



दक्षिण भारत राष्ट्रमत

सरहद पार का सच

इंडियन ओवरसीज कांग्रेस के प्रमुख सैम पित्रोदा ने पाकिस्तान में 'घर जैसा महसूस होने' संबंधी बयान देकर एक बार फिर यह साबित कर दिया है कि भारत के कुछ 'बुद्धिजीवियों' में शत्रुबोध का घोर अभाव है। वे आज भी एक ऐसी खयाली दुनिया में रहते हैं, जहां उन्हें पाकिस्तान घर जैसा लगता है। हमारे देश में कई लोगों का विचार है कि सरहद पार के लोगों के साथ भाषा, खानपान, पहनावे में समानता होने के कारण भविष्य में संबंध सुधर सकते हैं0। अक्सर ऐसे लोग मासूमाना अंदाज में यह दलील देते मिल जाते हैं कि 'इन्सान तो एक जैसे ही हैं, बस सरहद बीच में आ गई।' वे भूल जाते हैं कि ऐसा सिर्फ उनका सोचना है। सरहद पार के लोग आपके बारे में क्या सोचते हैं – इसकी उन्हें कोई जानकारी नहीं है। वर्ष 1947 में जब भारतविभाजन के परिणामस्वरूप पाकिस्तान बना था, तब यह बात कुछ हद तक सही मानी जा सकती थी, लेकिन अब हालात पूरी तरह बदल गए हैं0। मौजूदा पाकिस्तान में बहुत बड़ी आबादी उन लोगों की है, जो भारत को दुश्मन मानते हैं0। उन्हें स्कूलों और मदरसों के पाठ्यक्रमों में बार-बार दो क्रौमी नज़रिया पढ़ाया तथा रटाया गया है। यह नज़रिया हिंदुओं के खिलाफ नफरत से भरा हुआ है। यह हर उस चीज से नफरत करना सिखाता है, जिसका संबंध भारतीय संस्कृति और गौरवशाली इतिहास से है। पाकिस्तान को उक्त नज़रिए से अलग करके देखा और समझा नहीं जा सकता है। हमारे कितने 'बुद्धिजीवियों' को दो क्रौमी नज़रिए के बारे में पता है? जब पाकिस्तान का ज़िफ़ होता है तो वे उसकी बुनियाद को समझे बग़ैर भावुकतापूर्ण बातें करने लग जाते हैं0।

पाकिस्तान हो या बांग्लादेश – इनकी भाषा, खानपान, पहनावे और इमारतों को देखकर यह धारणा बना लेना कि ये 'घर जैसे' हैं, बिल्कुल ही गलत विचार है। बाहर से घर जैसे लगने वाले इन देशों के नागरिकों को हम कैसे लगते हैं? घर को घर बनाते हैं वहां के लोग, उनके विचार, उनके तौर-तरीके। अगर किसी घर के लोग हमें देखते ही काट खाने को बौझें, हमारे घर में संध लगाएं, नुकसान पहुंचाने के लिए नित-नई साजिशें रचें तो उसके साथ भाषा, खानपान, पहनावे जैसी समानता कोई मायने नहीं रखती। पाकिस्तान में आज जो पीढ़ी जवान हो रही है, उसे हिंदू धर्म और भारतीय संस्कृति के बारे में कोई जानकारी नहीं है। जब भारत ने ऑपरेशन सिंदूर का आगाज किया था तो लाखों पाकिस्तानी इंटरनेट पर 'सिंदूर' के बारे में सच कर रहे थे। जो सिंदूर कभी उनकी दादियां, परदादियां लगाया करती थीं, आज वे उससे अनजान हैं! उन्हें रामायण, महाभारत के बारे में कोई ज्ञान नहीं है। कई पाकिस्तानी इतने गहरे अधकार में डूबे हुए हैं कि उनका दृढ़ विश्वास है- 'मुगलों के आने से पहले भारत में कुछ नहीं था!' अपने इतिहास से पूरी तरह कट चुके इन लोगों के दिलो-दिमाग में आइंसआई और कहरूपथियों ने जन्म-कश्मीर के बारे में भ्रामक एवं काल्पनिक बातें बैठा दी हैं0। वे यह मानने को तैयार ही नहीं हैं कि जन्म-कश्मीर ऋषियों और संतों की भूमि है। हमारे कई 'बुद्धिजीवी' जब किसी मुलाकात या कार्यक्रम में कहते हैं कि वर्ष 1947 में बंटवारे के दौरान बहुत लोगों ने प्राण गंवाए थे और बहुत गलत काम हुए थे, तो वे उस समय उनकी हां में हां मिला देते हैं, लेकिन मन ही मन हंसते भी हैं0। हम बंटवारे को एक त्रासदी मानते हैं, वे इसे अपनी फ़तह मानते हैं0। तो कहां गई समानता और कहां गई मानवता? जो खुद हमसे अलग होकर दूर चले गए, वे चले गए0। अब भूगोल बदल चुका है। सिंधु में बहुत पानी बह चुका है। उस हिस्से को 'घर जैसा' मानने की कल्पनाओं से बाहर निकलें और अपने घर (भारत) को समर्थ, सशक्त एवं सुरक्षित बनाएं0।

ट्वीटर टॉक

'सेवा पखवाड़ा' कार्यक्रम के तहत प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के 'एक पेड़ मां के नाम' अभियान के अंतर्गत मुख्यमंत्री निवास पर पौधारोपण किया। आप सभी प्रदेशवासी इस अभियान में सक्रिय रूप से भाग लेकर अपने घर, आंगन, कार्यालय व सार्वजनिक स्थलों पर पौधे लगाएं।

—भजनलाल शर्मा

इस बार नवरात्रि का यह शुभ अवसर बहुत विशेष है। जीएसटी बचत उत्सव के साथ-साथ स्वदेशी के मंत्र को इस दौरान एक नई ऊर्जा मिलने वाली है। आइए, विकसित और आत्मनिर्भर भारत के संकल्प की सिद्धि के लिए सामूहिक प्रयासों में जुट जाएं0।

—नरेन्द्र मोदी

पंजाब को बाढ़ की वजह से लगभग 20,000 करोड़ का नुकसान हुआ है। ऐसे में प्रधानमंत्री द्वारा घोषित छ 1600 करोड़ का प्रारंभिक राहत पैकेज पंजाब के लोगों के साथ अन्याय है। लाखों घर उजड़ गए, 4 लाख एकड़ से ज्यादा की फ़सल बर्बाद हो गई ।

—राहुल गांधी

प्रेरक प्रसंग

मकृष्ण परमहंस के एक शिष्य थे मथुरा बाबू। एक बार उन्होंने बड़े प्रेम से एक सुंदर मंदिर बनाया और उसमें भगवान विष्णु की मूर्ति की स्थापना करवाई0। मूर्ति को उन्होंने बहुमूल्य वस्त्रों और आभूषणों से सजाया। एक रात कुछ चोर मंदिर में घुसे और मूर्ति से सारे आभूषण चुरा ले गए0। मथुरा बाबू दुखी होकर दौड़े-दौड़े मंदिर पहुंचे। मूर्ति के सामने खड़े होकर उन्होंने भावुक होकर कहा, 'भगवान! आपके हाथों में गदा और चक्र हैं0। फिर भी आप चोरों को नहीं रोक पाए? आपसे तो हम मनुष्य ही बेहतर हैं, कम से कम विरोध तो करते हैं।' रामकृष्ण परमहंस वहीं खड़े यह सब सुन रहे थे। वे मुकुराते हुए बोले, 'मथुरा बाबू, भगवान को तुम्हारी तरह गहनों का लोभ नहीं है, जो दिन-रात जागकर उनकी चौकीदारी करें0। उन्हें किसी चीज की कमी नहीं0। जो खुद शुद्ध होंगे, वे चंद आभूषणों के लिए अपने चक्र का प्रयोग क्यों करते?'

सामयिक

अमेरिकी आत्मघाती वीजा बंदिशें, भारत को तलाशने होंगे नए अवसर

ललित गर्ग

मोबाइल : 9811051133

अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने दुनिया भर के पेशेवरों, खासकर भारतीयों के सपनों पर एक नई काली छाया डाल दी है, उनके सपनों को चकनाचूर कर दिया है एवं एक बड़ा संकट खड़ा दिया है। 21 सितंबर की रात 12 बजे के बाद अमेरिका में प्रवेश करने वालों को एच1बी वीजा प्राप्त करने के लिए लगभग एक लाख डॉलर यानी करीब 88 लाख रुपये सालाना शुल्क देना होगा। यह निर्णय केवल एक प्रशासनिक आदेश नहीं, बल्कि वैश्विक प्रतिस्पर्धा, प्रतिभा-प्रवास और अमेरिका-भारत संबंधों पर गहरा प्रभाव डालने वाला कदम है। अमेरिका के इस कदम के बाद भारत को अपनी आत्म-निर्भरता, स्वदेशी भावना एवं देश की प्रतिभाओं का देश में ही उपयोग को बल देना होगा। भारत अब दुनिया की तीसरी बड़ी अर्थ-व्यवस्था बनने की ओर अग्रसर होने के साथ अवसरों की भूमि बन रहा है। इसलिये अमेरिका के निर्णय से ज्यादा परेशान होने की बजाय इसको सकारात्मक दृष्टि से लेने की जरूरत है।

निश्चित ही अमेरिका दशकों से अवसरों की भूमि माना जाता रहा है। यहां आने का सपना रखने वालों के लिए एच1बी वीजा एक सुनहरा टिकट एवं उन्नत जीवन का आधार रहा है। हर साल हजारों भारतीय इंजीनियर, डॉक्टर, वैज्ञानिक और तकनीकी विशेषज्ञ इस वीजा के माध्यम से अमेरिका जाकर अपने सपनों को साकार करते रहे हैं। सिलिकॉन वैली की चमक और वहां भारतीय प्रतिभाओं का चरंचर इसका जीता-जाता प्रमाण है। गुगल, माइक्रोसॉफ्ट, आईबीएम और फेसबुक जैसी दिग्गज कंपनियों में उच्च तकनीकी पदों पर भारतीय मूल के लोगों की उपस्थिति सर्वाधिक है। भारतीय आईटी पेशेवरों के बिना अमेरिकी तकनीकी जगत की कल्पना करना कठिन है। एच-1 बी वीजा की फीस में अप्रत्याशित वृद्धि का फैसला भारतीय आईटी कंपनियों के साथ अमेरिकी हितों को भी चोट पहुंचाने वाला है। इनमें आईटी सेक्टर से इतर क्षेत्र की कंपनियां भी हैं। इसका प्रमाण यह है कि उनके फैंसले की आलोचना अनेक अमेरिकी ही कर रहे हैं। यदि ट्रंप यह सोच रहे हैं कि एच-1बी वीजा बाजारों की फीस एक हजार डॉलर से एक लाख डॉलर सालाना करने से भारतीय और अमेरिकी कंपनियां अमेरिका के युवाओं को नौकरी देने के लिए बाध्य हो जाएंगी तो यह उनकी भूल है, क्योंकि इन कंपनियों को जैसे और जितने सक्षम युवा पेशेवर चाहिए, वे अमेरिका में हैं ही नहीं। अमेरिकी राष्ट्रपति यह भी भूल रहे हैं कि अमेरिका के आर्थिक विकास में अप्रवासियों विशेषतः भारतीय प्रतिभाओं का सर्वाधिक योगदान है और यह केवल पेशेवर लोगों का ही नहीं, बल्कि कामगारों का भी है। भले ही ट्रंप प्रशासन का यह आदेश उनकी अमेरिका फर्स्ट नीति की अगली कड़ी है। उनका तर्क है कि विदेशी पेशेवर सरतः श्रम के रूप में अमेरिकी नागरिकों की नौकरियां छीन रहे हैं। शुल्क इतना अधिक करके वे चाहते हैं कि केवल वही विदेशी पेशेवर अमेरिका आएँ, जो न केवल उच्च योग्यता रखते हों बल्कि भारी शुल्क अदा करने की क्षमता भी रखते हों। लेकिन यह कदम अमेरिका के लिये ही आर्थिक दृष्टि से आत्मघाती साबित हो सकता है, क्योंकि अमेरिकी कंपनियों को उच्च कौशल वाले पेशेवरों की भारी जरूरत है और भारतीय आईटी पेशेवरों की कमी वहां सीधे तौर पर नवाचार और प्रतिस्पर्धा को प्रभावित करेगी। ट्रंप के फैसले को आवाह नहीं, बल्कि अवसर के रूप में देखना चाहिए।

पहले भारतीय प्रतिभा अमेरिका की ओर बढ़ती थी, अब यह प्रवाह कनाडा, जर्मनी, ऑस्ट्रेलिया और सिंगापुर की ओर मुड़ सकता है। छात्र और युवा पेशेवर पहले से ही अमेरिकी वीजा नीतियों को लेकर असमंजस में रहते थे। अब यह आदेश उनके आत्मविश्वास और योजनाओं को और झकझोर देगा। हालांकि एक सकारात्मक पहलू यह भी है कि कई युवा भारत में ही स्टार्टअप, शॉप और नई तकनीक के क्षेत्रों में काम करने की ओर आकर्षित होंगे। भारत पर इस नीति का असर केवल युवाओं तक सीमित नहीं है, बल्कि व्यापक सामाजिक-आर्थिक असर डाल सकता है। भारतीय आईटी कंपनियां जैसे

इन्फोसिस, टीसीएस, विप्रो आदि अमेरिका में बड़े पैमाने पर कार्यरत हैं। एच1बी वीजा पर निर्भरता ज्यादा होने के कारण उनका खर्च बढ़ेगा और प्रतिस्पर्धा कमजोर होगी। भारतीय पेशेवर हर साल अरबों डॉलर भारत भेजते हैं, वीजा बाधाओं से यह प्रवाह घटेगा। हजारों भारतीय छात्र अमेरिका में उच्च शिक्षा लेकर वहीं काम करने का सपना देखते हैं। अब शुल्क की बाधा उनके लिए अमेरिका को कम आकर्षक बनाएगी। साथ ही भारत में ही वैश्विक स्तर के शोध और नवाचार केंद्र विकसित करने की संभावना भी बढ़ेगी।

अमेरिका और भारत के संबंध झींटे दो दशकों में आर्थिक, रणनीतिक और तकनीकी सहयोग की नई ऊँचाइयों पर पहुंचे हैं। अमेरिका ने भारत को रणनीतिक साझेदार माना है। रक्षा, व्यापार और तकनीक में गहरे संबंध बने हैं और भारतीय प्रवासी अमेरिकी राजनीति और अर्थव्यवस्था में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। लेकिन ट्रंप के निर्णय से यह संदेश गया है कि अमेरिका भारत को साझेदार तो मानता है, लेकिन जब घरेलू राजनीति का दबाव आता है तो साझेदारी पीछे छूट जाती है। भारत-अमेरिका संबंधों का आधार लोगों से लोगों का संपर्क रहा है। यदि भारतीय पेशेवर अमेरिका में कम होते हैं तो यह आधार कमजोर होगा। इन जटिल से जटिलतर होती स्थितियों में भारतीय कंपनियों को देश में ही अपना कारोबार बढ़ाने के जतन करने चाहिए, क्योंकि आने वाले समय में ट्रंप कुछ और ऐसे कदम भारतीय हितों को आहत करने वाले उठा सकते हैं। उन्होंने भले ही टैरिफ के मामले में लचीला रखा अपनाते हुए भारत से शीघ्र व्यापार समझौता होने की संभावना जताई हो, लेकिन वे अब भी भारतीय हितों के विपरीत काम करते दिख रहे हैं। वे केवल यही दबाव नहीं बना रहे कि भारत रूस से तेल खरीदना बंद करे, बल्कि

मंथन

सेहत के लिए वरदान आयुर्वेद को मिली वैश्विक पहचान

बाल मुकुन्द ओझा

मोबाइल : 9414441218

भा. रत सरकार ने हर वर्ष 23 सितम्बर को आयुर्वेद दिवस मनाने का फैसला किया है। इससे पूर्व यह दिवस धनतेरस के दिन मनाया जाता था। आयुर्वेद की वैश्विक पहचान कायम करने के लिए यह निर्णय लिया गया बताया। इस वर्ष की थीम आयुर्वेद जन जन एवं पृथ्वी के कल्याण के लिए है रखी गई है। इस थीम का उद्देश्य है कि आयुर्वेद सिर्फ मनुष्यों के लिए ही नहीं बल्कि विश्व की वनस्पतियों और प्रकृति के संरक्षण के लिए भी उतना ही महत्वपूर्ण है। सरकार की अगले वर्षों में इसे और बड़े स्तर पर मनाने की योजना है ताकि विश्वभर में आयुर्वेद को लेकर जागरूकता बढ़े और इसकी वैज्ञानिक मान्यता मजबूत हो। आयुष मंत्रालय के मुताबिक वर्ष 2024 में आयुर्वेद दिवस पर लगभग 150 देशों में गतिविधियों का आयोजन किया गया जो आयुर्वेद की बढ़ती वैश्विक पहुंच की पुष्टि करता है। इस वर्ष यह संख्या और भी अधिक होने की उम्मीद है। इस साल का मुख्य आयोजन अखिल भारतीय आयुर्वेद संस्थान गोवा में होगा।

गोवा, जो पर्यटन और वेलनेस के क्षेत्र में पहले ही एक अंतरराष्ट्रीय पहचान रखता है, अब भारत की पारंपरिक चिकित्सा प्रणाली का वैश्विक घर बन गया है।

आयुर्वेद को हमारे देश में सेहत का खजाना कहा जाता है। आयुर्वेद की जड़ी-बूटी अपने भीतर शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के कई गुण सहेटे हुए हैं। आज दुनिया में भारतीय पारंपरिक चिकित्सा पद्धति का उका बज रहा है। विश्व के सभी देशों में आयुर्वेद पहुंच गया है। आयुर्वेद न केवल शारीरिक स्वास्थ्य, बल्कि समग्र स्वास्थ्य के बारे में बात करता है। बारिश के मौसम में बीमारियां भी जल्दी पकड़ लेती हैं। सर्दी-जुकाम, बुखार, स्किन इन्फेक्शन, पेट की समस्याएं और इम्युनिटी कमजोर होना आम बात हो जाती है। ऐसे में जरूरी है कि हम अपनी सेहत का खास ध्यान रखें। अगर आप बिना दवा के इन परेशानियों से दूर रहना चाहते हैं, तो आयुर्वेदिक नुस्खे आपकी मदद कर सकते हैं। आयुर्वेद में कुछ ऐसे आसान और असरदार उपाय बताए गए हैं, जो मानसून के मौसम में आपकी इम्युनिटी बढ़ाने और बीमारियों से बचाने में काफी कारगर साबित हो सकते हैं।

आयुर्वेद के घरेलू नुस्खे इतने ज्यादा कारगर हैं कि डॉक्टर और मेडिकल साइंस भी उन्हें मानने से मना नहीं करते हैं। हल्दी वाला दूध हो या नमक मिला गरम पानी के गरारे जुकाम और गले दर्द में दोनों ही कारगर इलाज हैं। अदरक को पानी में उबालकर और फिर शहद के साथ खाया जाए तो यह कफ, गले में खराश और गला खराब होने की रिक़त से छुटकारा दिला सकती है। अररक को शहद के साथ खाने से गले में होने वाली सूजन और जलन में भी राहत मिलती है। इसी भांति अजवायन, लोंग, काली मिर्च, तुलसी गिलोय, मलेठीयुक्त पान, शहद, दालचीनी आदि के नुस्खे भी संजीवनी साबित हुए हैं। उल्टा लेटकर आँखेंसूजन प्राप्त करने के नुस्खे को एलोपैथी की मान्यता मिली है। यही नहीं इनमें से ज्यादातर नुस्खों का कोई साइड इफेक्ट नहीं होता।

आयुर्वेद का जन्म लगभग पांच हजार वर्ष पहले भारत में हुआ था। इस औषधि का वर्णन करने वाले प्राचीन ग्रंथ 1500 ईसा पूर्व के हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा भी आयुर्वेद को एक पारंपरिक चिकित्सा प्रणाली के रूप में स्वीकार किया गया है। आयुर्वेद प्राचीन भारतीय प्राकृतिक और समग्र वैद्य-शास्त्र चिकित्सा पद्धति है। संस्कृत भाषा में आयुर्वेद का अर्थ है जीवन का विज्ञान।

नज़रिया

संवाद हीनता : परिवार और समाज की चुनौती

डॉ सत्यवान सौरभ

मोबाइल : 9466526148

आ. ज का समय बहुत तेजी से बदल रहा है। तकनीकी प्रगति और व्यस्त जीवनशैली ने हमारे जीवन को सुविधाजनक बनाया है, लेकिन इसके साथ ही एक गंभीर समस्या भी सामने आई है – संवाद हीनता। संवाद हीनता का अर्थ है बातचीत और विचारों के आदान-प्रदान की कमी। यह केवल शब्दों की कमी नहीं है, बल्कि एक ऐसी स्थिति है जिसमें लोग अपनी भावनाओं, समस्याओं और अनुभवों को साझा नहीं कर पाते। परिवार, मित्रता और समाज सभी पर इसका गहरा असर पड़ता है। परिवार जीवन का वह आधार है जहाँ बच्चे और बड़े अपने अनुभव साझा करते हैं और आपसी समझ विकसित करते हैं। लेकिन आज, व्यस्त जीवन, डिजिटल साधनों का अधिक प्रयोग और पीढ़ियों के अंतर ने पारिवारिक संवादित को कमजोर कर दिया है। माता-पिता अपने काम और जिम्मेदारियों में इतने व्यस्त रहते हैं कि बच्चों के साथ समय बिताना मुश्किल हो जाता है। वहीं, बच्चे स्कूल, कॉलेज और मोबाइल की दुनिया में उलझे रहते हैं। परिणामस्वरूप, घर में बैठकर खुलकर बातचीत करना लगभग कम होता जा रहा है। डिजिटल दुनिया ने जीवन को आसान बनाया है, लेकिन इसके दुष्परिणाम भी हैं। स्मार्टफोन, टीवी और सोशल मीडिया ने परिवार के सदस्यों को एक-दूसरे से दूर कर दिया है। युवा सदस्य अधिक समय इन माध्यमों में व्यतीत करते हैं और आमने-सामने संवाद कम हो जाता है। ऐसे संवाद अक्सर सतही हो जाते हैं और भावनाओं की गहराई को व्यक्त नहीं कर पाते। पीढ़ियों का अंतर भी संवाद में बाधा डालता है। बुजुर्ग अनुभव और परंपरा पर भरोसा करते हैं, जबकि युवा आधुनिक दृष्टिकोण और स्वतंत्रता की ओर अधिक झुकाव रखते हैं। यह अंतर कभी-कभी परिवार में गलतफहमी और असहमति को जन्म देता है। छोटे-छोटे झगड़े या आलोचना भी भावनात्मक दूरी बढ़ा देती है और परिवार में मानसिक तनाव उत्पन्न करती है।

संवाद हीनता केवल परिवार तक सीमित नहीं है। समाज में भी लोग अपनी राय, शिकायत या सुझाव साझा नहीं करते। इससे सहयोग और सामूहिक प्रयास कमजोर पड़ते हैं और गलतफहमियाँ बढ़ती हैं। उदाहरण के लिए, यदि किसी मोहले में सफाई या सुरक्षा संबंधी समस्या को साझा नहीं किया जाता, तो समाधान कठिन हो जाता है और विवाद पैदा हो सकते हैं। संवाद हीनता के कई कारण हैं। व्यस्त जीवनशैली, डिजिटल उपकरणों का अत्यधिक उपयोग, डर या शर्म की भावना, मानसिक तनाव, सामाजिक दूरी और पीढ़ियों के बीच अंतर-ये सभी मिलकर लोगों को खुलकर संवाद करने से रोकते हैं। इसके नकारात्मक प्रभाव व्यक्तिगत, पारिवारिक और सामाजिक स्तर पर दिखाई देते हैं। व्यक्ति में अकेलापन और मानसिक तनाव बढ़ता है, आत्मविश्वास कमजोर पड़ता है। परिवार में विश्वास और समझ की कमी होती है। समाज में सहयोग और सामूहिक प्रयास कम हो जाते हैं।

इस समस्या को दूर करने के लिए कुछ उपाय अपनाए जा सकते हैं। सबसे पहले, नियमित संवाद का समय निर्धारित करना जरूरी है। परिवार के साथ भोजन, चाय या वीकेंड पर बातचीत को प्राथमिकता दी जा सकती है। दूसरी महत्वपूर्ण बात है सुनने और समझने की आदत। आलोचना से बचकर, एक-दूसरे की बात ध्यानपूर्वक सुनना और समझना संवादित को बढ़ाता है। तीसरी बात है साझा गतिविधियों का महत्व। खेल, यात्रा, हाँबीज या सामाजिक कार्यों में परिवार और दोस्तों को शामिल करने से संवाद प्राकृतिक रूप से बढ़ता है। डिजिटल उपकरणों का संतुलित उपयोग भी जरूरी है। मोबाइल और टीवी से समय निकालकर आमने-सामने बातचीत को प्राथमिकता देना चाहिए। साथ ही, अपनी

भावनाओं को खुलकर व्यक्त करना भी आवश्यक है। डर या शर्म के कारण अपनी भावनाओं को दबाना संवादित को और कमजोर करता है। बच्चों की भी अपनी भावनाएँ व्यक्त करने के लिए प्रेरित करना चाहिए।

संक्षेप में, संवादित जीवन का वह आधार है जो रिश्तों, विचार और सहयोग को मजबूत करती है। संवाद हीनता केवल बातचीत की कमी नहीं है, बल्कि परिवार और समाज की संरचना को प्रभावित करने वाली गंभीर समस्या है। इसे समय रहते पहचानना और समाधान करना आवश्यक है। खुली बातचीत, सकारात्मक सुनना और साझा गतिविधियाँ न केवल परिवार और समाज को मजबूती देती हैं, बल्कि व्यक्तिगत विकास और मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी अत्यंत आवश्यक हैं। आज की चुनौती यह है कि हम अपनी व्यस्तता, डिजिटल साधनों और पीढ़ियों के अंतर के बावजूद संवादित को प्राथमिकता दें। संवादित ही वह माध्यम है जो हमें एक-दूसरे के करीब लाती है, समझ को गहरा करती है और समाज में सामूहिक सहयोग को बढ़ावा देती है। परिवार और समाज तभी सशक्त रह सकते हैं जब संवादित मौजूद हो और इसे बढ़ावा दिया जाए। यही हमारी सबसे बड़ी आवश्यकता और जिम्मेदारी है।

महत्त्वपूर्ण

Published by Bhupendra Kumar on behalf of New Media Company, Arihant Plaza, 2nd Floor, 84-85, Wall Tax Road, Chennai-600 003 and printed by R. Kannan Adityan at Deviyin Kannan Achagam, 246, Anna Salai, Thousand Lights, Chennai-600 006. Editor : Bhupendra Kumar (Responsible for selection of news under PRB Act). Group Editor - Shreekrant Parashar. Reproduction of any matter from this newspaper in whole or in part or any such manner without prior written permission from the publisher is strictly prohibited and punishable by law. Regn No.RNI No. : TNHIN / 2013 / 52520

पाठकों से अनुरोध है कि इस प्रकाशन में प्रकाशित किए जाने वाले किसी भी तरह के विज्ञापन (वैवाहिक, र्गीकृत, टैंडर एवं सजावटी इत्यादि) पर कोई भी कार्यवाही, प्रतिबद्धता या धनराशि का व्यय करने से पूर्व इन विज्ञापनों के बारे में समस्त जानकारी यह स्वयं प्राप्त कर लें। दक्षिण भारत राष्ट्रमत समूह उदात्तों की गुणवत्ता तथा सेवाओं के लिए विज्ञापनदाताओं द्वारा किए जा रहे किसी प्रकार के दावों के लिए जिम्मेदार नहीं है। अगर विज्ञापनदाता विज्ञापन में किया जा रहा दवा पूरा नहीं करता है तो दक्षिण भारत राष्ट्रमत समूह के संपादक, मुद्रक एवं प्रकाशक या मालिकाने को पाठक किसी भी रूप में उत्तरदाई नहीं बना सकता। - दक्षिण भारत राष्ट्रमत



‘एकल’ का पांच दिवसीय प्रशिक्षण शिविर सम्पन्न

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

चेन्नई। तमिलनाडु में एकल अभियान कार्यकर्ताओं के लिए वार्षिक क्षमता विकास वर्ग का पांच दिवसीय प्रशिक्षण शिवर उलुपुरपेट के शारदा आश्रम में हुआ। इस शिवर में कुल 85 सेवाविरति कार्यकर्ता सम्मिलित हुए। जिनमें

78 महिलाएं और 7 पुरुष शामिल थे। इस वर्ग का उद्देश्य कार्यकर्ताओं की क्षमता को बढ़ाना और संगठनात्मक कार्यों में गहराई से प्रशिक्षण देना था। यह उल्लेखनीय है कि शिवर में भाग लेने वाले अधिकांश कार्यकर्ता नए थे और उनकी सेवा अवधि एक से दो वर्ष की थी। यह नई ऊर्जा और समर्पण संगठन के भविष्य की सुदृढ़ नींव का परिचायक है। शिवर में परिवार

सहायता योजना के बारे में जानकारी दी गई ताकि सभी कार्यकर्ता आत्मविश्वास के साथ संगठन और समाज सेवा में निष्ठा से जुड़ सकें। कार्यकर्ताओं को यह प्रेरणा भी दी गई कि बच्चों द्वारा भेजे गए चित्र और चिट्ठियां केवल कार्यालयों में ही नहीं बल्कि घरों और दानदाताओं के स्थानों पर भी प्रदर्शित की जाएं। इससे समाज में संगठन की

कार्यशैली और बच्चों की रचनात्मकता का प्रभावशाली संदेश प्रसारित होगा। शिवर में माधवन, कालिकेयन, उपाध्यक्ष गिरी बागडी, फील्ड कोऑर्डिनेटर विनोद ओ. जैन, संयुक्त सचिव गोपीलचन्द सियाल, कमेटी सदस्य रामावतार रंगटा, राष्ट्रीय महिला समिति की कार्यकारी अध्यक्ष विमला दमानी, दक्षिण जोन की चेयरपर्सन लता मालपानी, वन बंध परिषद महिला

समिति की अध्यक्ष दीपाली मोहता, राष्ट्रीय महिला समिति के दक्षिण जोन की सचिव शालिनी मित्तल सहित अनेक गणमान्य सदस्य उपस्थित रहे। सभी कार्यकर्ताओं को भगवान की मूर्तियां भेंट देकर सम्मानित किया गया। चेन्नई चैंप्टर के अंतर्गत करीब 1000 विद्यालय संचालित हो रहे हैं। यह एकल अभियान की शिक्षा और संस्कार प्रसार यात्रा का सशक्त प्रमाण है।



महाराजा अग्रसेन की जयंती

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

चेन्नई। अग्रवाल सभा चेन्नई द्वारा साहूकारपेट स्थित पूर्णदेवी गोंयका अग्रवाल सभा भवन में महाराजा अग्रसेन की 5149वीं जयंती मनाई गई। उपाध्यक्ष जगदीश प्रसाद अग्रवाल ने बताया कि सोमवार को सुबह सभा भवन में

गणमान्य अग्रबंधुओं की उपस्थिति में पूज्य महाराज अग्रसेन की जयंती पूर्ण श्रद्धा एवं उल्लास से मनाई गई। इस कार्यक्रम में अग्रवाल सभा के नवनिर्वाचित अध्यक्ष सीताराम गोयल ने सपत्नीक उपस्थित होकर महाराजा अग्रसेन की प्रतिमा पर माल्यार्पण कर पूजा एवं हवन में भाग लिया। तत्पश्चात महाराजा अग्रसेन की आरती की गई एवं प्रसाद वितरण किया गया।

इस मौके पर अग्रवाल सभा के वर्तमान अध्यक्ष विजय गोयल, पूर्व अध्यक्ष इंद्रराज बंसल, अशोक केडिया, गोविंद प्रसाद अग्रवाल, किशनलाल मोदी, राम अवतार रंगटा, अरुण सुल्तानिया, जितेंद्र खेमका सहित अग्रवाल महिला मंडल की अध्यक्ष सुनीता खेमका महामंत्री मंजू जलान सहित अनेक अग्रबंधु सपरिवार उपस्थित रहे।



आत्मा को परमात्मा से जोड़ने का सेतु है लोगस्स जाप : कपिल मुनि

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

चेन्नई। यहाँ गोपालपुरम स्थित छाजेड़ भवन में विराजित श्री कपिल मुनि जी म.सा. के सानिध्य में लोगस्स जाप साधना का आयोजन किया गया। इस मौके पर कपिल मुनि जी म.सा.ने सोमवार को प्रवचन के दौरान कहा कि नवरात्रि के पवित्र दिन शक्ति उपासना का एक महत्वपूर्ण अवसर है। इस दुनिया में चहुँओर शक्ति का बोलबाला है। संसार में शक्ति की पूजा होती है व्यक्ति की नहीं। शक्तिहीन व्यक्ति जीवन के संघर्षों में भिट जाता है। इसलिए व्यक्ति को शांतिपूर्ण जीवन जीने के लिए शक्तिशाली बनने की दिशा में पराक्रम करना चाहिए। सिर्फ धन ही शक्ति का रूप नहीं है। मनोबल, आत्म बल भी एक ऐसी शक्ति है जिसके अभाव में अन्य बल अर्थहीन

हो जाते हैं। लोगस्स के द्वारा तीर्थंकर भगवतों की स्तुति उत्कीर्ण आत्म विश्वास के बल को बढ़ाता है। आत्मा को परमात्मा से जोड़ने का एक सेतु है लोगस्स जाप। लोगस्स के लयबद्ध जाप से शक्ति केन्द्रों का जागरण होता है। अन्तर्मन की शुद्धि और कर्मों के बंधन शिथिल पड़ने लगते हैं। नवकार मंत्र, भक्तमर स्तोत्र, लोगस्स के सामुहिक जाप साधना से वातावरण की पवित्रता के साथ भावों में भी उत्कृष्टता का संचार होता है।

तीर्थंकर भगवतों का सामुहिक स्तवन व वीतरागता का चिंतन मनन साधक को वीतराग बना देता है। उनकी स्तुति से आत्मिक शक्तियों का भान होता है। आराधना के द्वारा आराध्य के प्रति अन्तःकरण में शुभ भाव पैदा होता है प्रभो आपके अंदर जो अनंत ज्ञान, दर्शन, शक्ति और सुख है वह जीवन में भी उत्पन्न हो। आपका गुण वैभव मेरे जीवन के लक्षण बनें। जो पाप को

गलाए सुख को लाए वह मंगल होता है। जिसके आचरण से जीवन के दुःख, संताप का निवारण हो, जीवन का उत्थान कल्याण हो, दुःख के कारण भूत कर्मों का विनाश हो उसे मंगल कहते हैं। अहिंसा, संयम और तप रूप धर्म ही उत्कृष्ट मंगल हैं। तीर्थंकरों की शरण ही सच्ची शरण है जिसमें जीवन की तमाम समस्याओं के निवारण की अपार क्षमता है। जो स्वयं मंगल होता है वही दूसरों का मंगल और कल्याण कर सकता है। पंच परमेष्ठी व महान आत्माओं के स्मरण से कर्म निर्जरा के लाभ के साथ सम्यक् भाव, विघ्न निवारण, भय से मुक्ति और चित्त की निर्मलता का लाभ भी प्राप्त होता है।

अध्यक्ष अमर चंद छाजेड़ ने बताया कि मंगलवार व बुधवार को प्रवचन के दौरान मंगलकारी लोगस्स जाप कार्यक्रम भी होगा। धर्मसभा का चर्चालन मंत्री राजकुमार कोठारी ने किया।



नारी का सम्मान है महापुरुषों के सम्मान के समान

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

चेन्नई। यहां के साहूकारपेट स्थित जैन भवन में राष्ट्रसंत कमल मुनि जी कमलेश ने नवरात्रि के प्रथम दिवस संबोधित करते कहा कि शरीर की बाहरी भौतिक रचना के आधार पर महिला अथवा पुरुष कम अथवा ज्यादा शक्ति और बुद्धि का मूल्यांकन करना, सारसर अपमान है। संपूर्ण मातृ शक्ति का सारसर अपमान है। यदि महिला अपने आप को अबला मानती है अथवा कोई उसको अबला के नाम से पुकारता है तो दोनों ही अज्ञान के रोग से ग्रसित है। उन्होंने कहा कि पुरुष प्रधान मानसिकता महिला को दूसरे नंबर का दर्जा देकर भयंकर अपराध किया है। महिला और पुरुष के नजरिए में भेदभाव लाना लक्ष्मी सरस्वती और दुर्गा का अपमान करने के समान है।

मुनि कमलेश ने कहा कि महापुरुषों ने आत्म प्रधान मानसिकता को महत्व ने स्वीकार किया। धर्म देश और समाज के लिए जितने ऊर्जावान क्रांतिकारी युग पुरुष हुए हैं, उन सब के निर्माण में

महिला शक्ति की बहुत बड़ी भूमिका है। महिला जितनी ऊर्जावान और संस्कारित और चरित्रवान होगी उतना ही पुरुष के उज्ज्वल भविष्य का निर्माण हो सकता है। जब तक महिला को प्राथमिकता देकर उसके विकास को ध्यान में नहीं रखा जाएगा तो उज्ज्वल भविष्य की कल्पना नहीं कर सकते। जैन संत ने कहा कि जिस घर में नारी का सम्मान होता है उसे घर में देव शक्तियों का निवास होता है। नारी का सम्मान है महापुरुषों का सम्मान करने के समान है। तीर्थंकर के जन्म पर उनके समक्ष उनसे पहले इंद्र देवता उनकी मां को नमन करते हैं। मातृ देवो भव को जो आत्मसात नहीं करता तो वह धार्मिक नहीं हो सकता। चेन्नई के जैन इतिहास में पहली बार जैन पद्धति से नवरात्रि का आयोजन तपस्या और साधना और मंत्र जाप रूप में 9 दिन तक मनाया जाएगा भारी संख्या में भक्तों ने इसमें भाग लिया। अखिल भारतीय श्वेतांबर स्थानकवासी जैन कॉन्फ्रेंस नई दिल्ली महिला शाखा की पूर्व राष्ट्रीय अध्यक्ष कमला सज्जन राज मेहता ने महिला प्रशिक्षण के द्वारा प्रतिभा विकसित करने का संकल्प लिया।

आत्मा का असली रूप है चेतना : पंन्यास विमल पुण्यविजय

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

बेंगलूर। यहां किलपाक स्थित एससी शाह भवन में विराजित पंन्यास विमल पुण्यविजयजी म.सा.ने सोमवार को 'समकित के 67 बोल' ग्रंथ के आधार पर सम्यक्त्व को स्थिर रखने वाले छः स्थानों में से पहले स्थान के गूढ़ रहस्यों का विशद विवेचन किया। उन्होंने कहा कि जहां आत्मा में सम्यक्त्व स्थिर हो जाए, वही स्थानक कहलाता है। पहला स्थानक है आत्म चेतना लक्षणा। आत्मा का विलक्षण गुण चेतना है और उसका वास्तविक लक्षण है ज्ञानवान और संपूर्ण गुणों से युक्त होना। गुरुदेव ने उदाहरण देते हुए समझाया कि हवा हर जगह है, पर महसूस पंखे से होती है। बुद्धिमत्ता भी देखी नहीं जा सकती, केवल अनुभव की जाती है। उसी तरह आत्मा अरुपी है, दिखाई नहीं देती, पर अनुभव की जा सकती है।

उन्होंने कहा, जिस प्रकार दूध-पानी अलग नहीं किए जा सकते, वैसे ही आत्मा और शरीर का संबंध है। परंतु विवेक से आत्मा का अनुभव अलग हो सकता है, जैसे हंस खीर से दूध और पानी अलग कर देता है।



पंन्यास प्रवर ने बताया कि आत्मा स्वचेतन है और विभाव से परे स्वभाव में स्थित है। नवतत्त्व में आत्मा के गुण बताए गए हैं, ज्ञान, दर्शन, चारित्र्य, तप, वीर्य और उपयोग। शुद्ध जीवन का संदेश देते हुए उन्होंने कहा कि आत्मा को भावित करने के लिए शुद्ध जीवन जियो और सदैव तत्पर रहो। श्रावक को द्रव्य स्नान के साथ भाव स्नान का महत्व समझना चाहिए। साधु का शरीर भले मेल से आच्छादित हो, वही उसका आभूषण और ब्रह्मचर्य की शोभा है। साधु आचार के बारे में गुरुदेव ने स्पष्ट किया कि सबसे पहले जीवन में सम्यक्त्व को दृढ़ बनाना चाहिए। लालच की भक्ति, कर्मबंध का कारण है। साधु जीवन में आहार संज्ञा का पालन अति महत्वपूर्ण है। फलाहार साधु के लिए निषिद्ध है, क्योंकि यह जल-बाहुल्य और सुपाच्य होता है।



चेन्नई में माहेक्षरी महिला मंडल ने पितृपक्ष में 16 दिन अमृत आहार वितरण का एक विशाल आयोजन किया। मंडल की अध्यक्ष ममता बागडी ने बताया, मंडल ने चेन्नई में पुरुषवाक्कम, अन्नापिडई, साहूकारपेट, अन्नानगर, टोंडियारपेट, वेपेरी, कोयम्बेडु, उत्तरी शहर, पडालम, पाडी, मदावरम, गोदाम स्ट्रीट, मिंट स्ट्रीट इलाकों में पितृपक्ष के 16 दिनों में लगभग साढ़े चार हजार लोगों को अमृत आहार का वितरण हुआ। मंडल की सचिव कुसुम मालापनी के कहा कि सभी के सहयोग से और कार्यक्रम संयोजिका शोभा सिक्की एवं पायल गोयदानी के परिश्रम से यह कार्य सम्पन्न हुआ।



सत्य है की कोई किसी के कर्म को बाँटता नहीं : डॉ. समकित मुनि

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

चेन्नई। यहां पुरुषवाक्कम स्थित एएमकेएम जैन सेमिनारियल ट्रस्ट में विराजमान डॉ. समकित मुनिजी म.सा. के सानिध्य में सोमवार से पुच्छिसुगम वीर स्तुति का शुभारंभ हुआ। मुनिश्री ने अपने प्रवचन में धर्म और संसार के फर्क को आसान शब्दों में समझाया।

उन्होंने कहा कि हम सब अक्सर संसार की बात मानते हैं और उसे खुश रखने की कोशिश करते हैं। लेकिन सच्चाई यह है कि संसार कभी खुश नहीं होता। चाहे

कितना भी कर लो, संसार एहसान मानने वाला नहीं है। उसका स्वभाव ही स्वार्थी है। लोग हमेशा यही कहते हैं - तुम मेरे लिए समय नहीं निकालते, तुमने मेरे लिए किया ही क्या है। मुनिश्री ने कहा कि हमें देखना चाहिए कि हम किसकी बात सुनते हैं। धर्म की या संसार की? ज्यादातर लोग संसार की बातें मानते हैं और धर्म की बातों को भूल जाते हैं। यही कारण है कि जीवन में परेशानियाँ आती हैं। संसार हमेशा स्वार्थी रहा है और रहेगा। जब तक हम किसी का फायदा करते हैं, तब तक हम उसके लिए अच्छे हैं। लेकिन जैसे ही हम उसका फायदा

करना बंद कर देते हैं, वही हमें भूल जाता है। इसलिए जीना भले ही संसार के साथ है, पर सुनना और मानना धर्म की बातों को चाहिए। मुनिश्री ने कहा कि संसार सिर्फ अपना फायदा देखता है। अगर कोई झूठ बोले और उससे किसी का काम बने तो संसार कभी उसे रोकेगा नहीं। बल्कि कहेगा और झूठ बोलो, और चोरी करो। लेकिन धर्म ही है जो रोकता है और कहता है, झूठ मत बोलो, चोरी मत करो, गलत काम मत करो। धर्म दान करने पर जोर नहीं देता, पर सही आचरण पर हमेशा जोर देता है। सोमवार से नवरात्री के उपलक्ष्य में जाप का भी आयोजन हुआ।



राजस्थानी संघ की साधारण सभा में अहम मसलों पर हुई चर्चा

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

कोयंबटूर। राजस्थानी संघ की 53 वीं साधारण सभा आर एस पुरम स्थित राजस्थानी संघ के हाल में शांतिपूर्वक संपन्न हुई। सभा में पधारे सभी सदस्यों का स्वागत संघ के अध्यक्ष गौतमचंद श्रीश्रीमाल के द्वारा किया। वर्ष 2024-2025 की वार्षिक रिपोर्ट सचिव विकास नाकोड़ा ने पेश की। 2024-2025 का वार्षिक लेखा जोखा और वित्त रिपोर्ट को कोषाध्यक्ष विक्रम सालेचा द्वारा प्रस्तुत किया गया। इसके साथ ही अध्यक्ष की अनुमति से कुछ अहम मसलों पर विचार विमर्श हुआ उन सभी विचारों को सभा की सर्व सहमति से पारित किया गया। इस सभा में संघ के 6



पूर्व अध्यक्ष, संघ के सह सचिव प्रकाश माली, सह कोषाध्यक्ष अशोक राजपुरोहित और कार्यकारणी सदस्य, संघ के ऑडिटर संजय शाह, इंटरनल ऑडिटर विशाल जैन तथा संघ के

कानूनी सलाहकार पूनम पारेख, मोतीलाल राठौड़, चुनाव अध्यक्ष रमेश सुतालिया, सहचुनाव अध्यक्ष मदन माली एवं मीडिया कमिटी चेयरमैन किशोर जैन और अन्य सदस्यों की उपस्थिति रही।

प्रिंसेस श्राइन सभागार में कलश स्थापना के साथ प्रारंभ हुई दुर्गा पूजा

बेंगलूर/दक्षिण भारत। प्रवासी विहारियों की सबसे पुरानी संस्था सिद्धार्थ सार्वकृतिक समिति व राजेन्द्र बाबू मेमोरियल ट्रस्ट एवं संयुक्त तत्त्वगवधान में पेल्लेस ग्राउंड स्थित प्रिंसेस श्राइन सभागार में 47वां दशहरा महोत्सव सोमवार को

कलश स्थापना के साथ प्रारंभ हुआ। सुबह साढ़े ग्यारह बजे बनारस से आए आचार्य नित्यानंद शास्त्री, आचार्य अखिलेश द्विवेदी एवं आचार्य हेमंत गौतम ने समिति के पूजा अध्यक्ष मुकुंश कर्ण एवं उनकी पत्नी को पूजा का संकल्प विधि-

विधान से दिलाया तथा घट स्थापना करवाई। इस अवसर पर समिति के सचिव सुबोध सिंह, उपाध्यक्ष अनित सिंह, पूर्व सचिव जेपी सिंह, कोषाध्यक्ष शेषनाथ दुबे सहित अन्य अनेक आदि भक्तों ने मां भगवती की पूजा में श्रद्धापूर्वक भाग लिया।