

विचार बिन्दु

बच्चे कोरे कपड़े की तरह होते हैं, जैसा चाहो वैसा रंग लो, उन्हें निश्चित रंग में केवल डुबो देना पर्याप्त है। –सत्यसाई बाबा

सोशल मीडिया बच्चों का दोस्त है या दुश्मन

दुनिया की एक प्रमुख मार्केट रिसर्च कंपनी इप्सोस के एजुकेशन मॉनिटर 2026 के एक ताजा सर्वे के अनुसार भारत में 14 साल से कम उम्र के बच्चों के सोशल मीडिया इस्तेमाल पर व्यापक रोक को लेकर लोगों का समर्थन बढ़ता दिख रहा है। सर्वे में शामिल 78 फीसदी भारतीय वयस्क इस बात से सहमत हैं कि 14 साल से कम उम्र के बच्चों को स्कूल के अंदर और बाहर सोशल मीडिया इस्तेमाल करने से रोका जाना चाहिए। वहीं 20 फीसदी लोगों ने इससे असहमति जताई। भारत में समर्थन का यह स्तर 31 देशों के औसत 73 फीसदी से पांच प्रतिशत अंक ज्यादा है। खास बात यह है कि पिछले साल भारत में इस प्रस्ताव को 68 फीसदी लोगों का समर्थन मिला था। यानी एक साल में समर्थन में 10 प्रतिशत अंक की बढ़ोतरी हुई है। इप्सोस के सर्वे में 31 देशों के 23,537 ऑनलाइन वयस्कों को शामिल किया गया। इन लोगों की उम्र 75 साल से कम थी और सर्वे 19 जून से 3 जुलाई 2026 के बीच किया गया। भारत उन देशों में शामिल है जहां बच्चों के सोशल मीडिया इस्तेमाल पर रोक को लेकर समर्थन अपेक्षाकृत ज्यादा है। इंडोनेशिया में 90 फीसदी लोगों ने इसका समर्थन किया, जबकि मलेशिया में यह आंकड़ा 83 फीसदी, फ्रांस में 82 फीसदी और इटली में 81 फीसदी रहा।

आज घर घर में बच्चे और युवा धड़ल्ले से मोबाइल पर स्क्रीनिंग कर रहे हैं। उन्हें इस बात की कोई चिंता नहीं है की यह उनके स्वास्थ्य और पढ़ाई के लिए कितना खतरनाक है। मीडिया मेंबच्चे और युवा पीढ़ी को मोबाइल लत के खतरे से लगातार आगाह किया जा रहा है। अनेक बच्चे और युवा इसके दुष्परिणामों के शिकार होकर अस्पतालों में अवसाद का इलाज करा रहे हैं। सेंसर टावर की एक रिपोर्ट में बताया गया है कि अपने देश में गत वर्ष मोबाइल पर 1.12 ट्रिलियन घंटे स्क्रीनिंग की गई जो दुनियाभर में सर्वाधिक आंकी गई है। इससे पता चलता है 18 वर्ष की आयु सीमा के 40 करोड़ बच्चे में से हर तीसरा बच्चा मोबाइल अवसाद का शिकार है, जिनकी संख्या 13 करोड़ से अधिक बताई जा रही है। इसी भाँति एक अन्य नई रिसर्च के मुताबिक मोबाइल, टेबलेट और लैपटॉप जैसे गैजेट्स न केवल बच्चों के स्वास्थ्य अपितु उनके शैक्षिक जीवन के लिए भी खतरा बन रहे हैं। टेक्नोलॉजी के इस दौर में बच्चे मोबाइल फोन, टेबलेट से ही अपनी पढ़ाई कर रहे हैं। खासकर कोविड में ऑनलाइन पढ़ाई के बाद उनके बीच स्क्रीन टाइम बहुत बढ़ा है।

एक अन्य रिपोर्ट में यह सामने आया है कि 73 प्रतिशत स्कूली बच्चे अश्लील सामग्री देखते हैं। वहीं, 80 प्रतिशत बच्चे रोजाना सोशल मीडिया पर कम से कम 2 घंटे बिताते हैं। इसका सीधा ज़ब से इंटरनेट हमारे जीवन में आया है तबसे बच्चे से बुजुर्ग तक आभासी दुनियां में खो गए हैं। हम यहाँ बचपन की बात करना चाहते हैं। देखा जाता है पांच साल का बच्चा भी आँख खोलते ही मोबाइल पर लपकता हैं। पहले बड़े इसे अपने काम के लिए करते थे। अब बच्चे भी इंटरनेट के शौकीन होते जा रहे हैं। बाजार ने उनके लिए भी इंटरनेट पर इतना कुछ दे दिया है कि वह पढ़ने के अलावा बहुत कुछ इंटरनेट पर करते रहे हैं। पेरेंट्स को बच्चों की ऐसी गतिविधियों पर नजर रखनी चाहिए और समय रहते उनकी ऐसी आदत को पॉजेटिव तरीके से दूर करना चाहिए।

को डिजिटल डिमेंशिया जैसी घातक बीमारी हो सकती है। ब्रिटेन में हुई स्टडी के मुताबिक दिन में 4 घंटे से ज्यादा स्क्रीन टाइम से बैस्कुलरडिमेंशिया और अल्जाइमर का जोखिम बढ़ जाता है। फोन पर घंटोंस्कॉल करने पर ढेरों फोटोज, एप्स, वीडियोज सामने आते हैं जिससे आपके दिमाग के लिए सब कुछ याद रखना मुश्किल हो जाता है। परिणाम स्वरूप आपकी याद्दाश्त, कॉन्संट्रेशन और सीखने की क्षमता पर बुरा असर पड़ता है।

स्क्रीन टाइम ज्यादा होने का सबसे पहला असर बच्चों की आँखों की रोशनी पर पड़ रहा है। स्क्रीन को नजदीक और एकटक देखने से आँखें ड्राई होने लगती हैं यही हालात रहने पर आँखों की रोशनी कम होने लगती है। मोबाइल बच्चों का दोस्त है या दुश्मन। बिना क्लिंब किए अंगीभाषकों को इस पर गहनता से मंथन की ज़रूरत है। आजकल मोबाइल का ज्यादा इस्तेमाल बच्चों को इंटरनेट एडिक्शन की तरफ ले जा रहा है। इस तरह के एडिक्शन से मानसिक बीमारियां पैदा होती हैं और ऐसे में बच्चे कोई न कोई गलत कदम उठा लेते हैं। आजकल के बच्चे इंटरनेट लवर हो गए हैं। इनका बचपन रचालत्मक कार्यों की जगह डेटा के जंगल में गुम हो रहा है। पिछले कई सालों में सूचना तकनीक ने जिस तरह से तरक्की की है, इसने मानव जीवन पर गहरा प्रभाव डाला है बल्कि एक तरह से इसने जीवनशैली को ही बदल डाला है। बच्चे और युवा एक पल भी स्मार्टफोन से खुद को अलग रखना चाहना नहीं समझते। इनमें हर समय एक तरह का नशा सा सवार रहता है। वैज्ञानिक भाषा में इसे इंटरनेट एडिक्शनडिस्टर्ऑर्ड कहा गया है।

जब से इंटरनेट हमारे जीवन में गहरा है तबसे बच्चे से बुजुर्ग तक आभासी दुनियां में खो गए है। हम यहाँ बचपन की बात करना चाहते है। देखा जाता है पांच साल का बच्चा भी आँख खोलते ही मोबाइल पर लपकता है। पहले बड़े इसे अपने काम के लिए करते थे। अब बच्चे भी इंटरनेट के शौकीन होते जा रहे हैं। बाजार ने उनके लिए भी इंटरनेट पर इतना कुछ दे दिया है कि वह पढ़ने के अलावा बहुत कुछ इंटरनेट पर करते रहे हैं। पेरेंट्स को बच्चों की ऐसी गतिविधियों पर नजर रखनी चाहिए और समय रहते उनकी ऐसी आदत को पॉजेटिव तरीके से दूर करना चाहिए।

–अतिथि संपादक, बाल मुकुन्द ओझा, वरिष्ठ लेखक एवं पत्रकार



पंडित अनिल शर्मा

राशिफल शनिवार 19 सितम्बर, 2026

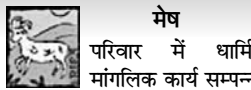
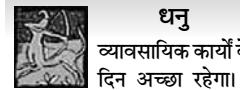
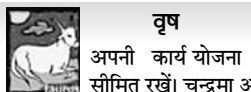
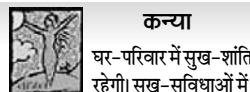
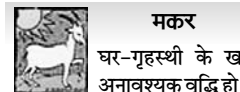
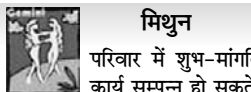
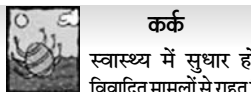
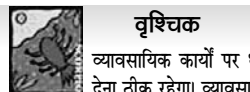
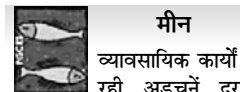
भाद्रपद मास, शुक्ल पक्ष, अष्टमी तिथि, शनिवार, विक्रम संवत-2083, मूल राशित्र रात्रि 1:43 तक, आयुष्मान योग दिन 2:29 तक, बव करण दिन 3:27 तक, चन्द्रमा आज धनु राशि में संचार करेगा।

ग्रह स्थिति: सूर्य-कन्या, चन्द्रमा-धनु, मंगल-कर्क, बुध-कन्या, गुरु-कर्क, शुक्र-तुला, शनि-मीन, राहु-कुम्भ, केतु-सिंह

आज रवियोग रात्रि 1:43 से आरम्भ होगा। आज दुर्गाष्टमी, राधाष्टमी, श्री दधिची जयन्ती है।

श्रेष्ठ चौघड़िया- शुभ 7:48 से 9:19 तक, चर 12:21 से 1:51 तक, लाभ-अमृत 1:51 से 4:53 तक।

राहुकाल- 9:00 से 10:30 तक, सूर्योदय 6:17, सूर्यास्त 6:24

 मेघ परिवार में धार्मिक-मौंगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। धार्मिक स्थान की यात्रा संभव है। नवीन कार्यों के संबंध में सकारात्मक आश्वासन प्राप्त होगा।	 सिंह व्यावसायिक प्रयासों में उचित सफलता मिलेगी। व्यावसायिक वार्ता के लिए दिन अच्छा रहेगा। नैकीरीया व्यक्तियों को महत्वपूर्ण जिम्मेदारी मिल सकती है। आज धार्मिक कार्यों पर धन खर्च हो सकता है।	 धनु व्यावसायिक कार्यों के लिए दिन अच्छा रहेगा। चलेते कार्यों में प्रगति होगी। व्यावसायिक कार्य शीघ्रता/सुगमता से बनने लगेंगे। आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी।
 वृष अपनी कार्य योजना को सीमित रखें। चन्द्रमा अष्टम भाव में शुभ नहीं है। शुभ कार्यों में व्यवधान हो सकता है। आवश्यक कार्यों में विलम्ब होने का भय बना रहेगा।	 कन्या घर-परिवार में सुख-शांति बनी रहेगी। चन्द्रमा अष्टम होगा। आज परिवार में अतिथियों के आगमन से उत्सव जैसा माहौल रहेगा। व्यावसायिक आर्थिक मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा।	 मकर घर-गृहस्थी के खर्चों में अनावश्यक वृद्धि हो सकती है। पारिवारिक कार्यों के कारण भागदौड़ रहेगी। आज मन में अस्तोष बना रहेगा। स्वास्थ्य का ध्यान रखें।
 मिथुन परिवार में शुभ-मौंगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। परिवार में आपसी सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है। आज व्यावसायिक आर्थिक मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा।	 तुला परिवार में मन को प्रसन्न करने वाले संदेश प्राप्त होंगे। आज परिजनों के सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है। आज व्यावसायिक वार्ता सफल रहेगी।	 कुंभ आर्थिक/वित्तीय मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा। आय में वृद्धि होगी। अटक हुआ धन प्राप्त होगा। व्यावसायिक विवादों का निपटारा हो सकता है।
 कर्क स्वास्थ्य में सुधार होगा। विवादित मामलों से राहत मिल सकती है। अटक हुए कार्य बनने लगेंगे। आज व्यावसायिक कार्यों में व्यस्तता बनी रहेगी। महत्वपूर्ण कार्य योजना का क्रियान्वयन होगा।	 वृश्चिक व्यावसायिक कार्यों पर ध्यान देना ठीक रहेगा। व्यावसायिक कार्यों में प्रगति होगी। व्यावसायिक आय में वृद्धि होगी। अटक हुआ धन प्राप्त होगा। धार्मिक स्थान की यात्रा का कार्यक्रम बन सकता है।	 मीन व्यावसायिक कार्यों में आ रही अड़चनें दूर होने लगेंगी। अटक हुए कार्य शीघ्रता/सुगमता से बनने लगेंगे। महत्वपूर्ण कार्यों के संबंध में उचित सोच-विचार हो सकता है।



डॉ. मोनिका शर्मा

आज की डिजिटल दुनिया में अत्यधिक स्क्रीन टाइम मानसिक अवसाद यानी डिप्रेशन का सबसे बड़ा कारण बन रहा है। दिखावे की संस्कृति और अनियंत्रित मानसिक अवसाद हंसेते-खेलते परिवारों को तबाह कर रहे हैं। हमें यह समझना होगा कि चीजें और तकनीक दोबारा खरीदी जा सकती हैं, लेकिन खोई हुई जिंदगी और परिवार कभी वापस नहीं आते।

हाल ही में महाराष्ट्र के संभाजीनगर में आईफोन की ज़िद के विवाद में एक 19 वर्षीय युवक और उसे बचाने के प्रयास में उसके माता-पिता की पहाड़ी से गिरकर हुई दर्दनाक मौत की घटना केवल एक फोन की ज़िद नहीं, बल्कि इसके पीछे युवाओं में लज्जरी लाइफस्टाइल, घटते सब्र, गंभीर स्क्रीन एडिक्शन और छिपे हुए मानसिक अवसाद की गहरी समस्या की तरवरी का संकेत एवं चेतावनी है। सोशल मीडिया और फोन युवाओं के लिए एक्सेप मोड (भागने का जरिया) और डोपामाइन (फील गुड हार्मोन) का प्राथमिक स्रोत बन चुके हैं। जब यह



प्रो. कैलाश सोडानी

भारतीय संविधान में केन्द्र सरकार द्वारा लिये जाने वाले प्रत्येक महत्वपूर्ण निर्णय एवं बनाये जाने वाले कानून से पूर्व उस विषय पर चर्चा, परिचर्चा, वाद-विवाद के लिए ही लोकसभा एवं राज्यसभा की रचना की गई। सदस्यों का चयन निष्पक्ष चुनाव से किया जाता है। ये आम चुनाव हमारी प्रजातांत्रिक व्यवस्था की रीढ़ की हड्डी है।

आयोग के काम की प्रकृति ऐसी है कि पूरा देश 100 प्रतिशत शुद्धता

उदयपुर के माणकावास में खेतों तक आने-जाने के रास्ते पर अतिक्रमण का आरोप, कलैक्टर से शिकायत

उदयपुर, (निसं)। चासा तहसील के माणकावास निवासी 65 वर्षीय भगवानलाल ने गांव में खेतों तक आने-जाने के रास्ते पर कथित अतिक्रमण कर रास्ता अवरुद्ध किए जाने की शिकायत जिला कलैक्टर से की है। उन्होंने प्रशासन से मौके पर टीम गठित कर जांच कराने और रास्ते से अतिक्रमण हटाने की मांग की है।

शिकायत के अनुसार, भगवानलाल तथा उनके चचेरे भाई गिरधारीलाल और धर्मनारायण के मकान माणकावास आबादी क्षेत्र में स्थित हैं। मकानों के पश्चिम दिशा में

उनकी खातेदारी भूमि से करीब 10 फीट चौड़ा रास्ता पीछे स्थित आराजी संख्या 1126 और 1127 की जमीन तक आने-जाने के लिए लंबे समय से उपयोग में लिया जा रहा था। भगवानलाल का आरोप है कि वे 1 अगस्त 2026 को व्यवसाय के सिलसिले में मुंबई गए थे। 11 अगस्त को गांव लौटने पर उन्होंने पाया कि रामचन्द्र पुत्र जगन्नाथजी द्वारा उक्त रास्ते की जमीन पर पक्की बाड़ेंडौवाल बनाकर फाटक लगा दिया गया है। शिकायत में करीब आठ फीट रास्ते पर कब्जा कर रास्ता

अवरुद्ध करने का आरोप लगाया गया है। इससे खेतों तक ट्रैक्टर एवं कृषि उपकरण ले जाने में परेशानी होने तथा पशुओं को खेतों तक ले जाने में भी दिक्कत आने की बात कही गई है। शिकायतकर्ता ने आरोप लगाया कि निर्माण का विरोध करने पर उन्हें और उनके चचेरे भाई को धमकियां दी गईं। उन्होंने यह भी बताया कि उनके चचेरे भाई गिरधारीलाल को दिखाई नहीं देता और निर्माण की जानकारी मिलने पर विरोध करने के बावजूद कथित रूप से उन्हें मकान के अंदर बंद कर दिया गया।

भगवानलाल के अनुसार, उक्त रास्ते का उपयोग उनके परिवार द्वारा लंबे समय से किया जाता रहा है और यह उनके खेतों तक पहुंचने का प्रमुख रास्ता है। उन्होंने दावा किया कि उनके द्वारा करवाए गए ड्यून सर्वे में भी करीब 10 फीट का रास्ता दिखाई दे रहा है। शिकायत में यह भी आरोप लगाया गया है कि मामले को लेकर पटवारी और ग्राम पंचायत स्तर पर उन्हें एक-दूसरे के पास भेजा जा रहा है। तहसीलदार चासा द्वारा आवेदन पटवारी को जांच के लिए मार्क किए जाने के बावजूद पटवारी

द्वारा आवेदन नहीं लेने का आरोप लगाया गया है।

भगवानलाल ने जिला कलैक्टर से पूरे मामले को प्रशासनिक टीम गठित कर मौके पर जांच कराने, अतिक्रमण हटाने तथा करीब 10 फीट चौड़े रास्ते को पुनः खुलवाने की मांग की है। शिकायत के साथ खाता नकल, जमाबंदी, ड्यून सर्वे रिपोर्ट, तहसीलदार द्वारा मार्क रिपोर्ट और गूगल ट्रेस नक्शा संलग्न किए जाने की जानकारी दी गई है। शिकायत की प्रतिलिपि उपखण्ड अधिकारी मावली और तहसीलदार चासा को भी भेजी गई है।

बांसवाड़ा ज़िले के सियापुर गांव का अस्पताल बदहाल अवस्था में

बांसवाड़ा, (निसं)। ज़िले का सियापुर का पीएचसी अस्पताल बदहाली का शिकार है। अस्पताल परिसर और खिड़कियों पर घनी जंगली झाड़ियां और

- अस्पताल परिसर और खिड़कियों पर झाड़ियों और बेलें उगने से सांप-बिच्छू और जंगली जानवरों का खतरा बना रहता है

बेलें उग चुकी हैं, जिससे अस्पताल में सांप-बिच्छू और जंगली जानवरों के घुसने का खतरा बना रहता है। बावजूद प्रशासन साफ-सफाई का नाम नहीं ले रहा है।

लापरवाही का आलम है कि दूर-दराज से आने वाले मरीज सुबह तड़पते रहते हैं और अस्पताल का स्टाफ आराम से सुबह 9.30 बजे पहुंचता है। इस



अस्पताल परिसर और खिड़कियों पर घनी जंगली झाड़ियां और बेलें उग चुकी हैं।

गंभीर लेटलतीफी पर जब सीएम एण्ड एचओ कार्यालय से बात की गई तो उन्होंने साफ किया कि अस्पताल खुलने का आधिकारिक समय सुबह 8 बजे निर्धारित है। समय पर डॉक्टरों का न मिलना और परिसर में जंगली जानवरों

का खौफ सीधे तौर पर मरीजों की जान के साथ संरेआम खिलवाड़ है। ग्रामीणों में अत्यवस्था को लेकर भारी आक्रोश है और उन्होंने प्रशासन से लापरवाह स्टाफ पर कार्रवाई और अस्पताल की सफाई करने की मांग की है।

गेपसागर की पाल पर दीपदान किया

स्वच्छ जीवन शैली अपनाने के संकल्प के साथ कार्यक्रम आयोजित

डूंगरपुर, (निसं)। प्रदेश के स्वायत्त शासन विभाग एवं आवासन और शहरी कार्य मंत्रालय, भारत सरकार के निर्देशानुसार जिले में स्वच्छता ही सेवा-2026 पखवाड़े की शुरुआत गेपसागर की पाल पर दीपदान से शुभारंभ हुआ। इस वर्ष विकसित भारत जन सेवा अभियान के तहत आशीर्वाद की दीप की धीम पर 17 सितम्बर से 17 अक्टूबर तक आयोजित किया जा रहा है। अभियान के मध्यम दिन गुरुवार की शाम को स्वच्छ जीवन शैली अपनाने के संकल्प के साथ ऐतिहासिक गेपसागर झील की पाल पर भव्य दीपदान कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर नगर परिषद् आयुक्त ललित सिंह देथा की

- लोगों ने शहर को स्वच्छ, सुंदर और पर्यावरण अनुकूल बनाने की शपथ ली

उपस्थिति में नगर परिषद् के सहायक अभियंता भकतेश पाटीदार, कनिष्ठ अभियंता प्रकाश महावर, राजेंद्रपाल सिंह, लेखाकार कुलदीप सिंह सहित स्थानीय नागरिकों ने भाग लिया। कार्यक्रम का समन्वय नगर परिषद् के जाग्रत जोशी ने किया। गेपसागर की पाल दीपों की रोशनी से जंगमा उठी और उपस्थित सभी लोगों ने अपने शहर को स्वच्छ, सुंदर और पर्यावरण अनुकूल बनाने की शपथ ली।

ससम्मान बैठकर चर्चा करने का जिनका अधिकार एवं कर्तव्य दोनों ही है, बाहर बैठकर हंगामा करने से प्रजातंत्र का कमजोर होना तब है। संसद के इस सत्र पर जनता की खरी कमाई के करीब 171 करोड़ रुपये हंगामे की भेंट चढ़ गये। ऐसी स्थिति में “काम नहीं तो वेतन नहीं” के फामूले के अनुसार संसद सदस्यों के वेतन-भत्तों में तदनु रूप कटौती होनी चाहिये।देश के मतदाता संसद को इस दायनीय स्थिति को देखकर स्तब्ध एवं चिन्तित है। देश के सबसे अधिक जिम्मेदार एवं मर्यादित महानुभावों का यह व्यवहार निन्दनीय है।

सीभाय से देश का मतदाता तो बिभिन्न चुनावों में मतदान करते-करते समझदार एवं जागरूक हो गया है। परन्तु समझदार मतदाता जिनको चुन रहे है शायद उन्हें समझदार होने की जरूरत है। देश की सबसे बड़ी एवं ताकतवर पंचायत (संसद) में बैठने वाले जनप्रतिनिधि ग्राम पंचायत, नगर पालिका एवं विधान सभा के सदस्यों के लिए आदर्श एवं मार्गदर्शक होते हैं।

संसद में होने वाले विचार-विमर्श, बहस, तर्क-वितर्क को बहुत गम्भीरता से सुनते हैं और उसे समझने का प्रयास करते हैं। तदनु रूप स्वयं को तैयार करते हैं। अभी सम्पन्न मानसून सत्र से पंचायत एवं नगर पालिका के पंच, सरपंच, पार्षदों ने क्या सीखा होगा? हम समझ सकते हैं। संसद में होने वाली वैचारिक गिरावट एवं अनुशासनहीनता का असर प्रजातंत्र के अन्तिम पायदान ‘पंचायत’ तक पहुँचता है।

दोस्तों, मतदाता के नाते हमारा कर्तव्य बनता है कि हम सहीरय व्यवस्था को बिखरने से रोकें। प्रजातंत्र में मतदाता ही सर्वोपरि होता है। उसी के आठार एवं दबाव से शायद जनप्रतिनिधि अनुशासित एवं मर्यादित ढंग से संसद चलाने के लिए बाध्य हो सकते हैं। यह कार्य हमें यथाशीघ्र प्रारंभ करना होगा अन्यथा इसके दुष्परिणाम भी हमें ही भुगतने होंगे।

–प्रो. कैलाश सोडानी, पूर्व कुलगुरु, वर्धमान महावीर खुला विवि, कोटा