

विचार बिन्दु

मानव की बहुमुखी भावनाओं का प्रबल प्रवाह जब रोके नहीं रुकता, तभी वह कला के रूप में फूट पड़ता है। –रस्किन

आयुर्वेदोक्त भोजन से जरा-व्याधि-मुक्त भारत की परिकल्पना साकार हो सकती है

आयुर्वेद में आहार का विज्ञान बहुत विशाल है जो, रसायन और औषधियों के साथ मिलकर, हमें स्वस्थ रखने और रोगों को दूर करने में मदद करता है। आधुनिक वैज्ञानिक शोध से अब यह बात स्पष्ट हो चुकी है कि शरीर में प्रो-रेडिकल्स के बढ़ने से होने वाला ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस और शरीर के किसी भी हिस्से में दर्द, यह दो बातें हैं जो अंततः मानव शरीर के नाश का कारण बनती हैं। अतः यदि इन दोनों को नियंत्रित कर लें तो जरा व्याधि से मुक्ति मिल सकती है। शोध से यह भी सिद्ध हो चुका है कि आयुर्वेद-सम्मत भोजन और रसायन यही दोनों काम-एंट्री-ऑक्सीडेंट और एंटीइन्फ्लेमेटोरी कार्य-बेहद मजबूत तरीके से करते हैं।

वर्ष 2०16 का चिकित्सा के क्षेत्र में नोबेल पुरस्कार जापानी जीवविज्ञानी योशीनोरी ओहसुमी को जिन शोध के लिये मिला है उससे एक संभावना और उभरी है कि आयुर्वेदोक्त भोजन और रसायन, ऑटोफैगी नामक प्रक्रिया को बढ़ावा देने का कार्य भी करते हैं। ऑटोफैगी एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें हमारे शरीर की कोशिकायें स्वयं को खाकर द्रव्यों का पुनर्चक्रण कर लेती हैं। इस प्रक्रिया के बाधित होने पर पार्किनसन और मधुमेह जैसी बीमारियां हो सकती हैं। ऑटोफैगी एक मौलिक प्रक्रिया है जिसका हमारे स्वास्थ्य एवं बीमारियों के सन्दर्भ में महत्वपूर्ण स्थान है।

महर्षि चरक के अनुसार आयुर्वेद के दो मूल उद्देश्य हैं (च.सं., सू.स्था., 3०.26) : स्वस्थस्य स्वास्थ्यरक्षणम् आतुरस्य विकारप्रशमनम्। अर्थात्, स्वस्थ व्यक्ति के स्वास्थ्य की रक्षा और पीड़ित व्यक्ति के विकार का शमना। आचार्य सुश्रुत द्वारा दी गयी स्वास्थ्य की परिभाषा के अनुरूप उपयुक्त आहार हमारे शरीर के दोष, अग्नि, धातु, व मलक्रिया को सम करता है एवं प्रसन्नता प्रदान करता है: समदोषः समाग्निश्च समधातुः मलक्रियः। प्रसन्नात्मेन्द्रियमनाः स्वस्थइत्यभिधीयते।। (सु.सं.,सू.स्था.,15.41)।जिस व्यक्ति के दोष, अग्नि, धातु, और मल-त्याग सन्तुलित हों, इन्द्रिय, आत्मा मन प्रसन्न हो, वही स्वस्थ कहलाता है। आहार से संतुष्टि, तत्क्षण शक्ति, और संबल मिलता है, तथा आयु, तेज, उत्साह, यादशक्त, ओज, एवं पाचन में वृद्धि होती है: आहारः प्रीणनः सद्योबलकृदेहधारकः। आयुस्तेजःसमुत्साहसम्प्ल्योऽग्निविवर्द्धनः।। (सु.सं., चि.स्था. 24.68)।

यहाँ भोजन से प्राप्त होने वाला ओज जाने के लिये बहुत महत्वपूर्ण है, जैसा कि आचार्य चरक ने लिखा है—(च.सं., सू.स्था., 17.73-74):विभेति दुर्बलोऽभीक्ष्णं ध्यायति व्यथितोन्द्रियः। दुःशयो दुर्भना रुक्षः क्षामश्चैवजसः क्षयेः। हृदि तिष्ठति यच्छुद्धं रक्तमीधसपीतकम्॥ ओजः शरीर संख्यातं तत्साक्षात् विनश्यती।सायं यह है कि ओजस के क्षय हो जाने से भय, दुर्बलता, चिंता, अकर्मण्याता, पीडा, निरुत्साह, निस्तेज इन्द्रियाँ, शरीर की चमक में फीकापन, मन में दुःख, चेहरे में शुष्कता, और दमदार आवाज में कमी आ जाती है। ओजस ह्रदय में पाया जाता है और ओजस का नाश होने से शरीर विनष्ट हो जाता है। तथाकथित-व्यंजनों के नाम पर बाज़ार में उपलब्ध करारा-भोजन या जंक-फूडके भरोसे ओजस का सत्पानाश हो रहा है। साफ़ बात यह है कि यदि हम आयुर्वेद में दी गयी सलाह के अनुसारअपना भोजन लें तो ओजस को नष्ट होने और अंततः शरीर को नष्ट होने से बचा सकते हैं। इस दिशा में सात बातें महत्वपूर्ण हैं।

सबसे पहली बात यह है कि भोजन करने के पूर्व शरीर के समस्त आवेग शान्त हों। मन प्रसन्न व निर्मल हो। अपने स्वाभाविक भोजन-समय से बहुत पहले या बाद में भोजन करना अनुचित रहता है। रात में भोजन नहीं करना चाहिये। आधुनिक विज्ञान में हुये शोध, अनुभवजन्य ज्ञान एवं शास्त्रोक्त विचारों को एकीकृत करते हुये वर्तमान परिप्रेक्ष्य में यह मान लेना उचित होगा कि ग्रीष्मकाल में रात्रि 8.०0 बजे, शरदऋतु में 7.०० बजे एवं वर्षा ऋतु में सूर्यास्त के पूर्व ही भोजन करना हितकारी होगा। यथासंभव जमीन पर सुखासन या पालथी लगा कर, अपनों के साथ, प्रसन्न मन से संतुलित, पोषक और स्वादिष्ट भोजन करनेका अपना आनंद है।

दूसरी बात यह है कि भोजन हितकारी, पोषक और संतुलित हो तथा अपनी पाचन शक्ति को देखते हुये ही ग्रहण किया जाये। भोजन में छः-मधुर, अम्ल, लवण, कटु, तिक्त, व कसाय-का होना आवश्यक है। आहार की मात्रा व प्रकार, और इन दोनों के संदर्भ में शरीर की क्षमता, ये तीनों बहुत महत्वपूर्ण फैक्टर हैं। उदाहरण के लिये, शालि व साठी चावल, मूंग आदि भले ही शीघ्र पचने वाले होते हैं परंतु इन्हें भी दूँस-दूँस कर खा लिया जाये तो पाचन में कठिनाई होती है। इसके विपरीत रोटी, पूड़ी, हलवा, गुड, चीनी, दूध से बनी रबड़ी, खोवा, तिल, उडद आदि स्वभाव से गरिष्ठ होते हैं, किन्तु समुचित या अल्प मात्रा में ग्रहण करने पर यह भी पच जाते हैं। लघु या हलके तथा सुपाच्य खाद्य पदार्थ वायु व अग्नि गुण प्रधान होने के कारण पाचकार्णिन को प्रदीप्त करने वाले स्वभाव के होते हैं और इन्हें तृप्तिपूर्वक खा लेने पर भी बहुत अधिक दोष उत्पन्न नहीं

होते। किंतु गुरु या गरिष्ठ द्रव्य पृथ्वी तथा सोम गुण की अधिकता होने के कारण अग्नि को उदीपत नहीं कर पाते, अतः जब तक कठोर व्यायाम से अग्नि-बल बढ़ा न लिया गया हो, तब तक इन्हें तृप्तिपूर्वक खाते ही दोगे खड़े होने लगते हैं। अतः गरिष्ठ भोजन खाने से पूर्व अग्नि-अग्नि-बल की हैसियत का खयाल रख लेना चाहिये। आचार्य चरक ने कहा है कि गरिष्ठ भोजन को पेट के आधे भाग की तृप्ति तक ही लेना चाहिये। लघु पदार्थों को भी उचित मात्रा में ही खाना चाहिये, क्योंकि समुचित मात्रा में किया गया भोजन ही हमें बल, वर्ण, सुख तथा आयु प्रदान करता है। पीठी की तरह गूँथे गये आटे व उडद आदि की पीठी से बना हुआ भोजन भी गरिष्ठ होता है। अतः भोजन करने के पश्चात् पीठी से निर्मित व्यंजन, चावल या चनेडा आदि को अत्यल्प मात्रा में ही खाना चाहिये। असल में बहुत तेज भूख होने पर ही इस प्रकार के खाद्य पदार्थों का लेना उचित रहता है। सुखाई हुई सब्जियाँ, कमल की जड़, कमल की नाल आदि भी गुरु द्रव्य हैं,अतः इनका सेवन भी निरंतर नहीं करना चाहिये। दही या छाछ के साथ दूध को पका कर या फटे हुये दूध से बनाये गये

सबसे पहली बात यह है कि भोजन करने के पूर्व शरीर के समस्त आवेग शान्त हों। मन प्रसन्न व निर्मल हो। अपने स्वाभाविक भोजन-समय से बहुत पहले या बाद में भोजन करना अनुचित रहता है। रात में भोजन नहीं करना चाहिये। आधुनिक विज्ञान में हुये शोध, अनुभवजन्य ज्ञान एवं शास्त्रोक्त विचारों को एकीकृत करते हुये वर्तमान परिप्रेक्ष्य में यह मान लेना उचित होगा कि ग्रीष्मकाल में रात्रि 8.०० बजे, शरदऋतु में 7.०० बजे एवं वर्षा ऋतु में सूर्यास्त के पूर्व ही भोजन करना हितकारी होगा। यथासंभव जमीन पर सुखासन या पालथी लगा कर, अपनों के साथ, प्रसन्न मन से संतुलित, पोषक और स्वादिष्ट भोजन करने का अपना आनंद है।

व्यंजन, एवं छैना, दही, उडद, जई आदि को भी लगातार प्रतिदिन नहीं खाना चाहिये। तीसरी बात यह है कि आयुर्वेद में भोजन व्यक्ति-व्यक्ति की स्थिति, प्रकृति, एवं ऋतुओं के आधार पर तय होता है। उदाहरण के लिये, सुखे मेवे, आलू, टमाटर, सेब, मटर, चना आदि वात को कुपित करते हैं, इसलिए वात प्रकृति के लोगों को इन पदार्थों को कभी-कभार ही लेना चाहये। जबकि मीठे फल, जैसे अंगूर, केला, संतरा, नारियल, व लाल चावल वात प्रकृति के लोगों के लिये लाभकारी हैं। इसी प्रकार अधिक मासेलेदार भोजन, मूँसफली का तेल, खट्टे फल, केला, पपीता, टमाटर, लहसुन आदि पित्त दोष को कुपित करते हैं। जबकि, आम, संतरा, नाशपाती, हरी सलाद आदि पित्त दोष को शान्त करते हैं। इसी प्रकार केला, नारियल, खजूर, पपीता, अनन्नास व विभिन्न दूध-उत्पेद कफ को कुपित करते हैं, जबकि सुखे मेवे, अनार, सफ़ेद चावल, अंकुरित अनाज आदि कफ प्रकृति के लोगों के लिये उपयोगी रहते हैं। चौथा बात, शालिधान्य, गेहूँ, जौ, साठी चावल, वनों में मिलने वाले खाद्य, हरड, आमला, दाख-मुनक्का, परवल, मूंग, खांड, धी, वर्षा का स्पृच्छ जल, दूध, मधु, अनार, सैन्धव लवण, और ओखों का तक्रत बढ़ाने के लिये रात में मधु और घी के साथ त्रिफला का सेवन किया जाना चाहिये। इसके साथ ही स्वास्थ्य की रक्षा के लिये या रोगों से मुक्ति के लिये जो भी उपयोगी आहार हो उसे लिया जा सकता है। अनुभव के अनुसार जिन पदार्थों के सेवन से स्वास्थ्य ना बिगड़े या कोई नया रोग उत्पन्न नहीं हो, उन्हें खयाा जा सकता है। नियमित भोजन में ऐसे द्रव्यों को भी थोड़ी मात्रा में शामिल किया जा सकता है जो आहार, रसायन और औषधि, तीनों ही प्रकारों में वर्गीकृत हैं। विविध प्रकार व विविध रंगों के स्थानीय मौसमी फल, खजूर, द्राक्षा, मुनक्का, बादाम, तिल, आँवला, लहसुन, सोंठ, कालीमिर्च, पिपली, हल्दी, केसर, जौरा, धनिया, शहद, गुड, एवं त्रिफला आदि ऐसे द्रव्य हैं जिनका थोडा सेवन उपयोगी रहता है। वर्षा से संग्रहित किया हुआ साफ जल ही सबसे उत्तम माना जाता है। भोजन के अंत में पानी पीना हानिकारक है। जरूरी हो तो अत्यल्प मात्रा में ही लेना चाहिये।

पाँचवीं बात यह है कि कुछ खाद्य पदार्थ पकाने के बाद देर तक रख देने पर, बासी हो जाने पर या स्वरूप बदल जाने के बाद नहीं खाए जाने चाहिये। सूची तो बड़ी लम्बी है, पर सारांश में देखें तो ठंडा होने पर पुनः गर्म किया हुआ भोजन, सूख जाने के बाद पानी मिलाकर पुनः पीला किया हुआ भोजन व कांसे के पात्र में कई दिनों तक रखा हुआ भी नहीं खाना चाहिये। अधपका, दुर्गन्धयुक्त, जला हुआ, स्वाभाविक रंग से भिन्नया रंग बदला हुये, पानी छोड़ चुके, बहुत नमक-युक्त, या बार बार गरम किया हुआ बासी भोजन खाना हानिकारक है। गरम को इहूँ शहद, या शहद लेने के बाद गरम पानी पीना, रात्रि में दही या अधिक मिठाई, भोजन के अंत में मीठा और शुरुआत में तिक्त और कटु पदार्थ, गर्म पेय के तुरंत बाद ठंडा जल बर्जित है।

छठी बात यह है कि कुछ खाद्य पदार्थ ऐसे भी हैं जो प्रायः एक दूसरे के साथ नहीं चलते। दही व छाछ के साथ केला; नमक के साथ दूध; गुड, पिपली, शहद व कालीमिर्च के साथ पूड़ी; उडद की दाल के साथ मूली; दही व दूध के साथ मूली; बासी या सूखी मूली; खट्टे फलों के साथ दूध; खीर, खोया, मलाई, व दूध के साथ खिचड़ी और अल्कोहल; खीर के साथ छाछ; दही के साथ खजूर; कमल-ककड़ी के साथ अंकुरित अनाज; शहदे के साथ खजूर और दारू; और बराबर मात्रा में धी को शहद के साथ, या शहद, घी, कसा, तेल और जल को एक साथ मिलाकर नहीं खाना चाहिये। शोध में पाया गया है कि ग्रीन चाय के साथ दूध, चाय के साथ लहसुन, अनार-रस के साथ अंगूर-रस, हरे टमाटर और आलू के साथ अल्कोहल नहीं लेना चाहिये।

और अंत में, आयुर्वेद के इतिहास में 5००० वर्षों के दौरान लिखे किये गये अनेकानेक ग्रंथों को खंगाल डालने पर कहीं भी पिच्छादिदर्ग, बर्गरादिवर्ग, कुकुरादिदर्ग, फिंगरचिप्सादिदर्ग, या मैग्गालिदर्ग जैसे आहार द्रव्यों का वर्णन नहीं प्राप्त होता। अतः आयुर्वेद के जन्मदाता समाज के मध्य इनका उपयोग वर्ष में एकाध दो बार स्वाद बदलने के लिये ही किया जाना हितकारी हो सकता है !

—**अतिथि सम्पादक,**
डॉ. दीप नारायण पाण्डेय,
(भारतीय वन सेवा से सेवानिवृत्त; वर्तमान में अनेक विश्वविद्यालयों में विजिटिंगप्रोफेसर)
(यह लेखक के निजी विचार हैं और 'सार्वभौमिक कल्याण के सिद्धांत' से प्रेरित है)

भारतीय स्कूली शिक्षा में एआई: एक नीतिगत, व्यावहारिक और सहयोगात्मक विश्लेषण



प्रोफेसर अशोक कुमार

21वीं सदी में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) केवल एक तकनीकी प्रगति नहीं, बल्कि एक नए वैश्विक युग की नींव बन चुका है। स्वास्थ्य, कृषि, रक्षा और प्रशासन से लेकर दैनिक जीवन तक में एआई की भूमिका निर्णायक होती जा रही है। ऐसी स्थिति में, भावी पीढ़ी को इस तकनीक से परिचित कराना किसी भी देश के लिए एक विकल्प नहीं, बल्कि अनिवार्य आवश्यकता है। चीन जैसे देशों ने इस दिशा में आक्रामक रुख अपनाते हुए प्राथमिक स्तर से ही एआई और कोडिंग को अपने पाठ्यक्रम में शामिल किया है। भारत जैसे विशाल और विविधतापूर्ण देश में भी इस प्रकार के सुधारों की महती आवश्यकता है। हालांकि, भारतीय परिदृश्य में इस महत्वाकांक्षी योजना को सीधे लागू करने के बजाय एक संतुलित, चरणबद्ध और सहयोगात्मक दृष्टिकोण अपनाना होगा। यह आलेख तीन मुख्य स्तंभों के इर्द-गिर्द इस विषय का विस्तृत विश्लेषण करता है: स्कूली स्तर पर एआई पाठ्यक्रम की आवश्यकता, इसे शुरुआत में वैकल्पिक बनाने की व्यवहारिकता, और इसके सफल क्रियान्वयन में विश्वविद्यालयों तथा तकनीकी उद्योग की अपरिहार्य भूमिका होनी चाहिए।

जब हम चीन या अन्य विकसित

देशों के तकनीकी विकास को देखते हैं, तो यह स्पष्ट होता है कि उनकी सफलता का रहस्य उनके स्कूली पाठ्यक्रम में है। स्कूली स्तर पर एआई मॉड्यूल संचालित करने के तीन प्रमुख दूरगामी लाभ हैं: भविष्य के रोजगार के लिए योग्यता, वर्तमान में पारंपरिक नौकरियों का स्वरूप तेजी से बदल रहा है। आने वाले दशक में डेटा एनालिटिक्स, मशीन लर्निंग और एआई प्रॉप्स इंजीनियरिंग जैसी विधाएं रोजगार के मुख्य केंद्र होंगे। यदि छात्र स्कूली स्तर पर ही इसके बुनियादी सिद्धांतों को सीख लेंगे, तो उच्च शिक्षा में कदम रखते ही वे वैश्विक स्तर पर प्रतिस्पर्धी बनने के योग्य हो जाएंगे।

संज्ञानात्मक और तार्किक विकास मे एआई और कोडिंग का शिक्षण केवल कंप्यूटर चलाना सीखने तक सीमित नहीं है। यह छात्रों को समस्याओं को छोटे-छोटे हिस्सों में तोड़ने , पैटर्न की पहचान करने और तार्किक निष्कर्ष पर पहुंचने की कला सिखाता है, जिसे वैज्ञानिक भाषा में कंप्यूटेशनल थिंकिंग कहा जाता है। नवाचार की संस्कृति प्रारंभिक अवस्था में तकनीक का प्रदर्शन छात्रों के भीतर जिज्ञासा को जन्म देता है। जब बच्चे यह समझ जाते हैं कि तकनीक कैसे काम करती है, तो वे केवल उपभोक्ता न रहकर नए विचारों और समाधानों के निर्माता बनने की ओर अग्रसर होते हैं।

भारत की राष्ट्रीय शिक्षा नीति ने भी इस आवश्यकता को पहचाना है और कक्षा 6 से कोडिंग व वोकेशनल कोर्सज की वकालत की है। यह सही दिशा में उठाया गया कदम है, लेकिन इसे धरातल पर उतारने के लिए गंभीर रणनीतिक योजना की आवश्यकता है। शुरुआत में वैकल्पिक विषय की व्यवहारिकता एक संतुलित रणनीतिक कदम है ।किसी भी देश की शिक्षा व्यवस्था में रातों-रात बड़ा बदलाव लाना आत्मघाती साबित हो सकता है, विशेषकर भारत जैसे देश में जहाँ संसाधनों का भारी अंतर है। इसलिए,

पायलट प्रोजेक्ट के रूप में मूल्यांकन: किसी भी नीति को बड़े पैमाने पर लागू करने से पहले उसके पायलट रन की आवश्यकता होती है। जब यह विषय वैकल्पिक होगा, तो शिक्षा विभाग इसके प्रति छात्रों के रूझान, आने वाली व्यावहारिक बाधाओं और परीक्षा प्रणालियों के प्रदर्शन का सूक्ष्मता से मूल्यांकन कर सकेगा। इस डेटा के आधार पर पाठ्यक्रम में सुधार किया जा सकता है।

मानसिक बोझ से मुक्ति: भारतीय छात्रों पर पहले से ही पारंपरिक विषयों

लंदन डायरी : विरोध प्रदर्शनों का वैश्विक मंच है लंदन का ट्राफलगर स्क्वायर



इनमें लंदन का ट्राफलगर स्क्वायर प्रमुख है जो विरोध प्रदर्शनों का एक वैश्विक मंच है। ट्राफलगर स्क्वायर अपनी ऐतिहासिक विरासत लिए धरने,सभा ,रैली और प्रदर्शन के लिए फेमस है।

ऑंदोलनकारियों को लगता है कि सरकार तक अपनी आवाज पहुंचाने के लिए यह जगह बेस्ट है। यह जगह

का काफी दबाव रहता है। एआई को स्वीच्छिक या क्रेडिट-आधारित कोशल विषय बनाकर, हम केवल उन छात्रों को आकर्षित कर सकते हैं जिनकी इसमें वास्तविक रूचि है, जिससे यह विषय बोझ न बनकर एक रचनात्मक माध्यम बनेगा। स्कूली स्तर पर एआई जैसे गतिशील विषय को केवल स्कूल के शिक्षकों या पारंपरिक बोर्डों के भरोसे नहीं छोड़ा जा सकता। इसमें विश्वविद्यालयों और तकनीकी कंपनियों की सक्रिय भागीदारी अनिवार्य है। इन दोनों क्षेत्रों का समन्वय स्कूली शिक्षा में एक क्रांतिकारी बदलाव ला सकता है:— तकनीकी क्षेत्र में बदलाव की गति अत्यधिक तीव्र है। जो तकनीक आज प्रासंगिक है, वह तीन साल बाद अप्रचलित हो सकती है। उद्योग जगत की भागीदारी से पाठ्यक्रम हमेशा आधुनिक और प्रासंगिक बना रहेगा।

संसाधन और सीएफआर जैसी बड़ी टेक कंपनियाँ अपनी सामाजिक जिम्मेदारी के तहत ग्रामीण स्कूलों में कंप्यूटर लैब स्थापित कर रहे हैं, मुफ्त एआई सॉफ्टवेयर और कोडिंग टूल्स प्रदान करने में मदद कर सकती हैं।

उद्योग के विशेषज्ञ छात्रों को यह दिखा सकते हैं कि एआई का वास्तविक दुनिया में (जैसे- ट्रैफिक मैनेजमेंट, कृषि पूर्वानुमान या स्वास्थ्य देखभाल में) कैसे उपयोग होता है। इससे छात्रों का दृष्टिकोण व्यापक होगा। उच्च शिक्षा संस्थानों के पास अनुसंधान और शिक्षाशास्त्रका समृद्ध अनुभव होता है। विश्वविद्यालय के प्रोफेसर यह तय करने में मदद कर सकते हैं कि किस आयु वर्ग के बच्चे को कितना ज्ञान दिया जाना चाहिए। उदाहरण के लिए, कक्षा 6 से 8 के बच्चों के लिए खेल-आधारित कोडिंग और एआई के नैतिक पक्षों पर ध्यान केंद्रित होना चाहिए, जबकि कक्षा 9 से 12 के छात्रों के लिए पायथन , डेटा स्क्रीनिंग और बुनियादी मशीन लर्निंग मॉडल का समावेश होना

सकार हो सकेगा।

—**प्रोफेसर अशोक कुमार,**
पूर्व कुलपति कानपुर,
गोरखपुर विश्वविद्यालय

लंदन डायरी : विरोध प्रदर्शनों का वैश्विक मंच है लंदन का ट्राफलगर स्क्वायर

में प्रदर्शन और रैली कर अपना समर्थन और विरोध व्यक्त करते हैं। लंदन में एक तिहाई लोग अन्य देशों के हैं। इस कारण भी यहाँ प्रदर्शनों की झड़ी लगी रहती है। लंदन में उठने वाली आवाज की गुंज वैश्विक स्तर पर बुलंद होती है। इसका लाभ विरोध प्रदर्शन करने वाले समुदाय को मिलता है। लन्दन का दृश्य प्रस्तुत करने वाले स्थान के रूप में ट्राफलगर स्क्वायर का प्रयोग फिल्मों में अधिकांशतः किया जाता है। इसके आलावा विभिन्न देशों के लोग यहाँ गीत संगीत और नृत्य के कार्यक्रम भी आयोजित करते रहते है।

ट्राफलगर स्क्वायर लंदन का एक चौक है। लन्दन के बीचोबीच होने के कारण, यह सैलानियों के लिए आकर्षण का केंद्र है। यह ब्रिटेन तथा विश्व के प्रसिद्ध चौक स्थलों में से एक है। इसके केंद्र में नेल्सन स्तम्भ है, जो अपने आधार पर स्थित चार शेरों द्वारा सुरक्षित रहता है। इस चौक में प्रतिमाएं और नक्काशीदार मूर्तियां प्रदर्शन के लिए लगी रहती हैं, जिसमे

भीलवाड़ा के गुंडली गांव में तेंदुए का सुरक्षित रेस्क्यू

वर्तमान में उसकी स्थिति स्थिर है। आगामी दिन भी विशेषज्ञ पशु चिकित्सकों की निगरानी में उसका चिकित्सकीय परीक्षण एवं उपचार जारी रहेगा।

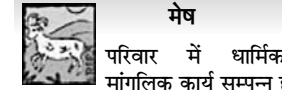
जिला उपवन संरक्षक मारिया शाइन ने आमजन एवं ग्रामीणों से अपील की है कि वन्यजीव दिखाई देने पर उसके पास जाने, घेरने, पीछा करने,

उकसाने अथवा स्वयं पकड़ने का प्रयास न करें। ऐसी स्थिति में तत्काल वन विभाग को सूचना दें, ताकि प्रशिक्षित वनकरमियों द्वारा वन्यजीव एवं आमजन की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए आवश्यक कार्रवाई की जा सके। वन्यजीव से संबंधित वायरल वीडियो को साझा अथवा प्रसारित नहीं करने की भी अपील की गई है।

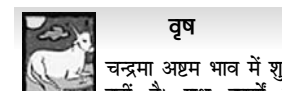
■ **उपचार के बाद तेंदुए की स्थिति स्थिर, वन विभाग की निगरानी में उपचार जारी, वन विभाग ने लोगों को सतर्क रहने की अपील की**

परिसर में लाकर निगरानी एवं उपचार की व्यवस्था की गई।

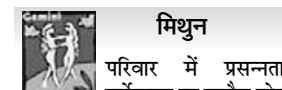
तेंदुए को चिकित्सकीय स्थिति को देखते हुए कोटा जू की विशेषज्ञ पशु



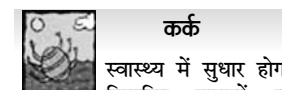
मेघ
परिवार में धार्मिक-मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। धार्मिक बन्धान की यात्रा संभव है। नवीन कार्यों के संबंध में सकारात्मक आश्वासन प्राप्त होगा।



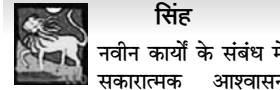
वृष
चन्द्रमा अष्टम भाव में शुभ नहीं है। शुभ कार्यों में व्यवधान हो सकता है। आवश्यक कार्यों में विलम्ब हो सकता है। आज मित्रों/रिश्तेदारों से संबंध खराब हो सकते हैं।



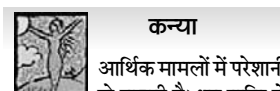
मिथुन
परिवार में प्रसन्नता-हर्षोल्लास का माहौल रहेगा। परिवार में धार्मिक-मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। आज आपसी सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है।



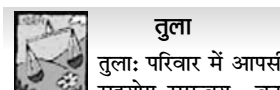
कर्क
स्वास्थ्य में सुधार होगा। विवादित मामलों का निपटारा हो सकता है। अस्त-व्यस्त दिनचर्या में सुधार होगा। घर-परिवार में सुख-शांति भी रहेगी।



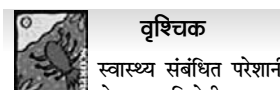
सिंह
नवीन कार्यों के संबंध में सकारात्मक आश्वासन प्राप्त होगा। अटकें हुए कार्य बन्ने लगेंगे। व्यावसायिक अड़चनें दूर होने लगेंगी। व्यावसायिक संपर्क बनेंगे।



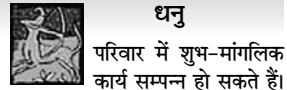
कन्या
आर्थिक मामलों में परेशानी हो सकती है। धन प्राप्ति में विलम्ब हो सकता है। व्यावसायिक परेशानियां अभी बनीं रहेगी। आज आवश्यक कार्यों में विलम्ब हो सकता है।



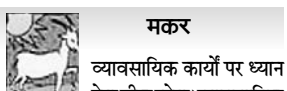
तुला
तुला: परिवार में आपसी सहयोग-समन्वय बना रहेगा। परिवार में धार्मिक-मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। उत्सव जैसा माहौल रहेगा। व्यावसायिक वार्ता सफल रहेगी।



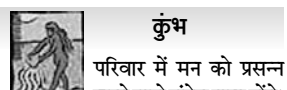
वृश्चिक
स्वास्थ्य संबंधित परेशानी से राहत मिलेगी। अस्त-व्यस्त दिनचर्या में सुधार होगा। विवादित मामलों से राहत मिल सकती है। व्यावसायिक/आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी।



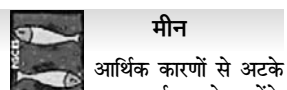
धनु
परिवार में शुभ-मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। घर-परिवार में अतिथियों का आगमन बना रहेगा। परिवार में सुख-सुविधाएं बढ़ेंगी। व्यावसायिक/आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी।



मकर
व्यावसायिक कार्यों पर ध्यान देना ठीक रहेगा। व्यावसायिक प्रयासों में उचित सफलता मिलेगी। व्यावसायिक वार्ता के लिए दिन अच्छा रहेगा। आर्थिक स्थिति में सुधार होगा।



कुंभ
परिवार में मन को प्रसन्न करने वाले संदेश प्राप्त होगा। परिजनों के सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है। परिवार में उत्सव जैसा माहौल रहेगा।



मीन
आर्थिक कारणों से अटकें हुए कार्य बन्ने लगेंगे। अटका हुआ धन प्राप्त होगा। व्यावसायिक कार्य योजना का क्रियान्वयन होगा। व्यावसायिक वार्ता सफल रहेगी।