



राष्ट्र को एक सूत्र में बांधते हैं हम

भारत श्री

राष्ट्रीय हिंदी साप्ताहिक

सोमवार, 07 जुलाई 2025 ● वर्ष 6 ● अंक 50 ● मूल्य: 5 रुपए



शांति की ओर लौटते कदम



परम पूज्य सद्गुरुदेव जी का कहना है कि सभी मंत्र सुप्त अवस्था में होते हैं। जब तक उन्हें जाग्रत नहीं किया जाता, वे अपनी शक्ति को अभिव्यक्त नहीं करते।

पृष्ठ-10-11

भारत-अमेरिका के बीच 48 घंटे में मिनी ट्रेड डील तय

@ भारतश्री ब्लूग

भारत और अमेरिका के बीच व्यापारिक रिश्तों को नई दिशा देने वाली एक अहम 'मिनी ट्रेड डील' पर अगले 24 से 48 घंटों के भीतर अंतिम मुहर लग सकती है। अगर सबकुछ योजना के अनुसार चला तो 9 जुलाई से पहले इस डील की घोषणा हो जाएगी। यह समझौता दोनों देशों के व्यापारिक संबंधों को और मजबूत करेगा और भविष्य में बड़े व्यापार समझौतों की नींव रखेगा।

यह जानकारी प्रमुख विजनेस चैनल सीएनबीसी-टीवी18 ने सूत्रों के हवाले से दी है। रिपोर्ट के मुताबिक, फिलहाल यह 'मिनी ट्रेड डील' भारतीय सामानों पर अमेरिकी टैरिफ छूट की समयसीमा खत्म होने से पहले लागू की जानी है। अगर समझौता नहीं हुआ तो भारतीय उत्पादों पर भारी शुल्क फिर से लग सकता है, जिससे भारत के निर्यातकों को बड़ा नुकसान उठाना पड़ सकता है।

अहम है 9 जुलाई का दिन

दरअसल, अमेरिका ने भारतीय निर्यात पर जो टैरिफ छूट दी थी, उसकी अवधि 9 जुलाई को समाप्त हो रही है। अगर इससे पहले कोई समझौता नहीं होता तो भारतीय उत्पादों पर औसतन 26% तक का टैरिफ फिर से लागू हो जाएगा। ऐसे में भारतीय सामान अमेरिकी बाजार में महंगे हो जाएंगे और उनकी प्रतिस्पर्धा घट जाएगी।

ऐसे में 'मिनी डील' का उद्देश्य है कि इस खतरे को टाल दिया जाए और भारतीय उत्पादों को अमेरिकी बाजार में प्रतिस्पर्धी बनाए रखा जाए। माना जा रहा है कि इस डील के तहत औसतन 10% के आसपास रहेगा, जो कि 26% की तुलना में बहुत कम है।

क्या है 'मिनी ट्रेड डील'?

यह 'मिनी ट्रेड डील' कोई बड़ा व्यापार समझौता नहीं है, बल्कि एक शुरुआती कदम है। इसका मकसद है कि दोनों देश पहले उन मुद्दों पर सहमत हो जाएं जिन पर बातचीत जल्दी पूरी हो सकती है। इससे आपसी विश्वास बढ़ेगा और भविष्य में बड़े व्यापार समझौतों के लिए रास्ता खुलेगा।

सूत्रों का कहना है कि फिलहाल केवल इस छोटे समझौते पर बातचीत पूरी हुई है। बड़े और जटिल मुद्दों पर बातचीत 9 जुलाई के बाद शुरू होगी। ऐसे मुद्दों में



बौद्धिक संपदा अधिकार (IPR), कृषि उत्पादों पर टैक्स, टेक्नोलॉजी के व्यापारिक नियम आदि शामिल हो सकते हैं।

किन क्षेत्रों में हो सकती है डील?

हालांकि अभी तक यह स्पष्ट नहीं है कि यह 'मिनी डील' किन उत्पादों या क्षेत्रों को कवर करेगा, लेकिन संभावना है कि इसमें उन उत्पादों को प्राथमिकता दी जाएगी जो दोनों देशों के व्यापार के लिए महत्वपूर्ण हैं। इसमें टेक्स्टाइल, स्टील, ऑटो पार्ट्स, कृषि उत्पाद और आईटी हार्डवेयर शामिल हो सकते हैं।

विशेषज्ञों का मानना है कि इस डील के जरिए भारत और अमेरिका दोनों अपने घरेलू उद्योगों को राहत देना चाहते हैं। भारत चाहता है कि उसके निर्यात पर अमेरिका में भारी शुल्क न लगे और अमेरिकी कंपनियां भी भारत में व्यापार करने में आसानी महसूस करें।

क्यों उठाया गया यह कदम?

भारत और अमेरिका के बीच पिछले कुछ सालों से व्यापार को लेकर कई विवाद चल रहे थे। अमेरिका ने भारत को मिलने वाली 'जनरलाइज्ड सिस्टम ऑफ प्रेफरेंसेज' (GSP) सुविधा 2019 में खत्म कर दी थी,

जिससे भारत के कई उत्पादों को अमेरिकी बाजार में मिलने वाली छूट समाप्त हो गई थी। इसके बाद दोनों देशों के बीच कई दौर की बातचीत हुई लेकिन कोई बड़ा समझौता नहीं हो पाया।

अब दोनों देश यह समझ गए हैं कि अगर वे छोटे-छोटे मुद्दों को पहले सुलझा लें तो बड़े समझौतों तक पहुंचना आसान हो जाएगा। इसीलिए 'मिनी ट्रेड डील' को प्राथमिकता दी जा रही है ताकि जल्द से जल्द कुछ ठोस नतीजे दिख सकें।

अगर डील नहीं हुई तो क्या होगा?

अगर 9 जुलाई तक यह डील नहीं होती तो भारतीय निर्यातकों के लिए मुश्किलें बढ़ जाएंगी। अमेरिका में भारतीय उत्पादों पर फिर से औसतन 26% का टैरिफ लग जाएगा, जिससे वे महंगे हो जाएंगे और उनकी बिक्री पर असर पड़ेगा। इससे भारत का व्यापार घाटा और बढ़ सकता है।

खासतौर पर उन उद्योगों को बड़ा नुकसान होगा जो अमेरिका में बड़े पैमाने पर सामान निर्यात करते हैं, जैसे टेक्स्टाइल, मशीनरी, कृषि उत्पाद और रसायन उद्योग। इसके अलावा अमेरिका के खुदरा कारोबारियों और उपभोक्ताओं के लिए भी भारतीय सामान महंगे हो जाएंगे।

विश्व भर में होने वाले प्रभु कृपा दुख निवारण समागम केवल प्रभु की कृपा से संभव होते हैं। इसका आयोजन कोई व्यक्ति नहीं करता।

परमात्मा की नजर में सभी भाई-बहन बराबर हैं। परमात्मा जाति, धर्म, देश, सम्प्रदाय से पार है। हमें सभी भाई-बहनों को समान दृष्टि से देखना चाहिए।

दिव्य पाठ प्रभु कृपा का वह आलोक है जिसे करने के लिए किसी भी प्रकार की कठिन तपस्या या साधना की कोई जरूरत नहीं है। यह बड़ा सहज और सरल है।



ORDER ALL TYPES OF :

- POOJA SAMAGRI,
- AYURVEDIC MEDICINE
- AND PRATIMA.



NOW GET AT YOUR HOME ON
MNDIVINE.COM



ORDER NOW



<https://mndivine.com/>

HELPLINE : 9667793986
(10AM TO 6PM, MON-SAT)



पंचायत वेब सीरीज से फेमस हुआ गांव मोहड़िया लेकिन असल हालात बेहद बदतर



@ आनंद मीणा

अमेजन प्राइम की सुपरहिट वेब सीरीज 'पंचायत' ने जिस फुलेरा गांव को देश भर में लोकप्रिय बना दिया, उसकी असल तस्वीर कुछ और ही है। सीरीज में उत्तर प्रदेश के बलिया जिले के फुलेरा गांव को दिखाया गया था, लेकिन इसकी शूटिंग मध्य प्रदेश के सीहोर जिले के मोहड़िया गांव में हुई थी। आज वही मोहड़िया गांव बरसात के दिनों में कीचड़, गंदगी और गाजर धास से बेहाल है। पंचायत भवन के आसपास का क्षेत्र जलजमाव से ग्रसित है और वहाँ तक पहुँचने में भी परेशानी हो रही है।

केमरे पर खूबसूरत, असल में बदहाल

गांव के पंचायत कार्यालय के बाहर पानी भरा हुआ है, और अंदर कीचड़ और धास उग आई है। वही पानी की टंकी, जिसे वेब सीरीज में चुनाव प्रचार के दौरान साफ़ करते हुए, क्रांति देवी और भूषण को दिखाया गया था, आज झाड़ियों और गंदगी का अड़ा बन चुकी है। स्थानीय निवासियों का कहना है कि जब पंचायत की शूटिंग चल रही थी, तब करीब तीन महीने तक पूरी यूनिट गांव में रुकी थी। उस दौरान कुछ अस्थाई व्यवस्था बेहतर जरूर दिखी, लेकिन स्थायी विकास के लिए कुछ भी नहीं किया गया।



शासन-प्रशासन की ओर से कोई मदद नहीं मिली एक स्थानीय निवासी ने कहा "सीरीज में तो सब बहुत सुंदर और साफ दिखाया गया, लेकिन जमीनी सच्चाई बिलकुल अलग है। गंदगी, कीचड़ और बदहाल सड़कों के बीच हम रह रहे हैं।"

वेब सीरीज का विकास हुआ, गांव वहाँ रह गया

ग्रामवासियों ने बताया कि शूटिंग ने गांव को पहचान दिलाई, लेकिन बुनियादी सुविधाएं अब भी जस की तस हैं। स्थानीय पंचायत अपनी तरफ से छोटे-मोटे विकास कार्य कर रही है, लेकिन पंचायत सीरीज की टीम या



हमारे लिए गर्व की बात है, लेकिन अफसोस की भी कि इस गांव को अब तक 'मॉडल गांव' घोषित नहीं किया गया।" उन्होंने सरकार से अनुरोध किया कि मोहड़िया को आदर्श ग्राम के रूप में विकसित किया जाए, ताकि यहाँ के लोगों को भी बुनियादी सुविधाएं मिल सकें।

सोशल मीडिया पर उठा सवाल

गांव की हालात को लेकर सोशल मीडिया पर भी बहस जारी है। जब इन तस्वीरों और वीडियो को यूजर्स ने देखा, तो प्रतिक्रिया में तमाम कमेंट्स सामने आए। एक यूजर ने लिखा: "यहीं वजह है कि प्रधान

जी चुनाव हार गए।" दूसरे ने सवाल उठाया: "इतना मशहूर गांव अगर इतना उपेक्षित है, तो बाकी गांवों की क्या हालत होगी?" एक अन्य यूजर का तंज है कि "कम से कम मेकर्स को गांव के लिए कुछ करना चाहिए था। फेम कमाने के बाद गांव को ऐसे छोड़ देना ठीक नहीं।" कुलमिलाकर जहाँ पंचायत वेब सीरीज ने ग्रामीण जीवन की चुनौतियों को हास्य और व्यंग्य के माध्यम से दिखाया, वहाँ असल 'फुलेरा' यानी मोहड़िया गांव आज भी बुनियादी सुविधाओं से वंचित है। गांव को मिली पहचान के बावजूद यहाँ का विकास थमा हुआ है।

“कानून से चलेगा प्रशासन, न कि भावनाओं से” मुजफ्फरपुर डीएम सुब्रत सेन का सख्त संदेश वायरल

@ प्रभाकर चतुर्वेदी

मुजफ्फरपुर, बिहार जिले के डीएम सुब्रत कुमार सेन का एक वीडियो इन दिनों सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहा है, जिसमें वे एक व्यक्ति को प्रशासनिक कार्यों में अनुचित हस्तक्षेप न करने की कड़ी समझाइश देते दिखाई दे रहे हैं। मामला जुड़ा है शुक्ला रोड से, जहां कथित तौर पर अवैध मांस की दुकान लगाए जाने की शिकायत की गई थी।

क्या है पूरा मामला?

मुजफ्फरपुर में 11 जुलाई से श्रावणी मेले की शुरुआत हो रही है। इसी सिलासिले में सोमवार, 7 जुलाई को डीएम सुब्रत सेन ने एसएसपी सुशील कुमार और अन्य अधिकारियों के साथ फकुली मोड़ से लेकर गरीब स्थान मंदिर तक मेले की तैयारियों का जायजा लिया। यात्रा के दौरान गरीब स्थान मंदिर पर एक शख्स ने डीएम से शिकायत की कि शुक्ला रोड पर मांस और फूलों की अवैध दुकानें लगाई जा रही हैं। शिकायत करने वाले व्यक्ति ने यह भी दावा किया कि ये दुकानें कांवड़ यात्रा के रस्ते में आ रही हैं, जिससे गवड़िया (कांवड़ यात्रा) प्रभावित हो सकते हैं।

डीएम ने दिया स्पष्ट जवाब

डीएम सुब्रत सेन ने बेहद शांत लेकिन सख्त लहजे में जवाब देते हुए कहा: “वैध-अवैध का फैसला आम लोग नहीं, प्रशासन करेगा। किसी को भी अनावश्यक टिप्पणी करने या माहौल को बिगड़ने की अनुमति नहीं दी जाएगी।” डीएम ने आगे अधिकारियों को निर्देश दिए कि शुक्ला रोड की जांच करवाई जाए, लेकिन साथ ही ये भी कहा कि: “व्यवसाय करने का अधिकार सबको है। जिस तरह फूल और पूजा सामग्री बिक रही है, उसी तरह अन्य व्यवसाय भी हो सकते हैं।”

जांच और कार्रवाई के निर्देश

डीएम ने मौके पर मौजूद एसडीओ ईस्ट अमित कुमार को शुक्ला रोड की दुकानों की जांच कराने का आदेश दिया। साथ ही स्पष्ट किया कि जो भी व्यक्ति अफवाह फैलाने या मामले को सांप्रदायिक या भावनात्मक रंग देने की कोशिश करेगा, उस पर कठोर कार्रवाई की जाएगी। उन्होंने स्थानीय थाना प्रभारी और पुलिस अधिकारियों को निर्देश दिया कि ऐसे तत्वों को चिन्हित किया जाए और उन पर सख्त कार्रवाई की जाए।

शिकायतकर्ता पर भी नजर

सूत्रों के मुताबिक, डीएम से शिकायत करने वाला



है।” डीएम सुब्रत सेन का यह रुख यह साफ कर देता है कि प्रशासन किसी धार्मिक या भावनात्मक दबाव में नहीं आएगा, और केवल कानून के अनुसार कार्य करेगा। उन्होंने अधिकारियों को यह भी याद दिलाया कि प्रशासन की जिम्मेदारी है जनता की सुविधा और सुरक्षा सुनिश्चित करना, न कि अफवाहों के आधार पर कार्रवाई करना।

मुजफ्फरपुर के डीएम सुब्रत सेन का यह बयान न केवल प्रशासनिक दृढ़ता का उदाहरण है, बल्कि यह भी बताता है कि कानून व्यवस्था के मामले में कोई भी समझौता स्वीकार नहीं किया जाएगा। उनकी बातों से यह संदेश भी जाता है कि हर नागरिक को व्यवसाय का अधिकार है, लेकिन अगर कोई माहौल बिगड़ने की कोशिश करता है, तो उसे बख्ता नहीं जाएगा। यह वीडियो प्रशासनिक जवाबदेही, संवैधानिक सिद्धांतों और जर्मीनी स्तर पर लोकतांत्रिक शासन की समझदारी का उदाहरण बन गया है।

व्यक्ति विक्रम सर्वांक नाम का शख्स है, जो खुद को साहू पोखर का अध्यक्ष बताता है। रिपोर्टर्स के अनुसार, यह व्यक्ति कुछ दिनों से कांवड़ यात्रा के रस्ते में अवैध दुकानों की अफवाहें फैला रहा था। संभवतः इसी पृष्ठभूमि में डीएम पहले से सतर्क थे और उन्होंने मौके पर ही अधिकारियों को सतर्क किया।

सोशल मीडिया पर तारीफ

इस वीडियो के बायरल होते ही सोशल मीडिया पर लोगों ने डीएम सुब्रत सेन की प्रशंसा की है। एक यूजर ने लिखा: “कांवड़ियों का रास्ता देखकर कुछ लोग कानून को मोड़ना चाहते थे, लेकिन डीएम ने याद दिला दिया कि सरकार भावनाओं से नहीं, कानून से चलती

पूर्णिया में दिल दहला देने वाली घटना

डायन बताकर एक ही परिवार के पांच लोगों को जिंदा जलाया



@ मोहित प्रजापति

बिहार के पूर्णिया ज़िले से मानवता को झकझोर देने वाली एक बर्बर घटना सामने आई है। ज़िले के टेडगामा गांव में अंधविश्वास और अफवाहों के चलते उग्र भीड़ ने एक ही परिवार के पांच सदस्यों को जिंदा जला दिया। मृतकों में तीन महिलाएं और दो पुरुष शामिल हैं। गांव वालों को शक था कि ये लोग “जादू-टोना” और “तंत्र-मंत्र” के ज़रिए बीमारियाँ फैला रहे थे।

मामला रविवार रात का है। मृतकों में 70 वर्षीय विधवा कातो देवी, उनके बेटे बाबुल उरांव (50), बहू सीता देवी (40), पोता मंजीत उरांव (20) और मंजीत की पत्नी रानी देवी (18) शामिल हैं। इस हमले में बाबुल उरांव के छोटे बेटे सोनू कुमार किसी तरह भाग निकले और अब वे ही इस पूरे हत्याकांड के एकमात्र चश्मदीद गवाह हैं।

सोनू के अनुसार, गांव के एक बीमार बच्चे की बिगड़ती हालत को लेकर गांव में “डायन” का शक गहराया। आरोप है कि गांव के ही नकुल उरांव नामक एक ओझा ने गांववालों को कातो देवी और उनके परिवार के खिलाफ भड़काया। रविवार शाम गांव में एक बैठक हुई, जिसमें करीब 200 ग्रामीण शामिल थे। वहां कातो देवी को बीमारियों का कारण बताया गया और इसके बाद



हिंसा भड़क उठी।

भीड़ ने परिवार के सभी सदस्यों को जबरन घर से निकालकर पहले उन्हें पीटा और फिर जीवित आग के हवाले कर दिया।

स्थानीय प्रशासन के अनुसार, प्राथमिकी दर्ज कर ली गई है और मुख्य आरोपी नकुल उरांव समेत कुछ अन्य लोगों को हिरासत में लिया गया है। गांव में तनाव के मद्देनज़र भारी पुलिस बल तैनात किया गया है।

समाज पर गंभीर सवाल

यह घटना केवल एक अपराध नहीं, बल्कि हमारे समाज की उस भयावह सत्त्वाई को उजागर करती है जहाँ अंधविश्वास, अफवाह और भीड़तंत्र के चलते निर्दोष लोगों की जान ली जा रही है। 21वीं सदी में, जब देश AI और अंतरिक्ष विज्ञान की बात कर रहा है, ऐसे में इस तरह की “डायन प्रथा” पर आधारित हत्याएँ यह दर्शाती हैं कि कई इलाकों में अब भी कुरीतियाँ और कुप्रश्नाएँ लोगों की सोच पर हावी हैं।

राजनीति में भी उबाल

इस घटना ने बिहार की राजनीति को भी गरमा दिया है। विपक्ष ने राज्य सरकार पर “लॉ एंड ऑर्डर” के पूरी तरह फेल हो जाने का आरोप लगाया है। हाल के दिनों में पटना में एक व्यवसायी की हत्या और सिवान में चार लोगों की दिनदहाड़े हत्या जैसी घटनाओं से कानून व्यवस्था पर गंभीर सवाल उठे हैं। इस दर्दनाक घटना ने न केवल एक परिवार को मिटा दिया, बल्कि यह दिखा दिया कि डर, अफवाह और अंधविश्वास आज भी ग्रामीण भारत के एक बड़े हिस्से को अपने शिंकंजे में लिए हुए हैं। जब तक शिक्षा, जागरूकता और कानून का डर गांवों तक नहीं पहुँचता, तब तक ऐसी घटनाएँ बार-बार हमें झकझोरती रहेंगी।

हिंदी थोपने का प्रयास

एक फेल कांग्रेसी जिसे अब कई साल से निरंतर निजी ठमले करने करने के कारण मैंने पुरानी रीत अनुसार लिस्ट से बाहर कर दिया, बोल रहा है भाषा विवाद के लिए हिंदी पट्टी के राज्य और राजनीति जिम्मेदार हैं।

बेशक हिंदी थोपने का अभियान एक समय चला था। बहुत सारे नेता इसे हिंदू और हिंदुस्तान से भी जोड़ते थे। कई ऐसे थे जिन्हें व्यवहारिक तौर पर हिंदी वो भाषा लगती थी जो भाषा के मामले में समृद्ध देश की माध्यम भाषा बने। फिर भी आज का सवार्य है कि हिंदी पट्टी का आदमी ऐसे किसी आंदोलन या अभियान का हिस्सा नहीं है। वो बैचारा इंगिलिश स्पीकिंग क्लास ले रहा है। केंद्र ने यदि हिंदी थोपने का प्रयास किया है तो वो विशुद्ध सरकारी प्रयास है। बीजेपी तक खुलकर ऐसी बात कहने से बचती है। सरकार यताने वाले प्रभावशाली लोगों में मुश्किल से किसी की मानवाभाषा हिंदी होगी। नौकरशाही की है ती नहीं। फिर ये समझना कितना कठिन है कि ऐसे प्रयास बस वोट जुटाऊ प्लान का ठिस्सा है? और उधर यहले दक्षिण भारतीयों को यीटने वाले अगर अब उत्तर भारतीयों को यीटने के लिए एकजुट हुए हैं तो वो भी वोट जुटाऊ मानला है। सरकार में बैठी शिवसेना को ये सब नहीं सूझता। तां, इन दलों को मुद्दा ज़रूर हिंदी पट्टी के दल वाली सरकार ने थमाया है। हैरान मत होइएगा अगर ये सारे गठबंधन में साथ दियें। असल प्रश्न कांग्रेस के सामने है जिसने भाषायी आंदोलन की आंध्र असल में झेली है, वो किसके साथ जाएगी? अच्छा है कि फेसबुकिया सलाहकार बस पोस्ट लिख याते हैं, वो वाकई राहुल प्रियंका के आंख, कान, नाक नहीं हुए। इस मुद्दे में खूब बारीकियां हैं। लर तरह की हैं। एक दो पोस्ट में सब कह पाना मुमुक्षुन नहीं। बस गनीमत है कि हिंदी पट्टी वाले हिंदू मुस्लिम तो कर रहे हैं पर अभी भी नोएडा, गुडगाँव, यंडीगढ़ में भाषा को लेकर समझदारी बनी हुई है। ये बनी रहे। देश बना रहे।

नितिन ठाकुर

जुबानी तीर

“

भारत अकेला ऐसा देश है, जहां अल्पसंख्यकों को बहुसंख्यकों से ज्यादा फायदे और सुरक्षा मिलती है।

अल्पसंख्यक मामलों के केंद्रीय मंत्री किरेन रिजिजू

“

भारत में अल्पसंख्यक अब दोयम दर्जे के नागरिक भी नहीं हैं, बल्कि बंधक हैं। क्या हर रोज पाकिस्तानी, बांगलादेशी, जिहादी या रोहिंग्या कहलाना 'फायदा' है? क्या लिंगिंग होना 'सुरक्षा' है? क्या भारतीय नागरिकों का अपहरण करके बांगलादेश में धकेल दिया जाना 'सुरक्षा' है? मुस्लिम बहुल इलाकों में सार्वजनिक बुनियादी ढांचे और बुनियादी सेवाओं की सबसे ज्यादा कमी है। हम दूसरे देशों के अल्पसंख्यकों के साथ तुलना करने के लिए नहीं कह रहे हैं। हम बहुसंख्यक समुदाय को मिलने वाली चीजों से ज्यादा नहीं मांग रहे हैं। हम वह मांग रहे हैं जो संविधान वादा करता है: सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक न्याय।

असदुद्दीन ओवैसी (एआईएमआईएम चीफ)

“

हमें जल्द से जल्द राज्य का दर्जा दिया जाना चाहिए और राज्य की सुरक्षा की जिम्मेदारी हमारी होनी चाहिए। कोलकाता में उमर अब्दुल्ला ने कहा कि मैं पश्चिम बंगाल के लोगों को जम्मू-कश्मीर के लिए उनके समर्थन के लिए धन्यवाद देता हूं, खासकर जब हालात खराब रहे हैं। उन्होंने कहा कि अच्छे समय में दोस्तों की कमी नहीं होती, लेकिन दोस्ती का असली प्रतिबंध मुश्किल समय में होता है।

उमर अब्दुल्ला (जम्मू-कश्मीर मुख्यमंत्री)

गाजा में शांति की उम्मीदें

@ अनुराग पाठक

इंजरायल और फिलिस्तीन के बीच लंबे समय से चले आ रहे संघर्ष में गाजा पट्टी इस समय दुनिया की सबसे बड़ी मानवीय त्रासदियों में से एक बन चुकी है। हजारों बेगुनाहों की मौत, लाखों लोगों का विस्थापन और बुनियादी सुविधाओं के अभाव में जी रही जनता की हालत हर किसी को झकझोर देने वाली है। ऐसे में इंजरायल के प्रधानमंत्री बैंजामिन नेतन्याहू का यह बयान कि अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप गाजा में सीजफायर का रास्ता निकालेंगे, उम्मीद जगात है, लेकिन सवाल यह है कि क्या सिर्फ नेताओं की बातचीत से हालात बदल जाएंगे?

नेतन्याहू ने वॉशिंगटन रवाना होने से पहले भरोसा जताया कि ट्रंप के साथ उनकी मुलाकात गाजा में युद्ध रोकने और हमास के कब्जे से इंजरायली बंधकों को छुड़ाने में मदद करेगी। यह नेतन्याहू की इस वर्ष तीसरी अमेरिका यात्रा है और हर बार की तरह इस बार भी गाजा में जारी युद्ध और इंजरायल की सुरक्षा प्राथमिक विषय है।

हालांकि इस बार नेतन्याहू पर युद्धविराम का दबाव पहले से कहीं ज्यादा है। गाजा में पिछले आठ महीनों में 57 हजार से ज्यादा लोगों की मौत हो चुकी है और लाखों लोग भुखमरी, बीमारी और विस्थापन का दंश झेल रहे हैं। अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर इंजरायल की आलोचना हो रही है, विशेष रूप से आम नागरिकों और बच्चों पर हमलों के कारण। अमेरिका सहित पश्चिमी देशों का रुख भी अब नरम समर्थन से सख्त चेतावनी की ओर बढ़ रहा है।

इस पृष्ठभूमि में नेतन्याहू की यह यात्रा के बावजूद औपचारिक कूटनीति नहीं है, बल्कि इंजरायल के सामने अपनी स्थिति स्पष्ट करने और अमेरिका के साथ अपनी सैन्य एवं राजनीतिक साझेदारी को मजबूत बनाए रखने का प्रयास है। ट्रंप प्रशासन शुरू से ही इंजरायल के समर्थन में रहा है, लेकिन गाजा में बढ़ते मानवीय संकट ने अब अमेरिका को भी संतुलित भूमिका निभाने को मजबूर कर दिया है।

नेतन्याहू ने साफ कर दिया है कि वह गाजा में हमास के खतरे को समाप्त करने और इंजरायली बंधकों की सुरक्षित रिहाई के बिना किसी भी तरह के समझौते को स्वीकार नहीं करेगा। दूसरी ओर, हमास भी अपनी शर्तों से पीछे हटने को तैयार नहीं है। ऐसे में कतर में चल रही बातचीत अहम है,

जहां इंजरायल ने अपने वार्ताकारों को स्पष्ट निर्देश दिए हैं कि कोई भी समझौता इंजरायल की सुरक्षा प्राथमिकताओं के अनुरूप ही होना चाहिए।

यह बात समझनी होगी कि किसी भी युद्ध का अंत केवल सैन्य जीत से नहीं बल्कि राजनीतिक समाधान से होता है। गाजा में आज जो हालात हैं, वे किसी भी रूप में स्थायी समाधान की ओर इशारा नहीं कर रहे। सैन्य कार्रवाई से हमास को कमज़ोर किया जा सकता है, लेकिन फिलिस्तीनी जनता के बीच आक्रोश और अलगाव की भावना को नहीं। यही कारण है कि गाजा में बार-बार युद्धविराम के बावजूद हालात फिर से बिगड़ जाते हैं।

सीजफायर के लिए ट्रंप के हस्तक्षेप से कुछ राहत की उम्मीद की जा सकती है। ट्रंप हमेशा से 'डील मेकर' की भूमिका में रहे हैं और उन्होंने पहले भी इंजरायल-फिलिस्तीन के बीच मध्यस्थता की कोशिशें की थीं, भले ही वे ज्यादा सफल न रही हों। लेकिन इस बार गाजा में जो मानवीय संकट है, वह किसी भी अंतर्राष्ट्रीय नेता के लिए अनदेखा करना मुश्किल है। यह समय है जब नेतन्याहू और ट्रंप को केवल अपनी राजनीतिक साझेदारी पर ध्यान देने के बजाय गाजा में फेंसे लाखों आम नागरिकों के जीवन पर ध्यान देना चाहिए। बंधकों की रिहाई, हमास के खतरे को कम करना और इंजरायल की सुरक्षा प्राथमिकता मानवीय जीवन की रक्षा होनी चाहिए।

इस संघर्ष में दोनों पक्षों को कुछ न कुछ त्याग करना होगा। अगर हमास अपने आतंकवादी एजेंडे पर अड़ा रहेगा और इंजरायल सिफ़ सैन्य कार्रवाई को समाधान मानेगा, तो गाजा की निर्दोष जनता ही इस राजनीतिक खिंचतान का शिकार होती रहेगी। अमेरिका की जिम्मेदारी है कि वह एक निष्पक्ष मध्यस्थ की भूमिका निभाए, केवल इंजरायल का समर्थन करने के बजाय वह गाजा के नागरिकों के अधिकारों की भी रक्षा करे। ट्रंप के पास यह अवसर है कि वे खुद को सिर्फ एक पक्षधर नहीं बल्कि एक वैश्विक शांति दूत के रूप में पेश करें।

अंत में, यह कहना गलत नहीं होगा कि गाजा में सीजफायर अब केवल सैन्य और राजनीतिक जरूरत नहीं, बल्कि मानवीय कर्तव्य है। नेतन्याहू और ट्रंप की मुलाकात क्या इस दिशा में कोई ठास पहल कर पाएगी, यह तो आने वाला बक्त बताएगा, लेकिन फिलहाल दुनिया को इस मुलाकात से बहुत सी उम्मीदें हैं।



तनाव को कम करने का आयुर्वेदिक तरीका

शांति की ओर लौटते कदम

@ डॉ महिमा मक्कर

आ

ज की तेज रफ्तार ज़िन्दगी, बढ़ती जिम्मेदारियाँ, और डिजिटल युग की अनवरत भागदौड़ ने हमें मानसिक रूप से थका दिया है। तनाव (Stress) अब केवल एक शब्द नहीं, बल्कि जीवनशैली का हिस्सा बन चुका है। लेकिन, क्या इसका कोई प्राकृतिक और टिकाऊ समाधान हो सकता है?

आयुर्वेद, भारत की प्राचीन चिकित्सा प्रणाली, केवल शरीर की बीमारी को नहीं, बल्कि मन और आत्मा की शांति को भी महत्व देती है। इसमें तनाव को "मानसिक दोषों" की असंतुलन की स्थिति माना जाता है, जिसे संतुलित जीवनशैली, जड़ी-बूटियों, ध्यान, योग, और खानपान के माध्यम से ठीक किया जा सकता है।

आयुर्वेद में तनाव का मतलब

आयुर्वेद में मनुष्य के शरीर को तीन दोषों के आधार पर समझा जाता है: वात, पित्त और कफ। जब इन दोषों का संतुलन बिगड़ता है, तो शारीरिक और मानसिक विकार उत्पन्न होते हैं। तनाव विशेष रूप से तब उत्पन्न होता है जब वात दोष का असंतुलन होता है। यह दोष मानसिक अस्थिरता, चिंता, अनिद्रा और चिड़िचिड़ापन को जन्म देता है।

तनाव के प्रमुख कारण (आयुर्वेदिक दृष्टिकोण से)

अनियमित दिनचर्या – समय पर न सोना, देर रात जागना।

गलत आहार-विहार – तामसिक भोजन, जंक फूड, कैफीन व शराब।

मन की दुर्बलता – नकारात्मक सोच, अतिचिंतन, असंतोष।

आध्यात्मिक असंतुलन – ध्यान और आत्मचिंतन की कमी।

तनाव कम करने के आयुर्वेदिक उपाय

1. आहार (Diet) – जैसा खाओगे, वैसा सोचोगे

आयुर्वेद में कहा गया है – "अन्नं ब्रह्म", यानी भोजन ही ब्रह्म है। आपका मानसिक स्वास्थ्य सीधे आपके भोजन से जुड़ा होता है।

सांचिक भोजन लें – ताजे फल, हरी सब्जियाँ, मूंग दाल, धी, दूध आदि।

तामसिक और राजसिक भोजन से बचें – जैसे मांसाहार, तेज मसाले, प्रोसेस्ड फूड, शराब।

हर्बल टी का सेवन करें – तुलसी, अश्वगंधा, ग्राहमी और शंखपुष्पी युक्त चाय तनाव कम करती है।

भोजन शांत चित्त से करें – टीवी, मोबाइल देखकर खाने से बचें।



2. दिनचर्या (Dinacharya) – अनुशासित जीवनशैली अपनाएं

एक नियमित दिनचर्या आपके मानसिक स्वास्थ्य को स्थिर रखने में मदद करती है:

सुबह सूर्योदय से पहले उठें (ब्रह्ममुहूर्त) – मानसिक स्पष्टता और शांति के लिए।

तैल अभ्यंग (Oil Massage) – तिल का तेल या नारियल तेल से सिर व शरीर की मालिश करें।

दोपहर में भारी भोजन, रात में हल्का भोजन करें।

सोने से पहले स्क्रीन टाइम कम करें और गर्म पानी से पांव धोएं।

3. योग और प्राणायाम – शरीर और मन का मेल

तनाव का सबसे प्रभावी समाधान है – योग और प्राणायाम। ये दोनों मिलकर वात दोष को शांत करते हैं और मानसिक शांति प्रदान करते हैं।

प्रभावी आसन

शवासन – गहरी विश्रांति के लिए।



बालासन – चिंता और थकावट को दूर करता है।



वज्रासन – पाचन सुधारता है, जिससे मानसिक स्थिरता आती है।



प्रमुख प्राणायाम

अनुलोम-विलोम – नाड़ियों की शुद्धि और मस्तिष्क को शांति।

भ्रामरी – मस्तिष्क में कंपन उत्पन्न कर तनाव हटाता है।

नाड़ी शुद्धि प्राणायाम – मन की बेचैनी को शांत करता है।

4. ध्यान (Meditation) और मंत्र जप

आयुर्वेदिक चिकित्सा में ध्यान को अत्यंत प्रभावशाली

माना गया है। प्रतिदिन 10-20 मिनट का ध्यान मन को स्थिर करता है। "ॐ" मंत्र का जाप मानसिक शांति और आत्मिक संतुलन के लिए उपयोगी है। आप चाहें तो गाइडेड मेडिटेशन ऐप्स का सहारा भी ले सकते हैं, जब तक नियमित अध्यास ना हो।

5. आरोमाथरेपी और संगीत

लैवेंडर, तुलसी, चंदन जैसे प्राकृतिक तेलों से स्प्रिंग की मालिश तनाव कम करती है। आयुर्वेदिक द्रव्यों से बने अगरबत्तियाँ और धूप भी मन को स्थिर करती हैं। शांत साउंड्स, जैसे बाँसुरी, समुंदर की लहरें, या मंत्र-संगीत, मस्तिष्क की लय को संतुलित करती हैं।

7. संतुलित सामाजिक और आत्मिक जीवन

अच्छे लोगों के साथ समय बिताएं – सकारात्मक संगति से मन की स्थिति सुधारती है। सेवा और दान से दूसरों के लिए कुछ करने से आत्मिक संतोष मिलता है। धार्मिक या अध्यात्मिक ग्रंथों का अध्ययन – गीता, उपनिषद, या संत साहित्य तनाव को घटाते हैं।

प्राचीन परंपरामें छुपा है समाधान

तनाव एक आधुनिक समस्या है, लेकिन इसका समाधान हमारी प्राचीन परंपरा में छुपा है। आयुर्वेद ने केवल दवाओं का, बल्कि समग्र जीवनशैली का विज्ञान है। यह सिखाता है कि जब हम प्रकृति के अनुसार जीते हैं, शरीर, मन और आत्मा – तीनों में संतुलन बना रहता है। संभव है कि तनाव को पूरी तरह खत्म न किया जा सके, लेकिन आयुर्वेदिक उपायों से उसे नियंत्रित कर हम अधिक शांत, स्वस्थ और संतुलित जीवन जी सकते हैं। "तनाव से मुक्ति शरीर से नहीं, जीवनशैली से आती है और आयुर्वेद उसी जीवनशैली का नाम है।"

श्री रामसखा जी महाराजः प्रभु राम के सखा, भक्ति के दर्सिक संत

श्री

श्री रामसखा जी महाराज का जीवन एक ऐसी मधुर कथा है, जो भगवान श्री राम और उनकी प्रियतमा माता सीता के प्रति अनन्य भक्ति और सख्य भाव से सराबोर है। उनका हृदय प्रभु के चरणों में रमता था, और उनकी वाणी से निकलने वाला हर शब्द अवध की पावन भूमि को रस-वृद्धावन बना देता था। उनकी भक्ति की सरिता ने अयोध्या के कण-कण को प्रेम और आनंद से आप्लावित कर दिया।

प्रभुराम के सखा: एक दिव्य आत्मा का अवतरण

कितना सौभाग्यशाली है वह प्राणी, जिसका मन भगवान राम और माता सीता के चरणों के मकरंद में रमकर संसार के सारे विषय-विकारों से मुक्त हो जाता है। श्री रामसखा जी महाराज ऐसी ही एक महान आत्मा थे, जिनका जन्म विक्रम संवत की अठारहवीं शताब्दी के अंतिम चरण में राजस्थान के जयपुर में एक कुलीन गौड़ ब्राह्मण परिवार में हुआ। बचपन से ही उनके संस्कार इतने असाधारण और अलौकिक थे कि साधु-संतों और भगवद्ग्रन्थों के प्रति उनके हृदय में गहरा आदर और प्रेम था। उनका स्वभाव अत्यंत कोमल और मधुर था। प्रभु राम की लीलाओं का स्मरण करते ही वे आत्मपुरुष हो जाया करते थे। मानो वे जन्मजात ही प्रभु के सखा थे।

उनका मन सांसारिक बंधनों में नहीं रमा। जयपुर की गलता जी की गाड़ी की ओर उनका मन आकर्षित हुआ। वहां उन्होंने गलता स्थान के आचार्य के चरणों में अपनी भक्ति और प्रेम से सबको मंत्रमुग्ध कर दिया। एक बार रामलीला में लक्षण का किरदार निभाते हुए उन्होंने प्रभु राम के प्रति सख्य भाव का ऐसा अद्भुत प्रदर्शन किया कि आचार्य ने प्रसन्न होकर उन्हें “रामसखा” की उपाधि दी। तभी से वे प्रभु श्री राम के सखा के रूप में विख्यात हो गए।

तीर्थभ्रमण और अवध की ओर प्रस्थान

रामसखा जी महाराज का हृदय प्रभु के प्रति प्रेम से इतना भरा था कि वे तीर्थ भ्रमण पर निकल पड़े। उनकी यात्रा उन्हें दक्षिण भारत के उडुपी ले गई, जहां उन्होंने माधव संप्रदाय के प्रसिद्ध संत वशिष्ठतीर्थ महाराज के चरणों में शरण ली। वहां उन्होंने द्वैत मत के अनुसार प्रभु राम की उपासना पद्धति को अपनाया। उनकी भक्ति की गहराई को दर्शाता उनका एक कथन है:

माधव भाष्य निज द्वैत मत, मिलनद्वार हनुमान।

रामसखा विधि संग्रह, उडपी गुरुस्थान।

उडुपी में गुरु की सेवा में उन्होंने अपार निष्ठा दिखाई। धीरे-धीरे उनके हृदय में श्री अवध के प्रति गहरा अनुरोग जागा। प्रभु राम ने उन्हें स्वप्न में प्रेरणा दी कि वे उनके अभिन्न सखा हैं और उनकी उपस्थिति से अयोध्या धन्य



हो जाएगी। रामसखा जी ने सोचा कि जिन राधवेंद्र ने समुद्र पार कर माता सीता को संकट से मुक्त किया, उनकी शरण में ही सारे दुखों का अंत है। बस, फिर क्या था, वे अयोध्या की ओर चल पड़े और वहां के प्रमोद वन में निवास करने लगे। उनकी एक उक्ति इस भाव को सुंदरता से व्यक्त करती है:

विषय-भोग जग स्वप्नवत, समुद्रि परै मन माह।

रामसखे भजु राम को, वन प्रमोद द्रुम छाह।

अयोध्या में रस-वृद्धावन की स्थापना

रामसखा जी की उपस्थिति ने अयोध्या को रस-वृद्धावन में बदल दिया। उनका निवास स्थान “नृत्यराघव-कुंज” के नाम से प्रसिद्ध हुआ, जहां रात-दिन सिद्ध संतों और भक्तों की भीड़ उनके दर्शन के लिए उमड़ती थी। उनकी वाणी से निकलने वाला हर शब्द प्रभु राम और माता सीता की लीलाओं का रस विख्नेता था। अयोध्या की सरयू नदी के मणिनिर्मित घाट, प्रमोद वन में नित्य बसंत, जलकमलों और स्थलकमलों पर गूंजते भौंरे, कोयल की मधुर स्वर लहरी, और मोर की नृत्यछवि—यह सब उनके लिए प्रभु की लीलाओं का जीवंत चित्रण था। उनके लिए अयोध्या स्वयं प्रकाश सीताराम की वह पावन भूमि थी, जहां सूर्य और चंद्रमा की चमक भी प्रभु की दिव्यता के सामने फीकी पड़ जाती थी। उनकी भक्ति ने अयोध्या को और भी पवित्र बना दिया।

चित्रकूट और मंहर में भक्ति की साधना

जब अयोध्या में दर्शनार्थियों की भीड़ बढ़ने लगी, तब रामसखा जी ने चित्रकूट की ओर प्रस्थान किया। चित्रकूट, जो स्वयं रघुनाथ का रूप है, वहां उन्होंने बारह वर्षों तक भजन और साधना की। उनकी एक उक्ति इस भाव को व्यक्त करती है:

“चित्रकूट रघुनाथ रथरूपा”

चित्रकूट में उनकी भक्ति और साधना ने अनेक सिद्धियों को उनके चरणों का दास बना दिया। फिर भी, जब वहां भी भक्तों की भीड़ बढ़ने लगी, तो वे मैहर राज्य में नीलमती गंगा के तट पर एक कुटी बनाकर रहने लगे। वहां वे मानसिक ध्यान, पूजा, और भगवद्ग्रन्थ में लीन रहे। उनकी साधना का आधार सख्य भाव था, जिसमें वे प्रभु राम को अपने सखा के रूप में देखते थे।

प्रभुराम के प्रति अनन्य सख्य-निष्ठा

रामसखा जी महाराज की सख्य-निष्ठा अनुपम थी। वे प्रभु राम को अपना सखा मानते थे और हर कार्य में उनकी प्रसन्नता की कामना करते थे। उनकी भक्ति में कोई असाधारणी का स्थान नहीं था। वे अयोध्या में कनक भवन में प्रतिदिन सुबह और शाम प्रभु राम और माता जानकी का कुशल-समाचार लेने जाते थे, लेकिन कभी मंदिर के भीतर प्रवेश नहीं करते थे। वे बाहर के मुख्य द्वार से ही प्रणाम कर लौट आते थे। उनका यह अभिमान था कि वे जगदीश्वर राम के सखा हैं। वे आठ कहाँचों की पालकी पर कनक भवन जाते, यह सोचकर कि उनके सखा विश्वपति हैं और विश्व के हित में व्यस्त रहते हैं। द्वारपाल उनकी पालकी देखते ही सम्मान में खड़े हो जाते, और रामसखा जी पूछते, “सरकार सकुशल तो है?” फिर माता जानकी को प्रणाम कर वे अपनी नृत्यराघव-कुंज में लौट आते। इस नियम में उन्होंने कभी शिथिलता नहीं आने दी।

उनका दृढ़ सिद्धांत था कि जीव परमात्मा का नित्य सखा है। जब जीव सांसारिक राग में दूब जाता है, तो वह अपने प्रभु को भूल जाता है और कर्मों के बंधन में बंधता रहता रहता है। लेकिन सख्य भाव की सिद्धि से वह अनुपम भक्ति प्राप्त कर लेता है।

उनकी रचनाएँ: भक्ति का रस विख्नेता वाणी

रामसखा जी महाराज ने अपनी भक्ति और प्रेम को अपनी रचनाओं में भी उतारा। उनकी सबसे प्रमुख रचना है “नृत्यराघव-मिलन”, जिसमें उन्होंने प्रभु राम और माता सीता की लीलाओं का रसपूर्ण वर्णन किया। इस ग्रन्थ में उनकी वाणी प्रभु की लीलाओं को इस तरह चित्रित करती है:

अवध नगर ते आङ्के, चित्रकूट की खोर।

रामसखे मन हरि लियो, सुन्दर युगल

किशोर॥

बड़े बड़े नयना मारने, घूंघर वारे बार।

रामसखे मन बस गयो, सुन्दर राजकुमार॥

रतन क्रीट कटि पीत पट, कर धनुही अरु

तीर।

रामसखे मन बसत नित, वनमाली

रघुवीर॥

इसके अलावा, उन्होंने अनेक भावपूर्ण और भक्तिपरक दोहे लिखे, जो भक्तों के हृदय में प्रभु के प्रति प्रेम जागृत करते हैं। उनकी रचनाएँ सरल, मधुर और रस से भरी हैं, जो आज भी भक्तों के हृदय लिए प्रेरणा का स्रोत हैं। उनकी वाणी में प्रभु राम और माता सीता की जांकी इतनी जीवंत है कि पढ़ने वाला स्वयं को अवध की पावन भूमि में खड़ा महसूस करता है।

साकेत धाम में समाधि

रामसखा जी महाराज ने आजीवन प्रभु राम की सरस भक्ति का प्रचार किया। उनकी भक्ति का आधार था प्रभु के प्रति पूर्ण समर्पण और सख्य भाव। विक्रम संवत की उन्नीसवीं शताब्दी के प्रथम चरण की समाप्ति के आसपास, उन्होंने साकेत धाम में प्रवेश किया और शरीर का त्याग किया। लेकिन उनकी भक्ति और रचनाएँ आज भी भक्तों के हृदय में जीवित हैं।

प्रभु के सखा की अमर गाथा

श्री रामसखा जी महाराज का जीवन भक्ति, प्रेम और सख्य भाव का एक अनुपम उदाहरण है। उनकी साधना, उनकी रचनाएँ और उनका प्रभु के प्रति अद्वैत ग्रन्थ है। उनकी भक्ति और रचनाएँ और उनका प्रभु के प्रति प्रेम हमें सिखाता है कि सच्ची भक्ति वही है, जो हृदय को प्रभु के चरणों में समर्पित कर दे। उनकी वाणी और रचनाएँ आज भी हमें प्रभु राम की लीलाओं के रस में डुबे देती हैं। वे साकेत धाम में विलीन हो गए, लेकिन उनकी भक्ति की सरिता आज भी अयोध्या के कण-कण में बह रही है।

रासादिक वहु चरित प्रभु, करत महासुतकेतु।

रामसखे अति प्रेम सो, अवध जनन के हेतु॥

रामसखा जी महाराज की यह उक्ति हमें याद दिलाती है कि प्रभु की भक्ति में ही जीवन का सच्चा आनंद है। उनकी पावन स्मृति को नमन करते हुए, हम उनके दिखाए मार्ग पर चलकर प्रभु राम के ओर करीब आ सकते हैं।

नजरों का धुंधलापन: भारत में बढ़ती समस्या

पो स्ट-पैडेमिक भारत में आँखों की समस्याएँ, खासकर धुंधला दिखना, तेजी से बढ़ रही हैं।

यह सिर्फ बुजुर्गों की बात नहीं है, बच्चे, जवान, और हर उम्र के लोग इसकी चपेट में आ रहे हैं। क्या वजह है कि हमारी नजरें कमज़ोर हो रही हैं? स्क्रीन टाइम, लाइफस्टाइल में बदलाव, या कुछ और? इस आर्टिकल में हम इस समस्या की जड़ तक जाएंगे और इसे समझने की कोशिश करेंगे।

स्क्रीन की लत और आँखों की मुसीबत

पैडेमिक ने हमारी जिंदगी को स्क्रीन से जोड़ दिया। लॉकडाउन में बच्चे ऑनलाइन क्लासेज अटेंड करते थे, बड़े वर्क-फ्रॉम-होम में डूबे थे, और रात को नेटफिल्म्स या यूट्यूब ने सबको बांधे रखा। एक स्टडी के मुताबिक, भारत में बच्चों में मायोपिया (नजदीक की नजर कमज़ोर होना) के केस 1990 के 24% से बढ़कर 2020 में 35% हो गए हैं। खासकर बच्चों में स्क्रीन टाइम बढ़ने से आँखों पर जोर पड़ा, जिससे मायोपिया की समस्या तेजी से बढ़ी।

डॉ. दीपि जोशी, जो कि कर्नाटक के हुबली में MM जोशी आई इंस्टिट्यूट में पैडेयाट्रिक ऑफ्थैल्मोलॉजी की कंसल्टेंट हैं, बताती हैं कि बच्चों को स्कूल और एंटरटेनमेंट के लिए स्क्रीन पर धंटों बिताने पड़े, जिससे उनकी आँखें थक गईं। स्क्रीन से निकलने वाली ब्लू लाइट आँखों के रेटिना को डैमेज करती है और लंबे समय तक इसका असर धुंधला दिखने के रूप में सामने आता है। इसके अलावा, घर में बंद रहने से बच्चों को नेचुरल लाइट कम मिलता, जो आँखों के डेवलपमेंट के लिए जरूरी है। नेचुरल लाइट डोपामाइन बनाती है, जो आँखों की ग्रोथ को बैलेंस करती है।

बड़ों में भी यही कहानी है। वर्क-फ्रॉम-होम ने लैपटॉप और मोबाइल को हमारा बेस्ट फ्रेंड बना दिया। डॉ. सेनिया भल्ला, लॉरेंस एंड मेयो की ऑफ्थैल्मोलॉजिस्ट, सुझाव देती हैं कि हर 20 मिनट में स्क्रीन से ब्रेक लें और 20 फीट दूर की चीज को 20 सेकंड तक देखें। यह “20-20-20 रुल” आँखों को रिलैफ करता है। लेकिन कितने लोग इसे फॉलो करते हैं? ज्यादातर तो स्क्रीन पर ही चिपके रहते हैं।

हेल्थ प्रॉब्लम्स का क्लोनेशन

धुंधला दिखना सिर्फ स्क्रीन टाइम की वजह से नहीं हो रहा। कई दूसरी हेल्थ प्रॉब्लम्स भी आँखों को नुकसान पहुंचा रही हैं। मसलन, हाई ब्लड प्रेसर और डायबिटीज। डॉ. अनुप मिश्रा, लखनऊ के अपोलोमेडिक्स हॉस्पिटल में ऑफ्थैल्मोलॉजी कंसल्टेंट, बताते हैं कि हाई BP रेटिना की ब्लड वेसल्स को नुकसान पहुंचाता है, जिससे फ्लेम-शेष्ट हेमोरेज, कॉटन बूल स्पॉट्स, और मैक्युला में येलो हार्ड एक्सयूडेट्स बनते हैं। अगर BP कंट्रोल न हो, तो रेटिनल बेन या आर्टरी ऑक्लूजन हो सकता है, जिसे “आई स्ट्रोक” कहते हैं। यह अचानक नजर खोने का कारण बन सकता है।

कोविड-19 ने भी आँखों की मुश्किलें बढ़ाई। पैडेमिक के बाद कुछ मरीजों में ब्लर विजन की शिकायत देखी गई, खासकर उनमें जिन्हें स्ट्रॉक्यूइस दिए गए थे। गुजरात में कोविड से रिकवर हुए मरीजों में सेंट्रल रेटिनल आर्टरी ऑक्लूजन के 40 केस सामने आए, जहां ब्लड क्लॉट की वजह से नजर कमज़ोर हो गई। इसके अलावा, ह्यूमन



मेटाप्ल्यूमोवायरस (HMPV) जैसे इन्फेक्शन्स भी आँखों को प्रभावित कर रहे हैं, जिससे कंजिंटिवाइटिस, केराटाइटिस, या ऑप्टिक न्यूराइटिस जैसी प्रॉब्लम्स हो रही हैं।

ग्लॉकोमा भी एक बड़ी वजह है। इसे “साइलेंट थीफ ऑफ साइट” कहते हैं, क्योंकि यह बिना लक्षण के धीरे-धीरे नजर चुराता है। भारत में हर आठवां व्यक्ति ग्लॉकोमा से पीड़ित है या इसके रिस्क में है। डॉ. पायल गुप्ता, फोर्टिस हॉस्पिटल, ग्रेटर नोएडा, बताती हैं कि 40 साल से ऊपर के लोगों को नियमित स्क्रीनिंग करानी चाहिए, खासकर अगर फैमिली हिस्ट्री हो। ग्लॉकोमा का इलाज ड्रॉप्स, लेजर, या सर्जरी से हो सकता है, लेकिन अगर देर हो जाए, तो नजर हमेशा के लिए जा सकती है।

लाइफस्टाइल और एनवायरनमेंट का रोल

हमारा लाइफस्टाइल और आसपास का माहौल भी आँखों की सेहत पर असर डाल रहा है। एयर पॉल्यूशन एक बड़ा फैक्टर है। थोपाल के गांधी मेडिकल कॉलेज की ऑफ्थैल्मोलॉजिस्ट डॉ. अदिति दुबे कहती हैं कि पॉल्यूशन ड्राई आई डिजीज को बढ़ा रहा है। पॉल्यूशन से मीबोमियन

स्टेप्स ले सकते हैं। सबसे पहले, रेगुलर आई चेकअप कराएं। डॉ. संदीप बहुन, साइटसेवर्स इंडिया के टेक्निकल लीड, कहते हैं कि 70% ब्लाइंडनेस को सही समय पर इलाज से रोका जा सकता है। बच्चों के लिए साल में एक बार और बड़ों के लिए हर दो साल में चेकअप जरूरी है।

स्क्रीन टाइम कम करें। अगर काम की वजह से स्क्रीन पर ज्यादा टाइम बिताना पड़ता है, तो ब्लू लाइट फिल्टर ग्लासेस यूज करें। बाहर समय बिताएं, खासकर बच्चों को, ताकि नेचुरल लाइट मिले। डॉ. अपर्णा दरवाल, एशियन हॉस्पिटल की सीनियर कंसल्टेंट, सुझाव देती हैं कि अगर फैमिली में ग्लॉकोमा की हिस्ट्री है, तो बच्चों का जल्दी स्क्रीनिंग कराएं।

हेल्दी डायट फॉलो करें। पालक, ब्रोकली, संतरा, और बादाम जैसे फूड्स विटामिन A, C, और E से भरपूर होते हैं, जो आँखों के लिए अच्छे हैं। स्मोकिंग और अल्कोहल से बचें। अगर BP या डायबिटीज हैं, तो उसे कंट्रोल में रखें। रेगुलर एक्सरसाइज और कम नमक वाली डायट BP को मैनेज करने में मदद करती है।

पॉल्यूशन से बचने के लिए मास्क पहनें और आँखों को बार-बार न रगड़ें। अगर आँखों में जलन, लालपन, या धुंधलापन हो, तो तुरंत ऑफ्थैल्मोलॉजिस्ट से मिलें। कोविड या HMPV जैसे इन्फेक्शन्स के बाद भी आँखों का चेकअप कराना न भूलें।

निष्कर्ष

भारत में धुंधला दिखना एक बढ़ती हुई हेल्थ प्रॉब्लम है, जिसके पीछे स्क्रीन टाइम, हेल्थ कंटीशन्स, पॉल्यूशन, और लाइफस्टाइल जैसे कई फैक्टर्स हैं। पैडेमिक ने इस समस्या को और बढ़ाया, लेकिन सही कदम उठाकर हम अपनी नजर बचा सकते हैं। रेगुलर चेकअप, हेल्दी लाइफस्टाइल, और अवेयरनेस से इस “साइलेंट क्राइसिस” को कंट्रोल किया जा सकता है। अपनी आँखों को प्रायोरिटी दें, क्योंकि ये दुनिया को देखने का हमारा सबसे कीमती जरिया हैं।

क्या करें, क्या न करें?

इस बढ़ती समस्या से बचने के लिए कुछ आसान

मंत्र, मूलाधार और चैतन्य का संबंध

भा

रत्नीय आध्यात्मिक परंपरा में मंत्रों को केवल शब्द नहीं, उर्जा के स्रोत माना गया है। परम पूज्य सदगुरुदेव जी का कहना है कि सभी मंत्र सुन अवस्था में होते हैं। जब तक उन्हें जाग्रत नहीं किया जाता, वे अपनी शक्ति को अधिकृत नहीं करते। इसके लिए आवश्यक है—शाशीदार, उत्कीलन और निष्कीलन जैसी विधियाँ।

मंत्रों का जागृत करने की परंपरा

प्राचीन ग्रंथों और तत्त्व शास्त्रों में भी इस तथ्य का उल्लेख है कि मंत्रों की सकृति तभी प्रकट होती है जब उन्हें उचित विधि-विधान से सिद्ध किया जाए। भगवान शिव ने स्वयं पार्वती को निर्देश दिया था कि मंत्रों को गुरु रखा जाए, तोके प्रकार जैसे कोई अपनी “योनि” (जड़ मूलाधार शक्ति) को गुरु रखता है तुर्णा सनसारी में भी उल्लेख है। यदि यह क्षेत्र संक्रमण या विकारों से ग्रसित हो, तो न केवल असाध्य रोगों का जन्म होता है, उसे हानि हो सकती है। वहीं, जो सही तरीके से जप करता है, वह देवी का पार्वद बनता है और धन, संतान, सुख और मोक्ष का अधिकारी होता है।

मूलाधार और “योनि” का महत्व

आध्यात्मिक दृष्टिकोण से “योनि” शब्द केवल शारीरिक संरचना

नहीं, बल्कि मूलाधार चक्र का प्रतीक है। यह वही केंद्र है, जहाँ से संपूर्ण ब्रह्माण्डीय ऊर्जा का संचार होता है। योग और तंत्र के अनुसार, मूलाधार चक्र से ही ब्रह्मज्ञान की यात्रा शुरू होती है। परंतु दुर्योगवश, आमतौर पर योनि को केवल कामवासना से जुड़ा अंग मान लिया जाता है। यह अल्पज्ञान हमारे शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को भी प्रभावित करता है।

स्वास्थ्य और अध्यात्म का संगम

स्वेच्छों के लिए, योनि की स्वच्छता और रोगमुक्ति स्थिति न केवल शारीरिक द्रुटि से आवश्यक है, बल्कि आध्यात्मिक विकास के लिए भी अत्यंत महत्वपूर्ण मानी गई है। यदि यह क्षेत्र संक्रमण या विकारों से ग्रसित हो, तो न केवल असाध्य रोगों का जन्म होता है, उसे हानि हो सकती है। वहीं, जो सही तरीके से जप करता है, वह देवी का समर्पण होते उपचार न किया जाए, तो वह जीवन की गुणवत्ता को बुरी तरह प्रभावित कर सकते हैं।

आयुर्वेद और वैदिक विकित्सा

शास्त्रों और आयुर्वेद में इस स्थिति को सुधारने के लिए दैवव्याप्राय विकित्सा का उल्लेख किया गया है—यह वह पद्धति है जो दैवीय मंत्रवल और औषधियों के समन्वय से उपचार करती है। इसी दिशा में निर्विविध “मिरेकल ली वीशि” नामक एक औषधि का उल्लेख किया गया है, जिसके उपयोग से योनि क्षेत्र की स्वच्छता और संक्रमण-निवारण में सहायता मिलती है। इसके दैनिक उपयोग की दो बूदें संक्रमण, जलन, खुजली, दुर्गंध और अन्य असुविधाओं को दूर कर सकती हैं।

अध्यात्म से स्वास्थ्य की ओर

आज जब मानव जीवन भागदौड़ और अनियमिता से ग्रसित है, तब आवश्यकता है कि अध्यात्म और विज्ञान को साथ लेकर चलें। मूलाधार की पवित्रता और मंत्रों की जाप्ति — ये दो क्षेत्र, जो देखने में भिन्न हैं, परंतु आंतरिक चेतना और स्वास्थ्य के स्तर पर गहराई से जुड़े हुए हैं। मंत्र, मूलाधार और शरीर—ये सभी तत्त्व केवल अस्था के विषय नहीं हैं, बल्कि जीवन को पूरा, रोगमुक्त और ऊर्जावान बनाने की आधारशिला हैं। जब हम इनकी गहराई को समझते हैं, तभी सच्चे अर्थों में स्वास्थ्य, अध्यात्म और शांति की दिशा में आगे बढ़ते हैं।



जब अध्यात्म और स्वास्थ्य एक साथ जुड़ते हैं

बीपी और शराब की लत हुई खत्म

परम पूज्य सदगुरुदेव जी, मैं पिछले दस सालों से डैंड्रफ के भयंकर रोग से बहुत परेशान रहता था। मेरे सिर में सफेद चक्र हो गए थे। बालों से सफेद सीकरी झड़ती रहती थी। सिर में खुलती बहुत चलती थी, कई तरह से शैम्पू इस्तेमाल किए लेकिन कोई लाभ नहीं हुआ। मैंने समागम में सर्वरोग निवारक औषधि ग्रहण की और इसे उपयोग करके स्नन किया। मात्र 15 दिन में मुझे शराब से नफरत होने लगी और परम पूज्य सदगुरुदेव जी की कृपा से शराब पूरी तरह छूट गई और मेरा बीपी भी नार्मल हो गया।

मनोज वधवा, पटियाला, पंजाब

सरवाइकल से निली मुक्ति

परम पूज्य सदगुरुदेव जी, मैं लंबे अरसे से सरवाइकल से पीड़ित थी। मेरी गर्दन और कंधों में दर्द होता था और कंधों-कंधों यह दर्द हाथों में भी आ जाता था। मुझे ठीक से नींद नहीं आती थी और चक्कर भी आते थे। मैंने इसके लिए थेरेपी भी करवाई लेकिन उससे कोई लाभ नहीं हुआ। मैंने समागम में जाकर सर्वरोग निवारक औषधि ग्रहण की और विधिपूर्वक उसका सेवन किया। इसका परिणाम यह हुआ कि मैं सरवाइकल से मुक्त हो गई हूं और अब मैं पूरी तरह से ठीक हूं।

निशा छाबड़ा, अंबाला, हरियाणा

रिक्ज और डैंड्रफ से निली मुक्ति

परम पूज्य सदगुरुदेव जी, मैं पिछले दस सालों से डैंड्रफ के भयंकर रोग से बहुत परेशान रहता था। मेरे सिर में सफेद चक्र हो गए थे। बालों से सफेद सीकरी झड़ती रहती थी। अंत में मैंने समागम में सर्वरोग निवारक औषधि ग्रहण की और इसे उपयोग करके स्नन किया। मात्र 15 दिन में मुझे शराब से नफरत होने लगी और परम पूज्य सदगुरुदेव जी की कृपा से शराब पूरी तरह छूट गई और मेरा बीपी भी नार्मल हो गया।

आज बहुत खुश हो चुका हूं।

हर प्रसाद सिंह, बुलंदशहर, उ.प्र.

जोड़ों का दर्द हुआ समाप्त

परम पूज्य सदगुरुदेव जी, मैं पिछले पांच सालों से जोड़ों के दर्द से बहुत परेशान थी। मैं रात को बैठ पर चैन से नहीं सो पाती थी। मैंने थेरेपी करवाई लेकिन कोई आराम नहीं मिला और दवाई भी खाई। दवाई खाने के साइड इफेक्ट हुए जिनसे मैं बहुत परेशान रहती थी। मैंने समागम में सर्वरोग निवारक औषधि ग्रहण की और इसे उपयोग किया। मैंने इसके लिए थेरेपी भी करवाई लेकिन उससे कोई लाभ नहीं हुआ। मैंने समागम में जाकर सर्वरोग निवारक औषधि ग्रहण की और विधिपूर्वक इसका प्रयोग किया। मैंने इसे कर्म व धूप-धारणा पर लगाया, स्नान किया और ग्रहण भी किया। इसके प्रभाव से मैं जोड़ों के दर्द से मुक्त हो गई हूं।

रमा गोस्वामी, सूरत, गुजरात

भयंकर पीलियासे निली मुक्ति

परम पूज्य सदगुरुदेव जी, मैं कई वर्षों से पीलिया से पीड़ित था। मेरी जिन्दगी एक तरह से नक्क बन गई थी। इसके

लिए मैं बराबर दवाई ले रहा था।

मुझे हाई ब्लड प्रेशर के साथ शुगर की बीमारी भी हो गई थी। डाक्टर ने कहा कि आपको कोमो थेरेपी भी करवानी पड़ेगी। मैं

और मेरा परिवार बहुत परेशान था। मैंने समागम में सर्वरोग निवारक औषधि ग्रहण की इसका प्रयोग मैंने अपने सिर पर किया और इसे पानी के साथ दवा के रूप में खाया थी।

इसका प्रभाव

देखकर मैं आज भी हैरान हूं कि मुझे न तो पीलिया है, न ही ब्लड प्रेशर और शुगर है। राम कुमार, यमुना नगर, हरियाणा

ब्लड सर्कुलेशन हुआ ठीक

परम पूज्य सदगुरुदेव जी, मैं पिछले पांच सालों से नर्वस सिस्टम की प्राब्लम से ज़ज़ज़ होती थी। मेरी नसों में ब्लड सर्कुलेशन ठीक नहीं था। इसके कारण मुझे चक्कर करते थे और हाथ-पैर फड़कते थे। न मैं ठीक से जॉब कर पाती थी और न ही रात को सो पाती थी। डाक्टरों के पास गए तो उन्होंने दवाएं दी जिनसे मुझे आलस बना रहता था। मैंने समागम में जाकर सर्वरोग निवारक औषधि ग्रहण की और विधिपूर्वक उसका सेवन किया। इसका परिणाम यह हुआ कि मैं असाध्य स्थिति से मुक्त हो गई और अब मैं पूरी तरह से ठीक हूं।

किरण सिंह, कानपुर, उ.प्र.



PM मोदी का UN को दो टूक संदेश

आतंकवाद के खिलाफ अब आधे-अधूरे कदम नहीं चलेंगे

@ अजयवीर

जमू-कश्मीर के पहलगाम में हुए आतंकी हमले की गूंज अब वैश्विक मंचों तक पहुंच चुकी है। ब्रिक्स (BRICS) सम्मेलन के साझा बयान में इस आतंकी हमले की कड़े शब्दों में निंदा की गई है। सम्मेलन में हिस्सा ले रहे सदस्य देशों ने साफ कहा कि आतंकवाद किसी भी रूप में स्वीकार्य नहीं है और इसकी किसी भी तरह से कोई भी वैधता नहीं हो सकती। ब्रिक्स ने आतंक के खिलाफ साझा लड़ाई को और मजबूत करने का संकल्प लिया और साथ ही संयुक्त राष्ट्र (UN) सहित अंतरराष्ट्रीय मंचों से भी स्पष्ट कार्रवाई की मांग की।

ब्रिक्स के इस मजबूत रुख ने एक बार फिर दुनिया को यह संदेश दिया है कि वैश्विक मंच पर आतंकवाद को लेकर दोहरे मापदंड अब बर्दाशत नहीं किए जाएंगे। भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अपने संबोधन में भी संयुक्त राष्ट्र को आड़े हाथों लेते हुए कहा कि आतंकवाद के खिलाफ वैश्विक समुदाय को मिलकर कठोर और स्पष्ट नीति बनानी होगी।

पहलगाम हमले पर सख्त रुख

ब्रिक्स के साझा बयान में 22 अप्रैल को जम्मू-कश्मीर के पहलगाम में हुए आतंकी हमले की कड़े शब्दों में निंदा करते हुए, इसे मानवता के खिलाफ गंभीर अपराध बताया गया है। बयान में कहा गया है कि इस तरह के कृत्य किसी भी परिस्थिति में जायज नहीं ठहराए जा सकते, चाहे उनकी वजह कोई भी हो, इसे कहीं भी अंजाम दिया गया हो और कोई भी इसका जिम्मेदार हो। सदस्य देशों ने साफ किया कि आतंकवाद के खिलाफ लड़ाई किसी धर्म, नस्ल या जातीय पहचान से जोड़कर नहीं देखी जानी चाहिए। आतंकवादी और उन्हें समर्थन देने वाले सभी लोगों को अंतरराष्ट्रीय और राष्ट्रीय कानूनों के तहत सजा भिन्नी चाहिए।

आतंकवाद के खिलाफ जीरो टॉलरेंस नीति

ब्रिक्स ने अपने साझा बयान में आतंकवाद के खिलाफ 'जीरो टॉलरेंस' नीति का समर्थन किया है। बयान में कहा गया कि आतंकवाद को लेकर कोई भी दोहरा मापदंड नहीं अपनाया जाना चाहिए और सभी देशों को मिलकर इसके खिलाफ कार्रवाई करनी चाहिए। ब्रिक्स ने इस बात पर जोर दिया कि आतंकवाद के खिलाफ वैश्विक प्रयासों में UN के चार्टर और अंतरराष्ट्रीय कानूनों का पूरी तरह पालन होना चाहिए। बयान में कहा गया कि मानवाधिकार कानून, शरणार्थियों से जुड़े कानून और अन्य अंतरराष्ट्रीय प्रोटोकॉल भी इस संघर्ष का हिस्सा हैं।



क्रॉस बॉर्डर आतंकवाद और फाइनेंसिंग पर चिंता

ब्रिक्स के साझा बयान में सीमा पार आतंकवाद, आतंकवाद के लिए फाइनेंसिंग और आतंकियों को सुरक्षित पनाहगाह देने पर भी गहरी चिंता व्यक्त की गई। सदस्यों ने कहा कि आतंकवाद के ये सभी रूप गंभीर खतरे हैं और इनसे सख्ती से निपटा जाना चाहिए।

बयान में ब्रिक्स देशों के बीच काउंटर टेररिज्म सहयोग को और गहरा करने की बात कही गई। सदस्य देशों ने ब्रिक्स काउंटर टेररिज्म ग्रुप और इसके पांच सबगुप्स का स्वागत करते हुए कहा कि इन प्लेटफॉर्म्स के जरिए आतंकवाद के खिलाफ साझा रणनीति तैयार की जाएगी।

UN से व्यापक कन्वेशन लाने की मांग

ब्रिक्स ने संयुक्त राष्ट्र से मांग की कि वह आतंकवाद के खिलाफ एक व्यापक और प्रभावी कन्वेशन लाए। यह कन्वेशन वैश्विक स्तर पर आतंकवाद की परिभाषा तय करने और उस पर कार्रवाई के लिए स्पष्ट दिशा-निर्देश प्रदान करेगा।

सदस्य देशों ने यह भी कहा कि संयुक्त राष्ट्र को उन व्यक्तियों और संगठनों पर कार्रवाई करनी चाहिए, जिन्हें उसने पहले ही आतंकवादी घोषित किया हुआ है। इससे आतंकवादियों और उनके समर्थकों के खिलाफ वैश्विक स्तर पर ठोस संदेश जाएगा।

पीएम मोदी का कड़ा संदेश

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने ब्रिक्स सम्मेलन में कहा कि आतंकवाद सिर्फ भारत का नहीं बल्कि पूरी दुनिया का खतरा है। उन्होंने कहा कि भारत लंबे समय से आतंकवाद का शिकार रहा है और अब समय आ गया है कि दुनिया इस पर एकजुट होकर कार्रवाई करे।

पीएम मोदी ने संयुक्त राष्ट्र को भी कड़ा संदेश देते हुए कहा कि जब तक आतंकवाद के खिलाफ एक व्यापक और सख्त नीति नहीं बनती, तब तक निर्दोष लोगों की जान जाती रहेगी। उन्होंने यह भी कहा कि आतंक के मुद्दे पर कुछ देशों का दोहरा रवैया अब अस्वीकार्य है।

भारत का मजबूत रुख

भारत लगातार यह मांग करता रहा है कि आतंकवाद के खिलाफ वैश्विक मंचों पर कोई ढील नहीं दी जानी चाहिए। भारत ने हमेशा आतंकवाद के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की बाकालत की है, चाहे वह पाकिस्तान के खिलाफ हो या किसी अन्य देश के खिलाफ जो आतंकियों को शह देता हो।

भारत का यह भी कहना है कि आतंकवाद के खिलाफ वैश्विक प्रयासों में 'क्रॉस बॉर्डर टेररिज्म' यानी सीमा पार से होने वाले आतंकवाद को भी उतनी ही गंभीरता से लिया जाना चाहिए, जितनी अन्य आतंकी गतिविधियों को।

ब्रिक्स की भूमिका बढ़ी

ब्रिक्स (ब्राजील, रूस, भारत, चीन और दक्षिण अफ्रीका) अब वैश्विक मंच पर केवल आर्थिक मामलों तक सीमित नहीं है, बल्कि सुरक्षा और आतंकवाद के मुद्दों पर भी महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहा है।

ब्रिक्स देशों ने यह दिखा दिया है कि आर्थिक विकास के साथ-साथ वैश्विक शांति और सुरक्षा उनकी प्राथमिकता में शामिल है। आतंकवाद के मुद्दे पर ब्रिक्स का यह साझा रुख आने वाले समय में वैश्विक राजनीति में बड़ा प्रभाव डाल सकता है।

आगे का रास्ता

अब सभी की निगाहें संयुक्त राष्ट्र पर टिकी हैं कि वह ब्रिक्स की इस मांग पर क्या रुख अपनाता है। क्या वह एक व्यापक आतंकवाद विरोधी कन्वेशन लाएगा या फिर अब तक की तरह केवल औपचारिक बयानबाजी तक सीमित रहेगा।

भारत सहित ब्रिक्स देशों की यह स्पष्ट मांग है कि आतंकवाद को किसी भी रूप में सहन नहीं किया जाएगा और इसके खिलाफ वैश्विक स्तर पर ठोस कदम उठाने होंगे।

ब्रिक्स के साझा बयान और पीएम मोदी के स्पष्ट रुख ने दुनिया को यह संदेश दिया है कि आतंकवाद अब केवल किसी एक देश या क्षेत्र की समस्या नहीं है, बल्कि यह पूरी मानवता के लिए खतरा है।

चैट जी.पी.टी. की डिलीट की गई चैट्स क्या आपकी प्राइवेसी खतरे में है?

आ

ज की डिजिटल दुनिया में, जहां हम अपने स्मार्टफोन और इंटरनेट से हर पल जुड़े रहते हैं, प्राइवेसी एक बड़ा सवाल बन गया है। हम सोचते हैं कि हम जो कुछ ऑनलाइन करते हैं, उसे डिलीट करके हमेशा के लिए मिटा सकते हैं। लेकिन हाल ही में एक चैटजीपीटी की सभी चैट्स, यहां तक कि डिलीट की गई चैट्स को भी, अनिश्चितकाल के लिए स्टोर करे। यह फैसला एक कॉपीराइट मुकदमे के चलते लिया गया है, लेकिन इसके पीछे की कहानी और इसके असर ने लाखों यूजर्स के बीच हलचल मचा दी है।

डिलीट का मतलब डिलीट नहीं?

हम में से ज्यादातर लोग यह मानते हैं कि जब हम अपनी चैट्स डिलीट करते हैं, तो वे हमेशा के लिए गायब हो जाती हैं। चैटजीपीटी की पॉलिसी के मुताबिक, जब कोई यूजर अपनी चैट डिलीट करता है, तो वह 30 दिनों के बाद ओपन ए.आई. के सर्वर से पूरी तरह हट जाती है। लेकिन न्यूयॉर्क की एक अदालत के ताजा आदेश ने इस प्रक्रिया को रोक दिया है। अब ओपन ए.आई. को चैटजीपीटी के फ्री, प्लस, प्रो और टीम प्लान्स की सभी चैट्स को स्टोर करना होगा, भले ही यूजर ने उन्हें डिलीट क्यों न किया हो।

यह आदेश न्यूयॉर्क टाइम्स और अन्य न्यूज ऑर्गनाइजेशन्स की ओर से दायर एक कॉपीराइट मुकदमे का हिस्सा है। इनका दावा है कि ओपन ए.आई. और माइक्रोसॉफ्ट ने उनकी कॉपीराइटेड सामग्री का इस्तेमाल बिना इजाजत के अपने AI मॉडल्स को ड्रेन करने के लिए किया। इस मुकदमे में यह साबित करने के लिए कि चैटजीपीटी कॉपीराइटेड कंटेन को दोहरा सकता है, अदालत ने ओपन ए.आई. को सभी यूजर चैट्स को रखने का आदेश दिया है। इसका मतलब है कि आपकी वो चैट्स, जो आपने सोचा था कि डिलीट हो चुकी हैं, अब भी कहीं न कहीं स्टोर हो रही हैं और शायद किसी कानूनी प्रक्रिया में देखी जा सकती हैं।

यह खबर सुनकर कई यूजर्स हैरान हैं। एक यूजर, एडन हंट, ने तो अदालत में याचिका दायर की, जिसमें दावा किया कि वह चैटजीपीटी पर अपनी निजी और बिजनेस से जुड़ी संवेदनशील जानकारी शेयर करता है। उसे डर है कि यह आदेश उसकी प्राइवेसी को खतरे में डाल सकता है। लेकिन जज ने इस याचिका को खारिज कर दिया, यह कहते हुए कि यह आदेश सिर्फ कानूनी प्रक्रिया के लिए डेटा स्टोर करने का है, न कि कोई “मास सर्विलांस प्रोग्राम”।

प्राइवेसी पर खतरा या कानूनी जरूरत?

ओपन ए.आई. इस आदेश के खिलाफ जोर-शोर से लड़ रहा है। कंपनी के सीईओ सैम ऑल्टमैन और सीओओ ब्रैड लाइटकैप ने इसे “ओवररीच” और यूजर्स की प्राइवेसी के खिलाफ बताया है। उनका कहना है कि यह आदेश यूजर्स के भरोसे को तोड़ता है, क्योंकि चैटजीपीटी की पॉलिसी में साफ लिखा है कि डिलीट की गई चैट्स 30



दिनों में हट जाती हैं। ओपन ए.आई. का दावा है कि इस आदेश के लिए उन्हें अपने डेटा सिस्टम में बड़े बदलाव करने पड़ रहे हैं, जो बहुत महंगा और जटिल है।

लेकिन दूसरी तरफ, न्यूयॉर्क टाइम्स और अन्य न्यूज ऑर्गनाइजेशन्स का तर्क है कि ये चैट्स उनके कॉपीराइट के उल्लंघन का सबूत हो सकती हैं। उनका कहना है कि कुछ यूजर्स चैटजीपीटी का इस्तेमाल न्यूज आर्टिकल्स के पेवॉल को बायपास करने के लिए करते हैं, और डिलीट की गई चैट्स में ऐसे सबूत हो सकते हैं। जज ओना वांग ने इस तर्क को माना और कहा कि ओपन ए.आई. ने यह नहीं बताया कि वह इन चैट्स को क्यों नहीं स्टोर कर सकता। जज का यह भी कहना था कि ओपन ए.आई. डेटा को एनोनिमाइज (बिना पहचान के) कर सकता था, लेकिन उसने ऐसा नहीं किया।

यहां सवाल यह उठता है: क्या यह आदेश वाकई प्राइवेसी के लिए खतरा है, या सिर्फ एक कानूनी प्रक्रिया का हिस्सा है? एक्सपर्ट्स का कहना है कि इन्हें बड़े पैमाने पर डेटा स्टोर करने से डेटा ब्रॉच का खतरा बढ़ सकता है। साथ ही, यूजर्स को यह नहीं बताया गया कि उनकी डिलीट की गई चैट्स स्टोर हो रही हैं, जिससे पारदर्शिता की कमी साफ दिखती है। कुछ यूजर्स ने X पर अपनी नाराजगी जाहिर की है, यह कहते हुए कि अब वे चैटजीपीटी पर कुछ भी पर्सनल शेयर करने से डरते हैं।

डिजिटल दुनिया में प्राइवेसी का भविष्य

यह मामला सिर्फ चैटजीपीटी तक सीमित नहीं है।

यह एक बड़े सवाल को जन्म देता है: डिजिटल दुनिया में हमारी प्राइवेसी कितनी सुरक्षित है? जैसे-जैसे AI टूल्स हमारी जिंदगी का हिस्सा बन रहे हैं, वैसे-वैसे डेटा स्टोरेज और प्राइवेसी के नियमों पर बहस तेज हो रही है। यह मुकदमा AI कंपनियों के लिए एक नया प्रेसिडेंट सेट कर सकता है, जहां उन्हें यूजर्स का डेटा ज्यादा समय तक स्टोर करना पड़ सकता है, भले ही यूजर इसे डिलीट करना चाहे।

ओपन ए.आई. ने एक नया कॉन्सेप्ट पेश किया है, जिसे वे “AI प्रिविलेज” कहते हैं। इसका मतलब है कि AI के साथ की गई बातचीत को वैसे ही प्राइवेट माना जाए, जैसे डॉक्टर या वकील के साथ बातचीत को। अगर यह कॉन्सेप्ट कानूनी मान्यता पा लेता है, तो भविष्य में AI चैट्स को ज्यादा प्रोटेक्शन मिल सकता है। लेकिन अभी के लिए, यह सिर्फ एक आइडिया है, और मौजूदा आदेश ने यूजर्स का भरोसा हिला दिया है।

X पर कई यूजर्स ने सुझाव दिया है कि अब वे चैटजीपीटी की जगह लोकल या ओपन-सोर्स AI टूल्स का इस्तेमाल करें, ताकि उनकी प्राइवेसी सुरक्षित रहे। कुछ ने तो यह भी कहा कि वे अब चैटजीपीटी पर कोई पर्सनल डेटा शेयर नहीं करेंगे।

क्या करें चैटजीपीटी यूजर्स?

इस पूरे मामले ने चैटजीपीटी यूजर्स को एक नए सवाल की तरफ मोड़ दिया है। अगर आप चैटजीपीटी पर कुछ भी पर्सनल शेयर करने से डरते हैं, तो वह डेटा

ओपन ए.आई. के सर्वर पर अनिश्चितकाल तक स्टोर हो सकता है। इसका मतलब है कि आपकी प्राइवेसी अब पहले जितनी नहीं है। साथ ही, इस आदेश का असर सिर्फ प्री, प्लस, प्रो और टीम प्लान्स पर है, न कि एंटरप्राइज और एज्जुकेशन यूजर्स पर, जिनके पास खास डेटा एग्रीमेंट्स हैं।

सावधानी और जागरूकता जरूरी

यह मामला हमें एक जरूरी सबक सिखाता है: डिजिटल दुनिया में “डिलीट” का मतलब हमेशा पूरी तरह से गायब होना नहीं है। अपनी बातचीत को सावधानी से चुनें और अगर आप वाकई कुछ प्राइवेट रखना चाहते हैं, तो “टेम्परेरी चैट” मोड या ऐसे फीचर्स का इस्तेमाल करें, जो डेटा को तुरंत डिलीट करने की सुविधा देते हैं। साथ ही, अपनी सेटिंग्स में डेटा ट्रेनिंग से ऑप्ट-आउट करने का ध्यान रखें।

आगे की राह

इस कोर्ट ऑर्डर ने AI और डिजिटल प्राइवेसी के बीच एक बड़े टकराव को उजागर किया है। यह मामला न सिर्फ ओपन ए.आई. और चैटजीपीटी यूजर्स को प्रभावित करता है, बल्कि पूरी डिजिटल दुनिया के लिए एक चेतावनी है। भविष्य में AI कंपनियों को और सख्त नियमों का पालन करना पड़ सकता है, और यूजर्स को अपनी प्राइवेसी को लेकर ज्यादा सावधान रहना होगा।

क्या भारतीय स्कूल सिखाते हैं गरीबी? : एक विश्लेषण

हाल ही में एक लेख ने सोशल मीडिया और न्यूज़ प्लेटफॉर्म्स पर तहलका मचा दिया। हैदराबाद के फाइनेंशियल एनालिस्ट हार्दिक जोशी ने लिंक्डइन पर लिखा कि भारतीय स्कूल मिडिल क्लास को आज्ञाकारी बनाते हैं, न कि वेल्थ क्रिएटर्स। उनका कहना है कि हमारी एजुकेशन सिस्टम बच्चों को बजटिंग और सेविंग्स तो सिखाती है, लेकिन वेल्थ बिल्डिंग के असली टूल्स—जैसे कि उद्यमिता, नेगोशिएशन, और इन्वेस्टमेंट—को पूरी तरह नजरअंदाज करती है। क्या यह बात सच है? क्या हमारा सिस्टम वाकई हमें “कम्फर्टबली पुअर” बनाए रखने के लिए डिज़ाइन किया गया है?

स्कूल सिखाते हैं पालन करना, न कि बनाना

हार्दिक जोशी का कहना है कि भारतीय स्कूल बच्चों को रिस्क लेने से बचाना, नियमों का पालन करना, और सेफ ऑप्शन्स चुनना सिखाते हैं। स्कूल का सिलेबस जॉब करने की तैयारी करवाता है, न कि बिज़नेस शुरू करने या इन्वेस्टमेंट की दुनिया में कदम रखने की। उदाहरण के लिए, हमें मैथ्स और साइंस में अच्छे मार्क्स लाने की ट्रेनिंग दी जाती है, लेकिन स्टॉक मार्केट, म्यूचुअल फंड्स, या स्टार्टअप्स के बारे में कुछ नहीं बताया जाता। जोशी के मुताबिक, यह सिस्टम मिडिल क्लास को एक “कम्फर्ट जोन” में रखता है, जहां लोग सैलरी से सैलरी तक जीते हैं, बिना कभी बड़ा सोचने की हिम्मत किए।

हाल के एक सर्वे में, होम क्रेडिट इंडिया की “द ग्रेट इंडियन वॉलेट 2025” रिपोर्ट ने बताया कि लोअर मिडिल क्लास की औसत मासिक आय 33,000 रुपये है, जिसमें से 20,000 रुपये ज़रूरी खर्चों में चले जाते हैं। सिर्फ 50% लोग ही कुछ बचा पाते हैं, और 12% को तो बेसिक ज़रूरतों के लिए उधार लेना पड़ता है। यह दिखाता है कि मिडिल क्लास की फाइनेंशियल सिक्योरिटी कितनी कमज़ोर है। अगर स्कूलों में बच्चों को फाइनेंशियल प्लानिंग या इन्वेस्टमेंट की बेसिक नॉलेज दी जाए, तो शायद यह हालात बदल सकते हैं।

दूसरी ओर, कुछ एक्सपर्ट्स का मानना है कि स्कूलों का मकसद सिर्फ एकेडमिक नॉलेज देना है, न कि फाइनेंशियल स्किल्स सिखाना। लेकिन जब हम देखते हैं कि वेल्थ क्रिएशन की नॉलेज आज के ज़माने में कितनी ज़रूरी है, तो यह तर्क कमज़ोर पड़ता है। आजकल डिजिटल टूल्स और UPI जैसे ऑप्शन्स ने फाइनेंशियल मैनेजमेंट को आसान बना दिया है—63% लोअर मिडिल क्लास का कहना है कि डिजिटल टूल्स ने उनके फाइनेंशियल गोल्स को हासिल करना आसान किया। फिर भी, स्कूलों में इस तरह की प्रैक्टिकल नॉलेज की कमी एक बड़ा गैप छोड़ती है।

मिडिल क्लास की EMI वाली जिंदगी

भारत में मिडिल क्लास की जिंदगी को अक्सर “EMI की जेल” कहा जाता है। एक और एनालिस्ट, सुजय, ने बताया कि 2024 तक भारत में हाउसहोल्ड डेट GDP



का 42% हो गया है। एक आम मिडिल क्लास फैमिली की मासिक सैलरी का बड़ा हिस्सा—लगभग 33%—EMI में चला जाता है। मसलन, 50,000 रुपये की मंथली इनकम में से 20,000 रुपये रेट, 10,000 रुपये EMI, और 5,000 रुपये वीकेंड के खर्चों में निकल जाते हैं। बाकी बचे 1,000 रुपये से इन्वेस्टमेंट की उम्मीद करना बेमानी है।

यह स्थिति तब और गंभीर हो जाती है, जब हम देखते हैं कि भारत में वेल्थ का गैप बढ़ता जा रहा है। 2025 में टॉप 1% लोगों के पास देश की 40% वैल्थ है, जो ब्रिटिश ज़माने से भी बदतर स्थिति है। मिडिल क्लास की सैलरी में पिछले 10 सालों में सिर्फ 0.4% की ग्रोथ हुई, जबकि खाने-पीने की चीजों की कीमतें 80% तक बढ़ गईं। ऐसे में, स्कूलों का बच्चों को सिर्फ जॉब-केसेट्रिक एजुकेशन देना उन्हें एक ऐसी रेस में धकेलता है, जहां जीत की संभावना कम ही रहती है।

कुछ लोग तर्क देते हैं कि मिडिल क्लास की इस हालत के लिए सिर्फ स्कूलों को ज़िम्मेदार ठहराना ठीक नहीं। पेरेंट्स और सोसाइटी भी बच्चों को “सेप करियर” चुनने के लिए प्रेरणा डालते हैं। लेकिन सवाल यह है कि अगर स्कूल ही बच्चों को क्रिएटिव सोच, रिस्क लेने, और फाइनेंशियल इंडिपेंडेंस की ट्रेनिंग नहीं देंगे, तो यह ज़िम्मेदारी कौन लेगा?

क्या है रास्ता? ग्लोबल इन्वेस्टमेंट और स्कूल्स

फाइनेंशियल एक्सपर्ट अक्षत श्रीवास्तव ने सुझाव दिया है कि मिडिल क्लास को अब ग्लोबल इन्वेस्टमेंट की तरफ देखना चाहिए। उनके मुताबिक, भारतीय परिवारों को अपने इन्वेस्टमेंट्स को डायवर्सिफाई करना चाहिए और इंटरनेशनल मार्केट्स में पैसा लगाना चाहिए। यह न सिर्फ फाइनेंशियल सिक्योरिटी देता है, बल्कि बच्चों को ग्लोबल ऑपर्नुनिटीज़ के लिए भी तैयार करता है। इसके अलावा, टियर-1 स्कूल्स—जैसे कि डेटा एनालिसिस, AI, और डिजिटल मार्केटिंग—सीखना आज के ज़माने में ज़रूरी है।

हालांकि, स्कूलों में इस तरह की स्किल्स सिखाने की कोई व्यवस्था नहीं है। SEBI रजिस्टर्ड एनालिस्ट सुशील अलेवा जैसे एक्सपर्ट्स का कहना है कि फाइनेंशियल लिटरेसी प्रोग्राम्स को स्कूलों में अनिवार्य करना चाहिए। वे कहते हैं कि स्टूडेंट्स को स्टॉक मार्केट, म्यूचुअल फंड्स, और बेसिक इन्वेस्टमेंट स्ट्रेटेजीज़ की जानकारी दी जानी चाहिए। इससे न सिर्फ उनकी फाइनेंशियल समझ बढ़ेगी, बल्कि वे भविष्य में बेहतर डिसीज़न्स ले सकेंगे।

दूसरी ओर, कुछ स्कूलों ने प्राइवेट कोर्सिंग इंस्टीट्यूट्स के साथ टाई-अप शुरू किए हैं, जो फाइनेंशियल लिटरेसी वर्कशॉप्स आयोजित करते हैं।

आगे की राह: एक नया नज़रिया

तो क्या भारतीय स्कूल वाकई हमें गरीबी की ओर धकेलते हैं? यह कहना शायद थोड़ा सख्त होगा, लेकिन हकीकत यह है कि हमारा एजुकेशन सिस्टम आज के फाइनेंशियल और इकानॉमिक रियलिटीज़ के हिसाब से अपडेट नहीं है। मिडिल क्लास की बढ़ी मुश्किलों—EMI, इन्फ्लेशन, और लिमिटेड सेविंग्स—को देखते हुए, स्कूलों को अब सिर्फ एकेडमिक्स से आगे बढ़कर प्रैक्टिकल स्किल्स पर फोकस करना होगा।

इसके लिए कुछ कदम ज़रूरी हैं। पहला, स्कूलों में फाइनेंशियल लिटरेसी को सिलेबस का हिस्सा बनाना। दूसरा, बच्चों को क्रिएटिव और एंटरप्रेनरियल थिंकिंग सिखाना, ताकि वे जॉब ढूँढ़ने की बजाय जॉब क्रिएट कर सकें। तीसरा, डिजिटल टूल्स और ग्लोबल इन्वेस्टमेंट की बेसिक नॉलेज देना, ताकि बच्चे फाइनेंशियल इंडिपेंडेंस की राह पर चल सकें। अखिर में, यह ज़िम्मेदारी सिर्फ स्कूलों की नहीं, बल्कि पेरेंट्स, पॉलिसी मेकर्स, और सोसाइटी की भी है। हमें यह समझना होगा कि आज की दुनिया में वेल्थ क्रिएशन सिर्फ किस्मत या मेहनत का खेल नहीं है—यह एक स्किल है, जिसे सिखाया और सीखा जा सकता है। अगर हम अपने बच्चों को यह स्किल नहीं सिखाएंगे, तो हम उन्हें एक ऐसी रेस में दौड़ा रहे हैं, जहां फिनिश लाइन हमेशा दूर ही रहेगी।

जिबहखाने

सदियों से रेते जा रहे बकरे
क्या जिबहबेला में अब भी करते होंगे प्रार्थना

क्या अब भी अंतिम बार धास खाते हुए
वे थोड़ी धास ईश्वर के लिए छोड़ देते होंगे

अब भी कहते होंगे कि
हे ईश्वर

आज कसाई के गड़ासे को
एक लाली लकड़ी के ऊंठल में बदल दो!

तब भी जब
दाँतों को गड़ासे की धार वाला वरदान

आज तक तथास्तु नहीं हुआ और
वे कभी कसाई का अँगूठा चबा नहीं पाए!

सफेद खाल के
रुरा या भगवा कर देने की अरदास भी

लंबित है सालों से
यह भी कि उनका शिकार शेर करे या भेड़िया

उब्बे आदमी के लाथों
मरना एकदम यसंद नहीं

शिकार होना अलग बात है
खाल रियंचवाना अलग बात

अगर आज तक रुलाल हुए बकरों की
अंतिम निमियाहट को जोड़ दें

तो इतना नाद पैदा हो सकता है
कि कान के पर्दे कट जाने से

ईश्वर बहरा हो जाए!
इस निमियाहट का अनुवाद

ईश्वर की भाषा में कौन-सा कवि करेगा!
ठथ न होने का दुख कितना बड़ा है

होता तो कसाइयों से मिला लेते
पर उनके पास सिर्फ गर्दन हैं

कितना भी गले लगो गड़ासे से
एक अहिंसक गला

गड़ासे का मन कभी नहीं बदल सकता!
वे गड़ासे का धर्म जानना चाहते हैं

और यह भी कि उसका ईश्वर
बकरों के ईश्वर से इतना शक्तिशाली कैसे है

बकरे किसी दूसरे ईश्वर की तलाश में
कभी यारमीनार की तरफ भागते हैं

कभी मंदिर वाली गली में
इन्हीं दोनों के बीच—

जिबहखाने हैं।

वसंत

सारे पते
पीले पड़ रहे हैं

जैसे रंग उड़ जाता है पैरलन का
पुराने हो जाने पर

सबसे पहले
ऊँचे पेड़ों की फुनगियाँ

गिराती है धरा
जैसे स्त्री ने हटाया हो माथे का ढीका

धीरे-धीरे एक-एक पर्ण गिरा रही है
नग्न हो रही है धरती

ठंड से जीर्ण पड़ युके सूर्य
उत्तेजना में फिर गर्म हो रहे हैं

मलय पदन की सरसराहट संकेत है
सूर्य ने एक साथ करोड़ों रशियाँ

धरती पर उड़े दी हैं
वसंत सूर्य का स्वरूप है

यह सृजन का समय है
सृजन हेतु पैरलन का न होना ज़रूरी है

ईश्वर नंगा है।

अखिलेश श्रीवास्तव

नई पीढ़ी के कवि

देशव्यापी भारत बंद

25 करोड़ कर्मचारी हड़ताल पर, बैंकिंग से लेकर बिजली आपूर्ति तक प्रभावित



@ रिंकू विश्वकर्मा

देश की 10 प्रमुख केंद्रीय ट्रेड यूनियनों द्वारा आहूत देशव्यापी हड़ताल के चलते मंगलवार को बैंकिंग,

डाक सेवा, सार्वजनिक परिवहन, कोयला खनन और बिजली आपूर्ति जैसे महत्वपूर्ण क्षेत्रों में कामकाज लगभग ठप रहा।

इस हड़ताल में लगभग 25 करोड़ कर्मचारियों के शामिल होने का दावा किया जा रहा है। कई राज्यों में इसका व्यापक असर देखा गया है।

हड़ताल के पीछे क्या हैं मांगें?

हड़ताल में शामिल ट्रेड यूनियनों ने केंद्र सरकार पर कॉर्पोरेट-समर्थक और श्रमिक-विरोधी नीतियाँ अपनाने का आरोप लगाया है। यूनियनों का कहना है कि सरकार पिछले 10 वर्षों से भारतीय श्रम सम्मेलन (लेबर कॉन्फ्रेंस) आयोजित नहीं कर रही है। 'Ease of Doing Business' के नाम पर श्रमिक अधिकारों में कटौती कर रही है। चार नए लेबर कोड लाकर श्रमिक आंदोलनों को पंग बनाने और हड़ताल के अधिकार को कमज़ोर करने की कोशिश कर रही है। बिजली कंपनियों के प्राइवेट इंजेशन को बढ़ावा देकर कर्मचारियों को असुरक्षित कर रही है ट्रेड यूनियनों का यह भी कहना है कि सरकार की आर्थिक नीतियों से बेरोजगारी, महंगाई, शिक्षा-स्वास्थ्य पर कटौती और मजदूरी में गिरावट जैसे संकट गहराए हैं।

कौन-कौन हड़ताल में शामिल?

हड़ताल में शामिल होने वाले संगठनों में प्रमुख हैं: AITUC, INTUC, HMS, CITU, AIUTUC,



TUCC, SEWA, AICCTU, LPF और UTUC।

इन यूनियनों से जुड़े कर्मचारी बैंकिंग, डाक, ट्रांसपोर्ट, कोयला खनन, निर्माण, बिजली और अन्य औद्योगिक क्षेत्रों में कार्यरत हैं। हिंद मजदूर सभा के नेता हरभजन सिंह सिंह ने बताया कि हड़ताल का व्यापक असर देखा गया, विशेषकर उन क्षेत्रों में जहाँ यूनियनें संगठित हैं।

किन-किन सेवाओं पर असर?

पांच प्रमुख क्षेत्र, जहाँ भारत बंद का सीधा असर देखा गया:

बैंकिंग सेक्टर — कई राष्ट्रीय और क्षेत्रीय बैंकों

में कर्मचारियों की अनुपस्थिति के कारण कामकाज प्रभावित हुआ।

डाक सेवाएं — पोस्टल विभाग के कर्मचारियों के शामिल होने से डिलीवरी और अन्य सेवाएं प्रभावित हुईं।

पब्लिक ट्रांसपोर्ट — केरल, पश्चिम बंगाल, पंजाब, हरियाणा जैसे राज्यों में बसें कम चलीं; कुछ स्थानों पर परिवहन पूरी तरह ठप रहा।

कोयला व उद्योग — कोल इंडिया व उससे जुड़े खानों में कामकाज ठप; निर्माण और भारी उद्योगों पर असर।

बिजली आपूर्ति — विद्युत विभाग से जुड़े 27 लाख

से अधिक कर्मचारी हड़ताल में शामिल हुए; कई क्षेत्रों में बिजली आपूर्ति बाधित होने की आशंका।

किन सेवाओं पर असर नहीं?

शैक्षणिक संस्थान — अधिकतर राज्यों में स्कूल-कॉलेज खुले रहे, हालांकि कुछ क्षेत्रों में स्कूल बस सेवाएं प्रभावित रहीं।

प्राइवेट सेक्टर ऑफिस — हड़ताल का कोई विशेष असर नहीं पड़ा।

रेलवे — रेलवे यूनियनों ने हड़ताल में भाग नहीं लिया, लेकिन कुछ स्टेशनों पर सपोर्ट प्रदर्शन देखा गया।

आपातकालीन सेवाएं — अस्पताल, पुलिस, एम्बुलेंस जैसी सेवाएं सामान्य रहीं।

किसान वर्षों गुड़े इस हड़ताल से?

संयुक्त किसान मोर्चा और अन्य किसान संगठनों ने भी इस हड़ताल को समर्थन दिया है। किसानों की प्रमुख मांगों में एमएसपी की गरंटी, कर्ज माफी, और कृषि सुधारों में पारदर्शिता शामिल हैं। यह कोई पहली बार नहीं है जब इतनी बड़ी संख्या में कर्मचारी एक साथ हड़ताल पर गए हैं। इससे पहले भी 26 नवंबर 2020 और 28-29 मार्च 2022 और 16 फरवरी 2024 को भी इसी तरह के बंद आयोजित किए जा चुके हैं। रिपोर्ट्स के अनुसार, 1991 की नई आर्थिक नीति के बाद यह 22वीं देशव्यापी हड़ताल है। जहाँ सरकार 'Ease of Doing Business' और आर्थिक सुधारों की बात कर रही है, वहाँ मजदूर संगठनों का दावा है कि इन सुधारों की कीमत उन्हें अपनी नौकरी, अधिकार और गरिमा देकर चुकानी पड़ रही है। इस हड़ताल ने एक बार फिर से यह बहस छेड़ दी है कि विकास और सामाजिक सुरक्षा के बीच संतुलन कैसे स्थापित हो।

पीयूष गोयल का 3 लाख करोड़ का धमाका रिसर्च, जॉब्स और स्टार्टअप्स को नई उड़ान

भारत के वाणिज्य और उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने हाल ही में बैंगलुरु में एक बड़ा ऐलान किया, जिसने देश के रिसर्च, रोजगार और स्टार्टअप इकोसिस्टम को नई दिशा देने का वादा किया है। उन्होंने 3 लाख करोड़ रुपये की योजनाओं की घोषणा की, जो भारत को टेक्नोलॉजी, इनोवेशन और जॉब क्रिएशन में ग्लोबल लीडर बनाने की दिशा में एक मास्टरस्ट्रोक साबित हो सकती है। यह ऐलान न केवल आर्थिक विकास की नई कहानी लिखने का दावा करता है, बल्कि भारत को एक आत्मनिर्भर और टेक्नोलॉजी हब के रूप में स्थापित करने की महत्वाकांक्षा को भी दर्शाता है।

रिसर्च और इनोवेशन को 1 लाख करोड़ का बूस्ट

पीयूष गोयल ने बैंगलुरु में इंडस्ट्री लीडर्स के साथ एक इंटरैक्टिव सेशन में बताया कि सरकार ने रिसर्च और इनोवेशन के लिए 1 लाख करोड़ रुपये की स्कीम को मंजूरी दी है। यह राशि यूनिवर्सिटी के साइंस और टेक्नोलॉजी डिपार्टमेंट को 50 साल के लिए जीरो-इंटरेस्ट लोन के रूप में दी जाएगी। इसका मतलब है कि भारत अब उन टेक्नोलॉजीज पर फोकस करेगा, जो ग्लोबल लेवल पर गेम-चेंजर साबित हो सकती हैं, जैसे आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (AI), क्वांटम कम्प्यूटिंग, और डेटा एनालिटिक्स।

गोयल ने कहा, “हमारा टारगेट है कि भारत टेक्नोलॉजी और इनोवेशन में दुनिया का लीडर बने।” उन्होंने यह भी बताया कि भारत में प्रोडक्ट डेवलपमेंट की लागत अमेरिका और यूरोप की तुलना में 6-7 गुना कम है। यह भारत की सबसे बड़ी ताकत है, जो हमें ग्लोबल टेक रेस में आगे ले जा सकती है। बैंगलुरु, जिसे भारत का टेक हब माना जाता है, इस स्कीम का सबसे बड़ा फायदा उठा सकता है। गोयल ने शहर के डीप टेक और स्टार्टअप इकोसिस्टम को “भारत की अर्थव्यवस्था का गहना” कहा, जो इस दिशा में एक मजबूत शुरुआत का संकेत देता है।

यह स्कीम न केवल यूनिवर्सिटीज और रिसर्च इंस्टीट्यूट्स को फंडिंग देगी, बल्कि प्राइवेट सेक्टर को भी इनोवेशन में इन्वेस्ट करने के लिए प्रोत्साहित करेगी। इससे स्टार्टअप्स को नई टेक्नोलॉजीज डेवलप करने का मौका मिलेगा, जो भारत को ग्लोबल टेक मार्केट में एक मजबूत प्लेयर बना सकता है।

जॉब्स और रिक्लॉडेवलपमेंट के लिए 2 लाख करोड़ का मास्टरप्लान

इस ऐलान का दूसरा बड़ा हिस्सा है 2 लाख करोड़ रुपये की रोजगार सृजन योजना। गोयल ने बताया कि यह स्कीम नौजवानों को जॉब्स देने, स्किल डेवलपमेंट को बढ़ावा देने और इंटर्नशिप प्रोग्राम्स को सपोर्ट करने के लिए बनाई गई है। उनका कहना है कि यह योजना भारत को “जॉब क्रिएटर” से “जॉब क्रिएटर” बनाने की दिशा में एक बड़ा कदम है।

इसके तहत कई प्रोग्राम्स लॉन्च किए जाएंगे, जैसे पीएम इंटर्नशिप प्रोग्राम, जो स्टूडेंट्स और यंग प्रोफेशनल्स



को इंडस्ट्री एक्सपोजर देगा। गोयल ने बैंगलुरु के इवेंट में कहा, “हम चाहते हैं कि हमारे नौजवान सिर्फ नौकरी ढूँढ़ने वाले न बनें, बल्कि वे नौकरियां पैदा करें।” यह स्कीम खासकर उन सेक्टर्स पर फोकस करेगी, जो हाई-ग्रोथ और हाई-इंपैक्ट वाले हैं, जैसे टेक, मैन्यूफैक्चरिंग और डीप टेक।

इसके अलावा, सरकार ने डीप टेक स्टार्टअप्स के लिए 10,000 करोड़ रुपये का फंड ऑफ फंड्स भी लॉन्च किया है। यह फंड AI, सेमीकंडक्टर्स, स्पेस, बायोटेक और क्वांटम टेक्नोलॉजी जैसे सेक्टर्स में स्टार्टअप्स को सपोर्ट करेगा। गोयल का मानना है कि अगर इस फंड को 3-4 साइकिल्स में रोल किया जाए, तो यह भारत के इकोसिस्टम को कई गुना बड़ा कर सकता है।

स्टार्टअप्स के लिए भारत का ‘मूनशॉट’

भारत का स्टार्टअप इकोसिस्टम पिछले कुछ सालों में तेजी से ग्रो कर रहा है, और गोयल का यह ऐलान इसे और बुलंदियों पर ले जाने का वादा करता है। बैंगलुरु में बोलते हुए उन्होंने कहा, “हमारा स्टार्टअप इकोसिस्टम भारत की ग्रोथ स्टोरी का दिल है।” इस 3 लाख करोड़ रुपये की योजना का बड़ा हिस्सा स्टार्टअप्स को सपोर्ट करने के लिए डिजाइन किया गया है, खासकर डीप टेक और डिफेंस-एयरस्पेस जैसे सेक्टर्स में।

गोयल ने यह भी बताया कि भारत अब ग्लोबल स्टार्टअप्स के साथ कोलैबोरेशन को बढ़ावा देगा। खासकर डिफेंस और एयरस्पेस में, भारत को एक “पासंदीदा सप्लायर” के रूप में देखा जा रहा है। इसका मतलब है कि भारतीय स्टार्टअप्स न केवल डोमेस्टिक मार्केट में, बल्कि बातों में आत्मविश्वास और महत्वाकांक्षा साफ झलकती

है। इन्टरेशनल लेवल पर भी अपनी पहचान बना सकते हैं। उन्होंने भारत के मजबूत इंटरेशनल रिलेशन्स का जिक्र करते हुए कहा कि यह स्टार्टअप्स के लिए नए मार्केट्स और आपनुविनीज खोलेगा।

इसके अलावा, गोयल ने भारत की इकोनॉमिक रिकवरी की तारीफ की, खासकर कोविड-19 के बाद। उन्होंने कहा कि इनोवेशन, उद्यमिता और मजबूत नीतियों की वजह से भारत ने तेजी से रिकवर किया और अब ग्लोबल इकोनॉमी में अपनी जगह बना रहा है। यह स्कीम स्टार्टअप्स को फंडिंग, मैटरशिप और ग्लोबल मार्केट तक पहुंच प्रदान करेगी, जो भारत को 2027 तक दुनिया की तीसरी सबसे बड़ी इकोनॉमी बनाने के लक्ष्य को सपोर्ट करेगा।

भविष्य की राह: भारत का 32 ट्रिलियन डॉलर का सपना

है, जो भारत को एक ग्लोबल पावरहाउस बनाने की दिशा में एक ठोस कदम है।

हालांकि, इस स्कीम की सक्सेस इस बात पर निर्भर करेगी कि इसे कैसे लागू किया जाता है। फंड्स का सही डिस्ट्रीब्यूशन, ट्रांसपरेंसी और स्टार्टअप्स तक इसकी पहुंच सुनिश्चित करना जरूरी होगा। इसके अलावा, रिसर्च और इनोवेशन को प्रोत्साहित करने के लिए यूनिवर्सिटीज और इंडस्ट्री के बीच बेहतर कोलैबोरेशन की जरूरत है। अगर यह स्कीम सही दिशा में काम करती है, तो यह भारत के स्टार्टअप और टेक इकोसिस्टम को ग्लोबल लेवल पर नई ऊंचाइयों तक ले जा सकती है।

भारत की नई उड़ान

पीयूष गोयल का 3 लाख करोड़ रुपये का ऐलान भारत के लिए एक टर्निंग पॉइंट हो सकता है। यह स्कीम रिसर्च, जॉब्स और स्टार्टअप्स को बूस्ट देकर भारत को ग्लोबल टेक्नोलॉजी और इनोवेशन का हब बनाने का सपना देखती है। बैंगलुरु जैसे टेक हब्स इस बदलाव का सेंटर बन सकते हैं, और भारत का युवा वर्ग इस क्रांति का सबसे बड़ा हीरो होगा।

लेकिन सवाल यह है कि क्या यह स्कीम सिर्फ कागजों पर नहीं रहेगी? क्या यह वास्तव में भारत के नौजवानों और स्टार्टअप्स तक पहुंच पाएगी? अगर सरकार इस प्लान को सही से लागू करती है, तो भारत न केवल आर्थिक रूप से मजबूत होगा, बल्कि टेक्नोलॉजी और इनोवेशन में भी दुनिया को लीड कर सकता है। यह समय है कि भारत अपने इस ‘मूनशॉट’ को हकीकत में बदले और दुनिया को दिखाए कि हमारा टाइम आ गया है।

माइक्रोसॉफ्ट का पाकिस्तान से अलविदा



25 साल पहले, जून 2000 में, माइक्रोसॉफ्ट ने पाकिस्तान में अपने कदम रखे थे। उस वक्त ये एक नई उम्मीद थी, टेक्नोलॉजी के क्षेत्र में पाकिस्तान को नई ऊंचाइयों तक ले जाने का सपना। लेकिन जुलाई 2025 में, इस टेक दिग्गज ने अपने ऑपरेशंस को पूरी तरह बंद कर दिया। माइक्रोसॉफ्ट पाकिस्तान के फार्मिटिंग कंट्री मैनेजर, जवाद रहमान ने इसे सिर्फ एक कॉर्पोरेट फैसला नहीं, बल्कि “पाकिस्तान के बिजनेस माहौल का एक गंभीर संकेत” बताया। आखिर क्यों लिया गया ये फैसला? क्या ये सिर्फ माइक्रोसॉफ्ट की ग्लोबल स्ट्रैटेजी का हिस्सा है, या फिर पाकिस्तान की आर्थिक और राजनीतिक अस्थिरता का नतीजा?

25 साल का सफर: उम्मीद से निराशातक

माइक्रोसॉफ्ट ने 7 मार्च 2000 को पाकिस्तान में अपने ऑपरेशंस शुरू किए थे। उस समय कंपनी का मकसद था देश में डिजिटल ट्रांसफॉर्मेशन को बढ़ावा देना। जवाद रहमान, जो माइक्रोसॉफ्ट पाकिस्तान के पहले कंट्री मैनेजर थे, ने इसे “अपने करियर का सबसे यादगार सफर” बताया। उनके नेतृत्व में कंपनी ने पाकिस्तान के टेक सेक्टर में मजबूत नींव रखी। लेकिन 25 साल बाद, 3 जुलाई 2025 को, माइक्रोसॉफ्ट ने अपने ऑपरेशंस बंद कर दिए। रहमान ने लिंकड़िन पर लिखा, “आखिरी कुछ कर्मचारियों को औपचारिक रूप से सूचित किया गया, और बस, एक युग खत्म हो गया।”

रहमान का कहना है कि ये सिर्फ एक कंपनी का जाना नहीं है। ये उस माहौल को दर्शाता है, जो पाकिस्तान ने बनाया है—एक ऐसा माहौल जहां ग्लोबल टेक दिग्गजों के लिए टिकना मुश्किल हो गया है। माइक्रोसॉफ्ट ने पिछले कुछ सालों में कई मल्टीनेशनल कंपनियां या तो चली गई या फिर अपनी मौजूदगी कम कर रही हैं। टाइम्स ऑफ इंडिया की एक रिपोर्ट के अनुसार, 2021 से 2024 तक 55 से ज्यादा स्टार्टअप्स बंद हो चुके हैं या फिर पिवट कर चुके हैं। टेक फंडिंग में भी 88% की गिरावट आई है। खराब इंटरनेट इन्फ्रास्ट्रक्चर, बार-बार

है, जिसमें मुश्किल से पांच कर्मचारी हैं। लेकिन सवाल ये है कि क्या ये सिर्फ माइक्रोसॉफ्ट का फैसला था, या फिर पाकिस्तान की आर्थिक और राजनीतिक स्थिति ने इसे मजबूर किया?

पाकिस्तान की अर्थव्यवस्था पिछले कुछ सालों से मुश्किल दौर से गुजर रही है। 2024 में देश का ट्रेड डेफिसिट 24.4 बिलियन अमेरिकी डॉलर तक पहुंच गया था। फॉरेन एक्सचेंज रिजर्व्स भी जून 2025 तक 11.5 बिलियन डॉलर तक गिर गए, जिसने टेक इंपोर्ट्स और इन्वेस्टर कॉन्फिडेंस को प्रभावित किया। हाई टैक्स, करेंसी का उतार-चढ़ाव, और टेक्नोलॉजी इंपोर्ट की मुश्किलें—ये सब मिलकर मल्टीनेशनल कंपनियों के लिए चुनौती बने। माइक्रोसॉफ्ट का ये कदम इन सबका नतीजा हो सकता है।

आर्थिक अस्थिरता: माइक्रोसॉफ्ट के जाने की असली वजह?

माइक्रोसॉफ्ट ने अपने ऑफिशियल स्टेटमेंट में कहा कि ये फैसला उनकी ग्लोबल रिस्ट्रक्चरिंग और क्लाउड-बेस्ड, पार्टनर-लेड मॉडल की ओर शिफ्ट का हिस्सा है। लेकिन इंडस्ट्री एक्सपर्ट्स का मानना है कि पाकिस्तान की आर्थिक और राजनीतिक अस्थिरता ने इस फैसले को और तेज किया। हिंदुस्तान टाइम्स की एक रिपोर्ट के मुताबिक, “माइक्रोसॉफ्ट का जाना सिर्फ एक बिजनेस डिसीजन नहीं, बल्कि पाकिस्तान की बिगड़ती आर्थिक स्थिति का प्रतीक है।”

पाकिस्तान में पिछले कुछ सालों में कई मल्टीनेशनल कंपनियां या तो चली गई या फिर अपनी मौजूदगी कम कर रही हैं। टाइम्स ऑफ इंडिया की एक रिपोर्ट के अनुसार, 2021 से 2024 तक 55 से ज्यादा स्टार्टअप्स बंद हो चुके हैं या फिर पिवट कर चुके हैं। टेक फंडिंग में भी 88% की गिरावट आई है। खराब इंटरनेट इन्फ्रास्ट्रक्चर, बार-बार

पावर कट्टप, और बिजनेस माहौल की अनिश्चितता ने टेक प्रोफेशनल्स को भी देश छोड़ने के लिए मजबूर किया है। हजारों प्रोफेशनल्स बेहतर मौकों के लिए विदेश जा रहे हैं।

पूर्व राष्ट्रपति आरिफ अल्वी ने भी माइक्रोसॉफ्ट के इस कदम को “पाकिस्तान की इकॉनमी के लिए एक परेशान करने वाला संकेत” बताया। उन्होंने 2022 में बिल गेट्स की पाकिस्तान यात्रा का नियंत्रण करते हुए कहा कि उस समय माइक्रोसॉफ्ट के साथ बड़े इन्वेस्टमेंट की बात चल रही थी। लेकिन बार-बार सरकार बदलने और पॉलिटिकल अनिश्चितता ने उन मौकों को गंवा दिया। अल्वी का कहना है कि पाकिस्तान “अनिश्चितता के भंवर” में फंस गया है।

हालांकि, कुछ लोग मानते हैं कि माइक्रोसॉफ्ट का ये फैसला पूरी तरह से ग्लोबल स्ट्रैटेजी का हिस्सा है। माइक्रोसॉफ्ट ने हाल ही में ग्लोबल लेवल पर करीब 9,000 कर्मचारियों की छंटनी की थी, जो उनकी कुल वर्कफोर्स का 4% है। ऐसे में पाकिस्तान से बाहर निकलना उनकी कॉस्ट-कटिंग और रिस्ट्रक्चरिंग का हिस्सा हो सकता है। फिर भी, ये सवाल उठता है कि क्या पाकिस्तान का बिजनेस माहौल इतना खराब हो गया है कि ग्लोबल दिग्गजों को यहां टिकना मुश्किल लग रहा है?

व्याढ़ भविष्य की राह?

माइक्रोसॉफ्ट भले ही पाकिस्तान से चला गया हो, लेकिन कंपनी ने कहा है कि वो अपने पार्टनर्स और रीजनल ऑफिसेज के जरिए पाकिस्तानी क्लाइंट्स को सर्विस देना जारी रखेगा। लेकिन क्या ये काफी है? जवाद रहमान ने पाकिस्तान की आईटी मिनिस्ट्री और सरकार से अपील की है कि वो माइक्रोसॉफ्ट के ग्लोबल लीडरशिप के साथ “KPI-डिवन रोडमैप” के साथ बातचीत करें, ताकि भविष्य में सहयोग बना रहे।

पाकिस्तान के टेक सेक्टर के लिए ये एक बेक-अप कॉल है। अगर आर्थिक सुधार, पॉलिसी में स्थिरता, और इन्फ्रास्ट्रक्चर की समस्याओं को जल्दी ठीक नहीं किया गया, तो और भी कंपनियां देश छोड़ सकती हैं। दूसरी ओर, कुछ कंपनियां जैसे गूगल अभी भी पाकिस्तान में इन्वेस्ट कर रही हैं। गूगल ने हाल ही में शिक्षा और लोकल क्रोमबुक प्रोडक्शन के लिए 10.5 मिलियन डॉलर का निवेश किया है। ये दिखाता है कि कुछ कंपनियां अभी भी पाकिस्तान में पोर्टेशियल देख रही हैं, जबकि कुछ पीछे हट रही हैं।

पाकिस्तान के सामने अब सवाल ये है कि क्या वो अपने बिजनेस माहौल को सुधार सकता है? क्या वो टेक्नोलॉजी और इनोवेशन को बढ़ावा देने के लिए जरूरी कदम उठा सकता है? माइक्रोसॉफ्ट का जाना सिर्फ एक कंपनी का जाना नहीं है—ये एक मौका है कि पाकिस्तान अपनी कमियों को देखे और सुधारे।

एक सबक और उम्मीद की क्रियण

माइक्रोसॉफ्ट का पाकिस्तान से जाना एक दुखद लेकिन जरूरी सबक है। ये दिखाता है कि ग्लोबल टेक कंपनियां सिर्फ उन देशों में टिकती हैं, जहां स्थिरता, भरोसा, और इनोवेशन को बढ़ावा मिलता है। पाकिस्तान के लिए ये मौका है कि वो अपनी कमजोरियों को पहचाने—चाहे वो आर्थिक अस्थिरता हो, पॉलिटिकल अनिश्चितता हो, या फिर इन्फ्रास्ट्रक्चर की कमी।

लेकिन सब कुछ खत्म नहीं हुआ है। अगर पाकिस्तान सही दिशा में कदम उठाए, तो वो फिर से ग्लोबल टेक कंपनियों को आकर्षित कर सकता है। जवाद रहमान का कहना है, “ये सिर्फ एक कॉर्पोरेट एजिनेट नहीं है, ये एक मौका है कि हम सोचें और सुधार करें।” क्या पाकिस्तान इस मौके को भुना पाएगा? या फिर ये सिर्फ एक और मिस्ड ऑपर्चर्निटी बनकर रह जाएगा? समय ही बताएगा।



प्रभु कृपा दुर्दिनिवारण समाप्ति

BY

**Arihanta
Industries**

- BHRINGRAJ
- AMLA
- REETHA
- SHIKAKAI

100 ML



15 ML



**ULTIMATE
HAIR
SOLUTION**

NO ARTIFICIAL
COLOR
FRAGRANCE
CHEMICAL

KESH VARDAK SHAMPOO

The complete solution of all hair problems:

- Prevent hair fall and make hair follicle strong.
- Promote hair growth.
- Free from all artificial & harmful chemicals like., SLS.
- 100% pure ayurvedic shampoo.
- Suitable for all hair types.



ORDER ONLINE @ :

amazon

arihanta.in