

उमंग, उल्लास व तरंग का ताना-बाना



हिंदी विवेक

WE WORK FOR A BETTER WORLD
Issue : 19 -25 April 2026



अनुक्रमणिका

...के दिल अभी भरा नहीं	अतुल गंगवार	04
छुट्टी: नियमित दिनचर्या से मुक्ति	परिणीता सिन्हा 'स्वयंसिद्धा'	06
नानी का घर बनाम गैजेट्स की दुनिया	डॉ. लोकेंद्र सिंह	09
नानी के घर की सुखद स्मृति	डॉ. सौरभ मालवीय	11
छुट्टियां रचनात्मक और सहज हों	डॉ. मोनिका शर्मा	13
छुट्टी एक उत्सव है फौजियों के लिए	प्रमोद जोशी	16
आत्मसाक्षात्कार करने का सुनहरा अवसर	निहारिका पोल सर्वटे	18
छुट्टी की भी होती छुट्टी	डॉ. हिमांशु थपलियाल	21
रिश्तों को पुनर्जीवित करतीं छुट्टियां	अर्पणा झा	23
सम्बंधों को गहराती छुट्टियां	दीप्ति अंगरीश	25
नेताओं की छुट्टी कभी क्यों नहीं होती	मुकेश जोशी	26
सबरीमाला मामले में न्यायालय में सुनवाई	डॉ. संतोष झा	27
समाचार	-	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 फोन नं. : 022-28675299, 022-28678933

प्रसिद्ध पार्श्व गायिका आशा भोसले का विगत दिवस मुम्बई के ब्रीच कैंडी अस्पताल में 92 वर्ष की आयु में निधन हो गया। 82 साल के अपने सिंगिंग करियर में इन्होंने 20 भाषाओं में 12,000 से अधिक गाने गाए। आशा भोसले ने 9 फिल्मफेयर समेत 100 से अधिक अवार्ड जीते।



अतुल गंगवार

...के दिल अभी भरा नहीं

आशा भोसले के निधन से भारतीय सिनेमा के स्वर्णिम युग का अंत हो गया। 8 दशक तक अपने सुरों से सिनेमा प्रेमियों के दिल पर राज करने वाली आशा ताई का जीवन संघर्ष से भरा हुआ था। बचपन में ही पिता दीनानाथ मंगेशकर का साया सर से उठ गया था। बड़ी बहन लता मंगेशकर के साथ परिवार को सहारा देने की जिम्मेदारी उनके सर पर आ गई थी। बहन के साथ कंधे से कंधा मिलाकर परिवार को सहारा देने वाली आशा को कदाचित् जीवन से ये शिकायत रही होगी कि उनका नम्बर हमेशा दूसरा ही रहा। लता दीदी जिस तरह के गाने गाने में असहजता अनुभव करती थीं, आशा ताई के हिस्से में वे गाने आने लगे थे। अपनी पहचान को बनाने के लिए आशा ताई ने बहुत संघर्ष किया। कदाचित् इस संघर्ष में उन्होंने अपने को अकेला अनुभव किया होगा। इसलिए उनसे कई

गलतियां भी हुईं। जैसे मंगेशकर से भोसले हो जाना। उन्होंने लता मंगेशकर के सेक्रेटरी गणपतराव भोसले से घर वालों के विरोध के बाद भी 16 वर्ष की आयु में घर से भागकर विवाह किया। गणपतराव भोसले आशा भोसले से लगभग 15 साल बड़े थे। इस बेमेल विवाह ने इन्हें कोई सुख नहीं दिया और पति से प्रताड़ित आशा ताई ने अपने बच्चों के साथ उनका घर छोड़ दिया।

टूटे विवाह, हर कदम पर गायन में बड़ी बहन से होने वाली तुलना, गीतों में भी मुख्य नायिका पर फिल्माए जाने वाले गीतों से दूरी रहना, कदाचित् ये आशा ही थी उनकी कि कभी उनका भी समय आएगा, जिसने उन्हें कभी हारने नहीं दिया। अपने दर्द को उन्होंने अपने गीतों में छुपा लिया और एक ऐसी गायिका के रूप में अपने को स्थापित किया कि वो हर पीढ़ी की आवाज बन गई। 8 दशक, 12000 से भी विभिन्न

आशा भोसले से मेरी भेंट आज से लगभग 13-14 वर्ष पूर्व हुई थी। तब मैं एक न्यूज चैनल में काम करता था। अपने मित्र पीआरओ हरीश शर्मा का फोन आया कि आज हमारे स्टूडियो में आशा भोसले आ रही हैं। रात के लगभग 9-9:30 का समय होगा। मौसम भी कुछ खराब था। बरसात हो रही थी तो मुझे कोई आशा नहीं थी कि इतनी रात को आशा भोसले हमारे यहां आएंगी, लेकिन थोड़ी ही देर में हरीश भाई का फोन आया कि कहां आना है, आशा जी आ गई हैं। हम भी अलर्ट हो गए और उन्हें आशा जी को लेकर गेस्ट रूम में आने के लिए बोला और स्वयं भी पहुंच गए। आशा जी का आना हुआ और जिस सहजता से उन्होंने मुस्कराते हुए हमें देखा तो अकस्मात ही मन श्रद्धा से उनके चरण छूने के लिए झुक गया। उनका सर पर वात्सल्य से भरा हुआ हाथ एक सुखद अनुभूति दे रहा था। चाय मिलेगी? इस प्रश्न में उनका अनुरोध भी था, आदेश भी था। मौसम ठंडा है, दिल्ली की सर्दी की बात ही कुछ अलग है और ये हरीश सुबह से घुमा रहे हैं। अब जब तक मुझे चाय नहीं मिलेगी मैं कोई काम नहीं करूंगी और थोड़ी नमकीन हो तो वो भी मंगवा लेना। तुरंत चाय मंगवाई गई और मित्र श्याम किशोर के खजाने से 2-3 तरह की नमकीन की व्यवस्था हुई। जैसे ही सब उनके सामने पहुंचा तो एक बाल सुलभ आनंद उनके चेहरे पर दिखाई दे रहा था। चाय पीते-पीते उन्होंने अपने दिल्ली के चाट पकौड़ी प्रेम के बारे में बताना शुरू कर दिया। कैसे वो बच्चों के साथ सिर्फ दिल्ली के खाने का आनंद लेने के लिए फ्लाइट पकड़ कर आती थीं। हमारे प्रिंट के फोटोग्राफर कौल साहब हर पल को अपने कैमरे में कैद करने में लगे हुए थे।



भाषाओं में गाए उनके गानें। उनकी प्रतिभा का स्वयं ही मूल्यांकन कर देते हैं। उनको सुनना, उनको गाते देखना एक दिव्य अनुभव से कम नहीं होता था। उनकी अभिलाषा थी कि वो गाते हुए ही दुनिया से जाएं और ईश्वर ने उनकी ये मनोकामना पूरी की। 92 वर्ष की आयु में उनका निधन हुआ। अपने अंत समय तक वो सक्रिय थीं।

किसी के चले जाने से दुनिया की यात्रा समाप्त नहीं होती और ना ही रुकता है। आशा ताई के जाने से भी मनोरंजन की दुनिया ठहरेगी नहीं। वो चलती रहेगी, लेकिन आशा भोसले के चाहने वालों के लिए ठहर जाएगा। भारतीय सिनेमा में उनकी जगह हमेशा के लिए खाली रह जाएगी। अब कौन ऐसा कलाकार आएगा जो 8 दशक की अनवरत यात्रा करने की योग्यता रखता होगा? कौन ऐसा फनकार होगा जो अपने दर्द को अपनी ताकत बनाकर लोगों के दिलों की आवाज बन जाएगा?

निदा फ़ाज़ली साहब की गजल है-

**कभी किसी को मुकम्मल जहां नहीं मिलता,
कहीं ज़मीन कहीं आसमां नहीं मिलता।
तेरे जहां में ऐसा नहीं की प्यार ना हो,
जहां उमीद हो इसकी वहां नहीं मिलता।**

फिल्म आहिस्ता-आहिस्ता में आशा ताई ने इस गजल को स्वर दिया था। ये कदाचित् उनके ही दिल की कसक होगी जिसे निदा साहब ने

**अपनी कलम से कागज़ पे उतारा होगा।
कहां चराग जलाएं कहां गुलाब रखे,
छते तो मिलती हैं लेकिन मकां नहीं मिलता।
जिसे भी देखिए वो अपने आप में गुम हैं,
जबां मिली है मगर हम-ज़बां नहीं मिलता।।
चराग जलते ही बीनाई बुझने लगती है,
खुद अपने घर में ही घर का निशां नहीं मिलता।
कभी किसी को मुकम्मल जहां नही मिलता,
कहीं ज़मीन कहीं आसमां नहीं मिलता।**

आशा कभी मरती नहीं, वो मरेगी भी नहीं, वो हमेशा रहेंगी, जब तक ये दुनिया रहेगी। आशा है, आशा ताई को अब मुकम्मल जहां मिल जाए। उस पार जो महफिल सजेगी, उसमें सब बिछड़े हुए शामिल होंगे।

गर्मी की छुट्टी आते ही बच्चे हों या युवा या फिर वृद्ध उनके मन में उमंग व उल्लास का संचार होने लगता है। उनके मन में बस हमेशा यह विचार आता है कि इस बार फिर कहां जाएंगे छुट्टियों में?



छुट्टी: नियमित दिनचर्या से मुक्ति

बच्चों के लिए तो साल में एक बार ही इतनी लम्बी छुट्टियां मिलती हैं और उन्हें इन दिनों जी-भर के मौज-मस्ती करनी होती है। छुट्टियां एवं पर्यटन का रिश्ता पुराना है और इसके लिए अब टूर पैकेज का भी जमाना है। आप, बस प्लान बनाइए और जेब की साइज के अनुसार देश-विदेश का ऑप्शन चुनिए। आजकल ऑनलाइन के दौर में बस आपको जगह और मौसम के हिसाब से चीजें चुननी होती हैं और तनावमुक्त होकर छुट्टियों की बाट जोहनी है।

छुट्टियां हमारे एकरस जीवन में बहार लाती हैं और इसकी तैयारी से ही ऐसा लगता है अहा! वाह! क्या जिंदगी है। आज का दौर व्यस्ततम है और नियमित दिनचर्या की थकान तन-मन दोनों को थका देती है। ऐसे में छुट्टियां तन-मन को स्फूर्ति प्रदान करती हैं और हम स्वयं को तरोताजा अनुभव करते हैं। पर्यटन स्थल हमें प्रकृति का अनुभव कराते हैं। आस-पास फैली हरियाली आंखों को ठंडक व सुकून देती है। पहाड़ों की सुंदरता और मनमोहक वातावरण बरबस हमारे तनाव और एकरसता को आनंदित करते हैं।

वैसे ही यदि आप छुट्टियों में समंदर की ओर जाना चाहते हैं तो उसकी लहरें आपको बांध लेती हैं और आप उससे जुड़ी गतिविधियों में

रोमांच का अनुभव करते हैं। समंदर किनारे आप सी फूड का आनंद लेते हुए रेत पर सारी चिंताएं बिसरा कर विश्राम सकते हैं। स्थान परिवर्तन और नए लोगों से मिलकर एक अलग सी संतुष्टि व आनंद का अनुभव होता है। बच्चे भी छुट्टियों के नाम से ही उत्साहित हो जाते हैं और उत्साहित होकर पर्यटन स्थलों से जुड़ी जानकारीयों जुटाने लगते हैं।

आज के तकनीकी युग में ब्लॉगर के जरिए भी बहुत सी जानकारीयों इकट्ठा हो जाती हैं। वैसे पर्यटन के ऐतिहासिक स्थल भी छुट्टियां बिताने के लिए एक अच्छा विकल्प हैं। कुछ लोग छुट्टियों में बच्चों को दादा-दादी, नाना-नानी के घर भी ले जाते हैं, जहां उनके लिए कई आकर्षक कार्यक्रम जैसे पारिवारिक मिलन समारोह और पिकनिक पहले से तय कर लिए जाते हैं।

वे अपने रिश्तेदारों के भाई-बहनों के साथ खेल-कूद में व्यस्त रहते हैं। वैसे अपने बुजुर्गों से धार्मिक कहानियों को सुनने का अलग ही आनंद होता है। वे बच्चों को बातों-बातों में कई महत्वपूर्ण सीख भी दे देते हैं। गर्मी का मौसम आम, लीची और अंगूर के बिना अधूरा ही होता है।

आम का पत्रा, शेक व आईसक्रीम ये सब तो सोने पर सुहागा सरीखे हैं। हम



परिणीता सिन्हा 'स्वयंसिद्धा'



हैं। कभी भी बिना सुरक्षा जैकेट के बोटिंग न करें। आवश्यक दवाईयां अपने पास अवश्य रखें और आवश्यक सम्पर्क के नम्बर लिखित भी रखें।

छोटे बच्चों का भी विशेष ध्यान रखें। यादगार पलों को अपने कैमरे में कैद करने के लिए फोटोग्राफी, ब्लॉगिंग भी अच्छा माध्यम है। आजकल आपको मोबाइल में ही इतनी सुविधाएं मिल जाएंगी कि आप सभी पलों को सहेज सकते हैं। आपके द्वारा बनाई गई रील औरों को भी रोमांचित करेगी और वे भी अपनी छुट्टियों को अच्छी तरह बिताने का मन बनाएंगे। इस तरह अपने आप को तरोताजा बनाए रखने के लिए एक यादगार छुट्टी आवश्यक है।



बच्चों से कई दैनिक कार्य में सहयोग भी ले सकते हैं और उन्हें बागवानी, पाककला के गुण भी सीखा सकते हैं। इन दिनों खान-पान भी विशेष होता है।

कभी शहर के प्रसिद्ध चाट भंडार का आनंद उठाया जाता है तो कभी मिठाईयों पर ही दिल हार बैठते हैं। ज्यादातर बच्चों को ग्रामीण जीवन और उससे जुड़े संस्मरण बहुत लुभाते हैं। वे पूरी छुट्टियां बिना किसी रोक-टोक के मस्ती में निकालते हैं। समय की पाबंदी के बिना जीना बहुत भाता है। छुट्टियों में यदि कोई शादी-ब्याह का न्योता मिल जाए तो वह किसी लॉटरी से कम नहीं होता है। फिर तो शादी की जोर-शोर से तैयारी की जाती है और सजने-संवरने, नाचने-गाने का भी भरपूर अवसर मिलता है। इसके साथ ही अपने रिश्तेदारों के साथ पुरानी यादों में कुछ यूं खो जाते हैं कि समय का पता ही नहीं चलता और छुट्टियां भी यादगार बन जाती है, परंतु छुट्टियां मनाने के धुन में सावधानियों को अनदेखा न करें क्योंकि कई बार हम अपनी मस्ती में इतने मगन हो जाते हैं कि लापरवाहियां कर बैठते

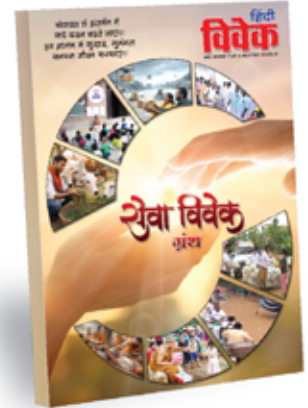
राष्ट्रीय भावनाओं को जागृत करनेवाली सामाजिक व पारिवारिक पत्रिका



Combo Offer

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।



हिंदी विवेक की
पंचवार्षिक सदस्यता

सेवा विवेक
ग्रंथ

मूल्य ₹ 500 + मूल्य ₹ 1800 + मूल्य ₹ 700

कुल : ₹ 3000/-

आपको मिलेगा मात्र ₹ 2500 में



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 या...

कार्यालय : सहारा नांगरे - 9594991884
Email : hindivivekvargani@gmail.com

राष्ट्रीय भावनाओं को जाग्रत करनेवाली
सामाजिक व पारिवारिक पत्रिका



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।



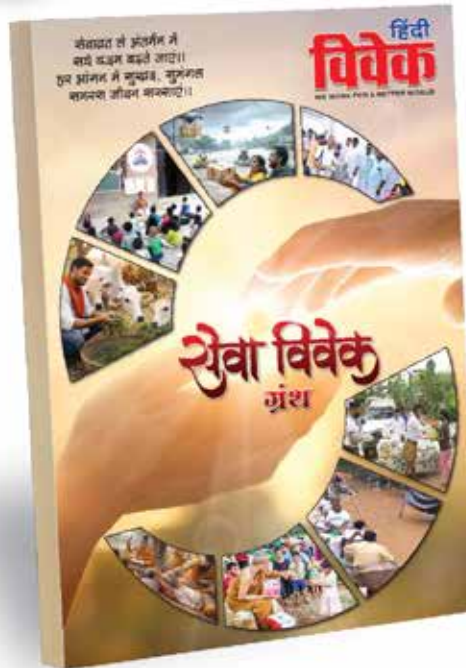
सेवा के पीछे की भारतीय
दृष्टि, प्रेरणा और दर्शन को
उजागर करना।



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



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



प्रकाशन पूर्त मूल्य

600/-

ग्रंथ का
मूल्य

₹ 700/-

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



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



नानी का घर बनाम गैजेट्स की दुनिया

जब हम अपनी पुरानी स्मृतियों के झरोखे से झांकते हैं तो यह बात पूरी तरह सच सिद्ध होती है कि जो सुकून नानी की कहानियों और आंगन की मिट्टी में था, वह आज के वाई-फाई कनेक्शन और एयर-कंडीशंड कमरों में कहीं खो गया है।



डॉ. लोकेंद्र सिंह

गर्मी की छुट्टियों की प्रतीक्षा किसे नहीं होती है। भले ही समय बदल गया है, पीढ़ी बदल गई है, लेकिन गर्मी की छुट्टियों को लेकर रोमांच कम नहीं हुआ है। छुट्टियों के नाम से आज भी हमारे चेहरों पर एक प्यारी-सी मुस्कान तैर जाती है। हर बच्चे के मन में वार्षिक परीक्षा के बाद आने वाली लम्बी छुट्टियों को लेकर अपने-अपने सपने होते हैं। हालांकि इन सपनों या कहे योजनाओं में बड़ा बदलाव आया है। बदलते समय ने हमारे जीने के तरीके को जितना बदला है, उतना ही असर इन छुट्टियों के आनंद पर भी डाला है।

एक वह दौर था जब अप्रैल का महीना आते ही मन किसी पंछी की तरह उड़ने को बेताब हो जाता था। फुर्र से उड़कर नानी के आंगन, वहां से दादी के घर। खेत-खलियान, नीम की छांव। चाचा के साथ मटरगस्ती। मामा के साथ नदी में छलांग। भाई-बहनों के साथ अष्टा-चंगा, गिल्ली-डंडा, छुपन-छुपाई, सांप-

सीढ़ी और न जाने कितने देशी खेल। एक से मन भरे, दूसरे में आए आनंद। रात में तारों की छांव में सोना। नाना-नानी की किस्सागोई में सिनेमा से बढ़कर मनोरंजन। रोज नई कहानी और नया संस्कार। आम के आम, गुठलियों के दाम। छुट्टियों का आनंद भी और समाज जीवन की शिक्षा-संस्कार भी।

एक आज का दौर है, जहां छुट्टियां तो हैं, लेकिन उनका रंग-रूप पूरी तरह बदल चुका है। नानी-दादी का घर तो है, लेकिन हम जाते चार दिन के लिए ही हैं। मामा, चाचा-ताऊ के बच्चे यानी हमारे भाई-बहनों की मंडली तो है, लेकिन हम देशी खेल नहीं खेलते, गैजेट्स में डूबे रहते हैं। जो हम खेल-खेल में सीख लेते थे, उसके लिए हॉबी क्लासेस लगा रहे हैं। जो आनंद हमें नानी-दादी के घर आता था, उसे मोटी फीस देकर भी हम समर कैम्प में नहीं पा सकते। हालांकि इस सबका अभिप्राय यह नहीं है कि समर कैम्प और हॉबी क्लासेस का महत्व नहीं है। बदली परिस्थितियों में यह हमारी छुट्टियों को उपयोगी बनाते हैं।

दादी-नानी के घर का वो सुनहरा बचपन

यदि हम अपने बचपन की ओर पलटकर देखें तो गर्मी की

छुट्टियों का सीधा-सा अर्थ होता था- नानी या दादी का घर। परीक्षाएं समाप्त होते ही टिकट बुक होना, रेलगाड़ी या बस की यात्रा का वह रोमांच। स्टेशन पर मामा या चाचा द्वारा प्रतीक्षा करना, यह किसी उत्सव से कम नहीं था। पूरे 2 महीने की छुट्टियां आनंद में बीतती थीं। वहां पहुंचते ही भाई-बहनों की एक पूरी फौज का मिलना, दोपहर की चिलचिलाती धूप में छुपकर आम के बागों में जाना, कच्चे आम (कैरी) तोड़कर नमक-मिर्च लगाकर खाना, यही हमारा सबसे बड़ा एडवेंचर था। तब वीडियो गेम नहीं थे, लेकिन गिल्ली-डंडा, लुका-छिपी, सांप-सीढ़ी, लूडो, शतरंज और कैरम ने हमें कभी बोरियत का अनुभव नहीं होने दिया। रात को आंगन या छत पर पानी छिड़क कर खटिया बिछाना, तारों से भरे आसमान को देखते हुए दादी-नानी से राजा-रानी और परियों की कहानियां सुनना और एक मीठी सी नींद की गोद में चले जाना... वह एक अलग ही दुनिया थी। आज भी जब हम उस दौर को याद करते हैं तो वह निश्चल आनंद हमें भीतर तक रोमांचित कर देता है। अपनों के साथ समय बिताने से, रिश्तों में जो आत्मीयता आती थी, वह जीवनभर चलती थी।

बदलते परिवेश में छुट्टियों का नया स्वरूप

आज के परिवेश में छुट्टियों का अर्थ पूरी तरह से बदल गया है। अब नानी के आंगन की जगह 'समर कैम्प' ने ले ली है। आज माता-पिता इस बात को लेकर अधिक चिंतित रहते हैं कि इन 2 महीनों में बच्चा क्या नया सीख सकता है। कोडिंग क्लासेस, रोबोटिक्स, पर्सनैलिटी डेवलपमेंट और हॉबी क्लासेस के टाइम-टेबल में बच्चों की छुट्टियां भी एक रूटीन बनकर रह गई हैं। लगता ही नहीं कि छुट्टियां लगी हैं। स्कूल की जगह ये हॉबी क्लासेस ले लेती हैं।

हम यह भूल गए हैं कि अपनों के साथ रहकर भी बच्चे बहुत कुछ सीखते थे। हम जीवन के आवश्यक सबक सीखते थे। पारिवारिक और जीवन मूल्य अपने आप ही हमारे आचरण में जुड़ते जाते थे। अपनी सांस्कृतिक विरासत से भी परिचित होते थे। मुझे याद है कि इन्हीं दिनों में गांव में रामलीला और रासलीला का मंचन होता था। रात में रामलीला देखते और दिन में अपने दोस्तों के साथ उसके मंचन को चौपाल पर दोहराते। कब राम-लक्ष्मण के किरदार हमारे भीतर उतर आते, पता ही नहीं चलता था। श्रीमद्भागवत कथाओं के आयोजन का अवसर भी यही होता था। आज के दौर में टेलीविजन, स्मार्टफोन, आईपैड और डिजिटल गेम्स ने ऐसा मायावी संसार रच दिया है, बच्चे उसमें उलझ गए हैं। मस्ती का सारा समय स्क्रीन टाइम में बदल गया है। अब बच्चे धूप में पसीना बहाने की बजाए एसी कमरों में बैठकर ऑनलाइन मल्टीप्लेयर गेम खेलना ज्यादा पसंद करते हैं। चार बच्चे एक साथ इकट्ठे भी होते हैं तो वह स्मार्टफोन पर ऑनलाइन गेम खेलना ही अधिक पसंद करते हैं। इसके अलावा हाई लाइफ स्टाइल दिखाने की होड़ में विदेश या किसी महंगे रिसॉर्ट में छुट्टियां बिताकर सोशल मीडिया पर फोटो डालने का अभ्यास भी बढ़ गया है।

क्या आज के बच्चे पहले वाले आनंद से अछूते हैं? यह एक ऐसा प्रश्न है जो हर उस व्यक्ति के मन में उठता है जिसने 80 या 90 के दशक की गर्मियां जी हैं। यदि सच्चाई और बेबाकी से कहा जाए तो हां, आज के बच्चे उस नैसर्गिक आनंद से बहुत सीमा तक अछूते हैं। उन्हें सुख-सुविधाएं तो हमसे कई गुना ज्यादा मिल रही हैं, लेकिन वो स्वतंत्रता नहीं मिल रही जो हमें प्राप्त थी। बिना घड़ी देखे खेलने की स्वतंत्रता, मिट्टी में सने होने पर भी बेफिक्र रहने की स्वतंत्रता और संयुक्त परिवार के उस शोरगुल और प्यार को अनुभव करने की स्वतंत्रता। आज का बच्चा आभासी तरीके में तो दुनिया भर के लोगों से जुड़ा है, लेकिन चचेरे-ममेरे भाई-बहनों के साथ होने वाली वो छोटी-छोटी तकरारें और गहरे भावनात्मक जुड़ाव उससे कहीं पीछे छूट गए हैं।



स्कूल के दिनों, बच्चे करते थे प्रतीक्षा अपनी छुट्टियों की, ताकि समुद्र के किनारे वाले शहर में या खूबसूरत वादियों के देश जा सकेंगे घूमने आई-बाबा के साथ।

परंतु, मेरे लिए तो मेरे गांव का तालाब ही किसी गोवा का समुद्र था और सूखा-नंगा पहाड़ हिमालय का उत्तुंग शिखर। खलियान तो जैसे कुछ दिन के लिए लॉर्ड्स का क्रिकेट मैदान बन जाया करता था।

अपने सपने में आया नहीं कभी मनाली का फैमिली टूर भी फिर लॉस एंजिल्स, वेल्स के जंगल, हवाई और इटली का लेक गार्डन तो बहुत दूर की बात थी।

अपन राम के लिए तो बजरंग मंदिर और उसके औघड़ बगीचे में स्वर्ग के सुख से बढ़कर थी दाल-टिक्कर की पार्टी।

चढ़ना ऊंचे पेड़ों पर लांघना खेतों की मेड़ खंडहर किले में खोजना रहस्य अपने लिए तो यही थी माचू-पिचू की साहसिक यात्रा।



डॉ. सौरभ मालवीय

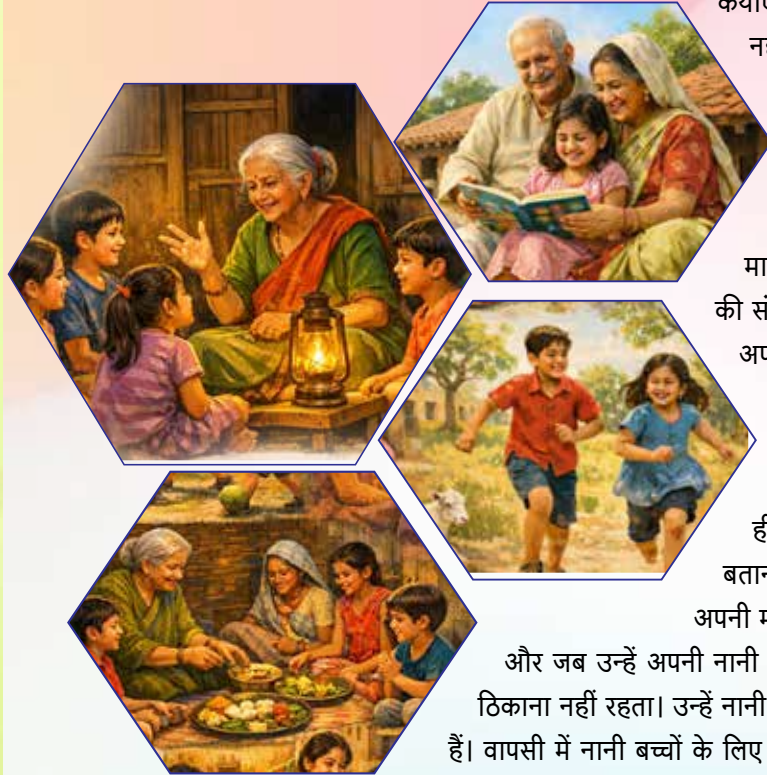
गर्मी की छुट्टियों में नानी के घर केवल अवकाश के ही दिन नहीं होते हैं बल्कि इनके वटवृक्ष में बच्चों के संस्कार पल्लवित व पोषित भी होते हैं। नानी बच्चों को बहुत सी रोचक कथाएं सुनाती हैं जो बच्चों को अपनी जड़ों से जोड़ने में सहायक सिद्ध होती हैं।

ग्रीष्मकाल के अवकाश में बच्चे अपनी नानी के घर जाते हैं। बाल्यकाल के ये सुंदर संस्मरण जीवनपर्यंत स्मृति में रहते हैं। हमारे देश भारत में बच्चों का अपनी नानी के घर जाना केवल एक यात्रा नहीं है अपितु एक भावनात्मक परम्परा है, जो उन्हें परिवार से जोड़े रखती है।

शिक्षण संस्थाओं में ग्रीष्म कालीन अवकाश ग्रीष्म ऋतु के मध्य में आता है। इस समयावधि में भीषण गर्मी पड़ती है। प्रायः ग्रीष्म कालीन अवकाश मई के अंतिम सप्ताह से लेकर सम्पूर्ण जून तक रहता है। इस समयावधि में उच्च तापमान के कारण सभी विद्यालय एवं महाविद्यालय बंद रहते हैं। बच्चे वर्षभर ग्रीष्म कालीन अवकाश की प्रतीक्षा करते हैं क्योंकि इसमें उन्हें सबसे अधिक दिनों का अवकाश प्राप्त होता है। बच्चों के लिए ग्रीष्म कालीन अवकाश किसी पर्व से कम नहीं होता। इस समयावधि में उन्हें कोई चिंता नहीं होती अर्थात् उन्हें न तो प्रातःकाल में शीघ्र उठकर विद्यालय जाने की चिंता होती है और न ही गृहकार्य करने की कोई चिंता होती है। प्रायः ग्रीष्म कालीन अवकाश में बच्चे अपने माता-पिता के साथ अपनी नानी के घर जाते हैं। वहां वे अपने ननिहाल के लोगों से मिलते हैं। सब उन्हें बहुत लाड़-प्यार करते हैं। नानी के घर की सबसे बड़ी विशेषता यह होती है कि उन पर कोई रोक-टोक नहीं होती। यहां माता-पिता का कड़ा अनुशासन नहीं होता। माता-पिता के रोकने-टोकने पर नानी उन्हें ही डांट देती हैं कि बच्चे हैं। यदि अब नहीं खेलेंगे तो कब खेलेंगे। वर्षभर उन्हें पढ़ाई ही करनी है, अब तो उन्हें खेलने दो। नानी के घर बच्चे अपने मामा और मौसी के बच्चों के साथ मिलकर खेलते हैं। वृक्षों पर चढ़ना और फल तोड़ना भी बहुत ही रोमांचकारी होता है। ये अवकाश का मुख्य आकर्षण होता है। कभी वृक्ष से गिरकर चोटिल होना और परिजनों की डांट खाना भी इसमें सम्मिलित हो जाता है। रात्रि में नानी बच्चों को बहुत सी रोचक

नानी के घर की सुखद स्मृति

कथाएं सुनाती हैं। ये कथाएं केवल परियों या राजा-महाराजाओं की नहीं होतीं अपितु परिवार के इतिहास और पूर्वजों की भी होती हैं, जो बच्चों को अपनी जड़ों से जोड़ने में सहायक सिद्ध होती हैं। इनके कारण बच्चे अपने पूर्वजों के विषय में जान पाते हैं। इन कथाओं के माध्यम से वे बच्चों में संस्कार पोषित करती हैं, जो उनके चरित्र का निर्माण करते हैं। यही संस्कार जीवन में उनका मार्गदर्शन करते हैं। अपने पैतृक गांव अथवा नगरों में जाने से वे वहां की संस्कृति से जुड़ते हैं। अपने सगे-सम्बंधियों से मिलते हैं। इससे उन्हें अपने सम्बंधों का पता चलता है। उनमें अपने सम्बंधियों के प्रति स्नेह का भाव उत्पन्न होता है। वे अपने सम्बंधियों के प्रति अपने दायित्व को भी समझते हैं। समय पड़ने पर वे अपने दायित्वों को निभाने से पीछे भी नहीं रहते। वास्तव में बच्चों को बाल्यकाल से ही उन्हें परिवार और परिवार के प्रति उनके दायित्वों के विषय में बताना चाहिए। बच्चे नानी के हाथ का बना स्वादिष्ट भोजन करते हैं। वे अपनी माता के मुख से नानी के हाथ से बने भोजन की बातें सुनते रहते हैं और जब उन्हें अपनी नानी के हाथ का बना भोजन खाने को मिलता है तो उनके आनंद का ठिकाना नहीं रहता। उन्हें नानी के हाथ का बना अचार, मुरब्बा एवं पापड़ आदि अत्यंत प्रिय होते हैं। वापसी में नानी बच्चों के लिए अपने हाथ से बने स्वादिष्ट व्यंजन देती हैं। ग्रीष्मकालीन अवकाश के दौरान बच्चे अपने माता-पिता एवं ननिहाल के सदस्यों के साथ पर्यटन स्थलों पर भी जाते हैं।



अधिकतर लोग ऐसे स्थानों पर जाते हैं, जहां तापमान कम रहता है। ये पहाड़ी क्षेत्र होते हैं। इससे वे वहां की संस्कृति एवं रीति-रिवाजों के बारे में जान पाते हैं। इसके अतिरिक्त वे धार्मिक स्थलों एवं ऐतिहासिक महत्व के स्थलों पर भी घूमने जाते हैं। घूमने का अर्थ केवल सैर-सपाटा और मनोरंजन करना नहीं है अपितु पर्यटन से बहुत सी शिक्षाएं मिलती हैं। धार्मिक स्थलों पर जाने से मन को शांति प्राप्त होती है तथा बच्चे अपने गौरवशाली संस्कृति से जुड़ पाते हैं। उन्हें अपने ईष्ट देवी-देवताओं के बारे में जानने का अवसर मिलता है, उनमें आस्था का संचार होता है। उनका आत्मबल एवं आत्म विश्वास बढ़ता है। ऐतिहासिक स्थलों पर जाने से उन्हें अपने इतिहास को जानने का अवसर प्राप्त होता है। ये व्यवहारिक ज्ञान है, जो उन्हें आने-जाने से प्राप्त होता है। यह उनके लिए आवश्यक भी है। वे जिन चीजों के बारे में पुस्तकों में पढ़ते हैं, उनके बारे में उन्हें सहज जानकारी प्राप्त होती है। इसका उनके मन-मस्तिष्क पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। शिक्षकों द्वारा ग्रीष्मकालीन अवकाश के लिए भी विद्यार्थियों को गृहकार्य दिया जाता है। इस दौरान विद्यालय अवश्य बंद रहते हैं, पर ट्यूशन सेंटर खुले रहते हैं। बच्चे ट्यूशन के लिए जाते हैं और अपना गृहकार्य भी करते हैं। इसके अतिरिक्त ग्रीष्म कालीन अवकाश के दौरान बहुत से संस्थान अनेक

प्रकार के कम समयावधि वाले कोर्स प्रारम्भ करते हैं, उदाहरण के लिए चित्रकला, संगीत, गायन, नृत्य, मिट्टी के खिलौने बनाने, सजावटी सामान बनाना आदि। इस समयावधि में बच्चों को अपनी रुचि के अनुसार कार्य करने एवं नई-नई चीजें सीखने का अवसर प्राप्त होता है। बहुत से बच्चे खेलों की ओर रुझान करते हैं। समय अभाव के कारण वे खेल नहीं पाते थे, परंतु अवकाश में उन्हें अपनी पसंद के खेल खेलने का अवसर मिल जाता है। क्षेत्र के बच्चे अपनी-अपनी टीम बना लेते हैं और आपस में प्रतिस्पर्धा करते हैं, इससे उनमें खेल भावना का विकास होता है। किसी भी खिलाड़ी के खेल का प्रारम्भ इसी प्रकार होता है। पहले वे अपने मित्रों के साथ खेलता है, फिर इसी प्रकार वह खेल स्पर्धाओं में खेलने लगता है। फिर एक दिन वह देश के लिए पदक जीतने वाला खिलाड़ी बन जाता है। वास्तव में यह समय बच्चों के नैसर्गिक गुणों को निखारने का कार्य करता है। यह दुखद एवं चिंतनीय है कि आज के डिजिटल युग में बच्चे मोबाइल में लगे रहते हैं। इससे उनके नेत्रों पर दुष्प्रभाव पड़ता है। तकनीक का आवश्यकता से अधिक उपयोग करना हानिकारक होता है। माता-पिता को चाहिए कि वे अपने बच्चों को प्रकृति के निकट लेकर जाएं अर्थात् ग्रीष्मकालीन अवकाश में ननिहाल अवश्य लेकर जाएं।

■■■

स्वयं के लिए और अपने परिजनों के लिए ग्रंथ का पंजीयन करें

इस ग्रंथ में आप पढ़ेंगे

- संघ में हो रहे अनगिनत सेवा कार्यों का परिणाम क्या है?
- डॉ. हेडगेवार जी से लेकर डॉ. मोहन भागवत जी तक के सभी सरसंघचालकों का दिशादर्शन...
- राजनीति को केंद्र में न रखकर राष्ट्रीयत्व को क्यों केंद्र में रखा?
- भारत के सम्मुख चुनौतियां और संघ कार्य का प्रभाव
- संघ विचारधारा और परिवर्तन जैसे विविध मौलिक विषय

ग्रंथ का मूल्य
₹ 700/-



ईमेल - hindivivekvargani@gmail.com

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

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

सम्पर्क

प्रशांत : 9594961855, संदीप : 9082898483

भोला : 9702203252, कार्यालय : 9594991884



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



कैसे खोलें पुस्तक जब विद्यालय हो बंद। जी हां, ऐसे में बच्चे के लिए गर्मी के अवकाश में क्या करें- यह उनके अभिभावकों के समक्ष एक जटिल समस्या रहती है। गर्मी की छुट्टियों को कैसे उपयोगी व रचनात्मक बना सकते हैं, इस आलेख में विस्तार से चर्चा की गई है।

सदुपयोग



डॉ. मोनिका शर्मा

छुट्टियां रचनात्मक और सहज हों

गर्मी की छुट्टी का समय बच्चों के लिए आराम का समय होता है। छुट्टियां: दिनभर की व्यस्तता वाली नियमित दिनचर्या से अलग भले ही हों, इस समय का सदुपयोग भी आवश्यक है। हां, हर पल कुछ करने में जुटे रहने का समय नहीं होता, पर ऐसा भी नहीं है कि इन दिनों कुछ भी ना किया जाए। यही कारण है कि छुट्टियों का समय बिताने के लिए भी एक योजना आवश्यक है। कुछ सीखना हो या खेल-कूद और मस्ती। दोस्तों के साथ समय बिताना हो, समर क्लास ज्वाइन करनी हो या घर में रहकर ही कुछ सीखना हो, समय का नियोजन बेहद आवश्यक है। अभिभावक और बच्चे मिलकर छुट्टियों को इस प्रकार नियोजित करें कि यह समय रचनात्मक और मजेदार बन जाए।

बनाएं सही योजना- वर्ष भर बाद आने वाली छुट्टियों का समय भी सीमित ही होता है। कहीं घूमने जाने या

अपने रिश्तेदारों व मित्रों के घर आने-जाने के दिन होते हैं। इसीलिए सही योजना बनाकर बच्चों की रुचि के अनुसार कुछ एक्टिविटीज से जुड़ने की राह चुनना आवश्यक है। ध्यान रहे कि एक सप्ताह टाइम टेबल की आवश्यकता तो वेकेशन टाइम में भी होती है। इसके लिए अभिभावकों में बच्चों के रूटीन को समझने और सही ढंग से विभाजित कर उनकी पसंद की गतिविधियों में लगाने की सजगता होनी चाहिए।

वास्तव में छुट्टियों के सही उपयोग और नियोजन के लिए पहले दिन से ही कुछ चीजें तय कर लेना आवश्यक होता है। समर क्लासेस जॉइन करने से लेकर अपने रूम को ऑर्गनाइज्ड करने और हमउम्र साथियों के खेलने-कूदने के साथ ही परिवार संग समय बिताने के सहज से गाइडलाइंस को इस प्लानिंग का हिस्सा बनाएं। बीते एकेडमिक ईयर या आने वाली क्लास के अनुसार कोई होमवर्क दिया गया हो

तो उसे पूरा करने को लेकर भी टाइम टेबल बनाना चाहिए।

समर क्लास की उपयोगिता समझें- गर्मियों की छुट्टियों में समर कैंप या क्लासेस भी बच्चों के लिए कुछ नया सीखने-समझने के सही अवसर होते हैं। इस समय बच्चे अपनी हॉबी या स्किल्स निखारने के लिए कोई कोर्स कर सकते हैं। बहुत से समर क्लास और कोर्स बच्चों के लिए बेहद उपयोगी भी होते हैं। छुट्टियों में सीखी जाने वाली इन स्किल्स के क्लास रूम में बच्चों पर अच्छा परफॉर्म करने का कोई मानसिक दबाव नहीं होता। प्रतियोगिता से दूर सहज वातावरण में बच्चे कुछ नया सीखते हैं। समर क्लासेस बच्चों को क्रिएटिव मोर्चे पर मन के अनुरूप करने का अवसर देते हैं। स्कूल के नियमों और अनुशासन से अलग समर क्लास के

अन्य छात्रों से मिलना बच्चों के विचार और व्यक्तित्व में भी निखार लाता है। हॉबी क्लासेस में बच्चे रचनात्मक रूप से बहुत सक्रिय रहते हैं। फन एक्टिविटीज बच्चों को एकाग्रता सिखाती हैं। समर क्लासेस में बच्चे अपने ही आसपास की अनदेखी-अनजानी दुनिया को एक्सप्लोर करते हैं। सीमित दिनों के ये क्लास रूम बच्चों की क्षमता और प्रतिभा को रचनात्मकता का प्यारा कैनवस देते हैं। जिस पर बच्चे बिना किसी तनाव के अपनी मर्जी के रंग भरते हैं। बिना किसी चिंता, तनाव व दबाव के खेल, आर्ट, गायन-नृत्य जैसी गतिविधियां करना बालमन को सफलता-असफलता की खींचतान से परे खिलखिलाहटों की सौगात देता है।

सही कोर्स चुनें- छुट्टियों के समय कुछ सीखने के लिए स्कूल के पाठ्यक्रम जैसी बाध्यता से बचना आवश्यक है। इसीलिए समर क्लास का चयन करते समय बच्चों की राय भी सुनें। सभी अभिभावक सोचते हैं कि गर्मी की छुट्टी में बच्चों को क्या ऐसा कोर्स कराएं कि अवकाश के दिनों में भी उनका समुचित विकास हो। आवश्यकता इस बात की भी है कि अभिभावकों की इच्छा से बच्चों की रुचि-रुझान का भी मेल हो। इन दिनों क्रिकेट, स्केटिंग, योग, कसरत, डांस, म्यूजिक, स्केचिंग, पेंटिंग, स्टोरी टेलिंग और पब्लिक स्पीकिंग जैसी कई तरह की क्लास चलती हैं, पर कोई भी

कोर्स नहीं चुन जा सकता। न ही हर कोर्स, हर बच्चे के लिए सही होता है। इसीलिए घर के छोटे सदस्यों की रुचि और आयु के अनुसार ही कोर्स का चयन करना आवश्यक है। इस मोर्चे पर अभिभावक अपनी पसंद बिलकुल भी न थोपें। बालमन के रुझान को प्राथमिकता देते हुए उन्हें व्यस्त रखने का रास्ता निकालें। ध्यान रहे कि बच्चों को अपनी पसंद की कला, खेल या दूसरी एक्टिविटीज को सीखना-गुनना

ही ज्यादा अच्छा लगता है। छुट्टियां खुशियों का ही समय होता है। समझना आवश्यक है कि बिना किसी के दबाव के कलात्मक गतिविधियां करने से डोपामाइन हार्मोन बढ़ता है। यह हार्मोन बच्चों को खुशी और शांत मन का उपहार देता है।



घर में भी रचनात्मक गतिविधियां- समर क्लास या समर कैम्प न जाने वाले बच्चे घर में भी रचनात्मक छुट्टियां बिता सकते हैं। बच्चों की रुचि के अनुसार घर के किसी कोने को क्रिएटिव स्पेस बनाया जा सकता है। समर वेकेशन में आस-पड़ोस के बच्चे मिलजुलकर कुछ नया सीख सकते हैं। अपने ही आंगन में की जाने वाली कुछ गतिविधियों में तो अभिभावक भी शामिल हो सकते हैं। बच्चों के साथ अभिभावक कोई नई रेसिपी बना सकते हैं। इन दिनों बच्चों को केक बेक करना, सैंडविच बनाना या फ्रूट सलाद तैयार करना सिखाया जा सकता है। इससे बच्चे घर और रसोई के छोटे-छोटे काम करना सीखेंगे।

घर में अभिभावकों के साथ क्वालिटी टाइम बिताते हुए बच्चे घर और अपना कमरा साफ रखने एवं चीजों को सही जगह पर रखने आदि का गुण सीख सकते हैं। अभिभावकों के दिशा-निर्देश बच्चों को बोझ भी नहीं लगते। वे घर का काम भी रचनात्मक ढंग से करना सीखते हैं। इतना ही नहीं बच्चे ऑनलाइन क्लासेस के जरिए भी कोई नई भाषा सीख सकते हैं। तकनीकी फील्ड में रुचि हो तो कोडिंग, रोबोटिक्स या डिजिटल आर्ट के क्लास ले सकते हैं। छुट्टियों में बच्चों को संतुलित स्वस्थ जीवनशैली से भी जोड़ा जा सकता है।



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

काम से अवकाश लेकर घर जाता कामगार हो या कठोर दिनचर्या के बाद किसी सैनिक के छुट्टी पर जाने का आनंद ही अलग है। छुट्टी केवल मौज-मस्ती या आनंद का नाम नहीं है। वस्तुतः उसकी सामाजिक उपयोगिता है। सैनिकों के लिए अवकाश के दिन कितने उपयोगी व आवश्यक होते हैं, डालते हैं उस पर एक दृष्टि।



प्रमोद जोशी

छुट्टी एक उत्सव है फौजियों के लिए

हमारी सेना के अधिसंख्य सैनिक गांवों से आते हैं। छुट्टी के दौरान वे अपने गांवों में इसी राष्ट्रीय एकता का संदेश लेकर जाते हैं। वे युवाओं को बताते हैं कि अनुशासित जीवन का क्या महत्व है। दक्षिण वाले सैनिक अपने युवाओं को उत्तर की संस्कृति का परिचय देते हैं और उत्तर वाले दक्षिण की संस्कृति का। यह अनुभव उन्हें सेना में रहने के कारण प्राप्त होता है। इस एकीकरण में भाषा की भी बड़ी भूमिका है।

भारतीय सेना के तीनों अंगों के अलावा केंद्रीय रिजर्व पुलिस, सीमा सुरक्षा बल, भारत तिब्बत सीमा बल, सीआईएसएफ और सशस्त्र सीमा बल जैसे संगठन भी कमोबेश यही कार्य करते हैं। राज्यों के सशस्त्र बलों की भी ऐसी ही भूमिका है। सेना में आमतौर पर सालाना 60 दिनों की वार्षिक छुट्टी और 20 दिनों की आकस्मिक छुट्टी का प्रावधान है, जो जवानों को परिवार से जुड़ने और तनाव कम करने में सहायता करती है। इसके अलावा बीमारी का अवकाश भी उन्हें मिलता है। अप्रयुक्त वार्षिक अवकाश को जमा भी किया जा सकता है और सेवानिवृत्त के समय उनके नकदीकरण की व्यवस्था भी होती है। इन व्यवस्थाओं को अलग-अलग सैन्य बलों में कमोबेश लागू किया गया है। विशेष परिस्थितियों या लम्बे अभ्यास के बाद मानसिक स्वास्थ्य के लिए यह अनिवार्य है।

परिवार से जुड़ाव

स्कूल में पढ़ने वाले बच्चों के पिता स्कूल की छुट्टियों में अपना वार्षिक अवकाश लेना चाहते हैं। त्योहार जैसे होली, दीपावली, छठ पूजा, दुर्गापूजा में काफी जवान छुट्टी चाहते हैं। शादियों का भी मौसम होता है, उसी समय परिवार में शादियां पड़ती हैं, पर छुट्टी देने के भी सिद्धांत हैं। सेना का बड़ा सिद्धांत है कि छुट्टी का प्रतिशत 20 से ऊपर न जाए। फौजी भी समझते हैं और बारी-बारी से छुट्टी लेते हैं। इस बार तुम चले जाओ, अगली बार हम जाएंगे। फौज में छुट्टी नहीं, जीवनदान होती है, उसका पुनर्जन्म हो जाता है, वही व्यस्त जिंदगी जीने के लिए। छुट्टी एक उत्सव है, एक समारोह है फौजियों के लिए। संजीवनी बूटी की तरह फौजी को पुनर्जीवन देती है छुट्टी।

दुर्गम क्षेत्रों और तनावपूर्ण ड्यूटी के बाद घर पर परिवार के साथ बिताया गया समय मानसिक थकान को कम करता है। सैनिक अपने परिवार के साथ मिलकर घर के आवश्यक काम या बच्चों की पढ़ाई से जुड़े निर्णय ले सकते हैं, जिससे उन्हें निश्चिंतता मिलती है। लगातार काम करने से एकाग्रता कम हो सकती है, छुट्टियां उन्हें नई ऊर्जा के साथ वापस आने में सहायता करती हैं। शारीरिक आराम मिलने से सैनिक शारीरिक रूप से अधिक फिट अनुभव करते हैं। छुट्टियां सैनिकों के लिए न केवल आराम का समय हैं बल्कि यह उनके द्वारा की जाने वाली कठिन सेवा के लिए एक आवश्यक विश्राम भी है।

भारतीय सेना छुट्टी पर गए अपने जवानों को सामाजिक सेवा और सरकारी स्कीमों का प्रचार

करने के लिए प्रोत्साहित कर रही है। इन गतिविधियों में अपने आसपास के लोगों को 'स्वच्छ भारत अभियान' और 'सर्व शिक्षा अभियान' जैसी सरकारी योजनाओं के बारे में जानकारी देना और पर्यावरण की रक्षा जैसे कार्यक्रमों में योगदान देना शामिल है। सेना के समारोह और कल्याण निदेशालय ने जवानों को अपनी छुट्टियों का अच्छे से प्रयोग करने और राष्ट्र निर्माण में योगदान देने की अपील की है। छुट्टी पर जाने वाला सैनिक अपनी रुचि और अपने स्थानीय समुदाय की आवश्यकता के आधार पर किसी भी विषय को चुने और सेना के राष्ट्र निर्माण के प्रयास में व्यक्तिगत योगदान देते हुए स्थानीय लोगों को अपने अभियान में शामिल करें।

मनोबल का महत्व

सेनानायकों की सबसे बड़ी जिम्मेदारी होती है, सैनिकों का मनोबल बनाकर रखना। जॉर्ज कैटलेट मार्शल जूनियर एक युग में अमेरिकी सेना के चीफ ऑफ स्टाफ रहे और सेवानिवृत्त होने के बाद उन्होंने देश के विदेश मंत्री और रक्षा मंत्री के रूप में भी कार्य किया। द्वितीय विश्व युद्ध में मित्र देशों की विजय के पीछे उनकी भूमिका की चर्चा करते हुए ब्रिटेन के पूर्व प्रधान मंत्री विंस्टन चर्चिल ने उन्हें इस विजय का प्रमुख सूत्रधार बताया था। जॉर्ज सी मार्शल ने अपने जीवन के घुमावदार अनुभवों के सहारे सैनिकों को

महान सैनिक बनाने वाले एक कारक की अनूठी समझ विकसित की। यह कारक है मनोबल। 1940 के मध्य में फ्रांस के पतन के बाद अमेरिकी इतिहास में पहली बार शांति काल में अनिवार्य सैन्य सेवा लागू होने के बाद मार्शल ने आधुनिक सेना के गठन पर विचार करना शुरू किया। जब लाखों अमेरिकियों को सेना में शामिल करने की आवश्यकता जताई गई, तब मनोबल के उनके नए दृष्टिकोण ने रास्ता दिखाया। मार्शल ने सेना की व्यवस्था और अनुशासन को बनाए रखते हुए भी सैनिकों के सम्भावित असंतोष और उसके निराकरण के उपायों पर विचार किया। उन्होंने सैनिकों का मनोबल बढ़ाने के लिए मनोरंजन की सामग्री मंगवाई: शतरंज, ताश, पुस्तकें, पत्रिकाएं और खेल। जब मनोरंजन की वस्तुएं सैनिकों के पास पहुंची, तो वे भावुक हो गए। अपने घर और परिवार से दूर सैनिकों को अपने क्षेत्रों के समाचार पढ़ने के लिए विशेष किस्म के समाचारपत्रों की व्यवस्था की गई ताकि वे अकेलापन अनुभव न करें। परिवार से सम्पर्क के तरीके खोजे गए, जिनमें एक रास्ता था, लम्बी छुट्टियां। मार्शल समझते थे कि सैनिकों को प्रशिक्षण और बाद में युद्ध के तनाव से राहत पाने की आवश्यकता होती है। सैनिकों का मनोबल बढ़ाने के लिए छुट्टियां अत्यंत महत्वपूर्ण हैं, जो उन्हें मानसिक और शारीरिक रूप से तरोताजा करती हैं। ■■■

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ को समझने के लिए मौलिक एवं संग्रहणीय पुस्तक



पद्मश्री रमेश पतंगे लिखित
'हिंदी विवेक' द्वारा प्रकाशित

हम संघ में क्यों हैं...

संघ विचारों की मूल प्रेरणा, संघकार्य को समझने की प्रक्रिया और इन सभी से संघ स्वयंसेवकों को अनायास मिलनेवाले राष्ट्रबोध और कर्तव्यबोध का वर्णन इस पुस्तक में किया गया है।

हिंदी
विवेक
"We Work For A Better World"

पंजीयन करें

पुस्तक का मूल्य

₹ 250/-



UPI पेमेंट गेटवे के लिए QR फोटो स्कैन करें और पेमेंट वाकिस में अपना नाम, फ्ला य सस्यक नंबर दर्ज करें।

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

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

प्रशांत : 9594961855, संदीप : 9082898483, भोला : 9702203252, कार्यालय : 9594991884



निहारिका पोल सर्वटे

आप यदि कुछ दिन एकांत में रहना चाहते हैं तो सोलो ट्रिप से आप भी जीवन के उत्साह को और दोगुना कर सकते हैं। इस दौरान स्वयं को पहचानने के अवसर मिलते हैं, जो आपके अनुभव और व्यक्तित्व को मजबूत बना सकते हैं।

गर्मी की छुट्टियां आते ही हम अधिकतर घूमने की योजना बनाते हैं, कभी दोस्तों के साथ, कभी परिवार के साथ, लेकिन आजकल एक नया ट्रेंड तेजी से बढ़ रहा है, सोलो ट्रिप यानी अकेले यात्रा करना। सुनने में यह थोड़ा अलग और कठिन लग सकता है, लेकिन जो लोग इसे एक बार अनुभव करते हैं, उनके लिए यह केवल एक ट्रिप नहीं बल्कि जीवन का एक सुंदर व यादगार अनुभव बन जाता है।

सोलो ट्रिप का सबसे बड़ा लाभ है, पूरी स्वतंत्रता। आप जहां चाहें जा सकते हैं, जितना समय चाहें वहां रुक सकते हैं और अपनी पसंद के अनुसार हर पल जी सकते हैं। किसी को समझाने या मनाने की आवश्यकता नहीं होती। यही स्वतंत्रता इस यात्रा को विशेष बनाती है।

जब कोई पहली बार अकेले यात्रा पर निकलता है तो मन में डर और उत्साह दोनों होते हैं। स्टेशन या बस स्टैंड पर खड़े होकर अधिकतर यही प्रश्न आता है, 'क्या मैं सही कर रहा/रही हूँ?', लेकिन जैसे ही यात्रा शुरू होती है, धीरे-धीरे वह डर कम होने लगता है। रास्ते में नए लोग मिलते हैं, नई बातें होती हैं और सबसे विशेष बात, स्वयं के साथ समय बिताने का अवसर मिलता है।

सोलो ट्रिप में सब कुछ आसान नहीं होता

कभी रास्ता समझ नहीं आता, कभी होटल ढूंढने में परेशानी होती है तो कभी अचानक प्लान बदलना पड़ता है, लेकिन यही छोटी-छोटी परेशानियां हमें बहुत कुछ सिखाती हैं। जब आप स्वयं अपनी समस्या हल करते हैं तो एक अलग ही आत्मविश्वास आता है। आपको अनुभव होता है कि आप अपने दम पर भी बहुत कुछ कर सकते हैं। अपने उपर के इस आत्मविश्वास के लिए एक बार तो सोलो ट्रिप का अनुभव अवश्य ही लेना चाहिए।

स्वयं से साक्षात्कार करना

क्या आपने अनुभव किया है, दैनिक जीवन में जब भी हमें 5 मिनट भी खाली मिलते

आत्मसाक्षात्कार करने का सुनहरा अवसर



हैं, हम अपने फोन को देखने में व्यस्त हो जाते हैं या फिर रील्स स्क्रोल करने में और मन में ही एक आभासी दुनिया बनाने में व्यस्त हो जाते हैं। सोलो ट्रिप में अपने आप के साथ, प्रकृति के मध्य बिताए वो कुछ पल आपको अवसर देते हैं कि आप अपने आप से बातें कर सकें। अपने आप को और अच्छे से समझ सकें। अधिकतर ऐसी यात्राओं में एक क्षण ऐसा आता है, जब आप किसी शांत जगह पर बैठे होते हैं, कदाचित् पहाड़ों में या किसी सुकून भरी जगहों पर। चारों ओर सन्नाटा होता है और बस हल्की हवा चल रही होती है। ऐसे समय में वह स्वयं से बात करता है, वह क्या चाहता है, उसे क्या पसंद है और उसे आगे क्या करना है। यही पल उसे अंदर से शांत और स्पष्ट बना देते हैं।

सोलो ट्रिप हमें यह भी सिखाती है कि अकेलापन और एकांत अलग होते हैं। अकेलापन हमें उदास कर सकता है, लेकिन एकांत हमें मजबूत बनाता है। जब हम स्वयं के साथ समय बिताना सीख जाते हैं तो हमें किसी और पर निर्भर रहने की आवश्यकता कम हो जाती है। गर्मी की छुट्टियां इस तरह की यात्रा के लिए सबसे सही समय होती हैं। यह वह समय होता है जब हम अपनी रोजमर्रा की भागदौड़ से थोड़ा दूर जाकर स्वयं को समझ सकते हैं। चाहे वह किसी पहाड़ी जगह की शांति हो या समुद्र किनारे की ठंडी हवा, हर जगह हमें कुछ नया सिखाती हैं।

सुरक्षा का रखें विशेष ध्यान

सोलो ट्रिप में पूरी स्वतंत्रता होती है और हम कुछ भी कर सकते हैं, पर सोलो ट्रिप का मतलब यह भी होता है कि आपकी पूरी जिम्मेदारी भी आपके ऊपर ही होती है। इस ट्रिप में सुरक्षा का अवश्य ध्यान रखें। देर रात तक किसी अनजान स्थान पर न रुकना, अनजान व्यक्ति पर अंधा विश्वास न करना, पब्लिक ट्रांसपोर्ट का उपयोग करते समय गाड़ी के चालक व गाड़ी की विस्तृत जानकारी, अपने परिवार और मित्रजनों के साथ साझा करें,

अकेले किसी भी अनजान स्थान जहां कोई भी न हो, नहीं जाना चाहिए। इन बातों का ध्यान रखना भी अत्यावश्यक है। इससे आपकी स्वतंत्रता नहीं छिन जाती बल्कि आप और अधिक जिम्मेदार बन जाते हैं। अपने होटल का पता और नम्बर भी अपने परिवार के साथ अवश्य साझा कर करें।

यदि आपने अब तक कभी सोलो ट्रिप नहीं की है तो इस बार अवश्य प्रयास करें। शुरुआत छोटी रखें, पास की किसी जगह से शुरू करें। हो सकता है, इस यात्रा में आपको केवल नई जगहें ही नहीं बल्कि स्वयं का एक नया रूप भी देखने को मिले क्योंकि कभी-कभी, सबसे खूबसूरत भेंट स्वयं से ही होती है।



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

पुस्तकों का खजाना



₹ 700/-



₹ 700/-



₹ 700/-

हिंदी विवेक

"We Work For A Better World"

**10 से अधिक प्रतिियां
बुक करने पर विशेष
छूट दी जाएगी**



₹ 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,
हुनुमान मंदिर बस स्टॉप के समीप, चारकोप, कांदिवली (पश्चिम), मुंबई- 400067

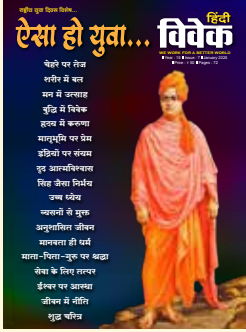


LPM केंद्र के तहत QR कोड स्कैन करें और कोड के माध्यम से अपना नाम, पता व सामग्री यथा पूर्व करें।

प्रशांत : 9594961855 / भोला : 9930016472 / संदीप : 7045961331

कार्यालय : 9594991884 Email : hindivivekvargani@gmail.com

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



हिंदी विवेक

"We Work For A Better World"



सदस्यता शुल्क

- वार्षिक मूल्य : **₹. 500/-**
- त्रैवार्षिक मूल्य : **₹. 1,200/-**
- पंचवार्षिक मूल्य : **₹. 1,800/-**
- संरक्षक मूल्य : **₹. 25,000/-**
- विदेशी सदस्यता शुल्क वार्षिक : **₹. 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 बैंसेज 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

नशा किसी भी चीज का होता है- पतंग उड़ाने का नशा, जुए खेलेने का नशा, नैन लड़ाने का नशा, चुनाव लड़ने का नशा, उसी तरह एक नशा है छुट्टी नहीं लेने का नशा। जी हां! कई ऐसे लोग हैं जो काम से अवकाश ही नहीं लेना चाहते हैं, इसके पीछे का क्या कारण व प्रभाव है, डालते हैं उस पर एक दृष्टि।



डॉ. हिमांशु थपलियाल

छुट्टी की भी होती छुट्टी

धीरे-धीरे मौसम में बदलाव होने के साथ ही बच्चों की जुबान पर एक शब्द आने लगता है और वह है गर्मी की छुट्टी। छोटे-छोटे बच्चों को इसकी प्रतीक्षा इसलिए भी रहती है कि छुट्टियों में उन्हें घूमने के लिए पसंदीदा जगहों पर जाने का अवसर मिल जाता है। ऐसे में घरों से दूर रहने वाले लोग छुट्टियों में अधिकतर अपने गांवों या शहरों की ओर जाते हैं जहां उन्हें अपने सगे-सम्बंधियों, रिश्तेदारों, मित्रों से मिलने का अवसर प्राप्त होता है। इस प्रकार छुट्टी केवल मौसम परिवर्तन के प्रभावों से ही नहीं बचाती बल्कि एक अच्छी मनःस्थिति के निर्माण में भी सहायक होती है।

भारत एक विविधताओं से भरा देश है। सर्दी, गर्मी और बरसात के मौसम सम्पूर्ण भारत में होते हैं, पर कुछ क्षेत्रों में अत्यधिक ठंड एवं कुछ क्षेत्र अत्यधिक गर्मी वाले भी होते हैं। जहां एक ओर हिमालयी क्षेत्र वर्ष में अधिकांश बर्फ से आच्छादित रहता है, वहीं दूसरी ओर कुछ रेगिस्तानी क्षेत्रों में गर्मी आग

उगलती हुई प्रतीत होती है। चेरापूजी जैसे कुछ क्षेत्र बरसात से अत्यधिक प्रभावित रहते हैं।

भौगोलिक दृष्टि से भारत का अधिकांश हिस्सा उष्ण एवं उपोष्ण कटिबंधीय क्षेत्र में आता है, जिस कारण भारत का अधिकांश क्षेत्र सूर्य के सीधे प्रकाश के कारण तेज गर्मी का अनुभव करता है। विशेषकर मध्य भारत एवं दक्षिण भारत का अधिकांश हिस्सा ऊष्म जलवायु वाला क्षेत्र है और यहां गर्मी का मौसम और अधिक कठिन हो जाता है। तेज धूप के साथ ही आर्द्रता की स्थिति गर्मियों में रहन-सहन को प्रभावित करती है जिस कारण शरीर से अत्यधिक पसीना निकलने से लोग जल की कमी (डिहाइड्रेशन) या थकावट/ऊर्जा की कमी का अनुभव करते हैं। गर्मी के मौसम के कारण कई बार लोग बीमार भी पड़ने लगते हैं। गर्म हवाओं और लू का भी लोगों पर विपरीत असर पड़ता है, इसलिए गर्मियों में विद्यालय एवं कॉलेजों में अवकाश का प्रावधान किया जाता है। इसके अलावा न्यायालय एवं अन्य

कार्यालय में भी छुट्टियों के प्रावधान किए जाते हैं। भारतीय संसद में भी बजट सत्र के बाद सीधे मानसून सत्र का ही आयोजन किया जाता है। मई के मध्य से अत्यधिक गर्मी होने के कारण बजट सत्र समाप्त हो जाता है। उसके बाद जून माह तक संसद का कोई आधिकारिक सत्र नहीं होता है। फिर सीधे जुलाई में मानसून सत्र प्रारम्भ होता है। सरकारी या निजी कार्यालयों में आधिकारिक छुट्टियां नहीं होतीं, किंतु कर्मचारियों को अर्जित अवकाश प्रदान किया जाता है, जिसका वो आवश्यकतानुसार उपयोग करते हैं।

अर्जित अवकाशों का उपभोग करना भी व्यक्ति की प्राथमिकताओं पर निर्भर होता है। कई लोग घर-परिवार की जिम्मेदारियों को पूर्ण करने के लिए इन छुट्टियों का उपयोग करते हैं, वहीं कुछ लोग परिवार के साथ राहत भरा समय बिताने या स्वास्थ्य लाभ के लिए भी छुट्टियों का उपयोग करते हैं। कई लोग छुट्टियों का अच्छे तरीके से प्रबंधन करते हैं ताकि उनका कार्य एवं पारिवारिक जीवन संतुलित रहे।

कुछ ऐसे भी लोग होते हैं जो अपने कार्य में इतने जुनून से डूब जाते हैं कि छुट्टी ही नहीं लेते। उन्हें लगता है कि



थोड़ा सा भी अवकाश ले लेने से उनके बहुत से आवश्यक कार्य रुक जाएंगे या प्रभावित होंगे। ऐसे लोग अपना पसंदीदा कार्य करते हैं एवं उनकी मनःस्थिति कभी भी अवकाश लेने की नहीं होती। कहा भी जाता है कि व्यक्ति को या तो अपने काम से प्यार करना चाहिए या फिर वही कार्यक्षेत्र चुनना चाहिए जो उसे पसंद हो क्योंकि व्यक्ति अपने पसंदीदा कार्य में अपना एक लक्ष्य बनाकर कार्य करता है और उसे पूरा होने तक रुकना नहीं चाहता। उसे अपने कार्य के प्रति अंतर्दृष्टि स्पष्ट होती है।

स्वामी विवेकानंद ने भी देश के युवाओं को सम्बोधित करते हुए कहा था कि उठो जागो और लक्ष्य प्राप्ति तक रुको नहीं। हमारे देश के प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी भी इसी प्रकार के एक व्यक्ति हैं जो कभी भी अवकाश नहीं लेते और लगातार काम करने में विश्वास रखते हैं। इस प्रकार से एक व्यक्ति के भीतर काम करने का नशा होता है जो अच्छा भी होता है क्योंकि वह एक लक्ष्य को लेकर कार्य कर रहा होता है।

यह कार्य करने का नशा अच्छाई के साथ-साथ कुछ समस्याएं भी लेकर के आता है। जब व्यक्ति अत्यधिक कार्य का बोझ लेकर

अपने स्वास्थ्य को अनदेखा कर देता है तो इससे भी व्यक्ति की कार्यक्षमता प्रभावित होती है। इसलिए व्यक्ति को यह भी समझना होगा कि कार्य साधन है और लक्ष्य साध्य और लक्ष्य प्राप्ति के लिए अधिक कार्य करना अच्छा तो है, परंतु स्वयं का ध्यान रखे, बिना उस कार्य का लक्ष्य तक पहुंचना कठिन हो सकता है क्योंकि स्वस्थ शरीर और स्वस्थ मन के बिना बड़े लक्ष्य पूर्ण नहीं हो सकते। इसलिए व्यक्ति को मनोवैज्ञानिक समस्याओं एवं तनाव आदि से बचने के लिए संतुलित तरीके से कार्य करने की आवश्यकता होती है। आज की व्यस्त दिनचर्या में अधिकतम कार्य करने के लिए व्यक्ति को व्यायाम, खेल, योग, ध्यान एवं अन्य शारीरिक गतिविधियों के माध्यम से स्वयं को फिट बनाए रखना अत्यधिक आवश्यक है। इनके अभाव में अधिक कार्य

करने से बहुत सारे लोग अपने क्षेत्र में उच्च स्तर प्राप्त करने के बाद भी प्रायः जल्दी रिटायर हो जाते हैं। वहीं कुछ लोग इस संतुलन को बनाकर जीवन में आगे ही बढ़ते जाते हैं।

मनोवैज्ञानिक दृष्टि से व्यक्ति एक समय में कई स्तरों पर जीवन जी रहा होता है, जिनमें 5 प्रमुख पक्ष हैं- शारीरिक,

मानसिक, पारिवारिक, आर्थिक एवं व्यावसायिक। इनमें से यदि एक भी असंतुलित होता है तो वह बाकी के चारों पक्षों को प्रभावित करता है। इन पांचों में संतुलन ही सफलता है। इसीलिए कहा गया है कि संतुलन ही सफलता है और सफलता ही संतुलन है। इसलिए छुट्टी न लेने का नशा लक्ष्य प्राप्ति के लिए अच्छा तो है, किंतु साथ ही उस लक्ष्य प्राप्ति में साथ ही अपने शरीर और मन का ध्यान रखने के लिए एकांत समय भी उतना ही आवश्यक है जिससे मन को एक छोटा सा विश्राम देकर एक नई ऊर्जा के साथ लक्ष्य प्राप्ति में लगाया जा सके।

साथ ही बड़े लक्ष्यों की प्राप्ति में रिश्तों का भी बड़ा महत्व है। अपने माता-पिता का आशीर्वाद, पति-पत्नी का आपस में समन्वय, भाई-बहनों का स्नेह, कार्यस्थल के सहकर्मियों एवं मित्रों के सहयोग से ही व्यक्ति अपने कार्यों को कुशलता से कर सकता है। इसलिए सभी से रिश्तों को अच्छा बनाए रखना भी सफलता के मार्ग में सहायक होता है। इसलिए अपने कार्य के लिए स्वयं को तैयार करने के लिए लिया गया अवकाश भी अपने आप में लक्ष्य प्राप्ति की पूर्व तैयारी है।





अर्पणा झा

आजकल लोगों के व्यस्त जीवन में पति-पत्नी के रिश्तों में भी समय के अभाव के कारण दूरियां बढ़ रही हैं। ऐसे में रिश्तों में मिठास, अतरंगता व एक-दूसरे के साथ समय व्यतीत करने की ललक के लिए छुट्टियां आवश्यक हैं, जो रिश्तों में रस घोलती हैं।

**कदम्ब का पेड़ अगर मां होता यमुना तीरे,
में भी उस पर बैठ कन्हैया बनता धीरे-धीरे।**

इन सरल और भावपूर्ण पंक्तियों में बचपन की निश्चलता और छुट्टियों की मधुर कल्पनाएं झलकती हैं, जहां समय मानो ठहर जाता है। गर्मी की छुट्टियां केवल मौसम का बदलाव नहीं बल्कि जीवन की भागदौड़ से कुछ पल चुराकर उन्हें सहेजने का अवसर होती हैं।

आज के व्यस्त जीवन में जब पति-पत्नी दोनों ही कामकाजी होते हैं या अलग-अलग शहरों में रहते हैं, तब इन छुट्टियों का महत्व और भी बढ़ जाता है। उनके लिए यह समय केवल विश्राम का नहीं बल्कि रिश्तों को फिर से जीने और उन्हें सहेजने का माध्यम बन जाता है। दैनिक व्यस्तताओं-कार्यालय, मीटिंग्स, यात्रा और जिम्मेदारियों के बीच वे एक-दूसरे के लिए समय नहीं निकाल पाते। ऐसे में गर्मी की छुट्टियां उनके जीवन में एक मधुर विराम लेकर आती हैं।

यदि पति-पत्नी अलग-अलग शहरों में रहते हैं तो यह दूरी केवल भौगोलिक नहीं बल्कि भावनात्मक भी हो जाती है, बातचीत सीमित हो जाती है और साथ बिताए पलों की कमी खलने लगती है। ऐसे में छुट्टियां उनके लिए एक सेतु

रिश्तों को पुनर्जीवित करती छुट्टियां



का कार्य करती हैं, जो उन्हें फिर से निकट लाती हैं। वे इस समय को सहेजकर जीते हैं और हर क्षण को यादगार बनाने का प्रयास करते हैं।

उनकी दृष्टि में ये छुट्टियां किसी उत्सव से कम नहीं होतीं। यह वह समय होता है जब वे बिना किसी दबाव और समय-सीमा के साथ रह सकते हैं। कभी वे किसी शांत पहाड़ी स्थान की यात्रा करते हैं, तो कभी घर पर ही रहकर सादगी भरे पलों में खुशी खोजते हैं-साथ चाय पीना, पुरानी यादें ताजा करना या यूँ ही बातें करना। यही छोटे-छोटे पल उनके लिए सबसे अनमोल बन जाते हैं।

अवकाश का महत्व केवल शारीरिक आराम तक सीमित नहीं है बल्कि यह मानसिक और भावनात्मक पुनर्जीवन का समय भी है। लगातार काम करने से व्यक्ति थकान, तनाव और एकरूपता का शिकार हो जाता है। छुट्टियां उसे नई ऊर्जा और दृष्टिकोण देती हैं। इस दौरान पति-पत्नी एक-दूसरे को बेहतर समझते हैं, अपने अनुभव साझा करते हैं एवं अपने रिश्ते को और गहरा बनाते हैं।

जब बच्चों की बात आती है तो गर्मी की छुट्टियां उनके लिए साल का सबसे प्रतीक्षित समय होती हैं। जब माता-पिता भी उनके साथ हों तो यह खुशी कई गुना बढ़ जाती है। कामकाजी माता-पिता अधिकांश बच्चों को पर्याप्त समय नहीं दे पाते, जिससे उनके मन में अकेलेपन की भावना आ सकती है। छुट्टियां इस दूरी को मिटाने का सुंदर अवसर प्रदान करती हैं। इन दिनों में माता-पिता बच्चों के साथ खेलते हैं, कहानियां सुनाते हैं, घूमने जाते हैं और नई गतिविधियों में भाग लेते हैं।

कभी पार्क में पिकनिक, कभी किसी ऐतिहासिक स्थल की सैर, तो कभी घर में साथ मिलकर कुछ रचनात्मक करना- ये सभी अनुभव बच्चों के मन में अमिट स्मृतियां बन जाते हैं। यह समय केवल मनोरंजन नहीं बल्कि उनके

भावनात्मक और सामाजिक विकास का भी महत्वपूर्ण हिस्सा होता है।

छुट्टियों के दौरान माता-पिता बच्चों के साथ संवाद स्थापित करते हैं। वे उनकी रुचियों, भावनाओं और विचारों को समझने का प्रयास करते हैं। यह जुड़ाव बच्चों में आत्मविश्वास और सुरक्षा की भावना को मजबूत करता है, जो उनके मानसिक विकास के लिए अत्यंत आवश्यक है।

हालांकि हर किसी के लिए छुट्टियां समान रूप से आसान नहीं होतीं। कई बार काम की बाधाएं, जिम्मेदारियां या दूरी के कारण पूरा समय साथ बिताना सम्भव नहीं हो पाता। फिर भी लोग छोटे-छोटे पलों को संजोने का प्रयास करते हैं-चाहे कुछ दिन साथ बिताना हो या फोन और वीडियो कॉल के माध्यम से जुड़े रहना। उनके लिए छुट्टियों का वास्तविक अर्थ समय की लम्बाई नहीं बल्कि साथ बिताए गए पलों की गुणवत्ता में होता है।

अंततः गर्मी की छुट्टियां केवल एक मौसमी अवकाश नहीं बल्कि रिश्तों को पुनर्जीवित करने का माध्यम हैं। यह समय जीवन में नई ऊर्जा, उमंग और ताजगी लाने का अवसर देता है। पति-पत्नी के लिए यह प्रेम और समझ को मजबूत करने का समय है, जबकि बच्चों के लिए यह स्नेह, आनंद और सीख से भरा होता है। यही वह समय है जब परिवार साथ हंसता है, सीखता है और जीवन के छोटे-छोटे सुखों का अनुभव करता है।

इस प्रकार गर्मी की छुट्टियां जीवन का एक सुंदर अध्याय हैं, जिसमें हर व्यक्ति अपने तरीके से खुशी खोजता है, पर अंततः सच्ची खुशी साथ होने में ही मिलती है।



आनंद



दीप्ति अंगरीश

गर्मी की छुट्टियों के साथ ही बच्चे हों या बड़े सबके मन में हलचल मची होती है कि इस बार छुट्टी कहां मनाई जाए। रिश्तेदारों के घर जाएं या फिर अपने असीम सौंदर्य बिस्वेरते किसी पर्यटन स्थल पर। जो हमें आनंदित तो करें ही, साथ ही साथ यात्रा का भी अनुभव एकदम नया हो।

गर्मी की छुट्टियों का अहम हिस्सा है- रिश्तेदारों के घर जाना। रिश्तेदारों से मिलना-जुलना, जो जीवन में रस घोलता है और नई ताजगी व स्फूर्ति का अनुभव कराता है। बहुत से लोग इस समय अपने गांव या शहर में रहने वाले रिश्तेदारों से मिलने जाते हैं। दादा-दादी, नाना-नानी, चाचा-चाची और अन्य परिवार के सदस्यों के साथ समय बिताना बहुत अच्छा लगता है। बच्चों के लिए यह समय और भी विशेष होता है क्योंकि उन्हें अपने चचेरे और ममेरे भाई-बहनों के साथ खेलने का अवसर मिलता है। दिनभर खेलना, हंसना और मस्ती करना उन्हें बहुत पसंद आता है। गांव में रहने का अनुभव तो और भी अलग होता है। खुले मैदान, पेड़-पौधे, ताजी हवा और शांत वातावरण बच्चों को बहुत अच्छे लगते हैं। वे प्रकृति के करीब आकर एक अलग ही खुशी व आनंद का अनुभव करते हैं।

रिश्तेदारों के साथ समय बिताने से हमें परिवार का महत्व समझ में आता है। बड़े-बुजुर्गों से हमें जीवन की अच्छी बातें सीखने को मिलती हैं। उनकी कहानियां और अनुभव हमें सही दिशा दिखाते हैं। इससे हमारे संस्कार और व्यवहार भी बेहतर बनते हैं। ये छुट्टियां हमारे शरीर और मन को आराम देती हैं। ये हमें नई ऊर्जा से भर देती हैं। आजकल कई लोग अपना ज्यादा समय मोबाइल, टीवी और इंटरनेट पर बिताने लगे हैं, जिससे छुट्टियों का असली आनंद कम हो जाता है। इसलिए आवश्यक है कि हम इस समय का सही उपयोग करें। ज्यादा से ज्यादा समय अपने परिवार और रिश्तेदारों के साथ बिताएं, बाहर घूमें और नई चीजें सीखें।

यदि आप किसी कारणवश गर्मी की छुट्टियों में रिश्तेदारों से मिलने नहीं जा पा रहे हैं तो इस मौसम में लोग अपने परिवार के साथ ठंडी जगहों पर जाना पसंद करते हैं। पहाड़, हिल स्टेशन, झीलें और हरियाली से भरी जगहें लोगों को अपनी ओर आकर्षित करती हैं। वहां की ठंडी हवा, शांत वातावरण और सुंदर दृश्य मन

सम्बंधों को गहराती छुट्टियां



को बहुत सुकून देते हैं। शहर की गर्मी और शोर से दूर जाकर लोग असीम आनंद व सुकून का अनुभव करते हैं।

यात्रा का आनंद केवल गंतव्य तक पहुंचने में नहीं बल्कि पूरी यात्रा में होता है। ट्रेन या बस से यात्रा करते समय रास्तों के दृश्य देखना, साथ में खाना खाना और परिवार के साथ बातें करना बहुत अच्छा लगता है। यह समय रिश्तों को और मजबूत बनाता है। बच्चे भी इस दौरान बहुत आनंदित रहते हैं क्योंकि उन्हें नए-नए स्थान देखने और नई चीजें जानने का अवसर मिलता है। घूमने से हमें बहुत कुछ सीखने को मिलता है। अलग-अलग जगहों की भाषा, पहनावा, खान-पान और रीति-रिवाज हमें नई जानकारी देते हैं। बच्चे पुस्तकों में जो पढ़ते हैं, उसे असल में देखकर ज्यादा अच्छे से समझ पाते हैं। इस तरह छुट्टियां केवल खेलने का समय नहीं बल्कि सीखने का भी अच्छा अवसर बन जाती हैं। बस, इन छुट्टियों में घर से दूर अवश्य कहीं जाएं। अपनों से मिलने या नए शहर। आप बहुत कुछ नया सीखेंगे। ■■■

नेताओं की छुट्टी कभी क्यों नहीं होती



जब हम सभी छोटे हुआ करते थे तब स्कूल जाना घोर आवश्यक ही नहीं अनिवार्य हुआ

करता था। भले ही हमारी नानी-दादी मरती हों स्कूल के नाम से, पर स्कूल तो जाना ही पड़ता था। हमेशा इधर कुआं, उधर खाई की स्थिति बनी रहती। जैसे-तैसे एकाध दिन की तड़ी मार भी ली जाती तो अगले दिन स्कूल में शिक्षकों के करकमलों से मार खानी ही पड़ती थी और घर पर तड़ी मारने के जुर्म में जुल्मी मां-बाप के हाथों से झापट थप्पड़ घुंसे-मुक्के। जाहिर है आपको छुट्टी की कीमत मार खाकर चुकानी पड़ती थी, पर बचपन हर गम से बेगाना होता है कि तर्ज पर बचपन किसी भी तरह के मान-अपमान से दूर-दूर तक वास्ता नहीं रखता था।

माटसाब पूरी क्लास के सामने टांगों के बीच से मुंडी घुसड़वा कर मुर्गा बना देते थे। हाथ, स्केल, बेंत से कुटाई कान खिंचाई तो बारहों मास के पाठ्यक्रम में शामिल ही थी जैसे। आज का समय होता तो स्कूलों में मां-बाप टीचर्स के विरुद्ध कार्यवाही की शिकायतें लिए खड़े ही रहते। रोज टीचर्स सफाई देते रहते या सस्पेंड होते रहते। तब के शिक्षक तो सैकड़ों बार निलम्बित हो जाते बेचारे, जड़ विद्यार्थियों की बेअदबी पर।

पहले छुट्टियों में नाना, मामा, बुआ के घर जाकर जो धूम मस्ती की गुंजाइश होती थी सब समाप्त हो चली है। ऊपर से अगली क्लास के कोर्स का प्रेशर। पहले टीवी और अब मोबाइल ने छुट्टियों को छुट्टियां ही नहीं रहने दिया, बच्चों का कभी का ग्राउंड टाइम शुद्ध स्क्रीन टाइम में परिवर्तित हो गया है। कभी गर्मी की छुट्टियां आमोद-प्रमोद-मनोविनोद के लिए होती थीं, लेकिन अब प्रतिस्पर्धी युग में वो मनोविनोद भी पर्सेंटाइल के चक्कर में समाप्त सा हो गया है। रविवार को स्कूल कॉलेज ही नहीं, बाजार भी बंद रहते हैं। अर्थात् कारोबारी भी छुट्टी मनाते हैं। बैंक सहित कई संस्थानों में 5 दिन का सप्ताह होता है अर्थात् 2

दिन की पूरी छुट्टी होती है,

लेकिन समाज का एक बड़ा वर्ग ऐसा है जिसे कभी छुट्टी ही नहीं मिलती। यह महत्वपूर्ण वर्ग राजनीतिज्ञों का है।

‘इन्हें’ छुट्टी शब्द से ही कोई अर्थ नहीं होता। यानी 24*7 समाजसेवा में ही व्यस्त रहते हैं, ये समाजसेवी नेतागण। यदि ये भी हम आम लोगों की तरह छुट्टी मनाने लग जाएं तो समाज की सेवा कौन करेगा? समाज का भला कौन करेगा? सुबह से देर रात तक समाजसेवा के बाद अगली सुबह से इसी काम में भिड़ना पड़ता है। गटर-नाली के भूमिपूजन, शिलान्यास, उद्घाटन से लेकर प्याऊ के उद्घाटन तक, समाज के अच्छे-बुरे, खुशी-गम में शामिल होना ही पड़ता है नेताओं को। फिर छोटे-मोटे सामाजिक-सांस्कृतिक कार्यक्रमों में मन मारकर बैठना ही पड़ता है। इस बीच अपने कार्यकर्ताओं (चमचों नहीं) को भी जगह-जगह समय दान करना पड़ता है। भोजन, भंडारे, आरती भी इन महान नेताजी के शेड्यूल में फंसे ही रहते हैं। जहां न जाएं वहां से शिकायत के स्वर उठने लगते हैं- इते वोट दिलवाए थे मैंने खज्जू बाबू को, पर मैया की आरती के लिए टेम नी है भइया के कने। वोटर तो बाद में देख ही लेगा, मैया पहले ही हिसाब चुकता कर देगी जैसे श्रापों से नेताजी को अभिसिंचित कर दिया जाता है। फटी में भी थके मांदे नेताजी थगले खाते हुए भी आधी रात तक मातारानी के दरबार में पहुंच ही जाते हैं।

मतलब नेताजी के लिए कहीं से कहीं छुट्टी की गुंजाइश ही नहीं होती। उन्हें दुर्घटनाग्रस्त लोगों को देखने भी जाना है और बीमार दुखियों से मिलने भी। शादी-ब्याह में भी अपने 50 कार्यकर्ताओं के साथ जाकर सामने वाले का बजट भी बिगड़वाना

है, पर छुट्टी ना बाबा ना, यदि नेताजी दिन भर ठीक घंटे-दो घंटे भी छुट्टी पर चले जाएं तो उन्हें धक्का देकर आगे आने वाले उनकी परमानेंट छुट्टी कर दें, इसलिए राजनीतिज्ञ सब कुछ ले लेते हैं, ले सकते हैं, पर छुट्टी तो कभी नहीं लेते। कब कौन उन्हें छुट्टी भेज दे कहा नहीं जा सकता, इसलिए या तो नेतागिरी कर लो या छुट्टी मना लो।



मुकेश जोशी

सबरीमाला मामले में न्यायालय में सुनवाई

केरलम स्थित सबरीमाला मंदिर जो भगवान अय्यप्पा को समर्पित है। ऐसा माना जाता है कि भगवान अय्यप्पा 'नैष्ठिक ब्रह्मचारी' हैं, जिसके कारण 10 से 50 वर्ष आयु वर्ग की महिलाओं के प्रवेश पर प्रतिबंध रहा है। यहां महिलाओं की उपस्थिति उनकी तपस्या के विरुद्ध मानी जाती है।

केरलम स्थित सबरीमाला मंदिर भारत का एक प्रमुख धार्मिक स्थल है, जो भगवान अय्यप्पा को समर्पित है। यह केवल आस्था का केंद्र नहीं बल्कि परम्पराओं और सामाजिक विमर्श का महत्वपूर्ण मंच भी है। महिलाओं के प्रवेश से जुड़ा विवाद न्यायपालिका, समाज और राजनीति के जटिल अंतर्संबंधों को स्पष्ट रूप से रेखांकित करता है।

हाल ही में केंद्र सरकार ने सर्वोच्च न्यायालय के समक्ष यह तर्क प्रस्तुत किया कि सबरीमाला मंदिर में महिलाओं के प्रवेश पर पारम्परिक प्रतिबंध को मात्र लैंगिक भेदभाव के रूप में नहीं देखा जाना चाहिए बल्कि इसे धार्मिक आस्था तथा भगवान अय्यप्पा के 'नैष्ठिक ब्रह्मचारी' स्वरूप के संदर्भ में समझना आवश्यक है। सरकार का मत है कि न्यायालय द्वारा धार्मिक प्रथाओं का मूल्यांकन तार्किकता, आधुनिकता या वैज्ञानिक औचित्य जैसे मानकों पर करना संवैधानिक समीक्षा की सीमाओं से परे है। साथ ही यह भी प्रतिपादित किया गया कि न्यायाधीश धार्मिक ग्रंथों की व्याख्या के लिए संस्थागत रूप से प्रशिक्षित नहीं होते, आस्था-आधारित विषयों में अत्यधिक न्यायिक हस्तक्षेप धार्मिक स्वतंत्रता के सिद्धांत को प्रभावित कर सकता है।

सबरीमाला मंदिर में परम्परागत रूप से 10 से 50 वर्ष आयु वर्ग की महिलाओं के प्रवेश पर प्रतिबंध रहा है। यह प्रतिबंध इस धारणा पर

आधारित है कि भगवान अय्यप्पा 'नैष्ठिक ब्रह्मचारी' हैं और इस आयु वर्ग की महिलाओं की उपस्थिति उनकी तपस्या के विरुद्ध मानी जाती है। सदियों पुरानी इस परम्परा को मंदिर की विशिष्ट धार्मिक पहचान और अनुशासन का अभिन्न अंग माना जाता रहा है। हालांकि समय के साथ यह पश्च उभरकर सामने आया कि क्या उक्त परम्परा भारतीय संविधान के मूल अधिकारों के अनुरूप है। विशेष रूप से अनुच्छेद 14 (समानता का अधिकार), अनुच्छेद 15 (भेदभाव का निषेध) और अनुच्छेद 25 (धार्मिक स्वतंत्रता) के संदर्भ में इस विषय पर व्यापक संवैधानिक विमर्श प्रारम्भ हुआ। अनेक सामाजिक कार्यकर्ताओं एवं महिला अधिकार संगठनों ने इस प्रतिबंध को लैंगिक भेदभाव बताते हुए चुनौती दी और यह प्रतिपादित किया कि किसी भी सार्वजनिक धार्मिक स्थल पर लिंग आधारित प्रतिबंध अस्वीकार्य है।

इसी परिप्रेक्ष्य में 2018 में सर्वोच्च न्यायालय ने ऐतिहासिक निर्णय देते हुए सभी आयु वर्ग की महिलाओं को सबरीमाला मंदिर में प्रवेश की अनुमति प्रदान की। 4:1 के बहुमत से दिए गए इस निर्णय में न्यायालय ने स्पष्ट किया कि महिलाओं के प्रवेश पर प्रतिबंध मौलिक अधिकारों का उल्लंघन है। न्यायालय ने यह भी प्रतिपादित किया कि धार्मिक आस्था के नाम पर लैंगिक असमानता को वैध नहीं ठहराया जा सकता। न्यायमूर्ति डी. वाई. चंद्रचूड़ और रोहिंटन



डॉ. संतोष झा

नरीमन ने अपने विचारों में महिलाओं की गरिमा, समानता और संवैधानिक मूल्यों की सर्वोच्चता पर विशेष बल दिया। इसके विपरीत न्यायमूर्ति इंदु मल्होत्रा ने असहमति व्यक्त करते हुए कहा कि न्यायालय को आस्था-आधारित परम्पराओं में सीमित हस्तक्षेप करना चाहिए।

इस निर्णय के पश्चात देशभर में व्यापक और मिश्रित प्रतिक्रियाएं सामने आईं। महिला अधिकार संगठनों ने इसे लैंगिक समानता की दिशा में ऐतिहासिक उपलब्धि बताया, जबकि अनेक धार्मिक संगठनों और श्रद्धालुओं ने इसका तीव्र विरोध किया। विशेष रूप से केरलम में बड़े पैमाने पर प्रदर्शन हुए, जिससे कई स्थानों पर कानून-व्यवस्था की स्थिति प्रभावित हुई। महिलाओं ने मंदिर में प्रवेश का प्रयास किया, जिनमें से कुछ को सफलता मिली, किंतु उन्हें सामाजिक प्रतिरोध और प्रशासनिक चुनौतियों का सामना करना पड़ा। इस निर्णय के विरुद्ध अनेक पुनर्विचार याचिकाएं दायर की गईं। 2019 में सर्वोच्च न्यायालय ने इन याचिकाओं पर सुनवाई करते हुए मामले को व्यापक संवैधानिक विमर्श से जोड़ा और यह माना कि यह विवाद केवल सबरीमाला तक सीमित न होकर विभिन्न धर्मों में महिलाओं के अधिकारों से सम्बंधित एक व्यापक प्रश्न है। वर्तमान में मामला सर्वोच्च न्यायालय में

विचाराधीन है, जहां 9 न्यायाधीशों की संवैधानिक पीठ धार्मिक परम्पराओं और मौलिक अधिकारों के बीच संतुलन से जुड़े प्रश्नों पर सुनवाई कर रही है। केंद्र सरकार ने न्यायालय से पारम्परिक प्रथा को स्थाई रखने का आग्रह किया है, यह कहते हुए कि यह धार्मिक सम्प्रदाय की स्वायत्तता से जुड़ा विषय है। वहीं, याचिकाकर्ता पक्ष का मानना है कि संविधान के मौलिक अधिकार सर्वोपरि हैं और किसी भी प्रकार का भेदभाव स्वीकार्य नहीं हो सकता। सबरीमाला विवाद ने यह मूल प्रश्न उठाया है कि क्या संविधान सर्वोच्च है या धार्मिक परम्पराएं। एक लोकतांत्रिक और धर्मनिरपेक्ष व्यवस्था में इन दोनों के बीच संतुलन स्थापित करना अत्यंत आवश्यक है। एक पक्ष का मत है कि यदि कोई परम्परा मौलिक अधिकारों के विपरीत है तो उसमें परिवर्तन अनिवार्य होना चाहिए, जबकि दूसरा पक्ष धार्मिक आस्था और परम्पराओं के संरक्षण को समान रूप से महत्वपूर्ण मानता है।

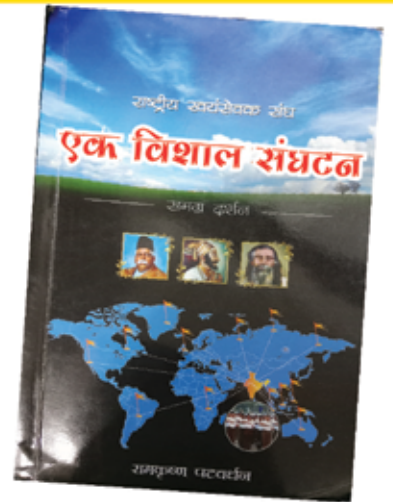
यह प्रकरण स्पष्ट करता है कि सामाजिक परिवर्तन एक अत्यंत संवेदनशील और क्रमिक प्रक्रिया है, जिसमें व्यापक संवाद, सहमति और सहभागिता की आवश्यकता होती है। बिना सामाजिक स्वीकृति के लागू किए गए परिवर्तन अधिकतर तनाव और संघर्ष को जन्म देते हैं।



राष्ट्रीय भावनाओं को जाग्रत करनेवाली सामाजिक व पारिवारिक पत्रिका



शुल्क
₹ 500



रा. स्व. संघ की स्थापना से लेकर शतकपूर्ति की यात्रा के विभिन्न पड़ावों तथा भविष्य के उद्देश्यों का सम्पूर्ण संकलन व आंकलन करने वाली पुस्तक



ऑनलाईन पंजीयन 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 : Bank of Maharashtra Branch : Prabhadevi
A/C No. : 60085108000 IFSC : MAHB0000318

सम्पर्क - 9594991884 Email : hindivivekvargani@gmail.com

'डॉ. बाबासाहेब आम्बेडकर के संवैधानिक चिंतन' पुस्तक का विमोचन

विराग पाचपोर व अंजली तागडे पुरस्कार से सम्मानित



महर्षि व्यास, महर्षि वाल्मीकि और डॉ. बाबासाहेब आम्बेडकर के कार्यों से भारतीय समाज की पहचान मजबूत हुई है। इन तीनों लोगों के विचारों ने समाज के बौद्धिक और सांस्कृतिक विकास को एक नई दिशा दी है। उक्त बातें पद्मश्री रमेश पतंगे ने रामभाऊ म्हाळगी प्रबोधिनी, दादर (पूर्व) स्थित 'डॉ. बाबासाहेब आम्बेडकर के संवैधानिक चिंतन' पुस्तक के विमोचन एवं के.

राजाभाऊ नेने स्मृति पुरस्कार समारोह में कहीं।

इस अवसर पर वरिष्ठ पत्रकार व राष्ट्रीय मुस्लिम मंच के संयोजक विराग पाचपोर व विश्व संवाद केंद्र की सम्पादक अंजली तागडे को 'के. राजाभाऊ नेने स्मृति पुरस्कार' राष्ट्रीय स्व. संघ के क्षेत्र प्रचार प्रमुख प्रमोद बापट के हाथों प्रदान किया गया।

इस समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में नगरसेवक प्रतीक कर्पे और मुंबई विद्यापीठ आजीवन शिक्षण व विस्तार विभाग के संचालक प्राचार्य डॉ. बळीराम गायकवाड उपस्थित थे। कार्यक्रम का आयोजन दिलीप करम्बेळकर (प्रबंध सम्पादक, सा. 'विवेक') और रवींद्र गोळे (सम्पादक, 'विवेक पुस्तक प्रकाशन') ने किया। कार्यक्रम का सफल संचालन बागेश्री पारनेरकर ने किया और साप्ताहिक विवेक की सम्पादक अश्विनी मयेकर ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया।

धर्मांतरण देश की सुरक्षा को खतरा

पढ़े लिखे मुस्लिम युवक-युवतियों के माध्यम से टीसीएस जैसी अनेक बहुराष्ट्रीय कम्पनियों तक फैले धर्मांतरण व लव जिहाद की अनवरत आती खबरों पर चिंता व्यक्त करते हुए विश्व हिंदू परिषद ने अवैध धर्मांतरण पर प्रभावी रोक हेतु एक राष्ट्रव्यापी कठोर कानून की मांग की है। विहिप के केंद्रीय संयुक्त महामंत्री डॉ. सुरेंद्र जैन ने कहा कि उच्च पद पर एक मुसलमान के बैठते ही किस प्रकार वह अधिक से अधिक संख्या में अपने मुस्लिम सहयोगियों को भर्ती कर लेता है और उसके बाद अनेक हिंदू लड़के और लड़कियों को अपने षड्यंत्र का शिकार बनाता है, यह अत्यंत गम्भीर चिंता की बात है। विश्व हिंदू परिषद बधाई देता है उन सात महिला पुलिसकर्मियों को जिन्होंने टीसीएस में ज्वाइन करके इस षड्यंत्र का पता लगाया और युवाओं को इस षड्यंत्र का शिकार होने से बचाया। हालांकि यह षड्यंत्र टीसीएस तक सीमित नहीं है अपितु टेक महिंद्रा सहित दर्जनों अन्य बहुराष्ट्रीय कम्पनियों में भी जिहादी षड्यंत्र का एक व्यापक जाल फैला हुआ है। जिहादी षड्यंत्र केवल कम पढ़े लिखे लोगों के दिमाग की ही विकृति नहीं है अपितु ज्यादा पढ़े लिखे लोगों के दिमाग में भी जिहादी कीड़ा उतना ही काम करता है और वे भी सभ्यता के सभी दायरे को तोड़कर जबरन धर्मांतरण करते हैं।

- विनोद बंसल

'मोइरांग स्वतंत्रता दिवस' का आयोजन



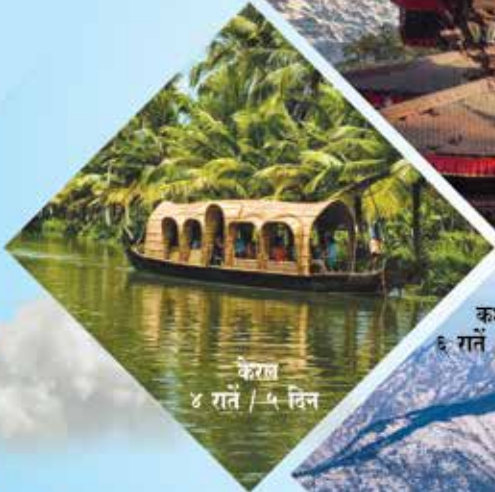
पुणे। कर्वेनगर स्थित सह्याद्री प्रभात शाखा में 'मोइरांग स्वतंत्रता दिवस' उत्साहपूर्ण व देशभक्तिपूर्ण वातावरण में मनाया गया। कार्यक्रम के मुख्य वक्ता के रूप में अखिल भारतीय पूर्वसैनिक सेवा परिषद के पुणे महानगर सचिव, विंग कमांडर अविनाश मुथाळ ने अत्यंत ज्ञानवर्धक और जानकारीपूर्ण ऑडियो-विजुअल प्रस्तुती दी। इस अवसर पर उन्होंने नेताजी सुभाषचंद्र बोस के नेतृत्व में भारतीय राष्ट्रीय सेना की वीरतापूर्ण गाथा का विस्तृत वर्णन किया। उन्होंने बताया कि लगभग 26,000 सैनिकों के बलिदान ने मणिपुर के लोगों को ब्रिटिश शासन से आजादी दिलाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। उन्होंने 14 अप्रैल 1944 को मणिपुर के मोइरांग में भारतीय तिरंगे ध्वज के प्रथम फहराए जाने की ऐतिहासिक घटना का भी सजीव वर्णन किया। उक्त कार्यक्रम में अखिल भारतीय पूर्वसैनिक सेवा परिषद के महाराष्ट्र व गोवा प्रांताध्यक्ष एअर मार्शल प्रदीप बापट (नि.), उल्हास सावळे कर, अरुण इनामदार सहित राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के अनेक स्वयंसेवक बड़ी संख्या में उपस्थित थे।

पितांबरी® अंगो ट्रिजम

चलो घूमने
दुनिया की
सैर करने!

स्टेच्यू ऑफ युनिटी और बड़ोदरा
३ रातें / ४ दिन

नेपाल
७ रातें / ८ दिन



केरल
४ रातें / ५ दिन

कश्मीर
६ रातें / ७ दिन



दुबई
५ रातें / ६ दिन



राजस्थान

मेवाड़ / मारवाड़
५ रातें / ६ दिन



टूर में शामिल :

- एसी बस / गाड़ी में सफर और स्थानीय पर्यटन स्थलों की सैर
- ठहरने के लिए प्रीमियम होटल्स
- स्वादिष्ट भोजन की व्यवस्था
- जानकार गाइड और सभी प्रवेश टिकट

अधिक जानकारी और बुकिंग के लिए संपर्क :

**8828913131, 8657968481, 8530015838,
9702963400, 8657307352**