

विचार बिन्दु

जब तक कष्ट सहने की तैयारी नहीं होती तब तक लाभ दिखाई नहीं देता।
लाभ की इमारत कष्ट की धूप में ही बनती है। –विनोबा

नींद की कमी से जूझ रहा है युवा भारत

नींद की कमी धीरे-धीरे एक साइलेंट हेल्थ क्राइसिस बन चुकी है। पहले नींद को आराम या आदत माना जाता था, लेकिन अब शोध यह दिखाते हैं कि कम नींद का सीधा असर दिमाग, दिल, इम्यून सिस्टम और मानसिक स्वास्थ्य पर पड़ता है। अमेरिका के सेंटरस फॉर डिजीज कंट्रोल (सीडीसी) ने इसे सार्वजनिक स्वास्थ्य की उभरती हुई समस्या बताया है। उनकी रिपोर्ट के अनुसार लगभग हर तीन में से एक वयस्क रोजाना पर्याप्त नींद नहीं ले पा रहा। भारत में किए गए एक बड़े सर्वे में पाया गया कि युवा वर्ग में यह समस्या सबसे अधिक बढ़ी है, जहां रात देर तक फोन का इस्तेमाल, ओवरस्क्री, तनाव और अनियमित दिनचर्या नींद का सबसे बड़ा दुश्मन बन चुके हैं। आजकल की खराब लाइफ स्टाइल, वर्क फ्रॉम होम, स्क्रीन से चिपटे रहने और काम के बढ़ते दबाव के कारण लोगों की दिनचर्या पूरी तरह बदल चुकी है। बदलते वर्किंग स्टाइल के कारण लोगों के पास पर्याप्त नींद लेने का समय भी नहीं बचता है। हार्वर्ड मेडिकल स्कूल की रिसर्च बताती है कि जो लोग 5 घंटे से कम सोते हैं, उनमें हार्ट अटैक और स्ट्रोक का खतरा 30-40 फीसदी बढ़ जाता है। नींद की कमी शरीर में सूजन बढ़ा देती है, जिससे ब्लड प्रेशर और शुगर लेवल गड़बड़ा सकते हैं। कई डॉक्टर बताते हैं कि नींद की कमी मोटापे को भी बढ़ाती है, क्योंकि देर से सोने पर भूख बढ़ाने वाला हार्मोन ग्रेलिन बढ़ जाता है और शरीर को गलती से कैलोरी की जरूरत महसूस होने लगती है। यही कारण है कि कम सोने वाले लोग रात में जंकफूड ज्यादा खाते हैं।

भारत में नींद की कमी एक गंभीर समस्या बनती जा रही है। एक ऑनलाइन वैश्विक सर्वे की माने तो देश पर्याप्त नींद नहीं लेने के कारण स्वास्थ्य सम्बन्धी विकारों से जूझ रहा है। देश के लगभग 60 प्रतिशत लोग छह घंटे की नींद नहीं लेने के कारण विभिन्न बीमारियों की चपेट में आ रहे हैं। इनमें बड़ी संख्या में युवा भी शामिल है। सर्वे में भारत के 348 जिलों के 43 हजार लोगों को शामिल किया गया जिनमें 61 प्रतिशत पुरुष और 39 प्रतिशत महिलाएं थी। नींद की कमी का सामना कर रहे लोगों में 72 प्रतिशत वाशरूम का बार बार उपयोग करने सहित खराब लाइफ स्टाइल, स्क्रीन देखने, शराब सेवन और रात्रि में देर तक काम करने आदि बड़े कारण बताये गए हैं। सर्वे में बताया गया है पर्याप्त नींद नहीं लेने के कारण आँखों और हृदय से जुड़ी बीमारियां आम बात हैं। डायबिटीज और मोटापा की चपेट में भी लोग आ रहे हैं। सड़क दुर्घटनाओं को भी नींद का एक कारण बताया गया है।

नींद का असर न केवल शारीरिक स्वास्थ्य पर बल्कि मानसिक स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। जहाँ तक युवा भारत की बात है, आजकल युवाओं में तनाव की समस्या को लेकर देशवासी बेहद चिंतित

नींद का असर न केवल शारीरिक स्वास्थ्य पर बल्कि मानसिक स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। जहाँ तक युवा भारत की बात है, आजकल युवाओं में तनाव की समस्या को लेकर देशवासी बेहद चिंतित हैं। तनाव की वजह से कम उम्र में ही युवा डिप्रेशन के शिकार होने लगे हैं। खासतौर से काम करने वाले युवा यानि को नौकरी कर रहे हैं उनके अंदर ठहराव, लगन और काम के लिए पैशन बहुत कम है। जरा-जरा सी बातों पर स्ट्रेस लेने लगते हैं। हाल की में हुई एक स्टडी में भी ऐसे ही आंकड़े सामने आए हैं। जिसमें 25 साल के युवा कर्मचारियों में से 90 प्रतिशत का मन और दिमाग बेचैन पाया गया है। जिसकी वजह से कई बार अपने आप को हानि पहुंचाने तक के खयाल इनके मन में आने लगते हैं। तनाव और डिप्रेशन से बचना है तो सबसे पहले हेल्दी लाइफस्टाइल अपनाएं। नींद की कमी के चलते कर्मचारियों की कार्य क्षमता भी प्रभावित हो रही है। रिसर्च

से पता चला है कि नींद की कमी वाले कर्मचारी गलतियां करने की ज्यादा संभावना रखते हैं, उनकी एकाग्रता घट जाती है और उनकी समस्या सुलझाने की क्षमता भी कम हो जाती है। मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं से बचने के लिए अच्छी नींद लेना बहुत जरूरी है। रात में 6-8 घंटे की नींद से कई विकारों को दूर किया जा सकता है।

आज की भागदौड़ भरी लाइफ स्टाइल में काम का दबाव और समय का प्रबंधन हम पर इस कदर हावी हो चुके हैं कि हमारा मानसिक स्वास्थ्य गड़बड़ा रहा है। सोशल मीडिया के बारे में यह कहा जाता है यह प्लेटफ़ॉर्म शैक्षिक मनोरंजन और ज्ञान विज्ञानं का बड़ा साधन है। वहीं यह कहने वाले भी कम नहीं है कि सोशल मीडिया की लत से युवा वर्ग मानसिक तनाव, डिप्रेशन, नींद की दिक्कत, गुस्सा जैसी समस्याओं का शिकार हो रहे हैं। सोशल मीडिया के चलते बच्चों और युवाओं में सामाजिक दिखावे की प्रवृत्ति तेजी से बढ़ रही है। अनेक अध्ययनों में यह खुलासा हुआ है कि मानसिक तनाव का एक मुख्य कारक सोशल मीडिया भी है। सोशल मीडिया ने युवाओं को अपनी चपेट में ले लिया है। युवाओं के हाथों में हर समय मोबाइल देखा जा सकता है। दिनभर मोबाइल के प्रयोग से मानसिक स्वास्थ्य गड़बड़ाने लगा है। आज बच्चे से बुजुर्ग तक मानसिक बीमारियों की चपेट में आ रहे हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने मानसिक स्वास्थ्य को शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और आध्यात्मिक कल्याण की स्थिति और न केवल बीमारी या दुर्बलता की अनुपस्थिति के रूप में परिभाषित किया है। मानसिक स्वास्थ्यको मानसिक कल्याण के रूप में परिभाषित किया है जिसमें एक व्यक्ति अपनी क्षमताओं का एहसास करता है, जीवन के सामान्य तनावों का सामना कर सकता है, सही से काम कर सकता है और अपने समुदाय में योगदान करने में सक्षम होता है। इस सकारात्मक अर्थ में, मानसिक स्वास्थ्य को व्यक्तिगत भलाई और एक समुदाय के प्रभावी कामकाज की नींव कहा जा सकता है मानसिक स्वान्स्थ्य एक गंभीर समस्या के तौर पर देखी जाती है। आज के दौर में मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं एक बड़ी चुनौती के रूप में उभरी हैं। एक बेहतर स्वस्थ समाज के निर्माण के लिए स्वस्थ मानसिकता अत्यंत आवश्यक है। मानसिक रूप से स्वस्थ व्यक्ति ही स्वस्थ समाज का निर्माण कर सकता है। विशेषज्ञों ने अच्छी नींद के लिए कैफीन का कम सेवन करने, सोने का निश्चित समय तय करने, सोने से पहले मोबाइल, लैपटॉप और टीवी जैसी स्क्रीन का इस्तेमाल न करने की सलाह दी है। स्वास्थ्य विशेषज्ञों का कहना है एक्सपर्ट्स का कहना है कि अपनी दिनचर्या में छोटे-छोटे बदलावों को अपनाकर लोग अपनी नींद को क्वालिटी सुधार सकते हैं और इससे उनकी तबीयत और उत्पादकता बेहतर हो सकती है।

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

राशिफल शनिवार 22 नवम्बर, 2025
मार्गशीर्ष मास, कृष्ण पक्ष, द्वितीया तिथि, शनिवार, विक्रम संवत् 2082, ज्येष्ठा नक्षत्र सायं 4:47 तक, सुकर्म योग दिन 11:24 तक, कोलार करण सायं 5:12 तक, चन्द्रमा आज सायं 4:47 से धनु राशि में संचार करेगा। ग्रह स्थिति: सूर्य-वृश्चिक, चन्द्रमा-वृश्चिक, मंगल-वृश्चिक, बुध-वृश्चिक, गुरू-कर्क, शुक्र-तुला, शनि-मीन, राहु-कुम्भ, केतु-सिंह राशि में। आज सयन सूर्य में प्रवेश प्रातः 7:06 पर करेगा। आज से राष्ट्रीय मार्गशीर्ष मास आरम्भ होगा। आज से जमादि उलसानि मु. मास 6 आरम्भ होगा। श्रेष्ठ चौघडिया: शुभ 8:15 से 9:34 तक, चर 12:13 से 1:33 तक, लाभ-अमृत 1:33 से 4:12 तक। राहुकाल: 9:00 से 10:30 तक। सूर्योदय 6:56, सूर्यास्त 5:30 तक

मेघ	सिंह	धनु
पारिवारिक कार्यों के कारण भागदौड़ रहेगी। परिवार में स्वास्थ्य संबंधित परेशानी हो सकती है। आज आवश्यक कार्यों में विलम्ब हो सकता है। बनते कार्य विगड़ सकते हैं।	घर-गृहस्थी के खर्चों में आवश्यक वृद्धि हो सकती है। समय अनर्गत कार्यों में खराब हो सकता है। आज व्यावसायिक वार्ता के लिए दिन अच्छा रहेगा। व्यावसायिक प्रयासों में उचित सफलता मिलेगी।	घर-गृहस्थी के खर्चों में आवश्यक वृद्धि हो सकती है। पारिवारिक व्यक्तिगत कार्यों के कारण भागदौड़ रहेगी। आज समय अनर्गल कार्यों में खराब हो सकता है।
वृष	कन्या	मकर
परिवार में आपसी सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है। परिवार में उत्सव जैसा माहौल रहेगा। व्यावसायिक कार्यों में प्रगति होगी। व्यावसायिक आय में वृद्धि होगी।	व्यावसायिक प्रयासों में उचित सफलता मिलेगी। व्यावसायिक कार्यों से संबंधित वार्ता सफल रहेगी। आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी। आय में वृद्धि होगी। परिवार में सुख-सुविधाओं में वृद्धि होगी।	आर्थिक/वित्तीय मामलों के लिए/दित अच्छा रहेगा। आय में वृद्धि होगी। संपावित स्रोत से धन प्राप्त होगा। व्यावसायिक सुविधाएं बढ़ेंगी। व्यावसायिक कार्य शीघ्रता/सुगमता से बनने लगेंगे।
मिथुन	तुला	कुंभ
विवाहित मामलों का निपटारा हो सकता है। अटके हुए कार्य बनने लगेंगे। अस्त-व्यस्त दिनचर्या में सुधार हो सकता है। व्यावसायिक कार्यों से संबंधित आर्थिक समस्या का समाधान हो सकता है।	व्यावसायिक कार्यों से संबंधित आर्थिक समस्या का समाधान हो सकता है। अटका हुआ धन प्राप्त होगा। आय में वृद्धि होगी। नौकरीपेशा व्यक्तियों का प्रभाव-प्रयुक्त बढ़ेगा।	व्यावसायिक कार्यों को प्राथमिकता से करने का प्रयास करें। अटके हुए कार्य बनने लगेंगे। व्यावसायिक कार्य शीघ्रता/सुगमता से बनने लगेंगे। आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी।
कर्क	वृश्चिक	मीन
परिवार में शुभ-मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। आवश्यक और महत्वपूर्ण कार्यों के संबंध में सोच-विचार हो सकता है। आवश्यक कार्यों का क्रियान्वयन हो सकता है।	व्यावसायिक कार्यों में व्यस्तता बनी रहेगी। महत्वपूर्ण व्यावसायिक कार्य योजना का क्रियान्वयन होगा। आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी। आज धार्मिक स्थान की यात्रा संभव है।	नवीन कार्यों के संबंध में सकारात्मक आश्वासन प्राप्त होगा। अटके हुए कार्य बनने लगेंगे। व्यावसायिक कार्यों के संबंध में उचित परामर्श मिलेगा। आर्थिक स्थिति ठीक रहेगी।

घूमर में राजस्थानी भाषा साहित्य और संस्कृति अकादमी की सहभागिता बेहद महत्वपूर्ण हो सकती थी



राजेन्द्र जोशी

घूमर नृत्य राजस्थान की समृद्ध लोक-संस्कृति का प्रतीक है, जिसे न केवल राज्य की सांस्कृतिक विरासत के संरक्षण और संवर्धन का माध्यम माना जाता है, बल्कि यह राजस्थानी समाज की परंपरा, सौंदर्य और लोक जीवन की अभिव्यक्ति भी है।

राजस्थान सरकार द्वारा इन दिनों घूमर नृत्य का विविध जिलों में आयोजन किया जा रहा है, जिससे लोक कला के संवर्धन के साथ राज्य की संस्कृति, भाषा और साहित्य को बल मिलेगा। इस पहल के लिए राजस्थान सरकार बधाई की पात्र है, घूमर जैसे लोक-कला आयोजन से स्थानीय भाषा-साहित्य के साथ सांस्कृतिक संवाद भी अत्यंत प्रभावी ढंग से संभव हो जाता है। घूमर नृत्य राजस्थान की लोक-संस्कृति को प्रभावित करता है। यह नृत्य सामाजिक सौहार्द और उत्साह का प्रतीक है, जिसमें राजस्थानी लोकगीतों और पारंपरिक वेशभूषा की प्रमुख भूमिका रहती है।

इस सांस्कृतिक आयोजन में राजस्थानी भाषा साहित्य और संस्कृति राजस्थानी भाषा साहित्य और संस्कृति की सहभागिता होती तो अकादमी को भी अपनी जिम्मेदारी को विस्तार देने का सशक्त मंच प्राप्त होता। राजस्थान सरकार ने सात संभागों में एक साथ घूमर फेस्टिवल

का आयोजन कर इस लोकनृत्य को यथोचित ढंग से प्रचारित एवं प्रसारित करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम उठाया है। इस आयोजन से संस्कृति को जन-जन तक पहुंचाने का कार्य होगा। यह पहल राजस्थानी भाषा, साहित्य एवं संस्कृति अकादमी के तत्वावधान में होनी चाहिए।

राजस्थानी भाषा साहित्य एवं संस्कृति अकादमी प्रदेश की एकमात्र संस्था है, जिसे राजस्थानी साहित्य और संस्कृति के प्रचार-प्रसार के लिए अधिकृत किया गया है। साथ ही विविध सांस्कृतिक आयोजनों में अकादमी की सहभागिता राज्य के सांस्कृतिक विकास को नई दिशा देती है। अकादमी की स्थापना के समय से ही संस्कृति को उसके उद्देश्यों में शामिल किया गया था।

घूमर जैसे लोकनृत्य पर आधारित स्वच्छंद और भव्य आयोजन अकादमी को अपनी भूमिका और उद्देश्य को व्यापक रूप में निभाने का उत्कृष्ट अवसर जिम्मेदार बनाती।

संस्कृतिक संवर्धन की जिम्मेदारी निभाते हुए अकादमी राजस्थान की सांस्कृतिक विविधता, कलाओं और परंपराओं को एक मंच पर लाने में अहम भूमिका निभाती है। घूमर हमारे प्रदेश की पहचान है।

घूमर के आयोजन और संरक्षण को नई दिशा देने में सरकारी प्रयासों और अकादमी की सहभागिता बेहद महत्वपूर्ण हो सकती थी। इसलिए अच्छा होता यदि राज्यभर में घूमर नृत्य का आयोजन राजस्थानी भाषा साहित्य एवं संस्कृति अकादमी के तत्वावधान में भी होता। इससे प्रदेश के हर कोने तक संस्कृति संवर्धन का संदेश पहुंचेगा, लोक-कलाओं को मंच मिलेगा और स्थानीय कलाकारों के साथ जनता की सहभागिता भी बड़े स्तर पर संभव होगी। घूमर नृत्य का आयोजन राजस्थान की पारंपरिक लोक-संस्कृति को पुनर्जीवित और संरक्षित करने के उद्देश्य से किया गया है। इस आयोजन के माध्यम से निश्चित रूप से नई पीढ़ी तक लोक

संस्कृति पहुंचाने का प्रयास किया जा रहा है।

महिलाओं को अपनी सांस्कृतिक प्रतिभा दिखाने का भी अवसर मिल रहा है, जिससे उनकी भागीदारी और आत्मविश्वास बढ़ेगा। घूमर फेस्टिवल से राजस्थान की सांस्कृतिक धरोहर को वैश्विक मंच पर प्रदर्शित करने का अवसर प्राप्त होगा जिससे पर्यटन को बढ़ावा मिलेगा। घूमर नृत्य सुंदरता और सांस्कृतिक पहचान का प्रतीक है।

जहां घूमर नृत्य के आयोजन से राजस्थानी लोक-संस्कृति का गौरव बढ़ रहा है, अगर राजस्थानी भाषा साहित्य और संस्कृति की सहभागिता होती तो अकादमी को भी अपनी जिम्मेदारी को विस्तार देने का सशक्त मंच प्राप्त होता। उम्मीद करते हैं कि इस नवाचार से प्रदेश की सांस्कृतिक समृद्धि, सामाजिक समावेश और लोककला के संवर्धन में ऐतिहासिक भूमिका निभाए।

—राजेन्द्र जोशी, शिक्षाविद-साहित्यकार

कोचिंग हब: औपचारिक शिक्षा का सहायक या घातक?



अशोक कुमार

शिक्षा समाज की रीढ़ होती है, और भारत में शिक्षा प्रणाली इस समय एक महत्वपूर्ण चौराहे पर खड़ी है। सरकार द्वारा कोचिंग हब स्थापित करने की पहल एक और संगठनात्मक सुधार का वादा करती है, तो दूसरी ओर यह एक गहन और विवादास्पद प्रश्न खड़ा करती है:- क्या कोचिंग हब का उदय औपचारिक शिक्षा की नींव को कमजोर कर रहा है? यह विषय सरल नहीं है; यह भारतीय शिक्षा बाजार की विफलता, सामाजिक दबाव और शैक्षिक प्राथमिकताओं के विचलन को दर्शाता है।

कोचिंग हब: औपचारिक शिक्षा में अविश्वास का प्रतिबिंब
कोचिंग संस्थानों का अभूतपूर्व विकास और सरकारी स्तर पर इन हब्स को मान्यता देना, वास्तव में औपचारिक शिक्षा प्रणाली के प्रति व्यापक अविश्वास का प्रत्यक्ष प्रमाण है। जब अभिभावक और छात्र लाखों रुपये खर्च करके स्कूल के बाहर अतिरिक्त शिक्षा लेते हैं, तो इसका स्पष्ट अर्थ है कि वे अपने स्कूल, कॉलेज या विश्वविद्यालय की शिक्षण गुणवत्ता को महत्वाकांक्षी लक्ष्यों (pewmes NEET, JEE, UPSC) को प्राप्त करने के लिए

अपर्याप्त मानते हैं।

सरकारी पहल, हालांकि नियामक इरादों से प्रेरित हो सकती है, अनजाने में इस अविश्वास को और पुख्ता करती है। यह एक मूक स्वीकृति है कि प्रवेश परीक्षाओं की कठोर आवश्यकताएं परंपरिक शैक्षणिक संस्थानों की क्षमता से परे हैं। यदि सरकार अपनी ऊर्जा इन कोचिंग हब्स के प्रबंधन पर लगाती है, तो प्राथमिक शिक्षा संस्थानों-जिसे की गुणवत्ता सुधारने की सबसे अधिक आवश्यकता है-को उपेक्षा का जोखिम बढ़ जाता है। बुनियादी शिक्षा प्रणाली की कमियों को दूर किए बिना, केवल कोचिंग संस्थानों को व्यवस्थित करना समस्या के मूल कारण को नजरअंदाज करने जैसा है।

शिक्षा का बाजरीकरण और पोटिंग सेंटर की भूमिका
कोचिंग उद्योग भारत में कई अरब डॉलर का एक विशाल बाजार बन चुका है। यह विशुद्ध रूप से एक लाभ-संचालित उद्योग है जो शैक्षणिक आवश्यकताओं के बजाय परीक्षा परिणाम को गारंटी पर केंद्रित है। सरकार द्वारा इन संस्थानों को एक जगह लाना या उन्हें हब के रूप में विकसित करना इस बाजार की शक्ति को और वैधता प्रदान करता है।

कोचिंग सेंटरों को 'पोचिंग सेंटर' कहना इस उद्योग की आलोचनात्मक प्रकृति को दर्शाता है। उनका तर्क है कि ये संस्थान छात्रों की प्रतिभा को संकीर्ण सांचों में जकड़ते हैं और उन्हें बहुआयामी विकास से वंचित करते हैं। ये सेंटर छात्रों को एक विशेष परीक्षा पैटर्न के लिए प्रशिक्षित करते हैं, जिससे कोचिंग संस्थानों का एकमात्र उद्देश्य से हटकर केवल अंक-केंद्रित प्रतिस्पर्धा पर आ जाता है। यह प्रवृत्ति राष्ट्रीय शिक्षा नीति (NEP) 2020 के मूल सिद्धांतों

के बिल्कुल विपरीत है, जो समग्र विकास, आलोचनात्मक सोच और वैचारिक स्वतंत्रता पर जोर देती है।

मानसिक स्वास्थ्य पर अत्यधिक दबाव और सामाजिक असमानता
कोचिंग हब अक्सर अत्यधिक तनाव, प्रतिस्पर्धा और मानसिक दबाव का केंद्र बन जाते हैं। कोटा जैसे शहरों में छात्रों की आत्महत्याओं की दुखद शृंखला, इस बात का प्रमाण है कि सफलता की दौड़ में युवा मन पर कितना बोझ डाला जा रहा है। ये हब्स एक ऐसी अस्वस्थ संस्कृति को बढ़ावा देते हैं जहां विफलता को कलंक माना जाता है।

यदि सरकार ऐसे हब्स का निर्माण कर रही है, तो उसकी नैतिक जिम्मेदारी है कि वह न केवल नियामक ढाँचा बनाए, बल्कि मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं, तनाव प्रबंधन कार्यक्रमों और परामर्शों को अनिवार्य करे। इसके अलावा, कोचिंग शिक्षा तक समान पहुंच के सिद्धांत को भी चुनौती देता है। उच्च शुल्क संरचना के कारण, यह सुविधा केवल उन्हीं छात्रों के लिए उपलब्ध है जिनके परिवार वित्तीय रूप से सक्षम हैं। यह ग्रामीण और शहरी छात्रों के बीच, तथा गरीब और अमीर के बीच शैक्षिक असमानता की खाई को और चौड़ा करता है, जिससे औपचारिक शिक्षा का समावेशी चरित्र खतरे में पड़ जाता है।

शिक्षा का संकीर्ण उद्देश्य: रटने पर जोर
औपचारिक शिक्षा का प्राथमिक उद्देश्य छात्रों को ज्ञान, कौशल और मूल्यों से लैस करके उन्हें जिम्मेदार नागरिक बनाना है। इसके विपरीत, कोचिंग संस्थानों का एकमात्र उद्देश्य रटने की क्षमता (rote learning), शॉर्टकट विधियों और परीक्षा-उन्मुख तकनीकों के माध्यम से परीक्षा उत्तीर्ण

कराना है।

इससे छात्रों में गहन वैचारिक समझ (deep conceptual understanding) का अभाव होता है। वे विषय-वस्तु को समझने के बजाय, केवल परीक्षा के अनुकूल उत्तर देने में निपुण हो जाते हैं। यह शिक्षा का सार केवल प्रवेश परीक्षा पास करने तक सिमट जाता है, तब आलोचनात्मक सोच, समस्या-समाधान कौशल, रचनात्मकता और मानवतावादी मूल्यों जैसे आवश्यक तत्वों की उपेक्षा होती है-ये सभी औपचारिक शिक्षा के आधार स्तंभ हैं।

सरकारी हस्तक्षेप के सकारात्मक आयाम (नियंत्रण और नियमन)
हालाँकि, सरकार द्वारा कोचिंग क्षेत्र में हस्तक्षेप के कुछ महत्वपूर्ण सकारात्मक पहलू भी हैं, जो घातक प्रभाव को कम करने में मदद कर सकते हैं:—

विनियामक ढाँचा: सरकार कोचिंग हब्स के माध्यम से इस अनियंत्रित उद्योग पर नियमन और नियंत्रण स्थापित कर सकती है। राजस्थान जैसे राज्यों में लागू गए विधेयक, जो शुल्क वनियमन, सौर रिफ्रेड नीति और शिक्षकों की योग्यता पर ध्यान केंद्रित करते हैं, एक सकारात्मक कदम हैं। एक हब इन नियमों को प्रभावी ढंग से लागू करने के लिए एक केन्द्रीय प्राधिकरण प्रदान कर सकता है।

संरक्षित बुनियादी ढाँचा: सरकार एक संगठित हब बनाकर छात्रों को बेहतर और सुरक्षित सुविधाएँ (जैसे अग्निशमन मानक, पुस्तकालय, खेल के मैदान और छात्रावास) प्रदान कर सकती है, जिससे छात्रों का कल्याण सुनिश्चित होगा।

गैर-उत्पादक प्रतिस्पर्धा में कमी: व्यवस्थित हब्स कोचिंग संस्थानों के बीच अस्वस्थ और अनैतिक प्रतिस्पर्धा

रक्तदान महादान है और जीवनरक्षक कार्य है : बोर्ड प्रशासक राठौड़

माध्यमिक शिक्षा बोर्ड है रक्तदान शिविर में 82 यूनिट रक्त संग्रहित



माध्यमिक शिक्षा बोर्ड परिसर में रक्तदान शिविर का आयोजन हुआ।

अजमेर, (कासं)। वंदे मातरम् 150 कार्यक्रम की श्रृंखला के तहत माध्यमिक शिक्षा बोर्ड परिसर में शुक्रवार को विशाल रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि बोर्ड प्रशासक एवं संभागीय आयुक्त शक्ति सिंह राठौड़ रहे। मुख्य अतिथि राठौड़ ने कहा कि रक्तदान महादान है और जीवनरक्षक कार्य है। शिविर में अधिकारियों, कर्मचारियों, स्वयंसेवी संस्थाओं और अजमेर ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। 107 इच्छुक दाताओं में से 82 यूनिट रक्त एकत्रित किया गया। वित्तीय सलाहकार कृष्णपाल सिंह सहित कई अधिकारियों ने भी रक्तदान किया।

कोशिकाओं का निर्माण होता है, जिससे शरीर की क्षमता में वृद्धि होती है। उन्होंने सभी से जीवन में अवसर मिलने पर रक्तदान करने का आव्हान किया। विशेषाधिकारी नीतू यादव ने कहा कि रक्तदान सामुदायिक भावना को सुदृढ़ करता है और दूसरों की मदद करने की संतुष्टि भी प्रदान करता है। रक्तदान वास्तव में एक पवित्र और जीवनरक्षक कार्य है। शिविर में अधिकारियों, कर्मचारियों, स्वयंसेवी संस्थाओं और अजमेर ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। 107 इच्छुक दाताओं में से 82 यूनिट रक्त एकत्रित किया गया। वित्तीय सलाहकार कृष्णपाल सिंह सहित कई अधिकारियों ने भी रक्तदान किया।

रक्तदान शिविर का संचालन जवाहर लाल नेहरू राजकीय विज्ञप्तालय के ब्लड बैंक विभागाध्यक्ष डॉ. आनन्द यादव और उनकी टीम के निदेशन में संपन्न हुआ। कार्यक्रम में बोर्ड परीक्षा नियंत्रक राजेश निवाण, निदेशक प्रशासन राजेन्द्र पारीक, संयुक्त विधि परामर्शी महिपाल मुणोत, निदेशक गोपनीय गीता पलासिया, सहायक निदेशक संस्थापन राजीव चतुर्वेदी, सहायक निदेशक सम्पदा अरूण जोशी, अजय बंसल, कर्मचारी संघ अध्यक्ष मोहनसिंह रावत, महामंत्री करण सिंह यादव तथा स्वयंसेवी संस्थाओं के प्रतिनिधि किशन गुप्ता, कमल गंगवाल और विजय पाण्ड्या उपस्थित रहे।

दहेज मुक्त शादी कर समाज सुधार का संदेश दिया



वर पक्ष ने वधू पक्ष की तरफ से दिए जा रहे दहेज नहीं लेकर शगुन में एक रुपया ही लिया।

पावटा, (निसं)। दादूका कस्बा निवासी रामसिंह सैनी प्रदेश अध्यक्ष ऑल इंडिया सैनी सेवा समाज ने अपने बेटे इंजीनियर तेजेंद्र की शादी में दहेज नहीं लेकर सामाजिक सुधार का संदेश दिया है। वधू पक्ष की तरफ से दिए जा रहे दहेज नहीं लेकर शगुन में एक रुपया ही लिया है।

सैनी ने बताया कि एक पिता अपनी बेटी को जन्म से लेकर शादी तक पालता है, उसको शिक्षित करता है, बेटी ही सबसे बड़ा धन है। एक पिता बेटी के रूप में अपने जीवन का सबसे अनमोल तोहफा देता है तो फिर किसी प्रकार के दहेज की जरूरत नहीं है। सामुहिक विचार समिति पावटा के नेतृत्व में पिछले 13 वर्ष से निरंतर पर 250 से अधिक कन्याओं का विवाह करवाया। प्रदेश में हर कोने में समाज के बच्चों को शिक्षा के प्रति समर्पित करना ही

■ **पिता ने इंजीनियर बेटे की शादी में दहेज नहीं लेकर सामाजिक सुधार का संदेश दिया**

उद्देश्य रहा है। समाज सेवा के लिए हमेशा तत्पर रहते हैं। समाज में जब शिक्षित एवं साधन संपन्न लोग इस तरह की पहल करेंगे तो उनको देखते हुए अन्य लोग भी इसका अनुसरण करेंगे। समारोह में ऑल इंडिया सैनी सेवा समाज के राष्ट्रीय अध्यक्ष दिलबाग सिंह सैनी, उपाध्यक्ष सूरजमल सैनी, उद्योगपति नरेंद्रदत्त सैनी, छट्टन लाल सैनी, कैलाशराज सैनी, हनुमान सैनी (नेताजी), कैलाश सैनी, बाबूलाल सैनी, रामसिंह पाथराण,राजू सैनी आदि हजारों की संख्या में लोग मौजूद रहे।