विश्व स्नेह समाज

वर्ष 19, अंक 8, मई 2020

तृतीय काव्य सम्राट प्रतियोगिता

पुरस्कार राशि 11000/रुपये मात्र

इस प्रतियोगिता में उम्र का कोई बंधन नहीं है. देश-विदेश का कोई भी रचनाकार इसमें प्रतिभाग कर सकता है. दिए गए विषय पर आपको अपनी एच रचना पठनीय हस्तलिपि अथवा टंकित कराकर भेजनी होगी। रचना के साथ अपना पूरा नाम, पता, एक फोटो, ह्वाट्सएप नंबर अगर ई-मेल हो ईमेल आईडी भेजना होगा। इस बात का विशेष ध्यान रखें कि रचना वाचन में अधिकतम पांच मिनट की हो.

नियम एवं शर्तेः

1. रचना मौलिक होनी चाहिए. इसके लिए मौलिकता का प्रमाण देना आवश्यक होगा। किसी भी स्तर पर मौलिकता में कमी सिद्ध होने पर प्रतिभागिता रद्द कर दी जाएगी।
2. प्रतियोगिता तीन चरणों में होगी. प्रत्येक चरण के विजयी प्रतिभागियों को ह्वाट्स समूह, ई-मेल के माध्यम से जानकारी दी जाएगी.
3. प्रथम चरण के विजयी प्रतिभागियों को विश्व स्नेह समाज की मासिक पत्रिका एक वर्ष की सदस्यता तथा एक सौ रुपये मूल्य की पुस्तकें निःशुल्क दी जाएगी।
4. द्वितीय चरण के लिए केवल 15 रचनाकारों का चयन किया जाएगा. द्वितीय चरण के विजयी प्रतिभागियों को विश्व स्नेह समाज की मासिक पत्रिका दो वर्ष की सदस्यता तथा दो सौ रुपये की पुस्तकें निःशुल्क दी जाएगी।
5. तृतीय एवं अंतिम चरण के लिए 11 रचनाकारों का चयन किया जाएगा. तृतीय चरण में पहुंचने वाले प्रतिभागियों को स्वयं उपस्थित होकर काव्य पाठ करना होगा। प्रथम स्थान पाने वाले प्रतिभागी को 11000/रुपये नगद एवं काव्य सम्राट की उपाधि, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त करने वालों को स्मृति चिन्ह और प्रमाण पत्र तथा शेष 08 प्रतिभागियों को प्रशस्ति पत्र प्रदान किया जाएगा। तृतीय चरण के समस्त प्रतिभागियों को विश्व स्नेह समाज की मासिक पत्रिका पंचवर्षीय सदस्यता तथा तीन सौ रुपये मूल्य की पुस्तकें निःशुल्क दी जाएगी।
6. प्रतिभागियों को मांगे गये विवरण के साथ रुपये पांच सौ का चेक/डीडी/आरटीजीएस/नेफ्ट/आन लाईन अथवा सीधे संस्थान के खाते में जमा कर जमा रसीद की प्रति भेजना अनिवार्य होगा।

खाता धारक का नामः **'सचिव विश्व हिन्दी साहित्य सेवा संस्थान, इलाहाबाद'**
बैंक का नाम : **युनियन बैंक ऑफ इंडिया** शाखा : **प्रीतम नगर, इलाहाबाद**
खाता संख्याः **538702010009259** आई.एफ.एस. कोडः यूबीआईएन 0553875

विषय : पर्यावरण एवं प्रकृति

आवेदन की अंतिम तिथि 15 दिसम्बर 2020

सचिव, विश्व हिन्दी साहित्य सेवा संस्थान,
65ए/2, रामचन्द्र मिशन रोड, लक्सों कंपनी के सामने, मुण्डेरा, इलाहाबाद-211011, ह्वाटसएप नंः
9335155949, sahityaseva@rediffmail.com, hindiseva15@gmail.com

* नियमों एवं शर्तो में आशिक परिवर्तन अनुमन्य होगा।

कल, आज और कल भी बहुपयोगी

विश्व स्नेह समाज

मासिक, वर्षः19, अंकः 08
मई : 2020

भारत में वृद्ध जनो की दुगर्ति?......................07

भारत की आधुनिक युवा पीढ़ी एकलवादी है वह आपने बुजुर्ग माता पिता को साथ रखकर सेवा करने को तैयार नही है. उनके लोभी और स्वार्थी स्वभाव, इस स्थिति के मूल कारण है.

भारतीय संस्कृति और आधुनिक महिला चिंतन..10

इस अंक में......

कैसे करें कार्य प्रबंधन?............................... 11

हमें हर हाल में गलत बीज बीजने बंद करने होंगे 16

स्थायी स्तम्भ

अपनी बातः कोरोना, तू कितनों को रूला दिया, कितनों को हंसा दिया........04

प्रेरक प्रसंग 05

अध्यात्मः हवन का महत्व.... 20

कविताए/गीत/ग़ज़लः श्री रामचरण यादव, श्री सूरज तिवारी, श्री लक्ष्मी प्रसाद गुप्त 'किंकर', श्री सरदार पंछी, श्री रमेश शलभ, डॉ. अनिल शर्मा, श्री कृष्ण अग्रवाल, सुश्री शबनम शर्मा ....14—15

कहानीः सीमा की सीमा-श्रीमती पूनम रानी शर्मा, हर गरीब हरिजन-डॉ० देवेन्द्र कुमार मिश्रा. 18, 27

साहित्य समाचार, ...6, 10, 33

लघु कथाएंः श्रीमती संतोष शर्मा शान, श्रीमती पूनम शर्मा, श्रीमती पुष्पा श्रीवास्तव 'शैली', डॉ० राजलक्ष्मी कृष्णन,श्रीमती मंजु लंगोटे, जैनेन्द्र चौहान, -डॉ० नरेन्द्र नाथ लाहा, डॉ० पंकज साहा, डा. बिन्द कुमार चौहान,डॉ. प्रदीप कुमार शर्मा, नरेन्द्र श्रीवास्तव ....21—26

स्वास्थ्यः हाई हील और संकरे जूते चप्पलों से पैरों की में हो सकती है स्थाई विकृति... 31

मुख्य संरक्षक
श्री बुद्धिसेन शर्मा
संरक्षक सदस्य
श्री डी.पी.उपाध्याय, बलिया, उ.प्र.

प्रबंध सम्पादक
श्रीमती जया
विज्ञापन प्रबंधक
महेन्द्र कुमार अग्रवाल

ब्यूरो
ब्रज बिहारी ब्रजेश, खीरी
निगम प्रकाश कश्यप, मिर्जापुर, उ.प्र.

सम्पादक
गोकुलेश्वर कुमार द्विवेदी

संपादकीय कार्यालयः
एल.आई.जी.—93, नीम सराय कालोनी, मुण्डेरा, इलाहाबाद —211011 का0: 09335155949
ई—मेलःvsnehsamaj@rediffmail.com

सभी पद अवैतनिक हैं
पत्रिका में प्रकाशित रचना का कोई भी पारिश्रमिक देय नहीं है।

प्रिंट लाईन—विश्व स्नेह समाज राष्ट्रीय हिन्दी मासिक पत्रिका, यूपीहिन्दी/2001/8380, सर्वाधिकार सुरक्षित है. स्वामी की लिखित अनुमति के बिना सम्पूर्ण या आंशिक पुर्न प्रकाशन प्रतिबंधित है. स्वतत्वाधिकारी स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक और संपादक गोकुलेश्वर कुमार द्विवेदी के द्वारा भार्गव प्रेस बाई का बाग, इलाहाबाद से प्रकाशित किया.

नोटःपत्रिका में प्रकाशित रचनाओं, समाचारों इत्यादि से संपादक का सहमत होना आवश्यक नहीं हैं. इसके लिए लेखक, रचनाकार, सूचनाकार स्वयं ही उत्तरदायी हैं. जन—जन को सूचना मिलने के उद्देश्य से सभी के विचार, संदेश, आलोचना, शिकायत छापी जाती है. पत्रिका से सम्बन्धित किसी भी प्रकार के वाद—विवाद का निपटारा केवल इलाहाबाद, उत्तर प्रदेश, की अदालतों में होगा.

अपनी बात

कोरोना, तू कितनों को रूला दिया, कितनों को हंसा दिया

कोरोना महाराज का आगमन वैसे तो अंग्रेजी नववर्ष के प्रारब्ध काल में ही पूज्य, पावन धरा भारत के भगवान परशुराम की बसाई हुई नगरी केरल में हो गया. धीरे-धीरे मस्त हथिनी की चाल से चलता रहा. अपने देश की यह विशेषता रही है कि महामारी, आतंकवाद हो या युद्ध, जब तक अपनी जगह नहीं बना लेते हम सोते रहते है. हमारी व्यक्तिगत पसंद, खुशी पूरे देश की खुशी और पंसद मानी जाती है. एक विपक्षी नेता ने कथित अपनी तूतली जबान में बहुत गहराई की बात की. लेकिन जब हम बड़े हो जाते है तो बच्चे को बच्चा समझने की भूल करते रहते है. लेकिन यह भूल जाते है कि बच्चा भी कभी बाप बनता है. कोरोना महराज को जब जलपान करवाना था तो हमनें दूसरे महाराज ट्रप को बुला लिया. कोरोना महाराज इससे नाराज होकर अपने मृदु आवेग में आ गये. अभी दूसरे महाराज को गये हुए कुछ ही दिन हुए थे कि तीसरे महाराज जो ग्वालियर राजघराने से पधारे थे उनका और उनके दरबारियों का स्वागत, सत्कार करने लगे. इसमें हफ्तो गुजर गए. अब कोरोना महाराज को विकराल क्रोध आया कि जहां पूरा विश्व हाय-हाय कर रहा है ये तो मस्ती कर रहे है. कोरोना महाराज अपनी गति को और तेज कर दिए. जैसे ज्येष्ठ मास के भगवान सूर्य की तपिश उषाकाल से आगे बढ़ने लगी हो. हम थोड़ा जागे और तीन दिन, फिर 21 दिन के लाक डाउन में अचानक आ गये. सभी बाहर कमाने गये मजदूर, छात्र एवं नौकरी पेशा त्राहि-त्राहि करने लगे. इसी बीच विकट परिस्थिति में देवदूत बनकर आ गये जमाती. अब इनके स्वागत में क्या युवा, क्या प्रबुद्ध वर्ग, क्या नेता, क्या अभिनेता, मीडिया सबके सब पलक पांवड़े बिछाए नजर आए. सब कुछ जमातियों के सिर मढ़ दिए. अब प्रवासियों की समस्या कौन सूने, बस हम घरों में बैठकर जमाती-जमाती जपने लगे. उसी में हिन्दू-मुस्लिम का तड़का अलग से लगता रहा.

उधर हमारे प्रवासी मजदूर, छात्र, निम्न मध्यम वर्गीय नौकरी पेशा त्राहि त्राहि करते रहते. कानाफूसी संयत्र पर देश के विभिन्न क्षेत्रों में निवास/प्रवास कर रहे अपने शुभ चिंतको से पूछने पर पता चला कि बहुत ही बूरा हाल है. कोरोना महाराज का प्रकोप तो बहुत कम है, पेट महाशय का प्रकोप विकराल रूप धाारण करता जा रहा है. धीरे-धीरे कुछ सरकार ने, कुछ स्वयं सेवी संस्थाओं ने खाना, राशन देना चालू किया. लेकिन कितनों को दोगे, कितनों तक हम पहुचेगे. महानगरों, नगरों के मुख्य इलाकों के आस पास तो कम से कम दो वक्त की रोटी नसीब होने लगी लेकिन अन्य इलाकों वाले भूखे सोते रहे, कुछ मरते रहे. मजदूरों के लिए 1000 रुपये खाते में डाला गया लेकिन किसके और कितनो के, यह यक्ष प्रश्न है. जितने मजदूरों के खाते में कुल पैसा डाला गया उससे अधिक मजदूर तो राजधानी दिल्ली में ही है. मुम्बई, सूरत, बंगलौर आदि बड़े, मझोले एवं छोटे महानगरों की बात छोड़ दे. मजदूरों के अलावा सबसे अधिक परेशान निम्नततर मध्यम वर्ग जिनके पास कहने को छत है (शहर या गांव में), दोपहिया वाहन है, दहेज की या पूरानी ही सही. समाज में दस लोगों के बीच उठना बैठना भी है लेकिन तनख्वाह नहीं मिलने के कारण घर में रोटी नहीं है. इनको न सरकार कुछ दे रही है न समाज. उनके स्कूल, कंपनी मालिक काम नहीं तो वेतन नही की नीति अपना रहे है. लाक डाउन में घर से बाहर नहीं, लेकिन पेट कैसे रहे राम भरोसे?

अपना भारत कल भी महान था, आज भी है और कल भी रहेगा. भले ही सरकार विज्ञापन देकर पैसे मांग रही हो लेकिन हमारी अर्थव्यवस्था बहुत मजबूत है. कोरोना क्या चीज है इससे अधिक लोग तो हमारे देश में कोरोना काल में भूख से मर गये. हम विश्व गुरु बनने जा रहे है तभी तो किताब की दुकान बंद है, मंदिर मस्जिद गुरुद्वारे बंद है लेकिन लोगों की मस्ती के लिए, मनोरंजन के लिए मदिरालय खुल गये.

भारत कितना महान है मजदूरों को सुदूर क्षेत्रों से उनके घर/गॉव पहुंचाने के लिए ट्रेन/बस चलाने के लिए के पैसे नहीं लेकिन सबसे गरीब नेता की यात्रा के लिए 8458 करोड़ के न्यू एयरक्राफ्ट का आर्डर लाक डाउन में ही,

20000 करोड़ रुपये दिल्ली में सौन्दर्यीकरण पर खर्च कर रहे है. 68 हजार करोड़ रुपये भारतीय भगोड़ो (माल्या, नीरव मोदी आदि) सहित बड़े उद्योग पतियों के कर्ज बट्टे खाते में डाल दिए गए. प्रवासी (विदेश) से लाने के लिए हवाई जहाज (अपूष्ट निःशुल्क) की सुविधा लेकिन गरीबों के लिए बस भी नहीं. अमीरों के लाडलों को कोटा से लाने के लिए निःशुल्क बस सेवा, विधायकों/मंत्रियों के लिए विशेष पास और आम आदमी के लिए ...? माननीय रेलमंत्री के अनुसार 12 मई से आन लाईन टिकट बुक कर एसी ट्रेनें चलेगी, एसी ट्रेनों के यात्रियों से कोई अतिरिक्त शुल्क नहीं लिए जाएंगे. लेकिन गरीबों के लिए पहले पंजीकरण कराईए, फिर नंबर का इंतजार करिए, फिर मूल किराये से अधिक व्यय करने पर यात्रा करने का संयोग मिल सकता है. एसी ट्रेन से कौन यात्रा करेगा आप जानते ही है.

विदेशों में आम आदमी के खाते में पैसे डाले जा रहे है सरकारों द्वारा, गैस, बिजली बिल मॉफ. लेकिन भारत महान में अपने घरों में रहे, सरकारी कर्मचारियों की तनख्वाह कट के मिलेगी, प्राईवेट कंपनी/स्कूलों/दुकानों पर तनख्वाह नहीं मिलेगी, भूख लगे तो गहने बेचकर पीएम केयर्स एवं सीएम. केयर्स में दान करें, अपना ख्याल रखें, पड़ोसियों का ख्याल रखें, गरीबों को खाना दें, डॉक्टरों को कीट खरीद कर दे, टैक्स तो देते ही है, बिजली का बिल, स्कूल की फीस, गृहकर भरें, दुकान आफिस का किराया दें, अपने कर्मचारी को वेतन दे. यह आपका दायित्व है क्योंकि सरकार को केवल सरकार बनाने के लिए वोट दिया गया था. बाकी जिम्मेदारी आपकी.

सरकारों का यह तानाशाही रवैया कहीं न कहीं राजशाही प्रवृत्ति की ओर संकेत कर रहा है. हजारों करोड़ रुपये पी.एम. केयर्स में जमा हुए लेकिन स्वास्थ्य कर्मियों/सफाई कर्मियों, पुलिस कर्मियों एवं पत्रकारों के लिए सुरक्षा किट के लिए पैसे नहीं. हम है न महान देश के, महान नेताओं के शासनकाल के महान नागरिक.

संपादक

1996 से त्रैमासिक एवं 2001 से मासिक के रूप में निरन्तर प्रकाशित

कल, आज और कल भी बहुपयोगी

विश्व स्नेह समाज हिन्दी मासिक

एक प्रति–15/रुपये, वार्षिक–150/रुपये,
पंचवर्षीय–750/रुपये, आजीवन–1500/रुपये, संरक्षकः 11000/रुपये

खाता धारक– विश्व स्नेह समाज, **बैंक का नामः** विजया बैंक, **खाता संख्या**–718200300000104, **आईएफएससी कोड**–वीजेबी0007182 सीधे खाते में जमा, आरटीजीएस, नेफ्ट, ऑन लाइन स्थानान्तरण कर, जमा पर्ची की कापी व पत्र व्यवहार का पता ई–मेल या ह्वाट्सएप कर देवें।

पताः एल.आई.जी–93, नीम सराय कॉलोनी, मुण्डेरा,
इलाहाबाद–211011, मो0ः 9335155949, ई–मेलः
vsnehsamaj@rediffmail.com

प्रेरक प्रसंग

जब तक मन पवित्र नहीं होगा, तब तक जीवन में सच्चा सुख नहीं मिल सकता

जीवन में सच्चा सुख कैसे मिलता है, इस संबंध में एक लोक कथा प्रचलित है. कथा के अनुसार पुराने समय में एक संत गांव के लोगों को प्रवचन देते थे और जीवन यापन के लिए घर-घर जाकर भिक्षा मांगते थे. एक दिन गांव की महिला ने संत के लिए खाना बनाया, जब संत उसके घर आए तो खाना देते हुए उसने पूछा कि महाराज जीवन में सच्चा सुख और आनंद कैसे मिलता है? संत ने कहा कि इसका जवाब मैं कल दूंगा.

अगले दिन महिला ने संत के लिए स्वादिष्ट खीर बनाई. वह संत से सुख और आनंद के बारे उपदेश सुनना चाहती थी. संत आए और उन्होंने भिक्षा के लिए महिला को आवाज लगाई. महिला खीर लेकर बाहर आई। संत ने खीर लेने के लिए अपना कमंडल आगे बढ़ा दिया. महिला खीर डालने वाली थी, तभी उसकी नजर कमंडल के अंदर गंदगी पर पड़ी. उसने बोला महाराज आपका कमंडल तो गंदा है, इसमें कचरा है.

संत ने कहा कि हां ये गंदा तो है, लेकिन आप खीर इसी में डाल दो. महिला ने कहा कि नहीं महाराज, ऐसे तो खीर खराब हो जाएगी. आप कमंडल दीजिए, मैं इसे धोकर साफ कर देती हूं. संत ने पूछा कि मतलब जब कमंडल साफ होगा, तभी आप इसमें खीर देंगी? महिला ने जवाब दिया - जी महाराज इसे साफ करने के बाद ही मैं इसमें खीर दूंगी.

संत ने कहा कि ठीक इसी तरह जब तक हमारे मन में काम, क्रोध, लोभ, मोह, बुरे विचारों की गंदगी है, उसमें उपदेश कैसे डाल सकते हैं. अगर ऐसे मन में उपदेश डालेंगे तो अपना असर नहीं दिखा पाएंगे. इसीलिए उपदेश सुनने से पहले हमें हमारे मन को शांत और पवित्र करना चाहिए। तभी हम ज्ञान की बातें ग्रहण कर सकते हैं. पवित्र मन वाले ही सच्चा सुख और आनंद प्राप्त कर पाते हैं.

कथा की सीख

इस कथा में संत की बातों से महिला समझ गई कि जब हम मन को पवित्र बना लेंगे, तब ही हमें सच्चा सुख और आनंद की प्राप्ति होगी.

शोक संवेदना

विश्व हिन्दी साहित्य सेवा संस्थान, इलाहाबाद एवं हिन्दी माासिक पत्रिका विश्व स्नेह समाज की आन लाईन एक आपात बैठक दिनांक १८.०४.२०२० को संस्थान के अध्यक्ष डॉ० शहाबुद्दीन नियाज़ मुहम्मद शेख की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ. बैठक में संस्थान के सचिव एवं पत्रिका के संपादक डॉ० गोकुलेश्वर कुमार द्विवेदी ने अवगत कराया कि संस्थान के प्रचार/प्रसार सचिव, संस्थान के प्रारब्ध काल से जुड़े रहे एवं कर्नाटक में संस्थान एवं पत्रिका को जगह दिलाने में अदभूतपूर्व योगदान देने वाले तथा हिन्दी के अनन्य सेवक श्री एस.बी. मुरकुटे, बेलगांव, कर्नाटक का देहावसान हो गया है. उनके संस्थान एवं पत्रिका के प्रति योगदान एवं हिन्दी प्रति निष्ठा को किसी भी कीमत पर भुलाया नहीं जा सकता.

संस्थान के अध्यक्ष डॉ० शेख ने भी उन्हें दक्षिण भारत में हिन्दी का अनन्य सेवक बताते हुए स्मरण किया.

सभी ने उनकी आत्मा की शांति एवं परिवार के प्रति गहरी शोक संवेदना व्यक्त की गई. बैठक में मान्यता प्राप्त पत्रकार एवं संस्थान के सलाहकार श्री मिथिलेश प्रसाद द्विवेदी, संयुक्त सचिव ईश्वर शरण शुक्ला, विदेश सचिव रेवानन्दन द्विवेदी, प्रबंध सचिव श्रीमती जया शुक्ला एवं हिन्दी सांसद प्रभाषु कुमार रहे.

भारत में वृद्ध जनो की दुगर्ति?

कुल जनसंख्या में वृद्धजनों का अनुपात दिनोदिन बढ़ता ही जा रहा है. भारत की आधुनिक युवा पीढ़ी एकलवादी है वह आपने बुजुर्ग माता पिता को साथ रखकर सेवा करने को तैयार नही है. उनके लोभी और स्वार्थी स्वभाव, इस स्थिति के मूल कारण है.

बहुत कम युवा ऐसे हैं जो अपनी पत्नियों के बहकावे न आकर माता-पिता के सेवा करते है. परिवारिक बंटवारा प्रथा-प्रचलन भी तिरस्कार का एक कारण है.

-डॉ० अरुण कुमार आनन्द,
संभल, उ०प्र०

हमारे भारत में वृद्धजनों की संख्या लगभग 45 करोड़ है. एक सर्वेक्षण के अनुसार इनमें से अतिवृद्ध 70 से 80 वर्ष आयु के वृद्धों की संख्या लगभग 22 करोड़ है. इनमें लगभग 10—12 करोड़ परिवार से विरक्त-अभाव युक्त जीवन यापन करने पर विवस हैं. आज तक भारत सरकार ने वृद्धों के जीवन स्तर सुधारने, उन्हे स्वास्थ भोजन आवास सुविधाएं उपलब्ध करवाने के क्षेत्र में कोई ठोस योजना नही बनाया है. देश में कुछ पूंजी पतियों, सामाजिक संस्थाओं और सांधुसंतो ने वृद्धाश्रम तो बना दिये है, लेकिन यहां वृद्धों के लिए सुविधाए देना तो दूर उल्टे वृद्धों का शोषण-उत्पीड़न कर उनसे अनैतिक शुल्कादि वसूल किया जाता है. सरकार द्वारा वृद्धों की दी जा रही पेंशन-अनुदान आदि को हड़प कर लिया जाता है. इन वृद्धाश्रमों में रहने वाले वृद्धजनों की दुदर्शा-दुगर्ति को देखकर सहज ही अनुमान लगाया जा सकता है कि वृद्धों की सेवा के आड़ में कितना भयंकर गोरखधंधा यहां चल रहा है. ऐसे वृद्धाश्रम दबंगों के व्ययवसाय केन्द्र बने हुए हैं, इनके हित में आवाज उठाने वाला कोई नही है. वृद्धो के कल्याणार्थ करोड़ो रूपया इन आश्रमों में प्रति वर्ष अनुदान आता हैं, यह रकम कहा जाता है, इसका हिसाब किताब लेने वाला कोई नही है? क्या इस विषय पर उच्चतम न्यायालय को जनहित में विचार करने की जरूरत नही है?

वर्तमान समाज की एक प्रमुख समस्या यह है कि कुल जनसंख्या में वृद्धजनों का अनुपात दिनोदिन बढ़ता ही जा रहा है. विश्व क्षितिज पर अकेले जापान देश ऐसा है जहां एक सौ वर्ष की आयु पूरी कर चुके वृद्धजनो की संख्या वहां के जनसंख्या के अनुपात में लगभग पचास हाजार से ऊपर पहूंच चुका है, लेकिन वे भारत की तरह साधन विहिन अभावग्रस्त नही अपितु सपरिवार सम्पन्न हैं. चिकित्सा शास्त्र की प्रगति जीवन सुविधाओं की वृद्धि आदि के कारण विदेशी राज्यों का मानव जीवन का औसत उपरोक्त जन सुविधाओं के कारण आयु सीमा बढ़ती गई है.

सबसे दुःखद बात तो यह है कि भारत का आधुनिक युवा पीढ़ी एकलवादी है वह आपने बुजुर्ग माता पिता को साथ रखकर उनकी सेवा करने को तैयार नही है. उनके लोभ और स्वार्थी स्वभाव ही इस स्थिति का मूल कारण है. धन सम्पत्ति के लोभ में अपने माता-पिता को प्रताड़ित करते और कुछ मामलो में पुत्र द्वारा उनकी हत्याए भी देखने सुनने में आता है. ऐसी स्थिति में वृद्धजनो कों सुरक्षा-संरक्षण कौन देगा? यह देश की सरकार के लिए एक ज्वलंत प्रश्न हैं? विकसित देशों में यह संभावना अपेक्षाकृत अधिक है.

विकासशील और अविकसित देशो में भी धीरे-धीरे विकसित देशों की कोटी में शामिल होने के प्रयत्न में है, क्योंकि वृद्धजनों की रखवाली और सुरक्षा-संरक्षण व पालन पोषण का दायित्व युवा पीढ़ी पर ही होता है. क्या आज का आधुनिक युवा पीढ़ी इस दायित्व को उठा पाने में परिवार में होने वाले कलेश के कारण अपने वृद्ध माँ-बाप को साथ रखने में कतराने लगे है. युवा पीढ़ी इसलिए भी अधिक चिंतित है कि अब इन बूढ़े पिताओं-पितामहों माताओ-मातामाहियों का बोझ क्यों उठाएं! वे यह भूल जाते है कि माता पिता ने पैदा नही किया होता, स्वयं कष्ट दुःख सहकर पालन-पोषण-शिक्षा दिक्षा में अपने जीवन को होम न किया होता तो वे कहां होते? केरल, कर्नाटक जैसे राज्यों में जहां उच्चशिक्षा का अधिक प्रचलन है, हर मध्यम-उच्चवर्ग के माता-पिता कोशिश में रहते है कि वे अपने बच्चों को इजीनियर, डाक्टर या सरकारी उच्चाधिकारी बनाए. उनके पढ़ाई-प्रशिक्षण का भार वे अपना सब कुछ होम करके उठाते है. लाखों रूपया खर्च करके उसका विवाह करते है. इसके लिए माता-पिता अभिभावकों को लोहे के चने चबाने पड़ते है. बहू के घर आते ही मां बाप के प्रति अलगाव की भावनाएं शुरू हो जाती है. बहुत कम युवा ऐसे हैं जो अपनी पत्नियों के बहकावे न आकर माता-पिता के सेवा में नही आते. अधिकतर युवा अपनी पत्नी के पक्ष में होकर अपने माँ बाप को ठुकराने लगते है. किसी प्रकरण में मां बाप को अपनी चल अचल सम्पत्ति, घर-मकान तक अपनी औलादों को दहेज में देना पड़ जाता है. ऐसी स्थिति में बुजुर्ग वृद्धजन कहां जाए? अपने लिए ढलती उम्र में खेत-खलिहान जमीन जायदाद दूबारा जोड़ पाना असंभव है. परिवारिक बंटवारा प्रथा-प्रचलन भी मानव हित में सवर्थागलत है. इस प्रथा प्रचलन-व्यवस्था को समाप्त कर दिया जाना चाहिए या इच्छा पर देनें की व्यवस्था समाज में प्रचलित होनी चाहिए. जब औलाद पढ़ लिखकर समर्थ हो जाता है तों सम्पत्तियों का उर्पाजन स्वयं करें सेवानिवृत्त हो जाने पर बुजुर्गों को मकान का किराया-भाड़ा देना भी कठिन हो जाता है या उनके औलादों कों माता-पिता का पालन पोषण करना खर्च उठाना कानूनन अनिवार्य होना चाहिए. अन्यथा की स्थिति में वृद्धाश्रम ही एक मात्र सहारा रह जाता है, जब अपनी औलाद ही अपना नही हुआ तो पराया अपना कैसे हो सकता है? को ध्यान रखकर वृद्धजनों को बुढ़ापे के लिये अर्थ का संचय कर

लेना ही उनके अंतकाल के लिए उचित है. अन्यथा आज के युग में किसी का सहारा नहीं होता है. इसलिए सभी मनुष्यों को थोड़ी अकल से काम लेना जरूरी है. अपने युवाकाल से ही बुढ़ापे के लिए व्यवस्था हर व्यक्ति को कर लेनी चाहिए, ताकि बुढ़ापे में हाथ फैलाना ना पड़े.

अपनी अर्जित चल-अचल सम्पत्ति क्यों पूरी अपने औलादों में बांट दे? क्यों अपने को वृद्धावस्था में बे वारिस और बे घर बनाएं?

अपने वृद्धावस्था में आर्थिक दृष्टि से स्वावलंबी बने रहने की व्यवस्था/उपाय भी अपने युवावस्था में ही क्यों न कर लें? अध्यात्मिकता में रत्त रहना ही मनुष्यों का सार्थक जीवन है, जहां तक हो सकें असहाय निराश्रित वृद्धजनों कों भोजन वस्त्र-आवास सुविधाए देकर सहायता करना ही पवित्र परमार्थ कार्य है.

—गणेश कालोनी स्ट्रीट नं0 3, बृजनगर, सीतारोड, चन्दौसी—202412, संभल, उ0प्र0

संपादक के नाम पाती

आप सभी पाठकगण पत्रिका में प्रकाशित लेखो पर अपने विचार या कोई सुझाव नीचे दिये गये ई-मेल आईडी पर भेज सकते है। स्थान की उपलब्धता के हिसाब से हम आपके विचारों को शामिल करने का प्रयास करेंगे।

vsnehsamaj@rediffmail.com

-संपादक

भारतीय संस्कृति और आधुनिक महिला चिंतन

भारतीय संस्कृति का जन्मस्थान परिवार है और नारी उसका मुख्य अंश होती है. आधुनिक नारी स्वतन्त्रता एवं पुरूषों से बराबरी के नाम पर केवल एक दिशाहीन अंधी दौड़ चल रही है जिसमें वह न्यूनतम वस्त्रों के साथ बाजार में वस्तु की भांति प्रदर्शित हो रही है.

-श्रीमती दीप्ति मिश्रा
उपकुलसचिव
प्रो.राजेन्द्र सिंह रज्जू भईया विश्वविद्यालय, प्रयागराज, उ.प्र.

भारतीय संस्कृति में नारी को सर्वोच्च स्थान प्राप्त है. जहां उसका देवी स्वरुप सदैव देदिप्यमान रहता है. जहां वह शक्तिस्वरुपा है, साथ ही मातृ रुप में भी संस्थित है. भारतीय संस्कृति में जब भी महिला का अंकन होता है तो प्रथमतः ही सुरुचिपूर्ण तरीके से साड़ी पहने, माथे पर बिन्दी एवं जूड़े अथवा वेणी में की हुई केशसज्जा से विभूषित सौम्य छवि उभरती है. एक ऐसी स्त्री जो अन्नपूर्णा है, ममता की मूर्ति है, परिवार की धुरी है और समाज की प्रथम पाठशाला है. भारतीय सभ्यता एवं संस्कृति का जन्मस्थान ही परिवार है और सृजन की क्षमता से परिपूर्ण नारी उसका मुख्य अंश होती है.

नारी अपने सहज मानवीय गुणों के कारण सदैव ही भावना, संवेदना, कोमलता की संवाहक रही है और अपने इन्हीं गुणों से पुरुषों की कठोरता, शारीरिक क्षमता, निष्ठुरता को पिघला कर उसे पूर्णता प्रदान करती है. भारतीय संस्कृति में नारी के तेज, ओज, स्वरुप, स्थिति के विषय में अत्यधिक विवेचना अनेक विद्वानों द्वारा की गई है परन्तु आधुनिक महिला, संस्कृति की इस तुला पर कितनी भारी अथवा हल्की साबित हो रही है यही हमें समझना है.

जीवन के सभी सोलहों संस्कारों में नारी की मुख्य भूमिका है. इन संस्कारों के साथ-साथ तीज-त्यौहार, परम्पराऐं, रीति रिवाज, पारिवारीक भूमिका, स्वयं का व्यक्तित्व एवं समाज के प्रति अपने दायित्व की चैतन्यता ही आधुनिक महिला के चिंतन का मुख्य भाग हैं. आधुनिक महिला का कार्यक्षेत्र, सामाजिक क्षेत्र, आर्थिक स्वावलम्बन, निजी महत्वाकांक्षा का रूप अत्याधिक विस्तृत हो चला है. इस कारण महिला कहीं शोषित, कहीं विजेता और अनेक स्थानों पर भ्रमित दिखाई पड़ती है.

भारत में विवाह एक ऐसा संस्कार है जिसमें केवल दो व्यक्तियों का नहीं अपितु दो परिवारों, दो कुनबों व दो समाजों का मिलन होता है. विवाह के बाद स्त्री को अपनी जड़ों से विलग होकर अपरिचित क्षेत्र में जाकर अपने गुणों व क्षमताओं से स्वयं को एवं नव परिवार को पुष्पित पल्लवित करना पड़ता है जो कि निश्चित ही एक दुरूह कार्य है तथापि स्त्री इसे बड़े प्रेम, जतन, लगन से करती है सुशील पत्नी, आज्ञाकारी बहू, ममतामयी माँ, जागरूक नागरिक, आधुनिक यंत्रों से दैनिक जीवन को सरल बनाती आधुनिक महिला यू ंतो हर कष्ट, समस्या, दुविधा को अपननी बुद्धि एवं चित्त से हल करती जाती है.

संस्कारों, रीति रिवाजों व परम्पराओं के निर्वहन में वह पुरुष को बराबर का हिस्सेदार मानते हुए उसे भी उसके कर्तव्यों के निर्वहन के प्रति सचेत करती है परन्तु जब उसे ऐसा महसूस होता है कि पुरुष केवल औपचारिकता निभा रहा है और परम्पराओं के नाम महिला की स्वतन्त्रता, इच्छाओं का गला घोटा जा रहा है तो वह इन परम्पराओं को तोड़ने छोड़ने में समय नहीं गवांती. यदि परिवार के नियम मर्यादा उसकी अपनी सोच, व्यक्तित्व या रुचियों के आड़े आते है तो वह परिवार त्यागने में भी संकोच नहीं करती. उसके समर्पण, उसकी सेवा को उसकी मजबूरी या आदत समझते हुए उसका शोषण किया जाता है या मानसिक, शारिरीक, आर्थिक चोट दी जाती है तो वह कुछ समय तो इसे सहन करती है और अपने आंसुओं से उसे धो भी देती है परन्तु एक सीमा के बाहर जा कर जब उसका नित्य अपमान होने लगता है और उसके स्वाभिमान को चोट पहुंचायी जाती है तब वह

क्रुद्ध सिंहनी की तरह खड़ी होकर अदालतों की शरण लेने से भी नहीं चूकती.

आधुनिक स्त्री आज आर्थिक रुप से आत्मनिर्भर तो है ही साथ ही साथ वह विभिन्न क्षेत्रों में नये कीर्तिमान भी गढ़ रही है परन्तु आज की आधुनिक महिलाओं का एक बड़ा वर्ग केवल पति बच्चों तक ही सीमित नहीं है बल्कि अनेक स्थानों पर वह न केवल इच्छानुसार जीवन साथी चुनती है और विवाद होने पर उसे बदल देने तक का माद्दा रखती है. बिना विवाह के भी वह पुरुष के साथ स्वतन्त्र रूप से रहने में भी नहीं हिचकिचाती. साथ ही अपनी यौन इच्छाओं को, अपने अंगों को प्रदर्शित करने में गौरव महसूस करती है. बिना गर्भ धारण किए ही मातृत्व का सुख भी प्राप्त कर रही है आज ही आधुनिक महिला.

नये विचारों, महिला स्वतन्त्रता व पुरूषों से बराबरी के नाम पर केवल एक दिशाहीन अंधी दौड़ चल रही है जिसमें नारी न्यूनतम वस्त्रों के साथ बाजार में वस्तु की भांति प्रदर्शित हो रही है. अदृष्य सुखों की चाह में, चरम को महसूस करने में वह रोज नये साथी बदल रही है, मदिरापान उच्च वर्ग का, तनाव दूर करने का, अकेलेपन का बेहतरीन साथी बन गया.

आधुनिक महिलाओं का एक बड़ा वर्ग बन्धनों से चिढ़ता है इसलिए इस वर्ग में उत्श्रृंखलल जीवन जिसमें यौन लिप्सा व मदिरा की ही प्रमुखता होती है. कुरीतियों, रूढ़ियों की जंजीरों को तोड़ने के स्थान पर नारी जीवन के सहज, सुन्दर गुणों को ही मिटा देने का कुत्सित कार्य किया जा रहा है. पुरूषों से बराबरी करने के मिथ्या दंभ के कारण पुरूषों की तरह के केश, वस्त्र, भाषा, भाव भंगिमा, चाल-चलन व नशा भी करती हैं.

महिलाए पुरूषों से श्रेष्ठ होते हुए भी पुरूषों से बराबरी करने के चक्कर में अपने उच्च शिखर से नीचे उतर रही है. एक समय में ये महिलाए अन्त में परिवार के साथ के लिए ही तड़प जाती हैं.

आधुनिक विचारों की वाहक बनने वाली महिलाओं ने पुरूषों से बराबरी करने के समय कभी यह नहीं सोचा कि महिलाऐं पुरूषों से कमतर नहीं अपितु उनसे श्रेष्ठ हैं. उसमें सृष्टि सृजन की, नव निर्माण की क्षमता है, साथ ही अन्य समस्त गुण भी पुरूषों से अधिक ही हैं. पुरूषों से बराबरी करने के चक्कर में महिलाओं को अपने उच्च स्थान से नीचे उतरना होगा. और कहीं न कहीं वो भारतीय संस्कृति के मूल गुण व तत्व को त्याग कर उच्च शिखर से नीचे उतर रही है. एक समय ऐसा आता है कि यह महिलाऐं अपने मिथ्या दंभ, नशे से टूट जाती है और निराशा की गर्त में गिर जाती है.

पारिवारिक मूल्यों को पुरातन और बोझ मानने वाली ये महिलाऐं अन्त में परिवार के साथ के लिए ही तड़प जाती हैं.

समाज के उत्थान के लिए आधुनिक नारी को समस्त विषयों पर गहन चिंतन कर भारतीय संस्कृति की मूल अवधारणा को धारित करते हुए अपने विचारों व कर्तव्यों के नये आदर्श स्थापित करने चाहिए.

प्रविष्टियां आमंत्रित है

काव्य के क्षेत्र में: कैलाश गौतम सम्मान, स्व.किशोरी लाल सम्मान, महादेवी वर्मा सम्मान

गद्य के क्षेत्र में: डॉ. रामकुमार वर्मा सम्मान, उपेन्द्र नाथ अश्क सम्मान, हिन्दी सेवी सम्मान

समाज सेवा के क्षेत्र में: समदर्शी पवहारी शरण द्विवेदी स्मृति समाज सेवी सम्मान-

अन्य: कलाश्री, राष्ट्रीय प्रतिभा सम्मान/राष्ट्रीय युवा प्रतिभा सम्मान, अन्य जानकारी के लिए सम्पर्क करें:-

अंतिम तिथि: ३० दिसम्बर २०२०

अध्यक्ष, श्री पवहारी शरण द्विवेदी स्मृति न्यास

एल.आई.जी-93, नीम सराय कॉलोनी, मुण्डेरा, प्रयागराज-211011, उ. प्र., मो०: 09335155949, ईमेल-psdiit@rediffmail.com

कैसे करें कार्य प्रबंधन?

-डॉ.संतोष गौड़ राष्ट्रप्रेमी

कार्य प्रबंधन के महत्त्व को सभी व्यक्ति स्वीकार करने लगे हैं. कार्य प्रबंधन की आवश्यकता को समझने के कारण ही आज के युवा के पास खाली समय देखने को नहीं मिलता. विद्यार्थी अपने अवकाश के समय में भी विभिन्न अतिरिक्त कक्षाओं में जाता है. यहाँ तक कि पारंपरिक रूप से खाली समय में गप्पें लगाने वाली गृहिणियाँ भी विभिन्न कलाओं और शिल्पों को सीखकर उत्पादक कार्य में योगदान देने लगी हैं. इस प्रकार कार्य प्रबंधन के महत्त्व को वर्तमान में बड़े पैमाने पर स्वीकार किया जाने लगा है।

कदम-कदम पर जोखिम है नित,
साहस करके बढ़ना होगा।।

अपने समय की प्रत्येक इकाई का प्रयोग करते हुए अपने समय को अधिक गुणवत्तापूर्ण कार्यो में निवेश कर समय की एजेंसी का मालिक बन सके. पीटर ड्रकर के अनुसार, 'प्रबंधक का काम है, काम को सही करने का और नेतृत्वकर्ता का काम है सही काम कराने का.' अपने जीवन का आपको नेतृत्व भी करना है और अपने समय का प्रबंधन भी आप ही को करना है. इस प्रकार आप अपने प्रबंधक और नेता दोनों ही हैं. अतः हमें न केवल सही कामों में अपने समय का निवेश करना है; वरन कामों को सही भी करना है.

क्या करना है? कब करना है? कैसे करना है? किस समय करना है? कितना समय लगेगा? क्या कोई अन्य तरीका है, जिसकी सहायता से इससे कम समय में अमुक कार्य को पूर्ण गुणवत्ता सहित पूर्ण किया जाना संभव हो. इन सभी प्रश्नों पर पूर्ण रूप से विचार करने के बाद ही कार्य और समय के सन्दर्भ में बेहतर फैसला किया जा सकता है. कार्य प्रबंधन ही

जो अपना प्रबंधन कर सकता है, वह किसी का भी प्रबंधन कर सकता है. लिखने पर याद करने का तनाव नहीं रहता और लिखा हुआ याद किए हुए की अपेक्षा स्थाई भी रहता है

हमें समय की एजेंसी प्रारंभ करने की सामर्थ्य प्रदान करता है.

कार्य प्रबंधन तकनीक :अपनी समस्त गतिविधियों का प्रबंधन करने के लिए हमें प्रबंधन तकनीकों को लागू करना होगा. कार्य प्रबंधन तकनीक ही हमें सीमित उपलब्ध समय में अधिकतम कार्य करने में सक्षम बनाती है. समय एक संसाधन है, सीमित है, जिसको प्रयोग करने के असीमित विकल्प उपलब्ध हैं. सीमित समय में अपने असीमित कार्यों को संपन्न करने के लिए हमें अपनी प्राथमिकताओं के अनुरूप कार्यों के लिए समय आवंटित करना होगा. 'परिमाण और गुणवत्ता में नकारात्मक सह-संबंध होता है।'

समय के आधार पर बेहतर फैसलाः समय के सन्दर्भ में कार्य की आवश्यकता, गुणवत्ता या कार्य की मात्रा इस विषय पर भी पर्याप्त विचार करने की आवश्यकता है; क्योंकि परिणाम और गुणवत्ता में नकारात्मक सह- संबंध होता है।' यदि हम गुणवत्ता पर अधिक जोर देते हैं, तो उत्पादन कम होगा; इसके विपरीत हम कार्य की मात्रा पर अधिक जोर देते हैं, तो गुणवत्ता पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। अतः यह निर्धारित करना आवश्यक है कि हमारी प्राथमिकताएँ क्या हैं?

कार्य किसी से करवाया या उसके महत्त्व को देखते हुए स्वयं ही करना उचित होगा? उसके लिए कितना समय लगाना उचित होगा? समय के संदर्भ में कार्य प्रबंधन के अन्तर्गत आवश्यक है कि हम सभी पहलुओं पर विचार करके बेहतर फैसला लें ताकि न्यूनतम समय में गुणवत्तापूर्ण कार्य संपन्न होना संभव बनाकर बचे हुए समय का अन्य गतिविधियों में निवेश कर सकें।

अच्छी उत्पादकताः प्रबंधन की तकनीकों के आधार पर समय का आवंटन किया जाता है. प्रत्येक कार्य का व्यापक अध्ययन करके योजना बनाकर व्यवस्थित रूप से कार्य संपन्न

किया या करवाया जाता है. इससे समय के पल-पल का सदुपयोग होता है. ध्यान रखने की बात है कि कम समय में अधिक कार्य संपन्न करने का आशय कार्य की गुणवत्ता से समझौता नहीं होता. कार्य प्रबंधन समय व कार्य दोनों की गुणवत्ता में वृद्धि करने के लिए होता है. योजना बनाकर कार्य करने के परिणामस्वरूप कार्य की गुणवत्ता का स्तर भी अच्छा रहे, इस प्रकार का नियोजन करना ही श्रेयस्कर है.

प्रेरणा स्तर में वृद्धिः योजनाबद्ध ढंग से कार्य करने के कारण हमारा लक्ष्य स्पष्ट रूप से हमारे सामने रहता है. समय से निवेश से प्राप्त होने वाले परिणामो का पूर्वानुमान रहने के कारण हमारी प्रेरणा का स्तर स्वाभाविक रूप से अच्छा रहता है. योजनानुसार कार्य करने से परिणाम भी योजनानुरूप रहने की संभावना रहती हैं. परिणाम सही आने पर मनोबल में और भी अधिक वृद्धि होती है. हम और भी अधिक ऊर्जा के साथ कार्य करने में सक्षम होते हैं.

सफलता की ओर पहला कदमः समय ही जीवन है. जो व्यक्ति अपने समय का योजनाबद्ध ढंग से प्रयोग सुनिश्चित नहीं करता उसे सफलता के सपने नहीं देखने चाहिए. यदि कोई व्यक्ति अपने पास उपलब्ध समय का ही प्रबंधन की सहायता से सदुपयोग सुनिश्चित नहीं कर सकता, तो वह अन्य संसाधनों का भी सही प्रकार से प्रबंधन नहीं कर पायेगा. समय के पल-पल का कार्य के साथ प्रबंधन अन्य संसाधनों के प्रबंधन का आधार है. जो अपना प्रबंधन कर सकता है, वह किसी का भी प्रबंधन कर सकता है. जिसने अपने आपको जीत लिया, दुनिया में कोई उसे पराजित नहीं कर सकता. कार्य प्रबंधन व्यक्ति को सफलता की ओर ले जाता है, क्योंकि-

१-कार्य प्रबंधन समय की प्रत्येक इकाई का सदुपयोग करने की आदत डालकर मितव्ययिता लाता है. समय की प्रत्येक इकाई के प्रयोग के कारण मानवीय व अमानवीय सभी संसाधनों के कुशलतम प्रयोग के कारण लागत में कमी आती है.

२-कार्य प्रबंधन का आधार नियोजन होता है. नियोजन हमें श्रेष्ठतम निर्णय लेने में सक्षम बनाता है. नियोजन के अन्तर्गत हम ध्येय, उद्देश्य और लक्ष्यों पर भी चिंतन-मनन करते हैं. जब आपको पता ही नहीं होगा कि आप चाहते क्या हैं? आप क्या करेंगे? और क्या सफलता पायेंगे?

आपकी सफलता या असफलता इस पर निर्भर करती है कि आप दिन को चलाते है या दिन आपको।

आप क्या चाहते हैं? इसे याद रखना, अपनी गतिविधियों के प्रबंधन का महत्वपूर्ण कदम ही नहीं है; सफलता का भी प्रथम कदम है.

३-कार्य प्रबंधन केवल मानवीय समय को ही अधिक उत्पादक नहीं बनाता वरन् अन्य संसाधनों के समय का भी मितव्ययितापूर्वक प्रयोग होने के कारण अधिक उत्पादकता प्राप्त करने में सहायता प्रदान करता है.

४- कार्य प्रबंधन से व्यक्ति के तनाव का स्तर समाप्त प्रायः हो जाता है. कार्य और समय का सही आवंटन हो जाने व योजनाबद्ध ढंग से कार्य होने के कारण किसी प्रकार की हड़बड़ी नहीं रहती. कार्य प्रबंधन अपना कर व्यक्ति व्यस्त रहता है, मस्त रहता है और स्वस्थ रहता है.

कुशल कार्य प्रबंधन हेतु कुछ उपयोगी सुझावः जो अपना प्रबंधन कर सकता है, वह किसी का भी प्रबंधन कर सकता है.

समय के संदर्भ में कार्य प्रबंधन किस प्रकार हममें अच्छी आदतों का विकास करता है? कार्य प्रबंधन हमें प्रत्येक क्षेत्र में सफलता प्राप्त करने की आदत डाल देता है. प्रश्न यह है कि हम समय के संदर्भ में कार्य प्रबंधन करें कैसे? ताकि हम अपने जीवन में अपने पल-पल का प्रयोग उत्पादक कार्यों में कर सकें और अपने पारिवारिक व सामाजिक जीवन में भी सम्मानजनक स्थान प्राप्त कर सकें. यही नहीं व्यक्तिगत जीवन में अपने आपका आनंद सुनिश्चित करने में भी कार्य प्रबंधन का ही योगदान रहता है. समय के संदर्भ में प्रबंधन करने के लिए कुछ उपयोगी सुझावों पर विचार करते हैः-

१- प्रत्येक कार्य को योजना बनाकर संपन्न करें. योजना भी बहुत लम्बी-चौड़ी न बनायें, कार्य को टुकड़ों में बांटकर, छोटी-छोटी योजनाएं बनाकर सरलता से पूर्ण किया जा सकता है. इस प्रकार छोटी-छोटी योजनाएँ बनाने से लोचशीलता भी बनी रहती है.

२-अपनी दिनचर्या को इतना टाइट नहीं बनाये कि वह जरा से व्यवधानों से ध्वस्त हो जाय. सर्वश्रेष्ठ योजना वही है, जिसे तात्कालिक व्यवधानों और आपात स्थितियों के आने पर भी व्यावहारिक रूप से लागू करना संभव हो सके. योजना लोचपूर्ण होनी आवश्यक है.

३- हम प्रत्येक चीज को याद नहीं रख सकते. भूलने की स्थिति में हमारा कार्य प्रबंधन क्रियान्वित नहीं हो पाता. सूची बनाकर कार्य करने से कार्य को भूलने की संभावना खत्म हो जाती है.

आप जो चाहते हैं, उसे प्राप्त करने के लिए आपको हर समय कर्मरत रहना है. अतः आप जो करना चाहते हैं? जिस क्रम और योजनानुसार करना चाहते हैं. इसे याद रखना आवश्यक है. लिखने पर याद करने का तनाव नहीं रहता और लिखा हुआ याद किए हुए की अपेक्षा स्थाई भी रहता है.

४-योजना हवा में न रहे, इसलिए उसे कागज पर उतारें. कार्यों की सूची कागज पर लिख लें और कार्य पूर्ण करते हुए निशान लगाते जाएं. योजना यह मानकर बनायें कि आप अनंत काल तक जीने वाले हैं किंतु उसका क्रियान्वयन यह मानकर करें कि मृत्यु सम्मुख खड़ी है. आज का काम आज ही और अभी संपन्न करें. कल पर न टाले.

५-कार्यों की सूची बना लेना ही पर्याप्त नहीं है. कार्यों को उनके महत्त्व के आधार पर क्रम प्रदान कर अपनी प्राथमिकताओं का निर्धारण करना भी प्रभावी कार्य प्रबंधन के लिए आवश्यक होता है. प्राथमिकता तय होने पर हमें कार्य करने के क्रम की चिंता नहीं रहती.

६-सूचीबद्ध कार्यों के लिए समय निर्धारित करें. स्मरण रखें किसी कार्य के लिए उतना ही समय निर्धारित करें, जितना उसके लिए आवश्यक है.

७-अपनी कार्य सूची पर नजर रखें, किये जा चुके कार्यों को हटाकर, उसमें नवीन कार्यों को जोड़कर सूची का नवीनीकरण करते रहें.

८-समय-समय पर कार्यों का पुनरावलोकन भी करते जायं. इससे कार्य योजना में सुधार के अवसर मिलते हैं, वरन् जैसे-जैसे आपके कार्य पूरे होते जाते हैं, उनकी सफलता आपको कठिन काम करने के लिए प्रेरणा और ऊर्जा भी देती है.

९- एक ही कार्य को लम्बे समय तक करते रहने से नीरसता आती है. नीरसता के कारण उत्पादकता में कमी आती है. अतः आवश्यक है कि समय-समय पर विराम लेकर लघु विश्राम लें. कार्य में उत्साह, लगन और उच्च मनोबल बनाये रखने के लिए विराम और कार्य की प्रकृति में परिवर्तन आवश्यक है.

१०- समय का सही उपयोग करने के लिए हमारा स्वस्थ और उत्साहित रहना भी आवश्यक है. शरीर के लिए आवश्यक नींद भी लें. ध्यान रखें अधिक कार्य करने के चक्कर में अपने स्वास्थ्य के साथ समझौता न करें.

११-शरीर को स्वस्थ और मन को उत्साहित रखने के लिए उचित व्यायाम भी आवश्यक है. व्यायाम की प्रकृति और समयावधि व्यक्तिगत रूचि पर निर्भर करता है. किसी भी व्यक्ति के लिए नियमित टहलना, तैरना या साईकिल चलाना भी अच्छे व्यायाम कहे जा सकते हैं.

कार्य प्रबंधन की उपयोगिता: आपकी सफलता या असफलता इस पर निर्भर करती है, कि आप दिन को चलाते हैं या दिन आपको चलाता है. यह विचार जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में उपयोगी है. सफल वही होते हैं, जो अपने जीवन का सही उपयोग करते हैं. कहा जाता है कि गाय का दुधारूपन दुहने वाले के ऊपर निर्भर करता है. गाय को पूरा दुहो और समय का पूरा उपयोग करो. मेरे पिताजी अपनी आजीविका के लिए राजस्थान से गाय खरीद कर लाते थे और कुछ समय अपने पास रखकर मौके के अनुरूप बेच देते थे. वे अक्सर गर्भवती गाय लेकर आते थे और दूध देती हुई को बेच देते थे. इसी प्रक्रिया में एक बार हमारे यहाँ एक गाय ऐसी भी आयी कि अन्त तक यह मालूम नहीं चल सका कि वह कितना दूध देती है. उस गाय की एक विशेषता थी कि जब उसके बच्चे को छोड़ा जाता था, तब वह दूध भी छोड़ती थी; जैसे ही दूध दुहना प्रारंभ किया जाता था वह अपने दूध को वापस चढ़ा लेती थी. इस दौरान दूध दुहने वाले ने जितना दूध निकाल लिया, यह उसकी सफलता थी. उसके पश्चात पुनः गाय का बच्चा छोड़ा जाता था, गाय पुनः दूध छोड़ती थी और दुहने वाला पुनः अधिक से अधिक दूध निकालने का प्रयास करता था. यह प्रक्रिया तब तक जारी रहती थी, जब तब गाय दुहने वाला थक नहीं जाता था. हाँ! गाय का दूध कभी समाप्त हुआ हो, मुझे स्मरण नहीं. इसी प्रकार की स्थिति समय की है, हम जितना उपयोग कर लें, उतनी ही हमारे जीवन की सफलता है. समय की उपयोगिता का आकलन संभव नहीं है. वास्तव में समय की उपयोगिता का निर्धारण उसको प्रयोग करने वाले की क्षमता के ऊपर ही निर्भर करता है. जीवन या समय की उपयोगिता के लिए ही कार्य प्रबंधन तकनीक अपनाने की सलाह दी जाती है.

-जवाहर नवोदय विद्यालय, महेंद्रगंज, दक्षिण पश्चिम गारो पहाड़ियाँ, मेघालय-794106

गीत

काली कोयल कितनी भोली,
बड़ी मीने है इसके बोली,
लगी रहती है अपनी लगन में,
नहीं जलती है विरह अगन में,
हम सबकी लगती हम जोली,
बड़ी मीठी हैं इसकी बोली,
उड़ा करती हैं नील गगन में,

रस भरती है मस्त पवन में,
रहती अकेली ना कोई टोली,
बड़ी मीने है इसकी बोली,
शब्द बिखरे सारे चमन में,
लगाती है फेरे प्यारे वतन में,
बगुले बाग की आखें खोली,
बड़ी मीठी इसको बोली।।

गीत सुनाये नई सरगम में,
प्रेम बढ़ाये तुम में हम में,
करती है वो हंसी ठिठोली,
बड़ी मीने है इसकी बोली,
मिलती नहीं किसी मौसम में,
फीकी पड़ती बंदूक की गोली,
बड़ी मीने हैं इसको बोली।

-**रामचरण यादव**, बैतूल, म०प्र०

परिवर्तन

पहले सिर झुकता था
श्रद्धा से
अपने से बड़ों के आगे
करते थे स्पर्श चरणों का
पाकर आशीर्वाद
हर्ष से भर जाता था
मानुष मन
अब रह गई सिर्फ औपचारिकता

मात्र सिष्टता के नाते
दुआ सलाम ही रह गया
न तो हृदय
करते सम्मान
न ही पाते आर्शीवाद
चरण स्पर्श कर
अब सम्बंधों में

मात्र औपचारिकता रह गई
पता नहीं
ये औपचारिकता भी
आखिर कब तक
बची रह पाएगी।

-**सूरज तिवारी 'मलय'**, मुंगेली,छग.

वर्षा की चाहत

वर्षा अच्छी चाह रये्, करत न गौ कौ मान।
गौवन के अपमान से, रूठ जात भगवान।।
रूठ जात भगवान अगर वर्षा की चाहत।
तन्तन सेवा करे देव गौवन खौ राहत।।
गॉव-गॉव में अगर जो सुखी रैथ गौवंश।
कभऊँ, काऊ के भाग के में परै न दुख कौ अंश।।

पानी

देखौ भैया हरौ जो, देने सब खौ ध्यान।
पानी खौ ना कोउ कउॅ, हो पावै हैरान।।
हो पावै हैरान न पानी, के बिनु कोऊ।
प्यासन ना मर पावें, अपने ढोर बछेऊ।।
पशु पक्षी जलजीव मनुस सब जल से लेखौ।
अपुनइँ जैसी प्यास सबइ जीवन में देखौ।।

-**लक्ष्मी प्रसाद गुप्त 'किंकर'**,
छतरपुर, मध्य प्रदेश

गीत

धरती अम्बर करते हैं गुनगान शहीदों का।
कैसे भूले गा यह देश ऐहसान शहीदों का।
जिन्होंने अर्पण कर दी अपने देश के हेतु जवानी।
जिन्हों कारागार के तम से कभी हार न मानी।
जिन्हों ने फॉसी की रस्सी भी जुल्फ यार की जानी।
सागर भी था जिन के वास्ते घुटने-घुटने पानी।
कभी व्यर्थ नहीं जाता बलिदान शहीदों का।
कैसे भूले गा यह देश ऐहसान शहीदों का।
कितने भाई छीन ले गयी वो खूनी बैसाखी।
कितनी बहिनों के हाथों मे रही सिसकती राखी।
कितनी माताओं ने दे दी बेटों की कुर्बानी।
इस को भूल नहीं पाये गा यह सतलूज का पानी।
अपने देश की आजादी है दान शहीदों का।
कैसे भूले गा यह देश एहसान शहीदों का।
सभी बाराती दूल्हे जैसी सभी के सर पर सेहरे।
मन में आग लगी है ऐसी चमक रहे हैं चेहरे।
हथ कड़ियों के साज बज रहे रणचण्ड़ी का गाना।
लाने चले मौत की दुल्हन पहन केसरी बाना।
खून से सज कर आया हैं फलदान शहीदों का।
कैसे भूले गा यह देश एहसान शहीदों का।

-**सरदार पंछी,** खन्ना, पंजाब

तुम्ही मेरी प्रेरणा हो

तुम्ही मेरी प्रेरणा, प्रिय, तुम्ही मेरी प्रेरणा हो।
भाव की अभिव्यक्ति मेरे काव्य की प्रस्तावना।।

कविताएं/गीत/ग़ज़ल

तुम्ही मेरी प्रेरणा हो।
ग्रीहम का शैशव, शिशिर की धूप तुम हो,
कल्पना का इन्द्र धनुषी रूप तुम हो।
शब्द की स्वानिल मधुर झंनकार तुम हो,
गीत मेरे गीत का श्रृगांर तुम हो।
तुम्हारी मेरे हृदय का उल्लास मेरी वेदना हो।
तुम्ही मेरी प्रेरणा हो।
हो सके तो आज कुछ वरदान दो,
गीत को मेरे प्रगति का दान दे दो।
ड़ालकर डेरा हदृय में आज प्रियवंर,
भावनाओं को नया अभियान दे दो।
मुझे दे दो यह क्षणिक अधिकार कर लू अर्चना,
तुम्ही मेरी प्रेरणा हो।

-**रमेश 'शलभ'**, रमेश चन्द्र पाण्ड़ेय 'शलभ',
गोकर्णनाथ (खीरी), उ.प्र.

जन्मान्तर

जन्म-जन्म की रचना का है कुदरत का यह खेल,
अलग-अलग सब रूप नहीं मिलता कोई मेल।
नहीं मिलता कोई मेल अजब ईश्वर के खिलौने,
कोई कैसा कोई कैसा भॅाति-भॅाति के सलोने।
कभी किसी की पत्नी बनती कभी किसी का होता पति,
प्रकृति की माया का होता ऐसी यह जन्म-जन्म की गति।
जन्मों की नहीं कोई गिनती होता हैं। कितनी बार,
संख्या के परे असंख्य नाम धाम नही कोई शुमार।
जग की रीति अनोखी कोई किसी का पुत्र किसी की माता,
अदल-बदल कर तेरे मेरे बनते बिगड़ते हैं नाता।
युग युग की परम्परा है किसी की बहिना किसी का भाई,
दुनिया की रिवाजों में भगवान ने किसी का की पुत्री बनाई।
किसी जन्म में कभी कोई किसी का रिश्ता बन जाता,
प्रभु की नगरी में पता नही कौन क्या-क्या बन जात।
पुनः पुनः होने का जन्म के अन्तर को सारा संसार मानता,
किस घर की चौखट पर किसका जन्म है कोई नहीं जानत।
अन्तर केवल इतना हैं कि चोला का होता है परिवर्तन,
आत्मा अमर है नूतन जन्म से रूपान्तर का परिवर्धन।
परमेश्वर की लीला देखों कौन किसका पिता बन गया,
जन्मान्तर का भेद बताकर के जन-जन का मंगल कर गया।

-**श्री कृष्ण अग्रवाल** मंगल,
राजाकटरा, कोलकाता, पं.ब.

जलें दीपक नेह के

दीप एक ऐसा जलाओं, जो तम हरे व्यवहार का।
घृणा-ईर्ष्या दूर कर, उजियार दे बस प्यार का।।
सुख की मृगमरीचिका में, चैन सारा उड़ गया,
वास्तविकता भूल बैठा, पत्थरों से जुड़ गया,
बन गया मालिक भले ही, कोठी बंगला कार का।
दीप एक ऐसा-----------
आजकल सब रिश्ते-नाते, खो रहे है स्वार्थ में,
अपना हित सब साधते, ढ़ोंग है परमार्थ में,
दल बदलने की विकलता, आजकल है पार्थ में,
खो गया उल्लास मन से, उत्सवों-त्यौहार का।
दीप एक ऐसा-----------
घोर तम है हिर्दय में, भरा मानव देह के,
प्यार का होवें उजाला, जलें दीपक नेह के,
प्रेम और विश्वास हर लें, शूल सब संदेह के,
मन रहे स्वच्छ हरदम, अब यहॉ नर-नार का।
दीप एक ऐसा------------

-**डॉ० अनिल शर्मा 'अनिल'**, धामपुर, बिजनौर, उ० प्र०

सोने की चिड़िया

सोने की चिड़िया कहलाने वाला,
ऋषियों का देश बतलाने वाला,
यह भारत देश क्या से क्या हो गया,
सोना मिट्टी बनता चला गया,
और ऋषि चंबल में जाते चले गये।
संस्कृति जो संसार का मुकुट
कहलाती थी,
सौम्य, सभ्य और सिमटी सी थी,
आज कितनी छिछली, घिनौनी
बनती जा रही है।
देश की नारी, पुरुषों से लगाई
दौड़ में, अपना पूजनीय स्थान
खोती जा रही है।
जी चाहता है, मेरी बात
कोई समझे,
कि इस धरा पर सिर्फ
मानव जन्म लेता है,
हिन्दू, मुस्लिम, सिख, इसाई नहीं।

-**शबनम शर्मा,** सिरमौर, हि.प्र.

हमें हर हाल में गलत बीज बीजने बंद करने होंगे

"पांच-चार सौ की बात नहीं सुरजन मियां. बात यह है कि इसने दिलदार के दिल में बीज गलत बीज दिया है और कुछ नहीं."

ये गलत बीज ही बढ़ते हुए भ्रष्टाचार का प्रमुख कारण हैं. जब हमारे साथ बार-बार ऐसा होता है तो मन में यही खयाल आता है कि क्यों न हम भी ऐसा ही करें?

-सीताराम गुप्ता

पंजाबी भाषा के रचनाकार डॉ० श्यामसुंदर दीप्ति की एक लघुकथा बीज पढ़ रहा था. कश्मीर सिंह अपने दोस्त सुरजन सिंह के साथ अपने बेटे दिलदार का, जिसकी एक अच्छे सरकारी पद पर नियुक्ति हुई है और जो अपने कॉलेज का बैस्ट एथलीट रहा है, मेडिकल करवाने सिविल सर्जन के दफ्तर पहुंचता है. जांच के बाद डॉक्टर ने बताया कि दिलदार का ब्लड प्रैशर ज्यादा है. इस बात पर कश्मीर सिंह को गुस्सा आ जाता है. इस पर उसका दोस्त सुरजन सिंह कहता है, "चल छोड़. ये इस तरह ही करते हैं. पांच सौ रुपए मांगता होगा और क्या? मार मुंह पर." सुरजन सिंह के ये कहने पर कश्मीर सिंह कहता है, "पांच-चार सौ की बात नहीं सुरजन मियां. बात यह है कि इसने दिलदार के दिल में बीज गलत बीज दिया है और कुछ नहीं." लघुकथा में कश्मीर सिंह का कथन बहुत महत्त्वपूर्ण है. आज जिधर नजर डालिए गलत बीज बीजे जाते मिल जाएंगे.

ये गलत बीज ही ईमानदारी और नैतिकता की राह में सबसे बड़ी रुकावट हैं. ये गलत बीज ही बढ़ते हुए भ्रष्टाचार का प्रमुख कारण हैं. जब हमारे साथ बार-बार ऐसा होता है तो मन में यही खयाल आता है कि क्यों न हम भी ऐसा ही करें? अधिकांश युवक जब अपने कार्यक्षेत्र में पदार्पण करते हैं तो उनके मन में अपने कार्य करने के क्षेत्र में अच्छे से अच्छा करने का उत्साह होता है. साथ ही अनेक युवक ईमानदारी से अपने कर्त्तव्यों का पालन करने के साथ-साथ हर जगह व्याप्त भ्रष्टाचार मिटाने के संकल्प के साथ नौकरी अथवा सेवा के क्षेत्र में आते हैं लेकिन उपरोक्त गलत बीजों के बीजे जाने के कारण उनका उत्साह व संकल्प धरे के धरे रह जाते हैं. अंततोगत्वा वे भी गलत बीज बीजने के काम में लग जाते हैं.

शिक्षा का मनुष्य के जीवन में सबसे महत्त्वपूर्ण स्थान है. इसकी शुरुआत भी प्रायः गलत बीज बीजने से होती है. सरकार की तमाम कोशिशों के बावजूद अधिकांश अच्छे स्कूलों में मोटे डोनेशन के बिना दाखिला नहीं मिलता. यही कारण है कि हम अपने बच्चों को एक अच्छा इंसान बनने की बजाय एक बड़ा आदमी बनाने को विवश हैं. और बड़ा आदमी बनाने के लिए चाहे जो करना पड़े. चाहे जैसे बीज बीजने पड़ें. लेकिन ये वास्तविकता है कि हर बच्चे को पता होता है कि उसके दाखिले के लिए कितनी रिश्वत दी गई. स्कूलों में किस तरह से अभिभावकों और शिक्षकों से चीटिंग की जाती है. शिक्षक भी ईमानदारी से पढ़ाना चाहते हैं लेकिन जब उनसे चालीस हजार पर दस्तखत करवाकर मात्र बारह-पंद्रह हजार रुपए उनकी हथेली पर रख दिए जाते हैं तो इसका किसी पर भी अच्छा प्रभाव नहीं पड़ेगा.

डॉक्टरी जैसे सम्मानित पेशे का व्यक्ति भी जब रिश्वत लेने को विवश हो तो ये एक गंभीर बात है लेकिन इसके मूल में गलत बीज बीजे जाने का ही असर है. बेशक डॉक्टरी की पढ़ाई बहुत अधिक श्रमसाध्य व व्ययसाध्य है और निजी मेडिकल कॉलेजों में प्रायः मोटा डोनेशन देने पर ही प्रवेश मिलता है लेकिन इसका ये अर्थ तो नहीं कि एक डॉक्टर गलत तरीकों से अपने मरीजों से पैसे ऐंठे. सरकारी अस्पतालों में आज भी अनेक ऐसे डॉक्टर हैं जो निस्स्वार्थ भाव से मरीजों का उपचार करते हैं. कई प्राइवेट डॉक्टर भी बहुत कम या नाममात्र की फीस लेकर रोगियों का उपचार करते हैं, तो ऐसे डॉक्टर बाकी डॉक्टरों के रोल मॉडल क्यों नहीं बनते? एक डॉक्टर द्वारा ईमानदारी से काम करने पर भी उचित आय और संतुष्टि मिलना मुश्किल नहीं.

आज जहां नजर डालिए गलत बीज ही बीजे जाते दिखलाई पड़ेंगे, तो क्या इस कारण से बाकी लोगों को अनैतिक होने अथवा भ्रष्ट आचरण करने की छूट दे दी जाए? कदापि नहीं. माना कि हमारे मार्ग में कुछ लोगों ने गलत बीज बीज दिए लेकिन जिन लोगों ने हमारे मार्ग में सही बीज बीजे हमें वे क्यों नहीं दिखलाई पड़ते? हम उनकी तरह

सिर्फ अच्छे बीज क्यों नहीं बीजते? आचार्य हजारी प्रसाद द्विवेदी अपने एक निबंध 'क्या निराश हुआ जाए?' में एक स्थान पर लिखते हैं, ''एक बार रेलवे स्टेशन पर टिकट लेते हुए ग़लती से दस के बजाय सौ रुपये का नोट दे दिया और मैं जल्दी-जल्दी गाड़ी में आकर बैठ गया. थोड़ी देर में टिकट बाबू उन दिनों के सेकंड क्लास में डिब्बे में हर आदमी का चेहरा पहचानता हुआ उपस्थित हुआ. उसने मुझे पहचान लिया और बड़ी विनम्रता के साथ मेरे हाथ में नब्बे रुपये रख दिए और बोला, ''यह बहुत बड़ी ग़लती हो गई थी. आपने भी नहीं देखा, मैंने भी नहीं देखा.'' उसके चेहरे पर विचित्र संतोष की गरिमा थी. मैं चकित रह गया.''

उपरोक्त घटना से कई चीज़ें स्पष्ट होती हैं जैसे हर दौर में अच्छे, ईमानदार और विनम्र व्यक्ति मौजूद होते हैं तथा जीवन में जब भी हम अच्छाई, ईमानदारी और विनम्रता आदि उदात्त गुणों का निर्वाह करते हैं तो इससे न केवल हमारे चेहरे पर संतुष्टि का भाव झलकने लगता है अपितु हमारे व्यक्तित्व में भी इसकी गरिमा दिखलाई पड़ने लगती है. अपने बीते हुए दिनों और घटनाओं पर थोड़ा दृष्टिपात कीजिए. आपने भी अपने जीवन में अवश्य ही अनेकानेक बार ऐसी ही अच्छाई, ईमानदारी, कर्त्तव्यपालन और विनम्रता आदि गुणों का परिचय दिया होगा. उस समय आपकी मनोदशा कैसी थी और उस मनोदशा का आपके स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ा था ज़रा याद करने की कोशिश कीजिए. जब भी हम ईमानदारी से अपने कर्त्तव्य का पालन करते हैं, किसी की मदद करते हैं अथवा अन्य कोई अच्छा कार्य करते हैं तो इससे न केवल हमारे चेहरे पर संतुष्टि का भाव झलकने लगता है और हमारा व्यक्तित्व गरिमापूर्ण दिखलाई पड़ने लगता है अपितु हमारे स्वास्थ्य में भी सकारात्मक परिवर्तन हो जाता है.

ईमानदारी मनुष्य का एक सर्वोत्तम गुण है. ईमानदारी का मनुष्य के व्यक्तित्व पर न केवल सकारात्मक प्रभाव पड़ता है अपितु ईमानदार मनुष्य का स्वास्थ्य भी बेईमान लोगों के मुक़ाबले में बहुत अच्छा पाया जाता है. जो व्यक्ति अपने कर्त्तव्य का पालन करता है, किसी की सहायता करता है अथवा निस्स्वार्थ सेवा करता है उसे अत्यंत संतुष्टि और आनंद की प्राप्ति होती है. ईमानदारी की अवस्था में भी अत्यंत संतुष्टि और आनंद की प्राप्ति होती है। संतुष्टि और आनंद की अवस्था में व्यक्ति तनावमुक्त होकर स्वस्थ हो जाता है. अतः ईमानदारी की अवस्था मनुष्य के अच्छे स्वास्थ्य के लिए अत्यंत उपयोगी होती है. बेईमान व्यक्ति के चेहरे से जहाँ हमेशा धूर्तता टपकती रहती है वहीं ईमानदार व्यक्ति का चेहरा सदैव आत्मविश्वास की गरिमा से दमकता रहता है व प्रभावशाली व्यक्तित्व के कारण सबके आकर्षण का केंद्र बन जाता है.

यह वास्तविकता है कि आज बहुत से लोग केवल उन क्षेत्रों में ही नौकरी करना चाहते हैं जहां ऊपर की कमाई भी हो और मोटी कमाई हो लेकिन मनुष्य और समाज के संतुलित विकास के लिए भ्रष्टाचार के इस दुष्चक्र को तोड़ना अनिवार्य है. इसका एक ही उपाय है और वो ये है कि हमारे मार्ग में जो गलत बीज बीजे गए हम उनको भूलकर केवल सही बीजे गए बीजों को याद रखें और केवल उनका अनुकरण करें.

-ए.डी.-106-सी, पीतमपुरा,
दिल्ली-110034

कहानी

सीमा की सीमा

-श्रीमती पूनम रानी शर्मा,
कैथल, हरियाणा

अंतिम भाग

माउण्ट एवरेस्टी सीमा गोस्वामी का जन्म एक गरीब परिवार में हुआ था. स्कूल टाईम से ही खेलों में भाग लेना शुरू कर दिया था. 2009 में सीमा एनसीसी के कैंप में उत्तराखंड गई वही से उसके जीवन में एक नया मोड़ आ गया.

आगे

कहीं से सहायता तो कहीं से टोंट भी मिली कि अब क्या जायेगी पहले भी दो बार रह चुकी. बहुत से लोगों ने डीमोटिवेट किया. लेकिन उन लोगों के शब्दों को भी सीमा ने मोटिवेट के रूप में लिया. किसी ने मदद की और किसी ने नहीं. सरकार से 7 लाख की मदद मिली. पैसे फिर भी कम पड़े तो 12 लाख रुपये ब्याज पर उठाये. ऐसे सीमा अपने सपने को पूरा करने के लिए 1 अप्रैल 2015 को नेपाल काठमांडू पहुँची और 8 अप्रैल 2015 को चढ़ाई शुरू की. 13 अप्रैल को बेस कैंप पहुंची. अपने ऊपर चढ़ने की तैयारी शुरु कर दी और सभी डेली प्रेक्टिस करने लगे. 25 अप्रैल पूर्वान्ह 11.55 बहुत की भयानक दिन व समय था जब भूकम्प आया. सीमा ने ही बताया कि हम सबको मालूम ही नहीं था कि ये क्या हुआ. सब तहस-नहस हो गया. वे सब बर्फ के तूफान में दब गये थे. जब बर्फ का तूफान बन्द हुआ तब सीमा व उसके साथी बाहर निकले. सब हैरान रह गये क्योंकि कुछ भी नहीं था. भूकंप के कारण पहाड़ो की सारी बर्फ टूट कर, जो एब्बलांच आया था उसकी 100मीटर की ऊंचाई थी उसकी. उसने सब खत्म कर दिया था. बहुत से एवरेस्ट की चढ़ाई करने आए खिलाड़ी खत्म हो गए. 68 के लगभग खिलाड़ी इस दुनिया को छोड़ गये थे और बहुत सारे घायल हो गये थे. तूफान ने लोगों को व टेन्ट को 1 किमी की दूरी तक फेंक दिया था. सीमा मदद के लिए दौड़ी लेकिन किसी की बाजू हाथ में आए तो किसी की टाँग. बहुत भयानक मौत से मरते खिलाड़ियों को सीमा ने देखा.

भगवान ने यहाँ भी सीमा का साथ दिया और वो बच गई. बचे हुए खिलाड़ियों को एवरेस्ट पर चढ़ने दिया

जाएगा इस आशा में वे 2 दिन तक बेस कैंप में इन्तजार करते रहे लेकिन नेपाल सरकार ने मना कर दिया और कहा कि ऊपर बहुत खतरा है, अबकी बार कोई भी एवरेस्ट पर नहीं जायेगा. इसके बाद वापसी में भी छोटे-छोटे भूकंप के झटके आते रहे. सभी वापस आ रहे थे पर सीमा तो बहुत सोच रही थी. उसका एक-एक कदम ये सोचने पर उसे मजबूर कर रहा था कि इतनी बड़ी रकम कितनी मुश्किल से मिली थी, पर अब पैसे कहाँ से आयेंगे पहले ही इतना कर्जा हो गया है. कभी मन कहता भूकंप ने 5 मिनट में सब तबाह कर दिया. भगवान अगर ये चाहता कि मैं अपना सपना पूरा न करूं तो मैं भी तो मर सकती थी ऐसे ही दबकर. दबने के बाद भी मैं शायद अपना सपना पूरा करने के लिए बची हूँ. इस तरह दूसरी बार भी सीमा जाने से रह गई.

उधर घर व गांव वालों को तो ये था सीमा वापिस आ जाए. सीमा तो बस यही सोच रही थी कि आगे तैयारी कैसे करूं. सीमा को भारतीय दूतावास से चण्डीगढ़ लाया गया. चंडीगढ़ से घरवाले जब उसे घर लाए तो सीमा की माँ उसे लगाकर रोने लगी. माँ ने कहा-मैंने कहा था न पहाड़ों में नहीं जाना. अब फिर तेरी जान चली जाती तो. अब मेरे सर पर हाथ रख के बोल कभी नहीं जाएगी.

भूल जा सपना. माँ का दिल रखने के लिए सीमा ने बोल दिया नहीं जाऊंगी. पर सीमा का तो सपना ही यही था. अब सीमा ने साफ कह दिया कि माँ आप सबको मेरा साथ देना होगा. शायद मैं अपने सपने के लिए ही जिंदा हूं. फिर सीमा के माता-पिता मान गए कि इसका मन है तो हमें नहीं रोकना चाहिए.

सीमा ने हौसले से 2016 का टारगेट लिया. ये साल तो और भी चुनौती भरा साल था जिसमें फिर पैसों की जरूरत थी. अब देता भी कौन? फिर से सीमा ने नये सिरे से मेहनत शुरु की. सबने कहा कि ये लड़की पागल हो गई है. कितनी बार मरने से बचेगी, फिर से मरने जा रही है. अगर वहां जा सकती तो शुरू में चली जाती, शायद भगवान की भी यही इच्छा है. माँ-बाप पर बहुत कर्ज़ा चढ़ा रही है. ऐसे ऐसे बहुत सारे टोंट ने सीमा को सोचने पर मजबूर कर दिया कि वह सचमुच अपने मां-बाप को बहुत परेशान कर रही है. लोग बोलते ही ऐसा थे कि इन्सान अंदर तक टूट जाए.

अब सीमा ने ठान लिया कि वह खुद सारा कर्जा कर्जा उतार देगी. सीमा ने अपना लाइफ इंसोरेन्स करवाया ताकि अगर उसे कुछ हो गया तो कम से कम बीमे से मिलने वाले पैसों से कर्ज उतर जाएगा, अगर सलामत रही तो खुद उतार देगी.

अबकी बार सरकार से कोई सहायता नहीं मिली. गाँव के सरपंच सहित बहुत सामाजिक लोगों ने 5 लाख की मदद की. बाकि के बचे हुए एक सेठ ने मदद की. नेपाल आरटीजीएस करवाए. सबने सीमा को जाने के लिए तैयारी करने को कहा. सीमा ने फिजिकल एक्टीवीटी शुरु कर दी और आखिर सीमा 7 अप्रैल 2016 को दादा खेड़ा की पूजा कर मंजिल की ओर बढ़ी. 13 अप्रैल को लुकुला पहुंचे व चढ़ाई शुरु की. 18 अप्रैल को बेस कैम्प पहुंची व तैयारी की. कैंप 1 से 2 में गई. फिर कैंप 3 को टच किया और वापिस बेस कैंप आये. ऐसे ही तैयारी करते हुए आखिर वो दिन भी आ ही गया फाईनल चढ़ाई का दिन. फिर वीदर रिर्पोट्स लेकर के 17 मई 2016 को फाइनल चढ़ाई शुरू की व कैम्प 2 पहुंची. 18 को कैंप 3 व 19 को कैंप 4 में पहुंच गयी. 19 की शाम को 6 बजे एवरेस्ट की चढ़ाई शुरु की, सारी रात चलती रही फिर 20 मई 2016 को सुबह 7 बजकर 53 मिनट पर सीमा ने ऐवरेस्ट पर तिंरगा लहरा दिया. अब तो सीमा की खुशी का ठिकाना नहीं था. उसे क्या मिल गया वो बता नहीं सकती, थकान शब्द कम पड़ गया तिंरगा लहराते हुए. अब तो उन तक आवाज पहुंचाने का मन था जो ताने मारते थे कि चढ़ नहीं पाएगी, लड़की पर पैसे खराब किए, लड़के पर करते. वह उन लोगों तक भी अपनी आवाज पहुंचाना चाहती थी जिन्होंने उसके सपने को अपना मानकर कदम से कदम मिलाकर पूरा करवाया. वहीं आवाज मां-बाप तक पहुंचे जिन्होंने उसके सपने को अपना मानकर कदम से कदम मिलाकर पूरा करवाया. वहीं आवाज मां-बाप तक पहुंचे जिन्होंने गरीब होते हुए भी बेटी के सपने को साकार करवाया, जिन्होंने जन्म दिया. खुशी बेहद थी.

जब सीमा ऊपर से नीचे वापिस आ रही थी तो आते वक्त तबियत खराब हो गई. कैंप 4 में दम घुटने लगा, फिवर हो गया. पैरों में फ्रोसबाईट हो गया. अब वो अपने पावों को फील नहीं कर पा रही थी. शेखा भी भाग गया था. होसला तो बहुत है सीमा में तो कैंप 4 से नीचे आने लगी. पर अब शरीर ने जबाब दे दिया था. वह कैंप 4 और 3 के बीच बैठ गयी. सारी रात बिना टेंट व बिना पानी के माइनेंस टेम्परेचर में रही. वहाँ सर्वाइव किया तो देखा कि ऑक्सीजन सिलेंडर भी खत्म होने को है सिर्फ 2 घंटे ही वह जिंदा रह सकती थी.

धाकड़ सीमा आराम से इस कारण बैठी रही कि लाइफ इंशोरेन्स है कर्जा उतर जाएगा. सपना तो पूरा हो ही लिया. अचानक सीमा को 100 मीटर की दूरी पर एक बैंग लटका हुआ दिखाई दिया. ऐसी हालत में भी हिम्मत करके वो धीरे-धीरे उस बैग के पास पहुंची जब उसे खोला व देखा तो ऑक्सीजन सिलेन्डर था. सीमा ने वो सिलेन्डर अपने रेगुलेटर से लगाया और सोचा अभी सुबह तक तो ठीक है कोई बात नहीं. जाको राखे साइयां, मार सके न कोय. मौत तो 2 घंटे में होनी ही थी पर ऑक्सीजन सैलेण्डर देख फिर से जीवन मिल गया.

अगले दिन दोपहर को क्लेम्बर आये. इंडियन आर्मी वाले ऊपर को जा रहे थे. उनकी नजर सीमा पर पड़ी. अपने वॉकी-टॉकी फोन से नीचे कैंप में फोन किया. फिर रेस्क्यू टीम शाम को 7 बजे आयी व सीमा को नीचे ले गई. जब सीमा हेलीकाप्टर से काठमांडू नोर्विक हास्पिटल पहुंची तो ही पता चला कि वो जीवित है, नहीं तो नीचे से ये खबर पहुंची थी कि सीमा मर गई, जिस माइनस टेम्परेचर पर वो थी वहां से बचना मुश्किल था.

(सीमा की बीमारी व हेलिकॉप्टर का खर्च सरकार ने दिया. पैरों में सूजन थी 10 दिन अस्पताल में रही.)

हवन का महत्व

-डॉ.आई.ए.मंसूरी शास्त्री

हमारे धर्म शास्त्रों में हवन के महत्व को बताया गया है। हमारे ऋषि मुनि प्राचीन काल में नियमित हवन किया करते थे। प्राचीन काल में जिन्हें ऋषि कहा गया वास्तव में वे वैज्ञानिक थे जिन्हें आज रिसर्चर कहा जाता है। वेद पुराणों सहित अन्य ग्रंथों में हवन प्रक्रिया और उसमें उपयोग होने वाली सामग्री के बारे में विस्तृत रूप से बताया गया है। हवन में पडने वाली सामग्रियों का अपना-अपना कार्य है जो किसी न किसी रोग का नाश करती हैं। प्रायः ऋषि मुनि घने जंगलों में और आवादी से दूर रहा करते थे। उसका कारण था उनके चिन्तन मनन और शोध में किसी प्रकार का व्यवधान पैदा न हो। आज के वैज्ञानिक जिन चीजों का खोज कर रहे हैं उसकी खोज हमारे ऋषियों ने बहुत पहले ही कर लिया था यद्यपि उस समय आधुनिक उपकरण व सुविधाएं भी उपलब्ध नहीं थीं। उदाहरण के तौर पर सूर्य, चांद सहित नौ ग्रंहों की खोज, पृथ्वी से उनकी दूरी, उनका स्वरूप, 12 राशियों का आकार और उनका मानव जीवन पर पड़ने वाला प्रभाव, पृथ्वी से इन ग्रंहों की दूरी आदि, जो आज वैज्ञानिक कसौटी पर भी खरा उतरता है। महर्षि विश्वामित्र ने तो दूसरी सृष्टि की रचना भी शुरू कर दी थी। हमारे ऋषियों ने वैज्ञानिक गूढ रहस्यों को धर्म से इस लिए जोड़ दिया क्योंकि धर्म के नाम पर लोग भीरू होते हैं और रूढ़ीवादी होने के कारण उसे मानेंगे जिससे मानव कल्याण का रास्ता प्रशस्त होगा, जैसे कद्दू को स्त्रियों द्वारा न फोड़ना या न काटना। पीपल के पेड़ लगाना और उसे नित्य जल देना आदि इसके अन्तर्गत आता है, जिनमें धार्मिक नहीं वैज्ञानिक कारण छिपे हुए है।

फ्रांस के ट्रेले नामक वैज्ञानिक ने हवन पर रिसर्च की जिसमें उन्हें पता चला कि हवन मुख्यतः आम की लकड़ी पर किया जाता है। जब आम की लकड़ी जलती है तो फॉर्मिक एल्डिहाइड नामक गैस उत्पन्न होती है जो कि

खतरनाक बैक्टीरिया और जीवाणुओं को मारती है। तथा वातावरण को शुद्ध करती है। इस रिसर्च के बाद ही वैज्ञानिकों को इस गैस और इसे बनाने का पता चला। गुड को जलाने पर भी यह गैस उत्पन्न होती है। टोटीक नामक वैज्ञानिक ने हवन पर की गयी अपनी रिसर्च में ये पाया कि यदि आधे घंटे हवन में बैठा जाये अथवा हवन के धुएं से शरीर का सम्पर्क हो तो टाइफाइड जैसे खतरनाक रोग से फैलने वाले जीवाणु भी मर जाते हैं और शरीर शुद्ध हो जाता है।

हवन के महत्व को देखते हुए राष्ट्रीय वनस्पति अनुसंधान संस्थान लखनऊ के वैज्ञानिकों ने भी इस पर एक रिसर्च की। क्या वाकई हवन से वातावरण शुद्ध होता है और जीवाणु नाश होते हैं अथवा नहीं? उन्होंने ग्रंथों में वर्णित हवन सामग्री जुटाई और जलाने पर पाया कि ये विषाणु नाश करती है। फिर उन्होंने विभिन्न प्रकार के धुएं पर भी काम किया और देखा कि सिर्फ आम की लकड़ी 1 किलो जलाने से हवा में मौजूद विषाणु बहुत कम नहीं हुए, पर जैसे ही उसके ऊपर आधा किलो हवन सामग्री डालकर जलाई गई तो एक घंटे के भीतर ही कक्ष में मौजूद बैक्टीरिया का स्तर 94 प्रतिशत कम हो गया।

यहीं नहीं उन्होंने आगे भी कक्ष की हवा में मौजूद जीवाणुओं का परीक्षण किया और पाया कि कक्ष के दरवाजे खोले जाने और सारा धुआं निकल जाने के 24 घन्टे बाद भी जीवाणुओं का स्तर सामान्य से 96 प्रतिशत कम था। बार-बार परीक्षण करने पर ज्ञात हुआ कि इस एक बार के धुएं का असर एक माह तक रहा और उस कक्ष की वायु में विषाणु स्तर 30 दिन बाद भी सामान्य से बहुत कम था।

यह रिपोर्ट एथ्नोफार्मा कोलोजी के शोध पत्र (Resarch journal of Ethnopharmcology 2007) में भी दिसम्बर 2007 में छप चुकी है। इस रिपोर्ट में लिखा गया है कि हवन के द्वारा ना सिर्फ मनुष्य बल्कि वनस्पतियों एवं फसलों को नुकसान पहुंचाने वाले बैक्टीरिया का भी नाश होता है, जिससे फसलों में रासायनिक खाद का प्रयोग कम हो सकता है।

(लेखक लखीमपुर-खीरी से प्रकाशित 'भाग्य दर्पण' मासिक के संपादक हैं)
मो.9450446301

मानव धर्म

उम्र के पचासवें बसंत के बाद यदि जीवन किसी भी दुर्घटना से सुरक्षित बचा रहे तो समझ लेना चाहिए कि अब जिन्दगी की शाम ढलने को है. न जाने कब रात्रि का अंधकार बढ़े और कौन जाने! हम कब चिर निद्रा में सो जाये. किसे पता होता है भला?

शायद इसलिये शीला स्वयं समय के साथ ढलने को तैयार थी. उसने महसूस किया था 'कैसे उसकी वजह से घर में क्लेश उत्पन्न रहता है. उसने देखा था-कैसे बेटे को उसके लिये जो दो रोटी वह खाती है.. कमाना पड़ता है. वह सुनती भी थी..की किस तरह बहू को जो बेटे के कमाये पैसों से अपने हाथों रोटी सेंक कर उसे देती है.

और उसके खाये हुए बर्तन उठाने आती है तब भी....दे ही जाती है. अपने कर्कश शब्दों से उसके जल्द मरने की दुआ.

सच ही तो है! जब हमारे बड़े-बुजूर्ग थे, तो हमें उनकी हर प्रकार से सेवा करने में खुशी..न ..न नहीं. पहले वे खुश होते थे हमारी सेवा से..! फिर उनको खुश देख कर होती थी हमें खुशी, तब कैसा कलह और कैसी क्लेश.

परन्तु अब...अब तो खीझ होती है और हो भी क्यों नहीं...उनका भी कोई अरमान, उनके अपने भी शान-शौक है की नहीं...सच कहती है बहूऐं? इन बूढ़ों की तीमारदारी में ही गुजार दें क्या अपने जवानी के दिन.? और फिर...दिन में बैठने और रात में सोने के लिए भी तो जगह घेर लेती हैं हम. अरे हाँ...जगह तो सचमुच घेरती आईं ही है क्लेश झूठी तो नहीं है.

पहले वह पति के साथ अपने कमरे में रहती थीं, फिर बेटे के ब्याह के बाद मेहमानों वाला कमरा घेर लिया अब आँगन घेरे बैठी हैं. क्या मतलब! किसी दिन उठा कर फेंक दिया कबाड़खाने में तो...अब हम कबाड़ ही तो है सो कबाड़ में (वृद्धाश्रम) ही जाना पड़ेगा. तब...कितनी ढेस लगेगी. अपने ही घर पर अपनों के हाथों ऐसे अपमान से!

मना कि किसी-किसी को बसा-बसाया, बना-बनाया सब कुछ मिल जाता है अपने पूर्वजों से. परन्तु शीला..उसे तो खुद बनाना-बसाना पड़ा था..अपनी इच्छाओं को मार कर छोटी-बड़ी हर खुशी का गला घोट कर और तो और अपने हिस्से का निवाला. सब

बचा कर केवल पति की सहभागिता से.. तो... फिर कैसे सहन कर पायेगी की उसी को उसी के आशियाने से कोई बाहर निकाले?

''....नहीं-नहीं ऐसा नहीं होगा. वह आज भी वही करेगी, जो समय रहते सदा से करती आई है. करेगी वह सेवा..जैसे सदैव करती आई है.. उनकी जो असमर्थ है, लाचार हैं बेबस हैं. बाँटेगी खुशियाँ...जैसे हमेशा बाँटती रही है उन लोगों में जिनकी आँखों में गम के आँसुओं ने अपना घर बना रखा है. उसने सदैव अपना हर धर्म ईमानदारी से निभाया है. बेटी-बहन का धर्म, पत्नि और माँ बन कर भी पूर्ण कर्त्तव्य निष्ठ रही...हाँ...सिर्फ सास का नहीं निभा पाई, क्योंकि वह तो घर में बेटी लेकर आई थी, बहू नहीं सो माँ से आगे..लेकिन पता नहीं. कब-कैसे बेटी बहू बन गई...

खैर! धर्म तो उसका अब भी शेष है जो उसे अंत.. इस जीवन के अंत तक निभाना है.

डसने निश्चय किया, 'वह निभायेगी.' हाँ शीला निभायेगी अपने मनुष्य होने का जो स्वार्थ, मोह-माया तथा बंधन मुक्त है वो धर्म...मानव धर्म.

-श्रीमती संतोष शर्मा 'शान'
ॐ शक्ति कुंज, ग्राम-सूरनपुर, पोस्ट-मैंडू,
जिला-हाथरस, उ.प्र. 202001,
8650803221

अनपढ़ बेटी का संघर्ष

प्रकाश चार साल का था जब माया का जन्म हुआ. उसी दिन उसके पति का एक्सीडेंट से देहांत हो गया. दर्शना ने प्रकाश की तो अच्छी परवरिश की लेकिन गरीबी के कारण माया को नही पढ़ा सकी. माया को काम पर साथ लेकर जाती. बेटी कब काम सीख गई, समय का पता भी नही चला और वो पंद्रह साल की हो गयी.

दर्शना की बीमारी के कारण सभी कामों का बोझ माया पर आ गया. उसने बखूबी अपनी जिम्मेवारी निभाई. माया पर उस दिन ग्रहण लग गया जब गाँव के मुखिया के लड़के महेश ने उसका बलात्कार किया. माया रोती हुई घर आई और माँ को कानून की सहायता लेने को कहा. दर्शना ने बदनामी के डर से मना कर दिया. उसी रात माया घर से भाग गई. अनपढ़ होने के बावजूद उसने पुलिस को सब बताया. आरोपी महेश को कानूनन माया को अपनाना पड़ा.

दर्शना को सब पता चला तो उसने पंचायत में कह दिया, 'उसका माया से कोई रिश्ता नहीं.' इससे ससुराल वालों की हिम्मत बढ़ गई. वे माया को नौकरानी की तरह रखने लगे. महेश की शराब व बेरोजगारी के कारण उन्हें घर से निकाल दिया गया. माया मजदूरी करके अपना खर्च चलाने लगी. तीन साल में उसकी एक बेटी हुई. माया खुशी को पढ़ाना चाहती थी उसने मजदूरी का समय बढ़ा दिया, माया की हिम्मत से महेश प्रभावित हुआ और उसने खुशी का ख्याल व घर के कुछ काम करने शुरू कर दिये.

इधर दर्शना ने प्रकाश की नौकरी के बाद उसकी शादी कर दी लेकिन उनके व्यवहार के कारण दर्शना वृद्धाश्रम जाना चाहती थी पर पहले माया के पास गई.

वहाँ उसे अपने दामाद के साथ खुश देख कर मन में खुशी हुई. माया भी माँ से लिपट गयी.

माँ से सब जानकर माया ने कहा, 'माँ मेरे साथ रहो.'

दर्शना को अपनी बेटी पर गर्व हुआ.

-**श्रीमती पूनम शर्मा**, कैथल, हरियाणा

घर आना!

आँखों के आंसू बहकर गालों पर सूख चुके थे, बस की खिड़की से हौले हौले आती हवा के झोकों ने झपकी लेने पर मजबूर कर दिया. अचानक से मोनी को अर्जुन दा की तबियत खराब होने की सूचना मिली! मोनी से रहा न गया! मन में अंजाना डर बिठाये पति रोहित और बेटे आदि को साथ ले पिता से मिलने अस्पताल जा पहुंची!

दूर से ही पिता को देख रही थी मोनी! पास जाने की हिम्मत नहीं पड़ रही थी! उसे पता था कि अपने पसंद की शादी करने से पापा अब तक नाराज होंगे! फोन पर दो वर्ष पूर्व बात करते हुए उसके पापा ने यह कहते हुए फोन काटा था की आज के बाद इस घर के दरवाजे तेरे लिए हमेशा के लिए बंद! मोनी की माँ बचपन में ही गुजर गयी थी! उसका पालन पोषण सब उसके पापा ने किया था! तभी तीमारदार के रूप में वहां उपस्थित उनके भाई की नजर मोनी पर पड़ी! उन्होंने धीरे से बेड पर मशीनों से घिरे मोनी के पापा से कहा-'दादा! मोनी आई है!'

अर्जुन दा ने चौंकते हुए पुछा, 'मोनी! मोनी आई है? कहाँ है मोनी? मोनी?' मोनी के नाम भर से चेहरे की चमक एकदम से बढ़ गयी! अपना नाम पिता के मुख से सुनते ही मोनी पिता के पास दौड़ी गयी!

फिर क्या था, आंसुओं के सैलाब में पिता और पुत्री खूब नहाए! आंसू जब थमे तो अर्जुन दा ने मोनी से पूछा- 'अकेले आई है, मोनी?'

मोनी ने इशारे से पति और बेटे को पास बुलाया! नन्हें आदि को देख कर अर्जुन दा निहाल हुए जा रहे थे! दिन भर रहने के बाद अगले दिन फिर आने का वादा कर के मोनी वापिस जाने लगी!

तभी अर्जुन दा ने तीनो को वापिस बुलाया, जैसे कुछ जरूरी काम रह गया हो! रोहित और मोनी का हाथ अपने हाथ में ले कर जैसे अर्जुन दा ने

इस रिश्ते को स्वीकृति प्रदान की! और फिर आश्वस्त होते हुए बोले-'घर आना!'

मोनी के मन में ढेर सारे भाव उद्वेलित हो रहे थे! अस्पताल के गेट तक पहुची ही थी कि उन्ही तीमारदार का फोन था!

'बेटा, पापा नहीं रहे!'

-पुष्पा श्रीवास्तव 'शैली', बी/613, इन्दिरा नगर आवास विकास कॉलोनी, रायबरेली- 229001, उ.प्र. मो0: 9899490042

विश्वास की जीत

नीतू अपने माता-पिता का इकलौता बेटा था. वह एक अच्छे विद्यालय में पढ़ रहा था. पढ़ने और खेलकूद दोनों में अव्वल था. हर खेल-कूद प्रतियोगिता में वह प्रथम आता था. उसका विश्वास था कि एक दिन वह अन्तर्राष्ट्रीय धावक के नाम से विख्यात होगा. नीतू के माता-पिता का भी यही स्वपन्न था. वे अपने बेटे को प्रसिद्ध धावक के रूप में देखना चाहते थे. विद्यालय के सभी अध यापक और छात्र उसके गुण और अनुशासन से प्रभावित थे.

एक दिन नीतू जब सोकर उठा तब अचानक उसका पैर सुन्न हो गया. वह बिस्तर से उठकर खड़ा नहीं हो सका. वह जोर-जोर से रोने लगा. उसने चलने की कोशिश की परन्तु बेकार.

उसकी यह हालत देखकर नीतू के माँ बाप बहुत दुःखी हुए. तुरंत वे डाक्टर के पास गये. डाक्टर ने जाँच की, एक्सरे लिया और दवाईयां दी, परन्तु कोई प्रयोजन नहीं हुआ. कई बड़े-बड़े अस्पताल में नीतू के पैरों की जाँच की गई. महीनों बीत गए, परन्तु नीतू चलने में असमर्थ था. वह प्रसिद्ध नामी धावक बनना चाहता था, परन्तु उसका लक्ष्य टूटकर चूर-चूर हो गया.

इतना होने पर भी नीतू को अपने विश्वास पर भरोसा था. एक वर्ष बीत गए. परन्तु कोई लाभ नहीं हुआ. निराश होकर उसने घर में ही पढ़ाई जारी रखी. वह पढ़ने में अव्वल था. केवल वह पढ़ने में व्यस्त रहता पर किसी से भी बातें नहीं करता था. हमेशा अपने पैरों को देखकर कहता कि, 'मुझे प्रसिद्ध धावक बनना है. तू मरे विश्वास को धोखा नहीं दे सकता' यह देखकर उसके माता-पिता सोचते कि शायद उसका बेटा पागल हो गया है, परन्तु नीतू से कुछ कहने की हिम्मत उनमें नहीं थी. उसके इलाज में लाखों रुपये खर्च हो गए पर कोई प्रयोजन नहीं हुआ.

एक दिन जब नीतू अपने पैरों से बातें कर रहा था तब उसने देखा कि उसके दोनों पैर हिल रहे हैं. इसे देखक वह खुशी से चिल्ला पड़ा, 'माँ देखों मेरे पैर हिल रहे हैं. उसमें गति आ गई है. उसने उठकर खड़े होने की कोशिश की और चलने का प्रयत्न किया और वह कामयाब हो गया. माँ ने उसे सहारा

दिया. तुरंत उसके माता-पिता उसे अस्पताल ले गये. उनके आश्चर्य का ठिकाना नहीं था. जाँच करने के बाद डाक्टरों ने कहा कि नीतू अब थोड़े ही दिनों में भाग सकता है और वह दिन दूर नहीं जब नीतू प्रख्यात धावक भी बन जाएगा.

अब नीतू विद्यालय जाने लगा. पहले जैसे ही वह हर प्रतियोगिता में भाग लेने लगा और शीघ्र ही नामी धावक के रूप में विख्यात हुआ. उसकी इस प्रसिद्धि से उसके माता-पिता फूले न समाए. इस प्रकार नीतू के विश्वास की जीत हुई. जब तक हमारे मन में विश्वास है, सफलता हमारे साथ रहेगी.

-डॉ० राजलक्ष्मी कृष्णन, 3/23ए, लावेन्दर अपार्टमेंट, विरुगम्बक्कम, चेन्नई-92,, 9840041575

अंतर

दीनानाथ लगातार गिड़गिड़ाए जा रहा था, हुजूर गलती हो गई, आईदा आपको पूर्व सूचना दिए बगैर अनुपस्थित नहीं रहूँगा पर अभी आप मेरी हाजिरी भर दीजिए नहीं तो मेरी पगार कट जाएगी, हुजूर मेरी बेटी के भविष्य की खातिर.

क्यों, क्या हुआ है तेरी बेटी के भविष्य को.....

अफसर ने डपटते हुए पूछा, हुजूर दो दिन से लगातार लड़के के परिवार वालों का आना जाना चल रहा था और कल बात पक्की होकर सगाई हो गई, मांई बाप, इसीलिए नहीं आ सका था.

अरे कमबख्त, घर परिवार के कारण ऐसे ही ड्यूटी नहीं आना है, तो तू घर ही बैठ जा, पर यह फिजूल के बहाने

बाजी मत कर.
नहीं हुजूर परिवार के दो जून की रोटी का सवाल है मेरी बेटी के भविष्य का सवाल है.
बेटी, बेटी, बेटी...दफा हो जाओ मेरी नजरों से आखिर दीनानाथ का तीन दिन का वेतन कट गया.
पिछले कई दिनों से अधिकारी अपने कक्ष में दिखाई नहीं दे रहे थे, मातहतों से पूछा तो उन्होंने बताया अरे, तुम्हें पता नहीं है, अधिकारी की बेटी के रिश्ते की बात चल रही है, साहब तो दौरा बताकर, घर में ही है.
दीनानाथ लगातार सोच रहा था कि बेटी के भविष्य के आकलन में अंतर, आखिर बाप तो दोनों ही है, पर अंतर साफ था वो अधिकारी और मैं मातहत.

-श्रीमती मंजु लंगोटे
श्री कृपा, लिटिल चैम्प पब्लिक स्कूल के पास, सादर, मानस नगर, बैतूल-४६०००१, म.प्र. मो०: ६७५३०८८११२

हिन्दी सर

रात्रि के तकरीबन 11 बज रहे थे. सौरभ शानदार कपड़ों में कन्धे पर बेग लिए हुए उत्तेजित मन से इंटर सिटी ट्रेन की प्रतीक्षा में लंका स्टेशन पर खड़ा है. स्टेशन पर ट्रेन के रूकते ही सौरभ ट्रेन के एक डिब्बे में चढ़ा और अपना बेग रखकर बैठ गया. उसके डिब्बे में कुछ गिने-चुने लोग ही सफर कर रहे थे. ट्रेन अपनी रफ्तार में हवाओं को चीरते हुए आगे बढने लगी. सौरभ के चेहरे पर ऊर्जा का प्रकाश फैले हुए होने के कारण उसे थकान का अनुभव नहीं हो रहा था. ट्रेन के अन्य मुसाफिर नींद में इधर-उधर लुढ़कते हुए नजर आ रहे थे. ट्रेन अपनी रफ्तार को पकड़े हुए अनेक स्टेशनों को पीछे छोड़ती हुई सुबह के पाँच बजे गोलाघाट स्टेशन पर पहुँची. सौरभ के लिए वह स्थान नया एवं अपरिचित था. स्टेशन से रास्ते की ओर आगे बढ़ते हुए एक सज्जन पुरुष से सौरभ ने पूछा-'दादा नेघेरिटिंग ठाईत जाबोले कोत जाबो लागिबो।' उस सज्जन पुरुष ने बड़ी नम्रता पूर्वक जवाब दिया-'आपुनी ई-रिक्शात उठी जोरहाट बास सेन्डीगेटत गोई जोरहाट बासोत उठी जाबो।२ सौरभ उस सज्जन व्यक्ति का धन्यवाद करता हुआ आगे बढ़ा। वह जोरहाट जाने वाली बस में चढ़ गया. बस चाय के मनोरम बगानों के बीच से होती हुई गुजर. उस हरी-भरी सुहानी वादियों को पार करती हुई बस कुछ ही घण्टों में नेघेरिटिंग स्थान पर रूकी. सौरभ बस से उतरकर पैदल चलते हुए नेघेरिटिंग उच्च माध्यमिक विद्यालय पहुँचा.
सौरभ की नियुक्ति असमीया माध्यमिक उच्च विद्यालय में हिन्दी विषय के अध यापक के रूप में हुई. वहाँ के विद्यार्थी असमीया भाषी के साथ-साथ मीसिंग तथा चाय जनजाति के है. असमिया भाषा का ही सभी प्रयोग करते थे. सौरभ ने जैसे-जैसे हिन्दी पढ़ाना शुरू किया, विद्यार्थियों में हिन्दी भाषा के प्रति रूचि बढने लगी. जिन बच्चों को हिन्दी बोलने एवं लिखने तक नहीं आता था, वह अब असमीया भाषा की जगह हिन्दी बोलना पसन्द करते हैं. सौरभ अब सौरभ सर के नाम से नहीं बल्कि 'हिन्दी सर' के नाम से विद्यार्थियों के बीच जाना जाने लगा है. हिन्दी के प्रति विद्यार्थियों की श्रद्धा और सीखने की इच्छा हिन्दी सर को ऊर्जावान बनाती है।

-जैनेन्द्र चौहान
शोधार्थी, हिन्दी विभाग, गौहाटी विश्वविद्यालय, असम, मो.- ८२५३८१५०७२

बाढ़

आज भी बारिश के मौसम में जहां वर्षा का स्वागत होता है, वहीं कहीं-कहीं दुखदाई परिस्थितियां हो जाती है. सड़को पर निकलना मुश्किल हो जाता है, घरों में पानी घुस जाता है. काफी नुकसान होता है.
मेरे मित्र के घर में भी ऐसा कुछ हुआ. उनका घर तो नहीं डूबा, लेकिन नीचे स्थित क्लीनिक में पानी घूस गया. काफी नुकसान हुआ. मरीजों को देखना या रखना लगभग न के बराबर था. मेरे मित्र व उनका परिवार बहुत दुखी थे. मरीज भी आक्रोश और दुख में डूबे हुये थे.
हम लोग ऊपर की मंजिल पर चाय पी रहे थे और बात कर रहे थे कि ड्रेनेज सिस्टम को कैसे सुधारा जाये. मित्र अपना रोना रोये जा रहे थे, कह रहे थे, 'आज के युग में बीच शहर में बाढ़ आना अजीब सी बात है. अफसोस होता है कि जो होना नहीं चाहिए, वही हो जाता है.'
लगभग रोते हुए वे कह रहे थे, 'मेरा कम से कम दो लाख का नुकसान हो गया. मंहगाई के इस युग में हर

बारिश में मेरा भयंकर नुकसान होता है.'
सारी बातों के मध्य हमारा ध्यान घर के नौकर के प्रति नहीं गया जो करीब-करीब रो रहा था. बहुत पूछने पर वह बोला, ''आपको अपने आर्थिक नुकसान की पड़ी है. आप मेरी और मेरे परिवार की बर्बादी का सोचिये. हमारा घर भी बाढ़ के चपेट में आ गया. पैसे का नुकसान तो हुआ ही, मेरा एकमात्र पुत्र जाने कैसे पानी में डूब कर मर गया.''
हम सब चुप हो गये.

-डॉ० नरेन्द्र नाथ लाहा
२७, ललितपुर कॉलोनी, डॉ० पी.एन. लाहा मार्ग, ग्वालियर, म.प्र. ४७४००६, ९७५३६९८२४०

विकास

एक नेता ने कहा, 'विकास पगला गया है'
दूसरे नेता ने कहा, 'विकास सड़कों पर दिख रहा है.'
मैंने विकास को फोन लगाया, 'कहाँ हो?'
वह बोला, 'गाँव में. बिटिया की शादी की तारीख लेने आया हूँ.'
'मिल गयी तारीख?'
'नहीं, लड़के वालों ने अतिरिक्त डिमांड कर दिया और कहा कि पहले डिमांड पूरी करो फिर डेट दूँगा.'

'फिर तुमने क्या किया?'
'गुस्से से मैं पागल हो गया और उन्हें खूब खरी-खोटी सुनायी.'
'अभी कहाँ हो?'
'सड़क पर.'

-डॉ० पंकज साहा
एसोसिएट प्रोफेसर, हिन्दी-विभाग, खड़गपुर कॉलेज, खड़गपुर-७२१३०५, पं. बगाल,, ९४३४८९४१९०

मागो

कुछ वर्ष पहले तेलहर में एक त्रासद घटना घटी. दरअसल डी.एच.डी. आदि जैसे कुछ उग्रवादी संगठन तब वहाँ काफी सक्रिय थे. एक रात ऐसे ही किसी उग्रवादी संगठन ने अंधाधुंध फायरिंग कर वहाँ कई लोगों की निर्मम हत्या कर दी थी. पूरे इलाके में भय का माहौल व्याप्त हो गया था.
उसी इलाके से कुछ दूरी पर एक अन्य गाँव है जेंखा. उस गाँव के केंद्रस्थल पर बुधवार को साप्ताहिक जेंखा-बाजार लगता ह. तेलहर की घटना से वहाँ भी खौफ का माहौल बना हुआ था. बाजार के दिन गाँव के लोग-बाग सप्ताह भर की आवश्यक सामग्री घर ले आते हैं. वहाँ बाजार के दिन ही लोगों का रेला देखने को मिलता है. लोग अन्य साधनों के साथ-साथ बैलगाड़ी से तथा पैदल बाजार जाते है.
एक बुधवार को लोग बाजार जा रहे थे. कुछ पैदल, कुछ
बैलगाड़ी से. वे बाजार के नजदीक पहुँचने लगे थे. इतने में कहीं से आकर एक छुट्टा सांड़ हुमहुमाता हुआ बैलगाड़ी में जुते एक बैल से लड़ पड़. गाड़ी पलट गई. उस गाड़ी पर अधेड़ उम्र की एक बंगाली महिला सवार थी. महिला के प्राण हवा होने लगे. वह जोर-जोर से चिल्लाने लगी- मागो! -मागो!! पीछे के लोग बिना सामने का दृश्य देखे उल्टे पाँव भागने लगे. सबके कान में मागो-मागो की जगह एक ही ध्वनि पड़ रही थी, भागो-भागो. सबकी आँखों के सामने एक ही दृश्य मड़राने लगा, जैसे उग्रवादी उन्हें गोलियों की बौछार करते हुए दौड़ाने लगे है. कोई पीछे मुड़ कर नहीं देखता, ना ही कुछ पूछता. बस भागता ही जाता सबके मुँह से अपने

आप कांपती हुई ध्वनि निकलती- भागो-भागो. जैसे रिले रेस हो रहा हा. दूर से ध्वनि सुनाई पड़ते ही लोग अपने प्राण बचाने के लिए भागने लगते. लोगों की जान में जान तब आई, जब पीछे से पुलिस की जीप सायरन बजाते हुए माइक से सबको शांत होने की अपील करती हुई आगे निकली.

डा. बिन्द कुमार चौहान
हिंदी विभाग, बंगाईगाँव कालेज, बंगाईगाँव-७८३३८०, असम

राजनीति

एक दिन बिल्ली ने चूहे को पुचकारते हुए कहा- ''तुम व्यर्थ ही मुझसे डरते हो। मेरे साथ रहने की आदत डाल लोगे, तो मौज करो.''

''मैं तुम्हारी राजनीति में नहीं आने वाला.'' चूहे ने कहा और अपने प्राण बचाने झट से बिल में घुस गया.

बिल्ली किसी दूसरे चूहे की तलाश में चल पड़. बहुत घूमने के बाद जब वह लगभग निराश हो चुकी थी कि तभी एक चूहा उसके पास आ गया. उसने कहा-''मेरे पड़ोसी चूहे के आतंक से मुझे बचाओ जो मेरा सारा अनाज खा जाता है और बहुत मोटा होता जा रहा है और अक्सर मुझे धमकाता भी है बिल्ली को अपनी बात बनती दिखाई दी. वह छोटे से चूहे के साथ बड़े चूहे की खबर लेने पहुँच गई. उसने सोचा ''पहले उस चूहे को देख लूँ! यह मूर्ख तो अब जाएगा कहाँ.

-डॉ. प्रदीप कुमार शर्मा

एच.आई.जी. 604ए ब्लॉक–ए, कंचन अश्व परिसर, पं. दीनदयाल उपाध्याय नगर, रायपुर, छ.ग. 492010, 09827914888

उपहार

"ब्रेड ले लो....ब्रेड'' आवाज सुनकर वे बच्ची के लिये ब्रेड लेने के लिये बाहर आये तो यह देखकर हैरान रह गये कि ब्रेड बेचने वाला लड़का उनकी कक्षा का छात्र था.

'दीपेश तुम?'

'हाँ, सर जी! घर में कमाले वाला कोई नहीं है. माँ और मैं हूं. इसीलिये घर के खर्च के लिये यह जरुरी है'-वह बोला.

'ठीक है. परंतु पैदल?'

'मेरे पास साईकिल नहीं है सर. जो थी वह चोरी हो गई'

'अरे! ये तो बहुत बुरा हुआ. परंतु ऐसे में स्कूल आने में देर हो जायेगी, तब?'

'नहीं होगी सर! मैं ब्रेड कितनों दिनों से बेच रहा हूं. कभी स्कूल पहुंचने में देर नहीं हुई. आपको तो मालुम है. मैं नियमित और समय पर स्कूल आता हूं'

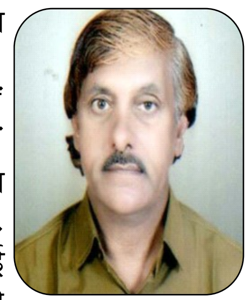
'हां, और न ही तुमने कभी पढ़ाई में कभी कोई शिकायत का मौका दिया. हर कार्य समय पर पूरा करते हो. बहुत अच्छे....शाबाश!'

फिर उसे दस रुपये देते हुए बोले-'एक दस रुपये वाला ब्रेड का पैकिट दे दो. दीपेश उन्हें पैकिट देकर बोला-'सर, रुपये रहने दीजिये.'

'नहीं....नहीं रुपये तो लेना पड़ेगे और लेना भी चाहिये.' -वे बोले.

'ठीक है सर'-दीपेश ने कहते हुए रुपये ले लिये.

'जरा रुकना बेटा. मैं अभी आया.' कहते हुये वे भीतर गये और एक साईकिल खींचते हुए बाहर आये. उसे दीपक को देते हुए बोले-'मेरे पास ये साईकिल बहुत दिनों से रखी हुई है. अच्छी हालत में है. तुम मेरी तरफ से इसे उपहार के रुप में ले लो. तुम बहुत ही मेहनती हो. पढ़ाई भी लगन से करते हो. घर की जिम्मेवारी भी समझते हो. मुझे तुम पर गर्व है. इसे रख लो.'



दीपेश सकुचाया.

'कुछ नहीं सोचो. मैं तुम्हारा शिक्षक हूं. तुम्हारी भलाई वाला काम ही करुंगा, ले लो. मुझे खुशी होगी.'- उन्होंने समझाया तो दीपेश मान गया और वह साईकिल लेकर खुश होते हुए चला गया.

-नरेन्द्र श्रीवास्तव

पलोटनगंज, गाडरवारा, जिला-नरसिंहपुर, म.प्र. 487551, 9993278808

हर गरीब हरिजन

-देवेन्द्र कुमार मिश्रा,
छिन्दवाड़ा म.प्र.

शहर से बहुत दूर हिन्दी प्रदेश का एक अति पिछड़ा गाँव. गाँव में दो ठाकुरों का झगड़ा काफी लम्बे समय से चल रहा था. दोनों के पास जमीन-जायजाद काफी थी. लेकिन वर्चस्व की लड़ाई थी. एक-दूसरे को नीचा दिखाने की कोशिश करते रहते थे. दोनों के पास अपने लठैत, बंदूकधारी थे, मुकाबला धन-दौलत और ताकत में तो बराबरी का था. फिर नीचा दिखाये कैसे? बड़े ठाकुर ने गाँव की दलित महिला के साथ छेड़छाड़ करने में सफलता प्राप्त की. दलित महिला ने अपने पति से शिकायत की, पति ने छोटे ठाकुर से, छोटे ठाकुर अपने साथ लेकर गया था उसे और उसकी पत्नी को. थानेदार ने बहुत समझाया कि आपस में मसला सुलझा लो. कोर्ट कचहरी का चक्कर बड़ा खराब होता है. ये आपका आदमी है. कुछ ले देकर रफा-दफा करवा देता हूँ मामला. लेकिन छोटे ठाकुर ने गुस्से में कहा- ''ये हमारा खास आदमी है. जाति का हरिजन है. इसकी औरत के साथ जबरदस्ती हुई है. इसे इंसाफ दिलाकर रहूंगा. सुना है नया कानून बना है हरिजनों के लिए.''

'एफआइआर दर्ज हुई तो एक्ट तो लगेगा ही. लेकिन बड़े ठाकुर मुसीबत में पड़ जायेंगे.' थानेदार ने समझाया.

''यही तो मैं चाहता हूँ बनाओ केस. लगाओ हरिजन एक्ट'' छोटे ठाकुर खुशी से फूले नहीं समाय. छोटे ठाकुर और बड़े ठाकुर उम्र में अन्तर होने के कारण बड़े-छोटे कहलाते थें उनका आपस में कोई रिश्ता न था.

बड़े ठाकुर ने थानेदार को रूपयों की भेंट देनी चाही लेकिन थानेदार ने कहा-''ठाकुर साहब एफआईआर दर्ज हो चुकी है. अब मैं कुछ नहीं कर सकता. आपको जेल जाना पड़ेगा. हरिजन एक्ट लगा है.''

बड़े ठाकुर जमानत पर रिहा हो गये कुछ समय बाद. लेकिन तब से उन्हें इस नये कानून की जानकारी लग गई. जिसमें जमानत करवाने में भी पसीने छूट जाते हैं. थाने में कोई दॉव नहीं चलता. न रूपयों का न ठकुराई का न अन्य कोई राजनैतिक दखल का. तभी से बड़े ठाकुर सोच रहे थे कि इस हरिजन एक्ट के तहत छोटे ठाकुर को जेल भेजकर कैसे पुराना हिसाब बराबर किया जाय. वे सोच रहे थे कि छोटे ठाकुर से कोई ऐसी गलती हो जाये जिसका वे फायदा उठा सके. लेकिन उन्हें ऐसा कोई मौका मिल नहीं रहा था. ये भी हो सकता है कि खबर उन तक न पहुँच रही हो. मामला अन्दर ही अन्दर दबा दिया जा रहा हो. इन्तजार करते हुए काफी समय बीत चुका था, तो उन्होंने अपने खेत में काम करने वाले खेतिहर मजदूर मंगलू को बुलाकर कहा-'तुम्हें मेरा एक काम करना है मंगलू.'

'जान हाजिर है सरकार' मंगलू ने नतमस्तक होते हुए कहा.

'छोटे ठाकुर के खिलाफ रिपोर्ट करना है. अपनी औरत को साथ ले जाकर. जोर-जबरदस्ती की रिपोर्ट दर्ज करवाना है.''

'लेकिन ठाकुर साहब. झूठी रिपोर्ट. पुलिस कैसे मानेगी और मेरी औरत भी तैयार नहीं होगी.'

'देखो मंगलू, पुलिस को संभालना मेरा काम है. तुम बस अपनी औरत को तैयार करो रिपोर्ट के लिए.''

'लेकिन माईबाप' मंगलू ने कुछ कहना चाहा तो बड़े ठाकुर ने समझाया- 'तुम चिन्ता मत करो. इस काम के तुम्हें रूपये भी मिलेंगे और तुम्हारी मजदूरी भी बढ़ा दी जायेगी.'

'लेकिन मालिक, छोटे ठाकुर मेरी जान के दुश्मन बन जायेंगे.'

'मैं किसलिए बैठा हूँ. मेरे होते कोई तुम्हें हाथ नहीं लगा सकता. मुझपर भरोसा है कि नहीं. क्या तुम अपने मालिक की खुशी के लिए इतना भी नहीं कर सकते. एक वो जमाना था जब स्वामी भक्त अपने मालिकों के लिए जान तक न्यौछावर कर देते थे हंसते-हंसते. तुम्हें बस जैसा हम कहें वैसा बोलना है. बाकी जिम्मेदारी हमारी' कुछ मालिक की नाराजगी का डर कुछ स्वामी भक्ति और बची-खुची कसर मिलने वाली रकम और बढ़कर मिलने वाली मजदूरी का था. अपनी औरत को तो उसे मना ही लेना था. मना क्या लेना था? हुक्म ही तो देना था. मानेगी कैसे नहीं? आखिर वह पति है. उसका अधिकार है अपनी औरत पर.

घर जाकर मंगलू ने अपनी पत्नी को समझाया तो उसनें कहा-'एक तो झूठी

> ''ये हमारा खास आदमी है. जाति का ..
> ...है. इसकी औरत के साथ जबरदस्ती हुई है. इसे इंसाफ दिलाकर रहूंगा. सुना है नया कानून बना है ......''

रिपोर्ट. उस पर अपने विषय में बलात्कार की बात कैसे कह पांऊगी मैं.''

मंगलू ने प्यार से समझाया. नहीं समझी तो दो थप्पड़ लगाये. चार जूते रसीद किये. फिर लाठी उठा ली मारने को. पत्नी ने कहा-'आप जैसा कहो, कह दूंगी.'

बड़े ठाकुर अपने लठैतों सहित पुलिस स्टेशन पहुंचे. मंगलू और उसकी औरत को लेकर. पहले से रटी-रटाई बात शरमाते सकुचाते हुए मंगलू की पत्नी ने कह दी. थानेदार ने बड़े ठाकुर से कहा- 'तुम लोगों ने हरिजन एक्ट का तमाशा बनाकर रख दिया. जो कानून हरिजनों के इंसाफ के लिए बना था. उसे आप जैसे बड़े लोग दुश्मनी निकालने के लिए हथियार की तरह उपयोग कर रहे हैं.'

'आपकी सेवा में कोई कसर नहीं छोड़ूगा थानेदार साहब.' बड़े ठाकुर ने कुटिलता से कहा 'रूपया, शराब, और सबकुछ मिलेगा'

'वो तो ठीक है. काम करूंगा तो कीमत तो लूंगा ही.'' थानेदार ने सहज भाव से कहा- 'लेकिन आजकल नियम थोड़े बदल गये है. गवाही में दो लोग सामान्य जाति के लगेंगे.'

'उसका भी बंदोबस्त किये देता हूँ. बड़े ठाकुर ने कहा और अपने दो लठैतो को बुलाया. कहानी पहले से तैयार थी. कब, कहा, कैसे, क्या हुआ? गवाह, सबूत बनाये गये. उन्हें ठीक तरीके से संवारा गया. केस तैयार हो गया. थानेदार ने बदले में अच्छी-खासी रकम ली. छोटे ठाकुर बलात्कार और हरिजन एक्ट की घारा में अन्दर हो गये. बड़े ठाकुर के सीने में ठंडक पहुंच गई.

मंगलू को कुछ समय तो बड़े ठाकुर ने डबल मजदूरी दी. शुरू में कुछ रूपया भी. लेकिन अदालत में मंगलू के बयान हो जाने के बाद बड़े ठाकुर ने उसकी तरफ से मुँह फेर लिया. एक गाँव दो हिस्सों में बंटा था. बड़े ठाकुर का इलाका और छोटे ठाकुर का. छोटे ठाकुर के आदमियों ने मंगलू पर एक-दो हमले का प्रयास भी किया. मंगलू की किस्मत अच्छी थी, सो बच गया. मंगलू ने बड़े ठाकुर से अपनी जान की रक्षा की भीख मांगी.

'सरकार हमारी रक्षा कीजिये.'

'देखो मंगलू, छोटे ठाकुर के परिवार से हमारी लड़की के लिए रिश्ता आया है. मैं भी ये दुश्मनी खत्म कर देना चाहता हूँ हो सकता है छोटे ठाकुर हमसे नये रिश्ते की शुरूआत के लिए तुम्हारी जान मांग. मैं तुम्हें भी धोखा नहीं देना चाहता।. अच्छा यही है कि तुम अपनी औरत को लेकर बम्बई चले जाओ. रूपयों का बंदोबस्त मैं करवा दूंगा।'

मंगलू अपने आपको ठगा सा महसूस कर रहा था. लेकिन अपनी जान और औरत की इज्जत की खातिर उसे मजबूरन गाँव छोड़कर शहर जाना पड़ा. मंगलू अपनी पत्नी को लेकर बम्बई आ गया. यहाँ पर उसी के गाँव का हरिया टेक्सी चलाता था. जो रिश्तें में उसका साला लगता था. मंगलू को सुविधा ये रही कि हरिया ने धारावी की बस्ती में रहने का इन्तजाम करवा दिया. मजदूरी का काम उसे यहाँ भी मिल गया।

थानेदार ने बड़े ठाकुर से कहा- 'तुम लोगों ने ..... एक्ट का तमाशा बनाकर रख दिया. जो कानून इंसाफ के लिए बना था. उसे आप जैसे बड़े लोग दुश्मनी निकालने के लिए हथियार की तरह उपयोग कर रहे हैं.'

'अपने पड़ोस में कौन रहता है' मंगलू ने हरिया से पूछा.

'दांये तरफ ठाकुर और बायें तरफ पांडे जी'' हरिया ने कहा.

'तब तो बड़ी सावधानी से रहना पड़ेगा. गलती से कोई ऊँचनीच हो गई तो मुश्किल हो जायेगी.' मंगलू ने डरते हुए कहा.

''ये गाँव नहीं, मुम्बई है मुम्बई. यहाँ अच्छे-अच्छे ठाकुर पानी भरते हैं. किसी से डरने की जरूरत नहीं है.'

'और वो पांडे जी.'

'उनकी तो वैसे भी हमनें खाट खड़ी कर रखी है. रोज हाथ जोड़कर माफी मांगते है.'

'वो क्यों भला?'

'अरे एक बार हमको चमार कह दिया. हमनें कहा माफी मांग तो कहने लगा. माफी काहे की. चमार हो तो कह दिया. हम पंडित है तुम पंडित कह दो. जब देखो ससुरा देहाती हरकते. हमारा बर्तन छू लिया, हमें छू लिया. हमनें भी सोचा. सबक सिखा ही दिया जाये बच्चे को. बस जाकर एक रिपोर्ट की थाने में. हरिजन एक्ट में जो अन्दर हुआ तो १ साल बाद ही बाहर निकला. हरिया ने शान बधारते हुए कहा.

'और वो ठाकुर साहब' मंगलू ने पूछा.

'साहब काहे का बे. बस ठाकुर कहो. रोज रात में हमारे साथ ही बैठकर गोश्त खाता है और शराब पीता है.'

'क्या कह रहे हो हरिया भैया. इतना फरक गांव और शहर में.'

'फरक गाँव और शहर का नहीं है मंगलू. फरक है जरूरत का, पेट का, रोटी का. हमारी गरीबी एक सी है. हमारी जरूरतें एक सी है. हमारी जात

और जरूरत है रोटी. शहर में दो ही जात है. गरीब और अमीर. बड़े लोगों की गलियाँ हम भी खातें हैं और ठाकुर और वो पंडित भी. कानून तो सारा गरीबों के लिए है. हरिजन एक्ट की रिपोर्ट पंडित के खिलाफ इसलिए लिखी गई क्योंकि वो हमारी तरह गरीब हैं. यदि कोई पैसे वाला होता तो क्या हमारी रिपोर्ट लिखी जाती. उल्टा हम पर ही कोई आरोप लगाकर अन्दर कर देते. शहर में छोटी जाति के भी अमीर लोग हैं. ऊँची-जाति के लोग उनके वहा भी काम करते है. ऊँची जाति के लोग भी अमीर ह. उनके यहाँ छोटी जाति के लोग काम करते हैं. यहाँ बस काम करो, पैसा लो. चलते बनो.' हरिया ने विस्तार से कहा.

'ये तो अच्छी बात है हरिया भैया. कोई छुआछूत नहीं. अपना काम अपना पैसा' मंगलू ने खुश होते हुए कहा. मुझे तो भरोसा ही नहीं हो रहा कि आपने पांडेजी को हरिजन एक्ट में अन्दर करवा दिया था. ये तो शहर में ही है.''

'ये तो अच्छी बात है हरिया भैया. कोई छुआछूत नहीं. अपना काम अपना पैसा.' मंगलू ने खुश होते हुए कहा. मुझे तो भरोसा ही नहीं हो रहा कि आपने पांडेजी को हरिजन एक्ट में अन्दर करवा दिया था. ये तो शहर में ही संभर है.''

हरिया ने एक आह भरते हुए कहा- 'लेकिन उसमें हमारा भी नुकसान हुआ. कोर्ट-कचहरी के चक्कर लगाते रहे. काम-धंधे से गये. पंडित का परिवार रोते-धोते गाँव लौट गया. हमें क्या मिला?'

'आपका आत्म-सम्मान तो रहा.' मंगलू ने कहा.

हरिया ने फिर एक आह भरी. 'मंगलू तुम अभी-अभी गांव से आये हो. इसलिए तुम्हें जातिगत जीत ही बड़ी लगी. यहाँ असली लड़ाई तो रोटी की है. यहाँ अमीर और गरीब के बीच की खाई उच्च और निम्न वर्ग की तरह है. यहाँ शोषण का तरीका जातिगत नहीं है, धनगत है. हम गरीब के गरीब और अमीर और अमीर होते जा रहे है. एक दिन काम पर न जाये तो घर में चूल्हा-चौका बंद.''

'लेकिन हरिया भैया, यहाँ जातिगत शोषण का शिकार तो नहीं होता आदमी' मंगलू ने उत्साह से कहा.

'हाँ कोई छोटी जाति का नहीं कहता. कोई चमार कहकर अपमानित नहीं करत, उपहास नहीं करता. यहाँ जातिगत नहीं व्यक्तिगत शोषण होता है. सरकार ने हरिजन एक्ट बनाकर हम जैसे लोगों की मदद तो की. लेकिन अब धन के आगे जाति का कोई अर्थ ही नहीं रहा. व्यक्तिगत भड़ास, निजी दुश्मनी निकालने के लिए बढ़िया है कानून. जिनके साथ वाकई जातिगत शोषण और और अपमान हो रहा है. उनके लिए भी अच्छा है, लेकिन ये तो तुम भी जानते हो कि कितना दुरूपयोग हो रहा है इस कानून का. जिन्होंने ये कानून बनाया. उन्होंने जाति की परिभाषा ही बदल दी. अब उच्च और निम्न जाति न रही. अब तो अमीर और गरीब जातियाँ रह गई. अमीरों के द्वारा किये गये अपमान, शोषण का कोई कानून है गरीबों के लिए. ये सब राजनीति है मंगलू. धीरे-धीरे समझ जाओगे. अभी नये आये हो गाँव से. थोड़ा समय तो लगेगा जानने-समझने में.'

हरिया ने उदास मन से अपनी बात कही. फिर कोई बात न हुई. रात काफी हो चुकी थी. मंगलू अपनी खोली में आकर लेट गया. उसे हरिया की बात समझ नहीं आई उसे लगा कि शहर में इससे बढ़िया बात और क्या हो सकती है कि शहर क्या चीज है अड़ोस-पड़ोस में ठाकुर, बामन और बीच में हरिया चमार. जय हो शहर की. खुश हो गई मंगलू की आत्मा. उसने सोती हुई पत्नी को जगाकर सारी बातें सुनाई. पत्नी को भी आश्चर्य हुआ. फिर मंगलू अपनी पत्नी के साथ खुशी की नींद सो गया. दूसरे दिन ठाकुर और हरिया भागते हुए बस्ती की तरफ आये. उनके शरीर पर चोटों के निशान थे. दोनों घबराये हुए थे. बस्ती वाले दौड़ पड़े मदद के लिए.. मंगलू को लगा कि ठाकुर और हरिया के बीच झगड़ा हुआ होगा या हो सकता है कि पांडे ने कोई दाँव चला हो. लेकिन जब उनकी बातें सुनी तो मंगलू की कुछ समझ में नहीं आया. बात ये थी कि ठाकुर और हरिया एक दुकान पर चाय पी रहे थे. तभी कुछ लोगों ने उनके राज्य का नाम पूछा. बताने पर उनकी पिटाई शुरू कर दी. जान बचाकर भागते हुए वापिस आये.

''मैं समझा नहीं'' मंगलू ने कहा

''भाषा और प्रान्त की लड़ाई, है मंगलू. वे कहते हैं हमारी भाषा है. हमारा प्रान्त है. तुम दूसरी भाषा और राज्य के हो. भागो यहाँ से१''

मंगलू सोच में पड़ गया. जाति की लड़ाई, हिन्दू-मुसलमान का दंगा तो उसनें सुना और देखा था. ये भाषा की लड़ाई कैसी? ये राज्य का झगड़ा क्यों?

मंगलू को सोच में पड़ा देख हरिया ने कहा- ''धीरे-धीरे सब समझ जाओगे मंगलू. मुम्बई है मुम्बई.''

मंगलू एक विशाल बंगले में काम करने जाता था. कुछ दिन तो बढ़िया रहा. लेकिन एक दिन चोरी के आरोप में पुलिस उसे ले गई. ठाकुर और हरिया उसकी जमानत के लिए थाने गये. उसे लेकर घर आये।

''तुमनें चोरी की'' हरिया ने पूछा

''नहीं''

''तो''

''क्या बताऊँ? हरिया भैया आप विश्वास नहीं करोगे.'' मंगलू ने झिझकते हुए कहा।

''तुम कहो तो. हम विश्वास करेगे।'' ठाकुर ने कहा

''बंगले की अधेड़ मालकिन ने मुझसे जबरदस्ती करने की कोशिश की. मैंने विरोध किया तो उसनें गुस्सें में आकर पुलिस बुलाकर चोरी का आरोप लगा दिया. मैं खुद चकित हूँ.''

''चकित न हो. हम समझते है. भुगतभोगी है.'' ठाकुर ने कहा।

गरीबों की ये बस्ती. काम की तलाश में दूर-दूर के प्रान्तों के ग्रामीण क्षेत्रों से आने वाले लोग क्या कुछ नहीं सह रहे थे. आपस में बैठे बीड़ी, तम्बाकू, पान खाकर बतिया रहे थे.

''कभी दूसरे राज्य के होने पर. कभी दूसरी भाषा के होने पर. कभी दंगे-फसाद होने पर. क्या कुछ नहीं सह रहे है हम. गुंडो को हफ्ता, पानी के लिए पैसा. पुलिस जब चाहे उठाकर ले जाती है. गंदी बस्ती, झोपड़े से बदतर मकान. दिन भर काम करने के बाद भी मंहगाई में बचता क्या है?'' ठाकुर ने कहा.

''हम एक अच्छी जिन्दगी जीने के लिए आये थे. लेकिन यहाँ तो बस मशीन बनकर रह गये. एक डरी-सहमी मशीन. मालिकों की डांट-फटकार, दलालों को कमीशन, कल काम मिलेगा या नहीं.

आज ठीक-ठाक काम करके घर पहुँच पायेंगे या नहीं. ये भी कोई जिन्दगी है. ''हरिया ने कहा.

सब अपना-अपना गुस्सा, अपना-अपना अंसतोष आपस में व्यक्त कर रहे थे. ''निकले थे अमिताभ बच्चन बनने. जूनियर बनकर रह गये. पास से देखा तो जिनके फोटो लगाकर गाँव में पूजा करते थे. उनके हाल भी बेहाल है. ऐसी गंदी बस्ती में बीमारियों के बीच में ही जीना था तो अपना गाँव क्या बुरा था?'' पांडे ने कहा.

''वहां हालात् खराब थे. सोचा था यहाँ आकर कुछ कमायेगे. घर भेजेगे. लेकिन यहाँ हालात् और भी खराब है. माँ-बाप घर, परिवार, बीबी-बच्चों को छोड़कर यहाँ आये लेकिन यहाँ भी वही ढाक के तीन पात.'' एक और ग्रामीण ने कहा ''मेरे बेटे को आंतंकवाद के आरोप में ८५२०७८५२०७ष्टाडा लगाकार जीवन भर के लिए अन्दर कर दिया.''

बुजुर्ग खान चाचा ने कहा।

''वहाँ जाति की राजनीति थी. यहाँ तो हर बात पर राजनीति है. रोटी के लिए रोज जीना-मरना पड़ता है.'' मंगलू ने कहा.

''तो क्यों न हम अपने-अपने गाँव वापिस चले'' हरिया ने कहा.

''सबनें एक दूसरे की तरफ प्रश्नवाचक नजरों से देखा. लेकिन जाना था तो आये ही क्यों? यहाँ जैसी भी है रोटी तो है वहाँ तो रोटी भी नहीं है. वापिस गये तो घरवाले क्या सोचेगे? अभी तो उन्हें प्रतीक्ष रहती है कि शहर से बेटे का मनीआर्डर आता ही होगा वहां गये तो करेगें क्या? अमीर और गरीब के मध्य हरिजन एक्ट महत्वहीन हो गया है यहाँ हर गरीब हरिजन है और हर अमीर सवर्ण. बहुत विचार विमर्श के बाद उन्हें अपनी वापिसी का रास्ता बन्द ही नजर आया.

हाई हील और संकरे जूते चप्पलों से पैरों की में हो सकती है स्थाई विकृति

-विनोद कुमार

महिलाओं में हाई हील वाली सैंडिलों और और बहुत संकरी जूतियों के पहने का चलन बढ़ रहा है लेकिन लंबे समय तक इनका प्रयोग करने से पैरों की उंगलियों में स्थाई विकृति आ सकती है और पैरों की उंगलियां पक्षियों के पंजे की तरह मुड़ सकती हैं।

ऐसी उंगलियों को 'क्लह टो' कहा जाता है जिसमें पैरों की उंगलियां अंग्रेजी के अक्षर 'वी' के आकार की हो जाती है। इसमें उंगलियां बीच की जोड़ के पास उठ जाती है और अंतिम जोड़ के पास नीचे झुक जाती है और देखने में ये उंगलियां पक्षियों के पंजे की तरह लगती हैं। ये उंगलियां केवल देखने में ही खराब नहीं लगती बल्कि ये आपके लिए कश्ट का कारण बन सकती हैं और आपके लिए खड़ा होना और चलना फिरना दूभर हो सकता है। विषेशज्ञों के अनुसार हाई हील वाली सैंडियों एवं जूतियों के पहनने के कारण षरीर का पूरा वजन उंगलियां पर आ जाता है। इसके अलावा बहुत अधिक तंग जूते-सैंडिलें पहनने से पैरों की उंगलियां मुड जाती है। ऐसे जूते पैरों की मांसपेषियों को कमजोर बनाती हैं और ''क्लह टो'' जैसी समस्याओं को जन्म देती हैं। समय के साथ यह समस्या बढ़ती जाती है और कुछ समय बाद अस्थाई विकृति का रूप ले लेती है जिसे ठीक करने के लिए सर्जरी कराने की नौबत आ जाती है।

नई दिल्ली के इंद्रप्रस्थ अपोलो अस्पताल के वरिश्ठ आर्थोपेडिक सर्जन तथा आर्थराइटिस केयर फाउंडेषन के अध्यक्ष डा. राजू वैष्य कहते हैं कि हर व्यक्ति को अपने पैरों के अनुरूप सही माप के जूते एवं चप्पलों का ही प्रयोग करना चाहिए। ऐसा करने से पैरों से संबंधित अनेक समस्याओं को रोका जा सकता है। जिन जूते-चप्पलों के आगे के हिस्से बहुत पतले होते हैं या जिनमें बहुत अधिक हील होते हैं उन्हें लंबे समय तक पहने से पैर की उंगलियों में 'क्लह टो' या 'हैमर टो' के अलावा घुटने एवं कमर में दर्द जैसी समस्याएं हो सकती है। हाई हील वाले जूते और सैंडिलों के कारण पैर के निचले गद्देदार हिस्से (फैट पैड) तथा पैर के आगे के हिस्से, खास तौर पर पैर की उंगलियों पर बहुत अधिक दवाब पड़ता है। हील जितनी अधिक होगी दवाब उतना ही अधिक होगा तथा पैर के निचले एवं आगे के हिस्से क्षतिग्रस्त होने की आशंका उतनी ही अधिक होगी।

एक अनुमान के अनुसार हमारे देष में करीब २० प्रतिषत लोग क्लह टो से प्रभावित हैं। उम्र बढ़ने के साथ यह समस्या बढ़ती है। यह समस्या ७० साल या अधिक उम्र के लोगों में अधिक पाई जाती है। भारत में किए गए एक सर्वेक्षण के अनुसार पुरूशों की तुलना में महिलाओं में यह समस्या चार से पांच गुना अधिक होती है।

क्लह फुट वह स्थिति है, जिसमें पैरों की उंगलियां पक्षियों के नखों के समान अंदर की ओर मुड़ जाती हैं। क्लह फुट की समस्या जन्मजात भी हो सकती है, या आपकी उंगलियां उम्र बढ़ने के साथ अंदर की ओर मुड़ सकती हैं। कई बार पैरों की उंगलियों में संकुचन मांसपेषियों की कमजोरी, आर्थराइटिस या जन्मजात समस्याओं के कारण होता है, लेकिन इनमें से अधिकतर मामले

टाइट जूतों के कारण होते हैं। पैरों की उंगलियों की गतिषीलता के आधार पर क्लहृ टोज को वर्गीकृत किया जाता है। यह दो प्रकार के होते हैं -लचीले और कठोर। इसमें पंजों के अगले हिस्से के निचले भाग पर अतिरिक्त दबाव पड़ता है, जिससे दर्द हो सकता है और कह्र्न तथा कैलस विकसित हो सकते हैं।

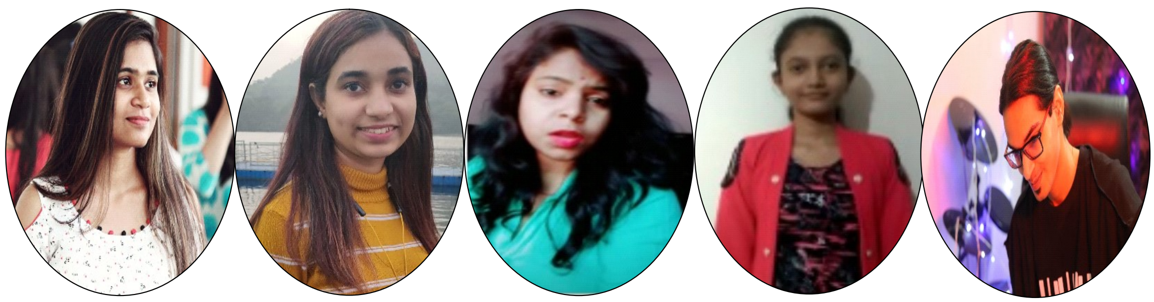
डा. राजू वैष्य के अनुसार 'क्ला टो' का मुख्य कारण मधुमेह और गठिया (रूमैटाइड आर्थराइटिस) भी है। भारत में क्ला टो का एक प्रमुख कारण गठिया है, खास तौर पर महिलाओं में। गठिया से ग्रस्त अनेक लोगों में क्लहृ टो के अलावा बुनियंस, कैलुसेस की भी समस्या उत्पन्न होती है। आरंभिक स्थिति में मरीज को कुछ विषेश एक्सरसाइज करने और खास डिजाइन किए षूज पहनने की सलाह दी जाती है ताकि दबाव को कम किया जा सके, लेकिन अगर उंगलियों में कड़ापन एवं विकृति ज्यादा हो तो सर्जरी की जरूरत पड़ती है। गठिया से ग्रस्त कई लोगों में पैरों की उंगलियों में कार्न दिखाई देने लगते हैं। जब कह्र्न का आकार बहुत बड़ा हो जाता है तो उन्हें काटकर निकालना पड़ता है। 'क्ला टो' होने पर में मुड़ी हुई उंगलियां में लचीलापन होता है लेकिन धीरे-धीरे ये सख्त हो जाती है और चलने में दिक्कत होने लग सकती है।

विषेशज्ञों का कहना है कि अगर पैरों की उंगलियों पर लगातार दबाव पड़ता रहे तो पैरों की उंगलियों की यह विकृति कड़े क्लहृ टोज में बदल जाती है, जिसका उपचार करना अधिक कठिन होता है। क्लहृ फुट होने के कई कारण हैं। टखनों की सर्जरी या चोट इसका एक कारण हो सकती है। क्षतिग्रस्त तंत्रिकाएं पैरों की मांसपेषियों को कमजोर कर देती हैं, जिससे पैरों का संतुलन गड़बड़ा जाता है और उंगलियां मुड़ जाती हैं। सूजन के कारण भी उंगलियां नखों की तरह मुड़ जाती हैं। इसके अलावा रूमैटाइड आर्थराइटिस भी प्रमुख कारण है। इस अहृटो इम्यून रोग में इम्यून तंत्र जोड़ों के स्वस्थ उतकों पर आक्रमण करता है, जिसके कारण जोड़ों की सबसे अंदरूनी परत सूज जाती है एवं जोड़ों में क्लहृ टोज होता है। न्यूरोलहृजिकल डिसअहृर्डर के कारण भी यह समस्या हो सकती है। यह एक जन्मजात विकृति है। जैसे सेलेब्रल पाल्सी मस्तिश्क के असामान्य विकास के कारण, मांसपेषियों की टोन प्रभावित होती है जिससे या तो वो बहुत कड़ी या बहुत ढीली हो जाती हैं। डायबिटीज- डायबिटीज के कारण पैरों की तंत्रिकाएं क्षतिग्रस्त हो जाती हैं जिसके कारण इस प्रकार की विकृति होती है। स्ट्रोक- स्ट्रोक के कारण तंत्रिकाएं गंभीर रूप से क्षतिग्रस्त हो जाती हैं और आपकी मांसपेषियों को प्रभावित करती हैं, इनमें पैरों की मांसपेषियां भी सम्मिलित होती हैं।

इंडियन कार्टिलेज सोसायटी के अध्यक्ष डा. राजू वैष्य के अनुसार अगर इस रोग का पता जल्दी ही चल जाए और उपचार उपलब्ध हो जाए तो गंभीर जटिलताओं को रोका जा सकता है और जीवन की गुणवत्ता में सुधार किया जा सकता है। अगर इसके साथ दूसरी स्वास्थ्य समस्याएं जैसे डायबिटीज और रूमैटाइड आर्थराइटिस भी हैं तो उसका उपचार भी साथ में होगा। सर्जरी गंभीर मामलों में ही ही होती है। क्लहृ टो की समस्या की गंभीरता और उंगलियां की विकृति के आधार पर उपचार में दवाईयां, फिजियोथेरेपी और कुछ घरेलु उपाय सम्मिलित होते हैं। अहृपरेषन की जरूरत गंभीर मामलों में होती है।

संस्थान की ऑन लाईन प्रतियोगिताओं के परिणाम घोषित

बायें से दाये क्रमशः श्री पवन दूबे, श्रीमती दीप्ति मिश्रा, श्रीमती सपना गोस्वामी, श्रीमती वंदना श्रीवास्तव, श्री राकेश कुमार मिश्रा



बायें से दाये क्रमशः सुश्री पूजा यादव, सुश्री कौमुदी अंजनीकर, सुश्री संध्या वर्मा, सुश्री ज़िया खान, श्री सिद्धात वर्मा

विश्व हिन्दी साहित्य सेवा संस्थान, इलाहाबाद द्वारा विभिन्न आन लााइन प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया. निर्णायक मंडल के निर्णय से अवगत कराते हुए संस्थान के सचिव डॉ० गोकुलेश्वर कुमार द्विवेदी ने बताया कि लाक डाउन-1 क्विज (प्रश्नोत्तरी) जो दिनांक 23 अप्रैल से 02 मई तक चली इसमें दिल्ली के आई.टी. बी.पी. के उप निरीक्षक श्री पवन दूबे को प्रथम, प्रो. राजेन्द्र सिंह रज्जू भैया विश्वविद्यालय, प्रयागराज की उपकुलसचिव श्रीमती दीप्ति मिश्रा को द्वितीय, श्रीमती सपना गोस्वामी, प्रधानाचार्या निशा ज्योति संस्कार भारती विद्यालय, नैनी, प्रयागराज को तृतीय, श्रीमती शिखा गिरी-प्रयागराज चतुर्थ, श्री सतीश कुमार मिश्रा, नैनी, प्रयागराज एवं श्री प्रेषित श्रीवाास्तव, नैनी प्रयागाज को संयुक्त रुप से पांचवा स्थान प्राप्त हुआ. काव्य प्रतियोगिता में श्रीमती वंदना श्रीवास्तव 'वान्या', लखनऊ, उत्तर प्रदेश को प्रथम, श्री राकेश शरण मिश्रा, सोनभद्र, उ.प्र. को द्वितीय तथा श्रीमती शिखा गिरी, प्रयागराज, उ.प्र. को तृतीय, चित्रकला प्रतियोगिताा में सुश्री पूजा यादव, औरंगाबाद, महाराष्ट्र को प्रथम, तथा सुश्री कौमुदी अंजनीकर, चेबूर, मुंबई को द्वितीय स्थान, अन्य प्रतिभा प्रतियोगिता में सुश्री संध्या वर्मा, प्रयागराज, उ.प्र. को प्रथम तथा सुश्री ज़िया खान, पूणे, महाराष्ट्र को द्वितीय स्थान, नृत्य प्रतियोगिता में सुश्री अनायेशा रुस्तगी, दिल्ली को प्रथम तथा श्री सिद्धांत वर्मा, लखनऊ, उ. प्र. को द्वितीय स्थान प्राप्त हुआ. सभी विजयी प्रतिभागियों को बधाई देते हुए श्री द्विवेदी ने बताया कि आप सबके प्रमाण पत्र एवं उपहार सामग्री लॉक डाउन समाप्त होते ही प्रेषित कर दिए जाएंगे.

उक्त जानकारी संस्थान के सचिव डॉ. गोकुलेश्वर कुमार द्विवेदी ने आन लाईन बैठक के बाद दी. बैठक की अध्यक्षता डॉ० शहाबुद्दीन नियाज मुहम्मद शेख ने की तथा इस अवसर पर श्रीमती पुष्पा श्रीवास्तव, श्री ओम प्रकाश त्रिपाठी, ईश्वर शरण शुक्ला, रेवा नन्दन द्विवेदी, प्रभाषु कुमार, निगम प्रकाश कश्यप आदि ने ऑन

लाइन विचार दिए.

श्री द्विवेदी ने आगे बताया कि लाक डाउन 02 प्रश्नोत्तरी दिनांक 5 मई 2020 से प्रारम्भ है तथा 20 मई 2020 तक चलेगी और तृतीय एवं अंतिम चरण 26 मई 2020 से 31 मई 2020 तक चलेगी. तीनों चरणों में चयनित प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय चरण के विजयी प्रतिभागियों का एक अलग से प्रश्नोत्तरी पांच दिन का चलाया जाएगा जिसमें मेगा प्रथम, द्वितीय तथा तृतीय का चयन किया जाएगा एवं विजेता को प्रमाण पत्र के साथ ही साथ अनेकों उपहार सामग्री प्रदान की जाएगी।.

काव्य प्रतियोगिता के द्वितीय चरण हेतु 15 मई तक रचनाकारों से कविता पाठ करते हुए वीडियों मंगाया गया है. इसमें प्रतिभागी को अपना एक रचना पाठ करते हुए वीडियों बनाकर भेजना है. वीडियों के प्रारम्भ में रचनाकार को केवल अपना नाम एवं जिला, एवं राज्य का नाम तथा कविता का शीर्षक बोलना है. इसके परिणाम की घोषणा 20 मई को की जाएगी। प्रथम एवं द्वितीय चरण में चयनित प्रथम एवं द्वितीय चरण के प्रतिभागियों का अलग से एक काव्य पाठ आयोजित किया जाएगा तथा सर्वोच्च स्थान प्राप्त करने वाले प्रथम एवं द्वितीय स्थान प्राप्त करने वाले प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र एवं उपहार सामग्री प्रदान की जाएगी.

अगर किसी प्रतिभागी को कोई समस्या हो तो 9335155949 पर ह्वाट्सएप कर पूछ सकता है. इसके बाद तीसरा चरण होगा. सबसे अंत तीनों चरणों के विजयी प्रतिभागियों का एक अलग से प्रतियोगिता होगी.

१ मई मजदूर दिवस

पहले आस-पास के मजदूर/भूखे को राहत दीजिए। फिर किसी राहत कोष में देने की सोचिए।

कोरोना ने कहीं का न छोड़ा

प्रदेश में हुक्का पानी बंद हो गया
देश में बस ट्रेन का चक्का बंद हो गया।
हम करते रहे याद अल्ला, राम को
लेकिन सबका कान बंद हो गया।
जब सबने छोड़ दिया मेरा साथ
हम भी नाफिक्र मंद हो गया।
अंत में अल्ला राम में अंत हो गया।।

कोरोना काल के मजदूर

हर वह आदमी जो छोटे धंधा करता था, छोटा वकील, कोचिंग वाला, छोटे मंदिरों के पूजारी, प्राईवेट स्कूल का मास्टर, दिहाड़ी मजदूर/संविदा कर्मी, नाऊ, मोची, चाट, चाय, छोटे मिठाई/जलपान वाले इत्यादि, साथ ही कुछ मजदूर ऐसे भी है जिनके पास छत, दोपहिया तो है, लेकिन दो वक्त की रोटी नहीं है, ऐसे मजदूरों को पूछने वाला कोई नहीं है. न सरकार और न हम आप। सोचिए, विचारिए मंथन कीजिए।

गरीबों को कागज पे उतार न जाने कितने अमीर बन गये।

शब्द, रचना, विचार : दाऊजी

श्री पवहारी शरण द्विवेदी स्मृति न्यास द्वारा जनहित में जारी

सम्मानार्थ प्रस्ताव आमंत्रित हैं

साहित्य जगत् में लोकप्रिय, विश्वसनीय एवं राष्ट्रीय स्तर पर चर्चित **विश्व हिंदी साहित्य सेवा संस्थान**, 2003 से लगातार साहित्यिकारों/पत्रकारों/समाजसेवियों/कलाकारों को सम्मानित करता आ रहा है. इस वर्ष निम्नांकित सम्मान प्रस्तावित है-

1–20 वर्ष से कम उम्र वालों के लिएः पं. नेहरु सम्मान, श्रीमती चन्द्रावती देवी स्मृति सम्मान, श्री गोरखनाथ दुबे स्मृति सम्मान, बचपना सम्मान

2–20 से 40 वर्ष के लिएः काका कलाम सम्मान, कल्पना चावला सम्मान, निर्भया सम्मान, पत्रकारश्री

3–40 वर्ष से ऊपर के लिएः डॉ. होमी जहांगीर भाभा सम्मान, पत्रकार रत्न, समाज शिरोमणि, काव्य शिरोमणि, साहित्य शिरोमणि

4-सभी आयु वर्ग के लिएः विशिष्ट हिन्दी सेवी/हिंदी सेवी सम्मान, **राष्ट्रभाषा सम्मान, राजभाषा सम्मान, शिक्षकश्री, विधिश्री**

5-समग्र साहित्य के लिए संस्थान की सबसे बड़ी उपाधियां क्रमशः साहित्य रत्न(डी.लिट), साहित्य गौरव(डाक्टरेट/पीएचडी), साहित्यश्री हैं.

अन्य किसी भी प्रकार की जानकारी के लिए ईमेल करे, या व्हाट्सएप करेंः

अंतिम तिथिः 15 दिसम्बर 2020

संपर्क कार्यालयः
सचिव, विश्व हिन्दी साहित्य सेवा संस्थान,
अनिल चक्की के सामने, लक्सों कंपनी के पहले, रामचन्द चन्द्र मिशन रोड,
मुंडेरा, धूमनगंज, इलाहाबाद (प्रयागराज)–211011, ईमेलः sahityaseva@rediffmail.com,
hindiseva15@gmail.com, 9335155949

कोरोना लाक डाउन में अपने पड़ोसियों का ध्यान अवश्य रखें. अगर कोई हमारा पड़ोसी भूखे सोया तो हमारा मानव धर्म हमें धिक्कारेगा।

–विश्व हिन्दी साहित्य सेवा संस्थान द्वारा जनहित में जारी

तृतीय लघु कथा प्रतियोगिता

पुरस्कार राशि 5000/रुपये मात्र

देश-विदेश का कोई भी लेखक इसमें प्रतिभाग कर सकता है. इस प्रतियोगिता में उम्र का कोई बंधन नहीं है. आपको अपनी एक लघु कथा पठनीय हस्तलिपि अथवा टंकित कराकर भेजनी होगी। रचना के साथ अपना पूरा नाम, पता, एक फोटो, ह्वाट्सएप नंबर अगर ई-मेल हो ईमेल आईडी भेजना होगा। इस बात का विशेष ध्यान रखें कि लघु कथा 300 (तीन सौं) शब्दों से अधिक की न हो.

नियम एवं शर्तेः

1. रचना मौलिक होनी चाहिए. इसके लिए मौलिकता का प्रमाण देना आवश्यक होगा। किसी भी स्तर पर मौलिकता में कमी सिद्ध होने पर प्रतिभागिता रद्द कर दी जाएगी।
2. प्रतियोगिता तीन चरणों में होगी. प्रत्येक चरण के विजयी प्रतिभागियों को ह्वाट्स समूह, ई-मेल के माध्यम से जानकारी दी जाएगी.
3. प्रथम चरण के प्रतिभागियों को विश्व स्नेह समाज की मासिक पत्रिका एक वर्ष की सदस्यता निःशुल्क दी जाएगी।
4. द्वितीय चरण के लिए चयनित प्रतिभागियों को विश्व स्नेह समाज की मासिक पत्रिका दो वर्ष की सदस्यता निःशुल्क दी जाएगी।
5. तृतीय एवं अंतिम चरण के लिए एक रचनाकार का चयन किया जाएगा. जिसे इलाहाबाद में आयोजित होने वाले साहित्य मेला में पुरस्कार राशि और प्रमाण पत्र स्वयं उपस्थित होकर ग्रहण करना होगा। विजेता को विश्व स्नेह समाज की मासिक पत्रिका पंचवर्षीय सदस्यता निःशुल्क दी जाएगी।
6. प्रतिभागियों को मांगे गये विवरण के साथ रुपये दो सौ पचास का चेक/डीडी/आरटीजीएस/नेफ्ट/आन लाईन अथवा सीधे संस्थान के खाते में जमा कर जमा रसीद की प्रति भेजना अनिवार्य होगा।

खाता धारक का नामः **'सचिव विश्व हिन्दी साहित्य सेवा संस्थान, इलाहाबाद'**
बैंक का नाम : **युनियन बैंक ऑफ इंडिया** शाखा : **प्रीतम नगर, इलाहाबाद**
खाता संख्याः **538702010009259** आई.एफ.एस. कोडः यूबीआईएन 0553875

आवेदन की अंतिम तिथि 15 दिसम्बर 2020

सचिव, विश्व हिन्दी साहित्य सेवा संस्थान,
65ए/2, रामचन्द्र मिशन रोड, लक्सों कंपनी के सामने, मुण्डेरा, इलाहाबाद-211011, ह्वाटसएप नं०:
9335155949, sahityaseva@rediffmail.com, hindiseva15@gmail.com

* नियमों एवं शर्तो में आशिक परिवर्तन अनुमन्य होगा।

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक एवं संपादक गोकुलेश्वर कुमार द्विवेदी द्वारा एकेडेमी प्रेस, से मुद्रित तथा एल. आई.जी. 93, नीम सराय कॉलोनी, मुण्डेरा, इलाहाबाद से प्रकाशित।