

संपादकीय

पहलवानों का संघर्ष थमा नहीं

केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह के साथ बीती 3 जून की रात्रि 11 बजे मुलाकात और चर्चा के बाद आंदोलनकारी पहलवान रेल मंत्रालय में अपनी-अपनी ड्यूटी पर लौट आए। आम निष्कर्ष यह निकाला गया कि पहलवानों ने आंदोलन समाप्त कर दिया। शायद गृहमंत्री के स्तर पर कोई दबाव दिया गया होगा! यह भी हो सकता है कि गृहमंत्री ने देश के पदकवीर पहलवानों को कोई आश्वासन दिया हो और उसके सम्मान के लिए पहलवान अपनी नौकरी पर लौट गए। कई अटकलें और अफवाहें भी तैर रही हैं। उनमें से कुछ तो बड़े अंग्रेजी अखबारों में भी छपी हैं। जिन्हासा हुई, तो सवाल भी कौन धैर्य लगे कि भारतीय कशी संघ में यैन-शोषण, उत्तीर्णन और भद्रे-धमकी भरे व्यवहार

गृहमंत्री के स्तर पर कोई दबाव दिया गया होगा। यह भी हो सकता है कि गृहमंत्री ने देश के पदकवीर पहलवानों को कोई आश्वासन दिया हो और उसके सम्मान के लिए पहलवान अपनी नौकरी पर लौट गए। कई अटकलें और अफवाहें भी तैर रही हैं। उनमें से कुछ तो बड़े अंग्रेजी अखबारों में भी छपी हैं। जिजासा हुई, तो सवाल भी कौंधने लगे कि भारतीय कुश्ती संघ में यौन-शोषण, उत्पीड़न और भद्दे-धमकी भरे व्यवहार सरीखे मुद्दों का क्या होगा? क्या महिला पहलवानों को निर्णायक इंसाफ नहीं मिलेगा? क्या पुलिसिया जांच इसी तरह खिंचती और टलती रहेगी, क्योंकि यौन-सीमाएं लांघने के गंभीर आरोप कुश्ती संघ के पूर्व अध्यक्ष एवं भाजपा सांसद बृजभूषण शरण सिंह पर लगे हैं। क्या हिन्दी फिल्मों के खलनायक की तरह बृजभूषण का भी सामाजिक व्यवहार होगा और उसकी मुस्कान भी व्यांग्यमयी होती जाएगी? कुश्ती संघ के भीतर नाबालिंग, बालिंग और पदकवीर महिला पहलवानों का किस तरह यौन-शोषण, उत्पीड़न और शारीरिक संबंध बनाने की जो हरकतें एक बड़े अंग्रेजी अखबार में, प्राथमिकी के आधार पर, पृष्ठ एक पर छपती रही हैं और टीवी चैनलों पर खुली बहस होती रही है, क्या उसे असत्य और फर्जी करार दे दिया जाएगा? बजरंग पुनिया, विनेश फोगाट और साक्षी मतिक भारत के पदकवीर, अंतरराष्ट्रीय खिलाड़ी रहे हैं। बजरंग ने ट्वीट कर स्पष्ट किया है कि हम न पीछे हटे हैं और न ही हटेंगे। मैडल की कीमत आंकड़े बाले हमारी नौकरी के पीछे पड़े हैं। यदि जिंदी दांव पर लगी है, तो उसके सामने नौकरी बहुत छोटी चीज़ है। हम नौकरी को भी छोड़ सकते हैं। आंदोलन वापस लेने की खबर झूटी अफवाह है। आखिरी इंसाफ तक हम संघर्ष करते रहेंगे। कुछ और फर्जी खबरों का निराकरण भी हुआ है। मसलन-न्यायाधीश के सामने धारा 161 के तहत लोटपा और नर्स वापस

उसके सम्मान के लिए पहलवान अपनी नौकरी पर लौट गए ! कई अटकलें और अफवाहें भी तैर रही हैं । उनमें से कुछ तो बड़े अंग्रेजी अखबारों में भी छपी हैं । जिज्ञासा हुई, तो सवाल भी कौंधने लगे कि भारतीय कुश्ती संघ में यौन-शोषण, उत्पीड़न और भद्दे-धमकी भरे व्यवहार सरीखे मुद्दों का क्या होगा ? क्या महिला पहलवानों को निर्णायक इसाफ नहीं मिलेगा ? क्या पुलिसिया जांच इसी तरह खिंचती और टलती रहेगी, क्योंकि यौन-सीमाएं लांधने के गंभीर आरोप कुश्ती संघ के पूर्व अध्यक्ष एवं भाजपा सांसद बुजभूषण शरण सिंह पर लगे हैं ।

164 के तहत दावारा आर नया बयान दर्ज नहीं कराया जा सकता । यौन-शोषण संबंधी पुलिस में दर्ज प्राथमिकी को खारिज नहीं किया गया है । जो शिकायतकर्ता नाबालिंग पहलवान थी, उसके पिता ने स्पष्ट किया है कि उन्होंने अपनी शिकायत और बयान वापस नहीं लिए हैं । यौन-शोषण और पदक जीतने के बक्त पहलवान नाबालिंग थी और आज भी नाबालिंग ही है, लिहाजा पॉक्सो कानून के तहत ही केस चलाया जाएगा । क्या गृहमंत्री ने पहलवानों को आश्वस्त किया है कि आरोपित बृजभूषण शरण सिंह को पॉक्सो के तहत अभी तक गिरफ्तार क्यों नहीं किया गया ? क्या भविष्य में गिरफ्तारी संभव है ? यदि देश के गृहमंत्री ने पहलवानों को कोई सकारात्मक आश्वासन दिया है, तो बेहतर है, क्योंकि देश की पुलिस उनके अधीन कार्यरत है । लेकिन मतल्ल

बजरंग आदि से ही है कि उनके निवास पर किसान और खाप पंचायतों के नेताओं की बैठकें क्यों हो रही हैं? क्या बजरंग और दूसरे पहलवान 10-11 जून की जयपुर में प्रस्तावित महापंचायत में हिस्सा लेंगे? अंदोलन पहलवानों का है या उनकी आड़ में किसानों की राजनीति खेली जा रही है? पहलवानों के सरोकारों और समस्याओं के साथ देश खड़ा हो सकता है, लेकिन क्षुद्र सियासत पर देश का औसत नागरिक अपना स्वतंत्र मत बनाने को स्वतंत्र है।

କୁଣ୍ଡ ଅଲଗ

बिखरते शिक्षा प्रांगण

जिन आशाओं से हिमाचल में शिक्षा का कारबां आगे बढ़ा, उनकी गर्दन आज अगर झुक रही है, तो यह शिक्षा के विमर्श को अति संवेदनशील बनाता है। चबूरे पर रखे हिमाचल के कई विश्वविद्यालय खास तौर पर शिमला यूनिवर्सिटी का लुढ़कना न ताज्जुर पैदा कर रहा है और न ही हुक्मरान हैरान हैं। राष्ट्रीय संस्थागत रैंकिंग फ्रेमवर्क (एनआईआरएफ) का वार्षिक मूल्यांकन हिमाचल में शिक्षा की पद्धति पर बुलडोजर चला देता है। हैरानी यह कि शिमला विश्वविद्यालय देश के टॉप 200 संस्थानों में स्थान पाने से महरूम है, तो मंडी, केंद्रीय तथा तकनीकी विश्वविद्यालय तो मुंह दिखाने के भी काबिल नहीं। हम कृषि व बागबानी विश्वविद्यालयों की वजह से भले ही नाक बचा लें या आईआईटी मंडी को आशा भरी निगाहों से देख ले, लेकिन एनआईटी हमीरपुर का उजड़ता इतिहास अब हमें उलाहना देने लगा है। निजी विश्वविद्यालयों में शुल्लिनी का टॉप सौ में बने रहना अपने आप में सुखद है, वरना जिस तरह हिमाचल को शिक्षा का हब बनाने का शोर मचा था, वह सियारी मंचन की खुशफहमी में ढह गया। शिक्षा में पाने के बजाय प्रदेश वह आधार भी खो चुका है, जिसकी बदौलत हिमाचल ने आरंभिक सफलताओं के छिड़े गाड़े थे। मसला शिमला विश्वविद्यालय के पतन से शुरू होकर तमाम कालेजों के प्राणगण में खिचर चुका है। क्या शिमला के मुकाबले केंद्रीय विश्वविद्यालय या तकनीकी विश्वविद्यालय नया कुछ कर पाए या इन संस्थानों की जरूरत पूरी हो गई। पिछली सरकार का कमाल यह भी कि मंडी विश्वविद्यालय की रूपरेखा में राजनीतिक तिजोरी में एक और नगीना सजा दिया

गया। दरअसल सरकारी शिक्षण संस्थान सियासी प्रवोगशाला के रूप में अपना अस्तित्व भांज रहे हैं। शिमला विश्वविद्यालय के अध्यायों में राजनीतिक प्रतिस्पर्धा और बदलती सत्ताओं के अंतर्विरोधों ने इनते पन्हे काले कर दिए हैं कि लौटकर शिक्षा की पुरानी गाहों पर चलना मुश्किल हो चुका है। शिमला विश्वविद्यालय जब गर्त में ढूब रहा था, तब भी किसी का सूर्योक्तिज पर चढ़ रहा था। हम यह मूल्यांकन तो कर्तव्य नहीं कर सकते कि पूर्ण कुलपतियों को किस तरह याद किया जाए। क्या प्रो. सिकंदर कुमार बतौर कुलपति ज्यादा बेहतर रहे या अब बतौर संसद उनका मुकाम रास आ रहा है। कभी एडाएन वाजपेयी एक बड़ा विजन लेकर आए और दो बार बतौर कुलपति चल गए। क्या उनके दौर में विश्वविद्यालय भी चला। शिक्षा का सच भी यहाँ है कि नए संस्थान खुलते हैं तो राजनीति चल जाती है। विश्वविद्यालय खुलते हैं तो कुलपति और प्रोफेसर चल जाते हैं। विडंबना यह है कि इतनी तादाद और हिमाचल की क्षमता से कहीं अधिक शिक्षण संस्थान खोलकर भी शिक्षा की क्वालिटी के लिए बच्चों को आज भी प्रदेश से बाहर चलना पड़ता है। यही बजह है कि हिमाचल के अति योग्य छात्र दिल्ली विश्वविद्यालय से संबद्ध कालेजों को अपने भविष्य से जोड़ रहे हैं। पड़ोस के पंजाब, गुरु नानक व कुरुक्षेत्र विश्वविद्यालयों के साथ-साथ देश-विदेश के नामी निजी विश्वविद्यालयों की ओर प्रस्थान कर रहे हैं। किसी भी शिक्षण संस्थान के रैंकिंग में नीचे गिरने के दोषी छात्र नहीं हो सकते, बल्कि फैकल्टी, शैक्षणिक वातावरण तथा प्रवेश की सार्थकता से दूर होने की बजह ऐसी श्रिथि पैदा कर रही है। जिस प्रदेश में शिक्षा को सरकारी नौकरी का जरिया बना दिया हो, वहाँ सोच नहीं, नौकरी के उत्पाद ही तो तैयार होंगे और यह एक अलग तरह का कॉकस बना चुका है, जो सरकारी भवित्यों में पेपर लीक करने को उपलब्ध मानता है।

सरकारी योजनाओं एवं नीतिगत स्तर पर शिक्षा को उच्च प्राथमिकता मिलती दिखती है बच्चों में आखिर क्यों बढ़ रही है स्कूल को बीच में ही छोड़ने की प्रवृत्ति ?

ललित गर्ग

स्कूल न जाने वाले बच्चों की सख्त्या आठ करोड़ से भी ज्यादा है, जो यह बताने के पर्याप्त है कि स्थिति काफी गंभीर है। अब एक बार फिर केंद्रीय शिक्षा मंत्रालय की ओर से सन् 2022 की बोर्ड परीक्षाओं के विश्लेषण में बताया गया है कि दसवीं और बारहवीं के स्तर पर देश में लाखों बच्चे पढ़ाई छोड़ देते हैं। विश्लेषण के मुताबिक, पिछले साल पैंतीस लाख विद्यार्थी दसवीं के बाद ग्यारहवीं कक्षा में पढ़ने नहीं गए। इनमें से साढ़े सत्ताहस लाख सफल नहीं हुए और साढ़े सात लाख विद्यार्थियों ने परीक्षा नहीं दी। इसी तरह, पिछले साल बारहवीं के बाद 2.34 लाख विद्यार्थियों ने बीच में पढ़ाई छोड़ दी।

10 of 10

भारत में स्कूली शिक्षा में छात्र-छात्रों के डॉपरआउट्स की संख्या बढ़ना न केवल शिक्षा-व्यवस्था पर बल्कि स्कूल-प्रबंधकों पर एक बड़ा सवाल बनता जा रहा है। स्कूल न जाने



जात है। छात्रों के फल हानि, शरारत या फास जमा नहीं हानि कार्यवाई के चलते बच्चों को स्कूल छोड़ने पर भी विवश होना पड़ जाता है। विशेषतः आदिवासी, दलित एवं अन्य पिछड़ी जाति के बच्चों स्कूली शिक्षा बीच में छोड़ने की स्थितियां बढ़ती जा रही हैं, जिनमें आजादी के अमृतकल में चिन्ता का एक बड़ा कारण है। सरकार द्वारा बड़ी-बड़ी योजनाओं के बीच छात्रों के स्कूल छोड़ने की स्थितियों को गंभीरता से लेना होगा। शिक्षा को पेचीदा बनाने की बजाय सहज प्रयोगशील रोचक बनाना होगा। ताकि कुछ बच्चों को स्कूल बोरिंग न लगे, 9 और 10वीं कक्षा तक आते-आते कई बच्चों को स्कूल बोरिंग लगता है। इस कारण वे स्कूल दरी से जाना चाहते हैं, क्लास बंक बदलते हैं और लंच ब्रेक में बैठते रहते हैं। पढ़ाई और स्कूल से लगाव होने की वजह से अक्षर बच्चे स्कूल छोड़ देते हैं। किसी भी वजह से बच्चे का स्कूल या पढ़ाई छोड़ने का मन करना, अधिभावकों के लिए एक बड़ी परेशानी है, लेकिन यह शिक्षा की एक बड़ी कमी की ओर भी इशारा भी करता है। बच्चों को स्कूल भेजे जाने का उद्देश्य शिक्षण करने के लिए एक अच्छा नागरिक बनाना तो है ही, शिक्षा जीविकोपनी में भी प्रमुख भूमिका निभाती है। लेकिन मौजूदा समय में ज्यादातर स्कूल प्रबंधन इसे एक व्यवसाय के रूप में देखने लगे हैं, सरकारें शिक्षा की जिम्मेदारी से भाग रही हैं, भारत में शिक्षा का अधिकार कानून लागू होने के बाद जमीनी स्तर पर बहुत सारी बीजें बदली जाएं ताकि नियंत्रण की ओर आए। यह साल आठवीं पाठ्यकारने वाले बच्चों की संख्या के आँकड़े तेजी से बढ़ते हैं। पर इसके साथ ही शिक्षा में गुणवत्ता और स्कूल में बच्चों के ठहराव का सवाल जल्दी से जल्दी उत्तीर्ण करना चाहिए।

छोड़ने की प्रवृत्ति नीतिगत स्तर पर नाकामी या फिर उदासीनता का ही सूचक है। यह समझना मुश्किल है कि इतने लंबे वक्त से यह चिंता कायम है फिर क्यों नहीं इस मसले पर किसी हल तक पहुंचना एक ऐसा सवाल है जिस पर व्यापक चिन्तन-मंथन जरूरी है। यह जगजाहिर है कि एक ओर स्कूल-कालेज में शिक्षा पद्धति में तय मानक बहुत सारे विद्यार्थियों के लिए सहजता से ग्राह्य नहीं होते, वहीं पढ़ाई में निरंतरता नहीं रहने के पीछे सामाजिक और आर्थिक कारक भी एक बड़ी भूमिका निभाते हैं। लगातार शिक्षा मान्द्रोर्में मूलभूत सुविधाओं का अभाव भी बच्चों को स्कूल छोड़ने पर विवश करते हैं। शिक्षा का अधिकार कानून आने के बाद भी भारत में सिंगल टीचर स्कूलों की मौजूदगी बनी हुई है। स्कूलों में विभिन्न विषयों के अध्यापक नहीं हैं, इससे बच्चों की पढ़ाई प्रभावित होती है। वे आठवीं के बाद आगे पढ़ने लायक क्षमता का विकास नहीं कर पाते। स्कूल आने वाले लाखों बच्चों में गणित और भाषा के बुनियादी कौशलों का विकास नहीं हो पा रहा है। इसका उपर्युक्त स्तर स्कूल छोड़ने वाली स्थितियां निर्मित होती हैं। भोजन की गुणवत्ता पर ध्यान देने की जरूरत है ताकि करोड़ों बच्चों को कुपोषण से बचाया जा सके। बहुत से सरकारी स्कूलों में शौचालय की स्थिति दयनीय है, विशेषतः बालिकाओं एवं बच्चे सम्मान के साथ उनका इस्तेमाल नहीं कर सकते। गांवों एवं पिछड़े इलाकों की स्कूलों की बात छोड़ौं, राजधानी दिल्ली में अव्वल शिक्षा का दावा करने वाली आप सरकार के स्कूलों में पीने का स्वच्छ पानी नहीं है, बैठने के लिये पर्याप्त साधन नहीं है, इस स्थिति में भी बदलाव की जरूरत है। बहुत से स्कूलों में शिक्षक शराब पीकर आते हैं। या फिर स्कूल में हाजिरी लगाकर स्कूल से चले जाते हैं। ऐसी स्थिति का असर भी बच्चों की पढ़ाई पर पड़ता है। शिक्षकों को बच्चों की प्रगति और पीछे रहने के लिए जिम्मेदार बनाने वाला सिस्टम नहीं बन पाया है, इस दिशा में भी गंभीर पहल की जरूरत है। आए दिन देश की शिक्षा व्यवस्था में व्यापक बदलाव करने और समावेशी बनाने को लेकर दावे किए जाते हैं, घोषणाएं की जाती हैं। लेकिन वे शायद ही कभी वास्तव में जर्मीन पर उत्तरती दिखती हैं। एक गरीब परिवार का विद्यार्थी मेधावी होने के बावजूद कई बार अपने परिवार की आर्थिक स्थिति, जरूरत और पृष्ठभूमि की वजह से मजबूरन् स्कूल छोड़ देता है। जाहिर है, स्कूल-कॉलेज की पढ़ाई बीच में छोड़ने का मसला शैक्षिक संस्थानों तक पहुंच, पठन-पाठन के स्वरूप से लेकर गरीबी, परिवारिक, सामाजिक और अन्य कई कारकों से जुड़ा हुआ है और इसके समाधान के लिए सभी बिंदुओं को एक सूत में रखकर ही देखने की जरूरत होगी।

चिंतनीय है पर्यावरणीय परिवर्तन

जब भा जीवन मुक्ति अप्राकृतक धारत हानि लगता है इसके आतरकत ध्वनि प्रदूषण तथा बचारक प्रदूषण न भा हमारी प्रकृति को हानि ही पहुंचाई है। हमारी भारतीय संस्कृति में जीवन के इन पंचभूतों की पूजा की जाती है तथा पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु तथा आकाश के लिए शान्ति पाठ किया जाता है। धार्मिक अनुष्ठानों में प्रकृति के संरक्षण की प्रतिज्ञा की जाती है, लेकिन मनुष्य की स्वार्थी सौच ने इस प्रकृति को लूटने में कोई कसर नहीं छोड़ी है, जैसे कि हमारे बाद दुनिया समाप्त हो जाएगी। प्रकृति ईश्वर द्वारा मनुष्य को प्रदत एक सुंदर कृति है जो सभी को पोषित करती है। इस पर किसी का कोई स्वामित्व नहीं है। यह किसी की बपतीती नहीं है। इस पर वर्षों तक जन्म लेने वाली मानवीय पीढ़ियों के साथ पशु-पक्षियों, जीव-जंतुओं का अधिकार है। पर्यावरण संरक्षण को मानवीय मूल्यों के साथ जोड़ा जाना आवश्यक है। शिक्षा में केवल सैद्धांतिक रूप से नहीं बल्कि व्यावहारिक रूप से विद्यार्थियों को सिखाया जाना आवश्यक है। पर्यावरण संरक्षण के लिए सामूहिक रूप से अभियान चलाए जाने की आवश्यकता है। ये अभियान न केवल कागजों तथा सरकारी फाइलों तक ही सीमित नहीं होने चाहिए, बल्कि समाज के प्रत्येक व्यक्ति तथा वर्ग को इनका हिस्सा बनाया जाना चाहिए। आमतौर पर सरकारी कार्यक्रमों की औपचारिकता निभा कर पर्यावरण संरक्षण की इतिश्री कर दी जाती है। यह कार्य केवल पर्यावरण दिवस कर कार्यक्रम आयोजित कर, भाषण देने तथा रैलियां निकालने से संभव नहीं होगा, बल्कि सभी को सामूहिक रूप से इस अभियान में शामिल होकर पर्यावरण संरक्षण के लिए अपनी सकारात्मक भूमिका निभानी होगी। कार्यक्रमों के आयोजन से तो समाज में जागरूकता पैदा करने का प्रयास किया जा सकता है। वृक्षारोपण करने के पश्चात उसकी परवरिश नहीं होती। आवश्यक यह है कि योजनबद्ध तरीके से वृक्षारोपण अभियान चलाए जाएं तथा लगाए गए पेड़ों को कामयाब करने की भी जिम्मेदारी सौंपी जाए। यह ध्यान देने वाली बात है कि जीवन में हमें कुछ भी प्राप्त करने के लिए कीमत चुकानी पड़ती है। दुनिया में जो भी भौतिक विकास हो रहा है, वह प्राकृतिक विनाश की कीमत पर हो रहा है। विकास होना चाहिए, लेकिन मानवीय जीवन की कीमत पर नहीं। प्राकृतिक संसाधनों का संतुलित उपयोग एवं उपभोग होने के साथ उसका संरक्षण करना बहुत ही आवश्यक है, अन्यथा आने वाली पीढ़ी हमें इस प्राकृतिक अत्याचार तथा संसाधनों के अत्यधिक प्रयोग के लिए कोसे गी। प्राकृतिक संसाधन सभी के हैं तथा इन पर सभी का सामूहिक अधिकार है। इनका दुरुपयोग रुकना चाहिए। भौतिक संसाधनों का दुरुपयोग व पर्यावरण संरक्षण एक चुनौती बन गया है। सामाजिक सरोकार के साथ यह एक मानवीय सरोकार का विषय है जिसमें प्रत्येक व्यक्ति को अपनी रचनात्मक एवं सकारात्मक भूमिका निभानी होगी, अन्यथा इसका परिणाम हमारी आने वाली पीढ़ी को भगताना पड़ेगा। निश्चित रूप से यह पर्यावरणीय परिवर्तन सभी के लिए चिंता का विषय है, लेकिन इसे बचाने के लिए मात्र चिंता नहीं, बल्कि सामूहिक रूप से रचनात्मक तथा

हार्यक बोध

राजस्थान में राजनैतिक उठापठक के लंबे अंतराल के बाद छगावत पर उत्तर आए सचिन पायलत

चुनावी साल में अंततः अशोक गहलोत और सचिन पायलट के रिस्ते नहीं बुधरने पर सचिन ने नई पार्टी के गठन की घोषणा कर दी है। प्रगतिशील कांग्रेस के नाम की नई पार्टी बनाने का ऐलान किया जा चुका है। प्रभारी सुखविंदरसिंह धावा और प्रदेश अध्यक्ष गोविंदसिंह डोडासारा के साथ पार्टी अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे और राहुल अंधी के साथ मीटिंग में कोई फैसला नहीं होने के बाद सचिन ने जनसंबंध यात्रा और अनशन पर बैठ सरकार को अल्टीमेटम दे दिया था। लेकिन उसके बाद भी अशोक गहलोत की तरफ से कोई ठोस अश्वासन नहीं मिलने के बाद सचिन पायलट प्रगतिशील कांग्रेस के नंबर तले 2023 का विधानसभा चुनाव लड़ने की घोषणा कर रहे हैं। अशोक गहलोत सरकार में सचिन ने विद्रोह कर 30 विधायकों को अपने पाले में कर दिया था। लेकिन अशोक गहलोत के पास 103 विधायकों का साथ होने से सरकार पर आंच नहीं आई। उसी दिन से कांग्रेस पार्टी के साथ धोखाधड़ी करने का आरोप लगाकर सचिन को हमेशा नजरअंदाज किया जाता रहा है। भाजपा को 2018 में 73 सीटें मिली थीं। सचिन की प्रगतिशील कांग्रेस पर जनाधार की बात की जाए तो जाट समाज की सचिन के पास 44 सीटें का जार्दुआंकड़ा है। बाड़मेर में 20 सीटों पर सचिन का वर्चस्व है। युवाओं के साथ न्याय और किसानों का मुद्दा लेकर बगावत पर उतरे सचिन की राह आसान नहीं है। नई पार्टी चुनावी मैदान में उत्तरने से सचिन को बहुमत मिलने वाला नहीं है और न ही कांग्रेस को जीत हासिल होगी। एतत्, कांग्रेस की राजस्थान में सीटे कट्टी नजर आएंगी जिसका सीधा फायदा भाजपा को होगा। अशोक गहलोत ने सीएम की कुर्सी प्रतिष्ठा का सवाल बना लिया है। उसके बाद सचिन ने सियासी पत्ते दबा रखे थे, उनको खोलकर सियासी गरमाहट ला दी है। सचिन के तीखे तेवर ने कांग्रेस के लिए मुसीबत खड़ी कर दी है। राजस्थान में एक बार कांग्रेस की फिर से किरकिरी होने वाली है। इस बगावत से कांग्रेस को नुकसान होने वाला है। सचिन को मिलने वाला जनाधार कांग्रेस के मतदाताओं का ही हिस्सा होगा। कांग्रेस के दिग्गज नेताओं की लड़ाई में अशोक गहलोत फिसड़ी साबित हो रहे हैं। राजस्थान में अशोक गहलोत के चेहरे पर चुनाव लड़ने की योजना हरागिज नहीं है। क्योंकि उनके चेहरे पर चुनाव लड़ने के बाद दो बार कांग्रेस को हार का सामना करना पड़ा था। 2018 में परंपरागत वोट माने जाने गुरुर समाज कांग्रेस के पक्ष में जोरदार वोट किया था। जिसका सीधा फायदा कांग्रेस को हुआ था। सचिन का जनाधार इन्हीं वोटों से बढ़ा था और सियासी गलियारों में राजस्थान में सचिन दूसरी पार्टी बनाने के प्लान में थे। यह बात चर्चा में थी। लेकिन अब जाकर सियासी पत्ते खुलने से स्थिति साफ़ हो गई है। सचिन ने रिसर्जेंट घोटाला और खनन घोटाला का मुद्दा उछाल कर चुनावी मुद्दा बनाना चाहते थे।

देश दुनीया से

जब स्वर्ग को सशरीर चल दिए त्रिशंकु
स्वर्ग जाने की कामना मनुष्य की आदि इच्छाओं में से एक है। कितने पृथ्य कर्म सिर्फ़ स्वर्ग का टिकट कर्नार्म करने की इच्छा में किए जाते हैं? विडंबना यह है कि स्वर्ग मनुष्य के लिए जीवित जाना संभव नहीं है। वहाँ जाने के लिए मरना पड़ता है। बोलचाल में कहावत प्रचलित है, “बिना मरे स्वर्ग नहीं मिलता है।” इस कहावत के पीछे मंशा यही है कि बिना मूल्य चुकाए अभूतपूर्व सफलता नहीं मिलती है – इक्षवाकु कुल में एक राजा थे, राजा पृथु के पुत्र सत्यव्रत। वे हरिशचन्द्र के पिता हैं, वे हरिश्चंद्र जो सत्य वचन त्याग और धर्म के उदाहरण हैं। उनका त्रिशंकु नाम प्रचलित है। त्रिशंकु शब्द का अर्थ अधर में लटका हुआ होता है, ना इधर का, ना उधर का। सत्यव्रत से त्रिशंकु नामकरण होने की उनकी कथा अति रोचक है जिसके अलग-अलग रूप स्कंद पुराण और वाल्मीकि पुराण में आए हैं। उनके पिता सत्यव्रत (त्रिशंकु) को इच्छा हुई कि सशरीर स्वर्ग जाएं। स्कन्दपुराण के नागरखण्ड में वृतान्त आया है कि त्रिशंकु अपने गुरु वशिष्ठ मुनि के पास गए एवं उनसे अपनी इच्छा प्रकट की। उन्हें कहा कि वे ऐसा यज्ञ करना चाहते थे जिससे सशरीर स्वर्ग जाया जा सके। गुरु वशिष्ठ ने उन्हें

समझाया कि भूलीक के प्राणियों के लिए सशरीर स्वर्ग जाने का कोई प्रावधान नहीं है। सत्यव्रत (त्रिशंकु) में अपनी इच्छा को पूर्ण करने की जिद थी। उन्होंने अपने गुरु से कहा, “यदि आप ऐसा यज्ञ आयोजित करने में असमर्थ हैं तब मैं किसी अन्य ब्राह्मण को आचार्य बनाकर यज्ञ का अनुष्ठान करूँगा।” विशिष्टजी ने हँसते हुए उन्हें कहा, “बहुत अच्छा कीजिए।” तब त्रिशंकु विशिष्ट मुनि को प्रणाम करके उस स्थान को गए जहां उनके सौ पुत्र रहते थे। उन्होंने विशिष्ट मुनि के पुत्रों को बताया कि, “वे अन्य पुरोहित से यज्ञ कराने का सत्यव्रत स्वर्ग जाने का कोई प्रावधान नहीं है। सत्यव्रत (त्रिशंकु) में अपनी इच्छा को पूर्ण करने की

निर्णय किए हैं क्योंकि गुरु जिद थी। वशिष्ठ उन्हें सशरीर स्वर्ग भेजने में असमर्थ है।” उनकी बात सुनकर गुरु पुत्र कुद्ध हो गए। तथा उन्होंने त्रिशंकु को शापदिया कि गुरु का त्याग करने के उनके अपराध ने उन्हें निकट्स्ट चाण्डाल सा बना दिया है। इसलिए वे चाण्डाल बन जाएं। शाप लगते ही त्रिशंकु का शरीर विकृत हो गया। अपने भयावह शरीर को लेकर वे राज करने में इच्छुक नहीं थे। रात के समय वे अपने नगर पहुंचे एवं अपने विश्वस्त मंत्रियों को नगर के सीमा पर बुलाकर उन्हें आदेश दिया कि उनके सुपुत्र हरिश्चन्द्र का शीत्रातिशीत्र राज्याभिषेक करें त्रिशंकु ने निश्चय कर लिया था कि या तो वे अपना संकल्प पूर्ण करेंगे या फिर प्राण त्याग देंगे। अब, वे विश्वामित्र मुनि के खोज में थे क्योंकि संसार के मित्र (विश्वामित्र) ही उन्हें चाण्डाल रूप से मुक्त कर सकते थे। उनके दुखों का अन्त कर सकते थे। स्कन्दपुराण में विवरण है कि ऐसा विचार करके त्रिशंकु विश्वामित्र मुनि को खोजने के विचार से कुरुक्षेत्र के लिए प्रस्थान किए। वहाँ पहुंचकर तपस्या के निधान विश्वामित्र को देखकर उन्होंने उनसे अपनी मनोकामना अभिव्यक्त करते हुए कहा कि वे उनके पास शापमुक्त होने के लिए आए हैं। ऋषि विश्वामित्र असमंजस्य में पड़ गए। त्रिशंकु के गुरु वशिष्ठ थे। ऐसा क्या कारण हुआ कि उन्हें विश्वामित्र की शरण लेनी पड़ी। त्रिशंकु ने उन्हें अब तक हुआ सारा वृतान्त उन्हें सुना दिया, उनका सशरीर स्वर्ग जाने का जिद एवं ऋषि पुरों द्वारा दिया गया शाप। सारी बात सुनकर विश्वामित्र ने कहा, “वे अवश्य ऐसा यज्ञ करा सकते हैं जिससे वे सशरीर स्वर्ग चले जाएंगे परन्तु पहले उन्हें शापमुक्त करना होगा। इस उद्देश्य से सत्यव्रत (त्रिशंकु) विश्वामित्र के साथ तीर्थ यात्रा पर निकल चले। अनेक वर्ष बीत गए एवं विश्वामित्र ऋषि और उनके पीछे शापित सत्यव्रत (त्रिशंकु) तीर्थ स्थलों पर घूमते रहो। परन्तु सत्यव्रत (त्रिशंकु) का शाप नहीं मिटा। इसी उपक्रम में दोनों वर्तमान समय के आबू पहुंचे। वहाँ उन्हें मार्कंडेय ऋषि मिले। सारा वृतान्त जानने के बाद उन्होंने उन्हें हाटकेश्वर के शिवलिंग के दर्शन करने एवं पाताल गंगा में स्नान करने का निर्देश दिया। उनके निर्देश का पालन करके विश्वामित्र एवं सत्यव्रत (त्रिशंकु) हाटकेश्वर पहुंचे।

भारतीय स्पोर्ट्स में खाने का जायका बढ़ाने वाले कट्टी पते कितने गुणकारी हैं यह बात आज कल के अधिकारियों में लोगों को पोचा नहीं है। बाल काले रखने से लेकर मोटापा कम करना तथा पेट से निजात पाने तक कट्टी पते का उपयोग किया जा सकता है। कट्टी पता आयुर्वेद की एक ऐसी दवा है, जिसके उपयोग से व्यक्ति

कट्टी पते के फायदे अनेक

रोग मुक्त हो जाता है। ■ काले मधुबूत बालों के लिए नारियल के तेल में कट्टी पते को उबल कर ठंडा होने पर इस्तेमाल करें। ■ उट्टी और आच में कट्टी पते को नींबू के रास में दीनी के साथ लेना फायदेमंद होता है। ■ कट्टी पते के नियमित इस्तेमाल से जिसके लिए इस्तेमाल से अंखों की रोशनी अच्छी

रहती है। ■ अगर आपके बाल अचानक से सफेद हो रहे हैं या फिर झाड़ रखे हैं तो आप कट्टी पते का सेवन करें या फिर उसका पाउडर बनाकर नियमित रूप से ले। ■ अगर आपको किडनी की तकलीफ है, तो कट्टी पते से मिल सकती है औपकर करता। ■ बवासीर की



डांस थेरेपी नाचें और स्वस्थ रहें

नृत्य का अब मनोरंजन के प्राचीन मायाम से चिकित्सा के अन्यान्य तौर पर इस्तेमाल किया जाने लगा है। डांस थेरेपी की शुरुआत बैशक कुछ दशकों पुरानी हो चुकी है, लेकिन इसके चर्चों में दुनिया भर में इसका इस्तेमाल तेजी से बढ़ा है और शारीरिक तथा मानसिक रोग निवारण में इसकी खुराक अचूक रही है।

जिम के साथ डांस लाला

देश में डांस थेरेपी की छोटे बड़े दर्जनों संस्थान संचालित हैं, जिसमें पंजीकरण करने वालों में 23 से 45 वर्ष के युवाओं की हिस्सेदारी सबसे अधिक है। व्यायाम में डांस थेरेपी का दखल एरोबिक एस्ट्रेचर्साज के साथ बढ़ा, जिसमें केवल बेस्टर्न घर्वन पर शरीर की अतिरिक्त कैलोरी बर्न की ही डांस थेरेपी का हिस्सा माना जाता था, लेकिन संगाटन जिम संचालन की तरह ही अब डांस थेरेपी का क्षेत्र भी व्यापक हो गया है।

कुछ प्रचलित डांस विधियां

संघर्ष मासपर्यायों का बेहतर सामंजस्य और मस्तिष्क की एकाधिकता के लिए रुचा डांस करार माना गया है। साधारण व्यायाम से डांस थेरेपी की शुरुआत करने के बाद रुचा नींबू से नियमित 20 से 30 मिनट की ट्रेनिंग कुर्सिला बनती है, जिसे बैन बॉन और कॉर्टन बॉन के दर्द के लिए भी कारगर माना गया है।

स्वास्थ्य संस्थानों में भी बढ़ा दखल

जाने माने खात्रिय संस्थानों के पुनर्निवास केन्द्र में डांस मूवमेंट थेरेपी डीएमटी का प्रयोग शुरू कर दिया गया है। इंडियन स्पाइल इंजीनीयरिंग स्टूडेंट्स सेंटर में वैकल्पिक विकल्पाधीनी विधि के तहत मरीजों की डांस लाला लगाई जाती है। फिल्मियोथेरेपिस्ट के सामन्य में मरीजों को शुरू में मानूसी रूप से खिचाव पर दोबारा मूवमेंट शुरू करने के लिए तीन बार साथ की विकल्पीय प्रयोग शुरू किया जा चुका है।

जीवा: बोन डीसिसी को मजबूत करने के लिए जीवा की अमृत भूषिता है। कार्डियोथेरेप्युलर समर्थ्य को भी जीवा के जरिए ही दूर किया जाता है। देखा गया है कि श्वसन तंत्र संबंधी प्रश्नानामियों भी जीवा के नियमित अभ्यास से तीक हो जाती है।

सांस: कुल्के की समस्याओं के नियन्त्रण के लिए साबा की किसी एक पार्टनर के साथ किया जाता है। पेलविस और पैरों की मांसपर्यायों की दिक्कतों के लिए भी साबा का प्रयोग बेहतर माना गया है।

पास्को डोबल: पास्को सिंगापुर का सबसे प्रसिद्ध डांस रस्ते हैं, जिसे रशियन संगीत के साथ किया जाता है। पास्को के लिए दर्जन का नियन्त्रित होने और शरीर की टोनिंग के लिए पास्को से बैहतर और कोई डांस रस्ते नहीं हो सकता।

सालसा: तनाव मुक्ति के लिए सालसा को सबसे सरकी माना गया है। डांस विशेषज्ञों की मानों तो 70 फीसदी युवा सालसा का नियन्त्रित होने के लिए करते हैं, जिसके सफल परिणाम भी देखे गए हैं।

नोट: इसके अलावा, गल्लज, फॉवस ट्रॉट, किंक, टेंग, वाइनेस और बैलो जैसे परियायी नृत्य रस्तर हठन की कुल्के माने जाने लगे हैं।

शैक्षणिक संस्था ने 10,500 बच्चों पर किया अध्ययन

बच्चों के दिमाग को कुंद बना रहे स्मार्टफोन-टैबलेट

अगर आपके बच्चों को स्मार्टफोन और टैबलेट की लत लग गई है तो सावधान रहिए। यह उनके दिमाग को कुंद बना सकते हैं। बच्चों में टैबलेट और स्मार्टफोन की बढ़ती आदत से उनकी तकनीकी कुशलता कुछ सालों में तकनीकी कुशलता को छोड़ देती है।

आईटी साक्षरता में आ रही गिरावट

आस्ट्रेलिया की शैक्षणिक संस्था ने अपनी रिपोर्ट में पाया कि साल 2011 से कुछ बच्चों में आईटी साक्षरता के मामले में महत्वपूर्ण विशेषांक आई है। रिपोर्ट के मुताबिक बच्चों ने स्मार्टफोन और टैबलेट पर अलग तरह की कुशलता सीखी है जो कि कार्यस्थलों पर जुर्जर करने वाली तकनीकी कुशलता से अलग है। रिपोर्ट में कहा गया है कि ऑफिसिलिया के स्कूलों में तकनीकी पाईदी में आए



गिरावटों की वजह हो सकते हैं। इसके अलावा विप्रेट में वही कहा गया है कि उपकरणों में होने वाले फेरबदल भी इन बदलावों की वजह हो सकते हैं। ऑफिसिलिया के राष्ट्रीय मूल्यांकन कार्यक्रम की वह रिपोर्ट बच्चों के दो समूहों पर आधारित है। एक समूह ऐसे बच्चों का जो आधी-आधी प्राथमिक शिक्षा प्राप्त किया जाता है और दूसरा समूह ऐसे बच्चों का जो सेकंड्री स्कूल के चौथे साल में था। इस अध्ययन में 10,500 बच्चों ने हिस्सा लिया। रिपोर्ट में 2011 के आधिकारिक में एक ग्रेड सर्वे की तुलना की गई है। रिपोर्ट के मुताबिक इन बच्चों के दौरान तकनीकी साक्षरता के मामले में बच्चों के दोनों समूहों में महत्वपूर्ण गिरावट देखी गई है।

उत्तरों के जूते की वजह से उनके बीच बढ़ती है। जीवा लाला जीवा की विकल्पीय प्रयोग बेहतर हो जाता है।

सलाद को खाने का सबसे ज्यादा न्यूट्रिशन वाला हिस्सा कहा जाता है, लेकिन कम ही लोग सलाद का और भी ज्यादा फायदा लेने के बारे में सोचते हैं। तो आइए आज हम उन न्यूट्रिशन्स के बारे में आपको बता रहे हैं जो आपके सलाद को और भी हेल्दी बना सकते हैं।

पनीर

जिन सब्जियों में स्टार्वर्न नहीं होता, उनके साथ पनीर खाने से फैट लॉस तोनी से होता है। मार्केट में कई तरह के पनीर मौजूद हैं, लेकिन सलाद में उसी तरह के पनीर का प्रयोग करिए, जिसमें फैट और सोडियम की मात्रा कम होती है। प्रोटीन और कैलोरियम का अच्छा स्रोत होने के कारण सलाद में डालकर खाने।

नटस

नटस और सीडस : नटस और सीडस में फैबिलर और प्रोटीन भरपूर मात्रा में पाया जाता है। इसमें मोनों और पॉलीसियुरेट फैट्स भी ज्यादा मात्रा में होते हैं, जो दिल के लिए बहुत दर्द बढ़ाते हैं। इनसे लाला जीवा की वजह से उनके बीच बढ़ती है।

ज्यादा

ज्यादा मात्रा में होते हैं, जो दिल के लिए बहुत दर्द बढ़ाते हैं। इसमें एक अच्छा स्रोत होता है।

शामिल

शामिल करने के लिए बहुत दर्द बढ़ाते हैं। इसमें एक अच्छा स्रोत होता है।

कॉलेस्ट्रॉल

कॉलेस्ट्रॉल का लेवल कम किया जा सकता है।

ओमेगा-3

ओमेगा-3 से लेकर ओमेगा-6 फैटी ऐसिड्स होते हैं।

लैटेयूस

लैटेयूस सबसे अच्छा वेट लॉस पूर्ण है। इसमें शुगर और सोडियम की मात्रा कम जबकि विटामिन-ए, के और सी भी भारी मात्रा में पाया जाता है।

प्रॉस्ट्रेट

प्रॉस्ट्रेट के लिए बहुत दर्द बढ़ाते हैं। इसमें एक अच्छा स्रोत होता है।

फैट्स

फैट्स की जीवा लाला जीवा की वजह से उनके बीच बढ़ती है।

नमक

नमक का सेवन कम हो जाता है।

लैटेयूस

लैटेयूस सबसे अच्छा वेट लॉस पूर्ण है।

विटामिन

विटामिन की जीवा लाला जीवा की वजह से उनके बीच बढ़ती है।

विटामिन-ए

विटामिन-ए की जीवा लाला जीवा की वजह से उनके बीच बढ़ती है।

विटामिन-डी

विटामिन-डी की जीवा लाला जीवा क