विचार बिन्दु

संसार के दुःखियों में पहला दुःखी निर्धन है। उससे दुःखी वह है जिसे किसी का ऋण चुकाना हो। इन दोनों से अधिक दुःखी वह है, जो सदा रोगी रहता हो और सबसे दुःखी वह है, जिसकी पत्नी दुष्टा हो। –विदुरनीति

सेहत के लिए वरदान है मोटा अनाज

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के प्रस्ताव पर संयुक्त राष्ट्र संघ ने वर्ष 2023 को अंतरराष्ट्रीय मिलेट्स वर्ष घोषित किया है। पहले लोग मोटे अनाज का सेवन करते थे। लेकिन बदलते समय के साथ लोग इससे दूर हो गए। अब प्रधानमंत्री मोदी ने फिर से लोगों को मोटे अनाज उगाने और उसके सेवन के प्रति जागरूक करने के लिए विशेष अभियान छेड़ा है। देश में मिलेट्स जिसे मोटा अनाज कहा जाता है के पक्ष में माहौल बनना शुरू हो गया है। एक रिपोर्ट के मुताबिक दुनियाभर में पैदा होने वाले मोटे अनाज में 41 प्रतिशत तक भारत में पैदा होता है। देश में सर्वाधिक बाजरा उत्पादन करने वाले राज्य राजस्थान सहित अनेक प्रदेशों में मोटे अनाज की महत्ता, उपयोगिता और पोषण गुणवत्ता को लेकर कार्यशालाएं आयोजित की जा रही है जिनके माध्यम से किसानों और आम नागरिकों में जागरूकता पैदा की जा रही है। राजस्थान का बाजरे के उत्पादन और क्षेत्रफल दोनों दृष्टि से देश में प्रथम स्थान है। देश में बाजरा क्षेत्रफल में राजस्थान का हिस्सा 57.10 प्रतिशत है वहीं उत्पादन में 41.71 प्रतिशत की हिस्सेदारी है। इसी तरह राष्ट्र में ज्वार के क्षेत्रफल और उत्पादन में राज्य का तीसरा स्थान है।

हमारे देश में आज भी घर-घर में लोग गेहूं के साथ मक्के, बाजरा और चंने की रोटी पसंद करते हैं। सर्दी हो या गर्मी लोग इसे बड़े ही चाव के साथ न केवल खाते है अपितु मेहमानों को परोसगारी भी करते है। इसे मोटा अनाज कहा जाता है, जिसमें ज्वार, बाजरा, रागी, सावां, कंगनी, चीना, कोदो, कुटकी और कुट्टू शामिल है। सर्दी के दिनों में ठंड से शरीर को बचाने के लिए ज्वार और बाजरा खाने की सलाह भी दी जाती है। गेहूं और चावल की तुलना में मोटे अनाज में मिनरल, विटामिन, एंजाइम और इन सॉल्युबल फाइबर भी ज्यादा मात्रा में पाया जाता है। मोटे अनाज को खाने से शरीर में कई पोषक तत्वों की पूर्ति होती है साथ ही यह कुपोषण से भी बचाव करेगा। मोटे अनाजों में बीटा-कैरोटीन, नाइयासिन, विटामिन-बी6, फोलिक एसिड, पोटेशियम, मैग्नीशियम, जस्ता आदि खनिज लवण भी प्रचुर मात्रा में पाए जाते हैं।

कृषि विशेषज्ञों के मुताबिक भविष्य मोटे अनाजों का है। मोटे अनाज के क्षेत्र में किसानों एवं कृषि उद्यिमता की अपार संभावनाएं हैं। अच्छे स्वास्थ्य के लिए इनकी उपयोगिता जगजाहिर है। गेहूं, चावल के मुकाबले मोटा अनाज उगाना और खाना ज्यादा सुविधाजनक है। मोटे अनाज में पोषण भी अधिक होता है, जिससे शरीर मजबूत होता है और बीमारियों से लड़ने की शक्ति मिलती है। मोटे अनाजों के उत्पादन को प्रोत्साहन देने के साथ-साथ प्रसंस्करण गतिविधियों के जरिए उद्यमिता को भी बढ़ावा दिया जाए। इससे रोजगार के नए अवसर मिलेंगे। भारत सरकार ने बजट में ऐलान किया कि बाजरा, कोदो, सांवा जैसे मोटे अनाज को बढ़ावे देने के लिए श्रीअन्न योजना शुरू की जाएगी। भारत मिलेट्स को लोकप्रिय बनाने के काम में सबसे आगे है, जिसकी खपत से पोषण, खाद्य सुरक्षा और किसानों के कल्याण को बढ़ावा मिलता है। भारत विश्व में श्रीअन्न का सबसे बड़ा उत्पादक और दूसरा सबसे बड़ा निर्यातक है। भारत में कई प्रकार के श्रीअन्न की खेती होती है जिसमें ज्वार, रागी, बाजरा, कुट्टू, रामदाना, कंगनी, कुटकी, कोदो, चीना और सामा शामिल हैं। मोटे अनाज को सुपर फूड भी कहा जाता है। मोटे अनाज में बाजरे की रोटी, दलिया, बिस्कुट, पकौडी, लड्डू के साथ ही मकई की रोटी व घट्टा, कोदो का भात, मिक्स अनाज का पापड़, ज्वार की खिचड़ी, चव्यनप्राश, बिस्कुट, बेकरी उत्पाद जैसे व्यंजन बनाये जा सकते है।

कई रिपोर्ट ने खुलासा किया है कि अगर देश में मोटा अनाज फिर से चलन में आ जाए तो 70 फीसदी लोग कुपोषण से मुक्त हो जाएंगे। इसके अलावा आमजन मोटापा, बदहजमी, डॉयबिटीज, एनीमिया, हार्ट, कोलेस्ट्राल, जैसी 36 बीमारियों से मुक्त हो सकते है। मोटा अनाज पौष्टिकता का खजाना है।

प्रगति और विकास के साथ न केवल हमारी जीवनशैली बदली अपितु हमारा खान-पान भी पूरी तरह से बदल गया। चार पांच दशक पहले मोटा अनाज हमारे आहार का मुख्य घटक था । जिन अनाज को हमारी कई पीढ़ियां खाती आ रही थीं, उनसे हमने मुंह मोड़ लिया। वह भी एक समय था जब लोग हाथ चक्की में पीसे मोटे अनाज का सेवन कर स्वस्थ रहते थे। मोटे अनाज के एक नहीं अनेक फायदे है।

पौष्टिक तत्वों की भरमार होने से अनेक बीमारियां दूर भागती थी। अब एक बार फिर देश का ध्यान मोटे अनाज की ओर गया है। यह अनाज देश में बहुतायत से उत्पन्न होता है। मोटा अनाज यानि मिलेट्स के पोषक तत्वों को देखते हुए देश विदेश की सरकारों द्वारा इन्हे बढ़ावा दिया जा रहा है। क्योंकि मिलेट्स का अधिक उत्पादन भूख और कुपोषण की समस्या हल करने मे बहुत सहायक हो सकता है। मोटे अनाज की उपयोगिता को देखते हुए भारत सरकार सहित राज्य सरकारों ने विभिन्न स्तरों पर इसे बढ़ावा देना शुरू कर दिया है। भारतीय सेना में एक अप्रैल से जवानों और अफसरों की थाली में डाइट का 25 प्रतिशत हिस्सा मोटे अनाज का होगा। सेना के एक आदेश के मुताबिक बाजरा, ज्वार और रागी के इस्तेमाल की अनुमति दी गई है। अच्छे रिजल्ट आने पर अन्य अनाज को शामिल किया जाएगा। इसी भांति राजस्थान के पुलिसकर्मियों को अब भोजन में मोटा अनाज मिलेगा। प्रदेश की सभी पुलिस लाइन, पुलिस थानों एवं बटालियन मुख्यालयों की मैस में बनने वाले भोजन में अब ज्वार, बाजरा एवं रागी परोसा जाएगा। अब तक जवानों को मैस में दाल, चावल, सब्जी और चपाती भोजन में मिलती थी। लेकिन अब इनके साथ मोटा अनाज भी परोसा जाएगा। कई रिपोर्ट ने खुलासा किया है कि अगर देश में मोटा अनाज फिर से चलन में आ जाए तो 70 फीसदी लोग कुपोषण से मुक्त हो जाएंगे। इसके अलावा आमजन मोटापा, बदहजमी, डॉयबिटीज, एनीमिया, हार्ट, कोलेस्ट्राल, जैसी 36 बीमारियों से मुक्त हो सकते है। मोटा अनाज पौष्टिकता का खजाना है। रागी में भी कई पोषक तत्व मौजूद हैं। आहार विशेषज्ञों की मानें तो रागी डायबिटीज के मरीजों के लिए बहुत ही लाभकारी है। वहीं बाजरे में भी प्रोटिन की प्रचूर मात्रा पाई जाती है जो स्वास्थ्य के साथ आंखों के लिए बहुत लाभदायक माना जाता है। ज्वार की खेती पूरे विश्व में 5वें नंबर पर उगाई जाने वाली एक महत्वपूर्ण फसल है जो लगभग आधे अरब की जनसंख्या का मुख्य आहार है।

–अतिथि संपादक,
बाल मुकुन्द ओझा
वरिष्ठ लेखक एवं पत्रकार

राशिफल गुरूवार 30 मार्च, 2023

पंडित अनिल शर्मा

चैत्र मास, शुक्ल पक्ष, नवमी तिथि, गुरूवार, विक्रम संवत 2080, पुनर्वसु नक्षत्र रात्रि 10:54 तक, अतिगंड योग रात्रि 1:01 तक, बव करण दिन 10:17 तक, चन्द्रमा सांय 4:15 से कर्क राशि में संचार करेगा।

ग्रह स्थितिः सूर्य-मीन, चन्द्रमा-मिथुन, मंगल-मिथुन, बुध-मीन, गुरू-मीन, शुक्र-मेष, शनि-कुम्भ, राहु-मेष, केतु-तुला राशि में।

आज श्रीरामनवमी, श्री स्वामीनारायण जयन्ती है और चैत्र नवरात्रा समाप्त होंगे। आज रवियोग अहोरात्र है। आज पंचरात्र व्रत (पारणा), मातृ का व्रत, मेला रामनवमी और मेला महावीर जी है। आज सिद्धि योग सूर्योदय से रात्रि 10:54 से आरम्भ होगा। गुरू पुष्य सिद्धि योग 10:54 से सूर्योदय तक है।

सर्वश्रेष्ठ चौघड़ियाः शुभ सूर्योदय से 7:58 तक, चर 11:01 से 12:33 तक, लाभ-अमृत 112:33 से 3:37 तक, शुभ 5:09 से सूर्यास्त तक।

राहूकालः 1:30 से 3:00 तक। सूर्योदय 6:24, सूर्यास्त 6:39

मेष
महत्वपूर्ण कार्यों के संबंध में सकारात्मक संदेश प्राप्त होंगे। मित्रों/रिश्तेदारों के सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है। व्यावसायिक आर्थिक मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा। धार्मिक कार्यों में भाग ले सकते हैं।

सिंह
आर्थिक/वित्तीय मामलों में संतुलन बनाए रखना ठीक रहेगा। संभावित स्त्रोत से धन प्राप्त हो सकता है। व्यावसायिक स्थिति ठीक रहेगी। धार्मिक स्थान की यात्रा संभव है।

धनु
परिवार में आपसी सहयोग-समन्वय बना रहेगा। परिवार में उत्सव जैसा माहौल रहेगा। परिवार में शुभ-मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। व्यावसायिक/आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी।

वृष
व्यावसायिक कार्यों पर ध्यान देना ठीक रहेगा। चलते कार्यों में प्रगति होगी। व्यावसायिक कार्यों में आ रही अड़चनें दूर होने लगेंगी। आर्थिक/वित्तीय मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा।

कन्या
व्यावसायिक कार्यों में आ रही अड़चनें दूर होने लगेंगी। व्यावसायिक कार्यों पर नियंत्रण प्रभाव बढ़ेगा। महत्वपूर्ण कार्य योजना का क्रियान्वयन होगा। व्यावसायिक आय में वृद्धि होगी। धार्मिक कार्यों में भाग लेने का अवसर मिलेगा।

मकर
अस्त-व्यस्त दिनचर्या में सुधार होगा। विवादित मामलों से राहत मिल सकती है। अनहोनी की आशंका से बना हुआ मन का भय समाप्त होगा। व्यावसायिक स्थिति ठीक रहेगी। धार्मिक कार्यों पर धन खर्च हो सकता है।

मिथुन
मानसिक तनाव से राहत मिलेगी। मनोबल-आत्मविश्वास बढ़ेगा। व्यावसायिक कार्यों में उचित सफलता मिलेगी। प्रतिष्ठित व्यक्तियों से व्यावसायिक संपर्क बनेंगे। आर्थिक मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा।

तुला
व्यावसायिक कार्यों के लिए दिन अच्छा रहेगा। व्यावसायिक कार्यों में आ रही अड़चनें दूर होने लगेंगी। कार्य शीघ्रता/सुगमता से बनने लगेंगे। परिवार में अतिथियों का आगमन रहेगा।

कुंभ
व्यावसायिक कार्यों के संबंध में उचित सोच-विचार हो सकता है ओर उचित परामर्श मिलेगा। व्यावसायिक आय में वृद्धि होगी। आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी। परिवार में धार्मिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं।

कर्क
व्यावसायिक व्यक्तिगत कारणों से भागदौड़ रहेगी। मन में असंतोष बना रहेगा। व्यावसायिक खर्चों में अनावश्यक वृद्धि हो सकती है। नौकरीपेशा व्यक्तियों को वाद-विवाद का सामना पड़ सकता है।

वृश्चिक
अपनी कार्य योजना को सीमित रखें। नवीन कार्यों में व्यवधान सामने आ सकते हैं। आवश्यक कार्यों में विलम्ब हो सकता है। परिवार में अतिथियों का आगमन बना रहेगा। धार्मिक स्थान की यात्रा संभव है।

मीन
घर-परिवार में अतिथियों के आगमन से उत्सव जैसा माहौल रहेगा। परिवार में धार्मिक-मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। व्यावसायिक कार्यों में व्यस्तता बनी रहेगी। आर्थिक मामलों में संतुलन बना रहेगा।

रामनवमीः मर्यादा पुरषोत्तम राम का जन्मोत्सव एवं रामराज्य

डॉ. जे. के. गर्ग

भगवान विष्णु ने सातवे अवतार में भगवान राम के रूप में त्रेतायुग में जन्म लिया था। भगवान राम का अवतार रावण के अत्याचारों को खत्म करने एवं पृथ्वी से दुष्टों को खत्म कर धर्म एवं सात्विकता की स्थापना के लिए हुआ था। मर्यादा पुरुषोत्तम श्री राम का जन्म अयोध्या में चैत्र शुक्ल की नवमी को हुआ था इसलिए चैत्रीय नवमी को भगवान श्री राम के जन्मदिन के रूप में मनाया जाता है। शारदीय राम नवमी के दिन रावण का वध करने से पहले प्रभु श्रीराम ने मां भगवती की आराधना की थी तथा माता ने प्रसन्न होकर भगवान राम को युद्ध में विजय होने का आशीर्वाद दिया था इसी दिन प्रभु राम ने रावण का वध करके विजय प्राप्त की थी। राम का अर्थ है, स्वयं का प्रकाश; स्वयं के भीतर ज्योति। 'रवि' शब्द का अर्थ 'राम' शब्द का पर्यायवाची है। रवि शब्द में 'र' का अर्थ है, प्रकाश और 'वि' का अर्थ है, विशेष। इसका अर्थ है, हमारे भीतर का शाश्वत प्रकाश। हमारे हृदय का प्रकाश ही राम है। इस प्रकार हमारी आत्मा का प्रकाश ही राम है यानी हमारे भीतर 'ज्ञान के प्रकाश का उदय'।

राजा दशरथ एवं उनकी रानीयों को सन्तान प्राप्ति के लिए महर्षी वशिष्ट जी ने दशरथ की तीनों रानियों को खीर खाने को कहा ठीक 9 महीने पश्चात सबसे बड़ी रानी कौशल्या ने भगवान राम को, कैकयी ने भारत को और सुमित्रा ने दो जुड़वा बच्चे लक्ष्मण और शत्रुघ्न को जन्म दिया।

राम भगवान विष्णु जी के सातवें अवतार थे। भगवान श्री राम का अवतरण पृथ्वी से दुष्टों का संहार कर धर्म की स्थापना करने के लिए हुआ था इस प्रकार दशरथ और उनकी तीन पत्नियाँ एक ऋषि के पास गए। जब ऋषि ने उनको प्रसाद दिया तब ईश्वर की कृपा से, भगवान राम का जन्म हुआ।

गोस्वामी तुलसी दास ने रामचरित मानस के बालकाण्ड में स्वयं लिखा है कि उन्होंने रामचरित मानस की रचना का आरम्भ अयोध्यापुरी में विक्रम सम्वत् 1631 (1574 ईस्वी) के रामनवमी, जो कि मंगलवार था, को किया था।

संत कबीर ने बतलाया कि आदि राम अविनाशी परमात्मा है जो सब के सृजनहार व पालनहार है। जिसके एक इशारे पर धरती और आकाश काम करते हैं जिसकी स्तुति में तैंतीस कोटि देवी-देवता नतमस्तक रहते हैं। जो पूर्ण मोक्षदायक व स्वयंभू है। "एक राम दशरथ का बेटा, एक राम घट घट में बैठा, एक राम का सकल उजियारा, एक राम जगत से न्यारा।।"

रामनवमी के त्यौहार का महत्व सनातन धर्म सभ्यता में महत्वपूर्ण रहा है। इस पर्व के साथ ही माँ दुर्गा के नवरात्रों का समापन भी होता है। हिन्दू धर्म में रामनवमी के दिन राम की पूजा-अर्चना की जाती है। रामनवमी की पूजा में पहले देवताओं पर जल, रोली और लेपन चढ़ाया जाता है, इसके बाद मूर्तियों पर मुट्ठी भरके चावल चढ़ाये जाते हैं। पूजा के बाद आरती की जाती है। कुछ लोग इस दिन व्रत भी रखते है।

भगवान राम को दुनिया में एक अतुलनीय पुत्र माना जाता है, और अच्छे गुणों के हर पहलू में दशरथ के समान थे। उन्होंने जीवन भर कभी झूठ नहीं बोला। उन्होंने हमेशा विद्वानों और बड़ों का सम्मान किया, लोग उन्हें प्यार करते थे। उनका शरीर पारलौकिक और उत्कृष्ट था। वह प्रजा को अत्यंत प्रिय थे।

राम का पहला साहसिक कार्य तब हुआ जब ऋषि विश्वामित्र ने राक्षस से लड़ने में मदद मांगी। राम और लक्ष्मण, कौशल के उत्तरी राज्य की राजधानी अयोध्या में अपने बचपन के घर को छोड़कर, विश्वामित्र के पीछे उनके घर गए और वहां एक भयानक राक्षसी तारका को मार डाला। कृतज्ञता में ऋषि ने राम को दिव्य हथियार दिए। तत्पश्चात वे गुरु की आज्ञानुसार आगे की और निकल पड़े। वहाँ विदेह के राजा जनक ने राम का बहुत आदर सत्कार किया, और वह राजा की सुंदर बेटी सीता (जिसे जानकी या मैथिली भी कहा जाता है) से मिले। राजा जनक के घर में भगवान शिव का धनुष रखा हुआ था। जिसे कोई भी व्यक्ति आसानी से उठा नहीं सकता था। लेकिन एक दिन सीता जी ने घर की सफाई करते समय उस धनुष को उठाकर दूसरी जगह पर रख दिया। इसे देख कर राजा आश्चर्यचकित हो गए। उसी समय पर उन्होंने यह प्रतिज्ञा ली जो भी इस धनुष पर प्रत्यंचा चढ़ाएगा, उसी से मैं अपनी पुत्री सीता का विवाह करुँगा। उन्होंने सीता स्वयंवर की तिथि निर्धारित की और सभी देश के राजा और महाराजाओं को इसके लिए निमंत्रण भेजा।

राजा जनक ने राजकुमारी सीता का विवाह उसी से करने का फैसला किया था जो शिव धनुष पर प्रत्यंचा चढ़ा सके। एक-एक कर सभी ने धनुष उठाने की कोशिश की, लेकिन कोई भी इसे उठा ना सका । उसके पश्चात गुरु की आज्ञा पाकर राम धनुष पर प्रत्यंचा चढ़ाने लगे तभी धनुष टूट गया। फिर बड़ी ही धूमधाम से राम और सीता का विवाह हुआ । इस खुशी के मौके पर सभी देवताओं ने फूलों की वर्षा की ।

भगवान राम के जीवन की सबसे बड़ी शिक्षा अपने दिए वचन और कर्तव्यों का पालन करना है। कैकयी द्वारा राजा दशरथ से राम का 14 वर्ष का बनवास मांगने का कारण कम ही लोगों को ज्ञात है। दरअसल राजा दशरथ की रानी कैकेयी राजा अश्वपति की बेटी थी। राजा अश्वपति के राजपुरोहित श्रवण कुमार के पिता रतन ऋषि थे। कैकेयी को वेद-शास्त्रों की शिक्षा रत्न ऋषि ने ही दी थी। उन्होंने कैकेयी को बताया था कि राजा दशरथ की कोई संतान राज गद्दी पर नहीं बैठ पाएगी. इसके साथ ही ज्योतिष गणना के आधार पर उन्होंने बताया था कि दशरथ की मृत्यु के बाद यदि चौदह वर्ष के दौरान कोई संतान गद्दी पर बैठ भी गया तो रघुवंश का नाश हो जाएगा ।

राम ने सुपर्णखा के नाक कान काट दिए थे जिससे उसका भाई रावण क्रोधित हो गया । तदनुसार, राक्षस राजा ने राम के घर की तलाश की और जब रावण के द्वारा मायावी मारीच को सोने के हरण के रूप में भेजा तब सीता ने राम को हरण को पकड़ कर लाने को कहा और उसकी त्लास्खोज में राम बहुत दूर चले गये तब सीता जी ने लक्ष्मण को उनकी मदद करने को भेज दिया और सीताजी घर पर अकेली रह गई तब रावण साधू के वेश मे आकर माता सीता का अपहरण करके ले गया। राम लक्ष्मणजी जी की साथ सीता जी को खोजने निकले तब उनको जंगल में कुछ आभूषण मिले जिनमे सीता जी का कर्णफूल भी था तब श्रीराम ने लक्ष्मण से पूछा क्या तुम सीता के इस कर्णफूल को पहचानते हो तो लक्ष्मण बोले कि कर्णफूल भाभी के हैं या नहीं मैं कैसे बता सकता हूँ? मैंने तो कभी भाभी के मुख की ओर देखा ही नहीं। लक्ष्मण ने कहा कि मैंने तो सेवक और पुत्र भाव से सदा भाभी के चरणों को देखा है इसलिए मैं सिर्फ उनकी पायल को पहचानता हूँ ।

राम लक्ष्मण को सिरविहीन राक्षस कबंध मिला राम न्र उसको यातना से मुक्त कर दिया तब उसने राम को सलाह दी कि रावण का सामना करने से पहले, आपको वानरों के राजा सुग्रीव की मदद लेनी चाहिए। श्री राम की हनुमान जी के साथ पहली मुलाकात का किस्सा बेहद दिलचस्प है।

राम की सेनाओं और राक्षसों के बीच कई युद्धों की एक श्रृंखला हुई, लेकिन अंततः रावण मारा गया, लंका पर राम की विजय हुई, और राम अपनी पत्नी सीता से मिल गए और वापस अपनी नगरी अयोध्या लौट गए। अयोध्या आगमन के बाद राम ने कई वर्षों तक अयोध्या का राजपाट संभाला और इसके बाद गुरु वशिष्ठ व ब्रह्मा ने उनको संसार से मुक्त हो जाने का आदेश दिया. इसके बाद उन्होंने जल समाधि ले ली थी। राजा राम ने भाईचारे और भाई भाई के मध्य प्यार स्नेह की अनूठी मिसाल स्थापित की थी। राम अपने भाईयों भरत लक्ष्मण शत्रूघन को अपने प्राण से भी ज्यादा प्रिय थे। सतयुग में राजाओं की अनेक पत्नियां होती थी किन्तु राजा राम ने एक पत्नी व्रत का पालन किया । अपनी धर्म पत्नी को रावण के चगुल से छुडाने के लिए धर्म युद्ध किया और रावण का वध करके राम भक्त विभिष्ण को लंकापति बनाया। राम ने निस्वार्थ भाव से राज्य किया और राज धर्म का पुरी तरह पालन किया। वानर राज बाली का वध करके अपने मित्र सुग्रीव को वानर राज मनाया इसी प्रकार शरण में आये विभिष्ण को लंकापति बनाया। निसंदेह भक्त और एक-दूसरे के पूरक होते हैं । राम भक्त हनुमान ने अपने सीने को चीर कर सबको राम-लक्ष्मण और माता सीता के दर्शन करवाए थे । भक्त हनुमान ने ही सुग्रीव विभिष्ण को प्रभु राम की शरण में भिजवाया था । संजीवनी बूटी लाकर लक्स्मन जी को जीवन दान देने वाले भक्त हनुमान ही थे । माता सीता की लंका जाकर खोज करने वाले पवन पुत्र हनुमान ही थे । राम और लक्ष्मण को अहिरावण की कैद से छुडाने वाले भी भक्त हनुमान ही थे। इसीलिए आज भी हनुमान जी की पूजा-अर्चना की जाती है ।

राम नवमी को भगवान राम के जन्मदिन के उपलक्ष्य में मनाया जाता है। खुशी और उल्लास के इस त्योहार को मनाने का उद्देश्य हमारे भीतर 'प्रेम स्नेह करुणा संवेदनशीलता और ज्ञान' के प्रकाश का उदय करना है। हम सभी अपनी अपनी आस्था के साथ सुखमय जीवन जिए इसी के साथ हमारे मन के अंदर दर्द, गरीबी, बीमारी, शोक दुराचार या योंणशोषण बलात्कार का नामो निशान नहीं रहे । हम भारत में पुःन रामराज स्थापना का संकल्प लेकर देश के समस्त नर नारी को चाहे वो अमीर गरीब ब्राह्मण क्षत्रीय वैश्य शुद्र मुलमान सिख ईसाई फारसी हो को बिना भेदभाव के तुरंत न्याय प्राप्त कराएं । हमारे शासक राजनेता अधिकारी सही मायनो में राज धर्म का पालन करें । हम सभी सत्य और अहिंसा का पालन करते हुए नैतिक जिम्मेदारी और आत्म-अनुशासन का पालन करने का संकल्प लें। इन्हीं संकल्पों के साथ 30 मार्च 2023 को सनातन धर्मी हर्ष उल्लास के साथ रामनवमी मनाएं ।

–डॉ. जे. के. गर्ग,
पूर्व संयुक्त निदेशक कॉलेज शिक्षा जयपुर

सरकारी दमनचक्र और बिकाऊ मीडिया

डॉ. संदीपन मुकुल

एक बात पहले से साफ़ कर दूं कि इस आलेख का संबंध किसी व्यक्ति विशेष की वाक शैली से नहीं है ।

फ़ारसी का एक लफ़्ज़ है 'तोताचश्मी' जिसका अर्थ है वह व्यक्ति जो बेवफा और नाशुक्रगुजार हो। प्रदेश के नादिरशाह ऐसे ही हैं। नादिरशाह की पुत्रवधु को प्रसव पीड़ा हुई तो जयपुर के एक नामी गिरामी निजी अस्पताल ले आए। जब नादिरशाह के सीने में दर्द हुआ तो स्टेंट लगाने के लिए एक निजी अस्पताल के कुशल कार्डियोलॉजिस्ट को तलब किया गया ! सबने अपना चिकित्सक धर्म निभाया और आज सब कुछ ठीक ठाक है। लेकिन नादिरशाह ये सब भूल गए। उनके लिए तो मयूर सिंहासन ही सबकुछ है। वे सिंहासन को उठा कर साथ ले जाना चाहते हैं । और क्यों नहीं? 4 साल जनता को पूरी तरह भुला के इसी मशक्कत में ही तो लगे रहे हैं ! तो सोचा आखिरी साल में कुछ ऐसा किया जाए कि कब्ज़ा क़ायम रहे । तो वे ले आए एक काला कानून जिसके तहत निजी चिकित्सकों की बलि चढ़ा कर वाह वाही लूटी जा सके ।

उन्हे ज़रा भी अंदाजा नहीं था कि वे किस सुप्त शक्ति से छेड़ छाड़ करने जा रहे हैं । जब ज्वालामुखी फटा तो दाएं बाएं देखने लगे। 27 मार्च की रैली में जब आक्रोश का विकराल रूप देखा तो आंखे फटी रह गईं। कमज़ोर जिसे वे समझते थे, वह तो अथाह शक्ति का सागर है !

न लाठी से, न पानी की तोप से, न बहलाने से, न आंखे दिखाने से: किसी भी तरह ये आंदोलन तो रुक नहीं रहा।

तो फिर नादिरशाह ने शुरू किया माया का तिलिस्म। अब अफ़सोस की बात है कि हमारा मीडिया है बिकाऊ। पैसा फेंको और छमिया से जिस सुर में चाहो गीत गवा लो।

स्तरहीन पत्रकारिता ने फुल पेज इश्तिहार के लालच में पहले पन्ने की ख़बर को पिछले पन्नों में दबा दिया। प्रदेश के एक ऐतिहासिक आंदोलन की ख़बर को तीये की बैठक की सूचना की तरह छापा गया।

जो रोज़ चिकित्सक धर्म की दुहाई देते थे, वही पत्रकारिता धर्म का श्राद्ध करते दिखाई दिए, जहां यजमान नादिरशाह और ग्रहण करने वाले प्रसिद्ध संपादक और पत्रकार! और इस पार्टी का खर्चा किसने उठाया ? भोली जनता ने !

कल सुबह इस दमनकारी, अत्याचारी, सत्ता लोलुप सरकार के ताबूत में एक कील ठोकी जाएगी , जब हमारे चिकित्सा शिक्षक और सरकारी सेवारत साथी इस आंदोलन से जुड़ जायेंगे ।

"लहरों को बांधा जाए तो
दरिया कितना भी हो पुरसुकून
बेताब होता है
और इस बेताबी का अगला क़दम सैलाब होता है!"

हो सकता है की सरकार अपना दमन चक्र और तेज़ कर दे। लेकिन अब ये संग्राम ऐसे मोड़ पर है की सिर्फ़ सच और न्याय की ही जीत हो सकती है ।

हो सकता है कि बिकाऊ मीडिया झूठ के अंबार लगा दे और नकारात्मक खबरों से अख़बार भर दे । लेकिन हमारे हौसले के आगे ये कागज के महल ढह जायेंगे। हमारी जीत सुनिश्चित है क्योंकि सच हमारे साथ है !

बार-बार प्रश्न पूछा जायेगाः मरीजों का क्या होगा? असली आपात स्थिति में हम जनता के साथ हैं। बाक़ी इंतज़ार कर सकते हैं।

–डॉ. संदीपन मुकुल

कैलादेवी माता के 2.50 लाख से अधिक श्रद्धालुओं ने दर्शन किये

करौली, (निसं)। उत्तर भारत के प्रसिद्ध प्रमुख शक्ति पीठों में शामिल कैलादेवी का चैत्र मास में लगने वाला वार्षिक लक्खी मेला अपने पूरे परवान पर चल रहा है। दुर्गाष्टमी पर प्रातः3 बजे से ही श्रद्धालुओं की कतारें लग गई माता के जयकारे लगाते श्रद्धालु आगे बढ़ते रहे और माता के दर्शन कर खुशहाली की मनौती मांग रहे हैं। दरबार में श्रद्धालुओं कि इतनी भीड़ थी कि करीब 1 घंटे बाद माता के दर्शन हो पाये।

कैलादेवी मेले में माता के भक्तों का भारी सैलाब उमड़ रहा है। 19 मार्च से 4 अप्रैल तक चलने वाले मेले में राजस्थान के अतिरिक्त करीब आधा दर्जन राज्यों से 50 लाख से अधिक श्रद्धालु कैला मां के दर्शन के लिए पहुंचते हैं। वहीं मेले के दौरान अब करीब 35 लाख से अधिक भक्त अपनी हाजरी लगा चुके हैं। मेले में सर्वाधिक भीड दुर्गाष्टमी एवं रामनवमी को रहती है जिसमें दो दिनों में ही करीब 8 लाख श्रद्धालु माता के दर्शन के लिए पहुंचते हैं। मेले में राजस्थान के अतिरिक्त उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश, दिल्ली, हरियाणा आदि प्रांतों के श्रद्धालु भी भारी संख्या में आते हैं। मेले में ट्रेन व बस के अतिरिक्त बड़े पैमाने पर पैदल यात्रियों का जत्था भी कैला मैया के द्वार पहुंचता है। कई श्रद्धालु हाथों में ध्वजा लेकर पैदल ही

■ माता के जयकारे लगाते श्रद्धालु आगे बढ़ते रहे और माता के दर्शन कर मनौती मांगी

माता के दर्शन के लिए पहुंच रहे हैं। इस दौरान नवविवाहित जोड़े,बच्चे के जन्म और घर में कोई भी शुभ काम होने पर बड़ी संख्या में श्रद्धालु माता की जात करने पहुंच रहे हैं।

इधर दुर्गा अष्टमी के अवसर पर प्रातः महाआरती का आयोजन किया गया। इस अवसर पर कैलादेवी मंदिर के ट्रस्टी पूर्व नरेश कृष्ण चंद्र पाल एवं उनके पुत्र विवश्वत पाल ने राज्याचार्य प्रकाश चंद जती के मंत्रोच्चारणों के बीच माता की पूजा अर्चना कर आरती उतारी। इस दौरान पूरा मंदिर प्रांगण माता के जयकारों से गुंजायमान होता रहा देखने लायक यह रहा कि मंदिर ट्रस्ट के सजग अधिकारियों की निगरानी के चलते मंदिर में एक बड़ा हादसा होने से टल गया मंदिर में प्रातः 5:30 बजे के करीब दो संदिग्ध व्यक्ति प्रवेश कर गए जिन्हें मंदिर से निकलते समय संदिग्ध मानते हुए पकड़ लिया गया उनसे कैलादेवी आने व निवास स्थान का पता पूछा तो वह संतुष्ट जवाब नहीं दे पाए और उनके सामान की जब तलाशी ली गई तो उनके पास मदरसे की रसीद और भारी संख्या में नकदी मिली।

जिन्हें संदिग्ध मानते हुए पुलिस के सुपुर्द कर दिया। इस दौरान पुलिस भी सतर्क हो गई और पूरे मंदिर प्रांगण में पड़ी पूजा की सामग्री को खंगालना शुरू कर दिया और आपत्तिजनक वस्तु या कोई अन्य पॉलिथीन की थैली को भी पूरी तरह से जांच पड़ताल की गई। दोपहर बाद तक जब कोई संदिग्ध वस्तु नहीं मिली तो पुलिस ने राहत की सांस ली हालांकि अभी तक दोनों व्यक्तियों को कैलादेवी थाना पुलिस ने हिरासत में लेकर पूछताछ की जा रही है।

अलवर कलेक्टर डॉ. जितेंद्र कुमार सोनी को मिला "मुरलीधर व्यास राजस्थानी कथा साहित्य पुरस्कार"

जयपुर/अलवर/हनुमानगढ़, (निसं)। अलवर कलेक्टर तथा राजस्थानी व हिंदी के चर्चित साहित्यकार डॉ. जितेंद्र कुमार सोनी को उनकी कथाकृति भरखमा के लिए राजस्थानी भाषा, साहित्य एवं संस्कृति अकादमी बीकानेर की ओर से वर्ष 2022-23 का मुरलीधर व्यास राजस्थानी कथा साहित्य पुरस्कार दिया जाएगा। इस आशय की घोषणा बुधवार सांय अकादमी अध्यक्ष शिवराज छंगाणी ने की।

उल्लेखनीय है कि हनुमानगढ़ जिले के धन्नासर गांव निवासी डॉ. सोनी वर्तमान में अलवर जिला कलेक्टर हैं तथा इनके उम्मीदों के चिराग, रेगमाल (हिंदी कविता संग्रह), रणखार (राजस्थानी कविता संग्रै), भरखमा (राजस्थानी कहाणी संग्रै), यादावरी (हिंदी डायरी), एडियोस (हिंदी कहानी संग्रै), म्हारै पांती रा पाना (प्रसिद्ध कवि हरिभजन सिंह रैणू के पंजाबी कविता संग्रह का राजस्थानी अनुवाद), देहरा मांय आज ई उगै है आपणा रूंख (रस्किन बांड के साहित्य अकादेमी से पुरस्कृत अंग्रेजी कहाणी-संग्रह का राजस्थानी अनुवाद), भणाई रो मारग (महात्मा गांधी के शिक्षा का माध्यम विषय पर लिखे हुए लेखों का संचय और अनुवाद) और निर्वाण (डॉ. मनमोहन सिंह के साहित्य अकादेमी से पुरस्कृत पंजाबी उपन्यास का हिंदी अनुवाद) आदि कृतियां प्रकाशित हैं। साहित्यकार डॉ. जितेंद्र कुमार सोनी ने केंद्रीय और राज्य सेवा के प्रशासनिक अधिकारियों की हिंदी कविताओं के संग्रह कविता परस्पर तथा शिक्षा विभाग राजस्थान के लिए हिंदी कविता संग्रह शब्दों की सीप का संपादन भी किया है।

साहित्यकार डॉ. जितेंद्र कुमार सोनी को राजस्थानी कविता संग्रह रणखार के लिए साहित्य अकादेमी युवा पुरस्कार भी मिल चुका है तथा आप लेखन के अलावा फोटोग्राफी, साइक्लिंग अर घुमक्कड़ी में विशेष रुचि रखते हैं। पुरस्कृत कहानी संग्रह भरखमा की एक कहानी पर फ़िल्म का भी निर्माण हो रहा है।