दुष्कर्मों के दुष्परिणाम

हिंदी
विवेक
WE WORK FOR A BETTER WORLD
Issue : 18- 31 October 2026
संयुक्त अंक








पितांबरी®
देवभक्ती®
अगरबत्ती
देवभक्ती के
मोहक सुगंध से करें,
देवी का पवित्र पूजन!
Agarbatti with
Natural Ingredients
कुलदेवी उपासना
चंदन
गुलाब
मोगरा
अनुभव करे भक्ति की शक्ति!
Pitambari Products Pvt. Ltd.
Maharashtra: 8291853804, North: 7011012599, South: 9886553105,
East: 7752023380, 9867102999,
CRM: 022 - 67035564/5699, Toll Free: 18001031299
Visit: www.pitambari.com | CIN: U52291MH1989PTC051314

अनुक्रमणिका

◆ खेती, अर्थव्यवस्था व भविष्य की चुनौती	लवकुश तिवारी	04
◆ गहराते जल संकट, सूखते स्रोत	अलकेश चतुर्वेदी	06
◆ विकास की चमक में प्यासे हो रहे महानगर	डॉ. अर्पण जैन 'अविचल'	08
◆ चुनौतियों के बीच राष्ट्रीय एकता और स्वावलम्बन	आशीष कुमार 'अंशु'	11
◆ घुसपैठियों का सीधा समर्थन या विरोध	विप्लव विकास	13
◆ वामपंथ की आग में इस्लाम का ईंधन	दीपक कुमार द्विवेदी	15
◆ मैं सुहागन रहूं उम्र भर के लिए ...	परिणीता सिन्हा 'स्वयंसिद्धा'	18
◆ कानून का प्रभावी क्रियान्वयन	डॉ. संतोष झा	19
◆ रुबियो के दौरे से आशाएं	रंजीत कुमार	21
◆ बहुमुखी कल्पनाओं के धनी मोरोपंत पिंगले	विजय कुमार	23
◆ आकाश में उड़ान महंगी	संकलन	24
◆ शादी के कार्ड पर क्लिक, जरा रुकिए!	संकलन	26
◆ तुरंत चेहरे पर ग्लो पाने युवाओं में होड़	संकलन	27
◆ जानें कितना नुकसानदायक प्रोटीन पाऊडर	संकलन	28
◆ लौहपुरुष सरदार पटेल एकता के महानायक	संकलन	29

पंजीयन शुल्क

UPI पेमेंट गेटवे के लिए QR कोड स्कैन करें और मैसेज बॉक्स में अपना नाम, पता व सम्पर्क नम्बर दर्ज करें।

वार्षिक मूल्य : 500 रुपये, त्रैवार्षिक मूल्य : 1200 रुपये
पंचवार्षिक मूल्य : 1800 रुपये, आजीवन मूल्य : 25,000 रुपये

कार्यालय : प्लॉट नम्बर 7, आरएससी रोड नम्बर-10, सेक्टर-2,
श्रीकृष्ण बिल्डिंग के पीछे, हनुमान मंदिर बस स्टॉप के समीप, चारकोप,
कांदिवली (पश्चिम), मुंबई- 400067. सम्पर्क : 9594991884

जल संकट



लवकुश तिवारी

देशभर में गहराता जल संकट हमें चेतावनी दे रहा है कि पानी को असीमित संसाधन मानने की भूल अब भारी पड़ सकती है। आज खेतों में खड़ी फसल, किसान की मेहनत, ग्रामीण परिवार की आजीविका और राज्य की आर्थिक स्थिरता एक-दूसरे से जुड़ी हुई हैं।

खेती, अर्थव्यवस्था व भविष्य की चुनौती

भारत की सभ्यता और संस्कृति में जल को जीवन का आधार माना गया है। नदियों, तालाबों, कुओं और झरनों के किनारे विकसित हुई हमारी सभ्यता ने सदियों तक प्रकृति के साथ सामंजस्य बनाकर जीवन जीने की कला सिखाई। लेकिन आज विकास की अंधी दौड़, प्राकृतिक संसाधनों के अत्यधिक दोहन और बदलते मौसम के बीच वही जल हमारे लिए सबसे बड़ी चुनौती बनता जा रहा है। महाराष्ट्र सहित देश के अनेक राज्यों में वर्षा की अनियमितता और कम बारिश ने जल संकट को गम्भीर रूप दे दिया है। महाराष्ट्र की स्थिति विशेष रूप से चिंताजनक है, जहां खेती, पशुपालन, ग्रामीण अर्थव्यवस्था और शहरी जलापूर्ति पर इस संकट का सीधा प्रभाव दिखाई देने लगा है।

वर्ष 2026 का मानसून इस संकट की गम्भीरता को सामने लाया है। उपलब्ध रिपोर्टों के अनुसार, महाराष्ट्र में मानसूनी वर्षा सामान्य से लगभग 18 प्रतिशत कम रही। मराठवाड़ा और विदर्भ जैसे क्षेत्रों में स्थिति अधिक चिंताजनक रही है। अक्टूबर 2026 में राज्य के 305 तालुकाओं में सूखे की स्थिति घोषित किए जाने का समाचार सामने आया है। यह आंकड़ा केवल मौसम की प्रतिकूलता नहीं दर्शाता, बल्कि उस कृषि व्यवस्था की कमजोरी भी उजागर करता है, जो आज भी काफी हद तक मानसून पर निर्भर है।

मानसून की अनिश्चितता और संकट के कारण

भारत में मानसून केवल वर्षा का मौसम नहीं, बल्कि करोड़ों लोगों की आजीविका का आधार है। किसान कब बुवाई करेगा, कौन-सी फसल लेगा और कितनी पैदावार होगी, इसका बड़ा हिस्सा वर्षा की मात्रा, समय और वितरण पर निर्भर करता है।



समस्या केवल कम बारिश की नहीं है। कई क्षेत्रों में बारिश कुछ दिनों में अत्यधिक होती है, जबकि उसके बाद लम्बे समय तक सूखा पड़ जाता है। कहीं बाढ़ आती है, तो कहीं खेतों की मिट्टी में पर्याप्त नमी तक नहीं बचती।

जलवायु परिवर्तन के कारण तापमान में वृद्धि, वाष्पीकरण में तेजी और वर्षा के स्वरूप में बदलाव जैसी चुनौतियां बढ़ रही हैं। अल नीनो जैसी वैश्विक समुद्री-जलवायु परिस्थितियां भी मानसून को प्रभावित कर सकती हैं। हालांकि हर वर्ष कम बारिश के लिए केवल जलवायु परिवर्तन को जिम्मेदार ठहराना उचित नहीं होगा। स्थानीय भौगोलिक परिस्थितियां, पहाड़ों पर उत्खनन, वनों की कटाई, मिट्टी का क्षरण, जलग्रहण क्षेत्रों का विनाश और जल प्रबंधन की कमियां तथा पहाड़ों को काटकर बड़े पैमाने पर किए जा रहे बिल्डिंगों का निर्माण भी संकट को गहरा करती हैं।

इसके साथ ही भूजल का अनियंत्रित दोहन, पारम्परिक जलस्रोतों की उपेक्षा और पानी की अधिक खपत वाली फसलों का उन क्षेत्रों में विस्तार, जहां जल उपलब्धता सीमित है, समस्या को और गम्भीर बनाते हैं। महाराष्ट्र में गन्ने जैसी अधिक पानी की आवश्यकता वाली फसल का उत्पादन और सिंचाई के लिए भूजल पर बढ़ती निर्भरता जल नियोजन पर नए सिरे से विचार करने की मांग करती है।

खेती पर पड़ेगा सीधा और व्यापक प्रभाव

जल संकट का सबसे पहला और गम्भीर प्रहार कृषि क्षेत्र पर पड़ता है। पर्याप्त नमी न मिलने से बीजों का अंकुरण प्रभावित होता है। पौधों की वृद्धि रुकती है, फूल और फलियां कम बनती हैं तथा अनाज और तिलहन की पैदावार घट जाती है। सोयाबीन, कपास, अरहर, ज्वार और अन्य फसलों की उत्पादकता पर प्रतिकूल असर पड़ सकता है।

महाराष्ट्र के मराठवाड़ा और विदर्भ सहित देश के कई ऐसे भाग हैं जहां वर्षा-निर्भर क्षेत्रों में किसानों के सामने खरीफ की फसल बचाने के साथ-साथ रबी की बुवाई का भी संकट है। खेतों में नमी कम होने और जलाशयों का भंडार घटने से चना, ज्वार और अन्य रबी फसलों की बुवाई प्रभावित हो सकती है। यदि किसान समय पर बुवाई नहीं कर पाता, तो उत्पादन में गिरावट के साथ फसल की गुणवत्ता भी प्रभावित हो सकती है।

बागवानी और नकदी फसलों के लिए संकट और भी महंगा साबित हो सकता है। फलदार पेड़ों को लम्बे समय तक पर्याप्त पानी नहीं मिलने से फल छोटे रह सकते हैं, उत्पादन घट सकता है और अगले मौसम की पैदावार पर भी असर पड़ सकता है। सब्जियों का उत्पादन कम होने से बाजार में आवक घटेगी और कीमतें बढ़ने की आशंका रहेगी। इस प्रकार जल संकट खेत से निकलकर आम उपभोक्ता की रसोई तक पहुंच सकता है।

किसान पर दोहरी मार: लागत बढ़ेगी, आमदनी घटेगी

किसान के लिए सूखा केवल फसल का नुकसान नहीं है, बल्कि आर्थिक असुरक्षा का एक लम्बा दौर है। बीज, खाद, कीटनाशक, मजदूरी और कृषि उपकरणों पर खर्च करने के बाद यदि बारिश साथ नहीं देती, तो किसान की पूरी पूंजी संकट में पड़ जाती है। सिंचाई के लिए उसे अधिक गहराई तक बोरवेल खुदवाना पड़ सकता है, बिजली और डीजल पर अतिरिक्त खर्च करना पड़ सकता है तथा पानी खरीदने के लिए भी मजबूर होना पड़ सकता है।

दूसरी ओर, उत्पादन घटने पर उसकी आय कम हो जाती है। कर्ज की किस्तें, बच्चों की शिक्षा, परिवार का भरण-पोषण और अगली फसल की तैयारी जैसे खर्च सामने खड़े रहते हैं। ऐसी स्थिति में किसान को साहूकारों या अन्य स्रोतों से कर्ज लेना पड़ सकता है। कर्ज का बढ़ता बोझ ग्रामीण परिवारों की



आर्थिक और मानसिक परेशानियों को बढ़ाता है।

राज्य की अर्थव्यवस्था पर व्यापक असर

फसल कम होने से कृषि आधारित उद्योगों को कच्चे माल की कमी का सामना करना पड़ सकता है। ग्रामीण परिवारों की क्रयशक्ति घटने से बाजार में मांग कमजोर हो सकती है। इससे छोटे दुकानदारों, स्थानीय कारोबारियों और सेवा क्षेत्र की आय प्रभावित होती है।

दूसरी ओर, सरकार पर राहत और पुनर्वास का आर्थिक बोझ बढ़ता है। प्रभावित किसानों को मुआवजा, पेयजल के लिए टैंकर, पशुओं के लिए चारा, रोजगार के अवसर और अन्य सहायता उपलब्ध कराने के लिए अतिरिक्त धन की आवश्यकता होती है। जलाशयों में पानी कम होने पर शहरी जलापूर्ति, उद्योगों और बिजली उत्पादन की जरूरतों के बीच संतुलन बनाना भी कठिन हो सकता है। पुणे जैसे शहरों में जलापूर्ति में कटौती की नौबत इस चुनौती की व्यापकता को दर्शाती है।

●●●

गहराते जल संकट, सूखते स्रोत



समाधान



अलकेश चतुर्वेदी

आधुनिकीकरण के कारण छोटे शहरों और गांवों में जल के कई स्रोतों को पाट कर निर्माण कार्य किया गया, जिसके कारण जल के कई स्रोत बंद हो गए या सूख गए। कई ऐसे कारण हैं जिनसे देशभर में जल संकट गहरा गया है। इसके पीछे के क्या कारण हैं–आइए इस पर एक दृष्टि डालते हैं।

कभी गांव या छोटे शहर की पहचान उसके तालाब, कुएं और बावड़ियों से होती थी। लोग रास्ता बताते समय कहते थे–तालाब के आगे मुड़ जाइए, पुराने कुएं के पास पहुंच जाइए। ये जलस्रोत बस्तियों के जीवन का हिस्सा थे। आज उन्हीं स्थानों पर कहीं दुकानें हैं, कहीं मकान और कहीं कचरे का ढेर। गर्मी आती है तो पानी के लिए लम्बी कतारें लगती हैं। जिन बस्तियों ने कभी अपने आसपास के लोगों और पशुओं की प्यास बुझाई थी, वे अब टैंकरों की प्रतीक्षा करते हैं।

सवाल है कि कुएं, तालाब और चापाकल होने के बावजूद पानी का संकट क्यों है? वास्तव में, किसी स्थान पर जलस्रोतों का होना और उनमें उपयोग योग्य पानी बने रहना अलग बातें हैं। हमने पानी निकालने के साधन तो बढ़ाए, लेकिन उसे सम्भालने की चिंता कम कर दी। कुएं की जगह बोरवेल आया और फिर उससे भी गहरा बोरवेल। धरती से पानी लेने की इस दौड़ में हम भूल गए कि उसके भीतर पानी पहुंचेगा कहां से?

भारतीय ज्ञान परम्परा में इस प्रश्न का उत्तर जीवन–व्यवहार से जुड़ा था। कुआं खुदवाना, तालाब बनवाना और वृक्ष लगाना पुण्य का काम माना जाता था। इसके पीछे लोककल्याण की भावना थी। मत्स्यपुराण के अध्याय 154 में कहा गया है–

दशकूपसमा वापी दशवापीसमो ह्रदः।
दशह्रदसमः पुत्रो दशपुत्रसमो द्रुमः।।

अर्थात दस कुओं के समान एक बावड़ी, दस बावड़ियों के समान एक बड़ा जलाशय, दस जलाशयों के समान एक पुत्र और दस पुत्रों के समान एक वृक्ष का महत्त्व है। इसी प्रसंग में निर्जल स्थान पर कुआं बनवाने के पुण्य का भी उल्लेख मिलता है। ध्यान रहे, इस श्लोक में वृक्ष को दस पुत्रों के समान बताया गया है। हमारे पूर्वजों ने जल और वृक्ष की रक्षा को ऐसी जिम्मेदारी बनाया, जिसे निभाने में व्यक्ति अपना और समाज का कल्याण देखता था।

इतिहास में भी इसके सुंदर उदाहरण हैं। गुजरात के जूनागढ़ के निकट सुदर्शन झील

का निर्माण चंद्रगुप्त मौर्य के प्रांतीय अधिकारी पुष्यगुप्त ने कराया था। अशोक के समय तुषास्फ ने उसमें जलप्रणालियां विकसित कराईं। कई शताब्दियों बाद भीषण वर्षा से उसका बांध टूट गया तो महाक्षत्रप रुद्रदामन ने लगभग 150 ईस्वी में उसकी मरम्मत कराई। जूनागढ़ अभिलेख में इसका विवरण मिलता है। झील मौर्यकाल की थी और रुद्रदामन का अभिलेख बाद का। यह प्रसंग बताता है कि पुराने जलस्रोत की मरम्मत भी उतना ही महत्त्वपूर्ण सार्वजनिक कार्य था, जितना नया निर्माण।

आज स्थिति चिंताजनक है। अनेक जगह तालाब की जमीन की कीमत तो समझी जाती है, लेकिन उसमें जमा होने वाले पानी का मूल्य नहीं समझा जाता। धीरे-धीरे किनारों पर कब्जे होते हैं, फिर तालाब सिकुड़ता है और अंततः उसका नाम ही बचता है। पहली राष्ट्रीय जल निकाय गणना में 38,496 जल निकायों पर अतिक्रमण दर्ज हुआ। इनमें 95.4 प्रतिशत ग्रामीण क्षेत्रों में थे। इसलिए यह मान लेना गलत होगा कि गांवों में जलस्रोत सुरक्षित हैं और संकट केवल शहरों का है।

छोटे शहरों की परेशानी यह है कि उनका विस्तार तो तेजी से होता है, लेकिन पानी और निकासी की व्यवस्था उसी गति से नहीं बढ़ती। आसपास के खेत कॉलोनियों में बदल जाते हैं। जहां वर्षाजल ठहरता था, वहां सड़क बन जाती है। तालाब तक पानी पहुंचाने वाला नाला कहीं दब जाता है, कहीं सीवर बन जाता है। बरसात में पानी गलियों में भरता है और गर्मी में लोग उसी पानी के लिए परेशान होते हैं। यह दृश्य हमारी योजना की कमी को सामने रखता है।

चापाकल और बोरवेल की अधिक संख्या भी भरोसे का आधार नहीं है। सम्भव है कि पूरे मोहल्ले के बोरवेल एक ही भूमिगत जलभंडार से पानी खींच रहे हों। निकासी बढ़ती रहे और पुनर्भरण घटता जाए तो सभी स्रोत प्रभावित होंगे। ऊपर से तालाब में गाद, कुएँ में कचरा और पानी में सीवर मिल जाए तो उपलब्ध पानी भी काम का नहीं रहता। कई जगह समस्या पानी की कमी के साथ खराब पम्प, टूटी पाइपलाइन और असमान वितरण की भी होती है।

इस संकट को केवल घरेलू बचत से हल नहीं किया जा सकता। केंद्रीय भूजल बोर्ड के 2024 के आकलन में कुल वार्षिक भूजल दोहन का लगभग 87 प्रतिशत कृषि में बताया गया है। इसलिए स्थानीय पानी के अनुरूप फसलें, उपयुक्त सूक्ष्म सिंचाई, खेतों की मेड़बंदी और मिट्टी में नमी बचाने के उपाय आवश्यक हैं। किसान को ऐसी व्यवस्था और सहायता मिलनी चाहिए जिससे पानी बचाना उसके लिए व्यवहार में सम्भव हो।



नगरों और उद्योगों के विस्तार में भी जमीन का विवेकपूर्ण उपयोग करना होगा। उपजाऊ खेतों पर लगातार निर्माण खाद्य सुरक्षा और जलसंचय, दोनों को प्रभावित करता है। जहां सम्भव हो, उद्योगों के लिए पहले से विकसित अनुपयोगी परिसरों और पर्यावरणीय दृष्टि से उपयुक्त गैर-कृषि भूमि को प्राथमिकता दी जाए। साथ ही, हर पथरीली या बंजर दिखने वाली जमीन को बेकार न समझें, उसका भी अपना प्राकृतिक महत्त्व हो सकता है।

शहरों का अनियंत्रित फैलाव रोककर सुविचारित सघन और आवश्यकतानुसार ऊर्ध्वाधर विकास अपनाना उपयोगी होगा। इससे कम भूमि पर आवास और सुविधाएं उपलब्ध कराई जा सकती हैं तथा आवागमन की दूरी घट सकती है। लेकिन ऊंचे भवनें अपने आप पानी नहीं बचातीं। उनके साथ वर्षाजल संचयन, शोधित पानी का दोबारा उपयोग और पर्याप्त जलनिकासी की व्यवस्था भी चाहिए।

अब प्रत्येक गांव और नगर को अपने पानी का हिसाब रखना होगा। पुराने जलस्रोत कहां हैं, उनमें पानी क्यों नहीं पहुंच रहा और कौन उनकी देखरेख करेगा-इन प्रश्नों के स्पष्ट उत्तर चाहिए। तालाब का पुनरुद्धार केवल उसके किनारे टाइल लगाने से पूरा नहीं होगा। उसमें साफ पानी पहुंचे, जलग्रहण क्षेत्र सुरक्षित रहे और आवश्यकतानुसार गाद निकले, तभी उसका जीवन लौटेगा। भूजल पुनर्भरण भी स्थानीय भूगर्भीय स्थिति और पानी की स्वच्छता जांचकर किया जाना चाहिए।

पानी से जुड़ाव लौटाने के लिए लोगों की भागीदारी आवश्यक है। मोहल्ले का कुआं, गांव का तालाब और सार्वजनिक बावड़ी फिर सामूहिक जिम्मेदारी बनें। वृक्ष लगें तो उनके बड़े होने तक देखभाल भी हो। हमारे पूर्वज आने वाली पीढ़ियों के लिए जलस्रोत छोड़ गए थे। हमें भी सोचना होगा कि हम क्या छोड़कर जाएंगे-जीवित तालाब और पानीदार कुएं, या उनके स्थानों की केवल यादें?

संकट



डॉ. अर्पण जैन 'अविचल'

देश के महानगरों में गहराता जल संकट हमें पुनर्विचार करने के लिए बाध्य करता है कि जिस शहर में पानी की कमी हो जाती है, वहां केवल नल नहीं सूखते, वहां विकास के दावे, प्रशासन की प्राथमिकताएं और भविष्य के प्रति हमारी जिम्मेदारियां भी सवालों के घेरे में आ जाती हैं।

विकास की चमक में प्यासे हो रहे महानगर

भारत वह देश है, जहां प्राणदायिनी नदियों को माना जाता है, जहां जल को देवतुल्य मानकर उसकी पूजा की गई, जहां कुएं, बावड़ियां, तालाब और सरोवर कभी सामुदायिक जीवन के केंद्र हुआ करते थे, उसी देश के महानगरों में आज लोग बूंद-बूंद पानी के लिए संघर्ष कर रहे हैं। यह केवल प्रकृति की विडम्बना नहीं, बल्कि हमारी विकास सम्बंधी सोच, प्रशासनिक प्राथमिकताओं और सामूहिक जिम्मेदारी पर उठता एक गम्भीर प्रश्न है। आज गगनचुम्बी भवनों से सने हुए शहरों में पानी के लिए संघर्ष सरेआम देखा जा सकता है, लोगों की हत्याओं का नग्न नाच शहरों में पानी के कारण हो रहा है।

आज भारत के महानगरों की पहचान ऊंचे भवनों, चौड़ी सड़कों, चमचमाते बाजारों, मेट्रो रेल और आधुनिक जीवनशैली से की जाती है। लेकिन इस चमकदार तस्वीर के पीछे एक ऐसा यथार्थ भी है, जिसे विकास के विज्ञापनों में जगह नहीं मिलती। वह यथार्थ है पानी के लिए भटकता नागरिक, टैंकर की प्रतीक्षा करती बस्तियां, सूखते भूजल स्रोत और गर्मियों में खाली होती जल टंकियां। सवाल यह है कि क्या हमने विकास के भवनों को खड़े करते समय उस पानी की चिंता की, जिसके बिना उन भवनों में जीवन सम्भव ही नहीं है?

शहर अपने आयतन का विस्तार कर रहे हैं, हर दिशा में फैल रहे हैं, लेकिन क्या उनके संसाधनों को भी उसी अनुपात में बढ़ाया जा रहा है? हमने नई कॉलोनियां बसाईं, लेकिन क्या वहां रहने वाले लोगों के लिए पर्याप्त जलापूर्ति सुनिश्चित की? हमने सीमेंट-



कंक्रीट के जंगल खड़े किए, लेकिन क्या वर्षा के पानी को जमीन के भीतर पहुंचने के रास्ते खुले रखे? हमने प्राकृतिक तालाबों और जलधाराओं के आसपास निर्माण को विकास समझ लिया, लेकिन क्या कभी यह सोचा कि इन जलस्रोतों के नष्ट होने की क़ीमत आने वाली पीढ़ियों को चुकानी पड़ेगी?

ये प्रश्न किसी एक सरकार, शहर या विभाग तक सीमित नहीं हैं। ये उस सोच से जुड़े हैं, जिसमें निर्माण को विकास और उपभोग को समृद्धि मान लिया गया है, जबकि संरक्षण को अक्सर बाद की प्राथमिकता समझा जाता है।

किसी महानगर की प्रगति का आंकलन उसकी गगनचुम्बी भवनों से नहीं, बल्कि वहां रहने वाले सामान्य नागरिक के जीवन की सहजता से होना चाहिए। यदि किसी शहर में विश्वस्तरीय कार्यालय हैं, लेकिन उसके नागरिकों को पीने का पानी खरीदना पड़ता है, यदि वहां आलीशान आवासीय परिसर हैं, लेकिन आसपास की बस्तियों में सार्वजनिक नलों पर भीड़ लगी रहती है, तो यह विकास की सफलता नहीं, उसकी असमानता का प्रमाण है।

महानगरों में पानी की कमी के अनेक कारण हैं। बढ़ती जनसंख्या, अनियोजित शहरीकरण, भूजल का अत्यधिक दोहन, जलस्रोतों का अतिक्रमण, प्रदूषण, पुरानी पाइपलाइनें और वितरण व्यवस्था की कमजोरियां इनमें प्रमुख हैं। जलवायु परिवर्तन तथा वर्षा के बदलते स्वरूप ने कई क्षेत्रों की चुनौतियों को और जटिल बनाया है। वर्षा का कम होना हमारे नियंत्रण में नहीं है, लेकिन वर्षा के पानी को सहेजना तो हमारे हाथ में है। भूजल का प्राकृतिक पुनर्भरण एक प्रक्रिया है, लेकिन उसके मुकाबले अधिक पानी निकालने से बचना तो हमारे निर्णय पर निर्भर है। नदी का प्रवाह प्राकृतिक परिस्थितियों से प्रभावित हो सकता है, लेकिन उसमें सीवेज और औद्योगिक अपशिष्ट छोड़ना तो हमारी व्यवस्था की विफलता है। इसलिए जल संकट का सबसे असहज सच यह है कि कई बार पानी की कमी से पहले हमारी दूरदर्शिता की कमी सामने आती है।



जिस शहर में मानसून के दौरान जलभराव होता है, वहां कुछ महीनों बाद पानी की किल्लत क्यों दिखाई देती है? जिस महानगर में हर दिन हजारों लीटर पानी पाइपलाइनों के रिसाव से नष्ट होता है, वहां नागरिकों को बचत का उपदेश देने से पहले व्यवस्था में सुधार क्यों नहीं किया जाता? जिस शहर के आसपास तालाब और झीलें मौजूद हैं, वहां उनके संरक्षण को शहरी नियोजन का अनिवार्य हिस्सा क्यों नहीं बनाया जाता? इन सवालों के उत्तर केवल तकनीकी रिपोर्टों में नहीं, प्रशासनिक प्राथमिकताओं और राजनीतिक इच्छाशक्ति में भी खोजने होंगे।

महानगरों की बढ़ती जनसंख्या को अधिकतर जल संकट का प्रमुख कारण बताया जाता है। निस्संदेह, जनसंख्या बढ़ने से पानी की मांग बढ़ती है, लेकिन जनसंख्या वृद्धि अपने आप में पूरी समस्या नहीं है। असली सवाल यह है कि क्या शहर अपनी सम्भावित जनसंख्या और संसाधनों की आवश्यकता का आंकलन करके विकसित हो रहे हैं? यदि किसी क्षेत्र में हजारों नए मकान बनाए जाते हैं, तो उनके लिए सड़क, बिजली और परिवहन की व्यवस्था के साथ पानी की उपलब्धता भी सुनिश्चित होनी चाहिए। यदि किसी शहर में उद्योग स्थापित किए जाते हैं, तो यह भी तय होना चाहिए कि उनकी जल आवश्यकता किस स्रोत से पूरी होगी और स्थानीय नागरिकों के हिस्से का पानी सुरक्षित कैसे रहेगा। जब शहर का विस्तार नियोजन से आगे निकल जाता है, तब संकट जन्म लेता है। पहले पानी की आपूर्ति अनियमित होती है, फिर निजी बोरवेल बढ़ते हैं, भूजल नीचे जाता है, टैंकरों की मांग बढ़ती है और अंततः पानी एक सामान्य नागरिक सुविधा के बजाय महंगी वस्तु बन जाता है। आज के महानगर इन्हीं सब समस्याओं से दो-चार हो रहे हैं किंतु शहरों की सरकारों के खराब मैनेजमेंट और दूरदृष्टि के अभाव में शहर के रहवासी जल विहीन शहर में रह रहे हैं।

भारत की पारम्परिक जल व्यवस्था कभी केवल प्रकृति पर निर्भर नहीं थी। हमारे पूर्वजों ने स्थानीय भूगोल, वर्षा और जल प्रवाह को समझकर तालाब, कुएं, बावड़ियां तथा छोटे जलाशय बनाए। इनका उद्देश्य केवल पानी जमा करना नहीं, बल्कि समुदाय की आवश्यकताओं को लम्बे समय तक सुरक्षित रखना भी था। आज आधुनिक तकनीक और इंजीनियरिंग के युग में हमारे पास जल प्रबंधन के पहले से अधिक साधन हैं। फिर भी अनेक शहर अपने पारम्परिक जलस्रोतों को बचाने के लिए संघर्ष कर रहे हैं।

●●●

राष्ट्रीय भावनाओं को जाग्रत करनेवाली
सामाजिक व पारिवारिक पत्रिका

हिंदी विवेक
We Work For Better World

पंजीयन करें

सेवा विवेक ग्रंथ

मौलिक एवं संग्रहणीय ग्रंथ, स्वयं एवं परिजनों के लिए पंजीयन करें

ग्रंथ प्रकाशन का उद्देश्य


भारत की आत्मा ...सेवा। जो केवल सहायता या दान नहीं है।

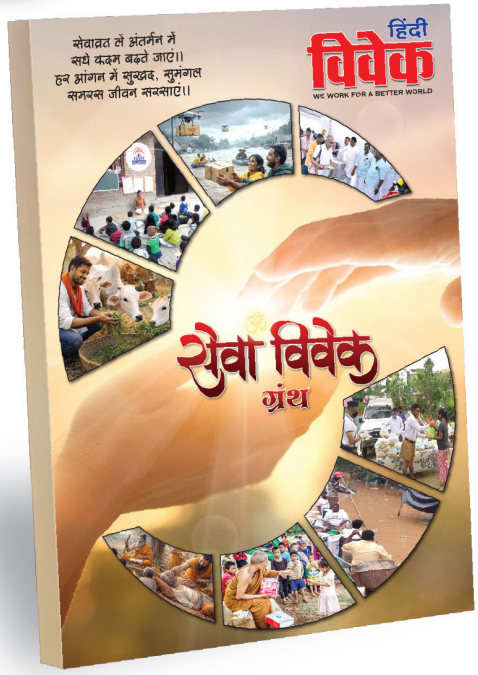

सेवा का सही अर्थ है कर्तव्य, संवेदना और सामाजिक उत्तरदायित्व का समन्वय।


सेवा को भावनात्मक कार्य से आगे ले जाकर विचारशील, सामाजिक प्रक्रिया के रूप में प्रस्तुत करना।


सेवा के पीछे की भारतीय दृष्टि, प्रेरणा और दर्शन को उजागर करना।


इस विचार को बल देना कि सेवा व्यक्ति को संस्कारित कर समाज को संगठित एवं सशक्त करने का प्रभावी माध्यम है।


आदर्श सेवा कार्यों को संकलित कर समाज के प्रबुद्ध पाठकों के सम्मुख प्रस्तुत करना।



ग्रंथ का मूल्य
₹ 700/-

देश के गणमान्य विशेषज्ञों एवं लेखकों की कलम से समृद्ध विषय वस्तु से परिपूर्ण ग्रंथ

UPI पेमेंट गेटवे के लिए QR कोड स्कॅन करे और मैसेज बॉक्स मे अपना नाम, पता व सम्पर्क नंबर दर्ज करें।

ऑनलाइन पेमेंट करने के बाद कृपया 9594991884 पर कॉल करके सूचित करें या व्हाट्सअप करें।

Draft or Cheque should be drawn in the name of : HINDUSTHAN PRAKASHAN SANSTHA HINDI VIVEK

Bank : State Bank of India
Branch : Charkop
A/C No. : 43884034193
IFSC : SBIN0011694

स्थानीय प्रतिनिधि से सम्पर्क करें
कार्यालय : सहारा नांगरे - 9594991884
Email : hindivivekvargani@gmail.com

संदेश

चुनौतियों के बीच राष्ट्रीय एकता और स्वावलम्बन



आशीष कुमार 'अंशु'

विजयादशमी के अवसर पर दिए गए प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी व पू. सरसंघचालक डॉ. मोहन भागवत जी के संबोधन एक ही दिशा की ओर इंगित करते हैं: बाहरी और आंतरिक ताकतों के सामने संगठित, अनुशासित और स्वावलम्बी समाज ही प्रभावी जवाब है।



विजयादशमी का पर्व केवल रावण के वध का प्रतीक नहीं, बल्कि अधर्म, अराजकता और विघटन पर धर्म और व्यवस्था की विजय का उत्सव भी है। 20 अक्टूबर 2026 को प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी और राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के पू. सरसंघचालक डॉ. मोहन भागवत जी के सम्बोधनों ने इस प्रतीक को समकालीन चुनौतियों के संदर्भ में रखा। दोनों ने देश के सामने खड़ी ताकतों की पहचान की और उनके जवाब में एकजुटता, आंतरिक मजबूती तथा स्वावलम्बन पर जोर दिया। इन वक्तव्यों का समायोजन यह स्पष्ट करता है कि भारत बाहरी दबावों, आंतरिक विभाजन और सांस्कृतिक विरोधी प्रवृत्तियों का सामना संगठित समाज और संस्थागत स्थिरता के माध्यम से करेगा।

राष्ट्रीय मान-सम्मान और अखंडता पर आघात करने वाली ताकतों का सामना

प्रधान मंत्री मोदी ने दिल्ली में अपने सम्बोधन में तीन प्रमुख चुनौतियों का उल्लेख किया। पहली वह ताकतें हैं जो देश के मान-सम्मान, सुरक्षा और अखंडता को क्षति पहुंचाती हैं। ये ताकतें सीमाओं पर तनाव पैदा करने, आतंक को संरक्षण देने या भारत की प्रतिष्ठा को अंतरराष्ट्रीय मंचों पर कमजोर करने का प्रयास करती हैं। डॉ. भागवत ने नागपुर में पश्चिम से आने वाली उन प्रवृत्तियों की ओर ध्यान दिलाया जो दुनिया भर की सांस्कृतिक और पारंपरिक व्यवस्थाओं को नष्ट करने का प्रयास कर रही हैं। उन्होंने श्रीलंका, नेपाल और बांग्लादेश की हालिया घटनाओं का हवाला देते हुए कहा कि जब असंतोष को बाहरी या हिंसक तरीकों से भड़काया जाता है,

तो परिणाम अस्थिरता ही होते हैं।

भारत का जवाब इन चुनौतियों का सैन्य या कूटनीतिक मजबूती से देना रहा है, लेकिन दोनों वक्तव्य इस बात पर जोर देते हैं कि स्थायी समाधान आंतरिक संगठनात्मक क्षमता में निहित है।

पू. सरसंघचालक डॉ. मोहन भागवत जी ने स्पष्ट किया कि बाहर से थोपे गए 'रिजीम चेंज' से कभी सकारात्मक परिवर्तन नहीं आया। परिवर्तन समाज के स्वयं के प्रयासों और अनुशासित संगठन से आता है। प्रधान मंत्री का आह्वान कि सभी राजनीतिक दल और संस्थाएं राष्ट्रीय हित में एकजुट हों, इसी दिशा में संकेत करता है। जब देश की सुरक्षा और प्रतिष्ठा पर सवाल उठते हैं, तो राजनीतिक मतभेदों को किनारे रखकर संस्थाओं की साख बनाए रखना आवश्यक हो जाता है। तथ्यात्मक दृष्टि से देखा जाए तो भारत ने हाल के वर्षों में सीमाओं पर अपनी स्थिति मजबूत की है और वैश्विक मंचों पर अपनी आवाज उठाई है। इस प्रक्रिया को जारी रखने के लिए



समाज में उस चेतना का विकास जरूरी है जो बाहरी दबावों को आंतरिक कमजोरी में न बदलने दे।

सामाजिक विभाजन और आंतरिक अस्थिरता का प्रतिकार

दूसरी चुनौती वे तत्व हैं जो समाज में फूट डालने का प्रयास करते हैं। प्रधान मंत्री मोदी ने इन्हें स्पष्ट रूप से चिह्नित किया। पू. सरसंघचालक डॉ. मोहन भागवत जी ने भी आपसी विभाजन को त्यागने और समाज को एकजुट रखने का आह्वान किया। उन्होंने डॉ. बी.आर. अम्बेडकर के 'अराजकता के व्याकरण' का उल्लेख करते हुए कहा कि जब सरकारें जनता की चिंताओं से कट जाती हैं और नीतियां असंतोष को सम्बोधित नहीं करतीं, तब अस्थिरता पैदा होती है। श्रीलंका, नेपाल और बांग्लादेश के उदाहरण इसी बात की पुष्टि करते हैं कि आंतरिक असंतोष को यदि नियंत्रित और संवादपूर्ण तरीके से नहीं सम्भाला गया, तो वह बड़े अशांति का रूप ले सकता है।

भारत का जवाब यहां संस्थागत और सामाजिक दोनों स्तरों पर होना चाहिए। राजनीतिक दल और संस्थाएं जब राष्ट्रीय हित को प्राथमिकता दें, तो विभाजनकारी ताकतों को स्थान नहीं मिलता। पू. सरसंघचालक डॉ. मोहन भागवत जी का जोर समाज के स्वयं के प्रयासों पर है। इसका अर्थ है कि केवल सरकार या कानून पर निर्भर न रहकर नागरिक स्तर पर एकता के प्रयासों को मजबूत करना। तथ्यों की बात करें तो भारत में विविधता लम्बे समय से रही है, लेकिन जब इस विविधता को विभाजन के रूप में प्रयोग किया जाता है, तब सामाजिक ताना-बाना कमजोर पड़ता है। दोनों सम्बोधन इस बात की ओर इंगित करते हैं कि जवाब हिंसक प्रतिक्रिया में नहीं, बल्कि संगठित और संवादपूर्ण एकता में है। जब समाज आपसी मतभेदों को राष्ट्रीय प्राथमिकताओं से ऊपर नहीं रखता, तब बाहरी ताकतों को भी हस्तक्षेप का अवसर नहीं मिलता।

सांस्कृतिक मूल्यों, स्वदेशी और स्वावलंबन का मार्ग

तीसरी चुनौती वह मानसिकता है जो भारतीय संस्कृति और मूल्यों के प्रति शत्रुता रखती है। प्रधानमंत्री मोदी ने इसे स्पष्ट किया, जबकि पू. सरसंघचालक डॉ. मोहन भागवत जी ने पश्चिमी प्रवृत्तियों की उस आंधी की चर्चा की जो सांस्कृतिक और मानवीय व्यवस्थाओं को नष्ट करने का प्रयास कर रही है। वैश्विक चुनौतियों के बीच अमेरिकी टैरिफ जैसे मुद्दों का उल्लेख करते हुए उन्होंने कहा कि भारत के लिए स्वदेशी और स्वावलम्बन का कोई विकल्प नहीं है। यह केवल आर्थिक नीति नहीं, बल्कि सांस्कृतिक आत्मनिर्भरता का भी प्रश्न है।

भारत का जवाब इन चुनौतियों का अपनी सांस्कृतिक जड़ों को मजबूत करते हुए आर्थिक और सामाजिक स्वायत्तता प्राप्त करने में निहित है। दोनों वक्तव्यों का समायोजन यह बताता है कि सांस्कृतिक रक्षा और आर्थिक मजबूती एक-दूसरे से जुड़े हैं। जब समाज अपनी परम्पराओं और मूल्यों के प्रति जागरूक रहता है, तब विभाजनकारी और बाहरी विचारधाराओं का प्रभाव सीमित होता है। प्रधान मंत्री का सभी दलों से एकजुट होने का आह्वान और डॉ. भागवत का समाज को संगठित रहने का संदेश इसी समग्र दृष्टिकोण को रेखांकित करता है।

एसआईआर



विप्लव विकास

एसआईआर का विरोध करने वाले वास्तव में घुसपैठियों के पैरोकार हैं, और देश अब इस तुष्टिकरण को और बर्दाश्त करने के मूड में नहीं है।

घुसपैठियों का सीधा समर्थन या विरोध

यूरोप को अगर आज गौर से देखें, तो एक भयावह और कड़वी सच्चाई साफ दिखाई देती है। वैश्विक स्तर पर बढ़ रही आपराधिक घटनाएं, सामाजिक ताने-बाने का छिन्न-भिन्न होना और आंतरिक सुरक्षा का गहराता संकट-इनमें से अधिकांश विभीषिकाओं के तार अनियंत्रित और अवैध घुसपैठ से जुड़े हैं। आज घुसपैठ कोई केवल सरहद पार की सामान्य हलचल नहीं, बल्कि देशों की सम्प्रभुता को अंदर से खोखला करने वाला एक अंतरराष्ट्रीय हथियार बन चुकी है।

लेकिन विडम्बना और निर्लज्जता देखिए कि भारत में जब इस राष्ट्रीय खतरे से निपटने और देश के वैध नागरिकों के अधिकारों की सुरक्षा के लिए 'एसआईआर' जैसी संवैधानिक कार्रवाई की जाती है, तो तथाकथित सेक्युलर गठबंधन, वामपंथी और मानवाधिकारों के ठेकेदार इसके खिलाफ जहरीला एजेंडा चलाने लगते हैं। सीधा और दोटूक सवाल यह है कि क्या एसआईआर का विरोध वास्तव में लोकतंत्र की रक्षा है, या फिर देश की जनसांख्यिकी को बिगाड़ रहे घुसपैठियों को संरक्षण देने की एक सुनियोजित और देशघाती षडयंत्र?

यूरोप का जलना और 'ग्लोबल इंडेक्स' का खोखलापन

अवैध घुसपैठ और लाचार कानून-व्यवस्था के कारण कोई देश अपनी ही धरती पर कैसे लाचार हो जाता है, इसके ज्वलंत उदाहरण आज पश्चिम के तथाकथित 'सभ्य और विकसित' देशों में बिखरे पड़े हैं। जो यूरोपीय एजेंसियां भारत को 'हैप्पीनेस इंडेक्स', 'प्रेस फ्रीडम इंडेक्स' या 'हंगर इंडेक्स' में नीचा दिखाकर उपदेश देती हैं, उनके अपने देश आज अनियंत्रित आप्रवासन की आग में जल रहे हैं। जुम्बी फोर्सेज सड़कों को अपने कब्जे में लेकर चयनित दुकानों में लूटपाट और आगजनी कर रहे हैं।

ब्रिटेन आज इस बात का सबसे वीभत्स उदाहरण है कि कैसे लाचार कानूनों, वामपंथियों और 'सो-कॉल्ड लिबरल्स' के सक्रिय सहयोग से मुसलमानों ने किसी देश के सिस्टम पर कब्जा कर लिया। पाकिस्तान सहित कई मुस्लिम बहुल देशों से आए अनियंत्रित आप्रवासियों ने अपनी बढ़ती संख्या और संगठित वोट बैंक के बल पर ब्रिटेन की गलियों, संस्थाओं और राजनीतिक व्यवस्था पर गहरा प्रभाव बना लिया है। आज लंदन की सड़कों के दृश्य देखकर भ्रम होता है कि यह ब्रिटेन





की राजधानी है या लाहौर! खुलेआम रास्तों को बंद करके नमाज पढ़ी जा रही है, जुलूस निकाले जा रहे हैं और स्थानीय ब्रिटिश कल्चर को हाशिए पर धकेला जा रहा है।

ब्रिटेन की सबसे शर्मनाक सच्चाई वहां का 'ग्रूमिंग गैंग्स' स्कैंडल है। रोदरहैम, रोचडेल और तैलफोर्ड जैसे शहरों में पाकिस्तानी मूल के संगठित गिरोहों ने दशकों तक हजारों कम उम्र की ब्रिटिश श्वेत बच्चियों का यौन शोषण किया, उनका बलात्कार किया और उन्हें प्रताड़ित किया। आधिकारिक जांच रिपोर्टों के अनुसार, अकेले रोदरहैम में 1,400 से अधिक बच्चियों को निशाना बनाया गया। लेकिन ब्रिटेन के राजनेताओं, पुलिस और प्रशासनिक अधिकारियों ने सिर्फ इस डर से सालों तक कोई कार्रवाई नहीं की कि कहीं उन पर 'नस्लवादी' या 'इस्लामोफोबिक' होने का ठप्पा न लग जाए। राजनीतिक तुष्टिकरण और पॉलिटिकल करेक्टनेस के चक्कर में एक पूरे देश की बेटियों की बलि चढ़ा दी गई। आज वहां के देशभक्त नेता इस जघन्य व्यवस्था के खिलाफ खुलकर आवाज उठा रहे हैं।

यूरोप का दिल कहा जाने वाला फ्रांस दशकों की उदारवादी आप्रवासन नीतियों की कीमत आज दंगों, आगजनी और कट्टरवाद से चुका रहा है। पेरिस और मार्सिले के कई क्षेत्र 'नो-गो ज़ोन' बन चुके हैं, जहां फ्रांसीसी पुलिस भी घुसने से डरती है। वे एक्टिविस्ट जिन्होंने इन उग्रवादियों को वामपंथी विमर्श में फंसकर अपने देश में स्वागत किया आज अपनी दुकानों के लुटे जाने, पीटे जाने पर ठगे से अनुभव कर रहे हैं। ये उन्मादी भीड़ चयनित दुकानों को लूटते समय ये नहीं देख रही कि ये वामपंथियों की हैं या दक्षिणपंथियों की।

बाल्कन क्षेत्र में अल्बानियाई अवैध प्रवास और जनसांख्यिकीय बदलावों ने पूरे क्षेत्र की भू-राजनीतिक स्थिरता को नष्ट कर दिया। वहां अवैध गतिविधियों और संगठित अपराध के सिंडिकेट ने सरकारी तंत्र की रीढ़ तोड़ दी।

विडम्बना देखिए कि जो फ्रांस, ब्रिटेन और इटली आंतरिक कट्टरवाद की आग में जल रहे हैं और जहां बेटियां सुरक्षित नहीं हैं, वे यूरोप की रेटिंग एजेंसियों के इंडेक्स में टॉप पर रहते हैं! वहीं दूसरी ओर, भारत, जिसे ये एजेंसियां रैंकिंग में नीचे रखती हैं, अपने नागरिकों को शांति, सुरक्षा और निर्बाध रूप से त्योहार मनाने का भयमुक्त वातावरण दे रहा है। आज भारत दुनिया की सबसे तेजी से बढ़ती प्रमुख अर्थव्यवस्था है, क्योंकि यहां की सरकार और संवैधानिक संस्थाएं बिना किसी तुष्टिकरण के राष्ट्रीय सुरक्षा और कानून-व्यवस्था के प्रति मुस्तैद हैं। पश्चिम के इस जलते हुए अनुभव से भारत को समय रहते कठोर सबक लेना होगा। यदि किसी देश ने अपनी सीमाओं, मतदाता सूचियों और नागरिक रिकॉर्ड्स में ढील दी, तो तबाही को आने से दुनिया की कोई ताकत नहीं रोक सकती।

इसी पश्चिमी तबाही से भारत को बचाने और देश के भीतर छिपे अवैध घुसपैठियों की पहचान करने के लिए 'एसआईआर' जैसी पारदर्शी संवैधानिक प्रक्रिया शुरू की गई है। लेकिन जैसे ही यह सफाई अभियान शुरू होता है, देश विरोधी तत्व भ्रम फैलाना शुरू कर देते हैं। यदि निष्पक्षता से देखें, तो एसआईआर के तहत जिन नामों को मतदाता सूचियों से हटाया गया है, वे चार पारदर्शी श्रेणियों में आते हैं-

मृत मतदाता, स्थायी रूप से स्थानांतरित/अनुपस्थित मतदाता, एकाधिक स्थानों पर नामांकित मतदाता, अपात्र/असत्यापित प्रविष्टियां। सबसे बड़ा और अकाट्य सच यह है कि एसआईआर की प्रक्रिया शुरू होने से लेकर अब तक एक भी वास्तविक और वैध भारतीय नागरिक यह साबित नहीं कर पाया है कि उसका नाम अनुचित तरीके से काटा गया है। सत्यापन की पूरी व्यवस्था कानूनी और न्यायसंगत है। दूसरा विरोध करने वाले राजनैतिक दल जानते है कि ये मामला सर्वोच्च न्यायालय में न टिका है न टिक सकेगा क्योंकि चुनाव आयोग पर जो आरोप वो लगा रहे हैं वो विशुद्ध रूप से राजनैतिक लगता है। अब यह समझना बिल्कुल आसान है कि जब देश की सुरक्षा मजबूत हो रही है, तो दर्द किसको और क्यों हो रहा है? कांग्रेस, वामपंथी दल और इंडी गठबंधन के साथ कथित एनजीओ जो एसआईआर के खिलाफ अदालतों से लेकर सड़कों तक हंगामा खड़ा कर रहे हैं, उन्हें देश के नागरिकों की चिंता नहीं है। उनकी छटपटाहट का एकमात्र कारण 'वोट बैंक का बिगड़ता समीकरण' है।

●●●



अराजकता

दीपक कुमार द्विवेदी

आज फ्रांस और यूरोप की सड़कों पर जो आग धधक रही है, वह महंगाई की नहीं, बल्कि वामपंथ और इस्लामी कट्टरता के खतरनाक गठजोड़ की है। यही विष अब भारत की ओर बढ़ रहा है।

वामपंथ की आग में इस्लाम का ईंधन

दुनिया के किसी भी कोने में जब कोई शहर सुलगता है, तो उसकी लपटें केवल भवनों को ही राख नहीं करतीं, बल्कि समाज की मानवीय आत्मा और सदियों के विश्वास को भी झुलसा देती हैं। आज फ्रांस और यूरोप के कई देश जिस गहरे राजनीतिक संकट और व्यापक हिंसक विरोध प्रदर्शनों की आग में झुलस रहे हैं, वह किसी अचानक उपजे जनआक्रोश का परिणाम नहीं, बल्कि एक सुनियोजित और गहरी वैचारिक पटकथा का भयावह सच है। इस समय फ्रांस समेत यूरोप के देश हिंसा की चपेट में हैं। ऊपरी तौर पर इसका मुख्य कारण महंगाई और युवाओं का आक्रोश बताया जा रहा है, लेकिन सतह के नीचे छिपे वे वास्तविक कारण कुछ और हैं जो मानवता को खून से रंगना चाहते हैं।

जब फ्रांस के ऐतिहासिक लियोन टाउन हॉल को, जो 1876 में बना था और दो विश्व युद्धों के दौर में भी सुरक्षित बचा था, आग के हवाले कर दिया जाता है, तब यह सोचना आवश्यक हो जाता है कि इस आग को सुलगने के पीछे वे कौन से छुपे हुए हाथ हैं। 17 अक्टूबर 2026 को फ्रांस और इटली में हुए प्रदर्शनों के दौरान सामने आई आगजनी और पुलिस से हिंसक संघर्ष की घटनाओं को समझना आवश्यक है। रॉयटर्स, एसोसिएटेड प्रेस और एएफपी की 17 अक्टूबर 2026 की रिपोर्टों के अनुसार, फ्रांस में महंगाई, जीवन-यापन की बढ़ती लागत और विद्यालयों की दयनीय दशा के बीच व्यापक प्रदर्शन हुए। फ्रांस के गृह मंत्री लॉरेंट नुनेज के अनुसार, देश भर में 110 प्रदर्शनों में लगभग 5.5 लाख लोग सम्मिलित हुए। फ्रांस के प्रधान मंत्री सेबेस्टियन लेकोर्नू ने हिंसक घटनाओं के लिए अतिवामपंथी तत्त्वों और अपराधियों को उत्तरदायी ठहराया। लिमोज, मार्सेय और लियोन में नगर भवनों व कार्यालयों को आग लगा दी गई। पेरिस में दुकानों को लूटने और पुलिस के साथ संघर्ष की घटनाएं सामने आईं। इटली के मिलान और तूरिन में भी प्रदर्शन हिंसक हो गए और पुलिस को आंसू गैस का प्रयोग करना पड़ा।

लेकिन फ्रांस में इस अराजकता का मूल कारण केवल महंगाई या शिक्षा की बदहाली नहीं है, बल्कि इसके केंद्र में अनियंत्रित और अवैध अप्रवासन तथा कम्युनिस्ट ताकतों का खतरनाक गठजोड़ है। एक अप्रत्याशित रूप में जब इस्लाम और वामपंथ फ्रांस की धरती पर एक हुए, तो उनका यह मिलन बेहद भयावह रूप में सामने आया। पश्चिम के देशों ने 'दुनिया को सुधारने' के अहंकार में अपने द्वार उन ताकतों के लिए खोल दिए जो अंततः उन्हीं के विनाश का कारण बन गईं। यह विडम्बना ही है कि फ्रांस के राष्ट्रपति इमैनुएल मैक्रों, जिन्हें 'लेफ्ट-लिबरल' माना जाता है, आज उसी अराजकता के चक्रव्यूह में घिरे हैं जिसे एक खास वैचारिक धड़े ने हवा दी है। नीदरलैंड के राजनेता ग्रीट विल्डर्स ने 17 अक्टूबर हुई फ्रांस की हिंसा पर सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स में पोस्ट करते हुए लिखा कि जब भी वामपंथी और इस्लाम मिलते हैं, तब वे देश को सिविल वॉर में झोंक देते

हैं। यह कथन आज यूरोप की गलियों में सत्य साबित हो रहा है।

यहां यह सवाल उठता है कि वामपंथ मूल रूप से इतना हिंसक क्यों होता है? इसके पीछे उनके वैचारिक सिद्धांत की वे मूल मान्यताएं हैं जो पूरी तरह झूठी हैं। वामपंथ के अनुसार संसाधन सीमित हैं और उनका वितरण ही संसार की मूल समस्या है। जबकि वास्तविकता यह है कि संसाधन असीमित हैं और मनुष्य नई सम्पदा का सृजन कर सकता है। लेकिन वामपंथ इसे स्वीकार नहीं कर सकता, क्योंकि उसके लिए सम्पदा नहीं, बल्कि उस पर और प्रत्येक व्यक्ति के जीवन पर नियंत्रण महत्वपूर्ण है। वामपंथ की दृष्टि में ज्ञान भी सीमित है और जो उनकी किताबों में लिख दिया गया, वही अंतिम सत्य है। जब उनके पास 'परफेक्ट नॉलेज' है, तो वे एक यूटोपिया खड़ा करना चाहते हैं, और उनकी राह में एकमात्र बाधा यह है कि उनके पास पूर्ण शक्ति नहीं है। चूंकि उनकी यह मान्यता यथार्थ से मेल नहीं खाती, इसलिए उन्हें सत्य का दमन करना पड़ता है। फ्री मार्केट प्लेस ऑफ आइडियाज में उनके विचार टिक नहीं सकते, इसलिए वे प्रचार, झूठ और अंततः हिंसा का सहारा लेते हैं। वामपंथ बिना हिंसा के सर्वाइव नहीं कर सकता, क्योंकि सत्य का एकमात्र प्रभावी शत्रु हिंसा ही है। यही प्रयोग और वैचारिक अराजकता आज भारत की धरती पर भी दोहराने के प्रयास हो रहे हैं। फ्रांस में जो तांडव फैला है, वही सब कुछ भारत में 'काकरोच जनता पार्टीफ' जैसी ताकतें करना चाहती हैं और देश में अराजकता फैलाना चाहती हैं। जब 'काकरोच जनता पार्टी' अपने मंसूबों में सफल नहीं हो पाई, तो उसने भारत में फ्रांस जैसे हालात पैदा करने के लिए अन्य रास्ते खोजने शुरू किए। इन्होंने 'स्कूल चलो अभियान' के माध्यम से असंतोष फैलाने का प्रयास किया, लेकिन अपेक्षित जनसमर्थन न मिलने पर रणनीति बदली। इसके बाद मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार के इस्तीफे की मांग को लेकर 10 अक्टूबर 2026 को जंतर-मंतर पर लोगों को जुटाने का आह्वान किया गया। लेकिन सरकार की सख्ती ने इनके खतरनाक मंसूबों पर पानी फेर दिया। इतिहास इस बात का साक्षी है कि कम्युनिस्ट और अराजक बुद्धिजीवी मानवता के लिए हमेशा से एक गम्भीर खतरा रहे हैं। फ्रांस की उन रोती हुई महिलाओं को याद कीजिए जो पूछने को विवश हैं कि जिन लोगों को उन्होंने शरण दी, आज वही लोग उनकी खून-पसीने की कमाई को क्यों लूट रहे हैं? यही विडम्बना आज भारत में भी देखने को मिल रही है, जहां शांति से जीने और ईमानदारी से कमाने वाले आम नागरिकों के जीवन को राजनीति की भेंट चढ़ाया जा रहा है।

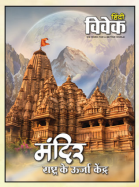
●●●

आपकी आवाज को बुलंद करने वाली
सम्पूर्ण पारिवारिक व सामाजिक मासिक पत्रिका

पुस्तकों का खजाना

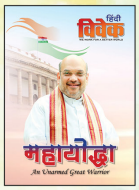
हिंदी विवेक
" We Work For A Better World"

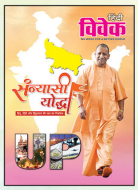
10 से अधिक प्रतियां बुक करने पर विशेष छूट दी जाएगी

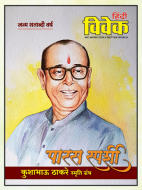

₹ 700/-


₹ 700/-


₹ 700/-

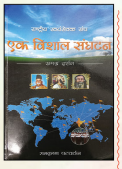

₹ 700/-


₹ 700/-


₹ 400/-


₹ 60/-


₹ 200/-


₹ 500/-


₹ 250/-


₹ 180/-


₹ 250/-


₹ 250/-


₹ 150/-


₹ 200/-

Draft or Cheque should be drawn in the name of HINDUSTHAN PRAKASHAN SANSTHA HINDI VIVEK

• Bank Details : State Bank of India • Branch : Charkop,
• A/C No. : 00000043884034193 • IFSC Code : SBIN0011694

पंजीकरण हेतु पत्रिका के स्थानीय प्रतिनिधि अथवा कांदिवली कार्यालय में सम्पर्क करें।

प्लॉट नम्बर 7, आरएससी रोड नम्बर-10, सेक्टर-2, श्रीकृष्ण बिल्डिंग के पीछे, हनुमान मंदिर बस स्टॉप के समीप, चारकोप, कांदिवली (पश्चिम), मुंबई- 400067

UPI पेमेंट गेटवे के लिए QR कोड स्कैन करें और मैसेज बॉक्स में अपना नाम, पता व सम्पर्क नम्बर दर्ज करें।

प्रशांत : 9594961855 / भोला : 9930016472 / संदीप : 7045961331
कार्यालय : 9594991884 Email : hindivivekvargani@gmail.com

50+ YEARS OF MOMENTUM
अर्थ सहकारेण कल्याणम्

दि कल्याण जनता सहकारी बँक लि.
मल्टी-स्टेट शेड्युल्ड बँक

सोने तारण कर्ज



जलद कर्ज

कमी प्रक्रिया शुल्क

व्याजदर

९.५०%* वार्षिक

* अटी व शर्ती लागू

TOLL FREE: 1800 233 1919 kalyanjanata.in KJSBank

करवाचौथ



परिणीता सिन्हा 'स्वयंसिद्धा'

पति की लम्बी आयु की कामना को लेकर करवाचौथ का व्रत करती हैं। यह त्योहार देश के लगभग सभी राज्यों में बहुत ही धूमधाम से मनाया जाता है।



मैं सुहागन रहूं उम्र भर के लिए ...

इन दिनों बाजारों में त्योहारों में विशेसकर करवाचौथ की खूब धूम है। यूं तो यह त्योहार मुख्यतः पंजाब, दिल्ली, हरियाणा, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश में मनाया जाता था, लेकिन प्रवास के कारण यह सुदूर क्षेत्रों में भी मनाया जा रहा है। वैसे एक सच यह भी है कि यह त्योहार फिल्मों के कारण ज्यादा प्रासंगिक हो गया। कुछ प्रचलित फिल्मों में इसे दिखाए जाने के बाद युवाओं में इसका प्रचलन बढ़ गया और युवक व युवतियां दोनों ने उपवास करना शुरू कर दिया। वैसे यह त्योहार दाम्पत्य जीवन की खुशहाली और पति के दीर्घायु जीवन की कामना के लिए रखा जाता था, लेकिन आधुनिक युग में यह ज्यादा रोमांचक और चकाचौंध वाला त्योहार बन गया। इस त्योहार ने वस्त्र और आभूषण के बाजार को तेजी दी और इन दिनों कारोबार में बड़ी वृद्धि दर्ज की गई। जो भी हो, इन दिनों घर और बाहर काफी रौनक दिखाई देती है और उल्लासमय वातावरण बन ही जाता है।

कहीं रंग-बिरंगी सुंदर नगों से सजी करवा बिक रही होती है तो कहीं सुंदर लेस से लिपटी चलनी सहज ही महिलाओं को आकर्षित कर रही है। पूरा बाजार श्रृंगार व रंग-बिरंगे परिधानों से पट गया है। करवाचौथ की विशिष्ट पूजन सामग्री भी जगह-जगह दिखाई देती है। करवाचौथ के अवसर पर महिलाओं को ब्यूटी पार्लर में विशेष व आकर्षक पैकेज भी मिलता है, जिसमें एक्स्ट्रा शिफ्ट में भी सर्विस दी जाती है। इस अवसर पर महिलाएं अपने लुक को और भी आकर्षक बनाने के लिए ब्यूटी पार्लर जाती हैं।

करवाचौथ की परंपरा काफी पुरानी है और इस व्रत की कथा यह है कि रानी वीरवती नाम की एक विवाहित स्त्री थी जिसके सात भाई थे। उसने पहली बार करवाचौथ का व्रत रखा था और वह भूख से परेशान हो रही थी, जिसे देखकर उसके भाइयों ने दूर दिया रखकर उस पर चलनी डालकर नकली चांद का बिम्ब दिखाकर अपनी बहन का व्रत खुलवा दिया। लेकिन इसके दुष्परिणाम के रूप मेंरानी वीरवती के पति की मृत्यु हो गई और वह अपने पति के प्राण वापस लेने के लिए चौथ का व्रत रखने लगी, जिससे करवा माता प्रसन्न होकर उसके पति को जीवन प्रदान किया। यह व्रत विवाहित स्त्रियां रखती हैं जिसमें सूर्योदय के पहले वे सरगी करती हैं। सरगी से तात्पर्य है वह फल, मिठाई और वस्त्र, आभूषण जो सास अपनी बहू को भेंटस्वरूप देती है और जिसमें प्रदान की गई मिठाई, फल व्रती व्रत के पूर्व ग्रहण करती है और पूरा दिन बिना जल व भोजन के रहती है। करवाचौथ में मेहंदी लगवाने की भी खूब परम्परा है और बाजार में लगाने और लगवाने वाले दोनों की लाइन लगी रहती है। शाम होते ही महिलाएं सोलह श्रृंगार करती हैं और फिर चांद निकलने की प्रतीक्षा करने लगती हैं। चांद निकलते ही सभी सुहागिन स्त्रियां करवा (मिट्टी का छोटा कलश) में जल भरकर पहले चांद फिर पति को चलनी में देखते हुए अर्घ्य देती हैं। कई जगह महिलाएं पार्क या किसी हॉल में सामूहिक रूप से भी पूजा करती हैं जिसमें सभी अपनी पूजा की थाली को गोल समूह में एक-दूसरे को देकर पूरा चक्र घुमाती हैं। इस प्रकार करवाचौथ एक सौभाग्य प्रदान करने वाला पवित्र व्रत है और इसकी महिमा वर्षों से चली आ रही है।



अपराध

कानून का प्रभावी क्रियान्वयन

सुरक्षित और न्यायपूर्ण समाज का निर्माण केवल कठोर सजा से नहीं, बल्कि निष्पक्ष कानून, समयबद्ध न्याय, सामाजिक उत्तरदायित्व और संवैधानिक मूल्यों के सम्मान से होता है। यही एक सशक्त लोकतंत्र की वास्तविक पहचान है।

समाज में अपराध की बढ़ती घटनाएं एक आधारभूत सवाल खड़ा करती हैं कि अपराधियों के मन में कानून का भय कैसे पैदा किया जाए। क्या कठोरतम सजा अपराध रोकने का सबसे प्रभावी उपाय है, या कानून का निष्पक्ष, सुनिश्चित और समयबद्ध क्रियान्वयन अधिक महत्त्वपूर्ण है? सऊदी अरब में दो बांग्लादेशी नागरिकों को मृत्युदंड दिए जाने की हालिया घटना ने इस बहस को फिर से प्रासंगिक बना दिया है। इस घटना को धार्मिक स्थल पर चुम्बन करने से जोड़कर प्रस्तुत किया जा रहा है।

किसी भी समाज में धार्मिक स्थलों की पवित्रता और सार्वजनिक मर्यादा का विशेष महत्त्व होता है। इन स्थलों से लोगों की आस्था, सांस्कृतिक पहचान और सामुदायिक भावनाएं जुड़ी होती हैं। इसलिए वहां के वातावरण और मर्यादा का सम्मान करना प्रत्येक नागरिक का दायित्व है। लेकिन किसी आचरण को अनुचित मानना और उसके लिए मृत्युदंड की मांग करना दो अलग-अलग बातें हैं। धार्मिक भावनाओं की रक्षा के नाम पर दंड की सीमा तय करते समय अपराध की प्रकृति, उसकी गम्भीरता और न्याय के स्थापित सिद्धांतों की अनदेखी नहीं की जा सकती।

सऊदी अरब की कठोर दंड व्यवस्था की प्रशंसा भारत में भी एक वर्ग कर रहा है। इसके पीछे तर्क दिया जा रहा है कि भारत में धार्मिक और सार्वजनिक स्थलों पर इस तरह की घटनाएं आम होती जा रही हैं, जो हमारी सांस्कृतिक परम्पराओं और सामाजिक मूल्यों को कमजोर करती हैं। इसलिए भारत सरकार को भी ऐसी घटनाओं पर अंकुश लगाने के लिए कठोर कानूनी कदम उठाने चाहिए, ताकि कानून के प्रति सम्मान बना रहे और सामाजिक सद्भाव सुरक्षित रहे।



डॉ. संतोष झा

हालांकि, भारत और सऊदी अरब की कानूनी व्यवस्थाओं की तुलना इस संदर्भ में महत्त्वपूर्ण हो जाती है। भारत एक संवैधानिक लोकतंत्र है, जहां संविधान सर्वोच्च है और न्यायपालिका नागरिकों के मौलिक अधिकारों की रक्षा करती है। दूसरी ओर, सऊदी अरब की कानूनी व्यवस्था में इस्लामी कानून की महत्त्वपूर्ण भूमिका है। दोनों देशों की ऐतिहासिक, सामाजिक और धार्मिक परिस्थितियां भिन्न हैं।

भारत में मृत्युदंड का प्रावधान समाप्त नहीं हुआ है, लेकिन इसे असाधारण सजा माना जाता है। सर्वोच्च न्यायालय ने 1980 में बचन सिंह बनाम पंजाब राज्य मामले में मृत्युदंड को 'विरलतम से विरल' मामलों तक सीमित रखने का सिद्धांत स्थापित किया। इसका उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि किसी व्यक्ति के जीवन को समाप्त करने जैसा अपरिवर्तनीय निर्णय अत्यंत सावधानीपूर्वक लिया जाए। हत्या, आतंकवाद और कुछ अन्य गम्भीर अपराधों के लिए कानून में मृत्युदंड का प्रावधान है।



यहां एक प्रश्न स्वाभाविक रूप से उठता है कि क्या भारत में मृत्युदंड का सीमित प्रयोग अपराधों में वृद्धि का कारण है? एक पक्ष का तर्क है कि कठोर सजा का भय अपराधियों को गलत कदम उठाने से रोकता है। यह तर्क पूरी तरह निराधार नहीं है, क्योंकि दंड का निवारक प्रभाव कानून-व्यवस्था का एक महत्त्वपूर्ण पहलू है। लेकिन यह मान लेना कि मृत्युदंड का प्रावधान बढ़ा देने से अपराध स्वतः समाप्त हो जाएंगे, वास्तविकता को अत्यधिक सरल बनाना होगा। अपराध नियंत्रण के लिए यह भी महत्त्वपूर्ण है कि अपराधी के पकड़े जाने, दोष सिद्ध होने और समय पर सजा मिलने की कितनी सम्भावना है।

भारत में महिलाओं के विरुद्ध अपराध, हत्या, साइबर अपराध और आर्थिक धोखाधड़ी जैसी घटनाएं गम्भीर चुनौतियां हैं। इनके कारण सामाजिक असमानता, लैंगिक भेदभाव, आर्थिक लालच, व्यक्तिगत दुश्मनी और संगठित अपराध जैसी विभिन्न परिस्थितियों में निहित हो सकते हैं। इसलिए सभी अपराधों के समाधान के रूप में केवल कठोर दंड को देखना उचित नहीं होगा। भारत के विधि आयोग ने अपनी 262वीं रिपोर्ट (2015) में मृत्युदंड के निवारक प्रभाव से सम्बंधित शोध की समीक्षा करते हुए इसकी अतिरिक्त प्रभावशीलता पर प्रश्न उठाए थे। दंड नीति का निर्धारण केवल जनभावनाओं के आधार पर नहीं, बल्कि उपलब्ध प्रमाणों और अपराध नियंत्रण के वास्तविक परिणामों के आधार पर भी किया जाना चाहिए।

लोकतंत्र में न्याय का अर्थ केवल अपराधी को दंडित करना नहीं, बल्कि निर्दोषों की रक्षा करना और पीड़ितों को समय पर न्याय दिलाना भी है। मृत्युदंड की अपरिवर्तनीय प्रकृति न्यायिक प्रक्रिया में अत्यधिक सावधानी की आवश्यकता को और बढ़ा देती है। वहीं, न्याय में देरी पीड़ितों के विश्वास को कमजोर करती है। इसलिए पुलिस सुधार, न्यायालयों को पर्याप्त संसाधन उपलब्ध कराने, गवाहों की सुरक्षा और लम्बित मामलों के शीघ्र निपटारे पर विशेष ध्यान दिया जाना चाहिए। कानून का क्रियान्वयन प्रभावशाली व्यक्तियों और सामान्य नागरिकों, दोनों के लिए समान रूप से होना चाहिए।

धार्मिक स्थलों की मर्यादा और व्यक्तिगत स्वतंत्रता के बीच संतुलन भी इसी न्यायपूर्ण दृष्टिकोण से स्थापित किया जा सकता है। धार्मिक आस्था का सम्मान करना आवश्यक है, लेकिन किसी व्यक्ति के आचरण के लिए दंडात्मक कार्रवाई कानून के अनुरूप ही होनी चाहिए। भारत में किसी कृत्य के प्रति सामाजिक असहमति अपने आप में मृत्युदंड का आधार नहीं बन सकती। कानून का उद्देश्य सामाजिक अनुशासन बनाए रखना अवश्य है, लेकिन इसके लिए अपनाए जाने वाले उपाय संविधान, विधि के शासन और मानवीय गरिमा के अनुरूप होने चाहिए।

सऊदी अरब की घटना से उठने वाली बहस का निष्कर्ष यह नहीं है कि कठोर दंड अनावश्यक है या मृत्युदंड ही अपराध नियंत्रण का एकमात्र उपाय है। वास्तविक आवश्यकता दंड की कठोरता और न्याय की निष्पक्षता के बीच उचित संतुलन स्थापित करने की है। कानून का भय तभी प्रभावी होता है, जब नागरिकों को न्याय व्यवस्था की विश्वसनीयता पर भरोसा हो और अपराधियों को यह विश्वास न रहे कि वे कानून से बच निकलेंगे।

●●●

समझौता



रंजीत कुमार

अमेरिकी विदेश मंत्री मार्को रुबियो का अक्टूबर में दौरा ऐसे समय हुआ जब भारत-अमेरिका व्यापार वार्ता और द्विपक्षीय रिश्तों में तनाव की अटकलें चल रही थीं।

रुबियो के दौरे से आशाएं

अमेरिकी विदेश मंत्री मार्को रुबियो का अक्टूबर के तीसरे सप्ताह में मुम्बई और जामनगर का तीन दिनों का भारत दौरा भारतीय राजनीति में सनसनी तो पैदा कर ही गया, विश्व सामरिक हलकों विशेषकर एशिया में भी ध्यान खींचा। इसलिएकि रुबियो ने 5 महीने पहले ही मई में भारत का दौरा किया था और ऐसा लगा था कि दोनों देशों के बीच एक संतुलित व्यापार समझौता जल्द सम्पन्न हो जाएगा। अब फिर बिना किसी पूर्व नियोजित कार्यक्रम के रुबियो भारत आ कर नई दिल्ली से दूर केवल मुम्बई और जामनगर का दौरा करना सबको अचम्भित कर गया।

वास्तव में, रुबियो का भारत दौरा ऐसे समय हुआ है जब भारत और अमेरिका के बीच चल रही व्यापार वार्ता को लेकर अटकलों का दौर चल रहा है और सामरिक हलकों में दोनों देश रिश्तों में खिंचाव अनुभव कर रहे हैं।

न केवल भारत बल्कि यूरोप, जापान जैसे कई पुराने सामरिक साझेदारों के साथ रिश्तों को लेकर राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प के बदलते तेवर और कभी नरम कभी गरम रवैए के कारण रिश्तों में पैदा अस्थिरता और टूटते भरोसे की वजह से सामरिक सम्बन्धों पर आंच आती लगती है। इन सभी मामलों पर रुबियो के भारत दौरे में विदेश मंत्री एस. जयशंकर ने एक बार फिर गहन बातचीत की। अमेरिकी प्रशासन द्वारा अमेरिका में सेवाएं दे रहे भारतीय पेशेवरों के खिलाफ की जा रही कार्रवाई और टिप्पणियों को लेकर भारत के लोगों में रोष को रुबियो ने यह सफाई देकर दूर करने का प्रयास किया कि ये कदम केवल भारतीयों को निर्देशित कर नहीं उठाए गए।

वास्तव में, रुबियो का भारत दौरा भारतीय कम्पनी रिलायंस के प्रबंधकों के साथ सहयोग गहरा करने की मंशा से था ताकि अमेरिकी किसानों को डीजल की निर्बाध सप्लाई होती रहे। इसी बहाने रुबियो ने भारत की अहमियत को समझा और भारत के साथ व्यापार समझौता जल्द सम्पन्न हो जाने के संकेत दिए। ताजा भारत दौरे में उन्होंने न केवल रिलायंस बल्कि अडानी और टाटा समूह के साथ भी बैठकें करके बाकी विश्व और अमेरिकी लोगों को यह





संदेश दे गए कि भारतीय उद्योग जगत के साथ बेहतर तालमेल और सहयोग का रिश्ता अमेरिकी जनता के लिए कितना लाभकारी साबित हो सकता है। लेकिन अमेरिकी नेताओं को यह भी समझना होगा कि भारत और भारतीय उद्योग जगत के साथ रिश्ता एकतरफा नहीं चल सकता। अमेरिकी नेताओं को केवल अपने देश की चिंता है तो भारतीय नेताओं की भी अपने देश की जनता के प्रति जवाबदेही बनती है।

इसीलिए अमेरिकी प्रशासन जब भारत को दरकिनार कर भारत के हितों और प्रतिष्ठा की कीमत पर भारत के प्रतिद्वंद्वी देशों पाकिस्तान और चीन के साथ गले लगाता दिखे तो भारतीय सामरिक हलकों में सवाल उठना स्वाभाविक है।

अमेरिका के मौजूदा ट्रम्प प्रशासन को यह समझना होगा कि डोनाल्ड ट्रम्प के पहले कार्यकाल (2016-2020) के दौरान दोनों देशों के बीच रिश्तों में गर्मजोशी का जो वातावरण पैदा हुआ था उसे फिर वापस लाना होगा। डोनाल्ड ट्रम्प के पहले कार्यकाल में भारत के साथ रिश्ते रक्षा व सामरिक क्षेत्रों में परस्पर सहयोग की। नई उंचाइयों पर पहुंचने से विश्व सामरिक जगत में दोनों देशों की सामरिक साझेदारी को अहमियत दी जाने लगी। जिसे ट्रम्प के बाद राष्ट्रपति जो बाइडन के शासनकाल में भी और गहराई दी गई। अब सामरिक, आर्थिक और व्यापारिक क्षेत्रों में अमेरिकी प्रशासन की ओर से दिखाई जा रही बेरुखी को लेकर पैदा चिंताओं को दूर करने का प्रयास करते हुए मुम्बई में मार्को रुबियो ने मीडिया के सवालों के जवाब में कहा कि भारत हमारी विदेश नीति का अहम हिस्सा बन गया है। हम इन पर बहुत ध्यान दे रहे हैं। असल में, कुछ देर पहले ही मैं किसी और बातचीत में बता रहा था कि जब मैं विदेश मंत्री बना - सरकार के गठन, पदभार सम्भालने के अगले दिन जब उपराष्ट्रपति ने मुझे शपथ दिलाई तो परम्परा के अनुसार, मैं विदेश मंत्रालय गया और वहां मौजूद राजनयिकों को सम्बोधित किया। मैंने सीढ़ियों पर खड़े होकर उनसे बात की। इसके बाद, अपनी पहली बैठक के लिए मैं 7वीं मंजिल पर अपने कार्यालय में गया। मेरी पहली बैठक ही क्वाड के साथ थी, साफ है उसमें भारत शामिल था।

तब से, मैंने अपने भारतीय समकक्ष के साथ कई बार शायद एक दर्जन से अधिक बार अलग-अलग मंचों पर बातचीत की है। यह मेरी यहां की दूसरी यात्रा है और मैं समझता हूं आपने भी देखा होगा कि हमारी सरकार के कई उच्चस्तरीय प्रतिनिधि हमारी कई एजेंसियों के अधिकारी यहां का दौरा कर चुके हैं। और साथ ही, भारतीय प्रधान मंत्री की अमेरिका की द्विपक्षीय यात्रा भी हुई। इसलिए, हम इन सम्बंधों को और आगे बढ़ाते रहेंगे.

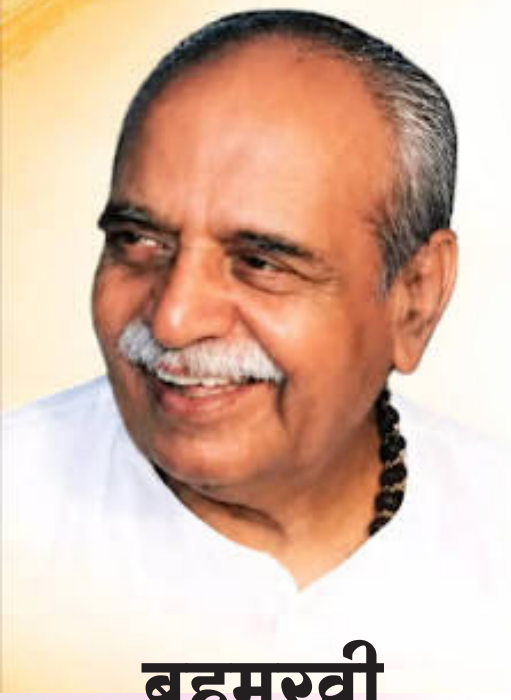
वास्तव में भारत को लेकर अमेरिकी राजनीति और प्रशासन में सर्वदलीय एकमत राय रही है कि भारत और अमेरिका के रिश्ते 21वीं सदी के सबसे गहरी साझेदारी वाले रिश्तों के तौर पर विकसित होने चाहिए। अमेरिकी विदेश मंत्री रुबियो के ताजा भारत दौरे में भारत को यह आश्वस्त करने का प्रयास किया गया है कि अमेरिका भारत के साथ रिश्तों को सर्वोच्च प्राथमिकता देता है। अमेरिका को न केवल शब्दों में बल्कि वास्तविक ठोस जमीनी कदम उठाकर दिखाना होगा। उसे भारत के साथ बराबरी के स्तर वाला रिश्ता विकसित करता हुआ दिखना होगा। रक्षा व सामरिक सहयोग के जो समझौते व करार पिछले सालो में सम्पन्न हुए हैं उन्हें लागू करने और आगे बढ़ाने वाले ठोस कदम उठाने होंगे।

इन्हीं कदमों के बल पर अमेरिका भारत का सबसे बडा व्यापारिक साझेदार बना हुआ है, इसके अलावा भारत अमेरिकी रक्षा कम्पनियों के लिए एक अहम बाजार साबित हुआ है। यही कारण है कि पिछले दो दशकों में भारत ने अमेरिकी रक्षा कम्पनियों से करीब 30 अरब डालर से भी अधिक के सौदे किए और लाखों अमेरिकियों के लिए रोजगार के अवसर पैदा किए।

विदेश मंत्री मार्को रुबियो का ताजा भारत दौरा बिना किसी पूर्व कार्यक्रम के होना यह दर्शाता है कि भारत और अमेरिका के बीच ऐसी दोस्ती है कि दोनों देशों के आला मंत्री दोस्ताना अधिकार के साथ एक-दूसरे के यहां कभी भी आ जा सकते हैं।

विश्व राजनीति के मौजूदा हालात के मद्देनजर अमेरिका को भारत के साथ रिश्तों की संवेदनशीलता को समझना होगा, तभी दोनों देश एक दूसरे के संसाधनों और शक्ति का परस्पर लाभ एक दूसरे की जनता के लिए उठा सकते हैं। भारत अपनी ओर से इन रिश्तों को गहराई देने को तत्पर और उत्सुक है, अमेरिकी प्रशासन को भी जवाबी कदम और सौहार्दपूर्ण वातावरण बनाने को लेकर संवेदनशील होना होगा।

●●●



बहुमुखी कल्पनाओं के धनी मोरोपंत पिंगले



विजय कुमार

बहुमुखी कल्पनाओं के धनी संघ के वरिष्ठ प्रचारक मोरोपंत पिंगले गहन चिंतक और कुशल योजनाकार भी थे। उन्होंने सौंपे गए हर काम को नई ऊंचाइयों तक पहुंचाया।

संघ के वरिष्ठ प्रचारक मोरोपंत पिंगले को देखकर सब खिल उठते थे। उनके कार्यक्रम हास्य-प्रसंगों से भरपूर होती थीं, पर इसके साथ वे एक गहन चिंतक और कुशल योजनाकार भी थे। संघ नेतृत्व द्वारा सौंपे गए हर काम को उन्होंने नई कल्पनाओं के आधार पर सर्वश्रेष्ठ ऊंचाइयों तक पहुंचाया।

मोरेश्वर नीलकंठ पिंगले का जन्म 30 अक्टूबर, 1919 को हुआ था। वे बचपन में मेधावी होने के साथ ही बहुत चंचल एवं शरारती भी थे। 1930 में वे स्वयंसेवक तथा 1941 में नागपुर के मौरिस कॉलेज से बी.ए. कर प्रचारक बने। प्रारम्भ में उन्हें म.प्र. के खंडवा में सह विभाग प्रचारक बनाया गया। इसके बाद वे मध्यभारत के प्रांत प्रचारक तथा फिर महाराष्ट्र के सह प्रांत प्रचारक बने। क्रमशः पश्चिम क्षेत्र प्रचारक, अ.भा. शारीरिक प्रमुख, बौद्धिक प्रमुख, प्रचारक प्रमुख तथा सह सरकार्यवाह के बाद वे केंद्रीय कार्यकारिणी के सदस्य रहे।

मोरोपंत को समय-समय पर दिए गए विविध प्रवृत्ति के कामों के कारण अधिक याद किया जाता है। छत्रपति शिवाजी की 300वीं पुण्यतिथि पर रायगढ़ में भव्य कार्यक्रम, पूज्य डा. हेडगेवार की समाधि का निर्माण तथा उनके पैतृक गांव कुन्दकुर्ती (आंध्र प्रदेश) में उनके कुलदेवता के मंदिर की प्रतिष्ठापना, बाबासाहब आप्टे स्मारक समिति के अंतर्गत विस्मृत इतिहास की खोज, वैदिक गणित तथा संस्कृत का प्रचार-प्रसार आदि उल्लेखनीय हैं। आपातकाल में भूमिगत रहकर तानाशाही के विरुद्ध आंदोलन चलाने में मोरोपंत की बहुत बड़ी भूमिका थी। 1981 में मीनाक्षीपुरम् कांड के बाद संघ ने हिंदू जागरण की जो अनेक स्तरीय योजनाएं बनाईं, उसके मुख्य कल्पक और योजनाकार वही थे। इसके अंतर्गत 'संस्कृति रक्षा निधि' का संग्रह तथा 'एकात्मता रथ यात्राओं' का सफल आयोजन हुआ। 'विश्व हिंदू परिषद' के मार्गदर्शक होने के नाते उन्होंने 'श्रीराम जन्मभूमि आंदोलन' को हिंदू जागरण का मंत्र बना दिया। श्री रामजानकी रथ यात्रा, ताला खुलना, श्रीराम शिला पूजन, शिलान्यास, श्रीराम ज्योति, पादुका पूजन आदि कार्यक्रमों ने देश में धूम मचा दी। 6 दिसम्बर, 1992 को बाबरी कलंक का परिमार्जन इसी का सुपरिणाम था।

गोवंश रक्षा के क्षेत्र में भी उनकी सोच बिल्कुल अनूठी थी। उनका मत था गाय की रक्षा किसान के घर में ही हो सकती है, गोशाला या पिंजरापोल में नहीं। गोबर एवं गोमूत्र भी गोदुग्ध जैसा ही उपयोगी पदार्थ है। यदि किसान को इनका मूल्य मिलने लगे, तो फिर कोई गोवंश को नहीं बेचेगा। उनकी प्रेरणा से गोबर और गोमूत्र से साबुन, तेल, मंजन, कीटनाशक, फिनाइल, शैंपू, टाइल्स, मच्छर क्वाइल, दवाएं आदि सैकड़ों प्रकार के निर्माण प्रारम्भ हुए। ये मानव, पशु और खेती के लिए बहुउपयोगी हैं। अब तो गोबर और गोमूत्र से लगातार 24 घंटे जलने वाले बल्ब का भी सफल प्रयोग हो चुका है।

उनका मत था कि भूतकाल और भविष्य को जोड़ने वाला पुल वर्तमान है। अतः इस पर सर्वाधिक ध्यान देना चाहिए। उन्होंने हर स्थान पर स्थानीय एवं क्षेत्रीय समस्याओं को समझकर कई संस्थाएं तथा प्रकल्प स्थापित किए। महाराष्ट्र सहकारी बैंक, साप्ताहिक विवेक, लघु उद्योग भारती, नाना पालकर स्मृति समिति, देवबांध (ठाणे) सेवा प्रकल्प, कलवा कुष्ठ रोग निर्मूलन प्रकल्प, स्वाध्याय मंडल (किला पारडी) की पुनर्स्थापना आदि की नींव में मोरोपंत ही हैं। मोरोपंत जी के जीवन में निराशा एवं हताशा का कोई स्थान नहीं था। वे सदा हंसते और हंसाते रहते थे। अपने कार्यों से नई पीढ़ी को दिशा देने वाले मोरोपंत पिंगले का 21 सितम्बर, 2003 को नागपुर में ही देहांत हुआ। ●●●

किराया

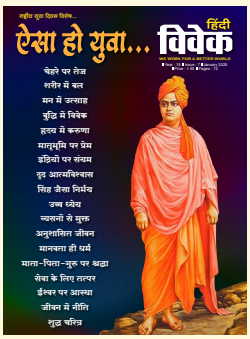
आकाश में उड़ने वाले यात्रियों को देना होगा महंगा किराया। जी हां! कई विमान कम्पनियों ने त्योहारों के मौसम के आते ही हवाई यात्रा को महंगा कर दिया है, जिसका प्रत्यक्ष प्रभाव यात्रियों पर पड़ रहा है।



आकाश में उड़ान महंगी

त्योहारों का मौसम आते ही आसमान में उड़ान भरने वाले यात्रियों को देना होगा महंगा किराया। हवाई जहाज का किराया अपने चरम पर पहुंच गया है। दीवाली, छठ और अन्य त्योहारों के आसपास घरेलू व अंतरराष्ट्रीय यात्रा की मांग बढ़ जाती है, लेकिन इस असंतुलन का लाभ उठाते हुए विमानन कम्पनियों ने किराए में भारी बढ़ोतरी कर दी है। इंडिगो ने सबसे पहले कदम बढ़ाया, फिर एयर इंडिया, एयर इंडिया एक्सप्रेस और आकासा ने भी ईंधन सरचार्ज के नाम पर दरें बढ़ा दीं। अक्टूबर 2026 में एविएशन टरबाइन फ्यूल (एटीएफ) की कीमत 121 रुपए प्रति लीटर से बढ़कर लगभग 137 रुपये पहुंच गई। इसके चलते पहले से लगे ईंधन अधिभार में 100 से 350 रुपए तक की अतिरिक्त बढ़ोतरी हुई। अब घरेलू उड़ानों पर कुल अधिभार 375 से 1300 रुपए के बीच हो गया है। एयर इंडिया और एयर इंडिया एक्सप्रेस ने घरेलू रूट पर दूरी के आधार पर 400 से 1200 रुपए तक अतिरिक्त फ्यूल चार्ज लगाया है, जबकि अंतरराष्ट्रीय उड़ानों पर 215 से 280 डॉलर (लगभग 17,800 रुपए तक) तक की बढ़ोतरी दर्ज की गई। इंडिगो ने भी 6 अक्टूबर से अपने किराए और ईंधन अधिभार में वृद्धि की घोषणा की। पश्चिमी एशिया रूट पर न्यूनतम 55 डॉलर, यूरोप पर 135, उत्तरी अमेरिका पर 215 और ऑस्ट्रेलिया पर 210 डॉलर की बढ़ोतरी हुई है। कुल मिलाकर अंतरराष्ट्रीय यात्रा पर 1 हजार से 10 हजार रुपए तक का अतिरिक्त बोझ पड़ रहा है। किराए बढ़ने की कहानी सिर्फ ईंधन तक सीमित नहीं है। एयरपोर्ट हैंडलिंग चार्ज, एयर ट्रैफिक कंट्रोल शुल्क और अन्य परिचालन लागतें भी इसमें शामिल हैं। फ्लेक्सी किराया प्रणाली के कारण अंतिम समय में टिकट खरीदने वाले यात्री और ज्यादा रकम चुकाते हैं। कई निजी कम्पनियां घाटे के कारण बंद हो चुकी हैं-जेट, किंगफिशर, गो एयर जैसी। देश में 165 हवाई अड्डे सक्रिय हैं, जिनमें 32 अंतरराष्ट्रीय हैं। दिल्ली, मुम्बई, बेंगलुरु जैसे बड़े हवाई अड्डे निजी क्षेत्र के नियंत्रण में हैं, जबकि मध्यम व छोटे अड्डे एयरपोर्ट अथॉरिटी ऑफ इंडिया के पास हैं। विमान यात्रा अब विलासिता नहीं, बल्कि पेशेवर और पारिवारिक जरूरतों का हिस्सा बन चुकी है। कोविड से पहले 14.4 करोड़ यात्री यात्रा करते थे, 2023 में यह आंकड़ा 15.2 करोड़ पहुंचा। लेकिन हाल के महीनों में किराए की महंगाई के कारण यात्रियों की संख्या में गिरावट देखी गई है। ऐसे में सबसे बड़ा सवाल यह है कि क्या हवाई किराए को दीर्घकाल में स्थिर और किफायती नहीं रखा जा सकता? विशेषज्ञों का मानना है कि एक स्वतंत्र नियामक प्राधिकरण की आवश्यकता है, जो हवाई अड्डों की स्थापना, रख-रखाव, ट्रैफिक नियंत्रण और एटीएफ कीमतों की निगरानी करे। यह प्राधिकरण किराए में औचित्यपूर्ण बढ़ोतरी सुनिश्चित करे, ताकि कम्पनियां मांग-आपूर्ति के असंतुलन का लाभ न उठा सकें। यात्री और उद्योग के बीच बेहतर संतुलन बनेगा। आसमान में उड़ान भरना हर आम आदमी के लिए सुलभ होना चाहिए, न कि सिर्फ पैसे वाले लोगों के लिए। त्योहारों के इस मौसम में जब परिवार मिलने को आतुर हैं, तब सस्ता और स्थिर किराया ही असली उपहार साबित होगा। ●●●

आपकी आवाज को बुलंद करने वाली
सम्पूर्ण पारिवारिक व सामाजिक मासिक पत्रिका

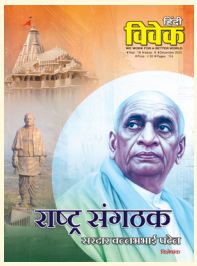


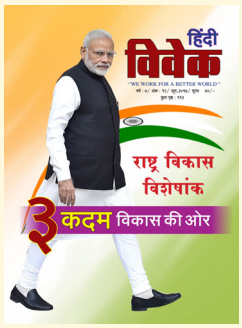




हिंदी विवेक

" We Work For A Better World"







सदस्यता शुल्क

- वार्षिक मूल्य : रु. 500/-
- त्रैवार्षिक मूल्य : रु. 1,200/-
- पंचवार्षिक मूल्य : रु. 1,800/-
- संरक्षक मूल्य : रु. 25,000/-
- विदेशी सदस्यता शुल्क वार्षिक : रु. 5,000/-

खुद ग्राहक बनें व बनाएं

- जन्म दिन तथा अन्य समारोहों में हिंदी विवेक उपहार के रूप में भेंट करें।
- मित्रों, रिश्तेदारों तथा शुभचिंतकों को हिंदी विवेक की सदस्यता प्रदान करें।
- अपने दिवंगत स्नेहीजनों की स्मृति में 11, 21, 51 या 101 पाठकों को सदस्यता दें।
- विवाह के अवसर पर सदस्यता उपहार में दें।
- नववर्ष की शुभकामना के रूप में ग्रीटिंग कार्ड के स्थान पर हिंदी विवेक का सदस्यता रसीद प्रदान करें।

UPI पेमेंट गेटवे के लिए QR कोड स्कैन करें और मैसेज बॉक्स में अपना नाम, पता व सम्पर्क नम्बर दर्ज करें।

हिंदी विवेक कार्यालय

प्लॉट नम्बर 7, आरएससी रोड नम्बर 10, सेक्टर - 2, श्रीकृष्ण बिल्डिंग के पीछे, हनुमान मंदिर बस स्टॉप के समीप, चारकोप, कांदिवली (पश्चिम), मुंबई - 400067

सम्पर्क : +91 95949 91884

hindivivekvargani@gmail.com / hindivivekadvt@gmail.com

ठगी

शादी का कार्ड देखते ही व्हाट्सएप पर फूले नहीं समाते हैं और उत्साहित होकर फटाफट उसपर क्लिक कर खोलने लग जाते हैं तो जरा रुकिए, कहीं आप ठगी के शिकार न हो जाएं।



शादी के कार्ड पर क्लिक, जरा रुकिए!

यदि आपके व्हाट्सएप पर शादी के कार्ड आते हैं तो जरा सावधान रहें, वरना आपका खाता खाली हो सकता है। जी हां! ये साइबर ठगों ने अनोखा तरीका अपनाया है। व्हाट्सएप पर शादी के डिजिटल कार्ड या निमंत्रण के नाम पर चल रही साइबर ठगी अब आम लोगों के लिए बड़ा खतरा बन गई है। ठग फर्जी लिंक या .एपीके फॉर्मेट की फाइल भेजकर लोगों के बैंक अकाउंट खाली कर रहे हैं। यह ठगी इतनी चालाकी से की जाती है कि आम आदमी आसानी से इसके शिकार हो जाता है।

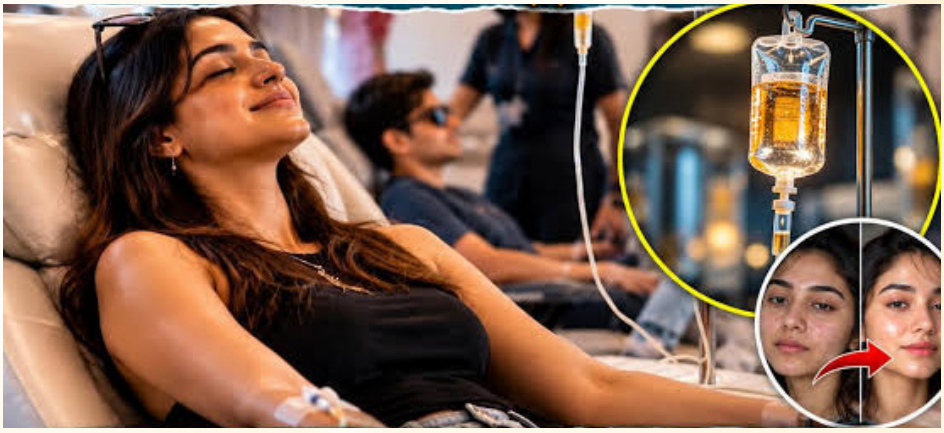
सबसे पहले आपके व्हाट्सएप पर किसी अनजान नंबर या किसी परिचित के हैक किए गए अकाउंट से शादी के कार्ड का मैसेज आता है। मैसेज में लिखा होता है- शादी का कार्ड देखिए या निमंत्रण कार्ड डाउनलोड करें। जैसे ही आप उस .एपीके फाइल पर क्लिक करके उसे डाउनलोड या इंस्टॉल करते हैं, आपके फोन का पूरा कंट्रोल ठगों के पास चला जाता है। यह फाइल असल में एक मैलवेयर होती है जो आपके फोन से ओटीपी, कॉन्टैक्ट्स, बैंकिंग ऐप्स की डिटेल्स और अन्य संवेदनशील जानकारी चुरा लेती है। फिर ठग आपके बैंक खाते से पैसे निकाल लेते हैं। कई मामलों में लोग घंटों बाद पता लगा पाते हैं जब बैंक से मैसेज आता है कि खाता खाली हो चुका है। इस ठगी से बचने के उपाय बहुत आसान हैं, बस थोड़ी सतर्कता की आवश्यकता है।

सबसे महत्वपूर्ण बात- शादी का असली कार्ड हमेशा जेपीजे, पीएनजी, पीडीएफ फॉर्मेट में आता है, कभी भी .एपीके फाइल में नहीं। अगर कोई .एपीके फाइल भेज रहा है तो वह निश्चित रूप से फर्जी है। किसी भी अनजान या संदेहस्पद नम्बर से आए लिंक या कार्ड को कभी न खोलें। अगर किसी रिश्तेदार या परिचित के नम्बर से कार्ड आए तो पहले उन्हें फोन करके जरूर पूछें कि क्या उन्होंने वाकई कार्ड भेजा है।

कई बार ठग किसी के अकाउंट को हैक करके उसी नंबर से मैसेज भेजते हैं। ठगी हो गई है तो तुरंत ये कदम उठाएं- फोन को इंटरनेट से डिस्कनेक्ट करें, एंटी-वायरस स्कैन चलाएं, सभी बैंक ऐप्स का पासवर्ड बदलें और बैंक को तुरंत सूचित करें। साइबर क्राइम पोर्टल पर शिकायत दर्ज कराएं। जितनी जल्दी कार्रवाई करेंगे, नुकसान उतना कम होगा।

थेरेपी

युवाओं में तुरंत चेहरे पर ग्लो पाने के लिए आईवी ड्रिप थेरेपी की होड़ मची है। क्योंकि भीड़ में कुछ अलग दिखने की चाह के कारण ये थेरेपी उनको जादू की छड़ी की तरह लग रही है। यह क्या है और इसके नुकसान क्या है- डालते हैं एक दृष्टि।



तुरंत चेहरे पर ग्लो पाने युवाओं में होड़

आजकल शादी-ब्याह, उत्सव या पार्टी से पहले एक नया ट्रेंड जोर पकड़ रहा है-आईवी ड्रिप थेरेपी। लोग इसे इंस्टेंट ग्लो और तुरंत एनर्जी का जादुई नुस्खा बता रहे हैं। सोशल मीडिया पर चमकते चेहरे और ड्रिप के बाद वाला ग्लो वाले पोस्ट देखकर कई लोग आकर्षित हो रहे हैं। लेकिन क्या यह वाकई सुरक्षित और कारगर है? आईवी ड्रिप थेरेपी में विटामिन सी, बी-कॉम्प्लेक्स, जिंक, मैग्नीशियम और ग्लूटाथियोन जैसे पोषक तत्वों को सीधे नसों के जरिए शरीर में पहुंचाया जाता है। चूंकि यह पाचन तंत्र को पूरी तरह बाईपास कर देता है, इसलिए इसे इंस्टेंट बूस्ट के रूप में प्रचारित किया जाता है। एक सेशन की कीमत आमतौर पर 4,000 से 10,000 रुपए तक होती है, जबकि बड़े पैकेज 15,000 रुपये या उससे अधिक तक पहुंच जाते हैं। कई क्लीनिक इसे पार्टी रेडी ग्लो या ब्राइडल ब्राइटनिंग पैकेज के नाम पर बेच रहे हैं। डॉक्टरों और त्वचा विशेषज्ञों के अनुसार, स्वस्थ लोगों में सिर्फ एक या दो ड्रिप लेने से लम्बे समय तक त्वचा पर स्थायी ग्लो या ऊर्जा बने रहने का कोई ठोस वैज्ञानिक प्रमाण नहीं है। ग्लूटाथियोन ड्रिप को विशेष रूप से स्किन ब्राइटनिंग के नाम पर बेचा जाता है, लेकिन कॉस्मेटिक प्रयोग के लिए इसके फायदे सीमित और अल्पकालिक माने जाते हैं। आईवी ड्रिप का अतिरिक्त लाभ बहुत कम होता है। इसके खतरे भी कम नहीं हैं। अगर ड्रिप किसी अनप्रोफेशनल या बिना उचित मेडिकल देखरेख वाले सेंटर में लगवाई जाए, तो इंफेक्शन, नस में सूजन या एलर्जिक रिएक्शन का खतरा बढ़ जाता है। विटामिन सी की अत्यधिक मात्रा कुछ लोगों में, विशेषकर किडनी की समस्या वाले मरीजों में, रेड ब्लड सेल्स के टूटने जैसी गम्भीर जटिलताएं पैदा कर सकती है। आईवी ड्रिप असल में गम्भीर डिहाइड्रेशन, कुपोषण या कुछ मेडिकल स्थितियों के इलाज के लिए विकसित की गई थी, न कि शादी या पार्टी से पहले मेकअप जैसी चमक पाने के लिए। अगर आप वाकई नैचुरल और टिकाऊ ग्लो चाहते हैं, तो शॉर्टकट के बजाय आधारभूत आदतों पर ध्यान दें। दिन भर भरपूर पानी पिएं ताकि त्वचा हाइड्रेटेड रहे। रात की अच्छी नींद लें, क्योंकि नींद के दौरान ही त्वचा की मरम्मत होती है। संतुलित आहार लें जिसमें फल, सब्जियां, प्रोटीन और स्वस्थ वसा शामिल हों। अपनी त्वचा के प्रकार के अनुसार सही स्किनकेयर रूटीन अपनाएं-मॉइस्चराइजर, सनस्क्रीन और हायलूरॉनिक एसिड जैसे तत्व नियमित इस्तेमाल करें। ये तरीके न सिर्फ सुरक्षित हैं, बल्कि लंबे समय तक असर भी दिखाते हैं।अंत में, बिना योग्य डॉक्टर की सलाह के कोई भी खून ड्रिप थेरेपी करवाने से बचें। चमक और ऊर्जा शरीर की अंदरूनी सेहत का नतीजा होती है, किसी बाहरी इंजेक्शन का नहीं। शॉर्टकट आकर्षक लग सकते हैं, लेकिन स्वास्थ्य से खिलवाड़ कभी फायदेमंद नहीं होता। सही आदतें अपनाएं, और आपका ग्लो भी नेचुरल रहेगा।

युवाओं के बीच प्रोटीन पाऊडर पीने का जबरदस्त क्रेज है। यह शरीर के लिए क्यों, कितना और कब आवश्यक है? क्या यह पेट के लिए हानिकारक हो सकती है, डालते हैं इसपर एक दृष्टि।



जानें कितना नुकसानदायक प्रोटीन पाऊडर

आजकल जिम जाने वाले युवा से लेकर ऑफिस में बैठे मिडिल-एज लोग तक, अधिकतर के बैग में एक पाउच अवश्य दिखाई देता है- प्रोटीन पाउडर। मसल ग्रोथ, वेट लॉस और फास्ट रिकवरी के आकर्षक दावों के बीच बहुत कम लोग यह पूछते हैं कि क्या यह सप्लीमेंट वाकई इतना निर्दोष है? सच यह है कि गलत तरीके से, बिना आवश्यकता के या कम गुणवत्ता वाला प्रोटीन पाउडर पेट और पूरे शरीर के लिए हानिकारक साबित हो सकता है। डेयरी-आधारित व्हे या कैसीन प्रोटीन में लैक्टोज होता है। भारत में लाखों लोग लैक्टोज असहिष्णुता या संवेदनशीलता से जूझते हैं। ऐसे लोगों के लिए यह पाउडर गैस, पेट फूलना, ऐंठन, दस्त और पेट दर्द का सीधा कारण बन जाता है। कई ब्रांड्स में मिलाए जाने वाले कृत्रिम स्वीटनर, फ्लेवर और केमिकल्स पाचन तंत्र को और बिगाड़ देते हैं। व्हे प्रोटीन में फाइबर लगभग शून्य होता है, जिससे कब्ज की शिकायत आम हो जाती है। वहीं प्लांट-बेस्ड विकल्प जैसे मटर या सोया प्रोटीन में फाइबर ज्यादा होने से गैस और सूजन की समस्या पैदा हो सकती है। परिणाम -सुबह-शाम शेक पीने के बावजूद पेट हमेशा भारी और बेचैन। किडनी और लिवर पर दबाव एक गम्भीर मुद्दा है। आवश्यकता से ज्यादा प्रोटीन शरीर की फिल्ट्रेशन क्षमता पर अतिरिक्त बोझ डालता है। जिनकी किडनी पहले से कमजोर है, उनके लिए यह खतरा और बढ़ जाता है। कई सस्ते और बिना प्रमाणित ब्रांड्स में आर्सेनिक, लेड और कैडमियम जैसी भारी धातुएं पाई गई हैं। लम्बे समय तक ऐसे प्रोडक्ट का सेवन धीरे-धीरे शरीर में विष जमा कर सकता है। फ्लेवर्ड पाउडर में छिपी हुई चीनी और अतिरिक्त कैलोरी वजन बढ़ाने के साथ ब्लड शुगर भी असंतुलित कर सकती है। अब सवाल यह है कि क्या आपको वाकई इसकी आवश्यकता है? एक सामान्य भारतीय व्यक्ति को प्रतिदिन अपने वजन के हिसाब से लगभग 0.8 से 1 ग्राम प्रोटीन प्रति किलोग्राम पर्याप्त होता है। दाल, दूध, पनीर, अंडा, सोया, मछली, चिकन और नट्स जैसे प्राकृतिक खाद्य पदार्थों से यह आसानी से पूरा हो जाता है। विशेषज्ञों का साफ मत है-यदि आप सामान्य जीवन जी रहे हैं और कोई भारी बॉडीबिल्डिंग या प्रोफेशनल एथलेटिक ट्रेनिंग नहीं कर रहे, तो अलग से प्रोटीन पाउडर की कोई विशेष आवश्यकता नहीं। फिर भी अगर सप्लीमेंट लेना ही है तो कुछ सावधानियां आवश्यक हैं। हमेशा डॉक्टर या न्यूट्रिशनिस्ट से सलाह लें। थर्ड-पार्टी लैब द्वारा टेस्टेड, कम सामग्री वाला (क्लीन लेबल) और भरोसेमंद ब्रांड चुनें। पर्याप्त पानी पिएं क्योंकि प्रोटीन का चयापचय शरीर से ज्यादा पानी मांगता है। प्रोटीन पाउडर न तो जादू की गोली है और न ही विष। सही मात्रा, सही गुणवत्ता और सही आवश्यकता के साथ यह सहायक हो सकता है। लेकिन बिना सोचे-समझे प्रतिदिन शेक पीना पेट, किडनी और समग्र स्वास्थ्य के लिए महंगा सौदा साबित हो सकता है। प्रकृति ने हमें पर्याप्त प्रोटीन के स्रोत दिए हैं। उन्हें अनदेखा कर केमिकल युक्त पाउडर पर निर्भर होना समझदारी नहीं। स्वस्थ शरीर की नींव संतुलित आहार और जागरूकता पर टिकी होती है, किसी पाउच पर नहीं। ●●●

जन्मदिवस- 31 अक्टूबर

लौहपुरुष सरदार वल्लभभाई पटेल साहसी, जिद्दी और निर्भीक थे। बारडोली आंदोलन के सफल नेतृत्व के बाद गांधी जी ने उन्हें 'सरदार' की उपाधि दी।



लौहपुरुष सरदार पटेल एकता के महानायक

15 अगस्त, 1947 को अंग्रेजों ने भारत को स्वाधीन तो कर दिया, पर जाते हुए वे गृहयुद्ध एवं अव्यवस्था के बीज भी बो गए। उन्होंने भारत के 600 से भी अधिक रजवाड़ों को भारत में मिलने या न मिलने की स्वतंत्रता दे दी। अधिकांश रजवाड़े तो भारत में स्वेच्छा से मिल गए, पर कुछ आंख दिखाने लगे। ऐसे में जिसने इनका दिमाग सीधाकर उन्हें भारत में मिलाया, उन्हें हम लौहपुरुष सरदार वल्लभभाई पटेल के नाम से जानते हैं।

वल्लभभाई का जन्म 31 अक्टूबर, 1875 को हुआ था। इनके पिता झबेरभाई पटेल ग्राम करमसद (गुजरात) के निवासी थे। उन्होंने भी 1857 में रानी झांसी के पक्ष में युद्ध किया था। इनकी माता लाड़ोबाई थीं।

बचपन से ही ये बहुत साहसी एवं जिद्दी थे। एक बार विद्यालय से आते समय ये पीछे छूट गए। कुछ साथियों ने जाकर देखा, तो ये धरती में गड़े एक नुकीले पत्थर को उखाड़ रहे थे। पूछने पर बोले - इसने मुझे चोट पहुंचाई है, अब मैं इसे उखाड़कर ही मानूंगा। और वे काम पूरा कर ही घर आए।

एक बार उनकी बगल में फोड़ा निकल आया। उन दिनों गांवों में इसके लिए लोहे की सलाख को लालकर उससे फोड़े को दाग दिया जाता था। नाई ने सलाख को भट्टी में रखकर गरम तो कर लिया; पर वल्लभभाई जैसे छोटे बालक को दागने की उसकी हिम्मत नहीं पड़ी। इस पर वल्लभभाई ने सलाख अपने हाथ में लेकर उसे फोड़े में घुसेड़ दिया। खून और मवाद देखकर पास बैठे लोग चीख पड़े; पर वल्लभभाई ने मुंह से उफ तक नहीं निकाली।

साधारण परिवार होने के कारण वल्लभभाई की शिक्षा निजी प्रयास से कष्टों के बीच पूरी हुई। अपने जिले में वकालत के दौरान अपनी बुद्धिमत्ता, प्रत्युत्पन्नमति तथा परिश्रम के कारण वे बहुत प्रसिद्ध हो गए। इससे उन्हें धन भी प्रचुर मात्रा में प्राप्त हुआ। इससे पहले उनके बड़े भाई विट्ठलभाई ने और फिर वल्लभभाई ने इंग्लैंड जाकर बैरिस्टर की परीक्षा उत्तीर्ण की।

1926 में वल्लभभाई की भेंट गांधी जी से हुई और फिर वे भी स्वाधीनता आंदोलन में कूद पड़े। उन्होंने बैरिस्टर वाली अंग्रेजी वेशभूषा त्याग दी और स्वदेशी रंग में रंग गए। बारडोली के किसान आंदोलन का सफल नेतृत्व करने के कारण गांधी जी ने इन्हें 'सरदार' कहा। फिर तो यह उपाधि उनके साथ ही जुड़ गई। सरदार पटेल स्पष्ट एवं निर्भीक वक्ता थे। यदि वे कभी गांधी जी से असहमत होते, तो उसे भी साफ कह देते थे। वे कई बार जेल गए। 1942 के 'भारत छोड़ो आंदोलन' में उन्हें 3 वर्ष की सजा हुई।

स्वतंत्रता के बाद उन्हें उपप्रधानमंत्री तथा गृहमंत्री बनाया गया। उन्होंने केंद्रीय सरकारी पदों पर अभारतीयों की नियुक्ति रोक दी। रेडियो तथा सूचना विभाग का उन्होंने कायाकल्प कर डाला। गृहमंत्री होने के नाते रजवाड़ों के भारत में विलय का विषय उनके पास था। सभी रियासतें स्वेच्छा से भारत में विलीन हो गईं, पर जम्मू-कश्मीर, जूनागढ़ तथा हैदराबाद ने टेढ़ा रुख दिखाया। सरदार की प्रेरणा से जूनागढ़ में जन विद्रोह हुआ और वह भारत में मिल गई। हैदराबाद पर पुलिस कार्रवाई कर उसे भारत में मिला लिया गया।

जम्मू-कश्मीर का मामला प्रधान मंत्री नेहरू ने अपने हाथ में रखा। इसी से उसका पूर्ण विलय नहीं हो पाया। 15 दिसम्बर, 1950 को भारत के इस महान सपूत का देहांत हो गया। ●●●

TJSB SAHAKARI BANK LTD.
MULTI-STATE SCHEDULED BANK
Bharose ka Bank Bhavishya ka Bank

TJSB's Professional Loan
Made for every ambition.



NO FEE
Zero prepayment charges

EXCLUSIVE
Exclusive for doctors, CAs, lawyers and more

Fast Approvals

*T&C Apply

www.tjsb.bank.in | ✆ : 022-48897203