

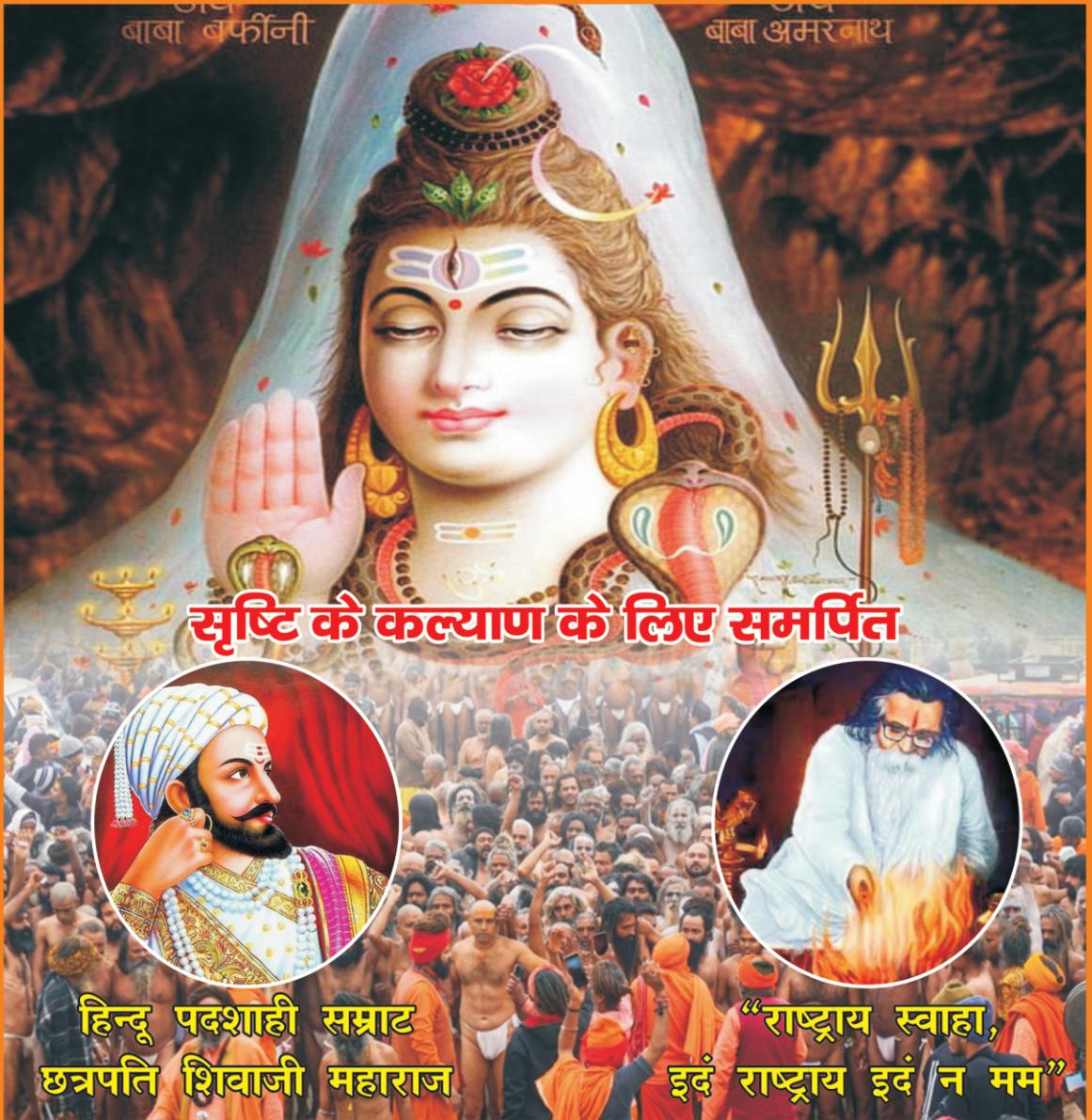
राष्ट्र जागरण का शंखनाद

R.N.I. No. - UPHIN/2016/11717

ब्रज संवाद

मासिक

वर्ष-9, अंक-12, माघ-फाल्गुन-चैत्र, वि.सं. 2081, युगाब्ध 5126, फरवरी-मार्च-2025, आगरा (ब्रज प्रान्त) मूल्य 10 रु.



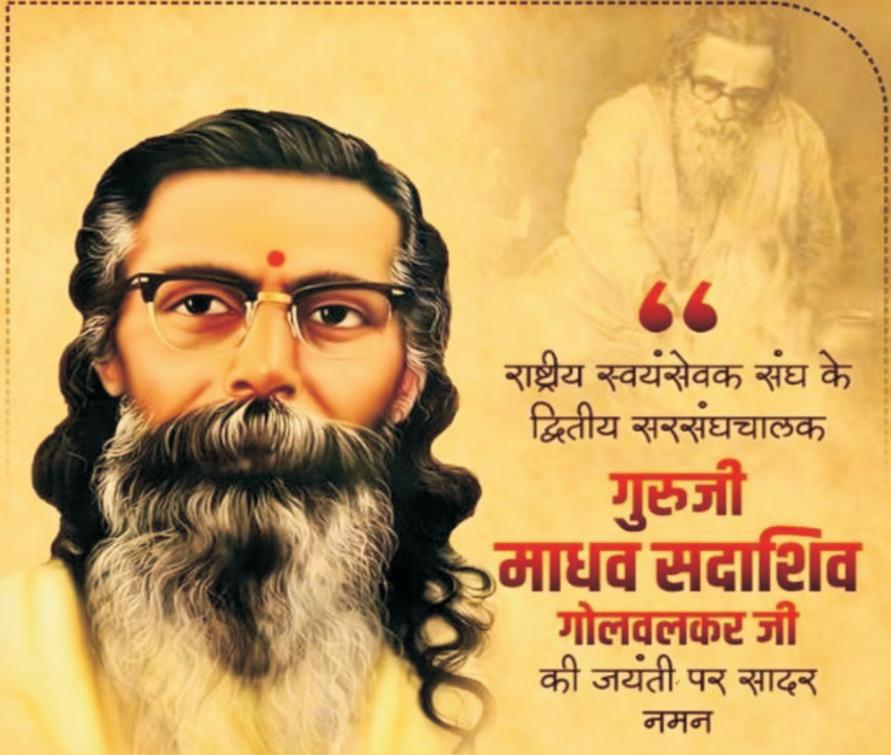
सृष्टि के कल्याण के लिए समर्पित

हिन्दू पदशाही सम्राट
छत्रपति शिवाजी महाराज

“राष्ट्राय स्वाहा,
इदं राष्ट्राय इदं न मम”

युगाब्द 5126
विक्रम संवत् 2081

19 फरवरी, बुधवार
फाल्गुन कृष्ण षष्ठी



परम पूज्य श्रीगुरुजी माधवराव सदाशिवराव गोलवलकर, राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के दूसरे सरसंघचालक थे। वे हिन्दू राष्ट्र नामक एक सांस्कृतिक राष्ट्र की अवधारणा को सामने रखने वाले पहले व्यक्ति थे, जिनके बारे में माना जाता था कि यह 'अखण्ड भारत सिद्धांत' भारतीयों के लिए संयुक्त राष्ट्र की अवधारणा में विकसित हुआ था। वे काशी विश्वविद्यालय में प्रोफेसर थे उनके मधुर व्यवहार और पढ़ाने की अद्भूत शैली के कारण सभी उन्हें गुरुजी कहते थे।

उनका जन्म 19 फरवरी 1906 (विजया एकादशी) को नागपुर में अपने मामा के घर हुआ था। माधव बचपन से ही अत्याधिक मेधावी छात्र थे। उन्होंने सभी परीक्षाएं सदा प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण की। उन्होंने सरसंघचालक पद के दायित्व पर रहते हुए 33 वर्ष में 65 बार सम्पूर्ण भारत का भ्रमण किया, रेलगाड़ी का डिब्बा ही मानों उनका घर था। उनको लिखे गये सभी पत्रों का उत्तर वे स्वयं देते थे - औसतन हर दिन 5 पत्र उनके द्वारा लिखे जाते थे।

सन् 1948 में गांधी जी की हत्या का झूठा आरोप लगाकर संघ पर प्रतिबन्ध लगा दिया गया। श्री गुरुजी को जेल में डाल दिया गया पर उन्होंने धैर्य से सब समस्याओं को झेला और संघ तथा देश को सही दिशा दी। इससे सब ओर उनकी ख्याती फैल गयी। संघ कार्य भी देश के हर जिले में पहुँच गया। श्री गुरुजी का धर्मग्रन्थों एवं हिन्दू दर्शन पर इतना अधिकार था कि एक बार शंकराचार्य पद के लिए उनका नाम प्रस्तावित किया गया था पर उन्होंने विनम्रतापूर्वक उसे अस्वीकार कर दिया। सन् 1970 में वे कैंसर से पीड़ित हो गये। शल्य चिकित्सा से कुछ लाभ तो हुआ पर पूरी तरह नहीं। इसके बाद भी वे प्रवास करते रहे पर शरीर का अपना कुछ धर्म होता है। उसे निभाते हुए श्री गुरुजी ने 5 जून, 1973 को रात्रि में शरीर छोड़ दिया।

राष्ट्र जागरण का शंखनाद

अंक : फरवरी/मार्च-2025

ब्रज संवाद

मासिक

वर्ष-9, अंक- 12, माघ-फाल्गुन-चैत्र, वि.सं. 2081,

युगाब्ध 5126, फरवरी-मार्च-2025, आगरा (ब्रज प्रान्त) मूल्य- 10 रु.

संरक्षक मंडल

कृपाशंकर

पदम सिंह

शशांक भाटिया

केशव कुमार शर्मा

सम्पादक

विजय कुमार गोयल

सह सम्पादक

मधुकर चतुर्वेदी

प्रसार व्यवस्थापक

डॉ. आदेश कुमार तिवारी

आर.एन.आई. नं. UPHIN/2016/11717

केवल व्यक्तिगत उपयोग हेतु

सहयोग राशि वार्षिक

100 रूपये मात्र

सभी पद अवैतनिक हैं।

पुस्तक में प्रकाशित लेख एवं विचार लेखकों के अपने हैं, उनसे हमारा सहमत होना आवश्यक नहीं है।

पत्रिका संबंधी कानूनी कार्यवाही का कार्यक्षेत्र आगरा न्यायालय होगा।

अनुक्रमणिका

1. सम्पादकीय	04
2. महाशिवरात्रि का महात्म्य	05
3. होली पर ब्रज में हरियारों पर बरसता....	07
4. लैंगिक समानता और नारीशक्तिकरण में....	08
5. ...त्यौं मलिच्छ वंश पर, शेर शिवराज है	09
6. राष्ट्र निर्माण का आधार है पंच परिवर्तन विचार	10
7. भारत माँ (कविता)	11
8. भारत माता का अंग्रेज सपूत - दीनबन्धु	12
9. उत्तराखण्ड में लागू हुई समान नागरिक संहिता	13
10. हार्ट अटैक से बचाव	14
11. नीलिमा की दुविधा	15
12. गाय बची तो किसान बचेगा	16
13. अखण्ड भारत की स्वतंत्रता के लिए...	17
14. बसंत पंचमी पर हुई राधास्वामी मत की स्थापना	18
15. हमहु नहा लये कुम्भ....	19
16. मत चूको चौहान	20
17. मेरा शरीर मेरी जिम्मेदारी	21
18. जल प्रदूषण और हम	22
19. विवाह समारोह : अपव्यय और दिखावा	22

सुधी पाठकों से आग्रह कि अपने लेख/सुझाव टाइप करके अथवा शुद्ध हिन्दी में लिखकर साधारण डाक से कार्यालय के पते पर या ई-मेल अथवा व्हाट्स एप पर भेजने का कष्ट करें जिनको हम ब्रज संवाद पत्रिका में प्रकाशित किया जायेगा।

website : www.vskbraj.org

E-mail : brajsamvad2018@gmail.com

प्रकाशक : डॉ. मुनीश्वर गुप्ता द्वारा विश्व संवाद केन्द्र के लिए 2, गोविन्द नगर, साकेत कॉलोनी, आगरा-282010 से प्रकाशित एवं मुद्रक कौशल कुमार शर्मा, श्रुति प्रिंटर्स, गोकुलपुरा आगरा से मुद्रित।
संपादक : विजय कुमार गोयल, फोन नं. 0562-2210183, मो. 8192096767, 9412170740



कुंभ एक अलौकिक आध्यात्मिक परंपरा है जो सैकड़ों वर्षों से अनवरत चली आ रही है। यह विश्व का सबसे बड़ा आध्यात्मिक, सांस्कृतिक और सामाजिक समागम है। इसमें जात-पात, ऊँच-नीच, गरीब-अमीर, देशी-विदेशी सभी का भेद भुलाकर हर कोई त्रिवेणी में पवित्र स्नान करके अमृतपान कर रहा है। जीवन में किये गये जाने-अनजाने पापों से मुक्ति की एक शांति की अनुभूति कर रहा है। स्नानार्थी को इस बात की कतई भाव नहीं है कि उसके साथ में कोई गरीब या दलित स्नान कर रहा है या कोई बड़ा राजनेता, बड़ा उद्योगपति अथवा कोई विदेशी भक्त स्नान कर रहा है। उसे तो बस चिंता है अपनी भक्ति से सरोबार 144 वर्ष बाद आए उस शुभ धड़ी के पवित्र अमृत स्नान की जो उसे अपने जीवनकाल में प्राप्त हो रहा है और प्रभु में उसकी धार्मिक आस्था के कारण उसे यह सौभाग्य प्राप्त हुआ है।

लगभग 45 दिन तक चलने वाले महाकुंभ में लगभग 70 करोड़ के आस-पास देशी और विदेशी भक्तों ने पवित्र स्नान किया। किसी भी देश की जनसंख्या से ज्यादा लोगो ने तीन अमृत स्नान - मकर संक्रांति, मौनी अमावस्या और बसंत पंचमी के पर्व पर डुबकी लगाकर अपने आपको धन्य किया और भारतीय आध्यात्मिक, सांस्कृतिक और सामाजिक एकता की पुष्टि की।

इस महाकुंभ में देशभर से आए 13 प्रमुख अखाड़े के अनेकों नागा साधुओं के आमजन ने दर्शन किये। ऐसे साधु जो दुनिया से बिल्कुल अलग है, जिन्होंने अपनी मृत्यु पर होने वाले पिंडदान को अपने जीवित रहते ही कर दिया है और घोषणा कर दी है कि अब उनका संसार की किसी भी परंपरा से कोई भौतिक नाता नहीं है। महाकुंभ स्नान के बाद ये सभी साधु सुदूर हिमालय की गुफाओं में, घने जंगलों में कहां चले जाते हैं, कोई नहीं जानता। उनकी जीवन शैली में बस ईश्वर से संबंध स्थापित करने का उद्देश्य रह जाता है। उनके दर्शन होना, इस कुंभ में अनेकों तीर्थयात्रियों को सौभाग्य प्राप्त हुआ।

इस दिव्य, भव्य, पवित्र महाकुंभ में भारत की राष्ट्रपति द्रोपदी मुर्मू, उपराष्ट्रपति जगदीप घनगड़ के अलावा प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी, गृहमंत्री अमित शाह, मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ (पूरे मंत्रीमण्डल सहित), रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह के साथ-साथ लगभग सभी राजनेताओं ने पवित्र स्नान किया। इसके अलावा विदेशी मेहमानों में भूटान नरेश जिग्मे खेसर नमग्याल बांगचुक, जापान, अर्जेंटीना और लिथुआनिया के राजदूत सहित अनेकों विदेशी राजदूतों, वरिष्ठ नेता भी अमृत स्नान कर अभिभूत हुए। इसके अलावा अनेकों फिल्म, खेल जगत की हस्तियों और प्रमुख उद्योगपतियों ने भी महाकुंभ में पवित्र स्नान का अवसर प्राप्त किया, जिनमें प्रमुख हैं- फिल्म कलाकार अक्षय कुमार, अनुपम खेर, मिलिंद सोमण, हेमा मालिनी, राजकुमार राव, सुनील शेट्टी, अभिनेत्री कैटरीना कैफ, नीना गुप्ता, बैडमिंटन खिलाड़ी सायना नेहवाल, क्रिकेटर सुनील गावस्कर, क्रिकेटर अनिल कुंबले, क्रिकेटर सुरेश रैना, देश के सबसे धनाढ्य उद्योगपति मुकेश अंबानी बेटे-बहुओं सहित एवं बिहार के राज्यपाल आरिफ मोहम्मद खान, मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार आदि प्रमुख हैं। कुल मिलाकर विश्व के सबसे बड़े आध्यात्मिक, सांस्कृतिक और सामाजिक महापर्व का समापन हो गया है लेकिन इससे पैदा हुई आस्था और सनातन परंपरा की अनुगूंज आने वाले सैकड़ों वर्षों तक गूंजती रहेगी- निश्चित रूप से श्रद्धालु यहां से केवल पापों को नष्ट करने वाले पवित्र स्नान के सकारात्मक विचार को ही साथ लेकर नहीं गये हैं बल्कि अपने साथ पारिवारिक सौहार्द, समरसता संदेश और अक्षय आशीर्वाद की शांति भी साथ लेकर गये हैं।

ब्रज संवाद परिवार की ओर से समस्त पाठकों को भारतीय नववर्ष की मंगल कामनाएं।

॥ भारत माता की जय॥

विजय कुमार गोयल
संपादक

महाशिवरात्रि भगवान शिव का भव्य उत्सव है, जो फाल्गुन मास की चतुर्दशी को मनाया जाता है। पौराणिक कथा के अनुसार, फाल्गुन मास के कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी पर भगवान शिव प्रथम बार शिवलिंग के स्वरूप में प्रकट हुए थे। प्राचीन ग्रंथों के अनुसार, 01 वर्ष में 04 प्रमुख शिवरात्रि होती हैं। पहली महाशिवरात्रि, दूसरी नित्य शिवरात्रि, तीसरी मासिक शिवरात्रि एवं चौथी सावन शिवरात्रि।

हिन्दू धर्म के अनुसार, वर्ष में 12 मासिक शिवरात्रि आती हैं। प्रत्येक माह के कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी को



मासिक शिवरात्रि मनाई जाती है। फाल्गुन मास में आने वाली शिवरात्रि को महाशिवरात्रि करते हैं।

कश्मीर में शैव मतावलम्बी लोग इस त्यौहार को हर रात्रि कहते हैं। वहीं सामान्य बोलचाल में इसे हेराथ या हेनथ भी कहा जाता है।

हिन्दू पौराणिक कथाओं के अनुसार, महाशिवरात्रि वह रात है, जब भगवान शिव ने सृजन, संरक्षण और विनाश का ब्रह्माण्डीय नृत्य किया था, जिसे ताण्डव के नाम से जाना जाता है।

प्रथम बार शिव के ज्योतिर्लिंग में प्रकट होने पर इसे महाशिवरात्रि के रूप में मनाया गया, वहीं एक अन्य कथा के अनुसार, महाशिवरात्रि पर भगवान शिव और देवी पार्वती का मिलन हुआ था। फाल्गुन माह में कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी पर भगवान शिव ने वैराग्य त्याग कर देवी पार्वती संग विवाह किया था और गृहस्थ जीवन में प्रवेश किया था।

हिन्दू मान्यताओं के अनुसार, शिवरात्रि की रात को ही भगवान शिव ने घातक 'कालकूट विष' पिया था, जिससे वह पृथ्वी पर गिरकर सबकुछ नष्ट न कर दे।

शिवजी के इस स्वैच्छिक कार्य ने न केवल पृथ्वी को पूर्ण विनाश से बचाया बल्कि सृष्टि में मानव कल्याण का श्रेष्ठ उदाहरण प्रस्तुत किया।

शिवजी ने मां पार्वती को शिवरात्रि के व्रत का विधान बताकर यह कथा सुनाई थी -

शिवपुराण के अनुसार, एक समय में चित्रभानु नामक शिकारी शिकार करके अपने परिवार का पालन-पोषण करता था। उस पर साहूकार का कर्ज था। समय से कर्ज चुकता न करने के कारण साहूकार ने उसे बन्दी बना लिया। उस दिन महाशिवरात्रि थी। दिनभर वह भूखे-प्यासे रहते हुए भगवान शिव का स्मरण करता रहा व दिन गुजर गया। शाम को साहूकार ने उसे कर्ज चुकाने के लिए अगले एक दिन का समय और दिया व छोड़ दिया।

तब चित्रभानु भूख-प्यास से व्याकुल होकर जंगल में शिकार खोजने लगा। देखते-देखते शाम और फिर रात हो गई। तब वह तालाब के पास एक बेल के पेड़ पर चढ़ गया और रात बीतने की प्रतीक्षा करने लगा। उस बेल के पेड़ के नीचे शिवलिंग था। चित्रभानु अनजाने में बेलपत्र तोड़-तोड़कर नीचे गिरा रहा था, जो शिवलिंग पर गिर रहे थे। इस प्रकार, संयोगवश वह दिनभर भूखा-प्यासा रहा और उसका व्रत हो गया। शिवलिंग पर बेलपत्र गिरने से उसकी शिव आराधना भी हो गई।

रात बीतने पर एक गर्भवती हिरणी तालाब किनारे पानी पीने आई। वह धनुष-बाण से उसका शिकार करने के लिए तैयार हो गया। उस हिरणी ने चित्रभानु को देखा और कहा - वह गर्भवती है, जल्द ही प्रसव करेगी। उसने शिकारी को वचन दिया कि वह प्रसव करने के पश्चात् स्वतः शिकार हेतु आ जाएगी। शिकारी ने उसे जाने दिया। इस दौरान प्रत्यंचा चढ़ाने व ढीली करते समय कुछ बेलपत्र शिवलिंग पर गिर पड़े। इससे प्रथम पहर की शिव-पूजा हो गई।

कुछ समय पश्चात एक और हिरणी वहां से जा रही थी। शिकारी खुश होकर उसके शिकार हेतु तैयार हो गया। हिरणी ने शिकारी से निवेदन किया, मैं थोड़ी देर पहले ही ऋतु से निवृत्त हुई हूँ, कामातुर विहरणी हूँ। अपने प्रिय की खोज में भटक रही हूँ। मैं अपने पति से मिलने के बाद शीघ्र तुम्हारे पास आ जाऊंगी। शिकारी ने उसे भी जाने दिया। रात्रि का आखिरी पहर बीत रहा था। इस बार भी कुछ बेलपत्र टूटकर शिवलिंग पर गिरे, जिसमें दूसरे पहर की भी पूजा हो गई।

तभी एक और हिरणी अपने बच्चों के साथ वहां से गुजरती हुई दिखी। तब शिकारी से उसने कहा - मैं इन बच्चों को इनके पिता के हवाले करके लौट आऊं, तब मेरा शिकार कर लेना। हिरणी के वचन देने पर शिकारी ने उसे भी छोड़ दिया और अनजाने में ही उसकी शिवरात्रि की पूजा हो गई। उपवास व रात्रि जागरण भी

हो गया। इसी बीच एक हिरण वहां से गुजरा, तब शिकारी ने उसके शिकार का निश्चय कर लिया। चित्रभानु की प्रत्यंचा देखकर हिरण ने उससे निवेदन करते हुए कहा कि यदि तुमने मेरे बच्चों व पत्नी का शिकार कर लिया हो, तो उसे भी मार दो, ताकि उसे वियोग में दुखी न होना पड़े और अगर उनको जीवनदान दिया है, तो कुछ समय के लिए उसे भी जीवनदान दे दो, ताकि वह उनसे मिलकर दोबारा वापस आ सके।

हिरण की बातें सुनकर शिकारी के मन में रात्रि का पूरा घटनाक्रम सामने आ गया। जब इसने सारा घटनाक्रम हिरण को बताया तो हिरण ने बताया कि तीनों हिरणियां उसकी पत्नियां हैं। जिस प्रकार वे तीनों प्रतिज्ञबद्ध होकर गई हैं, उसकी मृत्यु से वे अपने धर्म का पालन नहीं कर पाएंगी। जिस प्रकार तुमने उन तीनों पर विश्वास करके जाने दिया, वैसे ही उसे भी जाने दो। वह अपने परिवार के साथ जल्द ही यहां उपस्थित हो जाएगा।

चित्रभानु ने उसे भी जाने दिया। शिवरात्रि व्रत और पूजा होने से उसका मन निर्मल हो गया। उसके अन्दर भक्ति की भावना जाग्रत हो गई। कुछ समय पश्चात् वह हिरण वचनानुसार अपने परिवार के साथ शिकारी के सामने उपस्थित हो गया। उन जीवों की सत्यनिष्ठा, सात्विकता एवं प्रेम-भावना को देखकर चित्रभानु को आत्मग्लानि हुई। उसने हिरण के उस पूरे परिवार को जीवनदान दे दिया। अनजाने में ही सही, शिवरात्रि का व्रत करने से चित्रभानु को मोक्ष मिला। मृत्यु के बाद शिवगण उस शिकारी को शिवलोक ले गए।

शिवजी के निराकार रूप से साकार रूप में अवतरण की रात्रि ही महाशिवरात्रि कहलाती है। वे हमें काम, क्रोध, मोद, लोभ, मत्सर आदि विकारों से मुक्त करके परम सुख-शांति व ऐश्वर्य प्रदान करते हैं।

(लेखक आम्बेडकर वि.वि. में कला पाठ्यक्रम के छात्र हैं।)

होली पर ब्रज में हरियारों पर बरसता लठामार प्रेम

— अजय कुमार अग्रवाल, मथुरा

देश दुनिया मे प्रसिद्ध ब्रज की होली प्रेम और आनन्द की एक अनुपम अनुभूति जब भगवान श्री कृष्ण ने बृषभानु दुलारी राधारानी और गोप ग्वालियों के साथ होली खेली ।

हजारों वर्ष की होलिका दहन की परंपरा जिसमें सतयुग की कथा के अनुसार राक्षस हिरण्यकश्यप के पुत्र रूप में भक्त प्रह्लाद का जन्म होता है और राक्षस हिरण्यकश्यप प्रह्लाद को मारने के प्रयास पर प्रयास करता है। उसी क्रम में छोटे बालक भक्त प्रह्लाद को जलाने की मंशा से उसकी बुआ होलिका अग्नि में बैठ जाती है। वह दिन था फाल्गुन मास की पूर्णिमा का दिन और प्रह्लाद तो सकुशल बच जाता है लेकिन होलिका का शरीर उस अग्नि में समाप्त हो जाता है। समस्त पृथ्वी पर खुशी और आनन्द का वातावरण छा जाता है। ऐसा पौराणिक कथाओं में होली का वर्णन आता है।

उसी प्रेम की परंपरा को लगभग पांच हजार वर्ष पहले भगवान श्रीकृष्ण ने ब्रज में पुनः स्थापित किया। आज ब्रज में फूलों की होली, लठामार होली और लड्डु होली का प्रचलन है। नन्दगाँव के कृष्ण कन्हैया और बरसाने की राधारानी ने प्रेम की जो अनूठी परम्परा बनाई वह आज भी उसी प्रकार चल रही है।

ब्रज में होली की शुरुआत बसंत पंचमी से यानि चालीस दिन पहले से हो जाती है। जिसे ब्रजभाषा में होली का डंडा गढ़ना कहते हैं। ब्रज के मंदिरों में टेशू के फूलों का रंग और गुलाल से होली खेलने की परंपरा आज भी है।

विश्व प्रसिद्ध बरसाने की लठामार होली - लठामार होली में मुख्यतः नंदगाँव के पुरुष और बरसाने की महिलाएं भाग लेती हैं, क्योंकि कृष्ण नंदगाँव के थे और राधा बरसाने की थीं। नंदगाँव की टोलियाँ जब

पिचकारियाँ लिए बरसाना पहुँचती हैं तो उनपर बरसाने की महिलाएँ खूब लाठियाँ बरसाती हैं। पुरुषों को इन लाठियों से बचना होता है और साथ ही महिलाओं को रंगों से भिगोना होता है। नंदगाँव और बरसाने के लोगों का विश्वास है कि होली का लाठियों से किसी को चोट नहीं लगती है। अगर चोट लगती भी है तो लोग घाव पर मिट्टी मलकर फिर शुरु हो जाते हैं। इस दौरान भाँग और ठंडाई का भी खूब इंतज़ाम होता है। कीर्तन मण्डलियाँ 'कान्हा बरसाने में आई जइयो बुलाए गई राधा प्यारी', 'फाग खेलन आए हैं नटवर नंद किशोर' और 'उड़त गुलाल लाल भए बदरा' जैसे गीत गाती हैं। कहा जाता है कि 'सब जग होरी, जा ब्रज होरा' यानी ब्रज की लठामार होली सबसे अनूठी होती है। आइए जानते हैं।

इस वर्ष ब्रज में कब कहाँ होली की धूम रहने वाली है। 28 फरवरी 2025 यानी महाशिवरात्रि के शुभ अवसर पर बरसाना के श्रीराधारानी के मंदिर रंगोत्सव मनाया जाएगा। 7 मार्च 2025 को नंदगाँव में फाग आमंत्रण उत्सव होगा।

08 मार्च को बरसाना में लठामार होली होगी। 10 मार्च यानी रंगभरी एकादशी के दिन बांके बिहारी मंदिर वृन्दावन और श्रीकृष्ण जन्मस्थान मथुरा पर होली खेली जाएगी। 11 मार्च को गोकुल के रमणरेती में होली का उत्सव मनाया जाएगा। 13 मार्च को होलिका दहन होगा। 14 मार्च को पूरे ब्रज में होली का पर्व मनाया जाएगा। 15 मार्च को बलदेव में दाऊ जी का हुरंगा। 22 मार्च को वृन्दावन में रंगनाथ जी मंदिर में होली का उत्सव मनाया जाएगा।

(लेखक समाज चिंतक, स्वतन्त्र पत्रकार हैं।)



लैंगिक समानता और नारी सशक्तिकरण में गति की आवश्यकता

— संजय गुप्त

संपूर्ण विश्व में सभी देशों में महिलाओं की समानता में बाधा डालने वाले पूर्वाग्रहों और प्रणालीगत बाधाओं को दूर करने के प्रयासों को तीव्र गति देने के उद्देश्य से अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस 2025 को 'कार्रवाई में तेज़ी लाना' के थीम पर कार्य करने के लिए कहा गया है। यह थीम महिलाओं की समानता को बढ़ाने के लिए तेज़ कदम उठाने की आवश्यकता पर बल देती है।

28 फरवरी सन 1909 को अमेरिका में सोशलिस्ट पार्टी के आह्वान पर अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस



सर्वप्रथम मनाया गया। सन 1910 में सोशलिस्ट इंटरनेशनल के कोपेनहेगन सम्मेलन में प्रसिद्ध जर्मन एक्टिविस्ट क्लारा जेटकिन के प्रयासों से इसे अंतरराष्ट्रीय दर्जा दिया गया और सार्वजनिक अवकाश की घोषणा भी की गई। इसका प्रमुख ध्येय महिलाओं को वोट देने का अधिकार दिलवाना था, क्योंकि उस समय अधिकतर देशों में महिला को वोट देने का अधिकार नहीं था। कुछ वर्षों के बाद यह फरवरी के अंतिम रविवार को मनाया जाने लगा।

सन 1917 में रूस की महिलाओं ने, महिला दिवस पर रोटी और कपड़े के लिये हड़ताल पर जाने का फैसला किया, यह हड़ताल भी ऐतिहासिक थी। जार

की सत्ता का पतन हुआ और फिर अंतरिम सरकार ने महिलाओं को वोट देने का अधिकार दिया। उस समय रूस में जुलियन कैलेंडर चलता था और बाकी दुनिया में ग्रेगेरियन कैलेंडर। इन दोनों की तारीखों में कुछ अन्तर है। जुलियन कैलेंडर के अनुसार सन 1917 की फरवरी का अंतिम रविवार 23 फरवरी को था, जब की ग्रेगेरियन कैलेंडर के अनुसार उस दिन 8 मार्च थी। वर्तमान समय में पूरे विश्व में में (रूस में भी) ग्रेगेरियन कैलेंडर चलता है। इसी लिये 8 मार्च महिला दिवस के रूप में मनाया जाने लगा।

अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस, महिलाओं की सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक और सांस्कृतिक उपलब्धियों के आंकलन करने तथा महिलाओं के अधिकारों के प्रति जागरूकता बढ़ाने और लैंगिक समानता हासिल करने के संघर्ष को याद करने का भी अवसर होता है।

भारत में यद्यपि राष्ट्रीय महिला दिवस 13 फरवरी को भारत कोकिला सरोजिनी नायडू के जन्म दिवस पर मनाया जाता है, लेकिन अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस पर भी अनेक कार्यक्रम आयोजित किए जाते हैं। इनमें लैंगिक असमानता और नारी सशक्तिकरण के विषय में चर्चा होती है। हमारे देश की महिलाएं अब देश विदेश में अनेक कीर्तिमान स्थापित कर रही हैं, शिक्षा के प्रसार से उनमें जागरूकता भी आई है। लेकिन अभी भी बहुसंख्यक महिलाओं को शिक्षित किए जाने और उनके मानसिक विकास के लिए प्रयासों में गति प्रदान करने की आवश्यकता है। यही इस वर्ष के अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस की थीम भी है।

(लेखक कवि एवं स्तंभकार हैं।)

...त्यों मलिच्छ वंश पर, शेर शिवराज है

—डॉ. पंकज नगाइच

शिवाजी महाराज का जन्म 19 फरवरी 1630 में शिवनेरी दुर्ग में हुआ था। इनके पिता का नाम शाहजी भोसलें और माता का नाम जीजाबाई था। शिवनेरी दुर्ग पुणे के पास है। उनकी माता ने उनका नाम भगवान शिवाय के नाम पर शिवाजी रखा। शिवाजी महाराज का विवाह 14 मई 1640 में सईबाई निम्बलाकर के साथ लाल महल, पूना (पुणे) में हुआ था।

वर्ष 1659 में, आदिलशाह ने अपने सबसे बहादुर सेनापति अफजल खान को शिवाजी को मारने के लिए भेजा। शिवाजी और अफजल खान 10 नवम्बर 1659 को प्रतापगढ़ के किले के पास एक झोपड़ी में मिले। दोनों के बीच एक शर्त रखी गई कि वह दोनों अपने साथ केवल एक ही तलवार लाए। शिवाजी को अफजल खान पर भरोसा नहीं था और इसलिए शिवाजी ने अपने



कपड़ों के नीचे कवच डाला और अपनी दाईं भुजा पर बाघ नख रखा और अफजल खान से मिलने चले गए। अफजल खान ने शिवाजी के ऊपर वार किया लेकिन अपने कवच की वजह से वह बच गए, और फिर शिवाजी ने अपने बाघ नख से अफजल खान पर हमला कर दिया। हमला इतना घातक था कि अफजल खान बुरी तरह से घायल हो गया, और उसकी मृत्यु हो गई। इसके बाद शिवाजी के सैनिकों ने बीजापुर पर आक्रमण कर दिया। 3 अप्रैल, 1680 में लगातार तीन सप्ताह तक बीमार रहने के बाद 50 वर्ष की अल्प आयु में यह वीर हिन्दू सम्राट सदा के लिए इतिहास में अमर हो गया। शिवाजी महाराज एक वीर पुरुष थे, जिन्होंने अपना पूरा जीवन मराठा, हिन्दू साम्राज्य के लिए समर्पित कर दिया।

शिवाजी महाराज का आगरा से रिश्ता

छत्रपति शिवाजी महाराज की 395वीं जयंती 19 फरवरी को मनाई जाती है। 6 जून 1674 को रायगढ़ में हिन्दवी स्वराज्य की नींव रखने वाले छत्रपति शिवाजी महाराज औरंगजेब से मिलने उनके दरबार में आए थे। इतिहासकार जदुनाथ सरकार ने अपनी पुस्तक 'औरंगजेब' में शिवाजी की आगरा यात्रा का वर्णन किया है। राजा जयसिंह से पुरंदर की संधि के बाद शिवाजी अपने दल के साथ 11 मई 1666 को आगरा पहुंचे थे। आगरा की सीमा पर सेवला के निकट स्थित मुलकचंद की सराय पर उन्होंने डेरा डाला था। यह सराय वर्तमान में सेवला क्षेत्र ग्वालियर रोड पर स्थित है। 12 मई को शिवाजी, औरंगजेब के आगरा केला के दीवान-ए-खास में लगे दरबार में गये। यहां यथाचित सम्मान नहीं मिलने पर वह नाराजगी जताकर चले गये। शिवाजी को राजा जयसिंह के छोटे बेटे रामसिंह की छावनी के निकट सिद्दी फौलाद खाँ की निगरानी में नजरबंद करने का आदेश औरंगजेब ने किया। 16 मई, 1666 को शिवाजी को रदंदाज खाँ के मकान पर ले जाने का आदेश किया गया। इस बीच शिवाजी ने बीमारी का बहाना बनाकर गरीबों को फल बांटना शुरू कर दिये।

18 अगस्त को उन्हें रामसिंह की छावनी के निकट शहर के बाहर स्थित फिदाई हुसैन की टीले पर स्थित हवेली में रखने का आदेश औरंगजेब ने किया। 19 अगस्त, 1666 को यही से शिवाजी अपने पुत्र संभाजी के साथ फलों व मिठाइयों की टोकरी में बैठकर निकल गये। उनकी जगह पलंग पर हीरोजी फरजंद लेटे रहे। औरंगजेब को इसका पता अगले दिन चला तो वह हाथ मलता रह गया। जदुनाथ की पुस्तक के अनुसार छत्रपति शिवाजी महाराज आगरा किले में 101 दिन रहे थे।

(लेखक वरिष्ठ चिकित्सक एवं आई.एम.ए. के अध्यक्ष हैं।)

राष्ट्र निर्माण का आधार है पंच परिवर्तन विचार

— केशव देव शर्मा

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ समाज जीवन में सकारात्मक परिवर्तन एवं राष्ट्र निर्माण की प्रक्रिया में पिछले 99 वर्षों से निरंतर कार्य कर रहा है। भारतीय समाज में अनुशासन और देशभक्ति के भाव को और अधिक गति प्रदान करने के उद्देश्य से परम पूज्य सरसंघचालक डॉ. मोहन भागवत जी ने अपने विजयदशमी उद्बोधन में पंच परिवर्तन का आह्वान किया था ताकि अनुशासन और देशभक्ति से ओतप्रोत युवा पीढ़ी अपने देश को आगे बढ़ाने में अपना सक्रिय योगदान प्रदान करें, जो राष्ट्र निर्माण की एक मजबूत आधारशिला बनेगी।

इस पंच परिवर्तन में पांच आयाम सम्मिलित किए गए हैं:-

1. स्व का बोध अर्थात् स्वदेशी जागरण,
2. नागरिक कर्तव्यों का पालन,
3. कुटुंब प्रबोधन,
4. पर्यावरण संरक्षण एवं
5. सामाजिक समरसता।

इस पंच परिवर्तन प्रक्रिया को समाज के निचले स्तर तक सुचारू रूप से लागू करके समाज जीवन में बहुत बड़ा सकारात्मक परिवर्तन लाया जा सकता है। यह पंच परिवर्तन भारत में उभरती अनेकों चुनौतियों का भी समाधान करने में समर्थ है। इन विषयों को व्यक्तियों, परिवारों और संघ की शाखाओं में प्रचारित और प्रसारित करने की आवश्यकता तो है ही लेकिन समूचे समाज में निचले स्तर तक आग्रह पूर्वक लागू करने की भी तीव्र आवश्यकता है।

यह केवल चिंतन और अकादमिक बहस का विषय नहीं है बल्कि सीधी कार्यवाही और व्यवहार का विषय है। जितना अधिक समाज जीवन में इसके विभिन्न पहलुओं पर आग्रह रहेगा उतना ही व्यवहारिक पक्ष इसके प्रचलन को सहजता से स्वीकार करता

जाएगा। सामाजिक व्यवहार में हम सब इन पांचो विचारों को अच्छे से जानते हैं लेकिन फिर भी कुछ लापरवाही में और कुछ सामाजिक व्यवस्थाओं के मकड़जाल में फंसे रहने के कारण व्यवहार में ला नहीं पाते हैं, बस यही एक आग्रह है कि हमें अपने आसपास के परिवारों में, समाज में इनकी आदत डलवानी होगी, समाज स्वतः ही आगे बढ़ता चला जाएगा।

स्व का बोध अर्थात् स्वदेशी के आचरण का सच हमारे समाज में कौन नहीं जानता? हमारी परंपराओं और स्व की संस्कृति की पहचान होने से हमें गौरव का एहसास होता है। स्वदेशी का आचरण का प्रमुख पक्ष है घर के अंदर भाषा, वेशभूषा, भजन, भवन, भ्रमण, ये सब अपने स्वदेशी हों, अपनी परंपराओं के अनुसार ही हों, जो देश में बनता है, उसी का प्रयोग करना। जो नहीं बनता, उसके बिना काम चलाना। जीवन चलाने के लिए जो बहुत ही आवश्यक है तो ही उसे विदेश से लेना।

पंच परिवर्तन का दूसरा महत्वपूर्ण आयाम है **नागरिक कर्तव्यों का पालन**। हर देश की अपनी एक कानून व्यवस्था और नागरिक कर्तव्य का पालन करना उसे देश के नागरिकों का सामाजिक व्यवहार कहलाता है। समाज जीवन में हम सभी सुख पूर्वक रह सकें इसके लिए हर नागरिक को हर छोटी-बड़ी बातों में सामाजिक अनुशासन का परिचय देना चाहिए। हम सभी भारतवासियों का संविधान की प्रस्तावना, मार्गदर्शक तत्व, नागरिक कर्तव्य और नागरिक अधिकारों की जानकारी होनी चाहिए तथा हमें उन पर ईमानदारी से चलना चाहिए।

इसी क्रम में अगला आयाम है **कुटुंब प्रबोधन**। भारतीय संस्कृति में संयुक्त परिवार न केवल राष्ट्र और समाज की स्थिरता की आधारशिला है बल्कि विश्व

कल्याण के लिए भी रास्ता दिखाता है। जब हम 'वसुधैव कुटुंबकम' के सिद्धांत पर चलकर संपूर्ण विश्व को दिशा प्रदान करते हैं, तो अपने ही देश में अपने परिवारों में विघटन के जहर को फैलने से रोकना हमारा प्रथम कर्तव्य है। परिवार जितना कमजोर होगा, परिवार की सुरक्षा और आवश्यकता प्रणाली उतनी ही लचर रहेगी। इसके लिये हमें अपने परिवार में भजन और भोजन को सभी एकसाथ करें। परिवार की साप्ताहिक/मासिक बैठक हो जिसमें परिवार के सबसे छोटे सदस्य को भी अपने परिवार का गौरवशाली इतिहास बताना चाहिए जिससे वे बड़े होकर अपने परिवार से विलग रहने की कल्पना भी नहीं करेगा और इस प्रकार परिवार व्यवस्था सशक्त बनेगी और परिवार के सशक्त होने के बाद समाज और देश भी सशक्त बनेगा।

पंच परिवर्तन का एक और महत्वपूर्ण पहलू है **पर्यावरण संरक्षण**। वर्तमान में उपभोग वादी तथा अधूरे वैचारिक आधार पर चलने वाली मानव की विकास यात्रा संपूर्ण सृष्टि के लिए विनाश का कारण बनती जा रही है। हमारे समाज में इसके प्रति सामाजिक सोच का विकास हो ऐसा हमारा प्रयास होना चाहिए। अपने सामान्य परिवारों में छोटे-छोटे कुछ कदम पर्यावरण संरक्षण में रचनात्मक कदम हो सकते हैं जैसे जल का न्यूनतम उपयोग और वर्षा के जल का संचय करना, दूसरा प्लास्टिक का उपयोग अपने दैनिक जीवन में न्यूनतम करना और तीसरे अपने घर आंगन तथा आसपास के क्षेत्र में हरियाली बढ़े इसके लिए प्रयास करना। जिससे समाज को शुद्ध प्राणवायु जिल सकेगी।

पंच परिवर्तन का अंतिम महत्वपूर्ण सोपान है **सामाजिक समरसता**। समाज के स्वस्थ और सशक्त होने की पहली शर्त है सामाजिक समरसता और समाज के सभी वर्गों में परस्पर सद्भाव। हम सभी को व्यक्तिगत तथा पारिवारिक स्तर से इस ओर ठोस पहल करनी होगी। सार्वजनिक प्रयोग के स्थान जैसे मंदिर,

पानी, शमशान आदि में सभी का प्रवेश और उपभोग बिना किसी भेदभाव के कर सके। विभिन्न अवसरों-त्योहार पर हम समाज के हर वर्ग के व्यक्तियों को अपने घर बुलाएं और हम उनके घर जाएं जिससे एक दूसरे के प्रति सम्मान का भाव बढ़े और सामाजिक समरसता की इमानदारी से स्थापना हो सके।

कुल मिलाकर राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ का शताब्दी वर्ष में हम समाज जीवन में इन पंच परिवर्तनों को लोकप्रिय बनाते हुए अपने कदम आगे बढ़ाएंगे तो निश्चित रूप से राष्ट्र निर्माण के पुनीत कार्य में हम सभी का एक सार्थक योगदान रहेगा, जो आने वाली पीढ़ी को सदियों तक स्मरण रहेगा।

(लेखक राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ, प्रचार विभाग, ब्रज प्रांत के प्रांत प्रचार प्रमुख हैं।)

कविता

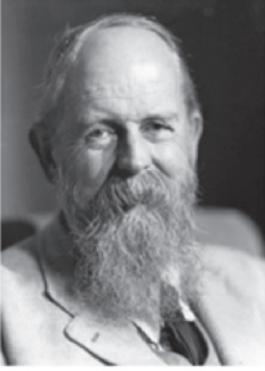
भारत माँ

— श्रीमती डॉ. रेखा कक्कड़

हे भारत माँ जय जननी,
जय जन्मभूमि, जय मातृभूमि,
तेरा कोटि कंट से करें हम,
अभिनंदन वंदन, अभिनंदन।
तेरे ही वीर सपूतों ने,
तेरी ही वीरांगनाओं ने,
फहरायी विजय पताखा नभ में,
बदल दिया आज इतिहास भूगोल,
हे भारत माता तेरी महिमा,
युग युग से न्यारी,
तेरा कोटि कंट से करें हम,
जय-जय वंदन अभिनंदन।
कभी आया था तूफान,
बह गया संघर्षों से,
लहराती हैं फसलें अब,
सोने सी क्यारी सी।
भारत की जन्मभूमि है पावन,
राम-कृष्ण, गौतम, वीर जवानों की,
मातृभूमि की करें आरती,
रहे सदा इसकी महिमा अविनाशी।
हे भारत माँ, जय जननी,
तेरा कोटि कंट से करें हम,
अभिनंदन वंदन, अभिनंदन, अभिनंदन।

भारत माता का अंग्रेज सपूत – दीनबन्धु सी.एफ. ऐण्डूज

– डॉ. निखिल चतुर्वेदी



परमात्मा की भौगोलिक भूल के कारण दीनबन्धु ऐण्डूज का जन्म भारत के बजाय इंग्लैण्ड के उत्तरी भाग में न्यू केंसिल ओन टाऊन नामक नगर में 12 फरवरी सन् 1871 में हुआ था। उनके पिता का नाम जान एडविन ऐण्डूज और

माता का नाम मेरी शारलोट था। ऐण्डूज ने कैंब्रिज विश्वविद्यालय की सर्वोच्च परीक्षा पास करने के बाद पैम्ब्रोक्क कालेज में फैलो बना लिये गये और थियोलोजी विभाग के वाइस प्रिंसिपल बन गये।

भारत के प्रति मि. ऐण्डूज का प्रेम बाल्यावस्था से ही था और मि. ऐण्डूज 20 मार्च, सन् 1964 को भारत आ पहुँचे, 20 मार्च को वे अपना द्वितीय जन्म दिवस मानते हैं। मि. ऐण्डूज कैंब्रिज मिशन के मिशनरी बनकर भारत आये थे और आते ही सेण्ट स्टीफेन्स कालेज में अध्यापक हो गये। मिशनरी मैनेजमेण्ट उनके अंग्रेज होने के कारण उन्हें ही प्रिंसिपल बनाना चाहते थे, लेकिन उन्होंने वर्ण भेद के कारण अस्वीकार कर दिया और कहा कि मैं वर्ण भेद की नीति कदापि सहन नहीं कर सकता और भारतीय प्रो० सुशील कुमार रूद्र को ही प्रिंसिपल बनाया गया। भारत के प्रति एंग्लोइंडियन व अंग्रेजों के घृणा के उपदेशों को उन्होंने कभी नहीं माना और वर्ण-विद्वेष को दूर से ही नमस्कार कर लिया।

मि. ऐण्डूज का झुकाव राष्ट्रीय आन्दोलन की ओर होने लगा और कलकत्ता में ही मि. गोखले और लाला लाजपत राय के व्यक्तित्व से प्रभावित हुए। सन् 1906 में जब लाला लाजपत राय को देश से निकालने का दण्ड दिया गया तो मि. ऐण्डूज ने सरकार के इस कार्य की निन्दा करते हुए सेण्ट स्टीफेन कालेज की डिवेडिंग सोसायटी में अपने ही सभापतित्व में निन्दात्मक प्रस्ताव

पारित कराया। लाला लाजपत राय के छूट आने पर भारतीय लोगों के साथ खुशी की दिवाली मनार्यी और सन् 1924 में उन्होंने मिशनरी नौकरी छोड़ दी।

जब सन् 1913 में दक्षिण अफ्रीका में महात्मा गांधी का सत्याग्रह चल रहा था। उस समय राजर्षि गोखले ने उस आन्दोलन की सहायता के लिए चन्दा किया। मि. ऐण्डूज ने गोखले की बड़ी सहायता की और अपनी कमाई का चार हजार रूपये गोखले को चन्दे के रूप में दे दिये और वे गोखले के आदेशानुसार दक्षिण अफ्रीका भी गये, जनरल स्मट्स के साथ समझौता कराने में महात्मा गांधी की सहायता की। सन् 1914 में आप दक्षिण अफ्रीका से दिल्ली आ पहुंचे और शान्ति निकेतन आ गये। तब से शान्ति निकेतन ही आपका घर है। रवीन्द्रनाथ टैगोर के साथ राष्ट्र कार्यों में साथ निभाया।

मि. ऐण्डूज की माता जब विलायत में मृत्युशय्या पर पड़ी थी, तब उन्होंने मि. ऐण्डूज को भारत से अपने पास बुलाया। मि. ऐण्डूज उन दिनों राजर्षि गोखले के साथ कार्य कर रहे थे और उन्होंने दक्षिण अफ्रीका में भारतीय स्त्री-पुरूषों के साथ हो रहे दुर्व्यवहार एवं कष्टों के निवारण में व्यस्त होने के कारण माता के पास जाने से इन्कार कर दिया और उनकी माता का देहान्त हो गया। तबसे ही स्नेहीमाता का ये सुहृदय पुत्र भारतमाता को ही अपनी माता समझकर उसकी सेवा में निरन्तर लगा हुआ है। जब अनेक अंग्रेज गवर्नरों, वायसरायों और साम्राज्यवादियों के नाम साम्राज्य के साथ विस्मृति के गर्भ में विलीन हो जायेगा, उस समय भी हम इस अंग्रेज का नाम भावी भारत सन्तान के कृतज्ञता पूर्ण हृदयपटल पर अमिट रूप में लिखा रहेगा। भारतीय स्वतंत्रता आन्दोलन में उनके अभूतपूर्व योगदान के लिए सेंट स्टीफन कॉलेज, दिल्ली के छात्रों एवं गांधी जी ने दीनबन्धु की उपाधि से सुशोभित किया। फिरोजाबाद (आगरा) से उनका गहरा सम्बन्ध रहा है।

(लेखक प्रख्यात शिशु एवं बाल रोग विशेषज्ञ हैं।)

उत्तराखण्ड में लागू हुई समान नागरिक संहिता

— महावीर सिंघल

देवभूमि उत्तराखण्ड समान नागरिक संहिता लागू करन वाला भारत का पहला राज्य बन गया है। यह कानून 27 जनवरी, 2025 को लागू हो गया है। इसमें महिला सुरक्षा को प्राथमिकता दी गई है। यह अनुसूचित जातियों/जनजातियों को छोड़कर संपूर्ण उत्तराखण्ड राज्य तथा राज्य से बाहर रहने वाले उत्तराखण्ड के समस्त निवासियों पर लागू होगा।

मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा कि कानून में किसी भी धर्म की मूल मान्यताओं और प्रथाओं को समाप्त नहीं किया गया है। इस कानून द्वारा सभी लोगों के लिए विवाह, तलाक और उत्तराधिकार के नियमों को समान किया गया है। सभी धर्म के लोग अपने-अपने रीति रिवाज के अनुसार विवाह रि सकते है। समान नागरिक संहिता लागू हो जाने के बाद सभी धर्म, जातिव पंथ के लोगों को समान अधिकार मिलने प्रारम्भ हो जायेंगे।

इस कानून की धाराओं के उल्लंघन पर कड़ी सजा का प्रावधान किया गया है। संपत्ति में सभी धर्मों की महिलाओं को समान अधिकार दिया गया है। सभी बच्चे, पुत्र अथवा पुत्री, संपत्ति में बराबर के अधिकारी बनाये गये हैं। यदि किसी व्यक्ति की वसीयत नहीं है और उसकी कोई संतान अथवा पत्नी नहीं है तो उत्तराधिकार के लिए रिश्तेदार को प्राथमिकता दी गई है।

लिव इन रिलेशनशिप का पंजीकरण अनिवार्य कर दिया गया है। लिव इन में पैदा हुए बच्चे को भी वैध संतान माना गया है। अब नये कानून के अंतर्गत लिव इन रिलेशनशिप कोई कोई भी पक्ष समाप्त कर सकता है। यदि किसी भी पंथ का कोई पुरुष अपनी पत्नी को छोड़ देता है तो वह उससे भरण पोषण की मांग कर

सकती हैं किसी एक पक्ष के नाबालिग अथवा विवाहित होने पर लिव इन की अनुमति नहीं दी जायेगी।

उत्तराखण्ड में लागू समान नागरिक संहिता विधेयक में पति की क्रूरता और विवाहेत्तर संबंधों पर पत्नी को भी तलाक का अधिकार दिया गया है। इस अधिनियम के अलावा किसी अन्य प्रथा/परंपरा के अंतर्गत तलाक मान्य नहीं होगा।

यह कानून उत्तराखण्ड के सभी नागरिकों को समान अधिकार और अवसर देगा, विशेषकर उन महिलाओं के सम्मान व अधिकारों की रक्षा होगा, जिन परंपराओंमें पुरुष वर्चस्व का चलन है। देवभूमि उत्तराखण्ड की मुस्लिम महिलाओं को अब तीन तलाक, बहुविवाह और हलाला जैसी बर्बर प्रथाओं से मुक्ति

मिलेगी। लिव इन रिलेशनशिप को लेकर जो व्यवस्था समान नागरिक संहिता में की गई है, उससे लव जिहाद में फंसकर अपने प्रणों तक की आहुति देने वाली बेटियों को भी एक बड़ा सुरक्षा कवच मिल गया है।

सुप्रीम कोर्ट ने कई अवसरों पर माना और कहा कि किन्द्र सरकार को एक समान नागरिक संहित लानी ही चाहिए, जिसे उत्तराखण्ड की सरकार ने पूर्ण कर दिखाया है। उत्तराखण्ड विधानसभा से समान नागरिक संहिता विधेयक पारित हो जाने के बाद अब उत्तर प्रदेश, राजस्थान, गुजरात, महाराष्ट्र, मध्यप्रदेश आदि अनेक प्रान्तों ने भी इसे लागू करने की तैयारी प्रारम्भ कर दी है।

(लेखक स्वतंत्र स्तम्भकार हैं।)



हार्ट अटैक से बचाव

— डॉ. अरविन्द बंसल

हमारे देश भारत में 3000 साल पहले एक बहुत बड़े ऋषि हुये थे महाऋषि वागवट। उन्होंने एक पुस्तक लिखी थी जिसका नाम है अष्टांग हृदयम और इस पुस्तक में उन्होंने बीमारियों को ठीक करने के लिए 7000 सूत्र लिखे थे।

यह उनमें से ही एक सूत्र है वागवट जी लिखते हैं कि कभी भी हृदय को घात हो रहा है मतलब दिल की नलियों में ब्लॉकेज होना शुरू हो रहा है, तो इसका मतलब है कि रक्त में अम्लता बढ़ी हुई है। अम्लता दो तरह की होती है। प्रथम पेट की अम्लता और द्वितीय

होती है रक्त की अम्लता। आपके पेट में अम्लता जब बढ़ती है तो आप कहेंगे पेट में जलन सी हो रही है, खट्टी-खट्टी डकार आ रही हैं, मुंह से पानी निकल रहा है और अगर ये अम्लता और बढ़ जाये तो हाइपरसिटी होगी और यही पेट की अम्लता बढ़ते-बढ़ते जब रक्त में आती है तो रक्त अम्लता होती है और जब रक्त में अम्लता बढ़ती है तो ये

अम्लीय रक्त दिल की नलियों में से निकल नहीं पाता और नलियों को अवरूद्ध कर देता है, तभी हृदयघात होता है इसके बिना हृदयघात नहीं होता और ये आयुर्वेद का सबसे बड़ा सच है। जिसको कोई डाक्टर आपको बताता नहीं क्योंकि इसका इलाज सबसे सरल है, इलाज क्या है? वागवट जी लिखते हैं कि जब रक्त में अम्लता बढ़ गई है तो आप ऐसी चीजों का उपयोग करो जो क्षारीय हैं आप जानते हैं दो तरह की चीजें होती हैं अम्लीय और क्षारीय। अब अम्ल और क्षार को मिला दो तो क्या होता है? न्यूट्रल होता है सब जानते हैं तो वागवट जी लिखते हैं कि रक्त की अम्लता बढ़ी हुई है तो क्षारीय चीजें खाओ तो रक्त की अम्लता न्यूट्रल हो जाएगी और रक्त में अम्लता न्यूट्रल हो गई तो हृदयघात की जिंदगी में कभी संभावना ही नहीं, अब आप पूछेंगे कि ऐसी कौन



सी चीजें हैं जो क्षारीय हैं और हम खायें? आपके रसोई घर में ऐसी बहुत सी चीजें हैं जो क्षारीय हैं, जिन्हें आप खायें तो कभी हृदयघात न हो और अगर हो गया है तो दुबारा न हो। यह हम सब जानते हैं कि सबसे ज्यादा क्षारीय चीज क्या हैं और सब घर में आसानी से उपलब्ध रहती हैं, तो वह है लौकी, जिसे दुधी भी कहते हैं। इसे आप सब्जी के रूप में खाते हैं, इससे ज्यादा कोई क्षारीय चीज ही नहीं है तो आप रोज लौकी का रस निकाल-निकाल कर पियो या कच्ची लौकी खाओ। वागवट जी कहते हैं रक्त की अम्लता कम करने की

सबसे ज्यादा ताकत लौकी में ही है तो आप लौकी के रस का सेवन करें। कितना सेवन करें? रोज 200 से 300 मिलीग्राम पियो। कब पियें? सुबह खाली पेट (मूत्रविसर्जन करने के बाद) पी सकते हैं या नाश्ते के आधे घंटे के बाद पी सकते हैं। इस लौकी के रस को आप और ज्यादा क्षारीय बना सकते हैं। इसमें 7 से 10 पत्ते तुलसी के डाल लो,

तुलसी बहुत क्षारीय है, इसके साथ आप पुदीने के 7 से 10 पत्ते मिला सकते हैं, पुदीना भी बहुत क्षारीय है, इसके साथ आप काला नमक या सेंधा नमक जरूर डालें, ये भी बहुत क्षारीय है, लेकिन याद रखें नमक काला या सेंधा ही डालें वो दूसरा आयोडीन युक्त नमक कभी न डालें, ये आयोडीन युक्त नमक अम्लीय है तो आप इस लौकी के जूस का सेवन जरूर करें।

2 से 3 महीने की अवधि में आपकी हृदय की सारी रूकावट को ठीक कर देगा, 21वें दिन ही आपको बहुत ज्यादा असर दिखना शुरू हो जाएगा। कोई आपरेशन की आपको जरूरत नहीं पड़ेगी। घर में ही हमारे भारत के आयुर्वेद से इसका इलाज हो जाएगा और आपका अनमोल शरीर और लाखों रूप आपरेशन के बच जाएँगे।

नीलिमा की दुविधा

— शरद गुप्त 'शरद'

लीलावती-कलावती की सत्यनारायण कथा की तरह शशिकांत जी की पत्नी सुमनलता ने भी बड़ी मन्नतों के बाद बेटी नीलिमा को जन्म दिया।

सुंदर कन्या नीलिमा चंद्र- कलाओं की तरह देखते-देखते बालपन से यौवन की देहरी पर जा पहुंची। नीलिमा ने बी.टेक. कर बेंगलोर में एक कम्पनी ज्वाइन कर ली, वहीं एक सहकर्मी मनीष से आँखे चार हो गयीं। एक-दूसरे को समझा- समझाया। जीवन साथी बनाना तय किया। दोनों की परिपक्व उम्र के कारण माता पिता के पास सहमति के अलावा कोई चारा भी न था। फिर क्या था ! चट मंगनी पट ब्याह। लेकिन नीलिमा ने अपने भावी पति और ससुराली जनों को एक शर्त पर राजी कर लिया था। वह शर्त थी कि शादी के बाद नीलिमा अपने माता-पिता को अपने वेतन में से प्रतिमाह आर्थिक सहायता प्रदान करेगी और दोनों का दोनों ही ख्याल रखेंगे। इकलौती होने के कारण नीलिमा ही, माँ व पिता जी का पूरा सहारा थी। सारे लाड़-प्यार दुःख-सुख आपस में तीनों में ही बंट जाते।

शशिकांत जी ने पूरी तैयारी के साथ भव्य शादी समारोह किया। विदाई का समय भी आ गया। विदाई के क्षणों में सारी सखी सहेलियां सुस्त थी, लेकिन माँ सुमन को बेटी विछोह ज्यादा ही महसूस हो रहा था। नीलिमा की मामी और बुआ खुद रोते-रोते सुमन को चुप करा रहीं थी। लेकिन नीलिमा बार-बार माँ से लिपट-लिपट कर जोर-जोर से रोये जा रही थी। माहौल बेहद भारी हो चला था। विदाई की रस्में भी पूरी हो चुकी थी। लेकिन नीलिमा शांत होने का नाम नहीं ले रही थी। उधर एक पर्दे के पीछे खड़े पिता शशिकांत की नेत्रों से जलधारा बह रही थी। बचपन से लेकर

कन्यादान रस्म तक का समय यूँ ही गुजर गया।

एक पिता का दर्द माँ के दर्द से कई गुना अधिक होता है किन्तु अंदर- अंदर घुटने वाला। खुद सह कर, सभी को हिम्मत देने वाला दर्द। लेकिन जैसे ही नीलिमा ने पूछा 'पापा कहाँ है?' किसी ने उन्हें पर्दे के पीछे देखा तो उन्होंने तुरंत दिल पर पत्थर रखकर अपनी लाल हुई आंखों के आंसू पोंछे और इस तरह बाहर आये, जैसे कुछ हुआ ही नहीं था। तभी वे जोर से बोले 'भाई ऐसा है! हमारी नीलिमा बिटिया ससुराल जाना नहीं चाहती। इसे कुंवर मनीष जी पसंद नहीं है।' 'यह शादी कैंसिल करता हूँ।'

फिर क्या था बेचारी नीलिमा की हालत देखने लायक थी। दूल्हे राजा मनीष ने भी अपने ससुर जी की हाँ में हाँ मिलाते हुए कहा 'ठीक है! मैं भी जा रहा हूँ। नीलिमा को मैं पसंद नहीं आया हूँ।' 'पापा जी ! आप ने मेरे बारे में सही निर्णय नहीं किया है।'

यह सुनकर रोती हुई नीलिमा दुविधा में आ गयी। एक तरफ बाबुल का घर छोड़ने की पीड़ा, दूसरी तरफ शादी का सामाजिक दायित्व। एक हाथ से आँख के आंसू को पोंछते हुए, दूसरे हाथ में मनीष का हाथ था। पिता के नाजुक दिल को और अधिक तड़फते नहीं देख सकती थी। पापा मम्मी को एक बार कसकर गले लगाया। फिर नीलिमा एकदम मुहँ फेर कर चल दी। अब पापा के साथ-साथ नीलिमा के दिल पर भी पत्थर आ चुका था।

(लेखक कवि एवं स्वतंत्र स्तंभकार हैं।)

अनमोल वचन

सही समय, श्रेष्ठ सोच एवं सार्थक प्रयास द्वारा जीवन के किसी भी क्षेत्र में सफलता प्राप्त की जा सकती है।

गाय बची तो किसान बचेगा

— अशोक अग्रवाल

भारत की संस्कृति, समृद्धि और सभ्यता का आधार गंगा, गौ, गायत्री, गीता और गुरु ही रही है। भारत की संस्कृति प्रकृति मूलक संस्कृति है। दुनिया के प्राचीनतम ग्रन्थ वेदों में कण-कण के प्रति अहोभाव की अभिव्यक्ति है। हमने सूर्य-चन्द्र, ग्रह-नक्षत्र, पशु-पक्षी, जीव-जन्तु, पेड़-पौधों को पूज्य माना है। प्रकृति का कण-कण हमें देता है। इसीलिए कण-कण में देवताओं का निवास माना है। इस प्राकृतिक संरचना में गाय को हमने विशेष दर्जा दिया है। उसे कामधेनु तथा संवदेवमयी गौ माता माना है।

वह हमें दूध, दही, घी, गोबर-गोमूत्र के रूप में पंचगव्य प्रदान करती है। सृष्टि की संरचना पंचभूत से हुई है। यह पिंड, यह ब्रह्माण्ड, पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु, आकाश रूप पंचभूतों के पांच तत्वों से बना है। इन पंचतत्वों का पोषण



और इनका शोधन गोवंश से प्राप्त पंचगव्यों से होता है। इसीलिए गाय को पंचभूत की माँ कहा गया है। 'मातरः सर्वं सुखप्रदाः।' इस प्रकार वह प्रकृति की माता है। वह गोबर से धरती को उर्वरा बनाती है। जल और वायु का शोधन करती है। हमें अग्नि व ऊर्जा प्रदान करती है। आकाश को निर्मल और पर्यावरण को शुद्ध रखती है। गोबर गाय का वर है। यानि वरदान है। वह सोना रूपी खाद है। गोबर में धन की देवी लक्ष्मी धरती में जब हम यह अमृत खाद डालते हैं तो धरती सोना उगलती है। हमें अमृत तुल्य पोषण तत्व प्रदान करती है। इसी प्राकृतिक देन से भारत सोने की चिड़िया बना। धन-धान्य सम्पन्न रहा। पर आज हम विपन्न क्यों बन गये? गरीबी की सीमा देखा से नीचे कंगाली के स्तर तक क्यों पहुँच गये। हमारे गांव जो कृषि सम्पदा, वनस्पति, गौ-सम्पदा एवं खनिज आदि सम्पदाओं व संसाधनों के स्रोत तथा कला, कौशल का हुनर, कारीगरी, कुटीर व ग्रामोद्योगों

के केन्द्र व स्वरोजगार सम्पन्न रहते हैं। आज क्यों उजड़ गये हैं। इन सभी संकटों और विनाशलीला का समाधान गौ-संवर्धन में निहित है। यदि हम दुनिया के भौतिकवादी दुष्परिणामों से बचना चाहते हैं तो निश्चित रूप से गाय से होने वाले लाभों को समझना होगा और अपने जीवन में उसे उचित स्थान देना होगा। हमारे कुशल कारीगरों को गांवों से पल्लयान कर शहरों में समान्य मजदूर बनकर गंदे नालों के आसपास नारकीय जीवन बसर करने के लिए क्यों मजबूर होना पड़ रहा

है? प्राकृतिक संतुलन और प्रदूषण क्यों बढ़ रहा है? आज प्रत्येक व्यक्ति क्यों किसी न किसी रोग से ग्रसित है। इसका तत्काल समाधान खोजना आज विश्व की प्राथमिक आवश्यकता बनती जा रही है। इसलिए विश्व को दिशा देने वाले भारत की प्राचीन प्रकृति मूलक गौ-आधारित स्वरोजगार सम्पन्न स्वाबलम्बी ग्राम की चरणबद्ध कार्य योजना पर विश्व को चलना होगा। हमारे पुराण व शास्त्र अत्यन्त पुरातन होते हुए भी पूर्ण संतुलन के विज्ञान को दर्शाते हैं। 17वीं सदी तक भारत विज्ञान में आगे था।

एक अनुमान के मुताबिक कुछ ही डिग्री सेल्सियस तापमान बढ़ने से ही पीने योग्य पानी में 1/4 कमी आ जायेगी। 1/4 गैहूँ और अन्य फसलों का उत्पादन घट जायेगा। जिस हिसाब से मांग भी बढ़ रही है, साथ ही साथ प्राकृतिक आपदाओं और प्रदूषण से संसार विनाश की ओर बढ़ रहा है। इसलिए वर्तमान परिस्थितियों में गाय और गौपालन मानव सभ्यता के लिए एक आवश्यक मार्ग हैं।

(लेखक भारत लोक शिक्षा परिषद के दक्षिण दिल्ली के महामंत्री हैं।)

अखण्ड भारत की स्वतंत्रता के लिए भगत सिंह, सुखदेव और राजगुरु का अमिट बलिदान

— श्रीकांत कुलश्रेष्ठ

इंकलाब जिंदाबाद ! इंकलाब जिंदाबाद ! 23 मार्च 1931 को जब भारत देश ने अपने तीन महान शूरवीरों भगत सिंह, सुखदेव ठाकुर और शिवराम राजगुरु के अमिट बलिदान को देखा, तब वह दिन भारतीय स्वतंत्रता संग्राम के आंदोलन में एक रोंगटे खड़े कर देने वाली महत्वपूर्ण और ऐतिहासिक घटना बन गया। इन तीनों बाहुबलियों ने अपनी युवा उम्र में ही अंग्रेजी साम्राज्य के खिलाफ अपने अदम्य साहस और निभहकता से लड़ा, और अपने बलिदान से राष्ट्र को एक नई स्वतंत्रता क्रांति की राह दिखाई।

भगत सिंह, एक विद्वान और निजी जीवन में देशभक्त, ने

अपने विचारों एवं कार्यों के माध्यम से युवा पीढ़ी को प्रेरित किया। भगत सिंह ने भारत को आजाद कराने के लिए संपूर्ण राष्ट्र में अपना नारा दिया कि 'वे मुझे मार सकते हैं, लेकिन वे मेरे विचारों को नहीं मार सकते। वे मेरे शरीर को कुचल सकते हैं, लेकिन वे मेरी आत्मा को कुचलने में सक्षम नहीं होंगे।

उनके द्वारा 1928 में जॉन सॉन्डर्स की हत्या के बाद वह क्रांति के प्रतीक बन गए। इस घटना ने पूरे भारत में स्वतंत्रता की लहर को और तेज कर दिया। 1929 में उन्होंने अपनी रिवाल्व्यूशनरी सोशलिस्ट पार्टी के माध्यम से अपने विचारों को फैलाने का कार्य किया। इसी दौरान, उन्हें और उनके साथियों को गिरफ्तार किया गया। सुखदेव ठाकुर, जिन्होंने हमेशा एक सच्चे साथी और नेता के रूप में भगत सिंह का साथ दिया, ने अपने जीवन का समर्पण भारतीय स्वतंत्रता की ओर किया। वे एक क्रांतिकारी थे जो साम्राज्यवाद के खिलाफ संघर्ष में अपने विश्वास के प्रति अडिग रहे। सुखदेव के त्याग और समर्पण ने उन्हें शहीदों की किताब में अमर बना दिया। राजगुरु, जो एक कुशल संगठनकर्ता और लीडर



थे, ने भी स्वतंत्रता आंदोलन में महत्वपूर्ण योगदान दिया। वे भगत सिंह और सुखदेव के साथ मिलकर अंग्रेजी हुकूमत के खिलाफ कई संगठनों में सक्रिय रहे और उन्होंने क्रांति के लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए जीवन भर संघर्ष किया। इन तीनों के कार्यों ने न केवल उनके अपने समय को प्रभावित किया, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए भी प्रेरणा का स्रोत बने।

भारतीय स्वतंत्रता संग्राम के इतिहास में इन तीनों क्रांतिकारियों की शहादत ने एक नई ज्वाला को जन्म दिया। उनकी फांसी का दिन केवल

उनके जीवन का अंत नहीं था, बल्कि यह एक नई चेतना और ऊर्जा का संचार करने वाला दिन था। उन्होंने जो मांगा, वह मात्र स्वतंत्रता नहीं थी, बल्कि यह सामाजिक न्याय, समानता, और एक सच्चे लोकतांत्रिक समाज की स्थापना भी थी। उनकी शहादत के बाद, पूरे देश में आंदोलनों की बाढ़ आ गई। लोग उनके बलिदान को याद करने लगे और स्वतंत्रता के लिए संघर्ष करने की प्रेरणा प्राप्त करने लगे। भगत सिंह, सुखदेव और राजगुरु की विचारधारा आज भी हमारे समाज में जीवित है। वे हमें यह सिखाते हैं कि संघर्ष और बलिदान के बिना कोई भी स्वतंत्रता प्राप्त नहीं कर सकता।

इस तरह, भगत सिंह, सुखदेव और राजगुरु की शहादत भारतीय स्वतंत्रता आंदोलन की एक अमर गाथा है, जो हमें हमेशा प्रेरित करती रहेगी। उनका बलिदान केवल एक संकल्प नहीं, बल्कि एक विरासत है जिसे हम कभी नहीं भूल सकते। उनके विचारों और योगदान को सम्मान देने का सबसे अच्छा तरीका है कि हम उनके दिखाए मार्ग पर चलें और अपने देश को सशक्त बनाएं।

(लेखक शिक्षाविद् हैं।)

बसंत पंचमी पर हुई राधास्वामी मत की स्थापना

— प्रो. सुगम आनंद

19वीं शताब्दी के अभूतपूर्व पुनर्जागरण ने मध्यकालीन संतों के उपदेशों का प्रभाव को सामान्य जनमानस में पुनर्प्रतिष्ठित किया। धर्म, नैतिकता, और आत्मशक्ति के विचारों की पुनर्स्थापना की और मानव कष्टों के प्रति उदासीनता और अंधविश्वास का प्रभाव समाप्त किया। विदेशी शासन के प्रभाव में स्व का भाव विलुप्त हो चुका था और विश्वासों में पाप और अज्ञान का बोलबाला हो गया था।

1861 में आगरा में स्वामी जी महाराज ने सुरत शब्द योग की एक नई विधि को प्रारंभ किया, जो सनातन की परंपराओं को नए शिखर पर पहुँचाने वाली और पाश्चात्य प्रभावों से मुक्त थी। यह विधि सरल और प्रभावी थी, जिससे लोग शांति और परमात्मा से मिलने की आशा

देखने लगे। स्वामी जी महाराज ने आत्म-साक्षात्कार के माध्यम से इस विधि का विकास किया, और द्वितीय गुरु हजूर महाराज को भी यह अनुभव कराया कि परमधाम और परम पिता राधास्वामी एक ही हैं।

इस भेद को बसंत पंचमी पर 1861 ईस्वी को हजूर महाराज ने सार्वजनिक किया। इसके बाद राधास्वामी सत्संग की स्थापना हुई, जो पहले के आम सत्संग से एक नए रूप में परिवर्तित हुआ।

राधास्वामी मत के संस्थापक सेठ शिव दयाल सिंह जी अर्थात् स्वामीजी महाराज थे, जिनका जन्म 25 अगस्त 1818 को आगरा के पन्नी गली में हुआ था। राधास्वामी मत को आम लोगों के लिए प्रकाशित करने से पहले यह केवल चुनिंदा लोगों को ही उपदेश दिया जाता था परंतु इसे सांगठनिक रूप देने का श्रेय द्वितीय गुरु राय सालिग्राम बहादुर हजूर महाराज को जाता है। वर्तमान में, राधास्वामी मत की अनेक शाखाएं हैं जो



आगरा, ब्यास, दिनोद, दिल्ली आदि स्थानों पर कार्यशील हैं। इस मत का उद्देश्य आत्मा को परमात्मा से जोड़ना है, जैसा कि संत कबीर, गुरु नानक देव, तुलसी साहिब, और अन्य संतों ने अपने जीवन में किया था। राधास्वामी मत के अनुसार राधास्वामी दयाल सर्वोच्च हैं। सत्संग और शब्द (नाद) के माध्यम से आत्मा परमात्मा से जुड़ती है। बाबा जयमल सिंह जी ने पंजाब में संतमत का प्रचार किया। स्वामीजी महाराज की पवित्र समाधि आगरा के स्वामीबाग में स्थित है। यह स्थल कला और नक्काशी का अद्भुत उदाहरण है। यहाँ भी सत्संग का एक केंद्र द्वितीय गुरु हजूर महाराज का केंद्र पीपल मंडी, आगरा में है जहाँ उनकी पवित्र समाधि है। एक। बड़ा केंद्र दयालबाग आगरा में है।

राधास्वामी मत की छह मुख्य तत्वों

की संप्रदाय की संरचना है—

जीवित गुरु (विश्वास और सत्य का केंद्र)

भजन (नाम स्मरण और अन्य प्रथाएँ)

सत्संग (संगति और समुदाय)

सेवा (निःस्वार्थ दूसरों की मदद)

केन्द्र (सामुदायिक संगठन और तीर्थ स्थल)

भंडारा (सामुदायिक सभा)

राधास्वामी मत के अनुयायी मानते हैं कि आध्यात्मिक जीवन जीने के लिए एक जीवित गुरु का होना आवश्यक है। गुरु सत्संग में अपने अनुयायियों को उपदेश देते हैं और भजन करते हैं। वे जाति भेदभाव को नकारते हैं और समाज के सभी वर्गों को अपने समुदाय में शामिल करते हैं।

(लेखक वरिष्ठ इतिहासकार एवं आचार्य, इतिहास एवं संस्कृति विभाग हैं।)

हमहु नहा लये कुम्भ....

— प्रो. बीना शर्मा

बरसों बाद ऐसे सुअवसर मिला करते हैं जब आपका मनचीता हो। छह साढ़े दशक में गंगा-यमुना नर्मदा,गोदावरी तो खूब नहाये, हरिद्वार, काशी, इलाहाबाद, उज्जैन, मथुरा, वृंदावन जैसे अनेक अनेक तीर्थ स्थलों को देखने का सुयोग भी खूब बना पर कुम्भ का मेला केवल किताबों में पढा सुना और टीवी पर ही देख सके.इस बार महाकुंभ की धूम मची थी,मन में बडी इच्छा थी कि अब की बार प्रयागराज में गंगास्नान कर आयेँ, हम भी महाकुंभ के साक्षी ब जायें। सोचा तो और भी बहुत कुछ था, रामलला के दर्शन कर आयेँ कि वैष्णों देवी हो आयेँ कि चारों धाम कर आयेँ। सोचने में क्या जाता है, कौन से टका लगते हैं, पडे-पडे सोचते रहो। पर अब की बार बिल्ली के भाग से नहीं हमारे भाग से छोंका फूट गया। शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास का ज्ञान कुम्भ का आयोजन सीत, आठ नौ फरवरी का निश्चित था, सो उपयोगी और सार्थक चर्चा में भाग लेने की इच्छा जोर पकड गई। विद्वान वक्ताओं के सत्संग के साथ साथ लगे हाथ गंगा में डुबकी लगा लेंगे। महाकुंभ के दर्शन कर लेंगे। पौ फटते ही झोले में कपडे डाल स्नान के लिए निकल लिये,सच कहें तो जल से बाहर आने का मन ही नहीं था। बस वहीं नहाते रहते रहें और घाट पर बैठ राम राम जपते रहें। सब सोचा कहां पूरा हो पाता है पर सोचना तो बंद नहीं किया जा सकता। मन के लड्डु तो खाये ही जा सकते हैं। अपनी सीमाओं में रहते मेले के शिविरों में घूमते रहे। अघोरी बाबा,नागा साधु और कथा प्रवचन के पंडालों में घूमते रहे। शाम घाट पर गुजारते, भेलपूरी का आनंद लेते और मेले में बच्चा बने मुरली, चकरी, बिंदी, चूडी, माला खरीदते रहे। मेले में मन बिल्कुल बच्चा सा बन जाता है कभी गरम जलेबी खाने को जीभ लपलपाती है तो कभी कभी बड़े बड़े गुब्बारे लेने को दिल मचलता है। इस मन का क्या, कभी भक्ति में में डूबता है तो कभी सब छोड़-छाड़ वैराग्य मे डूब जाना चाहता है। बार-बार इच्छा हो रही है

कि बस अब गंगा किनारे यहीं आसपास कही छप्पर छान बस जायें। वैसे भी सरकारी सेवा से निवृत्ति हो चुकी है सो पांचों उंगलियां घी में और सिर कढाही में होना चाहिए पर हम कामकाजी औरतें सेवा से निवृत्त भले हो जाये पर घर और उसके कामकाज से कब मुक्त हो पाती हैं, कभी नाती पोतों धेवतों का मोह बांधता है तो कभी नाते-रिशतों की सामाजिकता में बंधी फंसी रहती हैं। कभी तीरथ-धाम की योजना बना लेती हैं। बनाने को क्या, हर पल कुछ न कुछ बनाती टूटे हुए को जोडती फटे हुए को सिलती, उधडे हुए को फिर से बिनती ही तो रहती हैं। फिर चाहे उग्र का कोई भी पडाव हो, उन्हें तो जिंदगी भर गुणा भाग जोड घटाओ करते संतुलन और समन्वय बिठाना ही पडता है। आखिर घर की धुरी जो कही जाती है ,उनके जरा सा हटते ही सारे के सारे समीकरण जो गडबडा जाते हैं। सारे के सारे रोल निभाते अंतिम पडाव में घर ही मंदिर है की धारणा बलबती हो जाती है। सारी की सारी चेतना वहीं केंद्रित हो जाती है। जहां मर्जी चले जाओ, लौटना तो घर ही होता है।रास्ते भर सामान सिर पर लादे ,कंधे पर बालगोपाल उठाये टोल के टोल चले जा रहे हैं। आस्था का महासमुद्र उमडा पड रहा है। गंगा किनारे घाटों पर पूरा भारत इकट्ठा है। सब एक ही मानस में जी रहे हैं कि कैसे भी बस गंगा में डुबकी लगा लें फिर उस की खातिर कितने भी कष्ट क्यों न उठाने पडें,कोई परवाह नहीं। सब भेदभाव मिट गया है, बस एक ही और एक ही भाव प्रबल है कि महाकुम्भ के साक्षी बन जाएं ईश्वर की दया हुई कि सपरिवार महाकुंभ जाने का अवसर हाथ आया और हम भी इस पंक्ति में शामिल हो गये। जो देखा, जो अनुभव किया वह गूंगे का गुड है, उसे शब्दों में भला क्या बांधा जा सकेगा, बस ये तो यात्रा वृतांत भर है।

(लेखिका पूर्व निदेशक, केन्द्रीय हिन्दी संस्थान, आगरा हैं।)

मत चूको चौहान

— देव प्रताप सिंह

बसंत पंचमी का दिन हमें हिन्द शिरोमणि पृथ्वीराज चौहान की भी याद दिलाता है। उन्होंने विदेशी इस्लामिक आक्रमणकारी मोहम्मद गौरी को 16 बार पराजित किया और उदारता दिखाते हुए हर बार जीवित छोड़ दिया, पर जब सत्रहवीं बार वे पराजित हुए तो मोहम्मद गौरी ने उन्हें नहीं छोड़ा। वह उन्हें अपने साथ बंदी बनाकर काबुल अफगानिस्तान ले गया और वहाँ उनकी आंखें फोड़ दीं। पृथ्वीराज का राजकवि चन्द बरदाई पृथ्वीराज से मिलने के लिए काबुल पहुंचा। वहाँ पर कैद खाने में पृथ्वीराज की दयनीय हालत देखकर चंद्रवरदाई के हृदय को गहरा आघात लगा और उसने गौरी से बदला लेने की योजना बनाई। चंद्रवरदाई ने गौरी को बताया कि हमारे राजा एक प्रतापी सम्राट हैं और इन्हें शब्दभेदी बाण (आवाज की दिशा में लक्ष्य को भेदना) चलाने में पारंगत हैं, यदि आप चाहें तो इनके शब्दभेदी बाण से लोहे के सात तवे भेदने का प्रदर्शन आप स्वयं भी देख सकते हैं। इस पर गौरी तैयार हो गया और उसके राज्य में सभी प्रमुख ओहदेदारों को इस कार्यक्रम को देखने हेतु आमंत्रित किया।

पृथ्वीराज और चंद्रवरदाई ने पहले ही इस पूरे कार्यक्रम की गुप्त मंत्रणा कर ली थी कि उन्हें क्या करना है। निश्चित तिथि को दरबार लगा और गौरी एक ऊंचे स्थान पर अपने मंत्रियों के साथ बैठ गया। चंद्रवरदाई के निर्देशानुसार लोहे के सात बड़े-बड़े तवे निश्चित दिशा और दूरी पर लगवाए गए, चूँकि पृथ्वीराज की आँखें निकाल दी गई थीं और वे अंधे थे, अतः उनको कैद एवं बेड़ियों से आजाद कर बैठने के

निश्चित स्थान पर लाया गया और उनके हाथों में धनुष बाण थमाया गया। इसके बाद चंद्रवरदाई ने पृथ्वीराज के वीर गाथाओं का गुणगान करते हुए बिरूदावली गाई तथा गौरी के बैठने के स्थान को इस प्रकार चिन्हित कर पृथ्वीराज को अवगत करवाया,

**‘चार बांस, चौबीस गज, अंगुल अष्ट प्रमाण,
ता ऊपर सुल्तान है, चूको मत चौहान।’**

अर्थात् चार बांस, चौबीस गज और आठ अंगुल जितनी दूरी के ऊपर सुल्तान बैठा है, इसलिए चौहान चूकना नहीं, अपने लक्ष्य को हासिल करो। इस संदेश से पृथ्वीराज को गौरी की वास्तविक स्थिति का आंकलन हो गया, तब चंद्रवरदाई ने गौरी से कहा कि पृथ्वीराज आपके बंदी हैं, इसलिए आप इन्हें आदेश दें, तब ही यह आपकी आज्ञा प्राप्त कर अपने शब्द भेदी बाण का प्रदर्शन करेंगे। इस पर ज्यों ही गौरी ने पृथ्वीराज को प्रदर्शन की आज्ञा का आदेश दिया, पृथ्वीराज को गौरी की दिशा मालूम हो गई और उन्होंने तुरन्त बिना एक पल की भी देरी किये अपने एक ही बाण से गौरी को मार गिराया। गौरी उपर्युक्त कथित ऊंचाई से नीचे गिरा और उसके प्राण पखेरू उड़ गए। चारों और भगदड़ और हा-हाकार मच गया, इस बीच पृथ्वीराज और चंद्रवरदाई ने पूर्व निर्धारित योजना के अनुसार एक-दूसरे को कटार मार कर अपने प्राण त्याग दिये। आत्मबलिदान की यह घटना भी 1192 ई. वसंत पंचमी वाले दिन ही हुई थी। ये गौरवगाथा अपने बच्चों को अवश्य सुनाएँ।

(लेखक पूर्व बैंक अधिकारी हैं।)



मेरा शरीर मेरी जिम्मेदारी

— डॉ. भानू प्रताप सिंह

इस नश्वर संसार में ऐसे लोग कम मिलेंगे जो मीठा न खाते हों। जब मीठा खाने की बात आती है तो तरह-तरह की मिठाइयां, चॉकलेट, केक, बिस्किट्स, डिब्बाबंद जूस, चीनी और शुगर फ्री की बात चलती है। यहां आप जानेंगे कि मीठा हमारे शरीर के लिए कितना लाभदायक और नुकसानदायक है। मीठा खाने का मन करे तो क्या खाएं ?

यह तो आप जानते ही होंगे, हम जो कुछ भी खाते हैं, वह ग्लूकोज में परिवर्तित होकर अवशोषित होता है। सिर्फ चीनी ही ग्लूकोज में नहीं बदलती बल्कि कार्बोहाइड्रेट्स भी अंततः ग्लूकोज में परिवर्तित होते हैं। ऐसे कार्बोहाइड्रेट्स भी हैं जो दिखने में चीनी नहीं होते हैं, लेकिन होते हैं चीनी। इस तरह के कार्बोहाइड्रेट्स धीरे-धीरे ग्लूकोज में परिवर्तित होते हैं। चीनी तो खाते ही ग्लूकोज में बदल जाती है।

सिंपल चीनी - आप सोचेंगे कि चीनी तो चीनी है, इसके प्रकार से क्या लेना-देना। अगर आप ऐसे सोचते हैं तो सही नहीं है। चीनी दो प्रकार की होती है- सिंपल और कॉम्प्लेक्स। सिंपल चीना यानी सफेद रंग की चीनी, शक्कर, गुड़, मिठाई, बूरा, चॉकलेट, सॉफ्ट ड्रिंक, सोडा ड्रिंक, डिब्बाबंद जूस आदि। इनका सेवन करते ही शरीर में ग्लूकोज बनने लगता है।

कॉम्प्लेक्स चीनी - हम जो सामान्य भोजन करते हैं, जैसे ब्रेड, रोटी, सब्जी, चावल, दही, दाल, ब्रेड-बटर आदि। ये शरीर में जाकर धीरे-धीरे अवशोषित होते हैं। शरीर को ऊर्जित रखते हैं। अगर सामान्य भोजन की बात करें तो हम दिन भर में 4000 किलो कैलोरीयुक्त भोजन कर लेते हैं। जो लोग बैठकर काम करते हैं, उन्हें 2500 किलो कैलोरी की जरूर होती है। ऐसे में 1500 किलो कैलोरी अतिरिक्त आ गई, जो शरीर में चर्बी के रूप में जमा होने लगती है। इसी कारण

हमारा वजन बढ़ने लगता है।

प्रोटीन क्या करता है - अगर हम 2500 किलो कैलोरीयुक्त भोजन में 24 ग्राम प्रोटीन डाल दें तो वजन नहीं बढ़ेगा और ऊर्जा भी मिलती रहेगी। प्रोटीन ऊर्जा प्रदायक है, जिसे हजम होने में समय लगता है। इस कारण ऊर्जा धीरे-धीरे मिलती रहती है। ग्लूकोज फैट में बदलकर शरीर की मांसपेशियों को बनाता है। इसके विपरीत कार्बोहाइड्रेट शरीर में चर्बी बढ़ाता है। प्रोटीन से ऊर्जा धीरे-धीरे अवमुक्त होती है। अगर शरीर को अतिरिक्त ऊर्जा चाहिए तो अंदर जमा चर्बी से लेता है। अगर उचित मात्रा में प्रोटीन न लें तो मांसपेशियों का विघटन शुरू हो जाता है। ऐस में बीएमआर (बॉडी मास इंडेक्स) गिर जाता है और समस्या पैदा करता है। मांसपेशियों की मरम्मत के लिए प्रोटीन आवश्यक है। वजन न बढ़े, इसके लिए क्या खाएं - भोजन में चीनी खानी है लेकिन कॉम्प्लेक्स चीनी खानी है ताकि शरीर को सतत ऊर्जा मिलती रहे। जैसे, खूब पानी पिएं। फल (पपीता, सेब, तरबूज, खरबूज, कच्चा पाइन ऐपल), सब्जी, सलाद खाएं। सब्जियों को जितना कच्चा खाएंगे, उतना ही लाभकारी है। बहुरंगी फल खाने का अधिक लाभ है।

क्या न खाएं - अगर आपको स्वस्थ रहना है तो सोडा ड्रिंक, शरबत, मिठाई, शक्कर, गुड़, चीनी, फलों में आम, लीची, केला, अंगूर मत खाइए। शहद भी नहीं खाना है। खजूर खा सकते हैं लेकिन जब आप रेगिस्तान में ऊँट पर बैठकर या पैदल जा रहे हैं।

मित्रो, ध्यान रखें, मेरा शरीर मेरी जिम्मेदारी है। इसलिए आज से ही फालतू चीनी खाना बंद कर दें और जिंदगी को एंजॉय करें। मस्त रहें और स्वस्थ रहें।

(लेखक स्वतंत्र स्तम्भकार हैं।)

जल प्रदूषण और हम

— चन्द्रशेखर शर्मा

यह सर्वविदित है कि पृथ्वी पर लगभग 75 प्रतिशत पानी है और यह भी सर्वविदित है कि पीने योग्य पानी लगभग 1.5 प्रतिशत ही बचा है। उसको भी हम वायु प्रदूषण की तरह प्रदूषित करने में निरन्तर लगे हुए हैं। अगर यही स्थिति बनी रही तो मानव, पशु-पक्षी व अन्य जीवों के अस्तित्व पर घोर संकट आना निश्चित लगता है।

हमारे दैनिक उपयोग की वस्तुओं में रसायनों का प्रयोग इतना अत्यधिक हो गया है कि पृथ्वी के अन्दर उपलब्ध पानी भी क्षारीय होता जा रहा है, तालाबों, गंगा, यमुना एवं अन्य नदियों को तो हम औद्योगिक एवं सीवेज के सिस्टम के कारण प्रदूषित कर ही रहे हैं। इस प्रकार के प्रदूषित पानी के पुनः प्रयोग से अनेकों प्रयोग से अनेकों प्रकार के रोगों से मानव प्रजाति ग्रसित हो रही है। आधुनिकीकरण की अन्धी दौड़ में हम इतने आगे निकल गये हैं कि अपने अस्तित्व को ही संकट में डाल दिया है। जितनी एक बड़ी फैक्टरी जल प्रदूषित करती है, उतनी ही

एक कॉलोनी (मुहल्ला) जल प्रदूषित करती है। इसका कारण प्रत्येक घर के स्नानागार में होने वाले विभिन्न सौंदर्य प्रसाधन, सोप, शैम्पू व अन्य कैंमीकल जिनका कि उपयोग बढ़ता जा रहा है, जिससे पृथ्वी की उपरी पर्त एवं नदी, तालाब प्रदूषित हो रहे हैं। इस स्थिति को रोकना होगा। पुरानी पद्धति जैसे मुल्लानी मिट्टी, रीठा आदि का प्रयोग करना होगा और अन्त में इस लेख के माध्यम से निवेदन करना चाहता हूँ कि इस संकट से बचने के लिए उपरोक्त तरीके अपनाने के साथ-साथ पानीके अपव्यय को रोकना होगा, पानी का प्रयोग कम से कम करें, पानी बचाएं जिससे पृथ्वी पर मानव, पशु-पक्षियों का अस्तित्व बचा रहे वरना प्रयोग में आना वाला 1.5 प्रतिशत जल 0.5 प्रतिशत होने में अब ज्यादा समय नहीं लगेगा। तब क्या होगा हम कल्पना कर सकते हैं।

(लेखक सेवानिवृत्त बैंककर्मी एवं पर्यावरणविद् हैं।)

सामाजिक सारोकार

विवाह समारोह : अपव्यय और दिखावा

— नंदनन्दन गर्ग

आज तक जितनी शादियों मे मै गया हूँ, उनमें से करीब 80 प्रतिशत में दुल्हा-दुल्हन की शक्ल तक नहीं देखी। अक्सर तो विवाह समारोहों मे जाना और वापस आना भी हो गया पर ख्याल तक नहीं आया और न ही कभी देखने की कोशिश भी की कि स्टेज कहाँ सजा है, युगल कहाँ बैठा है। बैठा भी है कि नहीं, या बरात आई या नहीं। भारत में लगभग हर विवाह में हम 70 प्रतिशत अनावश्यक लोगों को आमंत्रण देते हैं। अनावश्यक लोग वो है जिन्हें आपके विवाह मे कोई रुचि नहीं, वे केवल दावत में आये होते हैं। जो आपका केवल नाम, आपके घर की लोकेशन, आपकी पद-प्रतिष्ठा जानते हैं और जो केवल एक वक्त के स्वादिष्ट और विविधता पूर्ण व्यंजनों का स्वाद लेने आते हैं। ये होते हैं अनावश्यक लोग! विवाह कोई सत्यनारायण भगवान की कथा नहीं है कि हर आते जाते राह चलते को रोक रोक कर प्रसाद दिया जाए। केवल आपके रिश्तेदारों, कुछ बहुत निकटस्थ मित्रों के अलावा आपके विवाह मे किसी को रुचि नहीं होती। ये ताम झाम, पंडाल झालर, सैकड़ों पकवान, आर्केस्ट्रा डीजे, दहेज का मंहगा सामान एक संक्रामक बीमारी का काम करता है.. कैसे..? लोग आते हैं इसे देखते हैं और सोचते हैं।

मै भी ऐसा ही इंतज़ाम करूँगा, बल्कि इससे बेहतर करूँगा और लोग करते हैं। चाहे उनकी चमड़ी बिक जाए, लोग 70 प्रतिशत अनावश्यक लोगों को अपने वैभव प्रदर्शन करने में अपने जीवन भर की कमाई लुटा देते हैं, कर्ज़ तक ले लेते हैं और उधर विवाह में आमंत्रित लोग, गेस्ट हाउस के गेट से अंदर सीधे भोजन तक पहुँचाकर, भोजन उदरस्थ करके, लिफाफा पकड़ा कर निकल लेती है और सबसे ज्यादा खाने की बर्बादी होती है। लोग खूब सारा खाना प्लेट में ठूस ठूस कर लेते हैं थोड़ा खाते हैं बाकी फेंक देते हैं, पर आप उसकी किशतें जीवन भर चुकाते हो। क्या हमें इस अपव्यय और दिखावे को रोकना नहीं चाहिए!

(लेखक संस्कार भारती के प्रान्त उपाध्यक्ष हैं)

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ का नवीन कार्यालय “केशव कुंज” नई दिल्ली का लोकार्पण

नई दिल्ली में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ का नया केशव कुंज कार्यालय बनकर तैयार है। कार्यकर्ताओं द्वारा दान में दिये 150 करोड़ रुपये से इस संघ कार्यालय को बनाया गया है। इसका लोकार्पण 19 फरवरी शिवाजी जयंती पर पू. सरसंघचालक डा. मोहन भागवत जी एवं सरकार्यवाह मा. दत्तात्रेय होसवोले के हाथ किया गया। अत्याधुनिक संघ कार्यालय में सादगी का पुट भी देखने को मिलेगा तो साथ में गुजरात और राजस्थानी पुट के साथ साथ भारतीय संस्कृति का मिश्रण भी नजर आएगा।

17000 गज में बने राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ का दिल्ली में कार्यालय झंडेवालान में 1939 में शुरू हुआ था। 1962 और 1980 में समय के साथ-साथ इस संघ कार्यालय में निर्माण कार्य हुए। इस कार्यालय का नाम संघ के

संस्थापक और प्रथम सरसंघचालक डॉ केशव बलिराम हेडगेवार के नाम पर “केशव कुंज” रखा गया था। समय के साथ-साथ संघ कार्य का विस्तार हुआ जिसके चलते केशव कुंज कार्यालय के अत्याधुनिकता की आवश्यकता महसूस होने लगी। इसी कारण से इस पूरे परिसर को नये सिरे से बनाने की योजना पर मुहर लगाई गई और सरसंघचालक डॉ मोहन भागवत ने 2016 में नये “केशव कुंज” के लिए भूमि पूजन किया।

75000 स्वयंसेवकों और दानदाताओं से प्राप्त हुए 150 करोड़ रुपये से बन कर तैयार हुए इस नये कार्यालय के आर्किटेक्ट के तौर पर गुजरात के अनूप दुबे को चुना गया। करीब 4 एकड़ में बने कार्यालय में करीब 5 लाख स्क्वायर फीट में निर्माण कार्य के तहत 3 टॉवरों का निर्माण कार्य किया गया है। इन टॉवरों का नाम क्रमश - साधना, प्रेरणा और अर्चना रखा गया है।



सुरक्षा व्यवस्थाओं को ध्यान में रखते हुए और भविष्य की ज़रूरतों के मद्देनज़र इस कार्यालय का निर्माण किया गया है। इस कार्यालय को इस तरीके से बनाया गया कि भारतीय स्थापत्य संस्कृति को समेटे हुए ये संघ कार्यालय सादगी का प्रतिबिंब नज़र आये।

करीब 300 कमरों वाले इस कार्यालय का शुभारंभ विधिवत पूजा अर्चना करके 2024 में सरकार्यवाह मा. दत्तात्रेय होसबाले जी ने किया। राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली के इस संघ कार्यालय में 3 बड़े हॉल बनाये गये हैं। पहले बड़े हॉल का नाम अशोक सिंघल सभागार रखा गया है। इसमें 463 प्रतिनिधियों के बैठने की व्यवस्था की गई है। बाकी के 2 हॉल में क्रमश 650 और 250 प्रतिनिधी एक साथ सहभागिता कर सकते हैं।

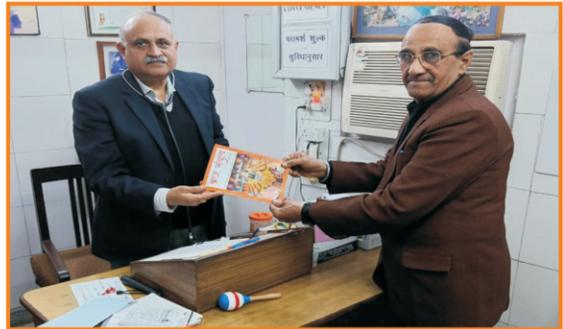
इसमें एक साथ 270 वाहनों को पार्क करने वाली पार्किंग भी बनाई गई है। केशव कुंज में 8वें फ्लोर पर सुव्यवस्थित और अत्याधुनिक लाइब्रेरी का भी निर्माण किया गया है। इस लाइब्रेरी में अभी करीब 8 हजार पुस्तकें हैं। दूसरे टावर “प्रेरणा” में सरसंघचालक, सरकार्यवाह सहित अखिल भारतीय पदाधिकारियों के रुकने की व्यवस्था रहेगी और छोटी-छोटी मीटिंग के लिए छोटे रूम या हॉल की व्यवस्था की गई है। इन दोनों टॉवरों के बाद बीच में संघ स्थान बनाया गया है। यहां पर संघ शाखा और स्वयंसेवक एकत्रीकरण हुआ करेगा। इसके बाद तीसरे टॉवर “अर्चना” में कर्मचारियों, प्रवासी पदाधिकारी और कार्यकर्ताओं के रुकने की व्यवस्था रहेगी। इस संघ कार्यालय में एक बड़ा भोजनालय भी बनाया गया है जिसमें एक साथ 80 लोग भोजन कर सकते हैं।



राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के दिल्ली स्थित नवनिर्मित कार्यालय केशव कुंज प्रवेशोत्सव कार्यक्रम में उद्बोधन देते हुए प.पू. सरसंघचालक मोहन भागवत जी एवं मंचासीन अतिथि पूज्य गोविन्ददेव गिरी जी महाराज, पूज्य स्वामी राघवानन्द जी महाराज एवं माननीय सरकार्यवाह दत्तात्रेय होसबाले जी।



पंडित दीनदयाल उपाध्याय जी की पुण्यतिथि पर उनके जन्मस्थान नगला चन्द्रमान पर रक्तदान और चिकित्सा शिविर आयोजित किया गया।



अलीगढ़ में आयोजित कार्यक्रम में राजमाता अहिल्याबाई होल्कर के वंशज की उपस्थिति में पुरस्कार वितरण समारोह हुआ।

शहर के प्रख्यात बाल रोग विशेषज्ञ डॉ. निखिल चतुर्वेदी को ब्रज संवाद पत्रिका भेंट करते हुए देव प्रताप सिंह।

विश्व संवाद केन्द्र

2, गोविन्द नगर, साकेत कॉलौनी

शाहगंज, आगरा-282010

फोन नं. 0562-2210183,

मो. 8192096767, 9410003647

Website : www.vskbraj.org

E-mail : brajsamvad2018@gmail.com

सेवा में,

