॥ श्री गणेशाय नमः ॥

हिन्दी पाक्षिक Fort Nightly

बात हिन्दुस्तान की

Baat Hindustan Ki

R N I No. : WBHIN / 2021 / 84049

• विक्रम संवत 2081 पौष शुक्ल द्वितीया, 1-15 जनवरी 2025 (1-15 Jan. 2025), • वर्ष 4 (Year-4), • अंक 16 • पृष्ठ 4 (Page-4) • मूल्य रु.2 (Price 2/-)

सिर्फ ये स्टूडेंट्स ले सकेंगे एक साल के बीएड कोर्स में एडमिशन

नई दिल्ली : स्नातक डिग्री हासिल करने वाले छात्र-छात्राओं को अब भी दो वर्षीय डिग्री पाठ्यक्रम में प्रवेश लेना होगा वे एक साल के कोर्स में दाखिले के लिए योग्य नहीं होंगे। वहीं एमएड डिग्री में दाखिले के लिए भी दो वर्षीय बीएड डिग्री हासिल करने वाले अभ्यर्थी ही योग्य होंगे। पाठ्यक्रमों में होने वाले इस बदलाव को लेकर तैयारियां तेजी से की जा रही हैं।

नई दिल्ली। एक साल का बीएड पाठ्यक्रम फिर से शुरू होने जा रहा है। नेशनल काउंसिल फॉर टीचर एजुकेशन की ओर से हाल ही में इस प्रोग्राम को दोबार शुरू करने की मंजूरी मिल चुकी है। अब इस संबंध में ताजा अपडेट आई है कि, नेशनल काउंसिल फॉर टीचर एजुकेशन के एनसीटीई रेग्यूलेशन 2025 को केंद्र सरकार ने मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक मंजूरी दे दी गई है। अनुमति मिलने के बाद अब, बीएड पाठ्यक्रम के स्वरूप पूरी तरह से बदल जाएगा। क्या है इस डिग्री को लेकर नए नियम समझिए विस्तार से। नए नियमों के मुताबिक, एक साल के बैचलर ऑफ एजुकेशन प्रोग्राम में एडमिशन लेने के लिए कैंडिडेट्स को पोस्टग्रेजुएट होना चाहिए। पीजी डिग्री धारक के अलावा चार साल के ग्रेजुएशन डिग्री हासिल करने वाले अभ्यर्थी इस कोर्स में दाखिला के लिए अप्लाई कर सकेंगे। ग्रेजुएशन के बाद भी इस प्रोगाम में दाखिला दिया जाएगा। स्नातक डिग्री धारकों को

2 साल के बीएड पाठ्यक्रम में मीडिया रिपोर्ट के अनुसार दाखिला लेना होगा। इसका आशय यह है कि फिलहाल 2 वर्षीय पाठ्यक्रम बंद नहीं होगा। इसके साथ ही एक साल के एमएड डिग्री में दाखिले के लिए भी चार वर्षीय इंटीग्रेटेड बीएड और दो साल की बीएड की डिग्री धारक अप्लाई कर सकते हैं।

साल 2014 में एक साल के बीएड प्रोग्राम को बंद कर दिया गया था। एनसीटीई ने अब 11 साल बाद इस पाठ्यक्रम को दोबारा शुरू करने का फैसला लिया है। एक साल के बीएड और एमएड कोर्स में दाखिले की शुरु आत अगले शैक्षणिक सत्र 2026-27 से करने की तैयारी है। इससे जुड़ी सभी जरूरी तैयारियो को पूरा किया जा रहा है, जिससे अगले वर्ष से इस पाठ्यक्रम को शुरू किया जा सके।पाठ्यक्रम में होने वाले यह बदलाव, नई शिक्षा नीति 2020 के तहत किया जा रहा है। बता दें कि एक साल के पाठ्यक्रमों की शुरु आत होने से निश्चित तौर पर कैंडिडेट्स के समय की बचत हो सकेगी। साथ ही दो सालों में लगने वाली फीस सहित अन्य खर्चों में भी कटौती हो सकेगी।

कितनी संपत्ति की मालकिन हैं गौतम अडानी की पत्नी प्रीति अडानी

नई दिल्ली : भारत के प्रमुख उद्योगपति गौतम अदाणी की पत्नी प्रीति अदाणी का नाम उनके पति की सफलता से जुड़ा हुआ है. हालांकि प्रीति अडाणी का नाम गौतम अडाणी के व्यापारिक साम्राज्य के कारण प्रसिद्ध हुआ है, वे खुद भी एक प्रभावशाली व्यक्तित्व की मालिक हैं और सामाजिक कार्यों में सक्रिय भूमिका निभाती हैं. प्रीति अडाणी का जन्म 1965 में हुआ था और वे एक डेंटिस्ट के रूप में प्रशिक्षित हैं. उन्होंने अपनी डेंटल डिग्री गुजरात विश्वविद्यालय से प्राप्त की थी. इसके बाद, उन्होंने निजी जीवन में गौतम अडाणी से विवाह किया और उनका साथ सामाजिक कार्यों और जन कल्याण की दिशा में बढ़ा। वे अदाणी फाउंडेशन की चेयरपर्सन हैं, जो भारत में शिक्षा, स्वास्थ्य, ग्रामीण विकास, और सतत आजीविका के क्षेत्रों में काम करती है. इकॉनोमिक टाइम्स के अनुसार प्रीति अडाणी की संपत्ति

लगभग एक अरब रुपये की है. हालांकि वे गौतम अदाणी के व्यापार साम्राज्य का हिस्सा हैं, उनका मुख्य ध्यान सामाजिक कार्यों और अडाणी फाउंडेशन की गतिविधियों पर रहता है. उनके पास जो संपत्ति है, वह उनके पति के कारोबार से जुड़ी हुई है, लेकिन उनका खुद का एक अलग योगदान भी है. प्रीति अडाणी के लिए यह संपत्ति उनकी मेहनत और समर्पण का प्रतीक है.

प्रीति अडाणी ने अडाणी फाउंडेशन के माध्यम से कई सामाजिक पहल की हैं. उनके नेतृत्व में फाउंडेशन ने हजारों परिवारों के जीवन स्तर को सुधारने के लिए कई परियोजनाएं शुरू की हैं. उन्होंने स्वास्थ्य, शिक्षा और ग्रामीण विकास के लिए कई महत्वपूर्ण कदम उठाए हैं.खासकर, उनकी संस्था ने गुजरात और अन्य राज्यों में कई अस्पतालों और स्कूलों की स्थापना की है, जो गरीब और जरूरतमंद लोगों के लिए महत्वपूर्ण साबित हुई हैं.

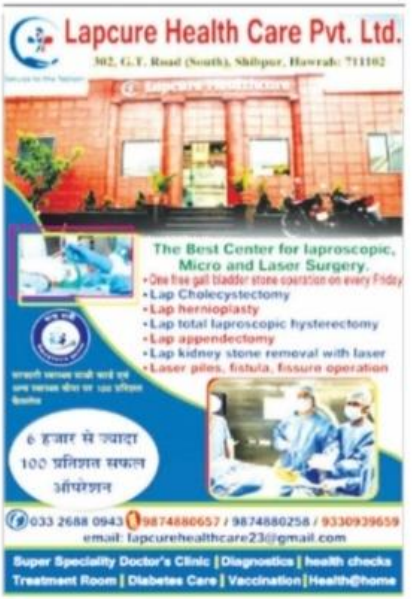
प्रीति अडाणी को उनके सामाजिक कार्यों के लिए काफी सराहा गया है. 2020 में, गुजरात लॉ सोसाइटी विश्वविद्यालय द्वारा उन्हें मानद डॉक्टरेट की उपाधि से सम्मानित किया गया. उनका यह सम्मान उनके समाज के प्रति योगदान को मान्यता देता है और यह बताता है कि वे सिर्फ एक सफल व्यापारी की पत्नी नहीं, बल्कि एक सशक्त महिला भी हैं, जो समाज में सकारात्मक बदलाव लाने के लिए काम कर रही हैं.

उत्सव की तरह आयोजित हों परीक्षाएं

जीवन में एक मील का पत्थर हो सकती हैं, लेकिन वे अंतिम गंतव्य नहीं

इन दिनों देश भर में विभिन्न बोर्डों की 10वीं एवं 12वीं की परीक्षाएं हो रही हैं। इनमें करोड़ों विद्यार्थी भाग ले रहे हैं। गत दिनों प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने छात्रों को परीक्षा के भय से मुक्त करने के लिए परीक्षा पे चर्चा जैसे अपने जनभागीदारी कार्यक्रम का आयोजन किया। इसके जरिये उन्होंने देश भर के छात्रों, अभिभावकों और शिक्षकों को साथ जोड़कर परीक्षा को तनावमुक्त बनाने का प्रयास किया। परीक्षा पे चर्चा विद्यार्थियों को 'परीक्षा योद्धा' के रूप में निर्मित करने की प्रक्रिया का भाग है। इसका उद्देश्य देश में यह भाव पैदा करना है कि छात्र परीक्षा को एक उत्सव के रूप में मनाना प्रारंभ करें। देखा जाए तो भारतीय परीक्षा प्रणाली परीक्षाओं में अधिक से अधिक अंक प्राप्त करने के दबाव के कारण रटकर याद करने पर अत्यधिक बल देती है। यह एक नकारात्मक प्रथा है, जिससे जिज्ञासा, आलोचनात्मक सोच और विश्लेषण की हमारी प्राचीन भारतीय परंपरा काफी हद तक प्रभावित हुई है। हालांकि राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 भारतीय ज्ञान परंपरा के प्रति हमारे विश्वास को पुनः जागृत कर इन प्रतिगामी समस्याओं को हल करने का प्रयास कर रही है, जो मुख्यतः आलोचनात्मक सोच और सीखने-जानने एवं मूल्यांकन के समग्र दृष्टिकोण पर आधारित है।

इसका समग्र उद्देश्य एक सर्वांगीण और संतुलित व्यक्तित्व का निर्माण करना तथा युवाओं में सोचने की प्रवृत्ति एवं कौशल सीखने को प्रेरित करना है। करीब-करीब सभी को परीक्षा के कारण होने वाले तनाव का विभिन्न स्तरों पर सामना करना पड़ता है। व्याकुलता (एंग्जायटी), चिंता, भावुकता और डर जैसे शब्द दुनिया भर में परीक्षाओं अथवा मूल्यांकनों के साथ जुड़े हुए हैं। यह कोई आश्चर्य की बात नहीं है कि 'एंग्जायटी' शब्द 2021 का आक्सफोर्ड चिल्ड्रन वर्ड आफ द ईयर घोषित हुआ था। अंतरराष्ट्रीय छात्र मूल्यांकन कार्यक्रम (पीसा) ने 2015 में एंग्जायटी का एक नया सामान्य सूचकांक प्रस्तुत किया-स्कूलवर्क एंग्जायटी सूचकांक। इस सूचकांक में छात्रों के स्कूल के कार्यों और परीक्षाओं पर उनकी प्रतिक्रियाओं की गणना की जाती है। यह सामान्य बात है कि परीक्षा के समय केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड (सीबीएसई) हेल्पलाइन पर फोन काल की बाढ़ आ जाती है। एनसीईआरटी के 2022 के एक सर्वेक्षण में 81 प्रतिशत छात्रों ने पढ़ाई, परीक्षा और नतीजों को एंग्जायटी का कारण बताया था। अधिकांश अनुभवजन्य शोधों ने स्कूली उपलब्धि और परीक्षा की व्याकुलता के बीच विपरीत संबंध दिखाया है। इसलिए छात्रों को इससे बचाना जरूरी है। परीक्षाओं को आत्म-अनुशासन के साथ समझना और उसका सुसंगत समाधान एंग्जायटी-मुक्त परीक्षा की कुंजी है। डिजिटल सामग्री के प्रसार ने शिक्षार्थियों के लिए विकल्पों की अधिकता पैदा कर दी है। इस कारण परीक्षा के समय छात्रों को भ्रामक सूचना और भ्रांतिपूर्ण जानकारी के बीच अंतर करने में सक्षम होना चाहिए।



48वीं इंटरनेशनल कोलकाता पुस्तक मेला की खास बातें

कोलकाता (संघमित्रा सक्सेना): 48वीं इंटरनेशनल कोलकाता पुस्तक मेला का शुभारंभ हुआ। साल्टलेक स्थित बोइमेला प्रांगण में शुरू हुआ यह मेला 9 फरवरी तक चला। प्रेसिडेंट, पब्लिशर्स तथा बुकसेलर्स त्रिदिव कुमार चटर्जी ने अपनी खुशी को जाहिर करते हुए कहा कि सिर्फ 52 बुक स्टॉल्स के साथ सन 1976 की 5 मार्च कोलकाता पुस्तक मेला अपनी यात्रा शुरु की थी। लोगों की किताबों के प्रति प्रेम और पढ़ने की रुचि इस मेला को नई उंचाई दी। आज की 48वीं कोलकाता इंटरनेशनल बुक फेयर, उन सभी किताब प्रेमियों की रुझान और प्रेम की फसल है। मुख्यमंत्री ममता बनर्जी ने इस कार्यक्रम की शुभारंभ की। सीएम ने आभार प्रकट करते

हुए कहा कि 48वीं कोलकाता इंटरनेशनल बुक फेयर की परिवार में शामिल होकर खुशी महसूस होती है। हमारे राज्य के लिए ऐसा उद्योग कबीले तारीफ हैं। इस दौरान सीएम ने 'सेल्यूट 2', 'लिपिबद्ध किछु काज', 'बंगलाय निर्वाचन ओ आमरा' किताबों की विमोचन की। जर्मनी, यू एस ए, यू के, फ्रांस, रसिया, नेपाल, स्पेन, पेरू,अर्जेंटीना, ग्वाटेमाला, कोस्टारिका तथा अन्य लेटिन अमेरिकन देशों को लेकर कुल 20 देशों ने कोलकाता इंटरनेशनल बुक फेयर की पार्टिसिपेट कर इस मेला की शोभा में चारचंद लगाएं। विशिष्ट लेखक अब्दुल बसर को 'गिल्ड लाइफटाइम लिटरेरी अवॉर्ड' से सम्मानित किया गया।

48वीं इंटरनेशनल कोलकाता बुक फेयर की उद्घाटन समारोह में ममता बनर्जी (सीएम ऑफ वेस्टबेंगल), डॉक्टर फिलिप एकरमेन (एवई एम्बेसडर ऑफ जर्मनी इन इंडिया) डॉक्टर मार्ला स्टूकनबर्ग, डायरेक्टर गोथो, विशिष्ट लेखक अब्दुल बसर, फिरहाद हकीम (महानगरिक कोलकाता), सुजीत बोस (एम आई सी फायर एंड इमरजेंसी सर्विसेज ऑफ वेस्टबेंगल), इंद्रनील सेन (मिनिस्टर ऑफ टूरिज्म), शोभन देव चट्टोपाध्याय (मिनिस्टर ऑफ एग्रीकल्चर), त्रिदिव चटर्जी (प्रेसिडेंट, पब्लिशर्स, बुक सेलर्स गिल्ड), मुकेश (आई पी एस सीपी विधाननगर), डोला सेन(एमपी राज्य सभा), कृष्णा चक्रवर्ती (मेयर विधाननगर), माला रॉय (मेंबर ऑफ लोकसभा), विमान बंद्योपाध्याय (एमएलए बारू इंपुर), चंद्रिमा भट्टाचार्य (मिनिस्ट्री ऑफ फाइनेंस वेस्टबेंगल)। सहित कई गणमान्य व्यक्ति कार्यक्रम की शोभा बढ़ाएं।

आज पंचवटी कॉम्प्लेक्स और श्याम बाबा कॉम्प्लेक्स के मुख्य द्वार का उदघाटन माइसी विधाननगर कॉर्पोरेशन देवराज चक्रबर्ती (कंसीलर वार्ड 7) ने किया, गेट देवराज चक्रबर्ती जी ने बनवाया है, अस्थित थे चीफ एक्जीक्यूटी ऑफिसर मोनोदीप मुखर्जी,श्याम बाबा कॉम्प्लेक्स के अध्यक्ष महेंद्र केजरीवाल, सचिव संजय अग्रवाल, कमल गोयनका , विनोद सुल्तानिया, राहुल चांडक, और रवि लोहिया, संजीव शर्मा।

जिला अस्पताल हावड़ा में कई एडवांस लेप्रोस्कोपिक मामलों को सटीकता के साथ निष्पादित किया गया। इस दौरान उपस्थित थे अधीक्षक डॉ. नारायण और एचओडी सर्जरी डॉ. देवाशीष मुखर्जी सभी पीजीटीएस, एनेस्थीसिया टीम और नर्सों ने बहुत मेहनत की। भविष्य में इसी तरह के कार्यक्रमों का आयोजनों किया जाएगा।

वार्षिक समारोह में बच्चों की प्रस्तुति ने मोहा मन

हावड़ा: हावड़ा के शरत सदन सभागार में ऑक्सफोर्ड हाईस्कूल के वार्षिक समारोह में बच्चों की प्रस्तुति ने जमकर लोगों की तालियां बटोरीं। मौके पर अतिथि के तौर पर हावड़ा नगर निगम के मुख्य प्रशासक, डॉ. सुजय चक्रवर्ती, डीसीपी साउथ सुरेंद्र सिंह, हावड़ा सिटी पुलिस, ऑक्सफोर्ड हाई स्कूल के प्रिंसिपल एस.सी.दुबे, भाजपा के वरिष्ठ नेता संजय सिंह, सेना के अधिकारी सुनील कुमार सिंह व अन्य मौजूद थे। डांसिंग किड्स, फ्रेंगर्सेस ऑफ पंजाब, रिदम ऑफ जॉय, मिथिला टू गुजरात व अन्य विविध सांस्कृतिक कार्यक्रमों ने उपस्थित लोगों का मन मोह लिया। बच्चों को इस कार्यक्रम के लिए बखूबी तैयार किया स्कूल की शिक्षिका एस.दास, आर.गुप्ता, एम.बनर्जी,एफ दास, वी.गुप्ता, एम सिंह, एम.पासी, ए.रावत व अन्य ने। वहीं पी.राहा ने कराटे सेल्फ डिफेंस को बखूबी बाल मन से स्टेज पर प्रस्तुत करवाया। मौके पर निगम के मुख्य प्रशासक डॉ. सुजय चक्रवर्ती ने कहा कि स्कूल काफी बेहतर काम कर रहा है। नई सोसाइटी को तैयार करने के साथ ही जीवन के सही मूल्यों को समझाया जा रहा है। यहां के बच्चे आगामी दिनों में स्कूल के साथ ही हावड़ा, बंगाल व देश का नाम रोशन करेंगे। अच्छा अभिभावक होना आज काफी चुनौती है। एक बच्चों का डॉक्टर होने के नाते यह सलाह है कि बच्चों की जिम्मेवारी के प्रति काफी सतर्क रहें।

मौके पर स्टूडेंट आफ दी ईयर का खिताब प्राइमरी सेक्शन के आरुष पाण्डेय व सेकेंड्री सेक्शन में सौम्य पात्र को मिला। डीसीपी साउथ हावड़ा सिटी पुलिस, सुरेंद्र सिंह ने कहा कि स्कूल में जो बच्चा सीख जाएगा, वह उसे जीवन भर सिखाता है। बच्चों के जीवन में हमारा घर, हमारा परिवार भी बड़ी भूमिका निभाते हैं। गलत रास्ते हमेशा अक्सर आकर्षित करते हैं, लेकिन आपको जीवन के सही मूल्यों को समझकर आगे बढ़ना होगा। सभी में काबिलियत है, ऐसे में निराश न हों। आगे बढ़ते रहें। आपकी मेहनत व लगन एक दिन रंग लाएगी। स्कूल के प्रिंसिपल एस.सी.दुबे ने लोगों का स्वागत किया।

ऑक्सफोर्ड उत्सव का आयोजन

हावड़ा : ऑक्सफोर्ड हाई स्कूल की ओर हावड़ा शरत सदन एक नंबर हाल में ऑक्सफोर्ड उत्सव का आयोजन किया गया। इस दौरान उपस्थित थे कई विशिष्ट गणमान्य अतिथिगण। उपस्थित अतिथियों को स्कूल प्रशासन की ओर से सम्मानित किय गया। वहो स्कूल के छोटे से बड़े सभी क्लास के बच्चों ने मनोरम नृत्य प्रस्तुत कर दर्शक दीर्घा में बठे लोगो का मन मोह लिया। संस्था के कर्ताधर्ता एस सी दुबे ने कहा कि बच्चों को पढ़ाई साथ-साथ इस तरह के आयोजन से जोश भर जाता है मैं बच्चों से आग्रह करूंगा कि अपने जीवन में सबसे पहले एक अच्छा इंसान बनने की कोशिश करें इसके बाद अपने जीवन में उन्हें जो बना हो उसके पीछे जी जान से मेहनत करें।

उलूबेरिया पुस्तक मेले का हुआ शुभारंभ मेले में पहुंचने लगे पुस्तक प्रेमी, इस अवसर पर उपस्थित थे मंत्री पुलक राय, डॉ. निर्मल माझी एवं विशिष्ट अतिथिगण।

पश्चिम बंगाल राज्य सरकार की ओर से लघु व कुटीर शिल्प दफ्तर की ओर से हावड़ा सरत सदन में सिनर्जी एन्ड बिजनेस फैसिलिटेशन कांक्लेव का आयोजन किया गया। इस बैठक में उपस्थित थे इस इस दफ्तर के मंत्री चंद्रनाथ सिंह ताजमुहल हुसैन, अरूप राय, चीफ सेक्रेटरी मनोज पंत, प्रिंसिपल सेक्रेटरी राजेश पांडे, हावड़ा जिला शासक पी दीपा प्रिया शाहित गण्यमन अतिथिगण।

हावड़ा के शरद सदन दो नंबर हाल में जगाछा एकांत की ओर से 25वां स्वामी हरिदास संगीत सम्मेलन कोलकाता का आयोजन किया गया। इस दौरान कई कलाकारों ने अपने शास्त्रीय संगीत कि कला का प्रदर्शन किये। दर्शक दीर्घा में बैठे लोग शास्त्रीय संगीत का आनंद लेते दिखे।

शालीमार स्थित हनुमान मंदिर में हजारों भक्तों को भोग खिलाया

हावड़ा : शालीमार धीरनमोड़ हनुमान मंदिर सेवा समिति की ओर से विगत कई वर्षों की तरह इस बार भी मकर संक्रांति के पावन अवसर पर सुबह से ही मंदिर प्रांगण में कई तरह के धार्मिक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। शाम के समय सुंदरकांड का आयोजन भक्तमंडली के द्वारा आयोजित किया गया जहां पर सैकड़ों की तादाद में भक्तमंदिर प्रांगण में उपस्थित हो सुंदरकांड का पाठ कर पुण्य के भागी बने। आपको बता दें कि तकरीबन 100 वर्षों से अधिक पुराने इस हनुमान मंदिर में दशकों से चली आ रही परंपरा के अनुसार आज मकर संक्रांति के अवसर पर भक्तों के बीच भोग का वितरण किया गया जहां हजारों की संख्या में भक्तों ने प्रसाद ग्रहण किये।

जॉर्ज टेलीग्राफ आंदुल ब्रांच की ओर से स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया गया। जहां इस ब्रांच में शिक्षा प्राप्त करने वाले बच्चे उनके माता पिता और स्थानीय लोगों ने स्वास्थ्य शिविर का लाभ उठाया। संस्था की ओर से ब्रांच हेड जूही रेमा पात्रो ने बताया कि आने वाले समय में जॉब फेयर का आयोजन जल्द किया जाएगा।

क्या होली पर नहीं खेल पाएंगे रंग, इस दिन लग रहा है साल का पहला चंद्रग्रहण

नई दिल्ली : हर वर्ष होली फाल्गुन पूर्णिमा के अगले दिन मनाई जाती है और इस वर्ष होली के अवसर पर चंद्र ग्रहण भी लग रहा है. चंद्र ग्रहण पूर्णिमा के दिन होता है और इस बार होली की पूर्णिमा पर भी ग्रहण का प्रभाव रहेगा. इसका अर्थ है कि इस साल होली के रंग खेलने के दौरान ग्रहण उपस्थित रहेगा. ऐसे में यह प्रश्न उठता है कि क्या इस वर्ष ग्रहण के समय होली का रंग खेला जाएगा और चंद्र ग्रहण के दौरान होली का उत्सव मनाया जाएगा. आइए जानते हैं कि होली कब खेली जाएगी और चंद्र ग्रहण का समय क्या होगा.

इस वर्ष होली के अवसर पर चंद्रग्रहण का योग बन रहा है.होली फाल्गुन मास की पूर्णिमा तिथि को मनाई जाती है और इस वर्ष फाल्गुन पूर्णिमा पर चंद्रग्रहण होगा.ग्रहण की घटना फाल्गुन पूर्णिमा की रात को घटित होगी, जबकि अगले दिन रंगों से भरी होली का उत्सव मनाया जाएगा.इस संदर्भ में लोगों के मन में यह प्रश्न उठ रहा है कि क्या इस बार ग्रहण के दौरान होली खेली जाएगी.आइए, हम आपको बताते हैं कि इस बार होली की तिथि कब से कब तक है और ग्रहण का समय क्या होगा. यह चंद्र ग्रहण भारत में दिखाई

नहीं देगा, इसलिए इसका सूतक काल मान्य नहीं होगा, इसलिए होली पर रंग खेलने पर कोई मनाही नहीं है। होली 14 मार्च को सुबह मनाई जाएगी.इस दिन होली की पूर्णिमा तिथि पर स्नान, दान और अन्य धार्मिक कार्य किए जाएंगे.पूर्णिमा का व्रत 13 मार्च को रखा जाएगा.जो लोग व्रत रखते हैं, वे 13 मार्च को चंद्रमा को अर्घ्य देंगे.अगले दिन स्नान और दान का कार्य करेंगे.पूर्णिमा के दिन सत्यनारायण भगवान की पूजा और कथा अवश्य करें.फाल्गुन पूर्णिमा के स्नान के बाद दान-पुण्य करना न भूलें और पितरों का तर्पण भी करें. चंद्र ग्रहण तब उत्पन्न होता है जब पृथ्वी सूर्य और चंद्रमा के मध्य स्थित हो जाती है, जिसके परिणामस्वरूप सूर्य की किरणें चंद्रमा तक नहीं पहुँच पातीं और वह आंशिक या पूर्ण रूप से अंधकार में डूब जाता है. नासा की वेबसाइट के अनुसार, 2025 का पहला चंद्र ग्रहण अमेरिका, पश्चिमी यूरोप और पश्चिमी अफ्रीका में देखा जा सकेगा.

रेलवे सुरक्षा बल कर्मियों में मानसिक चुनौतियां और समाधान

हावड़ा : रेलवे सुरक्षा बल () भारतीय रेलवे की एक महत्वपूर्ण शाखा है, जो रेलवे परिसर की सुरक्षा, यात्रियों की सुरक्षा, और मालवाहन के सुरक्षा कार्यों में सक्रिय भूमिका निभाती है। रेसुब कर्मियों का कार्य अत्यधिक जिम्मेदार, तनावपूर्ण और कभी-कभी जोखिमपूर्ण होता है, क्योंकि उन्हें अपनी ड्यूटी में न केवल यात्री सुरक्षा का ध्यान रखना होता है, बल्कि समय पर अपराधों की रोकथाम और समाधान भी करना होता है। ऐसे में रेसुब कर्मियों के मानसिक स्वास्थ्य पर विपरीत असर पड़ सकता है, जो उनके कार्य प्रदर्शन और व्यक्तिगत जीवन को प्रभावित कर सकता है। इस लेख में हम रेसुब कर्मियों में मानसिक स्वास्थ्य की समस्याओं को समझने और उनके समाधान के उपायों पर चर्चा करेंगे।

1. मानसिक स्वास्थ्य पर प्रभाव डालने वाले कारक :- रेसुब कर्मियों को अनेक प्रकार की मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। इनमें प्रमुख कारण निम्नलिखित हैं: 1.1 अत्यधिक कार्यभार और तनाव :- रेसुब कर्मियों को अक्सर लंबे समय तक कार्य करना पड़ता है, जो शारीरिक और मानसिक थकान का कारण बनता है। उन्हें लगातार सतर्क रहना होता है, विशेष रूप से रेलवे स्टेशनों और ट्रेनों में। कार्य की जिम्मेदारी, आकस्मिक घटनाओं का सामना और कभी-कभी जोखिमपूर्ण कार्य स्थितियां मानसिक दबाव को बढ़ा देती हैं। यह तनाव बाद में चिंता, अवसाद और अन्य मानसिक विकारों में परिणत हो सकता है। उनके कार्य समय का स्वरूप अनियमित होता है, जिससे नींद की कमी एवं शारीरिक थकावट हो सकती है। ऐसी स्थिति में मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से रेसुब कर्मी प्रायः जूझते हुए विपरीत परिस्थितियों मे व असामंजस्यपूर्ण वातावरण में काम करते हैं, जो चिन्ता और मानसिक थकावट को बढ़ा सकता है। अधिकांश रेसुब अधिकारी व जवान उन स्थानों पर काम करते हैं, जो अलग-थलग या दुरस्थ होते हैं, जहां परिवार या सामाजिक समर्थन प्रणाली तक पहुंच कठिन हो जाती है। इससे अकेलापन और मानसिक तनाव बढ़ जाता है।

1.2 चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों का सामना :- रेसुब कर्मियों को अक्सर ऐसे जोखिमपूर्ण हालातों में काम करना पड़ता है, जिनमें अपराधियों से संघर्ष, दुर्घटनाओं की स्थिति या रेलवे में विभिन्न आपातकालीन स्थितियों से निपटना शामिल है। इन घटनाओं का सामना करने से मानसिक आघात हो सकता है, जो (अभिघातजन्य तनाव विकार) जैसी समस्याओं का जनक बन सकता है। यह स्थिति उनके मानसिक स्वास्थ्य को गंभीर रूप से प्रभावित कर सकती है।

1.3 परिवार और व्यक्तिगत जीवन में तनाव- रेसुब कर्मियों की ड्यूटी अक्सर रात्रि में होती है, जिससे उनके पारिवारिक जीवन पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। लंबे समय तक घर से दूर रहने, परिवार के सदस्य से संपर्क न हो पाना, और सामाजिक जीवन में भागीदारी की कमी से तनाव और अकेलापन बढ़ सकता है। यह व्यक्तिगत जीवन में असंतुलन पैदा

करता है और मानसिक स्वास्थ्य पर भी नकारात्मक असर डालता है।

1.4 सामाजिक और सांस्कृतिक दबाव :- रेसुब कर्मियों को समाज में एक विशेष जिम्मेदारी की भावना के साथ कार्य करना पड़ता है। इसके साथ ही, उनकी ड्यूटी की कठिनाइयाँ और खतरनाक स्थितियों के चलते कई बार उन्हें सामाजिक दबाव और आलोचनाओं का सामना करना पड़ता है। ये दबाव मानसिक तनाव का कारण बन सकते हैं।

2. मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के लक्षण : रेसुब कर्मियों में मानसिक स्वास्थ्य की समस्याओं के विभिन्न लक्षण हो सकते हैं, जो उनके कामकाजी और व्यक्तिगत जीवन को प्रभावित करते हैं। कुछ सामान्य लक्षण इस प्रकार हो सकते हैं -

अवसाद : अत्यधिक तनाव, अकेलापन और चिंता के कारण रेसुब कर्मियों में अवसाद की स्थिति उत्पन्न हो सकती है। इस स्थिति में व्यक्ति में उदासी, निराशा, और उत्साह की कमी महसूस होती है।

चिंता और भय : रेसुब कर्मियों को जोखिमपूर्ण परिस्थितियों का सामना करना पड़ता है, जिससे उनमें चिंता और भय की स्थिति उत्पन्न हो सकती है।

नींद की समस्याएं:- काम के दबाव और तनाव के कारण रेसुब कर्मियों को नींद से जुड़ी समस्याएं हो सकती हैं, जैसे- अनिद्रा या नींद का अत्यधिक आना।

मनोदशा में बदलाव:- मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के कारण, व्यक्ति के मिजाज में तीव्र बदलाव देखे जा सकते हैं, जैसे अत्यधिक गुस्सा या घबराहट का होना।

शारीरिक समस्याएं:- मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं शारीरिक स्वास्थ्य पर भी प्रभाव डाल सकती हैं, जैसे सिरदर्द, पेट की समस्याएं, और शारीरिक थकान।

3. मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के समाधान के उपाय :-

रेसुब कर्मियों में मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं का समाधान करने के लिए एक समग्र दृष्टिकोण अपनाना आवश्यक है। इसमें मानसिक, शारीरिक और सामाजिक पहलुओं पर ध्यान देना चाहिए। निम्नलिखित उपायों से रेसुब कर्मियों की मानसिक स्वास्थ्य स्थिति में सुधार हो सकता है:

3.1 मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम :- रेसुब कर्मियों के मानसिक स्वास्थ्य के लिए जागरूकता अभियान चलाना अत्यंत आवश्यक है। उन्हें मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं के लक्षणों, उनके कारणों और समाधान के तरीकों के बारे में शिक्षा दी जानी चाहिए। इस प्रकार के कार्यक्रमों के माध्यम से कर्मियों को यह समझाया जा सकता है कि मानसिक स्वास्थ्य भी शारीरिक स्वास्थ्य की तरह महत्वपूर्ण है और इसे नजरअंदाज नहीं करना चाहिए।

3.2 मानसिक स्वास्थ्य परामर्श सेवा :- रेसुब कर्मियों को मानसिक स्वास्थ्य परामर्श सेवाएं प्रदान की जानी चाहिए। इसके लिए प्रशिक्षित मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों की टीम को नियुक्त किया जा सकता है, जो कर्मियों की मानसिक स्थिति को समझ कर उन्हें उचित मार्गदर्शन और उपचार प्रदान कर सकें। इसके माध्यम से कर्मी अपनी समस्याओं को खुलकर व्यक्त कर सकते हैं और मानसिक तनाव को कम करने के उपाय सीख सकते हैं।

3.3 कार्यस्थल पर समर्थन और सहयोग:- रेसुब में कार्यस्थल पर एक सहयोगात्मक वातावरण होना चाहिए, जहां कर्मियों को एक-दूसरे से मानसिक और भावनात्मक समर्थन मिल सके। इसके लिए सहकर्मी सहायता कार्यक्रम बेहद प्रभावी हो सकते हैं। इसमें अधिकारी एक दूसरे से जुड़ सकते हैं और अपनी समस्याओं को साझा कर सकते हैं। इससे कार्य का दबाव कम होगा और मानसिक स्वास्थ्य में सुधार हो सकता है। वरिष्ठ अधिकारियों को भी कर्मियों के मानसिक स्वास्थ्य की स्थिति का ध्यान रखना चाहिए और आवश्यकता पड़ने पर उन्हें विश्राम या छुट्टी प्रदान करनी चाहिए। इस तरह से इस समस्या को हल कर सकते हैं।

3.4 शारीरिक स्वास्थ्य और फिटनेस:- शारीरिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य एक-दूसरे से जुड़े होते हैं। रेसुब कर्मियों को नियमित शारीरिक व्यायाम और फिटनेस कार्यक्रमों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया जाना चाहिए। यह मानसिक तनाव को कम करने में मदद करता है और उन्हें मानसिक रूप से सशक्त बनाता है।

3.5 छुट्टियां और कार्य का संतुलन:- रेसुब कर्मियों को पर्याप्त छुट्टियां दी जानी चाहिए ताकि वे अपने परिवार के साथ समय बिता सकें और कार्य के दबाव से बाहर निकल सकें। इसके साथ ही, उनकी ड्यूटी का समय भी संतुलित किया जाना चाहिए, ताकि लंबे समय तक लगातार काम न करना पड़े और मानसिक थकान न हो।

3.6 परिवारों के लिए समर्थन कार्यक्रम:- रेसुब कर्मियों के परिवारों के लिए भी विशेष कार्यक्रम आयोजित किए जा सकते हैं, ताकि वे समझ सकें कि उनके परिवार के सदस्य मानसिक तनाव का सामना कर रहे हैं। परिवार का समर्थन मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है। इसके लिए परिवारों को मानसिक स्वास्थ्य, तनाव प्रबंधन, और चिंता से निपटने के तरीकों पर प्रशिक्षण दिया जा सकता है।

3.7 पेशेवर मानसिक स्वास्थ्य सहायता:- यदि किसी रेसुब कर्मी को गंभीर मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं हैं, तो उन्हें पेशेवर मानसिक स्वास्थ्य सहायता की आवश्यकता हो सकती है। इसमें मनोवैज्ञानिक, मानसिक चिकित्सक और मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों से उपचार और परामर्श प्राप्त किया जा सकता है।

3.8 गोपनीयता एवं सहायता सेवाओं की सुलभता:- मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की सुलभ बनाना अत्यंत महत्वपूर्ण है। कर्मचारियों को बिना किसी डर के मानसिक स्वास्थ्य सहायता प्राप्त करने के लिए वातावरण तैयार किया जाना चाहिए। मानसिक स्वास्थ्य समर्थन प्रणालियों को पारदर्शी, सुरक्षित और विश्वसनीय बनाया जाना चाहिए। इसके अलावा कर्मचारियों के लिए गोपनीय हेल्पलाइन या ऑनलाइन प्लेटफार्म उपलब्ध कराया जा सकता है, जहां वे अपनी पहचान का खुलासा किए बिना सहायता प्राप्त कर सकें। इससे उन्हें मानसिक स्वास्थ्य के लिए समर्थन प्राप्त करने में अधिक आत्मविश्वास मिलेगा।

4. निष्कर्ष:-

रेसुब कर्मियों का मानसिक स्वास्थ्य उनकी कार्यक्षमता और जीवन की गुणवत्ता के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। उन्हें लगातार तनाव, जोखिमपूर्ण स्थितियों और शारीरिक-मानसिक दबाव का सामना करना पड़ता है, जिससे मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं उत्पन्न हो सकती हैं। इन समस्याओं के समाधान के लिए समग्र दृष्टिकोण की आवश्यकता है, जिसमें मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता, समर्थन सेवाएं, शारीरिक स्वास्थ्य, और संतुलित कार्य-जीवन शैली पर ध्यान देना आवश्यक है। यदि इन उपायों को प्रभावी तरीके से लागू किया जाए, तो रेसुब कर्मियों का मानसिक स्वास्थ्य बेहतर हो सकता है और वे अपनी कार्यक्षमता को अधिक बेहतर व प्रभावी तरीके से प्रस्तुत कर सकते हैं।

रोजगारपरक शिक्षा से रुकेगा युवाओं का पलायन

भारत को युवाओं का देश कहा जाता है, क्योंकि यहां की आधी आबादी 18 से 35 वर्ष की युवा पीढ़ी वाली है, जो कर्मशील है। लेकिन विडंबना यह है कि इस पीढ़ी को रोजगार की सही गारंटी देने की बजाय, उन्हें केवल बेरोजगारी से जूझने की गारंटी दी जाती है। देश में शॉर्टकट संस्कृति और अनुकंपाओं का बोलबाला है। एक ओर विकास दर के बढ़ने के आंकड़े प्रस्तुत किए जाते हैं और कहा जाता है कि हम सबसे तेज आर्थिक विकास कर रहे हैं, वहीं दूसरी ओर लोगों के पास पर्याप्त रोजगार नहीं है। उनकी उम्मीदें टूट रही हैं।

शिक्षा की डिग्रियां अब कृत्रिम मेधा और डिजिटल दुनिया से असंबद्ध होती जा रही हैं। आज का युवा खुद को देश की मुख्यधारा से अलग महसूस करता है। हम एक समानतावादी समाज बनाने का संकल्प लेकर चले थे, लेकिन असमानताएं बढ़ती चली गईं। देश की 90 प्रतिशत संपत्ति मुट्ठीभर लोगों के हाथों में सिमट गई है। यह स्थिति पहले भी सच थी और आज भी वही सच है। शायद जब हम आजादी के शतकीय महोत्सव पर खुद को एक विकसित राष्ट्र कहेंगे, तब भी यही सच रहेगा। एक ऐसा राष्ट्र, जहां 80 करोड़ से अधिक लोग रियायती अनाज पर निर्भर हैं। ऐसे में सपनों और उम्मीदों से भरा नौजवान अपने देश में अपने भविष्य को खो चुका महसूस करता है। उसे विदेश जाने के सपने ललचाने लगते हैं और वह किसी भी तरीके से, वैध या अवैध, विदेश जाने को तैयार हो जाता है। अमेरिका ऊंचा सबसे आकर्षक गंतव्य बन जाता है। वहां की आय भारतीय मुद्रा में लाखों रु पये बन जाती है, जिससे वह कम से कम वेतन पाकर भी समृद्ध जीवन जीने की उम्मीद करता है। ऐसे में, गांवों में खाली पड़े घर और बुजुर्गों के लिए बनी हवेलियां बस अकेलेपन और असमर्थता का प्रतीक बन जाती हैं।

अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने अवैध प्रवासी भारतीयों और अन्य देशों के नागरिकों को अमेरिका से निकालने का अभियान शुरू किया, जिसके तहत बिना वैध कागजात वाले भारतीय नागरिकों को अस्तित्व के संकट का सामना करना पड़ा। ट्रम्प का नारा अमेरिका अमेरिकियों के लिए अमेरिका में अवैध रूप से रह रहे भारतीयों के लिए मुश्किलें बढ़ा रहा है।

इमिग्रेशन एजेंटों द्वारा दिखाए गए झूठे सपने अब टूट रहे हैं, क्योंकि इन एजेंटों ने फर्जी अकादमियों और विश्वविद्यालयों के माध्यम से युवाओं को विदेश भेजने का झांसा दिया था। यह पीढ़ी अपने सपनों से निर्वासित होकर एक भटकाव की स्थिति में है। इन युवाओं के भविष्य का निर्धारण केवल भारत में होना चाहिए, जहां उन्हें सही दिशा और अवसर मिले। पंजाब में अवैध इमिग्रेशन एजेंटों की संख्या भयावह है। यहां पंजीकृत एजेंटों की संख्या महज 212 है, जबकि अधिकांश एजेंट अवैध रूप से काम कर रहे हैं। इसके बावजूद, ट्रैवल एजेंट नए तरीके से युवाओं को विदेश भेजने का झांसा देते हैं, जो उन्हें अवैध रास्तों से, जैसे जंगलों में भटकने, पैदल चलने और लाखों रु पये खर्च करने के बावजूद सही मंजिल तक नहीं पहुंचने देते।

अब अमेरिकी सरकार ने अवैध प्रवासियों के खिलाफ अभियान शुरू किया है, जिसके तहत जो लोग बिना कागजात के अमेरिका में प्रवेश करेंगे, उन्हें निकाल बाहर किया जाएगा। यह समस्या केवल युवाओं के लिए नहीं, बल्कि उनके परिवारों के लिए भी गंभीर है, जो अपने बच्चों को विदेश भेजने के लिए मजबूर होते हैं।

क्या भारत को अपनी युवा पीढ़ी के लिए रियायतें मांगने की आवश्यकता हो गई है? यह एक गंभीर सवाल है। मोदी और ट्रम्प की मैत्री को देखते उम्मीद की जा सकती है कि इन युवाओं को थोड़ी राहत मिल सकेगी। हालांकि, अमेरिका का अपना स्वार्थ भी है। यह भारत के तकनीकी एक्सपर्ट्स, जैसे आईटी पेशेवरों को एच-1बी वीजा के तहत स्वीकार करता है, क्योंकि वह जानता है कि ये लोग उसे डिजिटल, रोबोटिक और कृत्रिम मेधा के क्षेत्र में मदद कर सकते हैं। लेकिन, वह उन मजदूरों या श्रमिकों को नहीं चाहता जो उसके देश के शारीरिक कामकाजी वर्ग के वेतन में सेंध लगाते हैं। यही कारण है कि अमेरिका अवैध प्रवासी भारतीयों के खिलाफ सख्त अभियान चला रहा है। इसे गलत नहीं कहा जा सकता, क्योंकि हर देश का अधिकार है कि वह केवल वैध नागरिकों को अपने देश में रखे। अवैध नागरिक किसी भी देश के कानून और अनुशासन के लिए खतरा बन सकते हैं। विदेशों में रोजगार पाने की चाहत को बजाय, क्या यह समय नहीं है कि हम मेहनती युवाओं के लिए अपने देश में अवसर प्रदान करें?

हमारी आर्थिक नीति को आयात आधारित से निर्यात आधारित बनाना बहुत जरूरी है। इसके लिए लघु और कुटीर उद्योगों को बढ़ावा देना आवश्यक है। ऐसे उद्योगों में काम करने के अवसर इन्हीं नौजवानों को मिल सकते हैं। लेकिन इसके लिए केवल निवेश की जरूरत नहीं है, बल्कि शिक्षा प्रणाली में भी व्यापक बदलाव की आवश्यकता है।

बहुउपयोगी है 'गाजर'

हमारे नित्य प्रति भोजन में हरी सब्जियों तथा फलों का इस्तेमाल करना बहुत लाभकारी है क्योंकि इनसे ऐसे तत्व मिलते हैं, जो शरीर को तंदरुस्त रखने तथा सुंदरता कायम रखने में काफी महत्वपूर्ण सिद्ध होते हैं। कहा जाता है कि अच्छे स्वास्थ्य के लिए एक व्यक्ति को एक दिन में 250 से 300 ग्राम साग-सब्जी इत्यादि खाना अति आवश्यक है। मूल सब्जियों में से एक गाजर ऐसी है, जो सब्जी में इस्तेमाल के अलावा कच्ची भी खाई जाती है तथा इसका मुरब्बा, आचार तथा हलवा भी बनाया जाता है और इसका जूस निकाल कर पीने से काफी फायदा मिलता है। शरीर में ताकत आती है। शरीर सुंदर तथा सेहतमंद रहता है। गाजर को चबा कर खाने से दांत स्वच्छ और मजबूत बनते हैं।

गाजर में कई विटामिन्स मिलते हैं मगर विटामिन बी, ए तथा सी काफी मात्रा में होता है। इसी कारण गाजर आंखों के लिए बहुत ही फायदेमंद है। गाजर एक ऐसा संतुलित और पौष्टिक आहार है, जो बूढ़ों, बच्चों तथा नवयुवकों के अलावा गर्भवती महिलाओं सभी के लिए हितकारी है।

आयुर्वेदानुसार गुणकारी गाजर चमड़ी के रंग को निखारती है तथा खुश्की को दूर करने के गुण रखती है। गाजर दिल-दिमाग को ताकत देती तथा फेफड़ों की बलगम को साफ करती है। कहा जाता है कि गाजर में अनेकों बीमारियों को रोकने के तत्व तथा गुण मौजूद रहते हैं।

यदि इसे नित्य-प्रति खुराक का एक हिस्सा बना लिया जाए तो अनेकों बीमारियों के आक्रमण से बचा जा सकता है।

यूं तो गाजर चाहे ताकत से भरपूर है, मगर इसके इस्तेमाल से मोटापा भी कम किया जा सकता है। मोटापा कम करने के लिए सुबह निर्जल 100 ग्राम गाजर तथा 100 ग्राम सेब छिलके सहित खाना गुणकारी बताया गया है।

गाजर का रस लगातार एक माह पी लिया जाए तो पेट के कीड़ों से आराम मिलता है तथा यदि गाजर की सब्जी पूरा एक माह खा ली जाए तो पेट में कीड़े पैदा ही नहीं होते। रूसी डाक्टर मेंकूनिकोफ ने प्रयोगों द्वारा सिद्ध किया है कि गाजर में गजब का गुण है, जो आंतों के नुकसानदेह जीवाणुओं को नष्ट करता है।

गाजर का रस पीने से खून की खराबी के कारण फोड़े फुंसियां तथा चेहरे के मुंहासों (कीलों) से राहत मिलती है। काली मिर्च तथा मिश्री का चूर्ण बनाकर गाजर के रस में मिला कर पीने से जहां यह एक अच्छे टॉनिक का काम करती है, वहीं इससे खांसी से भी आराम मिलता है।

गाजर में कैरोटीनॉयड नामक तत्व भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं, जिस कारण शुगर के मरीजों के लिए चीनी जहां नुकसानदेह है, वहीं गाजर गुणकारी है। गाजर में एंटीसैप्टिक गुण भी हैं, जिस कारण शरीर में रोगी कीटाणुओं का प्रवेश रुकता है तथा जख्म शीघ्र भरते हैं।

इस तरह कुल मिलाकर गाजर एक अच्छी सब्जी है, जिसका उपयोग कई तरह से करके इससे मिलने वाले गुणों का भरपूर फायदा उठाया जा सकता है इसलिए गाजर के इस सीजन में हमें इसका इस्तेमाल अवश्य करना चाहिए, जिससे खुराक की पूर्ति के अलावा औषधीय गुणों की प्राप्ति की जा सकती है।

दो साल तक लंकापति की कैद में रही माता सीता, फिर भी उन्हें क्यों नहीं छू पाया रावण?

नई दिल्ली : रामायण के लगभग हर पहलू से सनातनी लोग वाकिफ है। हर कोई जानता है कि कैसे भगवान राम, माता सीता और लक्ष्मण को वनवास जाना पड़ा। उस दौरान रावण ने माता सीता का अपहरण कर लिया। इसके बाद भगवान राम ने वानरों सेना के साथ लंका पर आक्रमण किया और रावण का वध करके माता सीता को उनकी कैद से आजाद करवाया। हालांकि, सीता माता ने कैद के बावजूद अपना सम्मान बनाए रखा। इस दौरान अपहरण करने के बाद रावण ने माता सीता को पंचवटी के पास से अपनी कैद में रखा। हालांकि वह माता सीता को छू भी नहीं पाया। पौराणिक कथाओं में वर्णन है कि माता सीता ने अपनी सुरक्षा कवच के रूप में घास के एक पत्ते का इस्तेमाल किया। इतनी शक्ति और ज्ञान के बावजूद रावण घास के एक पत्ते से इतना क्यों डरता था। कहा जाता है कि भगवान राम के प्रति माता सीता का समर्पण इतना था कि लंका के राजा रावण द्वारा जबरन अपहरण कर लंका ले जाने के बाद भी वे एक पल के लिए अपने प्रभु से अलग नहीं हो सकीं। माता सीता को लुभाने और उनसे विवाह करने के लिए मनाने की लाख कोशिशों के बावजूद रावण कभी उनके करीब नहीं आ सका। लंका का शक्तिशाली राजा होने के बावजूद रावण माता जानकी को छू नहीं सका। इसके अलावा वाल्मीकि रामायण के अनुसार, जब भी रावण माता सीता के पास जाता तो वह अपने हाथ में घास का एक तिनका लेकर उसे दूर रहने की चेतावनी देती। यह देखकर रावण डर जाता। रावण के इस डर के पीछे एक बहुत बड़ा कारण था। रावण को पहले एक सम्पीपत, तपस्वी महिला ने श्राप दिया था कि वह कभी भी किसी भी महिला को उसकी सहमति के बिना नहीं छू पाएगा। पौराणिक कथा के अनुसार, एक बार रावण ने एक सुंदर तपस्वी के स्वीत्व का हनन किया। उसने श्राप दिया कि अब से वह किसी भी महिला को उसकी अनुमति के बिना नहीं छू पाएगा। अगर वह उसके पास जाने की कोशिश करेगा, तो वह जलकर राख हो जाएगा। तपस्वी ने यह भी कहा कि आज के बाद, अगर कोई महिला रावण के सामने घास का तिनका उठाएगी, तो वह तिनका तुरंत रावण को भस्म कर देगा। यही कारण है कि रावण जब भी माता सीता के हाथ में घास का तिनका देखता तो उनके पास जाने की हिम्मत नहीं करता था।

स्वत्वाधिकारी 'बात हिन्दुस्तान की' (पाक्षिक) पत्रिका के लिए मुद्रक व प्रकाशक श्रीमती सोनी कुमारी झा, 23 रामकुमार गांगुली लेन, 2रा तहा कमरा नं. 203, पोस्ट- बी. गार्डेन, शिबपुर, हावड़ा-711103 (प. बंगाल) फोन न.: 8902221434 से प्रकाशित एवं चपला मुद्रण, 2/3/1, रामजी हजरा लेन, हावड़ा-711101 से मुद्रित, सम्पादक-वैद्यनाथ झा, फोन- 9433337094 पीआरबी एक्ट के तहत खबरों के चयन के लिए उत्तरदायी, ईमेल/वेबसाईट-www.baathindustanki@gmail.com
(Owner, Printer & Publisher of 'Baat Hindustan Ki' : Smt. Soni kumari Jha, 23, Ramkumar Ganguly Lane, 2nd floor, room no-203, PO : B.Garden, Shibpur, Howrah-711103, Mo. 9798848926 & Printed from CHAPLA MUDRAN 2/3/1 Ramji Hazra Lane, Shibpur, Howrah-711101, Editor : **Baidyanath Jha** Mo. 9798848926, Email/Website : www.baathindustanki@gmail.com)