विचार बिन्दु

दंड अन्यायी के लिए न्याय है। –अगस्तियन

कंपनी की बैलेंस शीट बनाम ज़िंदगी की बैलेंस शीट

हाल ही में 'एल एंड टी' कंपनी के अध्यक्ष सुब्रमण्यन ने अपने अधिकारियों/ कर्मचारियों को पत्र लिखकर आव्हान किया कि वे प्रति सप्ताह 90 घंटे काम करें। यदि वे ऐसा नहीं करेंगे और घर पर रहेंगे तो केवल पत्नी को कितने समय तक घूर सकते हैं? इसी तरह पत्नी भी उन्हें कितने समय तक घूर सकती है? उन्होंने यह भी कहा कि कर्मचारियों को रविवार को भी काम पर आना चाहिए।

एल एंड टी कंपनी के मुखिया का यह कथन न केवल उनकी घोर असंवेदनशीलता को दर्शाता है अपितु स्त्रियों के प्रति उनकी घिनौनी मानसिकता का भी द्योतक है।

आश्चर्य की बात यह है कि यह सलाह उस व्यक्ति के द्वारा दी जा रही है जिसका वेतन प्रति वर्ष 51 करोड़ रूपए है और पूरी ऐशो आराम से अपना जीवन बिता रहा है। उनका वेतन, उनकी कंपनी के कर्मचारी के वेतन से 800 गुणा अधिक है (यह मानते हुए कि कर्मचारियों का वेतन लगभग 6 लाख सालाना है)।

दुनिया भर में जहां काम और जीवन में संतुलन बनाने पर जोर दिया जा रहा है, वहीं सुब्रमण्यन उन्हें परिवार को समय न देने की बात कर रहे हैं। वैसे ही काम के दबाव और मानसिक तनाव के कारण निजी क्षेत्र में काम करने वाले कई प्रतिभाशाली युवा गत दिनों में आत्म हत्या कर चुके हैं। ऐसा लगता है, सुब्रमण्यन के लिए रिश्तों की मिठास और महत्त्व का कोई अर्थ नहीं है। सप्ताह में 90 घंटे काम करने की सलाह देने वाले यह भूल जाते हैं कि उनके कर्मचारी केवल पत्नी को निहारने (जिसे वे घूरना कह रहे हैं) का ही काम नहीं करते। उन्हें घर के बच्चों के साथ समय बिताना होता है, उन्हें होम वर्क कराना होता है, बाज़ार से सामान लाना होता है, बुजुर्ग माता-पिता की देखभाल करनी होती है, बच्चों को स्कूल छोड़ना होता है, अपने मित्रों, रिश्तेदारों के यहां सामाजिक अवसरों पर जाना होता है। यदि वे यह सब नहीं करेंगे तो उनका घर चलेगा कैसे?

सुब्रमण्यन का कथन, अपने कर्मचारियों के प्रति उनके अमानवीय दृष्टिकोण को दर्शाता है। कुछ दिनों पहले इंफोसिस के अध्यक्ष नारायण मूर्ति ने भी यह बयान दिया था कि कर्मचारियों को प्रति सप्ताह 70 घंटे काम करना चाहिए। क्या कॉर्पोरेट के मुखियाओं का काम केवल अपनी कंपनी के मुनाफे को बढ़ाना ही रह गया है, चाहे इसके लिए उन्हें अपने कर्मचारियों के जीवन को नर्क ही क्यों न बनाना पड़े?

प्रति सप्ताह 90 घंटे कार्य करने का अर्थ हुआ कि एक कार्य दिवस में 18 घंटे कार्य किया जाए। इतने अधिक समय तक काम करने से किसी भी इंसान की क्या स्थिति होगी? जिन परिस्थितियों में हमारे यहां लोगों को कार्य करना होता है, वह अत्यंत असुरक्षित और कठिन है। श्रम सुरक्षा कानूनों को तो पहले ही विदाई दे दी गई है। हम समाचार पत्रों में प्रतिदिन पढ़ते हैं कि कैसे कोई व्यक्ति असुरक्षित कार्यस्थल के कारण मर गया, मिट्टी ढहने से, मशीन में हाथ कटने से या जहरीली गैस के कारण मर गया। इन सब का कारण यही है कि उपयुक्त सुरक्षा के उपाय मालिकों द्वारा नहीं किए जाते।

गत कुछ वर्षों में जहां बड़ी प्राइवेट कंपनियों का मुनाफा 15 प्रतिशत से अधिक बढ़ा, वहीं कर्मचारियों का वेतन एक-दो प्रतिशत भी नहीं बढ़ा। स्पष्ट है कि अपने कर्मचारियों से मशीन की तरह काम कराने के बाद कॉर्पोरेट का एक मात्र उद्देश्य अपने मुनाफे को बढ़ाना है ताकि उनके मालिक और सी ई ओ ऐशो आराम की ज़िन्दगी बिता सकें।

उद्योग में निवेश बढ़ाने के नाम पर गत कुछ वर्षों में विभिन्न श्रमिक कानूनों को बहुत शिथिल कर दिया गया है। श्रमिक संगठन तो एक प्रकार से भूतकाल की बात हो गए हैं। आजकल श्रमिकों के हित की बात करने वाला न कोई संगठन है और न मीडिया ही। इन्हें केवल नियोक्ताओं की दया पर ऐसे छोड़ दिया गया है, जैसे किसी शेर के आगे मेमने को छोड़ दिया जाता है। दुर्भाग्य से नियोक्ता ने अब कर्मचारियों के प्रति केवल शोषण का ही दृष्टिकोण अपना लिया है। उनका मूल मंत्र ही यह है कि कर्मचारियों को कम से कम वेतन दिया जाए और लाभ अधिक से अधिक बढ़ाया जाए। कर्मचारियों के लिए समस्या यह है कि बेरोजगारी के कारण उनके पास अन्य कोई विकल्प भी उपलब्ध नहीं हैं। इसी कारण वे नियुक्ताओं के हाथों शोषित होने को बाध्य हैं।

श्रम कानून के अनुसार वेतन 8 घंटे कार्य करने के लिए मिलता है और उससे अधिक काम करने पर दुगुनी दर पर भुगतान किया जाता है। अब तो कार्य की अवधि ही बढ़ाकर 12 घंटे कर दी गई है। अनेक ऐसे कर्मचारी हैं जो प्रतिमाह 12000 में प्रतिदिन 8 से 12 घंटे कार्य कर रहे हैं। शायद सुब्रमण्यन और नारायण मूर्ति को यह नहीं पता कि खुद का छोटा-मोटा काम करने वाले, ठेला, थड़ी लगा कर, व्यवसाय करने वाले 12 से 15 घंटे कार्य करते हैं। वे 'हफ्ते' के रूप में कभी नगर निगम को, कभी पुलिस वालों को मजबूरन अपनी गाढ़ी कमाई का पैसा देने के लिए मजबूर होते हैं। रहने के लिए उनके पास किसी कच्ची बस्ती में नारकीय हालात के अलावा और कुछ नहीं होता।

मनुष्य एक मशीन नहीं है। अतः उससे मशीन की तरह काम लेने की सोचना भी स्वयं का ही नुकसान करना है। मशीन सोचती नहीं है, उसमें भावना ही नहीं होती, किंतु मनुष्य सोचता भी है और उसमें भावनाएं भी होती हैं। अपनी सोच को परिष्कृत करने के लिए कई बार इंसान को प्रकृति के साथ समय बिताना होता है, परिवार के साथ रिश्ते प्रगाढ़ करने होते हैं, मित्रों के साथ हंसी-मजाक भी करना होता है।

दुखद आश्चर्य की बात है कि अपने कार्मिकों के प्रति इस प्रकार का अमानवीय दृष्टिकोण रखने और उन्हें 90 घंटे काम करने की सलाह देते समय उन्हें किसी प्रकार की शर्म तक महसूस नहीं हुई। उन्होंने शायद इंसान को मशीन मान लिया है और खुद के मुनाफे के लिए वे किसी भी हद तक गिरने को तैयार हैं।

उदारीकरण और निजीकरण के नाम पर कई वर्षों से सामाजिक सुरक्षा, कार्य स्थल की सुरक्षा और कार्य अवधि की अधिकतम सीमा के बारे में जो प्रावधान थे, उन्हें बिल्कुल भुला दिया गया। जब भी निवेश की बात होती है तो पहली शर्त ही निवेशकों को श्रम कानून से मुक्ति की बात रखी जाती है।

श्रमिकों और कार्मिकों का शोषण करने में सरकार भी निजी क्षेत्र जैसा व्यवहार करने लगी है। आजकल सरकार में भी लगभग 30 से 40 प्रतिशत कर्मचारी ठेके पर काम कर रहे हैं जिन्हें नियमित कर्मचारियों के समान न तो वेतन मिलता है न उनकी सेवा की कोई सुरक्षा है। उन्हें किसी भी समय नौकरी से बिना नोटिस, हटाया जा सकता है। निजीकरण और उदारीकरण के बाद ही कार्मिकों के शोषण का युग प्रारंभ हो गया था किंतु गत 10-12 सालों में स्थिति और खराब हो गई है। नियमित कर्मचारी और ठेके पर रखे कर्मचारियों के वेतन में लगभग 5-6 गुना अंतर होता है। इनके लिए न तो नौकरी की सुरक्षा की गारंटी होती है और न ही किसी प्रकार की सामाजिक सुरक्षा की। इन्हें नियोक्ता, जब चाहे, नौकरी से निकाल देता है। शोषण का सबसे प्रचलित तरीका यही हो गया है। अब तो सरकार भी ऐसा करने में लग गई है। सरकार में नियमित नौकरियों का स्थान धीरे-धीरे ठेकेदारी प्रथा ने ले लिया है। इन्हें नियमित नौकरी का कोई लाभ नहीं मिलता है। नियमित नौकरियों का संविदाकरण, कर्मचारियों के शोषण का सबसे बड़ा माध्यम बन गया है। इनके कोई अधिकार नहीं हैं। दुर्भाग्य तो यह है कि न्यायालयों ने भी इनके अधिकारों की रक्षा करना बंद कर दिया है।

सुविधायुक्त वातावरण के कारण सर्वोच्च अधिकारी अथवा नियोक्ता तो 15 घंटे काम कर सकते हैं, किंतु अमानवीय कार्य परिस्थितियों के कारण अधीनस्थ कर्मचारियों का शारीरिक और मानसिक क्षरण 4-5 घंटे में ही हो जाता है। कार्यस्थल का वातावरण उनके लिए अस्वास्थ्यकर होता है और अधिक समय तक काम करते रहने पर वे स्थाई रूप से कई बीमारियों से ग्रस्त भी हो जाते हैं। अतः यदि कोई उन्हें 90 घंटे काम करने के लिए कह रहा है तो यह उन्हें एक प्रकार से मौत के मुंह में ही धकेलने जैसा है।

इस प्रकार की बेतुकी सलाह उस व्यक्ति के द्वारा ही दी जा सकती है जिसके लिए मुनाफा ही भगवान है और जो मानवीय रिश्तों और मानवीय भावनाओं की कोई कद्र नहीं करता है। एल एंड टी के अध्यक्ष सुब्रमण्यन के बयान की जितनी निंदा की जाए उतनी कम है। इसके साथ ही यह महिलाओं के प्रति उनके अपमानजनक दृष्टिकोण को भी दर्शाता है। आश्चर्य की बात है कि अभी तक महिला संगठनों ने इस संदेश का उतना तीव्र विरोध नहीं किया, जितना होना चाहिए था। सुब्रमण्यन के बयान से तो यह लगता है कि वह अपने परिवार के साथ समय बिताने को समय की बर्बादी मानते हैं। अब तक के सारे अध्ययन यह बताते हैं कि जो व्यक्ति जितना अच्छा संतुलन कार्य और परिवार के बीच में बना पाता है, उसकी उत्पादकता एवं कार्य की गुणवत्ता कहीं बेहतर हो जाती है।

मनुष्य एक मशीन नहीं है। अतः उससे मशीन की तरह काम लेने की सोचना भी स्वयं का ही नुकसान करना है। मशीन सोचती नहीं है, उसमें भावना ही नहीं होती, किंतु मनुष्य सोचता भी है और उसमें भावनाएं भी होती हैं। अपनी सोच को परिष्कृत करने के लिए कई बार इंसान को प्रकृति के साथ समय बिताना होता है, परिवार के साथ रिश्ते प्रगाढ़ करने होते हैं, मित्रों के साथ हंसी-मजाक भी करना होता है। ऐसा लगता है कि सुब्रमण्यन ने न तो कभी कोई मित्र रखे ना उन्होंने परिवार में कभी रिश्तों की मधुरता को अनुभव किया है। उनके जीवन का लक्ष्य ही अपनी कंपनी का मुनाफा बढ़ाने तक सीमित है। ऐसा व्यक्ति वास्तव में दया का पात्र है। वे कितना ही पैसा क्यों न कमा लें और कंपनी का मुनाफा कितने ही गुणा क्यों न बढ़ा लें, अन्दर से अत्यंत गरीब और खोखले ही रहेंगे। वे यह सरल सत्य ही भूल गए कि धन दौलत से रिश्ते नहीं खरीदे जा सकते हैं।

गनीमत यह है कि जहां सुब्रमण्यन जैसी घटिया सोच के व्यक्ति हैं, वहीं आनंद महिंद्रा जैसी परिष्कृत सोच के उद्योगपति भी हैं जो कर्मचारियों के हित में ही कंपनी का हित देखते हैं।

दुर्भाग्य यह है कि सुब्रमण्यन जैसी सोच रखने वाले नियुक्ताओं की इस देश में कमी नहीं है। अंतर केवल इतना है कि अधिकतर ऐसे लोग इस ओछी मानसिकता को सार्वजनिक रूप से प्रकट नहीं करते किंतु उनके निर्णय यही प्रदर्शित करते हैं।

श्रम कानून को तो आजकल खलनायक के रूप में देखा जाने लगा है। मुझे राजस्थान में श्रम आयुक्त के पद पर दो वर्ष तक कार्य करने का अवसर लगभग 20-22 वर्ष पूर्व मिला था। आजकल श्रमिक संघ और श्रमिक आंदोलन एवं श्रमिकों की बात करने वाले लोग यदा-कदा ही देखे जाते हैं। जब भी सेवा सुरक्षा एवं सेवा की शर्तों के बारे में कोई आंदोलन करने का प्रयास किया गया उसे कुचलने में प्रबंधन ने पूरी ताकत लगा दी। कई बार तो इस प्रकार के आंदोलन को हिंसात्मक रूप से दबाने का प्रयास भी किया गया। लोग भूले नहीं हैं, जब गुड़गांव के मारुति के कारखाने में हड़ताल खत्म करवाने के लिए श्रमिकों के विरुद्ध पुलिस द्वारा प्रबंधन के सहयोग से लाठी चार्ज किया गया और गोली चलाई गई। इससे क्रुद्ध होकर श्रमिकों की भीड़ ने एक एचआर मैनेजर को मार ही दिया।

आशा की जानी चाहिए कि विभिन्न महिला संगठन, उद्योग संगठन सुब्रमण्यन के इस कथन की कड़ी निंदा करेंगे, ताकि विभिन्न कंपनियों के अध्यक्ष कंपनी की बैलेंस शीट के साथ ही अपनी ज़िंदगी की बैलेंस शीट पर भी ध्यान देंगे।

–अतिथि सम्पादक,
राजेन्द्र भाणावत
(पूर्व आई.ए.एस. अधिकारी)

जागरूकता की कमी के कारण हैं कोलेस्ट्रॉल को लेकर भ्रम

डॉ. रामावतार शर्मा

कोलेस्ट्रॉल मोम जैसा एक पदार्थ होता है जो निर्धारित मात्रा में शरीर के कई महत्वपूर्ण निर्माण कार्यों में काम आता है। हमारे मस्तिष्क की हर एक कोशिका की प्लाज्मा झिल्ली कोलेस्ट्रॉल से ही बनती है। कोलेस्ट्रॉल मस्तिष्क, नर्व और तंत्रिका तंत्र के विभिन्न घटकों के निर्माण के लिए अत्यावश्यक है। इसके अलावा शरीर में विटामिन डी, कई प्रकार के हार्मोन एवं पाचन के लिए अत्यावश्यक एंजाइम्स के निर्माण के लिए भी कोलेस्ट्रॉल की आवश्यकता होती है। हमारे शरीर में मौजूद करीब 85 प्रतिशत कोलेस्ट्रॉल हमारा लिवर ही बनाता है और हमारे शरीर में कुल कोलेस्ट्रॉल का 25 प्रतिशत कोलेस्ट्रॉल हमारे मस्तिष्क में मौजूद रहता है। इस तरह से यह बात स्पष्ट होती है कि कोलेस्ट्रॉल मानव जीवन के आधारभूत तत्वों में से एक है। अब सवाल उठता है कि लोग कोलेस्ट्रॉल को मृत्यु दूत क्यों मानने लगे हैं जबकि इसके अभाव में जीवन संभव नहीं है? इस दुर्भाग्यपूर्ण स्थिति का कारण पर्याप्त जानकारी का अभाव और लोगों का शॉर्टकट के द्वारा जीवन जीने का स्वभाव है। दूसरी तरफ कोलेस्ट्रॉल नियंत्रण करने वाली दवाओं की 1 खरब 64 अरब रुपए से भी अधिक वैश्विक बिक्री भी इंगित करती है कि न तो लोग अपनी जीवनशैली बदलना चाहते और न ही दवा कंपनिया अपने फायदे को खोना चाहेंगी। सोशल मीडिया पर लोग बेतुकी बातें करते रहेंगे, स्टेटिन खाते रहेंगे और समय पूर्व दीर्घकालिक रोगों के शिकार होते रहेंगे।

हमारा लिवर वी एल डी एल नामक लाइपोप्रोटीन यौगिक उत्पादित करता है जिसकी एक निश्चित मात्रा हमारे हृदय के स्वास्थ और शरीर को फुर्तीला बनाए रखने के लिए आवश्यक होती है। यह यौगिक ट्राइग्लिसराइड को शरीर की कोशिकाओं में पहुंचाने का अत्यावश्यक कार्य करता है जिसके फलस्वरूप शरीर को लगातार ऊर्जा मिलती रहती है। इसके विघटन से ही एल डी एल नामक लाइपोप्रोटीन यौगिक उत्पादित होता है जो कोलेस्ट्रॉल को शरीर के विभिन्न भागों में पहुंचाता है। अब जो कोलेस्ट्रॉल आवश्यकता से अधिक हो उसे एच डी एल नामक लाइपोप्रोटीन लिवर में ले जाता है जहां वह विघटित हो कर शरीर से बाहर निकाल दिया जाता है। अब यहां सवाल उठता है कि इतनी संतुलित एवं नियंत्रित प्रक्रिया में ऐसा क्या हो जाता है कि जीवन का आधारभूत यौगिक मृत्यु का कारण और दवा कंपनियों और चिकित्सकों के लिए धनोपार्जन का एक बहुत बड़ा माध्यम बन जाता है। यहां उपरोक्त दोनों पक्षों पर दोषारोपण से काम नहीं चलेगा। आपको आत्मावलोकन करना पड़ेगा और अपनी कमजोरियों एवं गलतियों को स्वीकारना एवं सुधारना पड़ेगा।

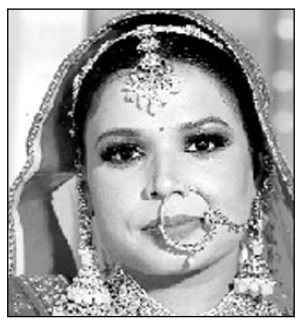
वास्तव में असली दोषी कोलेस्ट्रॉल नहीं बल्कि आपकी जीवनशैली और भोजन को लेकर ग़लत प्राथमिकताएं हैं। उच्च कोलेस्ट्रॉल के कुछ प्रतिशत मामले तो आनुवंशिक होते हैं परंतु ज्यादातर लोगों में अधिक कार्बोहाइड्रेट्स वाला भोजन, सफेद चीनी या उससे बनी मिठाइयां, मोटापा, निष्क्रिय जीवन शैली, सुबह एवं रात्रिकालीन भोजन के समय में लापरवाही आदि जिम्मेदार होते हैं। इसके अलावा डायबिटीज और गुर्दे के रोगों में भी कोलेस्ट्रॉल बढ़ सकता है। कई तरह के रोगों की दवाएं, शराब का अनियंत्रित सेवन आदि के कारण भी कोलेस्ट्रॉल बढ़ सकता है। इसके विपरीत यदि भोजन में चीनी और उससे संबंधित उत्पादों की बड़ी कटौती कर दी जाए, सैचुरेटेड फैट को 10 प्रतिशत तक नियंत्रित कर दिया जाय और ट्रांस फैट का उपयोग न के बराबर कर दिया जाए तो कोलेस्ट्रॉल नियंत्रण में बड़ा फायदा होता है। भोजन में ओमेगा 3 का उपयोग, घुलनशील फाइबर का अच्छा उपयोग, व्हे प्रोटीन का सेवन, तंबाकू का निषेध, शराब उपभोग पर नियंत्रण, मोटापे से मुक्ति और जीवन में कसरत तथा क्रियाशील जीवनशैली को अपनाना आदि सारे कदम कोलेस्ट्रॉल नियंत्रण और बेहतर हृदय स्वास्थ्य की तरफ बढ़ते कदम होते हैं। रात्रिकालीन भोजन सूर्यास्त के साथ या फिर हर हालात में रात के 8 बजे से पहले होजाना चाहिए।

ऑलिव ऑयल, पत्तेवाली हरी सब्जियां, सूखे मेवे, ताजा फल, छाछ, दही, टोफू, सोयाबीन, मछली और फलियों वाली सब्जी आदि सभी स्वास्थ्य वर्धक होते हैं। इनके विपरीत सोडा, पैकेजिंग वाले फलों के रस, कार्न सिरप, फ्राइड फूड, कोटेड एवं रोस्टेड भोज्य पदार्थों का उपयोग अति सीमित मात्रा में करना चाहिए। भोजन को उबालने, भाप द्वारा पकाने या फिर बंद बर्तन में धीरे-धीरे पकाने की पद्धतियों का अधिकाधिक उपयोग करना चाहिए। माइक्रोवेव, प्रेशर कुकिंग आदि का उपयोग कम करना चाहिए। दही, छाछ, राबड़ी, इडली, डोसा, किमची का उपभोग पर्याप्त मात्रा में करना फायदेमंद होता है। कसरत, ध्यान, गतिशीलता, संगीत, साहित्य और सहृदयता हमारे शरीर में प्रज्वलन (इन्फ्लेमेशन) को कम करते हैं इसलिए ये हमारे दैनिक जीवन का हिस्सा होना चाहिए। घृणा, विवाद, भेदभाव, वासना, अत्यधिक संग्रहण आदि नकारात्मक जीवन पद्धतियां हार्मोन तंत्र के दुष्प्रभावों को विकसित करती हैं इसलिए इन सबसे बचना चाहिए।

पिछले चंद वर्षों के शोध अध्ययन बताते हैं कि हृदय की धमनियों में कैल्शियम का जमाव जनसंख्या के एक बड़े हिस्से में होने लगा है जो कि भविष्य में हार्ट अटैक का सूचक होता है। आज से 50 वर्ष पहले यह 70 वर्ष की उम्र के आसपास देखा जाता था परंतु आजकल 10 से 15 वर्ष के बच्चों में भी सी टी एंजियोग्राफी में इसे हृदय की धमनियों में देखा जाने लगा है। यह एक विषम स्थिति है इसलिए इस बारे में व्यापक जन चेतना की आवश्यकता है वरना निकट भविष्य में 15 से 20 वर्ष के युवा भी स्टेंट लगवाते या बाईपास सर्जरी करवाते नजर आ सकते हैं। शहरी क्षेत्रों में 90 प्रतिशत लोगों के भोजन में फाइबर की कमी पाई जाती है, 75 से 80 प्रतिशत लोग आवश्यकता से कम प्रोटीन का उपभोग कर रहे है और 90 प्रतिशत आवश्यकता से अधिक कार्बोहाइड्रेट्स एवं कैलोरी का सेवन कर रहे है। ये सब घातक प्रवृत्तियां हैं जिन पर स्व अनुशासन की आवश्यकता आज से पहले कभी इतनी ज़्यादा नहीं थी।

–डॉ. रामावतार शर्मा,
(चिकित्सक एवं लेखक)

मकर संक्राति : भारतीय संस्कृति का उत्सव



श्वेता यादव

हर साल 14 जनवरी को भारत में मकर संक्राति का पर्व उत्साह और उल्लास के साथ मनाया जाता है। यह पर्व केवल मौसम परिवर्तन का प्रतीक ही नहीं है, बल्कि भारतीय संस्कृति, कृषि और आध्यात्मिकता से जुड़ी गहरी परम्पराओं को भी दर्शाता है। इस दिन का महत्व न केवल धार्मिक दृष्टिकोण से है, बल्कि सामाजिक और सांस्कृतिक जीवन में भी इसका विशेष स्थान है।

मकर संक्रांति का धार्मिक और सांस्कृतिक महत्व– वेदों के अनुसार, मकर संक्राति सूर्य के मकर राशि में प्रवेश का पर्व है, जो दक्षिणायन से उत्तराध्यन की ओर यात्रा का संकेत देता है। हिंदू धर्म में इसे शुभ माना जाता है क्योंकि सूर्य देवता के उत्तरायण होने से सकारात्मक ऊर्जा और जीवन में नई शुरूआत होती है। इस दिन भगवान विष्णु ने बुराई का अंत कर धर्म की स्थापना की थी, इसलिए इसे अच्छाई की विजय के रूप में देखा जाता है।

परम्पराएं और रिवाज– मकर संक्राति पर देश भर में विभिन्न प्रकार की परम्पराओं का पालन किया जाता है। तिल और गुड़ का दान एवं सेवन करना इस पर्व का एक अभिन्न हिस्सा है। तिल को पवित्र माना गया है और यह शरीर को शुद्ध करता है, जबकि गुड़ जीवन में मिठास लाने का प्रतीक है। इस दिन खिचड़ी बनाना और पतंग उड़ाना भी विशेष रूप से लोकप्रिय है। पतंगबाजी से न केवल उत्साह का संचार होता है, बल्कि यह सूर्य की किरणों से विटामिन-डी पाने का एक माध्यम भी है।

देश भर में विविध रूप– मकर संक्राति को देश के विभिन्न हिस्सों में अलग-अलग नामों और परम्पराओं के साथ मनाया जाता है।

-तमिलनाडु में पोंगल– यह चार दिवसीय त्योहार है, जिसमें किसान अपनी फसल की पूजा करते हैं।

-पंजाब और हरियाणा में लोहड़ी– आग जलाकर तिल, गुड़ और मूंगफली अर्पित की जाती है।

-आसाम में भोगाली बिहू– नृत्य और गीतों के साथ फसल की कटाई का उत्सव।

-गुजरात में उत्तरायण– पतंगबाजी का त्योहार।

-महाराष्ट्र में तिल-गुड़ उत्सव– महिलाएं एक-दूसरे को तिल-गुड़ देकर कहती हैं–'तिल गुड़ घ्या, गोड़ गोड़ बोला।'

आयुर्वेदिक दृष्टिकोण– आयुर्वेद के अनुसार तिल और गुड़ का सेवन शरीर में गर्मी और ऊर्जा प्रदान करता है। यह स्वास्थ्य को मजबूत बनाने और रोगों से बचाने में सहायक है।

संक्रांति का महत्व– मकर संक्राति हमें सिखाती है कि अंधकार के बाद प्रकाश आता है और हर अंत एक नए आरंभ का संकेत देता है। यह त्योहार हमें सकारात्मक सोच, कृतज्ञता और सामाजिक समरसता का संदेश देता है। आइए, इस पर्व पर हम सभी तिल-गुड़ की मिठास से अपने रिश्तों को मजबूत करें और जीवन में नई ऊंचाइयों को छूने का संकल्प लें।

आप सभी को मकर संक्रांति की हार्दिक शुभकामनाएं।

–श्वेता यादव,
स्वतंत्र लेखिका

बाबा साहिब का शताब्दी महोत्सव सम्पन्न

अजमेर। संतो द्वारा दिखाये गये मार्ग से सेवा, समपर्ण, सनातन में अपना जीवन समर्पित करना चाहिये। जिस आश्रम से हमारे पूर्वज जुडे हैं उन्ही आश्रमों व संतो की आज्ञा से अपनी युवा पीढी को जोडकर संस्कारवान बनायें। बाबा ईसरदास की समाधि से हमें आज भी प्रेरणा मिलती हैं ऐसे आर्शीवचन महामण्डलेश्वर हंसराम उदासीन ने ईश्वर मनोहर उदासीन आश्रम में चल रहे बाबा ईसरदास साहिब के शताब्दी महोत्सव पर प्रकट किये। उन्होनें धर्म संसद में पारित प्रस्तावों को समाज में पालन करने का आव्हान किया जिससे सामाजिक कुरीतियों को समाप्त किया जा सके। बाबा ईसरदास के निर्वाण शताब्दी महोत्सव समापन पर महन्त स्वरूपदास उदासीन ने आर्शीवचन देते हुये कहा कि इस सात दिवसीय धार्मिक आयोजन में जिन्होने भी अपना सहयोग तन, मन व धन से दिया है उन्हें बाबा ईसरदास व हमारे बडे संतों का आर्शीवाद उनके परिवार व समाज को मिलेगा। समापन पर तीर्थराज पुष्कर के महन्त हनुमानराम, किशनगढ से महन्त श्यामदास जी, भीलवाड़ा से गणेशदास जी, चित्तौडगढ़ से स्वामी गुरुदास, स्वामी माधवदास, राजकोट से स्वामी अमरलाल, भावनगर गुजरात से सांई दीपकलाल, फकीर सांई नन्दलाल जी, आदि मौजूद रहे।

जीवदया, पर्यावरण व स्वच्छता का संदेश लिए निकाली चेतना यात्रा

भीलवाड़ा। अपना संस्थान एवं नगर निगम भीलवाड़ा के संयुक्त तत्वाधान में 10 से 14 जनवरी तक आयोजित हरित संगम मेले के चौथे दिन आज जीवदया, पर्यावरण एवं स्वच्छता चेतना यात्रा को उद्योग राज्य मंत्री के.के. विश्नोई ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया। इस अवसर पर संकट मोचन मंदिर के महंत बाबूगिरी जी एवं हाथीभाटा आश्रम के महंत संतदास जी का भी सान्निध्य प्राप्त हुआ। इसके बाद चित्रकूट धाम अवधपुरी में आयोजित कार्यक्रम में विधायक अशोक कोठारी एवं भाजपा जिलाध्यक्ष प्रशांत मेवाड़ा भी शामिल हुए। इस अवसर पर अपना संस्थान प्रांत सचिव विनोद मेलाना, मेला संयोजक राधेश्याम सोमानी, अमरचंद विश्नोई सहित अनेक पदाधिकारियों ने अतिथियों का स्वागत किया। उद्योग राज्य मंत्री ने मेले के साथ ही फ्लावर शो का भी अवलोकन किया।

उद्योग राज्य मंत्र के.के. विश्नोई ने हरी झंडी दिखाकर यात्रा को रवाना किया।

अपना संस्थान के अंकुर बोरदिया ने बताया कि रैली में अंतरराष्ट्रीय पर्यावरणविद जोधपुर उच्च न्यायालय में सहायक रजिस्ट्रार खमुराम बिश्नोई के नेतृत्व में भीलवाड़ा के विश्नोई समाज सहित सैंकड़ों की संख्या में पर्यावरण प्रेमी सम्मिलित हुए। रैली में वृक्षों की रक्षार्थ शहीद अमृतादेवी और मुक्तिधाम मुकाम मंदिर की झांकियां विशेष आकर्षण का केंद्र बनी। रैली को व्यवस्थित रखने के लिए चार मंडल गुरु जम्भ मंडल, समराथल मंडल, अमृतादेवी मंडल एवं गुरु चंद्रप्रकाश जी मंडल बनाए गए। यह चेतना रैली जम्भेश्वर नगर से प्रारंभ होकर गंगापुर चौराहा, अंबेडकर सर्किल, सूचना केंद्र चौराहा होते हुए चित्रकूट धाम अवधपुरी पहुंची, जहां मंचीय कार्यक्रम आयोजित हुआ। यात्रा संयोजक भवानी राम विश्नोई ने बताया कि हरित संगम मेले में विश्नोई समाज एवं अंतरराष्ट्रीय पर्यावरणविद खमुराम बिश्नोई द्वारा निर्मित पर्यावरण चेतना प्रदर्शनी से भी सैकड़ों लोग प्रेरित हो रहे हैं। जोधपुर से आया विश्नोई समाज का प्रतिनिधिमंडल पिछले 4 दिनों से हरित संगम मेले में पर्यावरण संरक्षण और जीवदया का संदेश दे रहा हैं।

राशिफल मंगलवार 14 जनवरी, 2025

पंडित अनिल शर्मा

माघ मास, कृष्ण पक्ष, प्रतिपदा तिथि, मंगलवार, विक्रम संवत 2081, पुनर्वसु नक्षत्र दिन 10:17 तक, विष्कुम्भ योग रात्रि 2:58 तक, बालव करण दिन 3:39 तक, चन्द्रमा कर्क राशि में संचार करेगा।

ग्रह स्थिति: सूर्य-धनु, चन्द्रमा-कर्क, मंगल-कर्क, बुध-धनु, गुरू-वृष, शुक्र-कुम्भ, शनि-कुम्भ, राहु-मीन, केतु-कन्या राशि में।

आज कुमार योग दिन 10:17 तक है। राजयोग रात्रि 3:22 से आरम्भ होगा। आज माघ संक्रांति, सूर्य मकर राशि में प्रातः 8:55 पर प्रवेश करेगा। पूण्य काल सूर्योदय से सम्पूर्ण दिन-रात है। आज मकर संक्रांति पर्व है। कुम्भ महापर्व प्रथम शाही स्नान प्रयाग राज, गंगा सागर स्नान और यात्रा है। आज से मल मास समाप्त होगा और आज पोंगल, माघ बिधु और जन्म दिन हजरत अली (मु.) है।

श्रेष्ठ चौघड़िया: चर 9:59 से 11:17 तक, लाभ-अमृत 11:17 से 1:54 तक, शुभ 3:13 से 4:31 तक।

राहूकाल: 3:00 से 4:30 तक। सूर्योदय 7:21, सूर्यास्त 5:51

मेष
परिवार में सुख-शांति बनी रहेगी। परिवार में उत्सव जैसा माहौल रहेगा। अतिथियों का आगमन बना रहेगा। परिवार में महत्वपूर्ण कार्य सम्पन्न हो सकते हैं।

वृष
परिवार में मन को प्रसन्न करने वाले संदेश प्राप्त होंगे। परिजनों के सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है। शुभ कार्य के लिए यात्रा संभव है। व्यावसायिक/आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी।

मिथुन
आर्थिक/वित्तीय मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा। आय में वृद्धि होगी। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। घर-परिवार में धार्मिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं।

कर्क
मानसिक तनाव से राहत मिलेगी। मनोबल-आत्मविश्वास बढ़ेगा। आवश्यक कार्य योजनानुसार बनने लगेंगे। महत्वपूर्ण कार्यों में उचित सफलता मिलेगी।

सिंह
घर-गृहस्थी के खर्चों में अनावश्यक वृद्धि हो सकती है। अनर्गल कार्यों में समय खराब हो सकता है। मन में असंतोष बना रहेगा।

कन्या
आर्थिक/वित्तीय मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा। आय में वृद्धि होगी। संभावित स्त्रोत से धन प्राप्त होगा। परिवार में सुख-सुविधाएं बढ़ेगी। धार्मिक स्थान की यात्रा संभव है।

तुला
व्यावसायिक कार्यों में आ रही परेशानियां दूर होने लगेंगी। व्यावसायिक कार्य शीघ्रता/सुगमता से बनने लगेंगे। नवीन कार्य योजना का क्रियान्वयन होगा।

वृश्चिक
परिवार में शुभ-मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। शुभ कार्य के लिए यात्रा संभव है। नवीन कार्यों के संबंध में सकारात्मक आश्वासन प्राप्त होंगे। व्यावसायिक वार्ता सफल रहेगी।

धनु
चन्द्रमा अष्टम भाव में शुभ नहीं है। शुभ कार्यों में व्यवधान सामने आ सकते हैं। बनते कार्य बिगड़ सकते हैं। नवीन कार्यों को टालना ठीक रहेगा।

मकर
परिवार में आपसी सहयोग-समन्वय बना रहेगा। परिवार में धार्मिक-सामाजिक समारोह सम्पन्न हो सकते हैं। परिवार में उत्सव जैसा माहौल रहेगा। व्यावसायिक/आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी।

कुंभ
विवादित मामलों से राहत मिल सकती है। अस्त-व्यस्त कार्य व्यवस्थित होने लगेंगे। स्वास्थ्य में सुधार होगा। व्यावसायिक अड़चनें दूर होने लगेंगी। आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी।

मीन
महत्वपूर्ण कार्यों से संबंधित वार्ता सफल रहेगी। व्यावसायिक प्रयासों में उचित सफलता मिलेगी। नवीन कार्यों के लिए दिन अच्छा रहेगा। धार्मिक कार्यों में भाग ले सकते हैं।