोहान्स केप्लर, जिन्होंने 17वीं शताब्दी में ग्रहों की कक्षाओं का वर्णन किया था, संभवतः उनके योगदान से प्रभावित हुए होंगे। इस पुस्तक में उपेक्षित या भुला दी गई महिला गणितज्ञों की बार-बार चर्चा की गई है। इसमें 19वीं सदी की रूसी गणितज्ञ सोफी कोवालेवस्की पर एक अध्याय है, जो स्वीडन में पहली महिला गणित प्रोफेसर बनीं। कोवालेवस्की ने ऐसे तरीकों का इस्तेमाल किया, जिनके बारे में पहले किसी ने सोचा भी नहीं था। उन्होंने एक घूमते हुए लट्टू से गणित की जटिल समस्या को हल किया। फ्रेंच एकेडमी ऑफ साइंसेज ने जब उन्हें पुरस्कार दिया, तो पुरस्कार राशि को बढ़ा दिया था। यह एक दुर्लभ उदाहरण है कि एक महिला गणितज्ञ को पुरुष समकक्षों से ज्यादा तवज्जो मिली। किताग्वा और रेवेल ने 'हाउस ऑफ विजडम' पर एक अध्याय लिखा है, जो आठवीं शताब्दी के बगदाद में एक उत्कृष्ट पुस्तकालय और स्कूल था, जहां मुहम्मद इब्न मूसा अल-ख्वारिज्मी, जिन्हें बीजगणित का जनक माना जाता है, ने अपना कुछ काम किया था। पुस्तक में 19वीं शताब्दी के अंत में हार्वर्ड में 'मानव कंप्यूटर' कहलाने वाली महिलाओं पर भी रोशनी डाली गई है। पुस्तक के अंत में, लेखक द्वय ने 20वीं सदी के गौरवशाली, ईश्वर-भक्त और मूलतः स्व-शिक्षित भारतीय गणितज्ञ श्रीनिवास रामानुजन की चर्चा की है, जिनकी धारणाएं इतनी गहन और व्यापक थीं कि उनके निहितार्थों पर अब भी विचार हो रहा है। जो भी एल्गोरिद्म को जानना चाहता है, वह उसे यहां समझ सकता है। परंपरागत रूप से गणना के आविष्कार का श्रेय आइजक न्यूटन और गॉटफ्रीड लीबनिज को दिया जाता है, पर किताग्वा और रेवेल लिखते हैं कि यह दावा गलत है कि गणना की उत्पत्ति लीबनिज या न्यूटन में से किसी ने की है, बल्कि गणना को भारत में 14वीं शताब्दी में माधव नामक गणितज्ञ द्वारा अस्तित्व में लाया गया था। माधव केरल के एक स्कूल में पढ़ाते थे और ऐसी प्रक्रियाओं का उपयोग करते थे, जो गणना के दायरे में आती हैं।

अभियान



बुरे व्यक्ति का मन सदैव पश्चाताप से भरा होता है।

-अरस्तु, महान दार्शनिक

amarujala.com
अमर उजाला

गोल चबूतरा

Hindi@mithelesh

■ मिथिलेश बारिया

कल मैं खुद अपने पास लौट आया,
ये बात और है,
तेरी तरफ बहुत दूर तक चला था...

इक तरफ आदमी जलता है,
इक तरफ तंबाकू,
राख यहां रोज दोनों तरफ होती है...

कैमरे में पहली बार सूर्य ग्रहण

झरोखा

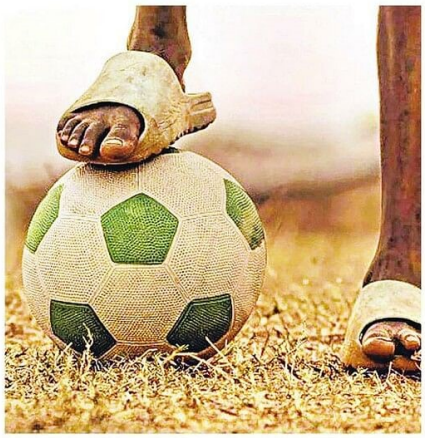
28 जुलाई

आज के ही दिन सन 1851 में सूर्य ग्रहण की पहली तस्वीर ली गई थी। यह तस्वीर जोहान जूलियस फ्रेडरिक बर्कोव्स्की ने ली थी। बर्कोव्स्की को पर्शिया के कोनिग्सबर्ग शहर में उस समय का सबसे कुशल डागुएरियोटाइपिस्ट कहा जाता था। बर्कोव्स्की को कोनिग्सबर्ग में रॉयल पर्शिया वेधशाला ने डागुएरियोटाइप प्रक्रिया का उपयोग करके पूर्ण सूर्य ग्रहण की एक स्थिर छवि बनाने के लिए नियुक्त किया था। सूर्य ग्रहण को कैद करते वक्त खगोल शास्त्रियों की पूरी टीम उनके साथ थी। उन्होंने वेधशाला के छोटे से टेलीस्कोप के जरिये कैमरे में सूर्य ग्रहण की तस्वीर को कैद कर लिया। यह तस्वीर ब्लैक एंड व्हाइट थी। इससे पहले भी बर्कोव्स्की ने सूर्य ग्रहण की तस्वीरें खींची थीं, जिनके लिए उन्हें काफी संघर्ष करना पड़ा था। तस्वीरें ओवरएक्सपोज्ड या अंडरएक्सपोज्ड थीं और वे सूर्य के चमकीले कोरोना और चंद्रमा की अंधेरी डिस्क के बीच सही मात्रा में कंट्रास्ट दिखाने में विफल थीं। लेकिन 1851 में खींची गई तस्वीर में न केवल कोरोना और चंद्रमा के बीच अंतर दिखा, बल्कि इसने सूर्य की डिस्क से फैली कुछ सौर प्रमुखताओं का भी खुलासा किया। उसके बाद से डिजिटल और स्मार्टफोन कैमरों से सूर्य ग्रहण की फोटोग्राफी बहुत आसान हो गई।

■ चमोली से नामदेव प्रधान

ग्रामीण भारत के एथलीट भी ओलंपिक में सफलता के नायक बन सकते हैं। इसके लिए खेलों को गांवों तक पहुंचाने और उन प्रतिभाओं को पहचानने की जरूरत है, जो संसाधनों की कमी के कारण आगे नहीं बढ़ पा रहे हैं।

पदक भी मिलेगा, परचम भी लहराएंगे



खेल संस्कृति को बढ़ावा जरूरी

चिट्ठी 1

दुनिया की सबसे बड़ी खेल प्रतियोगिता ओलंपिक 26 जुलाई से पेरिस में शुरू हो गई है। इसमें हमारे देश के प्रतिभाशाली खिलाड़ी भी भाग ले रहे हैं और उम्मीद है कि वे शानदार प्रदर्शन कर देश का मान-सम्मान बढ़ाएंगे। 1951 में पहले एशियाई खेलों में भारत 51 पदक जीतकर दूसरे स्थान पर रहा था। 1982 में नवें एशियाई खेलों में भारत ने 57 पदक जीते और पांचवें स्थान पर रहा। 2021 के टोक्यो ओलंपिक में नीरज चोपड़ा ने वर्षों बाद स्वर्ण पदक जीतकर देश का मान बढ़ाया और सरकारों को देश में खेल संस्कृति को बढ़ावा देने के प्रति सोचने पर मजबूर कर दिया।

ओलंपिक और अन्य खेलों में हमारे देश के खिलाड़ी मेहनत करके मेडल जीतते हैं। अगर हम चाहते हैं कि आने वाले हर ओलंपिक और दूसरी खेल प्रतियोगिताओं में वे भी हर खेल में बेहतर प्रदर्शन करें तो सरकार, प्रशासन और शिक्षा संस्थानों को उन खिलाड़ियों की पहचान करनी होगी, जो प्रतिभाशाली हैं, लेकिन किन्हीं वजहों से आगे नहीं बढ़ पा रहे हैं। सरकारें खिलाड़ियों के प्रति उत्साह तब दिखाती हैं, जब वे कोई मैच जीतते हैं। उस समय राज्यों की सरकारें भी खिलाड़ियों को करोड़ों रुपये की धनराशि इनाम के तौर पर देती हैं। ऐसा ही उत्साह और दिलचस्पी सरकारों को युवाओं को खेलों में आगे बढ़ाने लिए भी दिखानी चाहिए। हमारा देश गांवों का देश है, सरकार को गांवों में खेल संस्कृति को बढ़ावा देने के लिए विशेष कदम उठाने चाहिए। तभी भारत भविष्य में हर ओलंपिक में स्वर्ण पदक जीतेगा और खेलों में आगे बढ़ेगा। जब दो टीमें खेल के मैदान में उतरती हैं तो एक के पाले में जीत और दूसरी के पाले में हार आती है। खेल को खेल भावना से ही देखना चाहिए।

■ राजेश कुमार चौहान, जालंधर

कम हो रहा है मेल-जोल

चिट्ठी 2

आजकल भागती-दौड़ती जिंदगी में सब लोग काम, नौकरी और घर की जिम्मेदारियों में व्यस्त हैं। लेकिन फिर भी कहीं न कहीं वे खालीपन और अकेलेपन से घिरे हुए हैं। अकेलेपन का सबसे बड़ा कारण यह है कि लोग अपनों और अन्य लोगों से संवाद कम करने लगे हैं। लोग अकेलेपन को कम करने के लिए अक्सर सोशल मीडिया या अन्य माध्यमों का सहारा लेते हैं, जो कि सही नहीं है।

मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है। सामाजिक कार्यकलापों में हिस्सा लेना, लोगों से बातचीत करना हर किसी के लिए जरूरी है। आज लोग अपने कामों और अन्य गतिविधियों में इतने व्यस्त हो गए हैं कि उन्हें यह भी नहीं पता होता है कि पड़ोस में या ऊपर, नीचे के फ्लैट में कौन रह रहा है। लोगों में आपसी मेल-जोल कम होता जा रहा है। वे एक-दूसरे के साथ समय बिताने के बजाय सोशल मीडिया पर वक्त बिताना पसंद करते हैं। कोई भी टेक्नोलॉजी मनुष्य की भावनात्मक, संवाद और लगाव की कमी को पूरा नहीं कर सकती। आपसी मेल-जोल की कमी से लोगों में अकेलेपन की भावना घर कर रही है, जिसे आपसी सहयोग और बातचीत से ही दूर किया जा सकता है। इसलिए अपने आस-पास के लोगों से बातचीत करना शुरू करें। उन लोगों से बात करें, जिन्हें रोजमर्रा की जिंदगी में आप देखते हैं। ऐसे लोग आपको चाय की दुकान या फिर ऑफिस में मिल जाएंगे। इस समस्या का हल है अपनों और दोस्तों का सहयोग।

■ अभिलाषा गुप्ता, मोहाली

कौशल विकास पर ध्यान दें

चिट्ठी 3

हमारे देश के पास एक अनमोल संपत्ति है- हमारी कार्यशील जनसंख्या। यह वही संपत्ति है, जो भारत को 2047 तक विकसित देश बना सकती है, बशर्ते कि इसका सही उपयोग हो। इस संपत्ति को सही दिशा में मोड़ना हमारी प्राथमिकता होनी चाहिए।

हमारे देश की सबसे बड़ी ताकत हमारी युवा जनसंख्या है। लेकिन हमें यह समझना होगा कि केवल संख्या बल ही काफी नहीं है। हमें युवाओं को ऐसे कौशल और ज्ञान से पारंगत करना होगा, जो उन्हें वैश्विक बाजार में प्रतिस्पर्धी बना सके। यह सही है कि हमारे देश में तकनीकी शिक्षा की पहुंच बढ़ी है, लेकिन इसे व्यापक बनाने की आवश्यकता है, विशेषकर ग्रामीण क्षेत्रों में, जहां आज भी युवा उचित शिक्षा और प्रशिक्षण से वंचित हैं। सरकार को चाहिए कि वह कौशल विकास कार्यक्रमों पर विशेष ध्यान दे। ऐसे प्रशिक्षण केंद्र स्थापित करे, जो युवाओं को उद्योगों की मांग के अनुसार तैयार करें। साथ ही निजी क्षेत्र और शैक्षणिक संस्थानों के बीच मजबूत समन्वय होना चाहिए, ताकि शिक्षा प्रणाली और उद्योग की जरूरतों के बीच सामंजस्य स्थापित हो सके। हमें यह तय करना होगा कि महिलाओं को भी समान अवसर मिलें। हमें शिक्षा प्रणाली और स्वास्थ्य सेवाओं को बेहतर बनाना होगा। रोजगार के नए अवसर सृजित करने होंगे। यह तभी संभव होगा, जब सरकार, उद्योग और समाज मिलकर सामूहिक प्रयास करेंगे। हमारे पास अवसर है, संसाधन हैं और इच्छाशक्ति भी है। अब बस, जरूरत है तो सही दिशा में प्रयास करने की।

■ अवनीश कुमार गुप्ता, आजमगढ़

इनकी चिट्ठियां भी सराहनीय रहीं

मुरादाबाद से डॉ. राकेश चक्र, फिरोजाबाद से शैलेन्द्र कुमार चतुर्वेदी, बरेली से सीमा गुप्ता, दिल्ली से विजय किशोर तिवारी, मिर्जापुर से सलिल पांडेय, मेरठ से मनोज पुरुषार्थी, फिरोजाबाद से शैलेन्द्र कुमार चतुर्वेदी, मेरठ से पुनीत अरोड़ा, वाराणसी से अमित श्रीवास्तव, तेनीताल से डॉ. प्रमोद अग्रवाल 'गोल्डी', मेरठ से डॉ. नरेन्द्र टोंक, गाजियाबाद से ललित शंकर

हमें लिखें
abhiyan@amarujala.com

कुछ अलग

पत्थरों को चलते हुए देखा है?

अमेरिका में एक ऐसी जगह है, जहां के पत्थर बर्फ पड़ते ही फिसलने लगते हैं। इनको 'सेलिंग स्टोन्स' कहा जाता है।

अमेरिका के कैलिफोर्निया में डेथ वैली नेशनल पार्क के सुदूर इलाके में स्थित रेसट्रैक प्लाया के नाम से पहचानी जाने वाली सूखी झील के तल पर भारी पत्थर चलते दिखाई देते हैं और सूखी हुई मिट्टी पर अपने पीछे एक निशान छोड़ जाते हैं। डेथ वैली के सभी पत्थर नहीं हिलते हैं। कुछ पत्थर ही हर दो से तीन साल में आगे बढ़ते हैं, लेकिन वे सभी एक ही समय में या एक ही दिशा में नहीं बढ़ते हैं। कुछ पत्थर पटरियों को देखते हुए खुद को 90 डिग्री पर मोड़ लेते हैं और सैकड़ों फुट आगे तक निकल जाते हैं। इस वैली के अधिकांश पत्थर विशाल शिलाखंड नहीं हैं, बल्कि उनका व्यास 6 से 18 इंच यानी 15 से 45 सेंटीमीटर है। इन पत्थरों को 'सेलिंग स्टोन' कहा जाता है।

डेथ वैली की मौसम स्थितियों का अध्ययन करते समय अमेरिकी अंतरिक्ष एजेंसी नासा के वैज्ञानिक राल्फ लोरेंज रहस्यमय पत्थरों से आकर्षित हुए। उन्होंने लोगों को इसे समझाने के लिए एक टेबलटॉप प्रयोग किया कि झील की सतह पर चट्टानें कैसे सरक सकती हैं। लोरेंज ने एक छोटी-सी चट्टान ली और उसे प्लास्टिक के एक कंटेनर में डाल दिया और उसमें पानी भर दिया, ताकि चट्टान का थोड़ा-सा हिस्सा बाहर चिपके रहने के साथ एक इंच पानी रह जाए। उन्होंने कंटेनर को फ्रीजर में रख दिया। फ्रीजर से निकालने पर लोरेंज को बर्फ का एक छोटा-सा स्लैब मिला, जिसमें एक चट्टान जमी हुई थी। बर्फ से चिपकी चट्टान को नीचे रेत के साथ पानी की एक बड़ी ट्रे में रखकर चट्टान पर धीरे से फूंक मारी, जिससे वह पानी में चलने लगी और जैसे ही बर्फ से चिपकी चट्टान आगे बढ़ी, उसने ट्रे के तल पर रखी रेत पर निशान छोड़ दिया।

■ गिरीश जंतवाल, ऊना

एक महान वैज्ञानिक की पाठशाला

यह तस्वीर भारतीय भौतिक विज्ञानी सी.वी. रमन की है, जिसे क्लास में पढ़ाने के दौरान खींचा गया था। रमन को 1930 में भौतिकी के नोबेल पुरस्कार से नवाजा गया था।

■ फतेहाबाद से व्योमेश

ग्रामोफोन

वर्षों बाद रवि की धुन गाना 'एक दो तीन चार'

संगीतकार रवि, हेमंत कुमार को अपना गुरु मानते थे। हेमंत कुमार की कई फिल्मों में वह सहायक रहे थे। 1954 में आई हेमंत कुमार की संगीतबद्ध फिल्म 'जागृति' के गीत 'हम लाए हैं तूफान से' की धुन रवि ने ही बनाई थी। फिल्म 'नागिन' में भी हेमंत कुमार का संगीत था और इसकी शूटिंग के दौरान ही रवि की मुलाकात देवेंद्र गोयल से हुई थी। इसके बाद ही देवेंद्र गोयल ने 1955 में अपनी फिल्म 'वचन' को संगीत से संवारने के लिए रवि को चुना था। फिल्म का संगीत इतना दिलकश रहा कि इसने सिल्वर जुबली मनाई। इस फिल्म में आशा भोसले का गाया 'चंदा मामा दूर के' तो आज तक बच्चों का पसंदीदा गीत बना हुआ है। इस गीत के मुखड़े और अंतरे के बीच के इंटरल्यूड में रवि ने गणेश चतुर्थी पर बजने वाली एक धुन को पिरोया था। वर्षों बाद 1988 में इसी धुन पर लक्ष्मीकांत-प्यारेलाल ने फिल्म 'तेजाब' का सुपरहिट गीत 'एक दो तीन चार' बनाकर माधुरी दीक्षित को रातों-रात सुपरस्टार बना दिया।

■ ज्योति श्रीवास्तव, बरेली

हमेशा शीर्ष पर बने रहने की चाहत क्यों?

हर कीमत पर लंबे समय तक शीर्ष पर बने रहने की इच्छा दुनियाभर में पाई जाती है। लेकिन अदूरदर्शी और आत्मकेंद्रित व्यवहार की कीमत अधिक प्रतिभाशाली, कनिष्ठ सहयोगियों और समग्र रूप से समाज को चुकानी पड़ती है।

रामचंद्र गुहा
जाने-माने इतिहासकार

संयुक्त राज्य एक ऐसा देश है, जिसे मैं अपने देश के अलावा बेहतर ढंग से जानता हूं। मैं पहली बार वहां 38 साल पहले गया था। उसके बाद से कई बार आना-जाना हुआ। अमेरिका की मेरी आखिरी यात्रा 2023 में हुई, जब जो बाइडन राष्ट्रपति थे। मैंने तब करीब तीन सप्ताह वहां बिताए थे। तब अपने दोस्तों से बात करने और मेरे अपने आकलन से यह स्पष्ट था कि राष्ट्रपति ने अपने पद पर रहते हुए अमेरिका के लोगों के लिए बहुत अच्छे काम किए, जिससे उन्हें डोनाल्ड ट्रंप द्वारा किए जा रहे ध्रुवीकरण को पीछे छोड़ने में मदद मिली। फिर भी मुझे लगता था कि अपनी उम्र और कमजोरियों को देखते हुए बाइडन को दूसरे कार्यकाल के बारे में न सोचकर अपनी पार्टी को समय रहते बेहतर उम्मीदवार चुनने के बारे में बता देना चाहिए।

ट्रंप के साथ बहस में खराब प्रदर्शन के बाद उन पर डेमोक्रेटिक दानदाताओं, कांग्रेसियों और सीनेटरों द्वारा उम्मीदवारी छोड़ने का दबाव बढ़ने लगा था। यह बात दुखद है कि बाइडन ने संकेतों पर ध्यान न देते हुए दूसरे कार्यकाल के बारे में सोचा। सर्वेक्षणों में भी उन्हें अपने प्रतिद्वंद्वी से पिछड़ते हुए दिखाया गया था, हालांकि बाइडन ने कई सप्ताह तक कड़ी मेहनत की, जब तक कि उन्हें उम्मीदवारी छोड़ने के लिए मजबूर नहीं होना पड़ा।

अपने पद से चिपके रहने की मौजूदा अमेरिकी राष्ट्रपति की हताशा व्यक्तिगत नहीं थी। यह एक संकेत है कि हर देश में सत्ता का सुख भोगने वाले और व्यावसायिक तौर पर सफल व्यक्ति किस तरह से व्यवहार करते हैं। यहां तक कि उस समय भी, जब वे शारीरिक और मानसिक रूप से कमजोर हो गए हों। ऐसे में ये लोग उन संस्थानों, समाज को नुकसान पहुंचाने लगते हैं, जिनकी वे सेवा करते हैं।

भारतीय परिप्रेक्ष्य में क्रिकेट के प्रशंसक इस तरह की घटनाओं से भली-भांति अवगत हो सकते हैं। जब कोई खिलाड़ी पैंतीस साल से ऊपर होता है तो उसके लिए पहले जैसा प्रदर्शन कर पाना मुश्किल होता है। उनमें से कुछ ही इन संकेतों को पहचान पाते हैं। सुनील गावस्कर इसके एक अपवाद हैं, जिन्होंने विश्व कप में शानदार बैटिंग करने के बाद खेल छोड़ दिया था। उनके सबसे अच्छे साथी गुंडप्पा विश्वनाथ को सही मायनों में बहुत पहले सेवानिवृत्त हो जाना चाहिए था। कपिल देव और सचिन तेंदुलकर भी काफी लंबे समय तक खेलते रहे। देखा जाए तो हर मामले में, चाहे वह सर्वाधिक टेस्ट विकेट लेने का हो या सबसे ज्यादा टेस्ट मैच खेलने का, व्यक्तिगत महत्वाकांक्षा को टीम से ऊपर रखा गया। युवाओं को आगे बढ़ने देने के बजाय यह जो शीर्ष पर रहते हुए शक्ति का उपयोग करने की इच्छा है, यह खेल और राजनीति के बहुत आगे है। हमारे बहुत से उद्यमियों ने अपने द्वारा स्थापित निकायों को निर्देशित कर अपने पिछले योगदानों को कम कर दिया, जबकि उन्हें अपने से अधिक सक्षम युवाओं को यह मौका देना चाहिए था। हर कीमत पर लंबे समय तक शीर्ष पर बने रहने की इच्छा दुनियाभर में पाई जाती है।

इस तरह की इच्छा बौद्धिक जीवन को भी प्रभावित करती है। उदाहरण के लिए, मुंबई से प्रकाशित अंतरराष्ट्रीय प्रतिष्ठा वाली पत्रिका 'इकोनॉमिक एंड पॉलिटिकल वीकली' (ईपीडब्ल्यू) को ले सकते हैं। यह एक ऐसी पत्रिका थी, जिसे भारत और दुनिया का हर विद्वान पढ़ने और छापने के लिए उत्सुक रहता था। पत्रकारों, नौकरशाहों और कार्यकर्ताओं ने भी ईपीडब्ल्यू में उतनी ही दिलचस्पी दिखाई, जितनी कि विद्वानों और शोधकर्ताओं ने। फिर भी हाल के कुछ सालों में पत्रिका की साख में गिरावट आई है। कभी भारतीय नेताओं की बहस का विषय तय करने वाली पत्रिका में अब कुछ ही अवसरों पर सार्थक और सशक्त निबंध छपते हैं। यह अब अपने पूर्व स्वरूप की धुंधली छाया बनकर रह गई है।

ईपीडब्ल्यू में आई गिरावट दूसरे बौद्धिक संस्थान बेंगलुरु के राष्ट्रीय जैविक विज्ञान केंद्र (एनसीबीएस) के स्व-नवीनीकरण के बिल्कुल विपरीत है, जिससे मैं परिचित हूं। एनसीबीएस टाटा इंस्टीट्यूट ऑफ फंडामेंटल रिसर्च की एक शाखा है, जिसकी स्थापना 1940 के दशक में मुंबई में की गई थी। अपने पहले डेढ़ दशक में इस शाखा पर भौतिक वैज्ञानिकों और गणितज्ञों का वर्चस्व रहा। हालांकि 1960 के दशक में इस शाखा ने एक प्रतिभाशाली युवा जीव विज्ञानी ओबैद सिद्दीकी को भर्ती किया, जिन्होंने 20 साल तक शाखा के मुख्य परिसर में अपनी सेवाएं दीं और वह एक नया जैविक अनुसंधान केंद्र की स्थापना करने के लिए बेंगलुरु चले गए।

एनसीबीएस के बारे में मुझे सबसे अच्छी बात लगती है कि यह किसी भी भारतीय शैक्षणिक संस्थान की तुलना में सबसे कम पदानुक्रमित संस्थान है। यह कॉलेजियम और खुले बौद्धिक आदान-प्रदान की भावना से भरा हुआ है, जो वैज्ञानिक और औद्योगिक अनुसंधान करने वाले ज्यादातर केंद्रों में नहीं है। आईआईटी में तो यह बिल्कुल नहीं है। यहां निदेशक अपने युवा सहकर्मियों के साथ अच्छा व्यवहार नहीं करते हैं, जो उनसे ज्यादा बेहतर शोध कर सकते हैं। ओबैद सिद्दीकी को बेहद करीब से देखने के बाद मेरे मन में इस बात को लेकर कोई संदेह नहीं रह गया कि उन्होंने इस लोकतांत्रिक और भागीदारी वाले लोकाचार को बढ़ावा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी। जैसे ही निदेशक के तौर पर ओबैद सिद्दीकी का कार्यकाल पूरा हुआ, वे एनसीबीएस की डोर युवा हाथों में सौंपकर अपने शोध से जुड़ गए। अगर ओबैद सिद्दीकी प्रतिभावान नहीं होते तो शायद एनसीबीएस इतना फल-फूल नहीं पाता। किसी भी संस्था की स्थायी सफलता का एक अन्य कारण उसके द्वारा अपनाई गई शासन व्यवस्था की संरचना है। एनसीबीएस बोर्ड के सदस्य का कार्यकाल ठीक तीन साल का होता है। इसे एक या दो बार नवीनीकृत किया जा सकता है, लेकिन इससे अधिक नहीं। ईपीडब्ल्यू चलाने वाले ट्रस्ट के विपरीत यहां कोई भी 'आजीवन' सदस्य नहीं रह सकता। एनसीबीएस बोर्ड में सेवा देने के लिए किसी व्यक्ति की अधिकतम अवधि नौ वर्ष है, जबकि ईपीडब्ल्यू के बोर्ड में कुछ ट्रस्टी तीस वर्षों से कार्यरत हैं।

निष्कर्ष के तौर पर मैं यह कह सकता हूं कि लंबे समय तक अपने पद पर बने रहने की चाहत महिलाओं से ज्यादा पुरुषों में देखी जाती है। ओबैद सिद्दीकी इसके अपवाद रहे हैं। राजनीति, खेल, व्यवसाय और शिक्षा के क्षेत्र में अनगिनत भारतीय पुरुषों ने ऐसे काम किए हैं और आगे भी करते रहेंगे, जैसा कि वर्तमान अमेरिकी राष्ट्रपति करना चाहते थे। इस तरह के अदूरदर्शी और आत्मकेंद्रित व्यवहार की कीमत अधिक प्रतिभाशाली कनिष्ठ सहयोगियों और समग्र रूप से समाज को चुकानी पड़ती है।

नृत्य कला या युद्ध कला

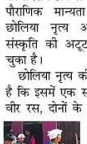
डॉ. राजेन्द्र सिंह क्वीरा

खुला आकाश

छोलिया नृत्य में एक साथ श्रृंगार और वीर रस, दोनों के दर्शन होते हैं। इसे देखते समय ऐसा लगता है, मानो सदियों पुराने सैनिक रणभूमि में युद्ध कर रहे हो!

बहुत साल पहले कुमाऊं के राजा जब युद्ध से विजयी होकर लौटे तो अपने दरबार में युद्ध का बखान करने लगे। उस दौरान उनकी रानियों ने युद्ध को प्रत्यक्ष रूप से देखने की इच्छा प्रकट की, जिसे राजा टाल नहीं सके। उन्होंने अपनी सेना को दो भागों में बांटकर युद्ध दिखाने का आदेश दिया, जिसे उन्होंने नृत्य कला के साथ प्रदर्शित किया और वहीं से हर वर्ष छोलिया नृत्य का प्रदर्शन होने लगा। यह भले ही पौराणिक मान्यता हो, लेकिन छोलिया नृत्य अब कुमाऊंनी संस्कृति की अटूट पहचान बन चुका है।

छोलिया नृत्य की विशेषता यह है कि इसमें एक साथ श्रृंगार और वीर रस, दोनों के दर्शन होते हैं। हालांकि कुछ लोग इसे युद्ध में जीत के बाद किया जाने वाला नृत्य तो कुछ तलवार की नोक पर शादी करने वाले राजाओं के शासन की उत्पत्ति का सबूत मानते हैं। 'छोलिया नृत्य' को 'छलिया नृत्य' भी कहा जाता है। कुमाऊंनी संस्कृति का प्रतीक यह नृत्य अक्सर शादियों और सांस्कृतिक कार्यक्रमों में किया जाता है। यह नेपाल के बैतड़ी और दार्चुला क्षेत्रों में भी मशहूर है। आमतौर पर छोलिया नृत्य का प्रदर्शन करते पुरुषों को देखा जाता है, लेकिन कुमाऊं के दूरस्थ धारचूला क्षेत्र में अधिकतर स्त्रियां छोलिया नृत्य करती हैं। यह मूलतः तलवार के साथ किया जाने वाला नृत्य है।



पौराणिक मान्यताओं के अलावा यह भी कहा जाता है कि छोलिया नृत्य का चलन कुमाऊं के खस और कत्यूरियों राजाओं के समय हुआ, जब तलवार की नोक पर विवाह होते थे। कालांतर में यह नृत्य क्षत्रियों की पहचान बन गया। छोलिया नर्तकों को छोल्यार कहा जाता है। इस नृत्य में 8 से 16 या इससे अधिक नर्तकों की टोली होती है, जो आपस में जुगलबंदी करती है। उनके एक हाथ में तलवार और दूसरे में प्रहार को रोकने के लिए ढाल होती है। कलाकार तुरी, नगफनी, रणसिंह और ढोल, दमाऊ जैसे वाद्य यंत्रों की संगत पर नृत्य करते हैं। नर्तकों की पोशाक पारंपरिक होती है, जिसमें सफेद चूड़ीदार पायजामा, उसके ऊपर रंग-बिरंगा घेरेदार चोला, जिसे कुमाऊं में झगुला कहा जाता है, सिर पर पगड़ी या साफा और पैरों में घुंघरू, कमर में रंगीन कमरबंद तथा चेहरे पर चंदन का लेप लगा होता है। यह वेशभूषा पुराने समय में युद्ध में जाने वाले सैनिकों की याद दिलाती है। छोलिया नृत्य देखते समय लगता है, मानो सदियों पुराने सैनिक रणभूमि में युद्ध कर रहे हों!

दैनिक जागरण
सप्तरंग
किशोरों व बाल मन की उड़ान का
रविवार, 28 जुलाई, 2024

उम्र से ऊंची छलांग

ईशा सिंह

चिनिंघि देसिंघु

अंजन कौर

आज (28 जुलाई) जब पेरिस ओलिंपिक में 14 साल की भारतीय तैराक **चिनिंघि देसिंघु** अपने से अधिक उम्र और अनुभव वाले तैराकों के साथ अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने के लिए पानी में उतरेंगी, तब किसी को पता भी नहीं होगा कि महज सात साल पहले उन्हें पानी से ही सबसे ज्यादा डर लगता था। मगर माता-पिता के विश्वास और चिनिंघि के आत्मविश्वास के बलबूते आज वे विश्व पटल पर भारत का प्रतिनिधित्व कर रही हैं। इसके साथ ही वे साबित कर रही हैं कि उम्र भले ही छोटी हो, मगर हिम्मत और प्रयास सब कुछ संभव कर देते हैं। चिनिंघि सहित ओलिंपिक के इतिहास में ऐसे कई उदाहरण रहे हैं जिन्होंने कम उम्र से ही लगातार प्रयास करने आरंभ किए और भारत के लिए पदक जीतकर लाए। उन्होंने सिद्ध कर दिया कि बड़े-बड़े कारनामे करने के लिए बड़े होने का इंतजार नहीं करना पड़ता। आप छोटे हैं तो क्या हुआ, आपके प्रयास बड़े होने चाहिए।

> पेरिस ओलिंपिक में कई किशोर एथलीट्स की प्रतिभागिता बताती है कि उम्र भले छोटी हो मगर हौसले बुलंद होने चाहिए। आरती तिवारी बता रही हैं कि ओलिंपिक इतिहास में ऐसे कई भारतीय किशोर एथलीट्स के नाम दर्ज हैं, जिन्होंने दिखाया कि उम्र से ज्यादा बड़े होते हैं इरादे...

117
भारतीय एथलीट पहुंचे हैं पेरिस ओलिंपिक में, जिनमें से 72 के लिए यह पहला ओलिंपिक प्रतिभाग अवसर है।

अकेले संभाल रहीं भोचां

तमाम राष्ट्रीय-अंतरराष्ट्रीय पुरस्कार जीत चुकी चिनिंघि पेरिस ओलिंपिक 2024 में जाने वाली सबसे कम उम्र की भारतीय एथलीट हैं। इतना ही नहीं, वे पेरिस ओलिंपिक के तैराकी इवेंट में एकमात्र भारतीय महिला तैराक हैं। 200 मीटर फ्रीस्टाइल में रिकार्ड होल्डर चिनिंघि का यह पहला ओलिंपिक है। इससे पहले वे 2022 एशियाई खेलों में भारत का प्रतिनिधित्व करने पहुंची थीं।

इंग्लिश चैनल पर भारतीय रट्टोक

ओलिंपिक में पहुंची चिनिंघि बेशक अपने साथ तमाम रिकार्ड लेकर इस मुकाम पर आई हैं, मगर एक रिकार्ड जो उनकी पहुंच से दूर ही रहने वाला है, वह है **आरती साहा** का। उन्होंने 12 साल की आयु पूरी करने से कुछ ही दिन पहले वर्ष 1952 के हेलिंस्की ओलिंपिक में भाग लिया था। संयोग है कि यह दोनों ही सबसे कम आयु के भारतीय एथलीट तैराक हैं। हेलिंस्की ओलिंपिक में भाग लेने वाली आरती के नाम एक अन्य उपलब्धि भी है। उन्होंने 16 घंटे 20 मिनट में इंग्लिश चैनल पार करके तैराकी की दुनिया में नया रिकार्ड बनाया और इंग्लिश चैनल पार करने वाली पहली एशियाई महिला के रूप में जानी गईं।

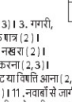
पदक पर लगेगा निशाना

ओलिंपिक 2024 में भारत की तरफ से तीरंदाजी में हरियाणा की **भजन कौर**, झारखंड की दीपिका कुमारी और बंगाल की अंकिता भकत प्रतिभाग करेंगी। इन तीन में सबसे कम उम्र भजन कौर की है, लेकिन मेडल की उम्मीद सबसे ज्यादा। 18 वर्ष की भजन ओलिंपिक में पहली बार निशाना लगाएंगी। इससे पहले भजन वर्ष 2022 में एशियन गेम्स में कांस्य पदक जीत चुकी हैं। भजन कौर जब आठवीं कक्षा में थी, तब किसी सीनियर के धनुष-बाण स्कूल में रह गए थे, उनसे शौकिया अभ्यास कर रही भजन को देख शिक्षक प्रभावित हुए और वहीं से उनका तीरंदाजी का सफर शुरू हो गया।

उन्हीं की तरह 19 साल की **ईशा सिंह** निशानेबाजी से पदक तालिका पर अपना नाम अंकित करवाने का प्रयास करेंगी। नौ साल की उम्र में ईशा जब पिता के साथ पहली बार शूटिंग रेंज पहुंची तो गोलियों की आवाज ने उन्हें इस खेल के प्रति उत्साहित कर दिया। मात्र 13 साल की उम्र में 10 मीटर एयर पिस्टल श्रेणी में राष्ट्रीय चैंपियन बनीं ईशा पेरिस ओलिंपिक में 10 मीटर एयर पिस्टल के साथ अपना प्रवेश करेंगी।

प्रेरणा के स्रोत

16वर्ष की आयु में फ्यवोली एक्सप्रेस के नाम से प्रसिद्ध **पी.टी. उषा** ने 1980 में आयोजित हुए मास्को ओलिंपिक में प्रथम प्रतिभाग किया था। ओलिंपिक में भाग लेने वाली सबसे कम उम्र की धावक और ट्रैक इवेंट के फाइनल में पहुंचने वाली पहली भारतीय महिला धावक थीं।



17वर्ष के **अभिनव बिंद्रा** ने ओलिंपिक 2000 में शूटिंग के साथ शुभारंभ किया था। बीजिंग ओलिंपिक 2008 में उन्होंने (एयरराइफल/10 मीटर) से स्वर्ण पदक पर निशाना साधा।

18वर्ष की **साइना नेहवाल** बीजिंग ओलिंपिक 2008 में एकल बैडमिंटन खिला डी के तौर पर गई थीं। साल 2012 में उन्होंने लंदन ओलिंपिक में कांस्य पदक हासिल किया।

18वर्ष के **विजयेंदर सिंह** सीस ओलिंपिक 2004 में लाइट वेटलिफ्टर के तौर पर भारत का प्रतिनिधित्व करने पहुंचे थे। बीजिंग ओलिंपिक 2008 में उन्हें कांस्य पदक हासिल किया।

पुण्यभूमि भारत

सामाजिक क्रांति के अग्रदूत

19वीं शताब्दी में सामाजिक परिवर्तन लाने में बड़ी भूमिका निभाने वाले **ईश्वरचंद्र विद्यासागर** का नाम बड़े आदर से लिया जाता है। 26 सितंबर, 1820 को ग्राम वीरसिंह (जिला मेदिनीपुर, बंगाल) के धार्मिक परिवार में जन्मे ईश्वरचंद्र नौ वर्ष की अवस्था में संस्कृत विद्यालय में प्रविष्ट हुए और 13 वर्ष तक वहीं रहे। घर की आर्थिक स्थिति अच्छी नहीं थी अतः खर्च निकालने के लिए उन्होंने घरों में भोजन बनाया और बर्तन साफ किए। कठिन साधना के परिणामस्वरूप उन्हें संस्कृत की प्रतिष्ठित उपाधि 'विद्यासागर' प्राप्त हुई। 1841 में वे कोलकाता के फोर्ट विलियम कालेज में पढ़ाने लगे और 1847 में संस्कृत महाविद्यालय में सहायक सचिव और फिर प्राचार्य बने। वे वास्तव में शिक्षा में विद्यासागर और स्वभाव में दयासागर थे। एक बार उन्होंने देखा कि मार्ग में एक वृद्ध और असहाय महिला पड़ी है। उसके शरीर से दुर्गंध आ रही थी। लोग उसे देखकर मुंह फेर रहे थे पर ईश्वरचंद्र उसे घर ले आए और उसकी सेवा करके उसके भावी जीवन का भी प्रबंध किया।

जिन दिनों महर्षि दयानंद सरस्वती बंगाल में प्रवास पर थे, तब ईश्वरचंद्र उनके विचारों को सुनकर बहुत प्रभावित हुए। उन दिनों बंगाल में विधवा नारियों की स्थिति अच्छी नहीं थी। बाल-वधू और बाल विधवाओं का शेष जीवन बहुत कष्ट और उपेक्षा में बीतता था। ऐसे में ईश्वरचंद्र ने नारी उत्थान के लिए प्रयास का संकल्प लिया। उन्होंने धर्मग्रंथों द्वारा विधवा-विवाह को शास्त्र सम्मत सिद्ध किया। उनका प्रश्न था कि यदि विधुर पुनर्विवाह कर सकता है, तो विधवा क्यों नहीं? उनके प्रयास से 16 जुलाई, 1856 को विधवा विवाह अधिनियम को गवर्नर जनरल चार्ल्स केनिंग ने स्वीकृति दे दी। उनकी उपस्थिति में सात दिसंबर, 1856 को उनके मित्र राजकृष्ण बनर्जी के घर पहला विधवा विवाह संपन्न हुआ। इससे बंगाल के परंपरावादी लोगों में हड़कंप मच गया। उनका सामाजिक बहिष्कार किया गया और तरह-तरह के आरोप लगाए गए पर वे शांत भाव से काम में लगे रहे। बंगाल की एक अन्य महान विभूति श्रीरामकृष्ण परमहंस भी उनके समर्थक थे। ईश्वरचंद्र ने स्त्री शिक्षा का प्रबल समर्थन किया। उन दिनों बंगाल में राजा राममोहन राय सती प्रथा के निषेध के लिए काम कर रहे थे। ईश्वरचंद्र ने उनका साथ दिया और सती प्रथा के निषेध को शासकीय स्वीकृति प्राप्त हुई। नारी शिक्षा और उत्थान के प्रबल पक्षधर ईश्वरचंद्र विद्यासागर का **29 जुलाई, 1891** को देहांत हो गया।

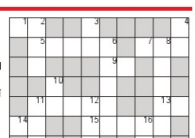
(**लोकहित प्रकाशन की हर दिन पावन से साभार**)

क्रिएटिव कोना

आओ बनाएं दोस्ती का चौड़ा फ्रेंडशिप बैंड, क्योंकि दोस्त के हाथ में बांधें स्वयं बनाया बैंड...

ब्रेसलेट की डिजाइन का फ्रेंडशिप बैंड बनाने के लिए अपनी पसंद के तीन रंग के समान लंबाई के मोटे धागे लेकर उनके ऊपर गांठ बांधें। चित्र में दिखाए अनुसार पहले और तीसरे धागे को बारी-बारी से आपस में गांठ बांधें। कुछ लंबाई के बाद बीच वाले धागे में अपनी पसंद के बीड्स पिरोकर उसके इर्द-गिर्द पहले और तीसरे धागे से दोबारा गांठ बांधें। यह प्रक्रिया तब तक अपनाएं, जब तक कलाई के बराबर की डिजाइन नबन जाए। अब पहले और तीसरे धागे को दोनों तरफ से काटकर फेवीक्विक से चिपका दें ताकि यह खुले नहीं। बीच वाले धागे के दोनों सिरों को एक-दूसरे के ऊपर रखें और किसी अन्य रंग के धागे को मध्य दस से बिन्नुसार गांठ बांधें। इस प्रकार एडजस्ट करने योग्य गांठ बन जाएगी और फ्रेंडशिप बैंड आपकी दोस्ती पक्की करने के लिए तैयार है!

वर्ग पहेली-2704



डग्रं से दाएं
1. आशा, भरोसा (2)।
5. बुद्धूअना (5) 17. गुरुआत (3) 19. दीरा, मेरा, मोमबत्ती (2)।
11. स्वाष्टि (5) 13. घोड़ों से खींचा जनेवाला एक तरह का वाहन (2) 14. विदेशी (2)।
15. इन्कार कर देना (2,3)।
17. डोरा (2) 19. अनंत, असीम, जिसका कोई ओर-छोर नहीं (3)।
20. किसी से मनमर्जी काम करवाना (2,3) 22. मित्र, दोस्त (2)।

ऊपर से नीचे
2. सीख, टारक (3) 3. गगरी, मिट्टी का बना एक पात्र (2)।
4. गर्व, अभिमान, नखरा (2)।
6. नष्ट या बर्बाद करना (2,3)।
8. बहुत बड़ा संकट या विपत्ति आना (2,3)।
10. शरीर, देह (2) 11. नवाबों से जागीर के बदले सैनिक सेवा ली जाने वाली प्रथा (3,2)।
12. कीमत तय करना (2,3)।
16. नस, नाड़ी (2) 18. एक समुद्री लूफान (3)।
19. सखी, सहेली, भंवरा (2)।
21. एक प्रकार की दालहन (2)।

© Bird Features & Writing Agency

कल का हल

वि	शा	ट			द		द	
	ज		धा	द्ध		र	त	ला	म
	धा		रा			आ			न
गा	नी	म	त		प	र	बा	सी
			ली	की	र			न
		दा		चौ	म	नौ		
		ड़	द्ध	आ	द्ध		मौ	हा	नौ	ला
की				ड़			की		म
वि	ना	य	क		तौ	न		की
ता			ना				ड़	न	न

जागरण सुडोकू-2704

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

कल का हल

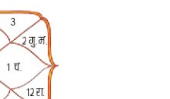
6	5	1	7	8	4	3	2	9
2	4	7	6	9	3	5	1	8
8	9	3	2	5	1	6	7	4
7	3	5	4	2	8	9	6	1
1	6	2	9	3	5	4	8	7
4	8	9	1	6	7	2	3	5
3	1	6	8	4	9	7	5	2
5	7	4	3	1	2	8	9	6
9	2	8	5	7	6	1	4	3

आज का भविष्यफल- 28 जुलाई, 2024 रविवार

के.ए. दुर्गा रूद्रमेश

आजकी ग्रहस्थिति : श्रावण मास कृष्ण पक्ष अष्टमी का राशिफल।
आजका राहुकाल : सायं 04 बजकर 30 मिनट से 06 बजे तक।
आजकादिशाशूल : पश्चिम

कल 29 जुलाई, 2024 का पंचांग
कल का दिशाशूल : पूर्व
पंचांग/त्योहार : श्रावण सोमवार व्रत विक्रम संवत 2081 शके 1946 दक्षिणायण, उत्तरगोल, वर्षा ऋतु श्रावण मास कृष्ण पक्ष की नवमी 17 घंटे 56 मिनट तक, तत्पश्चात दशमी भरणी-नक्षत्र तत्पश्चात कृत्तिका-नक्षत्र गंडयोग तत्पश्चात वृद्धि योग मीन में चंद्रमा 16 घंटे 26 मिनट तक तत्पश्चात वृष में।



मेष : आर्थिक मामलों में सुधार होगा। धार्मिक प्रवृत्ति में वृद्धि होगी।
वृष : बहुप्रतीक्षित कार्य के संपन्न होने से आर्थिक मामलों में सुधार होगा।
मिथुन : धन व्यय होगा। रुपए-पैसे के लेन-देन में सावधानी बरतें।
कर्क : पारिवारिक प्रतिष्ठा बढ़ेगी। आर्थिक मामलों में प्रगति होगी।
सिंह : अधिकारी का सहयोग मिलेगा। धार्मिक प्रवृत्ति में वृद्धि होगी।
कन्या : स्वास्थ्य में सुधार होगा। पिता या धर्म गुरु का सहयोग मिलेगा।
तुला : जीविका के क्षेत्र में प्रगति होगी। सामाजिक प्रतिष्ठा बढ़ेगी।
वृश्चिक : दांपत्य जीवन सुखमय होगा। व्यावसायिक प्रतिष्ठा बढ़ेगी।
धनु : स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें। आर्थिक मामलों में सफलता मिलेगी।
मकर : पारिवारिक जीवन सुखमय होगा। शैक्षिक प्रयास सार्थक होगा।
कुंभ : लाभ मिल सकता है। महिला अधिकारी का सहयोग रहेगा।
मीन : भाई-बहन का सहयोग रहेगा। रिश्तों में निकटता आएगी।

रविवार विशेष

सहेज रहे धरोहर की थाती

विश्व धरोहर समिति की वार्षिक बैठक का आयोजन इसी सप्ताह भारत में हुआ। हमारे पुरखे जो विरासत छोड़ गए हैं, उसे सहेजने, संवारने का उपक्रम अतिआवश्यक है ताकि आने वाली पीढ़ियां भी हमारी समृद्ध धरोहरों से परिचित और गौरवान्वित रहें। विश्व धरोहर समिति तो वैश्विक स्तर पर अपनी जिम्मेदारी निभा रही है, हमें भी अपने देश में सांस्कृतिक विरासत, लोक संगीत व नृत्य के संरक्षण के लिए निजी और समूह स्तर पर प्रयास करने चाहिए। इसी क्रम में पढ़िए दो कहानियां जो प्रेरित करती हैं कि पुरखों की धरोहर को सहेजा जाए, समृद्ध किया जाए।

पुरातन रामलीला से नई पीढ़ी हो रही परिचित

परिवर्तन प्रकृति का नियम है। इस आवर्तन ने 250 वर्षों में क्या कुछ नहीं बदला, मगर नहीं बदली तो शिव की नगरी काशी के उपनगर रामनगर की रामलीला। बदलाव की बयार से दो-चार हुए बिना लीक से न डिगने का यह आग्रह ही इसे अन्य मंचीय आयोजनों से अलग करता है। तकनीकी विकास के लंबे दौर के बाद भी रामनगर की लीला में आज तक ध्वनि विस्तारक यंत्र प्रयोग होते किसी ने देखा, न ही सुना। बावजूद इसके भक्ति रसपान के लिए टूट पड़े भजमे पर जोरदार संवाद अदायगी भारी पड़ जाती है।

दशकों से वैसे ही श्रद्धाभाव टपकाती है। केवल एक 'चुप रहो' की घोषणा और चारों ओर सन्नाटा छा जाता है। रही रोशनी की बात तो वो जैसे प्रभु पात्रों व भक्तों के हृदय से ही प्रकाश किरणों का प्रसार और एकाकार हो रही हो। आज भी महताब (चंद्रमा) की रोशनी में लीला अपना रुतबा संजोए है। हर प्रसंग महताब की रोशनी से जगरमगर और दृश्य के मिजाज अनुसार, इसके रंग अलग-अलग भाव जगाते हैं। भक्ति भाव उभारने को श्वेत तो युद्ध के दृश्यों के लिए चटक लाल प्रकाश पसर जाते हैं। मंच भी अरसे से स्थायी, किसी चबूतरे पर रामजी की अयोध्या तो कोई राक्षसराज रावण की लंका बन गया। सरोवर से लेकर कुप व बगीचे भी किष्किंधा, पंचवटी, अशोक वाटिका के रूप में प्रभु की लीला के निरंतर साक्षी होते-होते, अब उन्हीं पौराणिक नामों से पहचान पा गए।

प्रभु की लीला को जी रहे कलाकारों की बात करें तो, भले हर साल चेहरे बदल जाएं, लेकिन वे भी पीढ़ियों से खानदानी परंपरा को आज भी श्रद्धाभाव से निभा रहे हैं। तैयारी का अंदाज भी वही पुराना, लीला शुरू होने के दो माह पहले सावन कृष्ण चतुर्थी से लेकर खत्म होने तक पात्र 85 दिनों तक घर-परिवार और भौतिकता से एकदम दूर, जीवन में केवल भक्ति भाव प्रधान हो जाता है। लीला के पंच स्वरूपों का नियम-संयम का दृढ़ता से पालन और श्रीराम, जानकी, लक्ष्मण नाम हो जाता है। परिधानों व पकवानों को भी जैसे आधुनिकता की हवा से गुरेज हो और त्रेता में पहुंच जाने का आभास कराते हैं। रही देखवइयों की बात तो जैसी प्रभुजी की लीला वैसी उनकी भक्त मंडली। उनके लिए यह नाट्य मंचन न होकर प्रभु श्रीराम से साक्षात्कार का माध्यम है। उनका अंदाज तन-मन को श्रद्धा-भक्ति से भिगो देता है। अनंत चतुर्दशी से माह पर्यंत चलने वाली रामलीला में दुनियावी परेशानियों से पल्ला झाड़ प्रभु दर्शन की सहज-सरल आतुरता का साक्षात्कार किया जा सकता है। विभिन्न प्रसंगों के दौरान नवनों से बहती अश्रुधारा व जयजयकार लीला की सजीवता बखानती है। नई पीढ़ी का जुड़ाव इसे निरंतर सशक्त कर रहा है। (**वाराणसी से प्रमोद यादव**)

रामलीला समापन के पश्चात हाथी पर सवार हो रामनगर दुर्ग से निकलते पंच स्वरूप • जागरण (फाइल फोटो)

राजपरिवार बना परंपरा के संरक्षण का आधार

भौतिकता की तप्त्व धूप में जब परंपराएं कुम्हला रही हों, रामनगर की रामलीला राज्याश्रय की छाव में फल-फूल रही है। काशिराज परिवार द्वारा दैवयोग से शुरू कराई गई रामलीला की परंपरा आज भी संरक्षित, संवर्द्धित व सुरक्षित है। इसके लिए कोई सरकारी मदद नहीं ली जाती। आज भी काशिराज परिवार ही पात्रों के चयन से लेकर संपूर्ण आयोजन तक की जिम्मेदारी निभाता है। परंपरा को सिर माथे लगाता है और लोकतांत्रिक व्यवस्था में भी राजा की तरह मान पाता है।

आओ रोपें अच्छे पौधे

प्राकृतिक विविधता का जरूरी हिस्सा है कदंब का वृक्ष

कदंब को देववृक्ष माना जाता है और इसकी पूजा भी की जाती है। इस वृक्ष का संबंध श्रीकृष्ण की लीला से भी रहा है। अपने औषधीय गुणों और सांस्कृतिक महत्व से लेकर पर्यावरणीय और आर्थिक लाभों तक कदंब का पेड़ बहुपयोगी है। अतिप्राचीन इतिहास वाला यह वृक्ष हमारी समृद्ध प्राकृतिक विविधता का महत्वपूर्ण हिस्सा रहा है। यह वृक्ष वायुमंडलीय संतुलन बनाए रखने के साथ जल संचयन में भी मदद करता है। यह हवा को भी शुद्ध करता है। ऐसे में पर्यावरण संरक्षण के लिए यह वृक्ष अतिमहत्वपूर्ण माना जाता है। इसके अलावा कदंब के फल, फूल और छाल कई औषधीय गुणों से भरपूर माने जाते हैं। इसके औषधीय गुणों का उल्लेख सुश्रुत संहिता में भी किया गया है। आयुर्वेद के अनुसार कदंब का फल शरीर के तीनों दोष (वात, कफ, पित्त) को नियंत्रित करने में सक्षम होता है और कई बीमारियों में उपयोगी साबित हो सकता है। साथ ही इसके पत्तों का प्रयोग लिवर संबंधी रोगों के उपचार में भी कारगर कहा जाता है। इसके अर्क में बैक्टीरिया रोधी गुण प्रचुर मात्रा में होते हैं और इस कारण यह त्वचा के लिए अच्छा माना जाता है। कदंब का पेड़ व्यावसायिक रूप से भी महत्वपूर्ण है। इसकी लकड़ी नर्म और चिकनी होती है, जिसका उपयोग प्लाई व फर्नीचर बनाने में किया जाता है। इसके अलावा कदंब का उपयोग कागज बनाने में भी होता है।

वायु को शुद्ध करता है बांस प्रकृति में बनाता है संतुलन

बांस भारी मात्रा में कार्बन डाइआक्साइड को अवशोषित करने और आक्सीजन उत्पन्न करने की अपनी क्षमता के लिए जाना जाता है। इसका पौधा घर के अंदर गमले में लगाने से वायु को शुद्ध करने में मदद मिलती है। साथ ही बांस वायु से बेंजीन जैसे अन्य विषाक्त पदार्थों को भी साफ कर सकता है। यह आपके शयनकक्ष या घर के किसी भी अन्य कमरे के लिए एक बढ़िया पौधा माना जाता है। बांस सबसे तेजी से बढ़ने वाले पौधों में से एक है और ऐसे में इसे लगाना भी आसान है। इसका बहुत ध्यान नहीं रखना पड़ता। इसे बगीचे में लगाया जा सकता है या घर के भीतर किसी गमले में। कुछ प्रकार के बांस पानी में भी उगाए जा सकते हैं। बांस बारहमासी पौधा है और यह सूखा प्रतिरोधी है। इसे रोपने पर अधिक पानी देने की चिंता नहीं करनी पड़ती है। विशेषज्ञ इस पौधे को वास्तु और फेंगशुई के लिए अच्छा बताते हैं। बांस का पौधा सिलिका से भरपूर होता है। इसका मुरब्बा व अचार खाने से पाचन संबंधी विकार ठीक करने और सूजन कम करने में मदद मिलती है। इसमें विटामिन ए, विटामिन बी6 और विटामिन ई प्रचुर मात्रा में पाए जाते हैं। शरीर को प्राकृतिक प्रतिरक्षा देने में बांस का उपयोग लाभकारी कहा जाता है। यह शरीर को डिटाक्स करने में भी सहायक होता है। बांस की हरी पत्तियों से बनाया पेय एंटी आक्सीडेंट गुणों से युक्त माना जाता है।

गुरुओं के संगीत की रीत को अमर कर रहा भैणी साहिब

नियमित प्रशिक्षण लेने आती है नई पीढ़ी

लुधियाना से 26 किमी दूर स्थित नामधारी समाज के गांव श्री भैणी साहिब ने गुरुओं के संगीत की धरोहर को जीवंत रखा है। यहां परंपरागत वाद्य यंत्रों जैसे सितार, सरोद, तबला, दिलरुबा के साथ बच्चे संगीत के अध्यापकों के मार्गदर्शन में प्रतिदिन प्रशिक्षण प्राप्त करते हैं। 100 वर्ष से भी अधिक समय से यहां संगीत की यह रीत चली आ रही है। यहां के हर बच्चे को संगीत की शिक्षा दी जाती है। इस गांव का रहने वाला चाहे वह किसान हो, शिक्षक हो, बैंक में नौकरी करता या दुकान चलाता हो... हर व्यक्ति संगीत से जुड़ा हुआ है।

इस गांव में स्कूल की पढ़ाई, खेल का अभ्यास करने के पश्चात हर युवा, युवती, बच्चे प्रतिदिन शाम को परंपरागत सफेद परिधान पहनकर हाथों में वाद्य यंत्र लेकर संगीत की कक्षा की तरफ निकल पड़ते हैं। प्रतिदिन बाबा नानक और श्रीकृष्ण के परंपरागत संगीत की धुन से समस्त प्रांगण भक्तिमय हो जाता है। नामधारी गुरुओं का मानना है कि बचपन में जब आप संगीत सीखते हैं तो बड़े होकर अच्छे नागरिक बनते हैं।

नामधारी समाज का स्वतंत्रता संग्राम में तो उल्लेखनीय योगदान रहा ही है, साथ ही उनके गुरुओं ने धर्म और संगीत, संस्कृति, परंपरा और समृद्ध विरासत को भी हमेशा जीवित रखा है। नामधारी समाज के 11वें गुरु सतगुरु जगजीत सिंह के शास्त्रीय संगीत के प्रति विशेष लगाव और इसमें उनके अद्वितीय योगदान को जीवंत रखने के लिए सतगुरु उदय सिंह (नामधारी संप्रदाय के वर्तमान प्रमुख) ने वर्ष 2013 में ''सतगुरु जगजीत सिंह संगीत सम्मेलन'' की शुरुआत की थी, जो अब उत्तर भारत के प्रतिष्ठित शास्त्रीय संगीत कार्यक्रमों में से एक बन गया है। देश और विदेश के जाने-माने संगीतकार और कलाकार इस पवित्र भूमि में हर वर्ष होने वाले इस संगीत सम्मेलन में अपनी कला का प्रदर्शन करने में गर्व महसूस करते हैं। इससे नई पीढ़ी को भी संगीत की विरासत को सहेजने का संदेश मिलता है। पंडित हरि प्रसाद चौरसिया, बिरजू महाराज, उस्ताद जाकिर हुसैन, उस्ताद अमजद अली खान, पंडित शिव कुमार शर्मा और राजन व साजन मिश्र जैसे प्रसिद्ध संगीतकार और गायक अपनी कला का प्रदर्शन यहां कर चुके हैं। संगीत के इस भव्य कार्यक्रम में कई युवा कलाकारों ने भी कई अवसरों पर असाधारण प्रतिभा का प्रदर्शन किया है। (**लुधियाना से भूपेंदर सिंह भाटिया**)

भैणी साहिब स्थित नामधारी संगीत कला केंद्र में प्रशिक्षण लेते विद्यार्थी • फाइल फोटो

****

विश्व साहित्य

शक्ति प्रदर्शन के नाम पर द्वंद्वयुद्ध में विजय का उत्सव कैसे बन गया अपमान और दुख का मौका, पढ़िए सर वाल्टर स्काट की विश्वप्रसिद्ध कहानी का अंश...

रेखांकन: अवधेश राजपूत

द्वंद्वयुद्ध

बर्नर्ड गिलपिन, उत्तरी क्षेत्र के प्रोटेस्टेंट चर्च का धर्मोपदेशक होने के साथ-साथ सीमावर्ती घाटी क्षेत्र के बाशिंदों को धार्मिक उपदेश देने वाला पहला पादरी भी था। एक दिन जैसे ही वह अपने चर्च में घुसा, उसे यह देखकर बहुत ही आश्चर्य हुआ कि वहां हैंगर पर बर्नर्ड में इस्तेमाल होने वाला एक मर्दाना दस्ताना टंगा हुआ था। इस पवित्र स्थान पर ऐसी अशोभनीय चीज को देखकर उसने पूछताछ शुरू की। तब उसे वहां के कलर्क से पता चला कि वह दस्ताना वहां के एक मशहूर तलवारबाज का था और वही उसे वहां एक खुली चुनौती के रूप में टांग गया है। जो भी इसे उठाने का साहस करेगा, उसे उस तलवारबाज के साथ द्वंद्वयुद्ध की चुनौती को स्वीकारना माना जाएगा। 'मुझे दस्ताने तक पहुंचा दो' पादरी ने कहा। गिरजाघर के क्लर्क और घंटी बजानेवाले ने एक साथ ही इसके लिए मना कर दिया, पर बर्नर्ड मिलपिन ने आगे बढ़कर अपने ही हाथों से उस दस्ताने को वहां से उतारते हुए यह इच्छा व्यक्त की कि वहां मौजूद लोगों में से जो भी चाहे, जाकर उस तलवारबाज योद्धा को बता दे कि उसका दस्ताना किसी और ने नहीं, बल्कि स्वयं पादरी ने चुनौती स्वीकार करते हुए नीचे उतार लिया है, किंतु उस योद्धा को पादरी बर्नर्ड गिलपिन का सामना करते समय बहुत ही शर्म महसूस हुई, क्योंकि चर्च के अधिकारियों ने उसके युद्ध के अनुरोध को नकार दिया था।

उपर्युक्त कहानी क्वीन एलिजाबेथ के शासनकाल के बाद के वर्षों की है। पुराने दिनों को याद करें, जिसमें इस खींचातानी, यानी युद्ध जैसी स्थिति को बहुत ही लगाव के साथ याद किया जाता रहा है और यह घाटी खासतौर से आर्मस्ट्रांग लोगों की जातियों के द्वारा ही बसी थी। इन युद्धप्रेमी जातियों का मुखिया मैनगर्टन का सामंत था। मैं जिस समय की बात कर रहा हूं, वह मैनगर्टन की उस जागीरदारी के दौर का है, जिसका शक्तिशाली सामंत जान आर्मस्ट्रांग था। जान आर्मस्ट्रांग एक विशालकाय, ताकतवर और साहसी व्यक्ति था। उसे अपने पिता सामंत जान का साहसी बेटा कहकर पुकारा जाता था। उसका यह नाम ब्लाइटी की कई उपलब्धियों के बाद उसकी पहचान थी बना, यहां तक कि पिता की मृत्यु के बाद उसका यही नाम कई प्रामाणिक अभिलेखों और परंपराओं में भी शामिल हो चुका था। उसके कुछ साहसिक कारनामे स्काटलैंड की सीमा के काव्यों और समकालीन इतिहास में भी दर्ज हैं।

जहां तक द्वंद्वयुद्ध का प्रश्न है, तो सामंत जाक के बेटे का कोई भी प्रतिद्वंद्वी नहीं था। कंबरलैंड, वेस्टमोरलैंड या नार्थ कंबरलैंड का कोई भी योद्धा उसकी उलनी दोधारी तलवार का सामना नहीं कर सकता था। यह वही तलवार थी, जिसे कुछ ही लोग उठा पाते थे। उस समय के लोगों ने तो इसे 'भयानक तलवार' का नाम दे दिया था। इस तलवार से उसे बहुत ही प्यार था। अपनी इसी तलवार की ताकत और पहचान के बल पर उसने उस इलाके में एक बेहतर तलवारबाज की ख्याति प्राप्त कर ली थी। जिन भी लोगों ने उसके साथ युद्ध किया, उन्हें उसने उस तलवार से मौत के घाट उतार दिया था, किंतु समय तो समान रूप से, तगड़े, बहादुर और कमजोर व डरपोक सभी के साथ बीतता चला गया।

समय के साथ सामंत जान आर्मस्ट्रांग अपनी उस भारी-भरकम तलवार को उठा पाने में भी असमर्थ हो गया था, यहां तक कि वह अपने बहुत ही साधारण कामों को भी करने में कठिनाई महसूस करता था। इस समय वह एक कमजोर, दुर्बल बेढ़ा पूरी तरह से अपनी एकमात्र बेटी पर निर्भर हो चुका था और वही उसकी देखभाल करती थी। अपनी उस कर्तव्यपरायण बेटी के अलावा उसका एक बेटा भी था, जोकि अपने उसी पुराने जोखिम भरे काम की जिम्मेदारी संभाले हुए था, जिसमें उसे अपने पड़ोसी देश के साथ युद्ध जैसी स्थिति को बनाए रखना भी शामिल था। वह भी बहुत ही बहादुर और तेज तर्रार योद्धा था तथा वह जब भी घर वापस लौटता, उसके पास अपने साहसिक कारनामों पर हासिल हुई विजय के तमगे भी होते थे। फिर भी उस पुराने सामंत को लगता था कि उसके बेटे में उस होने के बावजूद भी उस दोधारी तलवार के इस्तेमाल के अनुभव की थोड़ी कमी है, जबकि वही भयानक तलवार कभी उसकी पहचान बनी हुई थी।

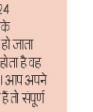
एक बार फारस्टर नाम के अंग्रेज योद्धा ने धृष्टतापूर्वक लिंडसडेल में ही वहां के सर्वश्रेष्ठ तलवारबाज, यानी उस युवा आर्मस्ट्रांग को द्वंद्वयुद्ध की चुनौती दे दी। परिणामतः शूरता की पहचान बनाने को उतावले सामंत के बेटे ने इस चुनौती को स्वीकार लिया था। जब अशक्त, दुर्बल और बूढ़े हो चुके सामंत ने इस युद्ध की चुनौती के बारे में सुना तो वह खुशी से फूला नहीं समाया तथा द्वंद्वयुद्ध के लिए उसी पुरानी जगह का चयन किया जोकि उसकी बहुत सी विजय की पहचान बन चुकी थी।

वह इस प्रतियोगिता के अनुमान से ही अति उत्लसित था, क्योंकि वह अपने बेटे में बहादुरी की भावना भरने के साथ-साथ अपने वंश और राज्य की शूरता भी प्रदान कर चुका था तथा उसकी वह मशहूर विजयी तलवार अभी तक उसके कब्जे में थी। केवल इतना ही नहीं, प्रतियोगिता वाले दिन वह अशक्त बूढ़ा, जोकि पिछले दो वर्षों से बिस्तर से उठा भी नहीं था, बेटी के बार-बार मना करने के बाद भी इस द्वंद्वयुद्ध को देखने पहुंचा। उसकी इच्छा अभी भी उसके आदमियों के लिए एक कानून की तरह मान्य थी और उन्होंने ही उसे अपने कंधों पर उठाकर तथा कंबलों व शाल में लपेटकर प्रतियोगिता स्थल के उसी शिलाखंड पर बैठा दिया, जो कि अभी भी सामंत जाक के शिलाखंड के नाम से जाना जाता था। वहां बैठने के बाद उसने उस सूची की तरफ अपनी आंखें गड़ा दीं, जिस पर प्रतियोगिता में शामिल होने वाले योद्धाओं के नाम लिखे थे। उसकी बेटी उसके आराम का पूरा ध्यान रखते हुए उसके बगल में ही खड़ी थे, पर उसके मन में अपने बूढ़े पिता के स्वास्थ्य की बेचैनी और अपने प्यारे भाई के द्वंद्वयुद्ध को भी देखने की इच्छा थी।

इसी बीच दोनों ही तरफ से तेज तुर्की की आवाजों ने वहां मौजूद दोनों ही पक्षों के लोगों का ध्यान अपनी तरफ खींचा। वैसे इस संघर्ष की विवेचना करना व्यर्थ है, क्योंकि स्काटलैंड का योद्धा जमीन पर गिरा हुआ था और फारस्टर ने अपने प्रतिद्वंद्वी की छाती पर पैर रखकर उसकी उसी विजयी तलवार को अपने कब्जे में करते हुए विजय की ट्राफी के रूप में उसका सिर धड़ से अलग कर दिया। वहां मौजूद इंग्लैंड के लोग विजय के उल्लास से चीख पड़े। वहीं मौजूद उस बूढ़े योद्धा का हताश रुदन भी इन्हीं चीखों में शामिल था, जोकि अपनी फटी आंखों से अपनी उसी विजयी तलवार को देख रहा था तथा अपने देश का अपमान भी सह रहा था, क्योंकि अब वह तलवार उस अंग्रेज योद्धा के हाथों में थी और वह इसे हवा में ऊपर उठाकर विजय की मुद्रा में चीख रहा था।

(प्रभात प्रकाशन की सर वाल्टर स्काट की लोकप्रिय कहानियां से)

टैरो काइर्स



मां प्रेम ऋतंभरा

सितारे बोलते हैं

28 जुलाई से 3 अगस्त, 2024

ओशो कहते हैं, ध्यान से आपके सांसारिक व्यक्तित्व का अंत हो जाता है, उसके बाद जिसका जन्म होता है वह आपका मौलिक व्यक्तित्व है। आप अपने मौलिक स्वरूप को जान लेते हैं तो संपूर्ण सृष्टि को जान जाते हैं।

मेष (ARIES) [21 मार्च-20 अप्रैल]
सकारात्मक व रचनात्मक दृष्टिकोण सफलता व तरक्की के मार्ग पर प्रवृत्त करेगा। लाभकारी निवेश कर सकते हैं। व्यावसायिक योजनाएं कागजों जो आगामी दिनों में फलीभूत होंगी। कानूनी व वित्तीय मामलों में व्यावहारिक रवैया अपनाएंगे। कार्यक्षेत्रों से प्रशंसा मिलेगी व नए अवसरों को आकर्षित करेंगे। वाहन या घरेलू की वस्तुओं की खरीदारी कर सकते हैं। संतुलित खानपान व स्वास्थ्य पर ध्यान देंगे। संबंधों में प्रतिबद्धता प्रकट होगी। स्वप्न साकार होंगे।
शुभ अंक: 1 शुभ रंग: लाल हरा

वृष (TAURUS) [21 अप्रैल-21 मई]
अतीत को लेकर अतिम निर्णय लेंगे। वर्तमान व भविष्य पर ध्यान केंद्रित करेंगे। निजी व पेशेवर मामलों में निर्णय कठिनहोगा। प्रत्येक परिस्थिति के दोनों पहलुओं को देखने के कारण दुविधा महसूस करेंगे। नतीजे पर पहुंचने के लिए प्राथमिकताओं पर विचार करें। जब तक पूर्णतः स्पष्ट नहीं, निर्णयों को टाल देना उचित होगा। किसी को भी अपने मामलों में हस्तक्षेप का अवसर न दें। प्रेम प्रस्तुति हो सकता है। भावनाएं व समस्याएं साझा करने के लिए मित्रों का चयन सोचविचार कर करें।
शुभ अंक: 20 शुभ रंग: हल्का लाल

मिथुन (GEMINI) [22 मई-21 जून]
यह समय विकसित होगी कि वास्तव में सीमाएं हैं ही नहीं, बल्कि संभावनाओं का अनंत आकाश खुला है, सब आपकी हिम्मत जुटाकर सामने की ओर उड़ान भरनें है। रचनात्मक अवसर उपस्थित होगा, कार्यक्षेत्रों प्रकट करेंगे। आपके हृदय में अपार स्नेह व कोमलता है। जीवन की कटु वास्तविकता का सामना करना कठिनप्रतीत हो सकता है। संतान को मार्गदर्शन की आवश्यकता होगी। संबंधों में प्रेम रहेगा। खेलों व अभिरुचि की गतिविधियों में भागीदारी आरम्भित करेंगी।
शुभ अंक: 17 शुभ रंग: साफर लाल

कर्क (CANCER) [22 जून-22 जुलाई]
कार्यक्षेत्रों से पेशेवर जीवन में सफलता मिलेगी। सुव्यवृद्ध सेव्यवस्था कायम करेंगे। निजी संबंधों व व्यावसायिक साझेदारी में दोगले चेहरों को उजागर व सत्य को इंगित करने में निडर रहे सकते हैं। क्योंकि स्त्री से सचेत रहें, वह अपने लाभ के लिए आपको मोहरा बना सकती है। निजी संबंधों व पारिवारिक मामलों में सही उत्तर के लिए अंतर्मन की सुनें। अतीत के अनुभवों से सबक लेते हुए अपनी अहंकाई का लाभ उठाने का अवसर किसी को नहीं दे। प्राथमिकताओं पर ध्यान देने से लाभ होगा।
शुभ अंक: 11 शुभ रंग: रत्नाकार

सिंह (LEO) [23 जुलाई-23 अगस्त]
नई संभावनाएं प्रतीक्षा कर रही हैं। भविष्य को ध्यान में रखकर साहस के साथ अज्ञात पथ पर कदम बढ़ाएंगे। आत्मविश्वास से परिपूर्णहोकर रचनात्मकता प्रकट करेंगे। विनोदप्रिय रवैया आगे बढ़ने में सहायक होगा। निजी संबंधों के प्रति स्नेह व प्रतिबद्धताप्रकट करेंगे। व्यावसायिक मामलों का समाधान होगा व गतिविधियां सुचारू रूप से आगे बढ़ेंगी। पारिवारिक व व्यावसायिक मामलों में न्याय व प्राथमिकताओं के लिए मुखर होंगे। पारमार्थिता की भूमिका निभाएंगे।
शुभ अंक: 3 शुभ रंग: नीलम

कन्या (VIRGO) [24 अगस्त-23 सितंबर]
कार्यस्थल पर सामजस्य आवश्यक है। तीनलोगों संग रचनात्मक कार्य में योगदान देंगे। पारिवारिक व्यवसाय को आगे बढ़ाने के लिए सदस्यों को सहमति व सहयोग अपेक्षित है। जो कार्य करना चाहते हैं, उसे कल पर न टालें। तर्क संघर्ष के उपरांत निजी संबंधों में शांति कायम होगी। पेशेवर परिस्थितियों में समझौता करने को तैयार होंगे। प्राथमिकताएं तय करते हुए सही विकल्पों के चयन से अंतर्द्वंद्व से मुक्ति मिलेगी। सहकर्मी पर निर्भरता से बचें। अनावश्यक प्रतिक्रियाओं से बचें।
शुभ अंक: 4 शुभ रंग: हल्का नीला

तुला (LIBRA) [24 सितंबर-23 अक्तूबर]
विकल्पों की उपस्थिति में अपने मिजाज के अनुरूप आगे बढ़ें। मित्रों व सहकर्मियों के संबंध में अंतर्मन पर विश्वास करें। निजी संबंधों में मधुरता व परिवार में प्रसन्नता रहेगी। इच्छापूर्णहोंगी। जीवन में परिवर्तन लाने की योजना बना सकते हैं। प्रयास संग बहना उचित होगा, आपकी दिशा सही है। कार्यस्थल पर उत्पादकता व रचनात्मकता से संतुष्टि मिलेगी। जब आपमहत्वाकांक्षा त्याग कर सहज भाव में आगे बढ़ोगे, तब स्वतः ही सही लोग व अवसर आपकी ओर खिंचे चले आते हैं।
शुभ अंक: 1 शुभ रंग: लोहार पिछ

वृश्चिक (SCORPIO) [24 अक्तूबर-22 नवंबर]
लोग क्या कहेंगे, इसका विचार करने के बजाय प्राथमिकताओं व भावनात्मक जरूरतों पर ध्यान दें। शारीरिक व आध्यात्मिक ऊर्जा संचित करें। असफल रहजाने पर निराशा हो सकती है। व्यावसायिक व पारिवारिक परिस्थितियां समय के साथ स्वतः बेहतर होंगी। तनाव से स्वास्थ्य समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं, सजग रहें। कार्यस्थल पर पीठ पीछे होने वाली बातों को अनदेखा करें। निजी संबंधों में प्रेम व सहयोग रहेगा। सही उत्तर के लिए अंतर्मन पर विश्वास करें।
शुभ अंक: 6 शुभ रंग: क्राई लू

धनु (SAGITTARIUS) [23 नवंबर-23 दिसंबर]
लंबे समय से अटके कार्य पूर्ण करने में सहकर्मियों का सहयोग करेंगे। पेशेवर जीवन में लक्ष्य के निकट पहुंचेंगे। व्यावहारिक दृष्टिकोण रखते हुए शांतिपूर्ण तरीके से कार्यों को संपादित करेंगे। यात्रा की योजना बन सकती है। संबंधों में प्रतिबद्धता प्राप्त होगी। सामाजिक कार्यक्रमों में भागीदारी के बजाय परिवार व संतान संग समय बिताएंगे। मित्रता का दिखावा करने वाली महिला से सचेत रहें। घर की साफ-सफाई, बगवानी जैसे कार्यों में व्यस्त रहेंगे। संबंधों में मधुरता रहेगी।
शुभ अंक: 15 शुभ रंग: आर्टी ब्राउन

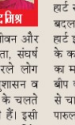
मकर (CAPRICORN) [24 दिसंबर-20 जनवरी]
जीवन प्रवाह संग चलना उचित होगा। सफलता की ओर कदम बढ़ाएंगे। प्रियजनों संग अचानक यात्रा की योजना बन सकती है। संबंधों में मजबूती आएगी। कार्यस्थल पर विशेष उत्तरदायित्व को पूर्ण करने पर प्रतिष्ठा प्राप्त होगी। सामाजिक जीवन व्यस्त रहेगा। बड़े लोगों से संपर्क करेगा। स्मोट, कला व अभिरुचि की गतिविधियों में हिस्सा लेंगे। दुविधा से मुक्त रहने के लिए निज प्राथमिकताओं, मूल्यों व संकों पर ध्यान केंद्रित करें। परिवार से जुड़ा कोई रहस्य उजागर होगा।
शुभ अंक: 6 शुभ रंग: सैल्मन

कुंभ (AQUARIUS) [21 जनवरी-19 फरवरी]
अतीत की स्मृतियां आहत कर सकती हैं। कुटुंब मामलों को लेकर निराशा व दुविधा से मन खिन्न हो सकता है। संबंधों में अप्रसन्नता रह सकती है। प्राथमिकताओं व मूल्यों पर अडिग रहकर कार्यस्थल पर असहमति व गतिरोध से बच सकते हैं। वित्तीय मामलों में विचलन हो सकता है। नृत्य-संगीत व अभिरुचि की गतिविधियों में भागीदारी से स्वयं को ऊर्जावान बनाने का प्रयास करें। यादों के प्रति निष्ठा को देखकर मानवता में विश्वास बढ़ेगा। मित्रों का सहयोग मिलेगा।
शुभ अंक: 3 शुभ रंग: क्राई लू

मीन (PISCES) [20 फरवरी-20 मार्च]
घर व कार्यस्थल पर विरोधों का सामना करना पड़ सकता है, मजबूती से अपनी बात रखें। रचनात्मकता व भावनाएं व्यक्त करने के नए मार्ग मिलेंगे। नया अवसर दृष्टि को विस्तार देगा। निजी संबंधों में प्राथमिकताओं व मूल्यों के लिए मुखर होंगे। मन की शांति का अनुभव करेंगे। सामान्य दिनचर्या से कुछ अवधि के लिए मुक्ति मिलेगी। यात्रा पर जा सकते हैं। अन्य लोगों संग उत्तरदायित्व साझा करते हुए उन्हें निखरने का अवसर देंगे। अप्रत्याशित प्रतिक्रिया को लेकर सजग रहें।
शुभ अंक: 6 शुभ रंग: फारेस्ट ग्रीन

किताबघर

इब्ने मरियम हुआ करे कोई



शक्तिवीर मिश्र

उर्दू के मशहूर शायर मजाज लखनवी की 'आवारा' नज्म 'ऐ गमे दिल-क्या करूं, ऐ वहशते-दिल क्या करूं' से उपन्यास का शीर्षक उठाकर लेखिका ने यह प्रस्तावना सांकेतिक रूप से आरंभ में ही रख दी है कि जीवन के कठिन इम्तिहान में.... खासकर जब वह जीवन और मृत्यु से जुड़ा हो, एक इंसान किस तरह जूझता, संघर्ष करता और बचकर निकलता है। बहुत विरले लोग ऐसे होते हैं, जो आत्मविश्वास, कड़े आत्मानुशासन व संसार की तटस्थ भाव से देखने की कैफियत के चलते इस मुश्किल घड़ी में अपना किनारा पा जाते हैं। इसी मनोविज्ञान को सूक्ष्मता से तलाशता हुआ पारुल सिंह का संस्मरणात्मक उपन्यास 'ऐ वहशते-दिल क्या करूं' उनकी स्वयं की ओपन हार्ट सर्जरी के दौरान एक मरीज के रूप में मनोस्थिति के संवेदनशील और भावनात्मक अनुभवों का लेखा-जोखा है। यह कहानी जिंदगी से कभी हार न मानने की है, भले ही वह आपको हर समय अप्रत्याशित के प्रति संशयग्रस्त बनाते हुए आपकी हिम्मत को चुनौती देती रहे। इस उपन्यास को पढ़ते हुए डा. भवान महाजन की 'अंतस के परिजन' (अनुवादः अशोक बिंदल) तथा अनन्या मुखर्जी की कैंसर डायरी 'ठहरती सांसों के सिरहाने से' स्मरण में कौंधती हैं। 15 खंडों में रचे गए इस उपन्यास के प्रत्येक खंड की शुरुआत एक शेर से होती है, जो मौजूं है, क्योंकि पारुल एक कवयित्री भी हैं। इस लेखन को कविता और शायरी का आलंब इसके पाठ को काव्यात्मक दुख का आख्यान न बनाकर, जिजीविषा की पोथी के रूप में रच देता है।

उपन्यास शुरू होता है जुलाई, 2014 से, जब रात 11 बजे सांस की तकलीफ और बेचैनी की हालत में लेखिका पहली बार अस्पताल में भर्ती होती हैं। डा. पैनिक अटैक और डिप्रेशन की दवाई देते हैं और खुश रहने के लिए कहते हैं। सितंबर 2017 तक यही सिलसिला चलता है और रोग निरंतर बढ़ता जाता है। दिल की अनियमित गति के कारण डा. पांडे इकोकार्डियोग्राफी के लिए ले जाते हैं और पता चलता है कि दिल का एक वाल्व (माइट्रल वाल्व) गंभीर रूप से लीक कर रहा है। सर्जन को फैसला लेना है कि ओपन हार्ट सर्जरी करके इस वाल्व को रिपेयर करना है या इसे बदलना है। अच्छे सर्जन की खोज में लेखिका नेशनल हार्ट इंस्टीट्यूट, दिल्ली में एडमिट होती हैं। देर हो जाने के कारण अब वाल्व रिपेयर नहीं हो सकता। आइसीयू का माहौल, ढेरों मशीनों, आक्सीजन मास्क और बीप-बीप की आवाज। दिल और फेफड़े बंद हैं। उन्हें मशीनों से चालू रखा गया है। जीवन और मृत्यु के बीच जूझती पारुल में मृत्यु का भय, अपनों के प्रति मोह को समाप्त करना, मनोवैज्ञानिक रूप से आत्मा का अस्पताल में बैठे परिजनों के पास जाना, डाक्टर में अपनापन ढूंढना, सर्जन के रूखेपन के बाद डा. अमिता के व्यवहार से लेखिका के अंदर एक नई ऊर्जा और आत्मविश्वास का संचार, पति के आने से चारों ओर मानसिक खुशबू का पसर जाना, सभी कुछ भावावान भीतियों की मानिंद की अहमियत समझ सकता है। सर्जरी के दो साल बाद, कोएग्युलेशन की समस्या के कारण उन्हें दूसरे अस्पताल में एक सप्ताह गुजारना पड़ा। इन असहनीय तकलीफों को सहते हुए भी वे इसे सहज भाव से स्वीकार करते हुए लिखती हैं- 'ये मेरे जख्म, मेरी पीड़ा, जिनसे मैं डबरी हूं, बहुत से लोग पहले भी इन हालात से गुजरे हैं। अपने दुखों को मेडल कहना खुद को श्रेष्ठ सिद्ध करने की एक मानवीय आकांक्षा है।' इसीलिए कथाकार पंकज सुबीर ने इस कृति को युद्ध के मैदान को भाषा से कंडरलैंड बनाने वाला करार दिया है। जीवन के महासंग्राम को जीतने हेतु प्रेरित करता और भावना को प्रेरणा में बदलता उपन्यास, बावजूद इसके लेखिका के दर्द को एपैथी के साथ देखने पर भीतर कहीं सिहरन होती है।

आप भी कुछ कहना चाहते हैं..
kitabghar@nda.jagran.com

ऐ वहशते-दिल क्या करूं
पारुल सिंह
संस्मरणात्मक उपन्यास
पहला संस्करण, 2024
शिवना प्रकाशन, सीहोर, मध्य प्रदेश
मूल्य: 300 रुपये

मयूरपंख

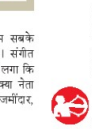
किताबों की सोहबत से बदलता जीवन

सातोशी यागीसावा का 'डेज एट द मोरिसाकी बुकशाप' किताबों की महक और पन्नों की सरसराहट लिए हुए प्रेम, आत्म-मंथन, नई शुरुआत और सुकून की कहानी बयां करता उपन्यास है, जिसका जापानी भाषा से अंग्रेजी अनुवाद एरिक ओजाया ने किया है। कहानी ताकाको के इर्द-गिर्द घूमती है, जो प्रेम-विच्छेद से उत्पन्न व्यक्तिगत परेशानियों से बचने की उम्मीद लिए संकोच में अपने चाचा सटोरू के प्रस्ताव पर उनकी टोक्यो में किताबों से भरी एक दुकान के ऊपर छोटे से कमरे में रहने लगती है।

अनगिनत किताबों की नई दुनिया में धीरे-धीरे वह खुद को बेहतर ढंग से समझती है, जिससे उसके पुराने घाव जल्द ही भर जाते हैं। सरल भाषा में खूबसूरती से गढ़े गए किरदारों के जरिए पुस्तक एक यथार्थवादी यात्रा पर निकलती है, जो दिल टूटने से शुरू होकर किताबों से मिली मानव स्वभाव की गहरी समझ के साथ समाप्त होती है। अपने चाचा-भतीजी के बीच विकसित होता भावनात्मक रिश्ता देखने लायक है। वास्तव में कभी-कभी जीवन को नई दिशा अक्सर अप्रत्याशित जगहों से मिलती है, जिनकी हम कल्पना भी नहीं करते।

यतीन्द्र मिश्र

डेज एट द मोरिसाकी बुकशाप
सातोशी यागीसावा
अनुवाद: एरिक ओजाया
उपन्यास
पहला संस्करण, 2023
मनीला प्रेस, लंदन
मूल्य: 399 रुपये



मेहमान कलम

सुनाने का हुनर हो तो गप्प भी खबर बन जाती है। मगर जिंदगी में कभी ऐसी घटना भी सामने आती है, जो सब छोटे हुए भी गप्प सी लगती है। विवेक रंजन अग्निहोत्री का व्यंग्य आलेख...

गप्पों वाली शादी

रेखांकन: अवधेश राजपूत

बात भोपाल की है। गप्पों का शहर। भोपाल में गप्पों को बतोलेबाजी कहते हैं। इसे बाजार, गली, नुक्कड़ की पटियों पर बैठकर किया जाता है। इसलिए इसे पटियेबाजी भी कहा जाता है। पटियों पर बतोलेबाजों की महफिल जमती है और एक से बढ़कर एक गप्पें हांकी जाती हैं।

मैं ऐसे ही तमाम बतोलेबाजों के बीच बड़ा हुआ। एक बहुत बड़े बतोलेबाज थे जुम्मन मियां। जो हमारे स्कूल के सामने पीपल के पेड़ के नीचे बने पटिये पर महफिल जमाते थे। यह चर्चित था कि जुम्मन मियां हर बड़ी दावत, जलसों और शादियों में खास मेहमान की तरह बुलाए जाते हैं। शादियों के वो ऐसे किस्से सुनाते थे कि यह भलीभांति जानते हुए भी कि वो सिर्फ एक गप्प थी, हम हतप्रभ रह जाते थे। शादी के दृश्यों का, साज-सज्जा का, खाने पीने का, दूल्हन और दूल्हे की खूबसूरती का जुम्मन मियां जो चित्रण करते थे, वो हमें सपनों की दुनिया में ले जाता था। हम सब भी मन ही मन सोचने लगते थे कि एक दिन ऊपरवाला मेहरबान हुआ तो हम भी ऐसी शादी में जाएंगे। पर गप्पों वाली शादियां भी कभी सच हुई हैं?

एक दिन जुम्मन मियां ने एलान किया कि छह महीने तक वो रविवार को बतोलेबाजी की महफिल नहीं जमाएंगे। 'क्यों? ऐसा क्या हो रहा है छह महीने के रविवारों को?' मैंने उत्सुकता में पूछा। जुम्मन मियां ने कहा, 'अमां खां, अगले छह महीने हर रविवार को अपने को बंबई जाना है। बंबई के जो सबसे बड़े हलवाई सेठ हैं, उनके बहां शादी है। छह महीने तक जलसे होंगे। वो कल खुद आए थे प्लेन से खास हमें बुलाने। अगले छह महीने, हर रविवार को उनका प्राइवेट प्लेन आएगा, हमें लेकर बंबई जाएगा। रातभर हम जलसे में रहेंगे और अगले दिन सुबह प्लेन हमें भोपाल छोड़कर जाएगा।'

'यह बहुत बड़ी वाली फेंक रहे हो, जुम्मन मियां!' मैंने कहा। 'हम क्यों फेंकेंगे, मियां? हम अकेले होते तो वह सकते थे पर कोई ऐसा फिल्म स्टार, क्रिकेटर, नेता, धंधेबाजा, अखबार वाला नहीं होगा जो सब काम छोड़कर उस शादी में नहीं आ रहा हो। अरे, आप भारत की तो छोड़ो, दूर-दूर देशों के वजीर-ए-आजम आ रहे हैं। जेम्स बांड से लेकर ब्रितानिया का शहंशाह भी आ रहा है। तो अपन क्या चीज हैं?'

फिर हर रविवार को जुम्मन मियां वाकई में नदारद होने लगे और सोमवार की शाम वापस। हर सोमवार को महामहफिल जमती। किस्से पर किस्से सुनाए जाते। कभी अमेरिका की सबसे बड़ी स्टार सेल के लहंगे के, कभी किसी शेख की हीरों से जड़ी घड़ी के, कभी जापान, इटली, फ्रांस से आए खानसामाओं के खाने के तो कभी दूल्हे की शेरवानी और दूल्हन के जेवर के। हर रविवार नए मेहमान, नए गायक, नए इंतजाम, नए पकवान। हर समाचारपत्र में बस शादी के ही चर्चे। हर बार का जलसा पिछले रविवार से भी बड़ा।

पटिये जमते रहे। किस्से चलते रहे। इस बीच क्या-क्या नहीं हो गया। छह महीने से कब छह साल हो गए। पर गप्पों वाली शादी चलती रही। गप्पों का क्या, जब तक चाहो चलाओ शादी। जब सब कुछ खत्म हो गया, हम सब भी कालेज जाने लगे, तब एक दिन मैंने जुम्मन मियां से पूछा, 'मियां , यह शादी के सब किस्से गप्प थे ना?'

'कैसी बात कर रहे हो खां? एकदम सच की शादी थी।' 'तो उसकी कोई तस्वीर दिखाओ?' मैंने फंदा फेंका। 'खां, तुम लंबे हो गए हो पर कोई तमीज नहीं आई। वहां इतना सब ही रहा था, एक सेकंड की फुरसत मिलती तो कोई तस्वीर के बारे में सोचता।'

'अच्छा जुम्मन मियां, तो शादी की कोई एक ऐसी बात बताओ जो ना पहले कभी हुई हो और ना कभी होगी।' जुम्मन मियां ने कुछ देर सोचा, मुस्कुराए और नए आशिक की तरह बोले, 'ऐसी तो बस एक ही बात है।'

'अब तो बता ही दो मियां, वो क्या बात थी।'

'देखो खां, बातें तो सभी अजूबा थीं पर हलवाई सेठ ने हमेशा के लिए झंडा तब गाड़ा, जब अचानक आसमान से आवाज आई।'

'आसमान से?' 'हां आसमान से। एक ऐसी आवाज आई जैसे... जैसे...अमिताभ बच्चन वाली आवाज। उस आवाज ने बोला कि अब कठपुतली का ऐसा नाच होगा, जिसमें सारे मेहमान असली कठपुतली बन जाएंगे और कठपुतली वाला हम सबको अपने हिसाब से नचाएगा।'

'गप्पों में हो सकता है, असलियत में नहीं' मैंने बोला।

'तुम बड़े होशियार हो। तुरंत समझ गए पर वो एक ऐसी गप्प थी जो असलियत में तब्दील हो गई। अचानक आसमान से बड़ी-बड़ी रस्सियां टपकीं और हम सबके हाथ पांव में खुद-ब-खुद बंध गईं। संगीत बजने लगा और वो हमें ऐसे नचाने लगा कि माइकल जैक्सन भी शरमा जाए। क्या नेता क्या अभिनेता, क्या हवलदार, क्या जमींदार, सब जम के नाचे। नाचते ही गए।'

'कितनी देर नाचे?' मैंने पूछा।

'पता नहीं खां। हमें तो यह भी नहीं पता कि वो खेल खत्म भी हुआ कि नहीं। हो सकता है बदन रुक गया हो पर मन तो अभी भी नाच रहा है। अब बताओ, कोई कर पाएगा ऐसा खेल कि शादी खत्म हो भी जाए तो भी खत्म ना हो। यह शादी है कि जादू?'

'जुम्मन मियां! यह ना तो शादी है ना जादू। यह एक महागप्प है। बहुत बड़ा वाला बतोला।' सब जोर से हंसने लगे और फिर जुम्मन मियां आसमान की तरफ देखकर विचारों में खो गए।

सारी जिंदगी मैं यही सोचकर इन किस्सों को याद करता रहा कि ऐसी शादियां गप्पों में हो सकती हैं, असलियत में नहीं। फिर अचानक एक दिन शहर के सबसे बड़े सेठ के यहां से शादी का न्योता आया। मैं भी गया। उस शादी के किस्से कभी और बताऊंगा क्योंकि अभी बताने की हालत में नहीं हूं कि वो शादी थी या जादू? यह गप्प नहीं, सच है। मैं तब नादान था, दुनिया के बारे में जानता नहीं था, पर अब दुनिया समझी है तो समझ आया कि गप्पों वाली शादियां दरअसल सच होती हैं। जुम्मन मियां सच बोलते थे। इस शादी में भी ऊपर से आवाज आई, रस्सियां लटकीं, हाथ-पांव से लिपट गईं और हम कठपुतलियों की तरह नाचने लगे। मैं जानता हूं कि आपको लगेगा कि ऐसा सिर्फ गप्पों में हो सकता है, असलियत में नहीं। ठीक है, फिर आप ऐसे ही सोचते रहिए जब तक आपको भी शहर के सबसे बड़े सेठ की शादी का न्योता नहीं आता। तब तक कठपुतली के इस अद्भुत खेल का इंतजार करिए!

(राष्ट्रीय पुरस्कार से सम्मानित फिल्मकार एवं बेस्टसेलिंग लेखक)

****

कल्पमेधा

चालबाज और धूर्त को सबसे अधिक बेचैनी उस समय होती है, जब उसका पाला किसी सच्चे आदमी से पड़ता है।

- कोल्टन

सत्ता समीकरण साधने की कोशिश

दूसरी नजर

पी चिदंबरम

इस सौदे में, केंद्र सरकार और सरकार द्वारा नियंत्रित निकायों में खाली पड़े तीस लाख पदों के बारे में कोई चर्चा नहीं हुई। यह भी संभव है कि बहुचर्चित उत्पादन संबद्ध प्रोत्साहन (पीएलआइ) योजना चुपचाप खत्म कर दी जाए, जिस पर कई हजार करोड़ रुपए खर्च किए जा चुके हैं, लेकिन नौकरियों के मामले में कोई उल्लेखनीय नतीजा नहीं निकला है।

सामान्य जीवन में, हम देखते हैं कि बहुत से लोग का व्यवहार लेनदेन वाला होता है। दो लोगों या दो मानव समूहों के बीच लेनदेन का रिश्ता क्या होता है? यह 'तुम मुझ पर एक एहसान करो, फिर मैं तुम पर एक एहसान करूंगा' जैसा होता है।

बोलचाल की भाषा में, इसे 'इस हाथ दे उस हाथ ले' कहा जाता है। आधिकारिक निर्णयों के लिए रिश्वत का चलन लेनदेन है। पर्चाफोड़ के लिए पैसे का चलन लेनदेन है। मोदी सरकार ने लेनदेन के व्यवहार को उच्च स्तर पर पहुंचा दिया: सरकारी काम करने या किए गए सरकारी कामों के बदले चुनावी बांड का उपयोग किया गया।

चुनावी बांड योजना की असलियत सभी को समझ में आ चुकी है। सर्वोच्च न्यायालय ने, सही ढंग से लेकिन देर से, इस पूरी योजना को रद्द कर दिया, मगर योजना के पीछे के इरादों पर टिप्पणी करने में संयम बनाए रखा।

कुर्सी बचाओ

23 जुलाई, 2024 को, एनडीए सरकार ने लेनदेन वाले व्यवहार को एक नई ऊंचाई पर पहुंचा दिया। 2024-25 के बजट का मुख्य मकसद था कि 'सरकार को कैसे बचाया जाए'। यह कुर्सी बचाओ बजट था। बजट की लेखिका, वित्तमंत्री निर्मला सीतारमण ने अपना काम बेबाकी से किया। बजट के बाद बजट प्रस्तावों पर उनके और सचिवों के स्पष्टीकरण ने दो सहयोगियों का समर्थन जीतने के लिए की गई बेरहम कोशिश को उजागर कर दिया। 16 वोट (तेदेपा) और 12 वोट (जद-एकी) के बदले दोनों राज्यों को- बिहार में औद्योगिक क्षेत्र, 'कनेक्टिविटी' परियोजनाओं और बिजली संयंत्रों के विकास के लिए तथा आंध्र प्रदेश के पिछड़े क्षेत्रों में पोलावरम सिंचाई परियोजना और औद्योगिक गलियारों के लिए अनुदान मिला। सबसे अजीब आश्वासन यह था कि बाहरी सहायता को 'तेज' या 'व्यवस्थित' किया जाएगा, जो कि आकाशकुसुम खिलाने जैसा वादा है।

तीनों (केंद्र सरकार, बिहार और आंध्र प्रदेश) के बीच हुए इस बड़े सौदे में, 2024 के लोकसभा चुनावों में भाजपा के खिलाफ मतदान करने वाले राज्य हार गए। जिन राज्यों के साथ धोखा हुआ- संबंधित राज्यों के सांसदों के अनुसार- वे हैं पश्चिम बंगाल, तेलंगाना, तमिलनाडु, कर्नाटक, केरल, महाराष्ट्र, पंजाब, और केंद्र शासित प्रदेश दिल्ली।

युवाओं के साथ धोखा

राज्यों के अलावा, भारत के अधिकतर लोगों को कमतर आंका गया है। सबसे अधिक मार युवाओं पर पड़ी है। बेरोजगारी चरम पर है और युवा हताश हैं। सीएमआइई के अनुसार, जून 2024 में अखिल भारतीय बेरोजगारी दर 9.2 फीसद थी। स्नातकों में यह लगभग 40 फीसद है। 'पीरियोडाक लेबर फोर्स सर्वे' से पता चला है कि केवल 20.9 फीसद नियोजित लोगों को नियमित वेतन मिलता है और विडंबना यह है कि सबसे कम शिक्षित लोग सबसे कम बेरोजगार हैं। बजट भाषण में रोजगार संबद्ध प्रोत्साहन (ईएलआइ) योजना का वादा किया गया है, जिसके तहत नियोक्ताओं को मौद्रिक प्रोत्साहन देकर 290 लाख लोगों को नौकरी दी जाएगी और पांच साल की अवधि में बीस लाख युवाओं को कौशल प्रदान किया जाएगा तथा केवल 500 कंपनियों में एक करोड़ लोगों को प्रशिक्षुता यानी इंटर्नशिप प्रदान की जाएगी। ये विशाल आंकड़े चुनाव के बाद के एक और विशाल जुमले की ओर इशारा करते हैं।

इस सौदे में, केंद्र सरकार और सरकार द्वारा नियंत्रित निकायों में खाली पड़े तीस लाख पदों के बारे में कोई चर्चा नहीं हुई। यह भी संभव है कि बहुचर्चित उत्पादन संबद्ध प्रोत्साहन (पीएलआइ) योजना चुपचाप खत्म कर दी जाए, जिस पर कई हजार करोड़ रुपए खर्च किए जा चुके हैं, लेकिन नौकरियों के मामले में कोई उल्लेखनीय नतीजा नहीं निकला है। बकाया शिक्षा ऋणों के संबंध में ऋण माफी की व्यापक मांग का कोई संदर्भ नहीं दिया गया, जिसने छात्रों और उनके परिवारों को निराशा के कगार पर पहुंचा दिया है। अग्निपथ योजना के बारे में भी कोई संदर्भ नहीं दिया गया, जिसके जरिए एक और दूसरे सैनिक के बीच भेदभाव किया गया है।

गरीबों के साथ धोखा

लोगों का दूसरा बड़ा वर्ग, जो ठगा हुआ महसूस कर रहा है, वह है गरीब तबका। जाहिर है, वित्तमंत्री नीति आयोग के सीईओ के विचार से सहमत हैं कि- अपनी सांसें थाम कर रखें- भारत में गरीबों की संख्या आबादी के पांच फीसद से अधिक नहीं हो सकती है। सरकार के भरोसे उपभोग व्यय सर्वेक्षण (एचसीईएस) ने देश में मासिक प्रति व्यक्ति व्यय (एमपीसीई) को 'चालू' नाममात्र कीमतों पर मापा था। ग्रामीण क्षेत्रों में औसत एमपीसीई 3,094 रुपए और शहरी क्षेत्रों में 4,963 रुपए है- जिसका अर्थ है कि भारत के 71 करोड़ लोग प्रतिदिन 100-150 रुपए या उससे कम पर जीवन यापन कर रहे हैं। अगर हम परत-दर-परत नीचे जाएं, तो तस्वीर और भी निराशाजनक नजर आती है। सबसे निचले बीस फीसद लोग प्रतिदिन 70-100 रुपए और सबसे निचले दस फीसद लोग प्रतिदिन 60-90 रुपए पर जीवन यापन कर रहे हैं। वे गरीब हैं या नहीं?

वित्तमंत्री ने लोगों को इस हद तक राहत 'राहत' दी है:

- उन्होंने मौजूदा मुद्रास्फीति को 'कम, स्थिर और 4 फीसद के लक्ष्य की ओर अग्रसर' बताया;
- उन्होंने नई कर व्यवस्था में शामिल वेतनभोगी कर्मचारियों और पेंशनभोगियों को 'आयकर में 17,500 रुपए तक' की राहत दी है। आबादी के सबसे निचले 50 फीसद में 71 करोड़ लोग न तो वेतनभोगी कर्मचारी हैं और न ही सरकारी पेंशनभोगी, और वित्तमंत्री उनके बारे में कुछ नहीं सोच पाईं। वे भी जीएसटी जैसे परोक्ष करों के रूप में कर का भुगतान करते हैं; लगभग 30 करोड़ दैनिक/ आकस्मिक मजदूर हैं; और वास्तविक रूप से उनका वेतन पिछले छह वर्षों में स्थिर रहा है।

गरीबों को राहत देने के कई तरीके हैं। हर तरह के रोजगार (मनरेगा के तहत काम सहित) के लिए न्यूनतम मजदूरी बढ़ाकर चार सौ रुपए प्रतिदिन की जा सकती है। मनरेगा के लिए धन के आबंटन में वृद्धि के साथ, काम के औसत दिनों की संख्या वर्तमान लगभग पचास दिनों से बढ़ाकर वादा किए गए सौ दिनों के करीब की जा सकती है; और मुद्रास्फीति की समस्या से अधिक गंभीरता से निपटा जा सकता है।

प्रधानमंत्री और वित्तमंत्री को याद रखना चाहिए कि युवाओं और गरीबों के साथ-साथ अन्य नागरिकों के हाथ में वोट के रूप में एक शक्तिशाली हथियार है। उन्होंने 2024 के लोकसभा चुनाव में भाजपा को कड़ी चेतावनी दी। उन्होंने जून 2024 के तेरह उपचुनावों में सत्तापक्ष को करारी शिकस्त दी। महाराष्ट्र, हरियाणा और झारखंड में विधानसभा चुनाव करीब हैं और 2025 में और चुनाव होंगे। युवा और गरीब यह नहीं भूल पाएंगे कि 23 जुलाई, 2024 को उनके साथ धोखा हुआ था।

उपेक्षा के मैदान में उम्मीद

वक्त की नब्ज

तवलीन सिंह

दो हाथों में अक्सर बच्चे छोटी उम्र में ही घुड़सवारी सीख जाते हैं और कई दूसरे खेल भी। इन बच्चों को अगर प्रशिक्षण मिले उस तरह जैसे रूस, चीन और अमेरिका में मिलता है तो भारत उन देशों में शीघ्र ही पहुंच जाएगा, जो सबसे ज्यादा पदक हासिल करते हैं हर ओलंपिक में। उन देशों के सरकारी स्कूलों में जब कोई बच्चा किसी खेल में ज्यादा हुनर दिखाने लगता है, तो उसे पहचान कर उसका प्रशिक्षण शुरू हो जाता है।

बहुत साल पहले ओलंपिक में भारत की लगातार विफलताओं के बारे में मेरी बातचीत हुई थी हेमवती नंदन बहुगुणा से। दिल्ली में उनकी सरकारी कोठी मेरे घर से दूर नहीं थी, तो अक्सर उनसे मिलने जाया करती थी राजनीति के दांव-पेंच सीखने। उस समय के कद्दावर राजनेताओं में माने जाते थे बहुगुणा जी, इसलिए कई राजनीतिक पंडितों को दुख हुआ जब राजीव गांधी की चतुर चाल की वजह से उनको इलाहाबाद में अमिताभ बच्चन ने हराया था। मैं राजनीति के बारे में बहुत कम जानती थी उन दिनों और उनसे इन मुलाकातों में मैंने बहुत कुछ सीखा।

उस दिन खेलकूद की चर्चा शायद इसलिए हुई कि एक बार फिर हमारे खिलाड़ी ओलंपिक से खाली हाथ लौट कर आए थे, जैसे अक्सर हुआ करता था उस दौर में। हार के कारण हमारे शासक जानने की कोशिश भी नहीं किया करते थे, इसलिए कि ओलंपिक का मजा हमारे राजनेता और आला अधिकारी खुद लेना पसंद करते थे। याद है मुझे कि भारत की टीम में खिलाड़ी कम और अफसर ज्यादा हुआ करते थे। याद है मुझे कि कितना गुस्सा आता था हमको जब वे टीम के साथ भारत की वर्दी पहने ओलंपिक के उद्घाटन समारोह में स्टेडियम का चक्कर लगाया करते थे।

उस दिन जब बहुगुणा जी के साथ मुलाकात में मैंने ओलंपिक में भारत की लगातार विफलताओं की बात शुरू की तो उन्होंने एक बात कही, जो अभी तक महत्त्व रखती है। उन्होंने कहा कि पहली गलती यह है कि शहरी मध्यवर्ग में ही अक्सर चैंपियन खोजे जाते हैं। उनका कहना था कि गांवों में अगर इस खोज को हम गंभीरता से शुरू करेंगे तो हर गांव में मिलने लगेंगे ऐसे बच्चे जो किसी न किसी खेल में हुनर रखते हों। मिसाल दी उन्होंने उन बच्चों की, जो पुरानी इमारतों की बावड़ियों में दो तीन रुपयों के लिए डुबकियां मारते हैं। इसी तरह देहातों में अक्सर बच्चे छोटी उम्र में ही घुड़सवारी सीख जाते हैं और कई दूसरे खेल भी। इन बच्चों को अगर प्रशिक्षण मिले उस तरह जैसे रूस, चीन और अमेरिका में मिलता है तो भारत उन देशों में शीघ्र ही पहुंच जाएगा, जो सबसे ज्यादा पदक हासिल करते हैं हर ओलंपिक में।

उन देशों के सरकारी स्कूलों में जब कोई बच्चा किसी खेल में जरूरत से ज्यादा हुनर दिखाने लगता है, उसको पहचान लिया जाता है और उसका प्रशिक्षण शुरू हो जाता है। अगर वह शिक्षा में थोड़ी लापरवाही भी दिखाने लगता है, तो उसको बख्श दिया जाता है, ताकि अपने प्रशिक्षण में वह ध्यान दे सके। जब तक वह पंद्रह-सोलह साल का होता है तो उसकी काबिलियत देख कर उन देशों की ओलंपिक समितियां उसे तैयार करने लगती हैं अगले ओलंपिक के लिए। हमारे भारत महान में आज तक इस तरह कुछ नहीं होता है। और तो और, हमारे गांवों में न खेल के मैदान अच्छे होते हैं, न स्टेडियम।

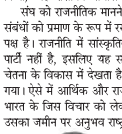
हां, ये जरूर अब हो गया है कि क्रिकेट, बाक्सिग और पहलवानी में अब ऐसा होने लगा है, लेकिन यह भी इतनी लापरवाही से कि हमारे कई खिलाड़ी आज भी असली प्रशिक्षण लेने विदेश जाते हैं और विदेशी कोच रखते हैं उनको नई ऊंचाइयों तक पहुंचने में सहायता करने के लिए। अब बड़े शहरों में क्रिकेट के आलीशान स्टेडियम तैयार हो गए हैं, लेकिन यह हुआ है तबसे जब आइपीएल शुरू होने के बाद भारत दुनिया का क्रिकेट केंद्र बन गया है।

क्रिकेट में जो हमने सफलता पाई है, वह हर खेल में आसानी से हमको मिल सकेगी, अगर हर राज्य में खेलमंत्री अपना काम ईमानदारी और गंभीरता से करने लगेंगे। हरियाणा में ऐसा हुआ है कुछ वर्षों से, सो कोई संयोग नहीं है कि हरियाणा से हमारे सबसे अच्छे और सबसे ज्यादा खिलाड़ी निकलते हैं। केरल में एथलेटिक्स पर काफी ध्यान दिया जाता है, तो वहां भी थोड़ी-बहुत सफलता दिखती है, लेकिन अब भी हम अपने चैंपियन उस तरह नहीं तैयार करते हैं, जैसे वे देश करते हैं, जो सोने के पदकों के थैले लेकर लौटते हैं हर ओलंपिक के बाद।

पिछले सप्ताह जब ओलंपिक की मशाल पेरिस पहुंची इस साल के खेलों की शुरुआत के लिए, हमारे कुछ राजनेताओं ने कहा कि 2037 के ओलंपिक के लिए भारत को दावा करना चाहिए। अच्छी बात है यह, लेकिन साथ में क्यों नहीं कहते हैं कि अगले दशक में हर गांव में खेलकूद के स्टेडियमों का निर्माण भी होना चाहिए, ताकि इस सपने को हम साकार होते देख सकें। हमसे छोटे देश हमसे ज्यादा स्वर्ण पदक जीतते हैं सिर्फ इसलिए कि उनके शासकों ने खेलकूद की जो महत्त्वपूर्ण व्यवस्था है, उसमें निवेश किया है। वे काम सिर्फ सरकारें कर सकती हैं। निजी क्षेत्र में कुछ बड़े उद्योगपति हैं, जिन्होंने किसी एक या दो खिलाड़ियों को तैयार करने में पैसे लगाए हैं, लेकिन बड़े पैमाने पर निवेश कोई निजी संस्था नहीं कर सकती है। आइपीएल भी संभव न होता, अगर सरकारों की क्रिकेट संस्थाओं ने इसमें शामिल होने का काम न किया होता।

इस बार बड़ी उम्मीदों के साथ हम भेज रहे हैं कुछ ऐसे खिलाड़ी, जो हम मानते हैं कि दुनिया के बेहतरीन खिलाड़ियों को मुकाबला दे सकेंगे, लेकिन इनकी गिनती अभी भी बहुत थोड़ी है। मैं जब सोचती हूं कि एक सौ चालीस करोड़ लोगों के इस देश में हम आज तक सिर्फ दो बार ओलंपिक में स्वर्ण पदक जीते हैं तो शर्म आती है और गुस्सा भी। शर्म तब भी आती है जब एक भी स्वर्ण पदक मिलने पर हम ऐसे पागल हो जाते हैं जैसे कोई बहुत बड़ा तीर मार लिया हो। लंबा और कठिन है इससे आगे बढ़ने का रास्ता, लेकिन अभी तक उस पर हमने चलना भी शुरू नहीं किया है। अभी भी वह जोश, वह तैयारी नहीं दिखती है राष्ट्रीय स्तर पर।

असहमति के मायने



संदर्भ

राकेश सिन्हा

समकालीन राजनीति की विडंबना है कि हम साथ रहकर भी साथ नहीं रहते। जिस विचार का विरोध करते हैं, उसे तनिक भी समझने की रुचि नहीं रखते। सब कुछ चित्त या पट की तरह देखते है। संघ की ताकत संख्या में नहीं, विचारधारा में है। तभी सौ वर्षों में इसका आकर्षण दिनोंदिन बढ़ता जा रहा है।

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ या किसी भी विचार से असहमति स्वाभाविक है। पर जब यह संवाद की प्रक्रिया और सामाजिकता के भाव को कुचलने का कारण बनता है, तब यह हमारे आचरण और बौद्धिकता के ह्रास का कारण बन जाता है। संघ का विरोध 1930 और 1970 के दशक में भी था और आज भी है, लेकिन विरोध के स्वर में फर्क है। तब असहमति रखने वाले तर्क और तथ्य से सुसज्जित होते थे। समझने और समझाने का भाव छिपा होता था। अब विरोध के लिए मानसिक श्रम की आवश्यकता नहीं है। सस्ते में सब कुछ हो जाता है। यही आरोपवादी संस्कृति है।

सरकारी कर्मचारियों/ अधिकारियों को संघ में सम्मिलित होने से रोकने का नियम संघ के प्रति साम्राज्यवादी दृष्टिकोण का परिणाम है। वे इसे राजनीतिक और सांप्रदायिक मानते थे। इसका कारण संघ का सविनय अवज्ञा आंदोलन (1930) में भागीदारी उपनिवेशवादियों को नापसंद था। सरकारी कर्मचारियों को संघ की गतिविधियों में शामिल होने पर प्रतिबंध लगा दिया। वह प्रश्न मध्य प्रांत के विधान परिषद में उठा। तीन मार्च 1934 को सदस्यों ने सरकारी पक्ष से सांप्रदायिकता का अर्थ जानना चाहा। घंटों लग गए, सदस्य संतुष्ट नहीं हुए। जो भी हो, सदन में सदस्यों की गंभीरता और उच्च बौद्धिक स्तर उभर कर सामने आया। सात और आठ मार्च को सरकारी आदेश के खिलाफ वीडी कोलते के सामान्य बजट पर एक रुपए की कटौती के प्रस्ताव पर बहस में नागपुर विश्वविद्यालय के प्रतिनिधि डा मंगलमूर्ति से लेकर एमएस रहमान सहित चौदह सदस्यों ने हिस्सा लिया। सभी आदेश के विरोध में थे। आखिर सरकार को निर्णय वापस लेना पड़ा। नब्बे साल बाद यही प्रश्न उभरकर सामने आया। सरकारी कर्मचारियों की संघ में भागीदारी पर प्रतिबंध को हटा लिया गया तो भाजपा की सरकार पर नौकरशाही को कमजोर करने का आरोप लगा। विडंबना यह है कि हम साथ रहकर भी साथ नहीं रहते। जिस विचार का विरोध करते हैं, उसे तनिक भी समझने की रुचि नहीं रखते। सब कुछ चित्त या पट की तरह देखते हैं।

संघ की ताकत संख्या में नहीं, विचारधारा में है। तभी सौ वर्षों में इसका आकर्षण दिनोंदिन बढ़ता जा रहा है। इसलिए इसके विरोधी जिन चुनिंदा शब्दों- सांप्रदायिक, राजनीतिक, फासीवादी- द्वारा इस पर आरोप लगाते रहे, वे आज स्वयं अस्तित्व के संकट से जूझ रहे हैं। पिछली तीन-चार पीढ़ियों ने जबसे होश संभाला है, तबसे उन्हें इन्हीं शब्दों द्वारा संघ से परिचय कराया जाता रहा है। यह बौद्धिक क्षरण का सूचक है। फिर भी पहले विरोध और समर्थन के पीछे अनुभव, अध्ययन, चिंतन रहता था।

तीन जुलाई, 1968 को संघ पर राज्यसभा में बहस हुई। एसके वासमपायन ने संघ के एक प्रस्ताव को राजनीतिक बताते हुए इसके सांस्कृतिक रहने की वचनबद्धता का उल्लंघन बताया। तत्कालीन गृहमंत्री वाईबी चव्हाण सहित आधे दर्जन सदस्यों ने अपने-अपने तर्क रखे। बहस का अंत चव्हाण और संघ विचारक दत्तोपंत ठेंगड़ी के बीच सौम्य पर गंभीर विचारों के आदान-प्रदान से हुआ। गुजरात के कच्छ पर भारत और पाकिस्तान के अधिकार को लेकर ब्रिटेन की मध्यस्थता में वहां के ट्रिब्यूनल का फैसला आया, जिसे 'कच्छ अवार्ड' के नाम से जानते हैं। संघ ने इसका विरोध किया था। चव्हाण ने ठेंगड़ी से पूछा, 'दिल पर हाथ रखकर कहिए कि कच्छ पर प्रस्ताव सांस्कृतिक है?' ठेंगड़ी ने पूछा, 'क्या राष्ट्रीय एकता और अखंडता की बात करना राजनीतिक है? फिर राष्ट्रवादी संघ द्वारा कच्छ पर प्रस्ताव कैसे राजनीतिक है?' न चव्हाण के पास जवाब था, न ही कम्युनिस्ट भूपेश गुप्ता कुछ बोल पाए। चव्हाण ने बहस का अंत किया, 'यह दार्शनिक सवाल है। इस पर कभी अलग से बात करेंगे।'

संघ को राजनीतिक मानने वाले भारतीय जनसंघ और भाजपा के साथ संबंधों को प्रमाण के रूप में रखते हैं। वे भूल जाते हैं कि संबंध में वैचारिक पक्ष है। राजनीति में सांस्कृतिक राष्ट्रवाद को स्वर देने वाली दूसरी कोई पार्टी नहीं है, इसलिए यह संबंध नैसर्गिक है। संघ संस्कृति को राष्ट्रीय चेतना के विकास में देखता है। यही संघ को समाज के सभी क्षेत्रों तक ले गया। ऐसे में आर्थिक और राजनीतिक प्रश्न अछूते नहीं रह सकते हैं। संघ भारत के जिस विचार को लेकर चल रहा है, जिस प्रकार कार्य करता है, उसका जमीन पर अनुभव राष्ट्रीय नेताओं के अनुभव से भिन्न है। इसीलिए आदिवासियों, मजदूरों और वंचित लोगों के बीच कार्यों का नक्सली भी विरोध नहीं कर पाते हैं। सामान्य राजनीतिक कार्यकर्ता की बात तो दूर।

विरोध की अमरबेल राजनीतिक स्वार्थ से उपजती है। यही प्रतिबंध 1977 में जब हटाया गया, तब आज विरोध करने वाले कांग्रेस के अधिकांश सहयोगी दल मौन व्रत में थे। सांस्कृतिक संगठन में राजनीति और अर्थनीति को प्रभावित करने की क्षमता होती है। चुनौती सिर्फ राजनीति की छाया से उपजने वाली न्यूनताओं से बचने की होती है। वोट बैंक का लोभ दलों को उनकी स्वेच्छा से संघ पर नासमझ बनाए रखता है। जाहिर है, ऐसे में संवाद स्थगित रहता है और विचार प्रणाली कमजोर होती जाती है। आज वे इस बात को नकार नहीं सकते हैं कि संघ का वैचारिक प्रभाव उन्हें हिंदुत्व के प्रति धारणा बदलने के लिए बाध्य कर रहा है।

सरकारी कर्मचारियों का संघ में आना बाध्यता नहीं है, पर उनको स्वेच्छा से सांस्कृतिक रचनात्मकता का हिस्सा बनने से रोकना, न तो उदारवाद के अनुकूल है, न ही लोकतांत्रिक है। संघ हो या अन्य विचारधारा, विमर्श को पुनर्जीवित कर एक-दूसरे को समझना ही भारत के विचार को समृद्ध करना होगा। आचरण और विचार, दोनों स्तरों पर मजबूत पहल ही निदान तक ले जाती है।

गालियां खा के बेमजा न हुआ

बाखबर

सुधीश पचौरी

एक दिन 'आर्थिक सर्वे' आया और अगले दिन 'बजट' आया। तब से लेकर अब तक बजट पर 'चखचख' जारी है। बजट आया तो बजट की फैलावट पर विशेषज्ञ बोलते रहे। कुछ कहे कि ये 'सबका साथ सबका विकास' वाला बजट है। कुछ ने कहा कि ये संतुलित बजट है।

कांवड़ियों के मार्ग पर हर दुकानदार की 'नामपट्टी' लगाने के 'आदेश' के कई दिन बाद कांवड़ियों के लिए 'पवित्रता' के अर्थ ही बदल गए। कई चैनलों में कई विपक्षी नेताओं के विवादी सुर गूंजते रहे कि यह छुआछूत है, भेदभाव है, धार्मिक 'प्रोफाइलिंग' है और संविधान विरुद्ध है। एक ओर आपत्ति करने वाले रहे, दूसरी ओर आदेश के पक्षधर रहे। सरकार समर्थक कई नेताओं ने भी एतराज दर्ज कराया, फिर भी आदेश लागू रहा। चैनल दिखाते कि किसी होटल का नाम किसी हिंदू देवता के नाम पर है, लेकिन उसका स्वामी कोई मुसलिम है। जब पूछते हैं कि आदेश से क्या व्यवसाय पर असर हुआ है तो कई कहते हैं, कोई असर नहीं हुआ, लेकिन जैसे ही सुप्रीम कोर्ट द्वारा फैसला दिया गया कि 'नाम लिखने की कोई जरूरत नहीं', वैसे ही बयान बदल गए। कुछ कहने लगे कि कोर्ट का फैसला भी सही है। इस पर विपक्ष के एक नेता ने जमकर मजा लिया कि 'डबल इंजन आपस में टकरा रहे हैं!'

इसी बीच केंद्र सरकार के एक आदेश ने बड़ी खबर बनाई कि 1966 का 'प्रतिबंध' हटा, अब सरकारी कर्मचारी 'संघ' में हिस्सा ले सकेंगे। संघ का नाम आते ही कई बहसों में पक्षधर कहें कि संघ 'देशभक्त' है, 'राष्ट्रसेवा' करता है, दुनिया का सबसे बडा 'स्वयंसेवी' संगठन है। उस पर जब-जब प्रतिबंध लगाया गया, तब-तब हटाना पड़ा। नेहरू ने तो उसे गणतंत्र परेड तक में शामिल किया था। एक विपक्षी कहिन कि संघ 'फासिस्ट' संगठन है।

फिर एक दिन 'आर्थिक सर्वे' आया और अगले दिन 'बजट' आया। और तबसे लेकर अब तक बजट पर 'चखचख' जारी है। बजट आया तो बजट की फैलावट पर विशेषज्ञ बोलते रहे। कुछ कहे कि ये 'सबका साथ सबका विकास' वाला बजट है। कुछ ने कहा कि ये संतुलित बजट है। लेकिन बहसों में एक तो 'इंटर्नशिप योजना' ने बजट की जान ली, दूसरे, बिहार और आंध्र को अतिरिक्त आबंटन ने भी जान ली। अगले रोज विपक्ष विरोध में 'साड़ीगहस्त' दिखा कि यह 'बजट' 'भेदभाव' करता है। जहां हारे उनको कुछ नहीं दिया। पक्षधर जुटे रहे कि उत्तर प्रदेश को इतना दिया, तमिलनाडु को इतना दिया, इसको इतना, उसको उतना दिया! भेदभाव कहां है?

विपक्षी कहिन कि यह 'सरकार बचाओ' बजट है। 'बैसाखियोंवाला' बजट है। बिहार को 'पकौड़े' और 'जलेबी' दिया है। झुनझना दिया है! विशेष दर्जा क्यों नहीं दिया? पक्ष प्रवक्ता कहिन कि यूपीए सरकार ने भी नहीं दिया था, क्योंकि ये राज्य 'विशेष दर्जा' मानक पर खरे नहीं उतरते। अब वही विपक्षी 'विशेष दर्जा' की मांग कर रहे हैं। इतना ही नहीं, 'पांच सौ बड़ी कंपनियों' में 'चार करोड़ प्रशिक्षुता' देने की बजटीय व्यवस्था ने विपक्ष को ही नहीं, एकाध एंकर तक को बजट को ठौंकने का बहाना दे दिया।

विपक्ष के एक नेता ने कहा कि यह योजना हमारे 'घोषणा पत्र' से ली गई है, लेकिन उसी दल के कुछ नेता कहते रहे कि यह बेरोजगारों की आंखों में धूल झोंकना है। एक कथित 'राष्ट्रवादी' एंकर ने भी साफ कहा कि बजट में गठबंधन की मजबूरियां साफ झलकती हैं और यह 'इंटर्नशिप' सिर्फ 'सजावटी' है। यह व्यावहारिक नहीं है। एक चर्चक ने तो यहां तक कह दिया कि जब कंपनियों को कर्मचारियों की जरूरत ही नहीं, तब कोई इनको प्रशिक्षुता कैसे देगा?

लीजिए, एक बार फिर 'कूल' बाबू भी 'अन-कूल' हो गए। बिहार विधानसभा में बजट पर बोलते हुए एक विपक्षी महिला विधायक से गुस्से में बोल गए कि अरे महिला हो... कुछ जानती नहीं हो। विधायक ने भी कहा कि नीतीश भूल गए हैं कि महिला से कैसे बात की जाती है। लगता है, इन दिनों सब नेताओं का 'रक्तचाप' बढ़ा दिखता है। वे कुछ का कुछ बोल जाते हैं, फिर ' माफी मांगें, माफी मांगें' होने लगता है। फिर 'पहले वे माफी मांगें, तब मैं माफी मांगूंगा' वाली कबड्डी होने लगती है... लेकिन माफी के बाद भी क्या गारंटी कि 'बदतमीजी' फिर नहीं होगी।

फिर एक दिन संसद में एक विपक्षी सांसद ने 'आतंकवाद' के आरोप में जेल में बंद, चुनाव में जीतकर आए, एक 'खालिस्तानपरस्त' सांसद के पक्ष में बोल दिया और एक 'निर्लज्ज' सी बहस चैनलों में आ बैठी। विपक्षी प्रवक्ता कहें कि इसमें जेल में बंद 'खालिस्तानवादी' के पक्ष बोलने वाले की क्या गलती? या तो सरकार जल्दी से खालिस्तानी को चार्जशीट करे, सजा दिलाए, नहीं तो उसे ऐसे ही बंद रखने के क्या मतलब?

फिर एक दिन मंत्री रिजीजू ने विपक्ष को प्रबोध कि सत्र को गाली-गलौज का सत्र न बनाएं। इसे देख कर एक चैनल ने संसद में बोले गए और रिकार्ड से हटाए 'गाली-गलौज' मूलक शब्दों का एक पूरा शब्दकोश ही खोल डाला। फिर भी, अपने नेता, अपने तईं 'कभी छुई-मुई, कभी तोप'! काश ऐसों के बीच गालिब होते तो कहते 'गालियां खा के बेमजा न हुआ...', तब शायद अपनी संसद इतनी 'बेमजा' न होती!

जिगर की फिकर

लिवर शरीर का वह अंग है जो 70 फीसदी तक खराब होने पर भी काम करता है। यही इसकी खूबी भी है। लेकिन कभी-कभी इसी वजह से लिवर में हुए इन्फेक्शन और सूजन का जल्दी पता ही नहीं चलता। इसलिए लिवर की सेहत के लिए सचेत रहना जरूरी है। हेपाटाइटिस (लिवर की सूजन) की वैक्सीन की बात हो या फिर इसकी जांच की। इसे नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। हेपाटाइटिस का इन्फेक्शन कितनी बड़ी चुनौती है, बचने के उपाय क्या हैं, एक्सपर्ट्स से बात कर जानकारी दे रहे हैं

लोकेश के. भारती

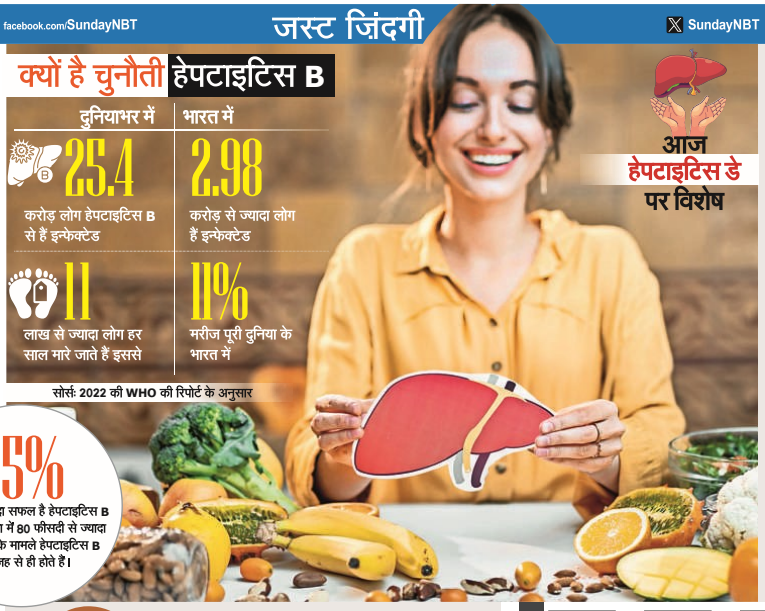
हेपाटाइटिस दो शब्दों से मिलकर बना है। जिनका मतलब होता है लिवर या जिगर में सूजन यानी इन्फ्लेमेशन। सीधे शब्दों में कहें तो जब लिवर में किसी भी वजह से सूजन हो जाए तो उस स्थिति को हेपाटाइटिस कह सकते हैं। यह सूजन हेपाटाइटिस वायरस A, B, C, E की वजह से हो या फिर शराब या फैटी लिवर की वजह से, कहा तो जाएगा हेपाटाइटिस ही। दरअसल, शब्द से पहले उस कारण को जोड़ दिया जाता है जिसकी वजह से लिवर में सूजन होती है। जब किसी वायरस की वजह से हेपाटाइटिस होता है तो उसे वायरल हेपाटाइटिस कहते हैं। मसलन: Hep A, Hep B आदि। वैसे तो ये सभी परेशान करते हैं। ये जानलेवा भी हो सकते हैं। कुछ उपाय के बाद डरने की जरूरत नहीं, सचेत रहना चाहिए।

क्यों है चुनौती हेपाटाइटिस B

दुनियाभर में	भारत में
25.4 करोड़ लोग हेपाटाइटिस B से हैं इन्फेक्टेड	**2.98** करोड़ से ज्यादा लोग हैं इन्फेक्टेड
11 लाख से ज्यादा लोग हर साल मारे जाते हैं इससे	**11%** मरीज पूरी दुनिया के भारत में

सोर्स: 2022 की WHO की रिपोर्ट के अनुसार

95% तक से भी ज्यादा सफल है हेपाटाइटिस B वैक्सीन। दुनिया में 80 फीसदी से ज्यादा लिवर कैंसर के मामले हेपाटाइटिस B की वजह से ही होते हैं।



आज हेपाटाइटिस डे पर विशेष

लिवर को हर इन्फेक्शन से बचाना है क्योंकि...

- किडनी या फेफड़ों से अलग लिवर खुद को छोटे-से बड़ा बना सकता है। इसे रीजेनरेशन पावर भी कहते हैं। इसके लिए शरीर में कम से कम 25% असल लिवर का मौजूद रहना जरूरी है। इसे मूल स्वरूप में लौटने में अमूमन 2 से 3 हफ्तों की ही जरूरत होती है।
- यह शरीर में ग्लूकोज को नियंत्रित करने में भी अहम भूमिका निभाता है। अगर किसी को फैटी लिवर की परेशानी है तो वह टाइप-2 डायबीटीज का मरीज भी हो सकती है। जब हम कुछ खाते हैं तो यह ग्लाइकोजन को ग्लूकोज में बदल देता है। जब लिवर में ग्लूकोज ज्यादा मात्रा में जमा होने लगता है तो यह फैट में बदल जाता है। इसके बाद ही फैटी लिवर का मामला बनता है। फैटी लिवर होने के बाद धीरे-धीरे कई तरह की परेशानियों की शुरुआत हो जाती है। पहले कलेस्ट्रॉल बढ़ना शुरू होता है। एक बार जब कलेस्ट्रॉल खून की नाड़ियों में जमा होने लगता है तो बीपी बढ़ना शुरू हो जाता है। इसी के साथ शुगर की समस्या भी दस्तक दे सकती है। इसलिए लिवर को दुरुस्त जरूर रखना चाहिए।
- प्रोटीन हमारे शरीर के लिए बहुत जरूरी है। प्रोटीन हमारे शरीर का बिल्डिंग ब्लॉक्स (जिससे शरीर मूल रूप से बना है) कहलाता है। कई बार हमारा शरीर इतना प्रोटीन पैदा नही कर पाता कि उसकी जरूरत पूरी हो। ऐसे में लिवर ही वह प्रोटीन बनाता है।
- लिवर विटामिन का भंडारण भी करता है। A,D,E,K ये फैट में घुलने और पचने वाले विटामिन हैं। लिवर में 5 फीसदी से कम फैट रहना भी जरूरी है ताकि इन विटामिनों को शरीर सही तरीके से जज्ब कर सके। इसके लिए जरूरी है कि हम हर दिन एक चम्मच शुद्ध देसी घी का सेवन करें। लिवर आयरन और कॉपर को भी स्टोर करता है और इसे शरीर को जज्ब करने मे मदद करता है। एक और खास बात यह कि विटामिन D को ऐक्टिव फॉर्म में लाने के लिए भी इसकी जरूरत होती है ताकि शरीर कैल्सियम को भी जज्ब कर सके।

एक्सपर्ट पैनल

- **डॉ. एस. के. सरीन**, डायरेक्टर, ILBS
- **डॉ. (कर्नल) अरुण कुमार**, सीनियर कंसल्टेंट, गैस्ट्रो PSRI
- **डॉ. पीयूष रंजन**, वाइस चेयरमैन-गैस्ट्रो, सर गंगा राम हॉस्पिटल
- **डॉ. अमित मित्तलानी**, HOD गैस्ट्रो, एशियन हॉस्पिटल
- **डॉ. अमितेश कुमार**, सीनियर कंसल्टेंट गैस्ट्रो

कितनी तरह के हेपाटाइटिस वायरस: A, B, C, D और E

ऐसे फैलते हैं हेपाटाइटिस A और E, यह है बचाव

हेपाटाइटिस A- यह ज्यादातर छोटे बच्चों को होता है।
ऐसे फैलता है: संक्रमित पानी और खाने आदि से।
इसके लक्षण: भूख न लगना, कमजोरी, दस्त, पेट में तकलीफ, गहरे पीले रंग का यूरिन, बुखार और पीलिया।
क्या है उपाय: इसकी वैक्सीन बहुत कारगर है। अमूमन बचपन में लग जाती है। वैसे यह बहुत नुकसान नहीं पहुंचाता। दवा से, आराम करने और सही खानपान से अमूमन 3 से 5 हफ्तों में ठीक भी हो जाता है। जब इन्फेक्शन 15 साल की उम्र के बाद हो, तब ज्यादा नुकसानदायक हो सकता है।

हेपाटाइटिस E- अमूमन बड़ों में होता है। ज्यादा खतरनाक नहीं होता। इसकी वजह से एक्यूट हेपाटाइटिस होता है। करीब 0.5 फीसदी मामलों में यह खतरनाक होता है।
ऐसे फैलता है: संक्रमित पानी और खाने आदि से।
इसके लक्षण: भूख न लगना, हल्का या तेज फीवर, पेट में दर्द, उलटी, पीलिया आदि।
ये है उपाय: इन्फेक्शन के बाद इसका इलाज हो सकता है। इसका इन्फेक्शन भी अपने आप खत्म हो जाता है, लेकिन इस दौरान परहेज, सही खानपान और दवा की जरूरत पड़ती है।

ऐसे रोक सकते हैं हेपाटाइटिस B और C को फैलने से

इन दोनों के होने का तरीका लगभग एक जैसा है, इसलिए इन दोनों को एक समझ सकते हैं। इनके फैलने का सबसे बड़ा जरिया है बॉडी फ्लूड। संक्रमित शख्स के साथ सेक्युअल रिलेशन बनाने से भी।

- संक्रमित खून चढ़ाने से
- संक्रमित मां से उसके होने वाले बच्चे में
- संक्रमित का टूथब्रश या रेजर यूज करने से
- इस्तेमाल की गई सीरिंज या डेंटल टूल्स से
- लंबे समय तक बहुत ज्यादा शराब पीने से।

ऐसे नहीं फैलता है यह वायरस

कई लोग यह मान लेते हैं कि हेपाटाइटिस B या C के मरीज से बात करने से भी यह बीमारी फैल सकती है जबकि ऐसा नही है। किसी से बात करने से या यहां तक साथ रहने से और साथ खाने से भी नही फैलता। हां, यह ध्यान रखना चाहिए कि अगर ऐसे मरीज के साथ रह रहे है तो वैक्सीन के तीनों डोज जरूर लगवा लें।

Hep B वैक्सीन है सभी के लिए जरूरी

हेपाटाइटिस B वैक्सीन असरदार है। यह 95 फीसदी से भी ज्यादा सफल है। साल 2011 से यह पूरे देश मे मिलती है। यह बीमार शख्स में लिवर कैंसर होने से रोकती है। दुनिया में 80 फीसदी से ज्यादा लिवर कैंसर के मामले हेपाटाइटिस B की वजह से ही होते हैं। ऐसे में 3 डोज की वैक्सीनेशन से इस खतरनाक बीमारी से भी छुटकारा मिल सकता है।
वैक्सीन लगाने की जरूरत सबसे ज्यादा किसे है:

- सभी नवजात को लगवाना जरूरी, अगर किसी को लगनी छूट गई हो तो उसे बाद में जरूर लगवा देनी चाहिए।
- मेडिकल फील्ड और भीड़ में काम करने वाले लोगों को
- जिनकी किडनी खराब हो और डाइलिसिस होता हो
- जिन्हें बार-बार अपना खून बदलवाना पड़ता हो। ब्लड कैंसर जैसे मामलों में ऐसा करना पड़ता है।
- प्रेग्नेंसी के दौरान जरूर लगवानी चाहिए। दरअसल, हेपाटाइटिस B वायरस मां से उनके होने वाले बच्चे तक ट्रांसफर हो जाता है।
- ड्रग्स लेने वालों या जिन्होंने पहले ड्रग्स ली हो
- शरीर पर टैटू बनवाने वालों को
- असुरक्षित सेक्स किया हो तो
- जिनकी फैमिली में किसी को हेपाटाइटिस B पहले या अभी हुआ हो।
- शुगर के मरीज और फैटी लिवर के मरीज क्योंकि इनका लिवर पूरी तरह स्वस्थ नहीं होता।
- अगर किसी को यह वैक्सीन पहले लग चुकी है तो उसे नही लगवानी चाहिए।

हेपाटाइटिस D: अगर किसी को हेपाटाइटिस B है तो उसे हेपाटाइटिस D का इन्फेक्शन भी हो सकता है। यह सीधे इन्फेक्शन नहीं फैलाता। इसलिए इसकी चर्चा भी ज्यादा नहीं होती और हेपाटाइटिस B वैक्सीन से ही हेपाटाइटिस D के इन्फेक्शन से भी बचाव हो जाता है।

कितने अंतराल पर वैक्सीन

नवजात

पहली डोज	दूसरी डोज	तीसरी डोज
0 (जन्म पर)	1 महीने की उम्र में	दूसरी के 6 महीने बाद

बच्चों और बड़ों को

पहली डोज	दूसरी डोज	तीसरी डोज
0 (आज)	1 महीने बाद	6 महीने बाद

नोट: कई डॉक्टर बड़ों को 4 डोज लगाने की सलाह देते हैं।

हेपाटाइटिस C का है ऐसे होता है इलाज

वैसे तो हेपाटाइटिस B की तुलना में इसका इन्फेक्शन रेट कम है, लेकिन नुकसान पहुंचाने में यह वायरस भी पीछे नहीं।

- इसके लिए फिलहाल कोई वैक्सीन नही है।
- अगर सही समय पर पता चल जाए तो इसका इलाज मुमकिन है।
- इसे दवा से ठीक किया जा सकता है। सही दवा, सही पोषण और आराम करने से मरीज ठीक हो जाता है।
- उम्मीद है कि देश से 2030 तक इसे पूरी तरह से खत्म किया जा सकता है। पूरी दुनिया में इजिप्ट ऐसा देश है जिसके बारे में कहा जा रहा है कि वह हेपाटाइटिस C से मुक्त होने के करीब पहुंच चुका है। जापान, ऑस्ट्रेलिया जैसे 12 देश हैं जो 2030 तक इस वायरस से मुक्त हो जाएंगे।

लिवर की सेहत के लिए जरूरी टेस्ट

LFT (Liver Function Tests)
लिवर के काम को जांचने के लिए सबसे कॉमन टेस्ट यही है। इस टेस्ट को कराकर देखते हैं कि लिवर की क्या स्थिति है। इससे SGPT लेवल का भी पता चलता है। इसका कितना बढ़ा है, इससे अंदाजा लगाया जा सकता है कि हेपाटाइटिस वायरल इन्फेक्शन हो सकता है या नहीं। इसके बाद हेपाटाइटिस टेस्ट करवाना चाहिए।
खर्च: 400 से 700 रुपये **कैसे:** खून से **रिपोर्ट:** उसी दिन

HEPATITIS B SURFACE ANTIGEN
इससे हेपाटाइटिस B के इन्फेक्शन के बारे में पता चलता है।
खर्च: 1200 से 1500 रुपये **रिपोर्ट:** 1 से 2 दिन

HEPATITIS C ANTIBODY (Anti-HCV)
खर्च: 300 से 1600 रुपये **रिपोर्ट:** 1 से 2 दिन

Serum Albumin
जब लिवर से बना प्रोटीन एल्बुमिन का लेवल खून में कम होने लगता है, तब इस टेस्ट से ही पता चलता है कि लिवर सही तरीके से काम कर रहा है या नहीं।
खर्च: 150 से 200 रुपये **कैसे:** खून से **रिपोर्ट:** उसी दिन

Liver Fibrosis
इस टेस्ट को लिवर का गोल्डन टेस्ट भी कहते हैं। इससे लिवर को हो चुके नुकसान के बारे में पूरी जानकारी मिल जाती है।
खर्च: 4000 से 6000 रुपये **कैसे:** अल्ट्रासाउंड।

जब टेस्ट में आ जाए हेपाटाइटिस B पॉजिटिव तो...

अगर अब तक इसके लक्षण न उभरे हों तो मुमकिन है कि वायरस ने लिवर का ज्यादा नुकसान न किया हो। इसलिए सबसे पहले किसी गैस्ट्रो एक्सपर्ट डॉक्टर से मिलें। फिर डॉक्टर लिवर की असल स्थिति के बारे में, कितना नुकसान हुआ है इसके लिए दूसरे टेस्ट भी कराएंगे। इससे घबराने वाली कोई बात नही है। यह वायरस 20 साल तक बिना लक्षण उभरे दबा हुआ रह सकता है। हां, कुछ चीजों का जरूर ध्यान रखना चाहिए।

- डॉक्टर के संपर्क में रहना। नियमित रूप से चेकअप करवाना।
- नियमित रूप से दवा का सेवन करना। इस दौरान एंटीवायरल दवाएं दी जाती हैं। ये दवाएं लिवर को आगे होने वाले नुकसान को रोकने में सक्षम होती हैं।
- लाइफस्टाइल को बदलना बहुत जरूरी है। एक्सरसाइज करना, फाइबर (मौसमी सलाद, मौसमी फल वैसे तो 1-1 कटोरी ले सकते हैं, लेकिन डॉक्टर से पूछकर लेना जरूरी है), साबुत अनाज (रागी, ज्वार आदि), कम फैट खाने की सलाह दी जाती है। अगर शुगर न हो तो डॉक्टर मीठे फल खाने के लिए कहते हैं ताकि लिवर को ज्यादा मेहनत न करनी पड़े।
- इन्फेक्शन न फैले इसका ध्यान रखना है। अपने परिवार का वैक्सीनेशन जरूर करवा देना चाहिए।
- सिगरेट, शराब पीने की बात तो दूर, हाथ भी नहीं लगाना।

ध्यान दें: जब लिवर 70 फीसदी तक खराब हो जाता है तो ऐसे शख्स को सिरोसिस या फिर कैंसर भी हो सकता है। ऐसे में मरीज के पेट में पानी भरना, पेट में तेज दर्द, कुछ भी न पचा पाना, बहुत ज्यादा कमजोरी, लगातार फीवर रहना जैसे लक्षण हो सकते हैं।

हेपाटाइटिस से फ्री इंडिया कैसे मुमकिन?

नैशनल वायरल हेपाटाइटिस कंट्रोल प्रोग्राम (NVHCP) को भारत सरकार ने 2018 में लॉन्च किया था। इसका मकसद सभी वायरल हेपाटाइटिस A, B, C, D और E से होने वाली मौत में कमी और 2030 तक हेपाटाइटिस C पूरी तरह खत्म करना है। यह प्रोग्राम अब भी जारी है।

- हेपाटाइटिस A का वैक्सीनेशन सभी के लिए हो।
- नए जन्मे बच्चों को 100 फीसदी हेपाटाइटिस B का वैक्सीनेशन
- हेपाटाइटिस B का वैक्सीनेशन हो सभी के लिए
- जब ब्लड जांच हो तो साथ में हेपाटाइटिस की भी स्क्रीनिंग हो जिसमें हेपाटाइटिस B और C जो क्रॉनिक बीमारियां पैदा करते है और इनके लक्षण जल्दी नहीं उभरते, ऐसे इन्फेक्शन के बारे में भी जानकारी मिल सके ताकि इनका इलाज भी सही समय पर शुरू हो सके।
- जब तक इन्फेक्टेड लोग मौजूद रहेंगे, तब तक यह इन्फेक्शन फैलता रहेगा। इसलिए ऐसे लोगों का सही इलाज बेहद जरूरी है। साथ ही, नए इन्फेक्शन न हो इसके लिए वैक्सीनेशन 100 प्रतिशत होना चाहिए।

Photos: iStock

टैटू के साथ ले आते हैं हेपाटाइटिस वायरस

टैटू बनवाते समय छोटी-छोटी बातों का ध्यान रखने से न सिर्फ हेपाटाइटिस से बचाव हो जाता है बल्कि एचआईवी के संक्रमण से भी बच सकते हैं। दरअसल, टैटू बनाने के दौरान पतली निडल से इंक स्किन के अंदर डाली जाती है। वह ब्लड के संपर्क में आती है। अगर वह निडल पहले से ही किसी हेपेटाइटिस इन्फेक्टेड शख्स की स्किन के अंदर पहुंचकर उसके ब्लड के संपर्क में आ चुकी है तो उसके आगे जो लोग टैटू गुदवाएंगे, उन्हें हेपाटाइटिस B या C के इन्फेक्शन का खतरा बहुत ज्यादा रहेगा। इससे एचआईवी होने का खतरा भी रहता है।

ऐसे बचें टैटू वाले इन्फेक्शन से

- ऐसे किसी भी पार्लर से टैटू नहीं गुदवाएं, जिसे लाइसेंस न मिला हो। सड़क किनारे टैटू बनवाने में यह खतरा बढ़ जाता है।
- वैसे तो ज्यादातर आर्टिस्ट्स ग्लव्स पहनते हैं। सिर्फ ग्लव्स पहनना काफी नहीं है। उसे ग्लव्स पहनने से पहले हाथों को अच्छी तरह साफ करना चाहिए। यह भी ध्यान रहे कि आर्टिस्ट हर बार नए ग्लव्स पहनकर ही टैटू बनाए।
- सिर्फ टैटू मशीन को साफ करने से काम नहीं चलेगा। मशीन को हर बार स्टरलाइज करना भी जरूरी है। कई बार किसी टेबिल से पोंछकर मशीन को साफ कर दिया जाता है। यह हेपाटाइटिस से बचने के लिए पर्याप्त सफाई नहीं है।
- स्टरलाइजेशन प्रक्रिया में केमिकल के इस्तेमाल से या गर्मी से बैक्टीरिया या वाइरस को मारा जाता है।
- जहां पर टैटू गुदवाना हो, शरीर के उस हिस्से की सफाई भी जरूरी है। उसे भी केमिकल से स्टरलाइज करें।

केस 1

ऐसे पता लगा कि उन्हें है एक्यूट हेपाटाइटिस

विकास (बदला हुआ नाम) एक पार्टी में गए थे। वहां उन्होंने खुब पार्टी एंजॉय की। अच्छे-से खाना खाया। देर रात लौटने के बाद वह सो गए और जब दूसरे दिन उठे तो उन्हें पेट कुछ भारी-भारी सा महसूस हुआ। उन्हें लगा शायद पार्टी में ज्यादा खा लेने की वजह से ऐसा महसूस हो रहा है। ऑफिस तो जाना ही था। ऑफिस में काम करते हुए उन्हें उलटी जैसा महसूस होने लगा, लेकिन उलटी नहीं हुई। घर आने के बाद हल्का लूज मोशन हुआ। फिर दूसरे दिन विकास ने ऑफिस से छुट्टी ले ली और सोचा कि शायद घर पर आराम करने से ठीक हो जाए। साथ ही घरेलू नुस्खों से कुछ राहत तो हुई, लेकिन फिर पेट में दर्द होने लगा। विकास ने सोचा, चलो एक दिन और देख लेते हैं। खुद ही कुछ दवाओं का सेवन किया जो गलत था। इनसे भी कुछ राहत तो मिली। चौथे दिन पेट में तेज दर्द होने लगा और लगातार कई बार उलटी हुई। स्थिति ऐसी हो गई कि घर वालों ने विकास को हॉस्पिटल में एडमिट करवा दिया। वहां पर कई तरह की जांच हुई। इनमें LFT (लिवर फंक्शन टेस्ट) भी शामिल था। LFT की रिपोर्ट में SGPT (यह एक तरह का एंजाइम है जो लिवर के डैमेज होने के बारे में बताता है। इसकी ज्यादा मौजूदगी का मतलब है लिवर को ज्यादा नुकसान पहुंचा है।) का स्तर सामान्य से 30 गुणा से ज्यादा था। साथ ही दूसरे मार्कर भी काफी बढ़े हुए थे। डॉक्टरों ने फौरन ही हेपाटाइटिस वायरस की स्क्रीनिंग यानी टेस्ट किया।

फिलहाल मैं विकास हेपाटाइटिस E पॉजिटिव था यानी वह **एक्यूट हेपाटाइटिस** का मरीज हो चुका था। अच्छी बात यह थी कि स्थिति को काबू किया जा सकता था। इलाज हुआ और विकास अब बेहतर है। दरअसल, हेपाटाइटिस E और काफी हद तक हेपाटाइटिस A वायरस भी ज्यादा परेशान नहीं करता। यह 3 से 5 हफ्तों में ठीक हो जाता है। हालांकि, कभी-कभी इलाज में देरी होने से लिवर फेल होने की आशंका भी हो सकती है। विकास ने जब अपने इस इन्फेक्शन की वजह डॉक्टर से पूछी तो उन्होंने बताया कि आजकल बरसात का मौसम है। बाहर का खाना और पीना, दोनों में इन्फेक्शन का खतरा ज्यादा है। आपने बताया था कि कहीं बाहर पार्टी में खाना खाया था। इसलिए आजकल खानपान पर काफी ध्यान देने की जरूरत है।

केस 2

ब्लड डोनेशन की वजह से वह बच पाए

हॉस्पिटल के बेड पर लेटे हुए ब्रजेश (बदला हुआ नाम) पिछले 3 दिनों से यही सोच रहे थे कि काश! उन्होंने हेपाटाइटिस B की वैक्सीन लगवा ली होती तो यह इन्फेक्शन उन्हें परेशान न करता। दरअसल, ब्रजेश ओवरवेट हैं। उनकी लंबाई और उम्र के अनुपात में उनका वजन करीब 20 किलो ज्यादा है। वह फैटी लिवर के पुराने मरीज हैं। इसके अलावा ब्रजेश शुगर व बीपी के भी करीब 10 साल पुराने मरीज हैं। उस पर से हेपाटाइटिस B के इन्फेक्शन ने स्थिति कुछ ज्यादा खराब कर दी। उनके करीब 35 से 40 फीसदी लिवर का ही नुकसान हुआ था।

दरअसल, अपने दोस्तों को देखते हुए ब्रजेश ने भी ब्लड डोनेट करने का सोचा। वैसे तो यह काम बहुत ही अच्छा है। शायद इसलिए भी ब्रजेश को अपने इन्फेक्शन के बारे में पता चला। ब्लड डोनेशन से पहले शख्स के खून की जांच होती है। ब्रजेश को यही पता चला कि वह हेपाटाइटिस B पॉजिटिव है। इतना ही नहीं, इस वायरस ने ब्रजेश के लिवर को डैमेज भी किया था। जब ब्रजेश डॉक्टर के पास पहुंचे तो लिवर कितना खराब हुआ है, यह पता लगाने के लिए टेस्ट हुए। जांच में यह निकला कि SGPT का स्तर सामान्य से 2 गुना है।

क्रॉनिक हेपाटाइटिस (ज्यादातर हेपाटाइटिस B और C) के मामले में SGPT का लेवल 2, 3 गुना तक ही अमूमन बढ़ता है। साथ ही, क्रॉनिक हेपाटाइटिस में अलग से कोई सिम्पटम आए यह जरूरी नहीं, मसलन: पेट दर्द, उलटी आदि का होना जरूरी नहीं है। यही वजह है कि इसके इन्फेक्शन के बाद मरीज को पता ही नहीं होता कि वह हेपाटाइटिस B पॉजिटिव है। कुछ मामालों में तो हेपाटाइटिस के लक्षण उभरने में 20 साल से ज्यादा का वक्त भी लग जाता है जब किसी शख्स को यह पता नहीं होता कि वह इन्फेक्टेड है तो अनजाने में ही इन्फेक्शन फैलाता रहता है। डॉक्टर ने ब्रजेश को उनके परिवार के सभी सदस्यों को हेपाटाइटिस B की वैक्सीन फौरन ही लगाने के लिए कहा है ताकि दूसरे सदस्यों में यह न फैले।

कहां से लें मदद

नैशनल वायरल हेपाटाइटिस कंट्रोल प्रोग्राम
मिनिस्ट्री ऑफ हेल्थ ऐंड फैमिली वेलफेयर
वेबसाइट: nvhcp.mohfw.gov.in
टोल फ्री नंबर: 1800 11 6666
कब कर सकते हैं कॉल: सुबह 7 से रात 11 बजे तक
नैशनल हॉलिडे पर बंद, बाकी हर दिन ओपन।

राय बताएं, सवाल भेजें

आपको यह लेख कैसा लगा? हमें बताएं। हेपाटाइटिस के बारे में यह सब पढ़ने के बाद भी आपका कोई सवाल हो तो मंगलवार तक हमें भेजें। हम एक्सपर्ट से पूछकर जवाब यहीं प्रकाशित करेंगे।
ईमेल: sundaynbt@timesofindia.com
(Subject में hep लिखें)
वॉट्सऐप नंबर: 89298-16941