



डोन बोस्को वाणी



Vol. 7 • Issue. 5

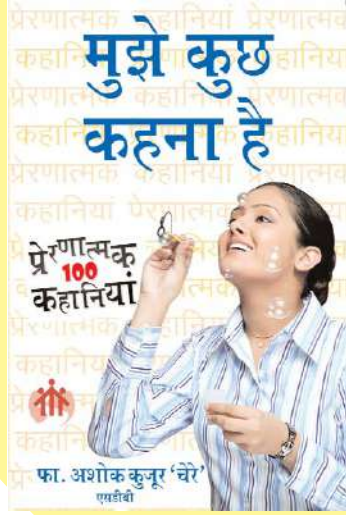
• 1 सितंबर - अक्टूबर 2024 •

मूल्य : 30 रुपये



हंशते-हंशते
कट जाये शशते

चुनौतीपूर्ण कहानियां जो आपके जीवन में बदलाव ला सकती हैं



DBYES BARIATU की अगली प्रस्तुति



फा. अशोक कुजूर चेरे
संपादक, डोन बोस्को

हमारा पता

Don Bosco Youth &
Educational Services
Bariatu, Ranchi - 834009
(JHARKHAND)
Ph. : 8051095609
ashokachere@gmail.com
www.dbyesranchi.org

RNINO.DELHIN/ 2016/69774

डोन बोस्को वाणी

द्वैमासिक हिन्दी पत्रिका

वर्ष - 7 • अंक - 5 • 1 सितंबर - अक्टूबर 2024 • मूल्य - 30 रुपये

संपादक

अशोक कुजूर चरे

संपादकीय मंडल

बाबू वर्गीस

वर्गीस पल्लाटी

मैथ्यू जॉन

प्रेस प्रबंधक

मारिया अरोक्यदास

प्रसार व्यवस्थापक

अशोक कुजूर

बाबू वर्गीस

कानूनी सलाहकार

जोस मैथ्यू

व्यापार सलाहकार

बिजु अब्राहम

कार्यालय

डोन बोस्को टेक्निकल इंस्टीट्यूट, ओखला रोड,
नयी दिल्ली-110025

फोन नंबर

8051095609

ईमेल

ashokachere@gmail.com

index



11

दम बिंदारम
यूथ स्टाइल एक
न्यू फैशन



16

हॉकी के नाम पर
रोना क्यूं
रिबलाडी



20

मीडिया
नारी अब तुम केवल
विज्ञापन हो

मिनिमम बनाम मैक्सीमम

ईश्वर द्वारा सृजित वस्तुएं हमें उपहार के रूप में मिली हैं। सब कुछ ईश्वर की देन है। उपहार की देख-रेख हम बड़ी संजीदगी से करते हैं - क्योंकि वह किसी प्रिय जन द्वारा दिया गया उपहार है। जीवन और प्रकृति हमारे लिए उपहार हैं। हम प्रकृति का उपयोग 'मिनिमम' करें। उतना ही, जितना हमें जरूरत है। किन्तु जीवन का प्रयोग हम 'मैक्सीमम' करें। अपने को और बेहतर बनाने के लिए रोज खुद को ही चैलेंज करें। प्रकृति सीमित है, किन्तु मेरे जीवन की संभावनाएं असीमित - स्काई इज द लिमिट।

स्वात्वाधिकारी - सलेशियन ब्रदर्स सोसाइटी, मुद्रक एवं प्रकाशक अशोक कुजूर चरे द्वारा बोस्को सोसाइटी फॉर प्रिंटिंग, डोन बोस्को टेक्निकल इंस्टीट्यूट, ओखला, नयी दिल्ली - 110025 से मुद्रित एवं प्रकाशित, संपादक : अशोक कुजूर चरे. (सभी विवादों का न्याय क्षेत्र नयी दिल्ली)



संपादक की पसंद

“ हम खेलना इसलिए नहीं छोड़ देते हैं क्योंकि हम बूढ़े हो गए हैं। हम बूढ़े इसलिए हो जाते हैं क्योंकि हम खेलना छोड़ देते हैं। ”

खेलो, कूदो, शोर मचाओ, बस पाप मत करो

संपादकीय



फा. अशोक कुजूर चेरें
संपादक

बचपन में हमने पढ़ा था – खेलोगे, कूदोगे बनोगे खराब, पढ़ोगे लिखोगे, बनोगे नवाब। डोन बोस्को के लिए यह सिद्धांत गलत था। उनके लिए खेल मैदान एक पवित्र जगह थी। उतनी ही पवित्र जितना की चर्च। और खेल – हर किस्म का खेल – युवाओं को जीवन की शिक्षा देने के लिए एक उत्तम माध्यम।

खेल मैदान वह जगह है जहां युवा जीवन की सच्चाईयों के बारे प्रत्यक्ष रूप से सीखते हैं – जीत की खुशी, हार से निराश न होना, अनुशासन, टीम में काम करने की कला, स्वास्थ्य का महत्व, जीत के लिए जी-तोड़ मेहनत करना, पास देना, स्वस्थ स्पर्धा

आदि। युवाओं की एनर्जी को सकारात्मक ताकत में परिवर्तित करने का एक बहुत सशक्त माध्यम था खेल। बदमाशी भरे कार्यों की अपेक्षा किसी खेल में मन लगा कर खेलने से वे बुरे कामों से दूर रहते थे। डोन बोस्को खेल मैदान में स्वयं उपस्थित रहने का प्रयास करते थे।

‘ए सलेशियन हाऊस विदाऊट म्यूज़िक इज़ लाइक ए बॉडी विदाऊट ए सॉल – बिना गीत-संगीत के एक सलेशियन घर एक ऐसे शरीर के समान है जिसमें आत्मा नहीं है।’ यह सिद्धांत सलेशियन धर्मसमाज का एक पवित्र सिद्धांत है। इसलिए गीत-संगीत, खेल-कूद, नृत्य, नाटक, पिकनिक,

पर्यटन आदि सलेशियन धर्मबन्धुओं के लिए मनोरंजन का साधन मात्र नहीं बल्कि उनकी आध्यात्मिकता का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। जिन कामों को युवा पसंद करते हैं, तुम भी उन कामों को पसंद करो – डोन बोस्को अक्सर कहा करते थे। वे अपने बच्चों से कहा करते थे – ‘खेलो, कूदो, शोर मचाओ, बस पाप मत करो। ईश्वर तुम्हें देखता है।’ युवा खेलते हुए सीखना और सीखते हुए खेलना पसंद करते हैं। युवाओं को जीवन की सच्चाईयों से रुबरू करने का एक बहुत सशक्त और बढ़िया माध्यम है खेल। हम सलेशियन ‘खेल मैदान की आध्यात्मिकता’ के बारे अक्सर चर्चा करते हैं। वर्तमान अंक ‘खेल’ पर आधारित है। आशा है आप सभी पाठकों को पसंद आएगी। आप भी किसी खेल से जुड़ जाइए। स्वस्थ तरीके से टाइम पास करने का एक बढ़िया माध्यम है खेल। टीवी, इंटरनेट आदि का अपना महत्व है, पर खेल का कोई विकल्प नहीं है।

याद रखें, हम खेलना इसलिए नहीं छोड़ देते हैं क्योंकि हम बूढ़े हो गए हैं। हम बूढ़े इसलिए हो जाते हैं क्योंकि हम खेलना छोड़ देते हैं।

हमेशा की तरह आपकी प्रतिक्रियाओं, खत, एसएमएस, ईमेल आदि का रहेगा इंतजार। तब तक पढ़ते रहिए आपकी अपनी प्रिय पत्रिका ‘डोन बोस्को’। पढ़ो पढ़ाओ, लाइफ बनाओ। ■



खेल का इतिहास



खेल, कई नियमों एवं सिद्धांतों द्वारा संचालित होने वाली एक प्रतियोगी गतिविधि है। खेल सामान्य अर्थ में उन गतिविधियों को कहा जाता है, जहां प्रतियोगी की शारीरिक क्षमता खेल के परिणाम (जीत या हार) का एकमात्र अथवा प्राथमिक निर्धारक होती है। मानव संस्कृति में खेल का बहुत ही महत्वपूर्ण स्थान है। भारतीय दार्शनिक तो जीवन को खेल मानते हैं। उनके अनुसार परमेश्वर ने खेल-खेल में ही सारी सृष्टि रच डाली है। अन्य देशों में भी इसी प्रकार की मान्यताएं पाई जाती हैं। दार्शनिक दृष्टि से सृष्टि को या जीवन को खेल समझना मानवीय जीवन के स्वास्थ्य के लिए बहुत ही लाभप्रद सिद्ध हुआ है। यदि ऐसा न होता तो मनुष्य को जीवन की कठिनाइयां झेलनी मुश्किल हो जाती। यही कारण है कि मानवीय जीवन में खेल आदिकाल से आज तक समान रूप से महत्वपूर्ण है। असभ्य तथा सभ्य, सभी जातियों में खेल का महत्व बराबर है। प्राचीन काल में जो महान देश गिने गए उन देशों में खेल का महत्व उतना ही बढ़ गया।

व्यवस्थित रूप

खेल को पूर्ण व्यवस्थित रूप सर्वप्रथम यूनानियों ने दिया। उनकी नागरिक व्यवस्था में खेल का महत्वपूर्ण स्थान था। उस युग में ओलिंपिक खेलों में विजय मनुष्य की सबसे बड़ी उपलब्धि समझी

जाती थी। गीतकार उनकी प्रशंसा में गीत लिखते थे और कलाकार उनके चित्र तथा मूर्ति बनाते थे। राज्य की ओर से उन्हें सम्मान मिलता था और उनका सारा व्यय राज्य संभालता था। यूनानी खेल की विशेषता यह थी कि पुरस्कारों का कोई भौतिक मूल्य नहीं होता था। यह पुरस्कार प्रतीक मात्र लारेल वृक्ष की पत्ती होती थी।

धर्म से संबंध



हेमलेट कुजूर
डीबीवाईईएस, बरियातूर, गंवी

यूनान के पश्चात रोम में ऐसे ही सुव्यवस्थित खेल देवताओं की उपासना में खेले जाने लगे। इनके खेलों का भी धर्म से संबंध था। बड़े आदमी की मृत्यु या विजय के उपलक्ष्य में भी वहां खेल होने लगे थे। रोमन जनता की प्रवृत्ति देखकर निर्वाचन के उम्मीदवार प्रायः खेलों का आयोजन करते थे, जिससे जनता उनसे प्रसन्न होकर उनको निर्वाचित करे। इन खेलों को देखने के लिए जनता उमड़ पड़ती थी। यहां तक कि स्वयं सम्राट इन्हें देखते थे।

भारत में खेल

प्राचीन भारत में भी शारीरिक परिश्रम की प्रतिष्ठा थी। हड़प्पा की खुदाई में बच्चों के खेलने के बहुत से मिट्टी के खिलौने मिले हैं। तांबे की बेलगाड़ी, मिट्टी आदि के अनंत खिलौने, पासों के खेल के पट्टे इत्यादि सिंधु सभ्यता के नगरों से प्राप्त हुए हैं। पासों की गोटे बड़े पत्थरों की बनी होती थीं। जुए के खेल, पासे आदि

के पट्टे प्राचीन नगरों के खंडहरों से भी मिले हैं, जिससे उस खेल की लोकप्रियता प्रकट है। भारतीय इतिहास में तो इससे अनेक राजवंश नष्ट हो गए थे। नल और पांडव इसी व्यसन से संकटग्रस्त हुए। ऋग्वेद में जुआरी की पत्नी तक को दांव पर लगाकर हार जाने, उसके तत्पश्चात करुण विलाप तथा पासों की मोहक शक्ति का बड़ा विषद और मार्मिक वर्णन हुआ है। जुआ लकड़ी के पासों से खेला जाता था। ऋग्वेद में जिस समन नामक मेले का उल्लेख हुआ है, उसमें सामूहिक नृत्यादि रात में और घुड़दौड़, रथधावन आदि खेल दिन में हुआ करते थे। वहीं कुमारियों के लिए वर भी प्राप्त हो जाया करते थे। ऋषि का वाक्य है :

नाऽन्य आत्मा बलहीनेन लभ्य

अर्थात्, निर्बल द्वारा आत्मा की उपलब्धि नहीं होती। धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष केवल बलवान को ही मिल सकता है उस समय विनोद और व्यायाम के बहुत से खेल खेले जाते थे। घुड़दौड़ तथा रथों की दौड़ बहुत लोकप्रिय थे।

नई राष्ट्रीय खेल नीति 2001

खेलों को बढ़ावा देने तथा प्रतिभाशाली युवाओं को प्रोत्साहन देने के लिए सरकार ने वर्ष 2001 में नई राष्ट्रीय खेल नीति बनाई। आरंभ में राष्ट्रीय खेल नीति 1984 में बनाई गई थी। राष्ट्रीय खेल नीति की मुख्य बातें हैं :

- ▶ खेलों का आधार व्यापक करना तथा उपलब्धियों में श्रेष्ठता लाना
- ▶ संरचनात्मक ढांचे का विकास तथा उच्चकरण
- ▶ राष्ट्रीय खेल फेडरेशनों और दूसरी उपयुक्त संस्थाओं को सहायता प्रदान करना

भारतीय खेल प्राधिकरण

भारत सरकार ने जनवरी 1984 में भारतीय खेल प्राधिकरण की स्थापना एवं पंजीकृत सोसाइटी के रूप में की थी।

- ▶ आरंभ में इसका उद्देश्य 1982 में एशियाड के दौरान दिल्ली में निर्मित खेलकूद की बुनियादी सुविधाओं के कारगर रख-रखाव तथा उनके अधिकतम उपयोग को सुनिश्चित करना था। अब यह देश में खेलों के विस्तार तथा राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर खेलों में विशेष उपलब्धि के लिए खिलाड़ियों के प्रशिक्षण की नोडल एजेंसी बन गई है।
- ▶ खेलों को प्रोत्साहन देने के लिए शीर्ष पर एक ही एजेंसी स्थापित करने के उद्देश्य से 1987 को राष्ट्रीय शारीरिक शिक्षा और खेलकूद सोसाइटी (एसएनआईपीईएस) का भारतीय खेल प्राधिकरण में विलय कर दिया गया। ■



खेल

ये दुनिया गोल है



पुनीत कुजूर
डीबीवाईईएस
बरियातू, रांची

ब्राज़ील में सम्पन्न फुटबॉल विश्वकप, स्पोर्ट्स के क्षेत्र की सबसे महत्वपूर्ण घटनाओं में से एक था जिसका समापन 14 जुलाई 2014 जर्मनी के वर्ल्ड चैंपियन बनने के बाद हुआ।

आज के संसार में खेल-कूद का महत्व बहुत बढ़ गया है। खेल-कूद मनुष्य की एक शारीरिक व मानसिक आवश्यकता होने के साथ ही मनोरंजन, विभिन्न लोगों से परिचित होने और सार्वजनिक समरसता का एक माध्यम भी है। खेल-कूद या स्पोर्ट्स वैश्विक महत्व वाला एक विभाग है। इस बात में कोई अंतर नहीं है कि ईरान में कुश्ती हो, ब्राज़ील में फुटबॉल हो, भारत में क्रिकेट हो या नार्वे में स्कीइंग हो। हर स्थिति में खेल-कूद मनुष्य के जीवन का अटूट भाग बन चुका है।

किंतु खेल एक मनोरंजन से आगे बढ़ कर उद्योग सृजित करने वाला, पैसा बनाने वाला और सामाजिक संबंधों को परिवर्तित करने वाला साधन है जो व्यक्तित्व के विकास और रोज़गार के चयन पर भी प्रभाव डालता है। स्पोर्ट्स की ओर बढ़ता हुआ रुझान ऐसे मामलों और विषयों के सामने आने का कारण बना है जिनकी प्रवृत्ति सामाजिक है। अतः समाज पर इसके प्रभाव और इसकी भूमिका की समीक्षा, पहले से अधिक आवश्यक प्रतीत होती है।

खेल समृद्धि का प्रतीक

खेल-कूद एक ऐसा क्षेत्र है जिसका विभिन्न सामाजिक ढांचों से गहरा संबंध है। इस अर्थ में कि इसके माध्यम से किसी समाज के सामाजिक विकास को समझा जा सकता है। अर्थात् स्पोर्ट्स के क्षेत्र में होने वाली प्रगति अन्य सामाजिक मान्यताओं की प्रगति पर निर्भर है। जबसे स्पोर्ट्स ने सामाजिक

मैदान में कदम रखा है और इसे सामाजिक मान्यताओं में से एक समझा जाने लगा है तबसे इस क्षेत्र की उपलब्धियों की व्याख्या भी सामाजिक, सांस्कृतिक एवं वैचारिक मान्यताओं की रोशनी में ही की जाती है।

अलबत्ता खेल-कूद की सामाजिक परिधि में विस्तार ने यह संभावना भी उत्पन्न कर दी है कि स्पोर्ट्स के बारे में अधिक उपयुक्त एवं महत्वपूर्ण व्याख्या प्रस्तुत की जाये। जैसे मनोरंजन के लिए स्पोर्ट्स, अधिक बेहतर स्वास्थ्य के लिए खेल-कूद, युद्ध व प्रतिरक्षा संबंधी तैयारी के उद्देश्य से स्पोर्ट्स, एक महत्वपूर्ण सांस्कृतिक क्षेत्र के रूप में स्पोर्ट्स इत्यादि। ये सारी बातें इस बात का ठोस कारण बनीं कि एक सामाजिक क्षेत्र के रूप में खेल-कूद या स्पोर्ट्स के बारे में अधिक अध्ययन किया जाए।

ब्राज़ील में सम्पन्न फुटबॉल विश्वकप, स्पोर्ट्स के क्षेत्र की सबसे महत्वपूर्ण घटनाओं में से एक था जिसका समापन 14 जुलाई 2014 जर्मनी के वर्ल्ड चैंपियन बनने के बाद हुआ। ब्राज़ील दूसरी बार फुटबॉल के विश्वकप का मेज़बान बना है। इस विश्वकप में ईरान सहित 32 टीमों ने भाग लिया। ब्राज़ील के बाहर विभिन्न नगरों में 64 मैच हुए। फुटबॉल के पहले विश्वकप का आयोजन वर्ष 1930 में हुआ था और अब तक यह वर्ष 1942 और 1946 को छोड़ कर हर चार साल में एक बार आयोजित होता रहा है। उक्त दो वर्षों में द्वितीय विश्वयुद्ध के कारण फुटबॉल के विश्वकप का आयोजन नहीं हो सका था। अब तक ब्राज़ील ने पांच बार, इटली ने चार बार और जर्मनी ने चार बार विश्वकप जीतने का गौरव प्राप्त किया है।

खेल एवं बिजनेस

स्पोर्ट्स की इस बड़ी घटना का खेल संबंधी अपना एक आयाम है किंतु इसका अधिक महत्वपूर्ण आयाम, ब्राजील और अन्य देशों के विभिन्न पूंजी निवेशकों के लिए आर्थिक लाभ से संबंधित है। आर्थिक परामर्शदाता कंपनी बीडीओ के अनुसार, विश्वकप के प्रसारण के अधिकारों की बिक्री और फुटबॉल के विश्वकप के मुकाबलों को स्पॉन्सर करने की मांग में वृद्धि से फुटबॉल की अंतर्राष्ट्रीय फेडरेशन फीफा को पांच अरब डालर से अधिक की आय हुई। वर्ष 2010 में दक्षिणी अफ्रीका में आयोजित होने वाले फुटबाल के विश्वकप को होने वाली तीन अरब पैसठ करोड़ डालर की आय से इस बार की आय 36 प्रतिशत अधिक है। दूसरी ओर ब्राजील के पर्यटन विभाग के अधिकारियों के अनुसार इस बार के फुटबाल के विश्वकप की मेजबानी के कारण इस देश को देश-विदेश के पर्यटकों से लगभग 11 अरब डालर की आय हुई। ब्राजील के पर्यटन केंद्र ने भविष्यवाणी की थी कि विश्वकप के आयोजन के दौरान लगभग छह लाख विदेशी पर्यटक ब्राजील आएंगे जिसके कारण लगभग तीन अरब डालर की विदेशी मुद्रा इस देश में आएगी।

फुटबॉल में सर्वाधिक पैसा

वैसे विश्वकप की अनदेखी कर दी जाए तब भी फुटबाल, संसार के सबसे महंगे खेलों में से एक है। संसार के सबसे अधिक आय वाले सौ खिलाड़ियों में तीस फुटबॉलर हैं। फुटबॉल खेलने से जो आय होती है, वह वेतन, बोनस, नक़द इनाम, विज्ञापन इत्यादि से मिलने वाले पैसों पर आधारित है। स्पॉन्सर या आर्थिक समर्थन देने वाले सदैव ही फुटबॉल के लिए मौजूद रहते हैं और इस खेल के प्रेमियों व दर्शकों के माध्यम से पैसे कमाते रहते हैं। जब भी टीम को आर्थिक समस्याओं का सामना होता है, ये स्पॉन्सर उसकी सहायता करते हैं और टीम उनके उत्पादों का प्रचार करती है।

1960 का रोम ओलम्पिक

वर्ष 1960 में रोम के ओलम्पिक में टेलीविजन के प्रवेश के कारण संसार के 21 से अधिक देशों के करोड़ों दर्शकों ने ओलम्पिक के मुकाबलों का आनंद लिया और इसी बात ने स्पोर्ट्स विशेष कर फुटबॉल के मैदान में एक नया दरवाजा खोल दिया जिसके चलते फुटबॉल प्रेमियों की संख्या में बहुत अधिक वृद्धि हो गई। यह लोकप्रियता बड़ी सीमा तक दो मुख्य कारणों से है, प्रथम सभी विकसित एवं विकासशील देशों में फुटबॉल का प्रसार और दूसरे संचारिक एवं प्रचारिक व्यवस्था से इसका संबंध या दूसरे शब्दों में फुटबॉल के आर्थिक पहलू पर ध्यान।

फुटबॉल का महत्व

बहुत से टीकाकार, फुटबॉल के तीन मुख्य काम बताते हैं, प्रथम तनाव और खिंचाव को दूर करना, समाज में एकता उत्पन्न करना और राष्ट्रीय एकजुटता को सुदृढ़ बनाना। इस प्रकार वस्तुतः फुटबॉल एक ऐसा मंच है जिसमें लोग राष्ट्रीय व अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर एकता व समरसता तक पहुंचते हैं और इस खेल द्वारा लोगों के बीच समानता की भावना उत्पन्न करने वाले शौक अत्यधिक महत्व रखता है।

फुटबॉल में हिंसक घटनाएं

किंतु जिस प्रकार से बहुत से सामाजिक मामलों में, उनकी उपलब्धियों के बावजूद कुछ कमियां होती हैं उसी प्रकार फुटबॉल भी इससे अपवाद नहीं है। फुटबॉल के खिलाड़ियों और दर्शकों की ओर से सामने आने वाले हिंसक व्यवहार में प्रभावी कारकों के संबंध में होने वाले अध्ययनों से पता चलता है कि इस प्रकार का व्यवहार अन्य दूसरे खेलों की तुलना में फुटबॉल में अधिक दिखाई पड़ता है। जब से इस खेल का प्रचलन हुआ है लगभग तभी से इस खेल में हिंसा देखी जाती रही है किंतु साठ के दशक से यह चीज बहुत अधिक देखने में आई है जिसने समाज शास्त्रियों का ध्यान अपनी ओर आकृष्ट किया है। इस संबंध में जो अध्ययन किए गए हैं उनके अनुसार, खेल में हार, फुटबॉल के प्रेमियों व दर्शकों के बीच हिंसा का केवल एक कारण है। फुटबॉल के मुकाबलों के दौरान होने वाली हिंसा के अधिकतर भाग का इस

खेल से कोई संबंध नहीं होता बल्कि उसके कुछ सामाजिक कारण होते हैं। जैसे समाज के युवा वर्ग की आवश्यकताओं की अनदेखी, दरिद्रता, बेरोजगारी, शहरों की ओर पलायन, खाली समय में काम के मानकों में परिवर्तन, फुटबाल का महत्व, फुटबॉल प्रेमियों में अत्यधिक कौतूहल और इसी प्रकार संचार माध्यमों द्वारा इस खेल को बहुत अधिक बढ़ा चढ़ा कर पेश किया जाना, विभिन्न देशों में फुटबॉल के दर्शकों के बीच हिंसक व्यवहार के कुछ प्रमुख कारण हैं। किसी भी सामाजिक कार्यक्रम में अधिक भीड़, तनाव व झड़प की संभावना को बढ़ा देती है और यदि यह भीड़ किसी खेल के मुकाबले के कारण भावनाओं और उत्तेजना से भी भरी हुई हो तो स्वाभाविक रूप से हिंसा की प्रतीक्षा करनी ही चाहिए। इसी प्रकार से दर्शक अलग अलग क्षेत्रों और कभी-कभी तो अलग शहरों व देशों के होते हैं जो एक दूसरे को नहीं पहचानते, ऐसे में आंतरिक रूप से उन्हें नियंत्रित करने वाले तत्व कमजोर पड़ जाते हैं। इस बीच फुटबॉल में हिंसा का एक सबसे महत्वपूर्ण कारण हार और पराजय है। हारने वाली टीम के समर्थक बहुत अधिक भावुक हो जाते हैं और अन्य दर्शकों से बदला लेने का प्रयास करते हैं या सार्वजनिक संपत्तियों को नुकसान पहुंचाते हैं।

अलबत्ता यह बात स्वीकार की जानी चाहिए कि फुटबॉल के सामाजिक पहलू केवल इन्हीं बातों तक सीमित नहीं हैं और इस संबंध में संचार माध्यमों की काफी प्रभावी भूमिका है। ■





सेहत



डॉ वायलेट मुर्मू
कार्डियोलॉजिस्ट, जमशेदपुर

हंसो, हंसाओ स्वस्थ रहो

हं सी केवल भौतिक समस्याओं का समाधान ही नहीं है बल्कि यह शारीरिक एवं मानसिक समस्याओं एवं बीमारियों से मुक्ति का अमोघ उपाय भी है। हास्य लाखों दुःखों की अचूक औषधि है। यह स्वास्थ्य का अनोखा मंत्र है। जैसाकि गांधीजी ने एक बार कहा था— मुझमें विनोद का भाव न होता तो मैंने बहुत पहले ही आत्महत्या कर ली होती। हमारे सन्तों ने भी लिखा है कि यदि दुख में भी सुख की अनुभूति चाहते हो तो हंसमुख बनो। एक विक्रेता की मोहक मुस्कान वह कर जाती है जो किसी जेबकतरे की कैंची नहीं कर पाती है। हंसने की विशेषता सिर्फ मनुष्यों में है। जानवर व पेड़ पौधे हंस नहीं सकते हैं। हंसना स्वयं का खिलना है। स्वयं का विस्तार हंसी में है।

हंसने से तनाव कैसे कम होते हैं

अब तो वैज्ञानिक ढंग से यह प्रमाणित हो गया है कि मानव शरीर स्वयं ही दर्द निवारक एवं तनाव को कम करने वाले हॉर्मोन्स पैदा करता है। हंसने से इण्डोरफिन नामक हार्मोन सक्रिय होता है जो एक प्रभावशाली पेन किलर है।

न्यू जर्सी के ओस्टियोपैथिक मेडिसिन स्कूल के डॉक्टर मार्विन ई. हैरिंग का कहना है कि एक दिल खोलकर अट्टाहास करना, मध्य पटल, वक्ष, पेट, हृदय, फेफड़ों और जिगर तक की मालिश कर देता

है। जैसे कोई अन्दर ही दौड़ लिया हो। मुम्बई के लापटर क्लब के संस्थापक डॉक्टर मदन कटारिया कहते हैं — जोरदार हंसी आपके फेफड़ों से बची हुई वायु को निकाल देती है, और उसे ज्यादा आक्सीजन वाली ताजा वायु से भर देती है। उन्मुक्त हंसी तनाव को समाप्त कर देती है। आधुनिक शोधों से यह भी प्रमाणित हुआ है कि शरीर में किसी भी प्रकार की सूजन हंसने से घटती है, एवं हंसने से रक्तचाप भी घटता है। एक शोध के अनुसार हंसने से शारीरिक व्यायाम भी हो जाता है। 20 सेकेण्ड की हंसी 10 मिनट के नौकायान के बराबर है। एक शोध के अनुसार बच्चा दिन में 400 बार हंसता है जबकि बड़े दिन में सिर्फ 17 बार हंसते हैं। हंसने से मुस्कुराने हेतु 9 मांस पेशियां चाहिये जबकि गुस्सा व्यक्त करने हेतु 19 मांसपेशियां उपयोग में आती हैं।

जब हम हंसते हैं तो एक ध्यान पूर्ण अवस्था में होते हैं, विचार प्रक्रिया रुक जाती है। हंसने के साथ-साथ विचार करना मुश्किल है। दो बातें विपरीत हैं — या तो तुम हंस सकते हैं या विचार ही कर सकते हो। यदि तुम वास्तव में हंसो तो विचार रुक जाएगा। यदि तुम हंसते हुए विचार कर रहे हो तो तुम्हारा विचार कमजोर होगा व हंसी अपंग होगी। हास्य लोगों को अपनी ओर आकर्षित करने वाले चुम्बक की तरह है। लोग हमेशा ऐसे आदमी के आस पास रहना पसन्द करते हैं जो हंसने-मुस्कुराने और जीवन का आनन्द लेने में उनकी मदद करता है।

हंसना एक ध्यान है, प्रार्थना है। हंसने से मन में दबी वासनाएं व कुंठाएं बाहर आ जाती हैं। तनावग्रस्त अवस्था में गंभीर मत होइये।

हंसने से शक्ति आती है। अब चिकित्सा विज्ञान भी कहता है कि हंसी प्रकृति के द्वारा मनुष्य को दी गई दवाइयों में से सबसे अधिक गहरा प्रभाव डालने वाली दवाई है।
— ओशो



हंसते हुए बुद्ध

जापान में हंसते हुए बुद्ध होतेई की एक कहानी है। उसका पूरा उपदेश बस हंसना था। वह एक स्थान से दूसरे स्थान, एक बाजार से दूसरे बाजार घूमता रहता। वह बाजार के बीचों-बीच खड़ा हो जाता और हंसने लगता—यही उसका प्रवचन था। उसकी हंसी सम्मोहक थी, सक्रामक थी—एक वास्तविक हंसी, जिससे पूरा पेट स्पंदित हो जाता, तरंगायित हो जाता। वह हंसते-हंसते जमीन पर लोटने लगता। जो लोग जमा होते, वे भी हंसने लगते, और फिर तो हंसी फैल जाती, हंसी की तूफानी लहरें उठतीं, और पूरा गांव हंसी से आप्लावित हो जाता।

लोग राह देखते कि कब होतेई उनके गांव में आए, क्योंकि वह अद्भुत आनंद और आशीष लेकर आता था। उसने कभी भी एक शब्द नहीं बोला—कभी भी नहीं। तुम बुद्ध के बारे में पूछो और वह हंसने लगता, तुम बुद्धत्व के बारे में पूछो और वह हंसने लगता, तुम सत्य के बारे में पूछते कि वह हंसने लगता। हंसना ही उसका एक मात्र संदेश था।

हंसने से व्यक्ति के भीतर दबी हुई ऊर्जा बाहर आती है। हंसना मानसिक ही नहीं शारीरिक व्यायाम भी है। हंसने से इन्डोरफीन नामक हॉर्मोन बनता है। बेवजह गम्भीरता एक रोग है। हंसना एक अच्छी आदत है। हंसने से एक शोध के अनुसार 86 प्रतिशत लोग हंसने के तरीके को नहीं अपनाते और न ही अपने तनाव कम करते हैं। हंसने के लिये कोई कारण ढूँढने की आवश्यकता नहीं है। अरे भाई, हंसने में कोई पैसा थोड़े ही लगता है। अभी तक तो सरकार ने भी हंसने पर कोई टैक्स नहीं लगाया है। फिर हम हंसने में कंजूस क्यों हैं? हंसना फूहड़ता नहीं है। सामाजिक मर्यादा के नाम पर हंसी को रोकना सही नहीं है। हमेशा गम्भीर रहना कोई बुद्धिमत्ता नहीं है, एवं हंसना छिछोरापन नहीं है। हमारी आदतें हंसने के विरुद्ध हैं इनको बदलने की जरूरत है।

हंसना एक ध्यान है, प्रार्थना है। हंसने से मन में दबी वासनाएं व कुंठाएं बाहर आ जाती हैं। कलुषित भावनाओं का रेचन होता है। अगर आपने हंसना सीख लिया है तो आपने प्रार्थना करना सीख लिया है। तनावग्रस्त अवस्था में गंभीर मत होइये। सिर्फ वही आदमी हंस सकता है, दूसरों के लिए ही नहीं बल्कि स्वयं के लिए भी धार्मिक हो सकता है। हंसना वर्तमान में जीना है। हंसते वक्त व्यक्ति भूत एवं भविष्य में नहीं रह सकता है। मुक्त रूप से हंसते हुए व्यक्ति निर्विचार अवस्था में होता है, जिससे तनाव नौ दो ग्यारह हो जाते हैं। हंसने से सजगता बढ़ती है। जैसे चुटकुलों पर हंसते-हंसते तुम्हें यह ख्याल आयेगा कि अरे! यही हालत तो मेरी भी है। तब आप अपने आप पर भी हंस सकोगे। जब आप अपने ऊपर भी हंस सको, तभी सम्भावना पैदा होती है नीद से जागने की, बेहोशी से उठ खड़े होने की तब वह चुटकुला एक अलार्म घड़ी की तरह कार्य करता है।

अपने पर इसलिए हंसो कि तुमने संसार को नहीं समझा। संसार पर इसलिए हंसो कि संसार ने तुम्हें नहीं समझा। अपनी भूलों पर इसलिए हंसो कि उनका सुधार असंभव है। अपनी लालसाओं पर इसलिए हंसो कि वे अनाधिकार चेष्टा थी। इससे अधिक हंसने के और क्या कारण हो सकते हैं? ■

जिंदगी जीने के पंद्रह जरूरी सबक

- ▶ तुम्हारे बारे में लोग कुछ भी कहते रहें, उससे तुम्हें कोई फर्क नहीं पड़ना चाहिए। लोगों को क्या है, वे तुम्हारे सामने या फिर पीठ पीछे कुछ-न-कुछ कहते ही रहेंगे। कुछ तो लोग कहेंगे, लोगों का काम है कहना।
- ▶ यदि तुम लोगों से सहृदयता से पेश आओगे तो वे तुम्हें अच्छाई से जरूर नवाजेंगे। यह बात 99 प्रतिशत लोगों पर ठीक बैठती है।
- ▶ कभी-कभी तुम्हारी सलाह और सुझाव सकारात्मक और प्रोत्साहक होने के बाद भी लोग तुम्हें सुनने के लिए तैयार नहीं होंगे। तुम्हें इस स्थिति को स्वीकार करना है और सामनेवाले के प्रतिरोध को दिल से नहीं लगाना है।
- ▶ तुम्हारे सामने यह विकल्प है कि तुम किसी भी बात को सकारात्मक लो या नकारात्मक। तुम अपने इस अधिकार का सदैव उपयोग करो ताकि तुम्हारा जीवन खुशहाल रहे।
- ▶ ऐसे लोग हमेशा मौजूद रहेंगे जो तुम्हें पीछे धकेलना चाहेंगे। ऐसा उनकी असुरक्षा की भावना के कारण है। वे यह नहीं चाहते कि वे ठहरे हुए पानी की तरह गंदला जाएं और दूसरे लोग आगे निकल जाएं।
- ▶ आज, इस वक्त, यही तुम्हारी जिंदगी है। तुम इसका जितना फायदा उठा सकते हो उठा लो। तुम अपने आसपास मौजूद लोगों का दिन खुशगवार बना सकते हो।
- ▶ तुम अपनी राह के कंटकों और अवरोधों को नए नजरिए से देखो। वे तुम्हारे लिए रुकने का संकेत नहीं हैं बल्कि तुम्हें यह बताते हैं कि तुम किसी चीज़ को कितनी शिद्ध से पाना चाहते हो।
- ▶ तुम सदैव वह काम करो जिसे तुम करते आये हो, भले ही तुम्हें एक-जैसे परिणाम मिले। यह कॉमन सेन्स है पर बहुत से लोग एक ही गति पर चलकर अलग-अलग मंजिल पर पहुंचने की उम्मीद करते हैं। ऐसे लोग बहुत कम हैं, लेकिन बहुत प्रसिद्ध हैं और वे इसे पागलपन कहते हैं।
- ▶ किसी से ईर्ष्या करने पर किसी और को नहीं वरन तुम्हें ही सबसे ज्यादा नुकसान होगा। अपना समय और ऊर्जा को किसी बेहतर काम में लगाओ।
- ▶ यदि तुम्हें यात्रा में आनंद नहीं आ रहा है तो शायद तुम गलत लेन में चल रहे हो। पिछले चौराहे तक जाने में झिझको नहीं और दोबारा कोशिश करो। गलत राह पर दूर तक बढ़ते चले जाने से बेहतर है वापस लौटना और नई राह चुनना।
- ▶ अपने अहंकार को कहीं आड़े नहीं आने दो। जिन चीजों को तुम पसंद करो उन्हें लपक लो और जिन लोगों से प्रेम करो उन्हें यह जताओ। अवसर चूकने के लिए यह जीवन बहुत छोटा है। यदि लोग इस बात के लिए तुम्हारे आलोचना करें तो यह उनकी समस्या है, तुम्हारी नहीं।
- ▶ पुरानी कहावत है कि जिससे तुम पिंड छुड़ाना चाहते हो वही तुम्हारे गले पड़ता है। अतीत और भविष्य के सारे पछतावों से छुटकारा पाने के लिए यह जरूरी है कि तुम किसी से भी एक सीमा से अधिक न बंधो और स्वयं को शनैः-शनैः मुक्त करते जाओ।
- ▶ तुम्हारे जीवन में जो कुछ भी घटित होता हो उसपर पैनी निगाह रखो। अपनी भावनाओं और प्रतिक्रियाओं को सीमायें लांघने न दो। तुम्हारी जागरूकता ही बदलते वक्त में उतार-चढ़ाव के साथ तुम्हें संयत रख सकेगी।
- ▶ तुम्हारी समस्या जैसी भी हो, यह बहुत संभव है कि दूसरों के जीवन में भी वैसी ही समस्या आई हो और उन्होंने इसका कोई हल निकाल लिया हो। अपने मन को दिलासा दो कि तुम अकेले नहीं हो और तुम्हारी दिक्कतों का भी कोई-न-कोई हल कहीं जरूर होगा।
- ▶ हर उस बात पर सवाल उठाओ जो तुम कहीं भी पढ़ते या सुनते हो, महत्वपूर्ण विचारों को हम बहुधा इस लिए नहीं समझ पाते क्योंकि हम उनमें छुपे हुए सत्य को देख ही नहीं पाते हैं। अतः प्रश्न पूछते रहो। ■



कैरियर



श्रीमति शुभा कुजूर
डालटनगंज

टीचर्स ट्रेनिंग

पढ़िए, पढ़ाइए, भविष्य बनाइए

वर्तमान में रोजगार के तमाम अवसरों के बावजूद शिक्षण पेशे को आज भी समाज में प्रतिष्ठा की नज़र से देखा जाता है। शिक्षण या अध्यापन एक ऐसा कैरियर है, जिसमें टीचर न सिर्फ अपना ज्ञान बांटते हैं, बल्कि टीचर का स्नेहशील, प्रतिबद्ध और प्रतिभाशाली व्यक्तित्व छात्र-छात्राओं के जीवन के लिए प्रेरणा बनता है।

नर्सरी टीचर ट्रेनिंग

इस ट्रेनिंग की अवधि एक या दो वर्ष की होती है। कहीं-कहीं इसे तीन वर्ष के लिए कर दिया गया है। प्रायः सभी राज्यों में गैर-सरकारी संगठनों द्वारा इस पाठ्यक्रम के लिए मई-जून में फॉर्म निकाले जाते हैं। राज्यों में शिक्षा बोर्ड नर्सरी टीचर ट्रेनिंग पाठ्यक्रमों को चलाता है। इस पाठ्यक्रम में प्रवेश के लिए शैक्षिक योग्यता प्लस टू पास है।

रोजगार के अवसर

विभिन्न विद्यालयों खासकर पब्लिक स्कूलों में रोजगार की अपार संभावनाएं हैं। महिलाओं को आसानी से नौकरी मिल जाती है। सरकारी अनुदान प्राप्त विद्यालयों

द्वारा नर्सरी टीचरों की भर्ती हेतु आवेदन निकाले जाते हैं। स्वरोजगार के तहत आप अपना नर्सरी स्कूल भी खोल सकते हैं।

प्राइमरी टीचर ट्रेनिंग

प्राथमिक कक्षाओं के लिए ट्रेनिंग पाठ्यक्रम को प्राइमरी टीचर ट्रेनिंग यानि पीपीटी, जूनियर बेसिक ट्रेनिंग सानि जेबीटी व बेसिक टीचिंग कोर्स यानि बीटीसी आदि के नाम से जाना जाता है। इसमें प्रवेश के शैक्षणिक योग्यता स्नातक है। तथा ट्रेनिंग की अवधि दो वर्ष है। कुछ राज्यों में प्लस टू पास वालों को यह ट्रेनिंग करने का प्रावधान है। इसे चलाने का जिम्मा राज्य शैक्षणिक अनुसंधान परिषद का है। प्रशिक्षण में विद्यालय ट्रेनिंग अनिवार्य रूप से शामिल है।

रोजगार के अवसर

इसमें ट्रेनिंग के बाद सरकारी नौकरी में खास अवसर के कारण इस प्रशिक्षण की तरफ बहुत लोग आकर्षित होते हैं। कई राज्यों में सरकारी स्कूलों में भर्ती के लिए अंक आधार पर वरियता दी जाती है। गैर सरकारी स्कूलों में भी प्रशिक्षण प्राप्त शिक्षकों की मांग बहुत है।

माध्यमिक व उच्च माध्यमिक

माध्यमिक व उच्च माध्यमिक विद्यालयों को ध्यान में रख कर की जाने वाली ट्रेनिंग को बीएड और एमएड कहा जाता है। बीएड एक वर्ष का कार्यक्रम है, जिसमें प्रवेश योग्यता स्नातक है। देश के विभिन्न टीचर ट्रेनिंग महाविद्यालयों में बीएड की प्रवेश परीक्षा एवं सफल उम्मीदवारों को बाद में साक्षात्कार के लिए बुलाया जाता है। बीएड किए छात्र ही एमएड कर सकते हैं। इसकी अवधि दो साल है।

रोजगार के अवसर

यह एक मल्टी रोजगार परक ट्रेनिंग है। सरकारी, गैरसरकारी व निजी विद्यालयों में शिक्षकों के लिए समय-समय पर आवेदन निकाले जाते हैं।

12वीं के बाद टीचर ट्रेनिंग कोर्स

प्राथमिक विद्यालयों के लिए सरकार ने अलग से टीचर ट्रेनिंग स्कूल खोले हुए हैं। नगर निगम के स्कूल अथवा प्राथमिक शिक्षा केंद्रों में इस लायक नौकरियां उपलब्ध हैं। इस तरह के प्रशिक्षण की अवधि लगभग दो साल की होती है। ■

कैरियर



जोन हेनरी
डोन बोस्को, पूणे



एनीमेशन में बनायें भविष्य

आ

ज के युवाओं में एनिमेशन के प्रति खास दिलचस्पी देखी जा रही है। यही कारण है कि एनीमेशन फिल्में इस वक्त ज्यादा बन रही हैं। हाल में आई कुछ फिल्मों – जैसे साँवरिया, क्रिस, माई फ्रेंड गणेशा, हम तुम, राजू चाचा, अभय, जजंतरम-ममंतरम, हैरी पॉटर, लॉर्ड ऑफ द रिंग्स – में एनिमेशन का सहारा लिया गया है। एनीमेशन का प्रयोग पिछले कुछ वर्षों से चालू हुआ है। इलेक्ट्रॉनिक और वेब मीडिया में आए बूम के कारण 3 डी और 2 डी एनीमेशन के बाजार में भी वृद्धि हुई है।

एनीमेशन अपने रचनात्मक और अच्छी कमाई वाले कैरियर के कारण बहुत तेजी से प्रचलित हो रहा है। छोटे पर्दे ने एनीमेशन का बखूबी प्रयोग किया है। कार्टून चैनल पर दिखाए जाने वाले अधिकांश प्रोग्रामों में एनीमेशन का सहारा लिया जाता है। विज्ञापन भी इससे अछेता नहीं है। वोडाफोन का जुजु इसका उदाहरण है।

एक सर्वेक्षण के मुताबिक आगामी 3 से 4 साल में इस क्षेत्र में 60 हजार रोजगार के अवसर उपलब्ध होंगे। एनीमेशन का विस्तार विज्ञापन, सिनेमा और गेम तक केवल नहीं है, लेकिन अन्य क्षेत्रों के मुकाबले इस क्षेत्र में रोजगार का सृजन तेजी से हो रहा है। भारत में एनीमेशन के अवसर बढ़ने का कारण यह भी है कि जहां

अमेरिका में एक एनीमेटेड फिल्म बनाने के लिए 100 से 175 मिलियन डॉलर खर्च होते हैं, वहीं भारत में इसी फिल्म को बनाने में केवल 15 से 25 मिलियन डॉलर की खपत होती है। इस लिहाज से एनीमेशन फिल्मों में आउटसोर्सिंग से भी इसमें मदद मिलेगी।

कहां लें प्रशिक्षण

- ▶ एप्टेक यूनिवर्सिटी के अंतर्गत एरिना मल्टीमीडिया
- ▶ माया इंस्टीट्यूट के अंतर्गत माक अकादमी
- ▶ बिरला इंस्टीट्यूट आफ टेक्नालॉजी, जयपुर
- ▶ फिल्म एंड टेलीविजन इंस्टीट्यूट आफ इंडिया, पुणे
- ▶ Mkd मल्टी लोकेशन, ए.34 इंडस्ट्रियल एरिया, फेस.8, एसएस नगर, मोहाली
- ▶ सेंटर फॉर डिपार्टमेंट आफ इमेजिंग टेक्नालॉजी, चित्रांजलि स्टूडियो, तिरुवेल्लम, तिरुअनंतपुरम
- ▶ हीट एनीमेशन एकेडमी, 7 रोड, 12 बंजारा हिल्स, हैदराबाद और मुंबई
- ▶ आईआईटी गुवाहाटी, मुंबई
- ▶ नेशनल स्कूल ऑफ डिजाइन सेंटर, पलाडी, अहमदाबाद

भारत में वर्तमान में करीब 10000 एनीमेटर हैं, जबकि मौजूदा मांग के मुताबिक 50000 एनीमेटर की जरूरत है। जैसे-जैसे मांग में तेजी आएगी, रोजगार के अवसर भी बढ़ेंगे।

इस क्षेत्र में कदम बढ़ाने के लिए सिर्फ रचनात्मक दिमाग की जरूरत है। अमूमन फाइन आर्ट्स और कम्प्यूटर का ज्ञान रखने वाले लोग इस क्षेत्र में अपना कैरियर बनाते हैं, लेकिन किसी भी क्षेत्र में रचनात्मक रुचि रखने वाले लोगों के लिए एनीमेशन को कैरियर के रूप में चुनना अच्छा विकल्प साबित हो सकता है। एनीमेशन में स्टोरी बोर्ड, कैरेक्टर डिजाइनिंग, मूवमेंट, माउल्टिंग, शेड, कलर, बैक ग्राउंड तथा कई और भी क्षेत्रों में काम किया जाता है। इन सबको एक साथ जोड़ने के लिए प्लानर और एडिटर होता है। इस तरह एक एनीमेशन के लिए कई लोगों का सहयोग होता है।

एनीमेशन के लिए कंपनियां

एनीमो, माया, 3 डी स्टूडियो मैक्स, एडोब आप्टर इफेक्ट, टिकटैकटून, लैश गिफ्ट एनीमेटर, यूलीड के साथ एडोब फोटो शॉप, इलस्ट्रेटर, कोरल ड्रॉ आदि एनिमेशन का काम करती हैं। एक एनीमेटर को शुरुआती दौर में 8000 से 10 हजार रुपए तक का वेतन मिलता है, लेकिन कुछ ही वर्षों में यह अंक 40 हजार से 60 हजार रुपए का आंकड़ा तक छू लेता है। ■

कैरियर



देवार्चन सिंह
बनारस

भा रत में 'अतिथि देवो भव' की परंपरा सदियों से चली आ रही है। वर्तमान परिवेश में आतिथ्य उद्योग का एक प्रमुख हिस्सा है। होटल इंडस्ट्री का सीधा जुड़ाव पर्यटन क्षेत्र से है। हाल के वर्षों में देश में पर्यटकों की संख्या बढ़ने से होटल इंडस्ट्री को काफी बढ़ावा मिला है। होटल मैनेजमेंट कोर्स कर इस क्षेत्र में कैरियर बनाना एक समझदारी भरा निर्णय है। यह कोर्स कैसे और कहाँ से करें, यह आपके इच्छा पर निर्भर करता है। होटल इंडस्ट्री के विकास का अंदाजा इस बात से लगाया जा सकता है कि एशिया प्रशांत क्षेत्र में होटल इंडस्ट्री के विकास के मामले में भारत चीन के बाद दूसरे स्थान पर है। जब देश में अधिक पर्यटक आते हैं तो होटल इंडस्ट्री को बढ़ावा मिलता है। एसोचैम और येस बैंक के संयुक्त अध्ययन के मुताबिक भारत में पर्यटन क्षेत्र में कारोबार बढ़ रहा है और अगले एक दशक में यह दुनिया में तीसरे स्थान पर पहुंच सकता है। सभी पर्यटक बड़े या सितारा

होटल मैनेजमेंट

अतिथि तुम कब आओगे

होटलों में ही नहीं ठहरते हैं। इसलिए छोटे बजट होटल के लिए भी संभावनाएं बढ़ रही हैं और वे खुद को बेहतर बनाने लगे हैं। होटल में प्रशिक्षित कर्मियों की भारी कमी है। अतः होटल मैनेजमेंट में नये लोगों के लिए रोजगार की अपार संभावनाएं हैं। इन बातों के आईने में यह साफ नजर आता है कि होटल मैनेजमेंट कोर्स करके इस क्षेत्र में कैरियर बनाना एक समझदारी भरा निर्णय है। इस क्षेत्र में अच्छे वेतन को लेकर किसी तरह की कोई समस्या नहीं है।

कैसे मिलेगी एंट्री

होटल मैनेजमेंट के कोर्स के लिए न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता 12वीं तथा अधिकतम आयु सीमा 22 वर्ष है। होटल प्रबंधन में स्नातक पाठ्यक्रम में चयन के लिए न्यूनतम मानदंड 50 प्रतिशत अंकों के साथ प्लस टू का रिजल्ट। हालांकि, जिन उम्मीदवारों के 50 फीसदी अंक प्लस टू में नहीं हैं, वे भी विभिन्न संस्थानों से होटल प्रबंधन में डिप्लोमा या प्रमाण-पत्र पाठ्यक्रम कर सकते हैं।

इस प्रकार 12वीं पास छात्र होटल मैनेजमेंट में डिप्लोमा या डिग्री हासिल कर सकते हैं जो छात्र ग्रेजुएशन के बाद होटल व्यवसाय में कैरियर तलाश रहे हैं, उनके

लिए भी अब कई रास्ते खुल गये हैं। ऐसे छात्र एमएससी-इन-होटल मैनेजमेंट और पीजी डिप्लोमा-इन-होटल मैनेजमेंट कर सकते हैं। इस क्षेत्र के अधिकतर संस्थान ऑल इंडिया एडमिशन टेस्ट एवं इंटरव्यू के आधार पर छात्रों का चयन करते हैं। अखिल भारतीय स्तर पर होनेवाली प्रवेश परीक्षा में बुद्धिमता, सामान्य ज्ञान, सामान्य विज्ञान और अंगरेजी ज्ञान परखा जाता है।

कौन-कौन से कोर्स

होटल मैनेजमेंट में दो तरह के पाठ्यक्रम उपलब्ध हैं। 12वीं के बाद बैचलर डिग्री-इन-होटल मैनेजमेंट, डिप्लोमा-इन-होटल-एंड-कैटरिंग मैनेजमेंट। इन कोर्सेज की अवधि 6 महीने से 3 साल तक है। इसके अलावा पीजी डिप्लोमा-इन-होटल-मैनेजमेंट, एमएससी इन-होटल मैनेजमेंट और एमए इन-होटल मैनेजमेंट कोर्स कर सकते हैं। इसकी अवधि है दो साल। इसके अलावा नयी दिल्ली, मुंबई और बंगलुरु स्थित इंस्टीट्यूट ऑफ होटल मैनेजमेंट कैटरिंग टेक्नोलॉजी एवं अप्लाइड न्यूट्रीशन में कई स्पेशलाइज्ड कोर्सेज भी हैं। अतिथि सत्कार के साथ अगर रोजगार मिल जाए तो सोने पे सुहागा। तो कहिए, – अतिथि तुम कब आओगे ? ■



न्यू फैशन



शिलपानन्द केरकेट्टा
डीबीवाईईएस, बरियात, रांची

एक पुरानी कहावत है कि परिवर्तन ही संसार का नियम है। परिवर्तन तो होना स्वाभाविक है, लेकिन आज के यंग जनरेशन में जितना परिवर्तन हुआ है वह गौर करने वाली बात है। सुबह जागने से लेकर रात के सोने तक युवाओं की जिंदगी में कई परिवर्तन आए हैं। वह अपने कैरियर और अपनी जिंदगी को लेकर बेपरवाह नहीं है, बल्कि मस्तमौला लाइफ जीने के बावजूद जिंदगी के फैसलों को लेकर काफी गंभीर हैं।

बिंदास लेकिन जागरूक

लोग आज के यूथ को बिंदास और मॉडर्न कहकर माखौल उड़ाते हैं, लेकिन वह यह भी मानते हैं कि आज की युवा पीढ़ी अपने भविष्य को लेकर काफी सचेत है। सुबह भले ही देर से जागे लेकिन वक्त पर अपना काम पूरा कर लेते हैं। इन्हें वैल मैनेज्ड जिंदगी जीने का सलीका आता है। उन्हें पता है कि उन्हें कब और कैसे अपना काम करना है। भविष्य के लिए सचेत हैं, तभी तो दसवीं और बारहवीं के एग्जाम के बाद छुट्टियों का मजा उठाते हुए भी पढ़ाई करते हैं। बुजुर्ग भी मानते हैं कि आज की यंग जनरेशन वक्त की कदर करती है। तभी ऐसी उम्मीद की जा रही है कि आज के युवा ही भारत की तकदीर बनाएंगे।

समस्याओं का हल है

ऐसा नहीं है कि युवाओं की जिंदगी में सबकुछ ठीक ठाक चल रहा है। कई तरह की सहूलियतें हैं तो समस्याएं भी हैं। पर युवा अपनी समस्या का रोना नहीं रोते। यदि प्रॉब्लम है तो सॉल्यूशन भी है। सबसे बड़ी खास बात यह है कि युवाओं में एकता बहुत है। किसी भी समस्या के लिए वह खड़े होकर लड़ने की कला जानते हैं और तब तक लड़ते हैं जब तक समस्या खत्म न हो जाए। फिर वह कॉलेज की कोई अव्यवस्था के खिलाफ हो या फिर अपनी निजी जिंदगी की कोई समस्या हो। कॉलेज में भी युवाओं की राजनीति के चलते कई अच्छे काम भी हुए हैं। यदि समय पर कोर्स पूरा न हुआ हो या फिर किसी प्रोफेसर ने गलत बात की हो, युवा इन समस्याओं का हल निकालना बखूबी जानते हैं। भई आखिर यह यूथ ही स्टाइल



यूथ स्टाइल एक दम बिंदास

हैं तो बिंदास तो होगी ही।

हर तरह के हैं दोस्त

बुजुर्ग ऐसा सोचते हैं कि आज के यूथ की नजरों में रिश्तों की कोई अहमियत नहीं है। पर ऐसा नहीं है। उनके लिए पेरेन्ट्स और फ्रेंड हर रिश्ता खास मायने रखता है। किसी विज्ञापन की टैग लाइन 'हर एक फ्रेंड जरूरी होता है' यूथ के मामले में सच बैठती है। दोस्ती और संबंधों में उन्हें वफा की तलाश रहती है। जिसके गुप में ज्यादा फ्रेंड होंगे, उसकी बात ही अलग होती है। कुछ पढ़ाकू, तो कुछ मस्ती मारने वाले दोस्त, कुछ प्लर्ट किस्म के तो कुछ गुंदागर्दी में नंबर वन, यानी दोस्तों की लिस्ट में हर कटेगरी का फ्रेंड जरूरी है।

नियम में नहीं बंधना

यूथ अपने नियम खुद बनाना चाहते हैं। जिंदगी को जीने की उनकी अपनी शर्तें हैं। वे बंधे-बंधाए ढर्रे पर जीना पसंद नहीं करते। लकीर के फकीर नहीं बने रहना चाहते। वे चाहते हैं कि अपने नियम खुद बनाएं। आज का यूथ इन बातों को स्टाइल से जोड़कर देखता है और वह स्टाइल व टशन से कोई कम्प्रोमाइज नहीं करना चाहता।

यह सही है कि जीने के हैं चार, बाकी है बेकार दिन, एक बार जो जाए, जवानी फिर न आए। किन्तु इसी उम्र में लोग ऐसे काम कर जाते हैं कि उन्हें ताउम्र पछताना पड़ता है। अतः अपने यूथ को एंजॉए करो लेकिन जरा संभल के। ■



सेक्स और नैतिक सवाल

■ नैतिकता



साजन एम. जॉर्ज
डोन बोस्को, चेन्नई

आज के बच्चों का बचपन खतरे में है। बच्चों में समय से पूर्व सेक्स की तरफ झुकाव की बात आज सर्वमान्य है। खानपान में पोषक पदार्थों के बढ़ने से शरीर का विकास बहुत तेजी से हो रहा है। भारत जैसे गर्म जलवायु वाले देश में बच्चे समय से पहले बड़े हो जाते हैं। अब तो यह मांग भी हो रही है कि लड़कियों की शादी की उम्र 18 से घटा कर 16 साल की जाये। यह संकेत है और बिल्कुल स्पष्ट भी है। क्लासरूम में किशोरों के बीच गॉसिप में सेक्स संबंधी विषय आम हैं। कहा जाता है कि बच्चे नकलची होते हैं। वह बहुत जल्दी सीखते हैं। बुरी बातों को तो और जल्दी ग्रहण करते हैं।

सेक्स को लेकर भारतीय समाज में जिज्ञासा बढ़ी है। गूगल के अनुसार, वर्ष 2010 में सर्च इंजन में सबसे ज्यादा 'सेक्स' खोजने वाले 10 शहरों में सात भारत के हैं। लखनऊ और कोलकाता दूसरे व तीसरे नंबर पर हैं। पांचवें से लेकर नौवें स्थान पर क्रमशः पुणे पांचवें, नयी दिल्ली, बेंगलुरु, चेन्नई और मुंबई हैं। पहले स्थान पर कोलंबो, लाहौर चौथे और हनोई

10वें स्थान पर है। देशों की बात करें तो पाकिस्तान सेक्स खोजने में सबसे आगे रहा है। भारत, वियतनाम के बाद तीसरे स्थान पर रहा। यह बताता है कि भारत और पाकिस्तान के लोगों के दिमाग में सेक्स को लेकर कितनी उथल-पुथल है।

एक खबर जो और भी चिंताजनक है, वह है किशोर-किशोरियों में समलैंगिकता की तरफ झुकाव। उन्हें अपने संबंधों को जगजाहिर करने में जरा भी हिचक नहीं है। उनके बीच इस रिलेशनशिप को लेकर कौतुहल है और वे इसे अपना भी रहे हैं। विशेषज्ञ बता रहे हैं कि भारत सेक्स क्रांति के दौर से गुजर रहा है।

यौन संबंधों से जुड़े कुछ ऐसे मामले सामने आये हैं, जिनमें बच्चों की उम्र महज 12 साल है। बेंगलुरु की एक साइकोथेरेपी क्लीनिक के काउंसलिंग हेड गौराई उड्डानवाडीकर का कहना है कि शहरी भारत में सेक्स को लेकर खुलापन काफी बढ़ा है। अब इसे गुपचुप रखने की प्रवृत्ति कम हो रही है। किशोरावस्था और उससे पूर्व बच्चे जो कुछ देखते-सुनते हैं, उसके बारे में प्रयोग करना चाहते हैं। आज बच्चे समलैंगिकता के बारे में बहुत कुछ सुन रहे हैं, इसलिए इसे आजमाने की दर भी बढ़ रही है। समलैंगिकता के प्रति कानून में ढील दिये जाने से यह काफी हद तक बढ़ा है। यह वास्तव में एक चिंता का विषय है।

काउंसलर इतिश्री भगत दिल्ली के एक प्रतिष्ठित स्कूल से जुड़ी हुई हैं। उनका कहना है कि को-एड स्कूलों में भी समलैंगी साथियों के प्रति आकर्षण देखने को मिल रहा है। तीन वर्ष पहले यदि हर साल

खानपान में पोषक पदार्थों के बढ़ने से शरीर का विकास बहुत तेजी से हो रहा है। भारत जैसे गर्म जलवायु वाले देश में बच्चे समय से पहले बड़े हो जाते हैं। अब तो यह मांग भी हो रही है कि लड़कियों की शादी की उम्र 18 से घटा कर 16 साल की जाये।

दो छात्र अपने समलैंगिक संबंधों को लेकर बात करने सामने आते थे, तो अब यह संख्या सालाना पांच से अधिक हो गयी है। दिल्ली की ही एक अन्य काउंसलर भावना बर्नी के अनुसार स्कूली विद्यार्थियों के समलैंगिक रिश्तों के मामलों में 20 प्रतिशत वृद्धि हुई है। यह प्रवृत्ति बड़े शहरों के पोश स्कूलों के बाँ में बहुतायत रूप में देखी जा रही है।

रांची की कहानी भी कुछ अलग नहीं है। शिक्षाविद् मालिनी भगत कहती हैं, इन दिनों किशोरों में पता नहीं कहाँ से इतना साहस आ गया है कि वे इस तरह के रिश्तों के बारे में बड़ी सहजता से बातें कर रहे हैं। पांच साल पहले और आज की स्थिति में फर्क केवल बढ़ती संख्या भर नहीं है, बल्कि बच्चों के एटीट्यूड को लेकर भी है। लेकिन ज्यादातर माता-पिता इसे सहजता से नहीं ले पाते।

जिस तरह से रेप और यौन शोषण के मामले सामने आ रहे हैं और जिस तरह से मीडिया में इन बातों को बताया जा रहा है, उससे बच्चों में यह बात घर कर रही है कि विपरीत लिंग वाले व्यक्ति से संबंध बनाना खतरनाक है।

बेंगलुरु की मनोवैज्ञानिक सुलता शेनाय कहती हैं कि मां-बाप बच्चों के विपरीत लिंगी संबंधों को लेकर डरे हुए होते हैं। इसलिए बच्चों को समलिंगी मित्रता के लिए प्रोत्साहित करते हैं। लेकिन धीरे-धीरे यह संबंध सेक्स तक पहुंच जाता है।

चूंकि किशोरावस्था से पहले बच्चे समलिंगी सहपाठियों के साथ सहज होते हैं और कम उम्र में ही सेक्स की ओर मुखातिब हो रहे हैं, इसलिए वह अपने समलिंगी दोस्त को सेक्सुअल पार्टनर भी बना लेते हैं।

लेकिन हर कोई इसे संकट की स्थिति नहीं मानता। शेनाय कहती हैं कि 10 से 17 साल की उम्र ही ऐसी होती है, जब शरीर में कई तरह के यौन बदलाव होते हैं। हार्मोन बढ़ते-घटते हैं। इससे बच्चे के दिमाग में सेक्स को लेकर भ्रम की स्थिति उत्पन्न होती है। इसलिए उसके मन में यह जिज्ञासा रहती है कि वह सेक्स के बारे में जाने और उसे प्रयोग में भी लाकर देखें।

चेन्नई में ईस्ट-वेस्ट काउंसलिंग सेंटर की निदेशक मैगडेलीन जयारत्नम के अनुसार, नौजवान अपने शरीर को लेकर बड़े गंभीर होते हैं। उनके शरीर में कुछ भी परिवर्तन होने पर वह तुरंत रिएक्ट करते हैं। वे यह जानने की कोशिश करते हैं कि आखिर उनके शरीर में यह बदलाव कैसे और क्यों हो रहा है? इसलिए जिन दोस्तों पर उन्हें भरोसा होता है, उसके साथ ही प्रयोग करते हैं।

नौजवानों के दिमाग में जो कुछ सवाल हैं, उनके हल ढूँढे जाने चाहिए। इसलिए स्कूलों में सेक्स एजुकेशन को और अच्छी तरह लागू किये जाने की जरूरत है।

अभिभावकों को यह स्वीकार करना होगा कि बच्चे जैसे-जैसे बड़े होने लगते हैं, वैसे-वैसे उनमें यौन भावना बढ़ती जाती है। यह नैसर्गिक है। बच्चों को समझाना होगा कि सेक्स क्या है, यौन व्यवहार क्या है? एक समाज के रूप में अब समय आ गया है कि हम इन मुद्दों पर बात करें और भूल कर भी इसे टालने की कोशिश न करें। अगर समाज के लोग माता, पिता, शिक्षक – आदि यौन संबंधों के बारे नहीं बताएंगे तो बच्चे खुद से इनके बारे जानने का प्रयास करेंगे।

बच्चों को यह बताया जाना चाहिए कि कैसे इस तरह के संबंधों से पेश आया जाये। बच्चों को यह बताना होगा कि ऐसे संबंधों का अस्तित्व है और उन्हें इसका दायरा समझाना होगा। विशेषज्ञों की राय है कि ऐसे संबंधों से निबटने में माता-पिता की भूमिका सबसे महत्वपूर्ण है। उन्हें अपने बच्चों के साथ दोस्ताना व्यवहार करना चाहिए।

अभिभावकों को यह स्वीकार करना होगा कि बच्चे जैसे-जैसे बड़े होने लगते हैं, वैसे – वैसे उनमें यौन भावना बढ़ती जाती है। यह नैसर्गिक है। इस पर हाय-तौबा मचाने से कुछ नहीं होने वाला, बल्कि शांतिपूर्वक अपने बच्चों को समझाना होगा कि सेक्स क्या है, यौन व्यवहार क्या है? एक समाज के रूप में अब समय आ गया है कि हम इन मुद्दों पर बात करें और भूल कर भी इसे टालने की कोशिश न करें।

यौन भावना स्वाभाविक है। इसकी पवित्रता बनाए रखने के लिए जरूरी है कि समाज बढ़ते बच्चों को इसके बारे सही जानकारी मुहैया कराए। अगर समाज के लोग – माता, पिता, शिक्षक – आदि यौन संबंधों के बारे नहीं बताएंगे तो बच्चे खुद से इनके बारे जानने का प्रयास करेंगे। इंटरनेट, सस्ती पत्रिकाएं और दोस्त उन्हें सही जानकारी नहीं दे सकते।

यौन युवाओं के लिए एक महत्वपूर्ण विषय है, इसके संबंध में सही जानकारी आवश्यक है। गलत रिश्ता ज़िदगी बरबाद करने के लिए काफी है। ■

लघुकथा

शैतान की दुकान



ब दलती हुई दुनिया के साथ कदम मिलाकर चलने की इच्छा से शैतान ने यह तय किया कि वह अपने प्रलोभनों के पुराने स्टॉक को सस्ते में निकाल देगा। उसने अखबार में इसके लिए एक विज्ञापन भी छपवा दिया और उसकी दुकान में ग्राहकों की भीड़ लगने लगी।

टेबलों पर करीने से सजाया हुआ सामान दिखने में शानदार और अच्छी हालत में थे। सत्य के मार्ग पर चलने वालों की राह में अटकाने के लिए छोटे-बड़े रोड़े थे। आत्म-गर्व को बढ़ा-चढ़ाकर देखने के लिए स्वच्छ दर्पण थे। ऐसे चश्मों भी थे जिन्हें लगाने पर दूसरे दो कौड़ी के जान पड़ते थे। कुछ चीजों को दीवार पर टांगा गया था – इनमें पीठ-पीछे वार करने के लिए पैसे खंजर तथा झूठ और प्रलाप को सुनाने वाले टेप-रिकार्डर नई जैसी हालत में थे।

इनकी कीमत की चिंता न करें – शैतान ने घोषणा की। इन्हें आज अपने घर ले जाएं और किशतों में सुविधानुसार दाम चुकाएं।

एक आगंतुक ने देखा कि दुकान के एक कोने में दो पुराने औज़ार उपेक्षित से पड़े हुए थे और उनकी ओर किसी का भी ध्यान नहीं गया था। उनपर बहुत ज्यादा कीमत लिखी हुई थी। उसने शैतान से इस बाबत पूछा। ओह, ये तो मेरे पसंदीदा औज़ार हैं। वे घिसे हुए हैं क्योंकि मैंने उन्हें बहुत इस्तेमाल किया है – शैतान ने हंसते हुए कहा। यदि लोगों का ध्यान उनकी ओर जाएगा तो वे खुद को उनसे बचाना सीख जाएंगे। जो भी हो, उनपर लिखी हुई कीमत बिल्कुल वाजिब है। इनमें से एक संदेह है और दूसरा है हीन भावना। बाकी सारे प्रलोभन कभी-न-कभी काम करना बंद कर सकते हैं लेकिन ये दोनों अपना काम हमेशा बखूबी और बेखटके करते रहते हैं। ■

आदत



अमोल कुजूर
अंबिकापुर

शराब में डूबता युवा वर्ग

कि शोरों में किस तरह शराबखोरी बढ़ रही है, इस पर एसोचैम (एसोसिएटेड चैंबर ऑफ कॉर्म्स एंड इंडस्ट्री आफ इंडिया) की रिपोर्ट आयी है। आंकड़े चौंकाने वाले हैं। एसोचैम सोशल डेवलपमेंट फाउंडेशन (एसडीएफ) के सर्वेक्षण के मुताबिक, भारत में छात्र-छात्राएं प्रति वर्ष 3500-4500 रुपये शराब पर खर्च करते हैं। यह कोल्ड ड्रिंक्स, जूस, चाय, दूध, काफी, सिनेमा टिकट या किताबों पर हुए खर्च से भी ज्यादा है। भारत में शराब की खपत में सालाना वृद्धि दर 30 प्रतिशत से अधिक है। अभी देश में इसकी खपत 670 करोड़ लीटर है, जो 2015 तक बढ़कर 1900 करोड़ लीटर सालाना तक पहुंच जायेगी।

सर्वेक्षण के मुताबिक, मेट्रो शहरों में 12वीं कक्षा में पढ़ने वाले 45 प्रतिशत विद्यार्थी शराब पीते हैं।

कभी-कभी इंसान शराब नहीं भी पीकर घर आता है तो उसकी पत्नी उस पर इस विश्वास के साथ उसका मुंह सूंघने लगती है कि वह शराब जरूर पीकर आया होगा। जबकि ऐसा नहीं करना चाहिए इससे उसके पति पर इस बात का गहराई से दुख पहुंचता है।

महीने में कम से कम पांच-छह बार बंगलुरु जिसे पब और बार की राजधानी कहा जाता है, की स्थिति चिंताजनक है। बार मालिकों का कहना है कि विद्यार्थी प्रायः उनके यहां आते हैं। किशोर आम तौर पर 300 से 800 रुपये शराब पर खर्च करते हैं। सप्ताहांत में तो वे 2500-3000 रुपये तक खर्च कर देते हैं। बंगलुरु में कई जगहों पर, जहां स्कूल नजदीक हैं, बार या पब में 'हैपी आवर्स' जैसी व्यवस्था है। बच्चों स्कूल-कॉलेज से निकले और सीधे पब पहुंचे। प्रवेश के लिए उम्र भी नहीं पूछी जाती।

इस सर्वेक्षण में दो हजार से ज्यादा किशोरों को शामिल किया गया। सभी की उम्र 15-19 वर्ष के बीच थी। इनमें से जो शराब पीते हैं, उनमें 46 प्रतिशत ने कहा कि वे खुद को बड़ा दिखाने के लिए शराब पीते हैं। 32 प्रतिशत ने कहा कि जब वे खिन्न होते हैं, तब शराब पीते हैं। 18 प्रतिशत ने अकेले पीने और 15 प्रतिशत ने बोर होने पर शराब पीने की बात कही। सर्वे में यह भी सामने आया है कि बच्चों में शराबखोरी की बढ़ती प्रवृत्ति का संबंध उनकी पारिवारिक पृष्ठभूमि से भी है। जिन परिवारों में आपस में झगड़े होते हैं, बच्चों के बिगड़ने में अहम भूमिका निभाते हैं। मां-बाप और बच्चे के बीच संवादहीनता भी एक महत्वपूर्ण कारण होता है।



शराबखोरी का संबंध भौतिक उन्नति से भी है। केरल और पंजाब, भारत के सबसे समृद्ध राज्यों में गिने जाते हैं। इन दोनों राज्यों में शराब खपत की दर सबसे अधिक है। पूरे देश में कुल शराब खपत का 30 फीसदी सिर्फ केरल और पंजाब में होता है। मेट्रो शहरों का हाल और भी चिंताजनक है। राजधानी दिल्ली की एक संस्था कम्युनिटी अगेंस्ट ड्रंकेन ड्राइविंग के एक सर्वे के अनुसार, 16 से 18 वर्ष की आयु वाले बच्चों में से एक तिहाई पब या बार में शराब पीते हैं। बड़े शहरों में समृद्धि तो खूब आयी है, पर उसी अनुपात में ऊब और नीरसता ने भी जिंदगी में पैठ बना ली है।

पहले उत्सवों में आनंद के लिए शराब पी जाती थी। अब जीवन की नीरसता और ऊब से छुटकारे के लिए शराब पी जाती है। इस तरह उन समूहों में जिनका काम सबसे नीरस है या जिंदगी अर्थहीन बन गयी है, शराबीपन सबसे अधिक फैल रहा है।

आज लड़के-लड़कियों के पास कम उम्र से ही काफी पैसे रहते हैं। उनमें बचत की आदत नहीं होती। इस तरह खुली छूट मिलती है, तो वे धीरे-धीरे नशे की ओर बढ़ जाते हैं। एक तरह से शराब आधुनिक होने का पर्याय बन गयी है।

रोहन ने दोस्तों की जिद पर बर्तडे पार्टी रखी। घर से अनुमति लेकर वह दोस्तों के साथ निकला। उसने कभी नशा नहीं किया था। लेकिन दोस्तों के दबाव में उसने बीयर पी ली। उसके दोस्त अक्सर उसे उलाहना देते कि पुराने ख्यालों से निकल और जिंदगी के मजे ले। एक साल के दौरान दोस्तों की संगत में रोहन ने शराब पीनी शुरू कर दी। घर से मिलनेवाले जब खर्च से यह संभव नहीं था। इसलिए रोहन और उसके दोस्तों ने छिन्नेती शुरू कर दी। घरवालों को यह सब तब पता चला, जब पुलिस ने दोस्तों समेत रोहन को धर दबोचा। रोहन जैसी कहानी आपको हर बड़े शहर के गली-मोहल्ले में मिल जायेगी। सवाल है कि आखिर इन सब प्रवृत्तियों के बढ़ने का कारण क्या है? नशे की बढ़ती लत पर रोक लगाने में हमारा समाज क्यों विफल रहा है? आधुनिकता के हमारे प्रतिमान ऐसे क्यों हैं? तमाम कानूनी रोकथाम और पाबंदियों के बावजूद हम नशाखोरी को रोक क्यों नहीं पा रहे? आज कोई भी पर्व-त्योहार, उत्सव, मौका जाम छलकाये बिना अधूरा माना जाता है। बीते साल दिल्ली के एक स्कूल परिसर में फ्रेंडशिप डे के नाम पर शराब पीते हुए 14 छात्राएं पकड़ी गयीं।

नया साल हो या होली-दीपावली, हर साल शराबियों पर नियंत्रण के लिए पुलिस को भारी-भरकम बंदोबस्त करना पड़ता है। यह दर्शाता है कि हम किस हद तक इन बुराइयों को अपने समाज की संरचना में बसा चुके हैं और ये बुराइयां ही अब हमें



डरा रही हैं, जिन पर अब हम काबू नहीं पा सकते और जिनसे बचने की गुहार लेकर अब हमें पुलिस प्रशासन की शरण में जाना पड़ रहा है। शराब के प्रति आसक्ति समझने के लिए नागरिक उड्डयन मंत्रालय के आंकड़ों पर अगर गौर करें, तो पिछले तीन सालों में शराब पीकर विमान उड़ाने की कोशिश करनेवाले 67 पायलटों को परीक्षण के दौरान पकड़ा गया। सोचिए, अगर ये पायलट विमान उड़ाने में सफल रहते तो क्या होता। आज यह बुराई केवल दिल्ली जैसी शहर की समस्या नहीं है, बल्कि गांव-देहात तक इसकी समान पकड़ है। गांव-कस्बों में शाम होते ही सड़क के किनारे और टेकों पर ऐसे जमावड़े लगते हैं, जैसे कोई उत्सव मनाया जा रहा हो।

छह माह में शराब बिक्री से आबकारी विभाग ने 603.31 करोड़ रुपये का राजस्व प्राप्त किया, जो पिछले साल की इसी अवधि की तुलना में 16.81 फीसदी अधिक था। सवाल है कि अगर आर्थिक लाभ को सामाजिक नफे-नुकसान से ऊपर देखा जाने लगे, तो कैसे नशाखोरी जैसी समस्याओं पर काबू पाया जा सकेगा?

शराबखोरी बच्चों को किस तरह नैतिक पतन की राह पर ले जा रही है। शराब पीने की आदत के चलते किशोरों के बीच यौन संबंधों को बढ़ावा मिल रहा है। ब्रिटेन के डॉक्टरों ने चेताया है कि इससे असमय गर्भधारण और कई तरह की बीमारियों को आमंत्रण दिया जा रहा है। रॉयल कॉलेज ऑफ फिजिशियन, लंदन ने अपने अध्ययन में कहा है कि 14-15 साल की लड़कियों में से 20 फीसदी ने माना है कि वे यौन संबंध से पूर्व शराब पीती हैं। वहीं 16-30 वर्ष की 80 प्रतिशत लड़कियां यौन संबंध से पूर्व शराब पीती हैं। बच्चों को शराब पीने की प्रेरणा फिल्मों और टीवी विज्ञापनों से भी मिल रही है। हाल ही में दुबई में हुई कॉर्डियोलॉजी की विश्व कांग्रेस में एक नया अध्ययन प्रस्तुत किया गया। इसमें कहा

गया है कि बॉलीवुड फिल्मों भारतीय किशोरों में शराब पीने की प्रवृत्ति को बढ़ावा दे रही हैं। आस्ट्रेलिया में हुए एक अन्य अध्ययन के मुताबिक टीवी पर प्रसारित होने वाले शराब के विज्ञापन बच्चों को इसके सेवन के लिए ललचाते हैं। करीब दो महीने तक किए गये इस अध्ययन में यूनिवर्सिटी ऑफ वेस्टर्न ऑस्ट्रेलिया के शोधकर्ताओं ने पाया कि पांच राजधानियों में दिखाये गये 2810 शराब के विज्ञापनों में से आधे ऐसे समय में दिखाये गये थे जब इस बात की संभावना थी कि 25 फीसदी बच्चे टीवी देख रहे होंगे। कई लोग तर्क देते हैं कि नशाखोरी के पीछे दर्द या गम को भुलाने की मानसिकता काम करती है। कई लोग इन उत्पादों को स्वास्थ्य के लिए बेहतर करार देने का भी प्रयास करते हैं। इस बात में पड़ने से अच्छा है कि इसके मानसिक प्रभावों को देखा जाये। नशा इंसान की मानसिक स्थिति को बदल देता है। लोग इसकी लत में अपना घर-परिवार और कैरियर तक तबाह कर डालते हैं। हमारे समाज में ऐसे उदाहरण भरे पड़े हैं।

आज नशा शहरी संस्कृति का हिस्सा बनता जा रहा है। नशा करने वाले अपनी गलती छिपाने के लिए इसे आधुनिकता से जोड़ने की कोशिशें कर रहे हैं। ऐसे में जरूरी हो जाता है कि समाज से इस मानसिकता के खिलाफ आवाज उठे। ताकि हमारे किशोर और आनेवाली पीढ़ियां अच्छे और बुरे का फर्क पहचान सकें। कभी-कभी इंसान शराब नहीं भी पीकर घर आता है तो उसकी पत्नी उस पर इस विश्वास के साथ उसका मुह सूंघने लगती है कि वह शराब जरूर पीकर आया होगा। जबकि ऐसा नहीं करना चाहिए इससे उसके पति पर इस बात का गहराई से दुख पहुंचता है और वह गुस्से में और अधिक शराब पीने का मन बनाने लगता है। इन बातों के साथ मैं अपनी बात खत्म करना चाहूंगा। नशा कैसा भी हो, बुरा ही होता है। ■

खिलाड़ी



फा. गोडविन बा:
डोन बोस्को, दिल्ली

हॉकी के नाम पर रोना क्यों



राष्ट्रीय खेल की दुर्गति का नया रिकॉर्ड, हॉकी के खेल में जुड़ा काला अध्याय, आदि—आदि अनेक हेडलाइन आज के समाचार पत्र की भारी भरकम सुर्खियों में शामिल हैं। वास्तव में यह एक शर्मनाक बात है कि क्रिकेट के देश में प्रोत्साहन के अभाव में हॉकी की दुर्दशा की मार्मिक कहानी गढ़ी जा रही है। इस बारे में सबका अपना-अपना नजरिया हो सकता है। लेकिन सत्य यही है कि हॉकी भले ही सरकारी दस्तावेजों में राष्ट्रीय खेल हो मगर इस खेल की लोकप्रियता देश में ही कितनी है, इसका अंदाजा लगाना मुश्किल नहीं है। हॉकी के साथ सदैव ही दोगधरे का व्यवहार होता आया है। इसकी साख को कभी भी चमकाने का प्रयास नहीं किया गया, कागजी कार्यवाहियों या व्यर्थ की बयानबाजी को छोड़कर।

आज कमसे कम इस बात की खुशी तो हो रही है कि प्रायः सभी समाचारपत्रों के मुखपृष्ठ पर भारतीय हॉकी की दुर्दशा पर लम्बे-चौड़े वक्तव्य छपे हैं। देश के मीडिया का यह रूप कई लोगों को सराहनीय लग सकता है कि राष्ट्रीय खेल में आ रहे पतन के लिए वो जागरूक है। परंतु यह मीडिया की जागरूकता कम उसकी मजबूरी है। चूंकि देश में इस समय कोई क्रिकेट सीरीज नहीं चल रही और न ही क्रिकेट टीम किसी

हाल के समय ने भारतीय हॉकी टीम ने वर्ल्डकप के लिए क्वालीफाई किया। जूनियर हॉकी टीम ने इंग्लैंड को हरा कर जूनियर लेवल वर्ल्ड कप में तीसरा स्थान हासिल किया।

देश के दौरे पर है। इसलिए मीडिया को कुछ तो दिखाना या छापना ही है तो हार को ही क्यों ना भुनाया जाए। इन विचारों को अन्यथा भी लिया जा सकता है परंतु सच यही है। निःसंदेह यदि क्रिकेट की कोई सीरीज चल रही होती तो समाचार पत्रों में दो-तीन कॉलम से अधिक की जगह इस समाचार को नहीं मिलती। अथवा क्या कारण हो सकता है कि क्रिकेट अथवा टेनिस खिलाड़ियों को छोड़कर कभी भी ऑफ सीजन में हॉकी खिलाड़ियों का जिक्र तक नहीं होता। कभी किसी हॉकी खिलाड़ी को हाईलाइट नहीं किया जाता, उनके इंटरव्यूह एक्सक्लूसिव के ठप्पों के साथ चैनलों पर नहीं चलते। और तो और शायद बहुत कम लोगों को पता हो कि हॉकी टीम का कप्तान कौन है।

कमोवेश यही स्थिति देश के नेताओं की

भी है। ऑस्ट्रेलिया में क्रिकेट सीरीज जीतने के बाद प्रधानमंत्री, राष्ट्रपतिजी सहित सभी ने जीत पर खिलाड़ियों को बधाई दी परंतु हॉकी की इस दुर्दशा में किसी नेता या राज्य सरकार ने इस बात की घोषणा नहीं की वो अपने-अपने स्तर पर हॉकी को प्रोत्साहन देने का कार्य करेंगे। संभवत एक मात्र कांग्रेस पार्टी के महासचिव राहुल गांधी ने हॉकी संबंध में कोई टिप्पणी की है।

वास्तव में हॉकी की दुर्दशा का जिम्मेवारी किसी पर नहीं थोपी जा सकती। हां ऐसे अवसर में शाहरुख अभिनित फिल्म 'चक दे इंडिया' का एक संवाद बरबस याद आता है कि इस देश में कोई खेल खेलना है तो क्रिकेट खेलो। यदि उक्त फिल्म में उठाए गए मुद्दों को आज के परिप्रेक्ष्य में देखें तो सहज ही समझ आ जाता है कि हॉकी की यह व्यथा नई नहीं है। हॉकी में सुधार के लिए भले ही इंस्टेंट कॉफी की तरह कार्यवाही नहीं की जा सकती है। ऐसी स्थिति में यही आशा करनी चाहिए की इस हार के बाद हॉकी को बचाने के लिए एक सार्थक पहल मीडिया, सरकार, आईएचएफ तथा देश के तमाम बड़े प्रायोजकों द्वारा की जाएगी।

हाल के समय ने भारतीय हॉकी टीम ने वर्ल्डकप के लिए क्वालीफाई किया। जूनियर हॉकी टीम ने इंग्लैंड को हरा कर वर्ल्ड कप जूनियर लेवल में तीसरा स्थान हासिल किया। यह गर्व की बात है। ■

शिक्षा हो कला, साहित्य, खेल का संगम



भारतीय मां-बाप और शिक्षक यहां तक कि भारतीय स्कूल, कॉलेजों के प्रबंधक भी पढ़ाई के काहर की गतिविधियों को बहुत कम महत्व देते हैं। हमारे यहां शिक्षा का मतलब सिर्फ अकादमिक पढ़ाई है। शिक्षा का मतलब छात्र-छात्रा के संपूर्ण व्यक्तित्व को निखारना बहुत ही कम लोग समझते हैं। संपूर्ण शिक्षा का मतलब सिर्फ कोर्स की पढ़ाई नहीं। खेलना, ज्ञान-विज्ञान, प्रयोग, परीक्षण, कलाबोध, कोर्स से उत्तर पुस्तकों का अध्ययन आदि कई चीजें इसमें आती हैं।

मगर भारतीय मां-बाप इन सब चीजों को समय की बर्बादी समझते हैं। अतः वे पाठ्येत्तर गतिविधियों में संलग्न होने वाले बच्चे को रोकते हैं। बच्चे के हाथ में उपन्यास है तो वे छीन लेते हैं, बल्ला छुपा देते हैं, खेलने आने वाले उनके साथियों को दरवाजे से ही भगा देते हैं। इस तरह वे बच्चे का नुकसान करते हैं।

बच्चों को खेलकूद में रुचि लेने देना जरूरी है, क्योंकि खेल सुस्ती को तोड़ता है, आलस्य को डंडा मारकर भगा देता है, शरीर और मन दोनों में जोश का संचार करता है। खेलने के लिए शरीर और दिमाग का तालमेल आवश्यक है, खेलने से व्यक्ति का बैलेंस सुधरता है। निशाने के अभ्यास, कैच लेने, टोल मारने आदि से एकाग्रता बढ़ती है। यह सब बहुत फूर्ति से करना होता है। अतः खिलाड़ी व्यक्ति में गजब का

चौकन्नापन होता है।

सामूहिक खेल टीम-भावना का विकास करते हैं, जो आजकल के एकल परिवार और इकलौते बच्चों के कारण अलग से विकसित करना जरूरी हो गया है। टीम में खेलने वाले बच्चे 'अककलखोरे' नहीं बनते, 'बांट-चूट के खाना बैकुंठ में जाना' वाली संस्कृति का हिस्सा बनते हैं। शारीरिक रूप से भी खेल स्टाмина विकसित करते हैं, मांसपेशियां बनाते हैं, सही रक्त-संचार करते हैं। इसके अलावा दौड़ना, साइकिल चलाना, तैरना जैसी गतिविधियां कार्डियो एक्सरसाइज भी हैं। ये व्यक्ति को तंदुरुस्त रखते हैं। खेलने वाले बच्चों में संघर्ष का माहा बनता है। खेलने वाले का मेटाबोलिज्म यानी पाचन सुधरता है। अतः ऐसे लोगों का शरीर कैलोरी बर्न करने में भी सुस्ती नहीं दिखाता। लिहाजा, मोटापा भी खिलाड़ियों से दूर रहता है और उत्साह उनकी शिराओं में हमेशा बहता है। खिलाड़ी कभी कंधे झुकाकर नहीं चलता। खेलने वाले व्यक्ति का पॉश्चर सुधरता है, वह सीधा तनकर उठता है, बैठता और चलता है जिससे उसके व्यक्तित्व में आत्मविश्वास की प्रतीति होती है।

बच्चे यदि कोर्स से अलग किताबें पढ़ रहे होते हैं तो यह अच्छा ही है। इससे उनका भाषा-ज्ञान विकसित होगा, शब्द-विन्यास सुधरेगा और अभिव्यक्ति

पुख्ता होगी। ज्ञान की शक्ति और स्वयं को उम्दा तरीके से अभिव्यक्त कर लेने की क्षमता उनके आत्मविश्वास में इजाफा करेगी। पढ़ने की आदत से उन्हें इंसानी मनोविज्ञान समझने में भी आसानी होगी। पुस्तकें उन्हें परिपक्व बनाएंगी। इसी तरह पेंटिंग आदि में रुचि व्यक्ति को तनावमुक्त तो करती ही है, उसमें कलाबोध भी विकसित होता है।

कलाओं को सराहने और अपनाने वाले व्यक्ति में एक विशिष्ट नजर विकसित हो जाती है। पेंटिंग न सिर्फ प्रतियोगिताओं में जाने के लिए है, न सिर्फ पैसा कमाने के लिए है बल्कि यह तो आत्मा को तरबतर करने वाली विधाएं हैं। इनसे यदि आने वाली पीढ़ी शुद्ध कला के दृष्टिकोण से भी जुड़ती है तो न सिर्फ उसका सौंदर्यबोध बढ़ता है, बल्कि उन्हें जीवन की सुंदरता को देखना आ जाता है, उनके व्यक्तित्व में आध्यात्मिक निखार भी आता है।

दरअसल, लोग हर चीज को बाजार और प्रतिस्पर्धा के तौर पर देखने लगे हैं। यह भौतिकतावादी नजर सामाजिक भ्रष्टाचार को बढ़ा रही है, क्योंकि भौतिकतावाद का बोलबाला यह भ्रम देता है कि पैसा बना लेने की क्षमता के अलावा और कोई चीज उपलब्धि है ही नहीं। जीवन में कई गतिविधियां ऐसी हैं, जो पैसा बनाएं न बनाएं, जीवन को सुंदर बनाती हैं। इन गतिविधियों के लिए न किसी को धोखा देने की जरूरत है, न किसी का ईमान खरीदने की, बस जीने की जरूरत है खूबसूरत ढंग से। ■

■ मेल-मिलाप



फा. सुनील बारला
सेक्रेड हार्ट कॉलेज, शिलॉंग

परिवार



भूषण खलस्रो
डोन बोस्को



‘बेटी पढ़ाओ, देश बढ़ाओ’

आज हमारे देश में सभी को मौलिक अधिकार प्राप्त है। जो हमें अनेक प्रकार की स्वतंत्रता देते हैं। धार्मिक स्वतंत्रता, आर्थिक स्वतंत्रता, अपने विचार व्यक्त करने की आजादी, मत देने का अधिकार आदि प्रमुख हैं। पर एक अधिकार ऐसा है जिसे पाने में हमें कई वर्ष लग गये। वो है सभी को शिक्षा का अधिकार।

‘आज के बच्चे कल का भविष्य हैं’ अतः उन्हें शिक्षा के अवसर अवश्य मिलने चाहिए। शिक्षा के बगैर प्रगति एवं एक बेहतर जीवन असंभव है। पर इन अवसरों में लड़के और लड़कियों के बीच भेदभाव का फार्मूला न हो। जो वर्तमान परिप्रेक्ष्य में तर्कसंगत है।

लड़कियों के लिए अवसर कम

आज हम अगर सभी राज्यों में लड़के लड़कियों के साक्षरता का प्रतिशत देखें तो काफी चौकाने वाले आंकड़े सामने आएंगे। ज्यादातर राज्यों में लड़कियों की शिक्षा पर कोई तवज्जो नहीं दी जाती है। आज भी हमारे समाज में लड़कों का पढ़ना जरूरी माना जाता है क्योंकि वो परिवार का नाम रोशन करेंगे और लड़की अगर किसी तरह स्कूली शिक्षा प्राप्त कर ले और आगे पढ़ना चाहे तो उसे यह कहकर रोक दिया जाता है कि तुम आगे पढ़कर क्या करोगी तुम्हें तो चूल्हा चौका संभालना है। वो गुर सीख

लो। तो तुम्हारे काम आयेंगे। लड़का आगे पढ़ना चाहे तो उसकी हर इच्छा पूरी की जाती है। चाहे वो उचित हो या अनुचित क्योंकि वो कमाऊ सपूत बनेगा उसकी आमदनी से घर चलेगा। पर क्या अगर बेटी आगे पढ़कर जॉब करे तो क्या वो कमाऊ सुपुत्री नहीं बन सकती। पर यह परंपरावादी सोच को बदलना चाहिए और यह बदलाव तभी आएगा जब हमारे देश में लड़कियों को शिक्षित होने के ज्यादा अवसर मिलेंगे। तभी तो शिक्षा का अधिकार बिल की सार्थकता पूर्ण होगी।

बेटियां हैं स्मार्ट

वर्तमान में शिक्षा के कम अवसर होते हुए लड़कियां पढ़ाई के क्षेत्र में लड़कों को मात दे रही हैं। आज आप लड़कियों को पढ़ाई के साथ व्यापार, कला, खेल, पर्वतारोहण, अंतरिक्ष क्षेत्र में आगे बढ़ता देख रहे हैं। उनकी उपलब्धियों को देख कर भी कुछ लोग अपनी सोच में बदलाव को तैयार नहीं हैं। अगर परिवार में शिक्षित मां हो तो कन्याओं के प्रति सोच सुधरेगी। कुछ आंकड़ों के अनुसार जन्म के बाद कन्या शिशु की जितनी माँतें हुई हैं जो अब कुछ और ज्यादा हो गई हैं।

घट रही है लड़कियां

अगर ये ही स्थिति रही तो शायद अगले दस सालों में लड़के लड़कियों की

जनसंख्या का अनुपात काफी बढ़ जायेगा। हर एक हजार लड़कों की तुलना में लड़कियां सिर्फ आठ सौ हैं। यह एक खतरे की घंटी है। अगर कन्या को ही मार दोगे तो अपने लिए बहू, पत्नी कहां से लाओगे।

अतः हमारी सरकारों की यह जिम्मेदारी बनती है कि वो अपनी सभी कठिनाइयों से पार पाकर इस बिल को लागू करें और देश की प्रगति में दोनों यानी महिलाओं और पुरुषों को योगदान करने दें।

झारखण्ड का गुमला जिला लड़के-लड़कियों के अनुपात के मामले में अग्रणी है। यह एक आदिवासी बहुल इलाका है। आदिवासियों के परिवार में बेटे-बेटी के बीच भेदभाव नहीं के बराबर है। दोनों को परिवार में समान अधिकार प्राप्त हैं। वस्तुतः आदिवासी परिवारों में बेटी होना शुभ माना जाता है। दूसरी बात यह भी है कि इस इलाके में खीस्तियों की संख्या बहुतायत है, जो जीवन को ईश्वर का वरदान मानते हैं।

नॉर्थ-ईस्ट के कई राज्यों में मां-प्रधान समाज है। अर्थात् शादी करने के बाद लड़का अपना घर छोड़ता है और लड़की के घर आकर रहता है। अतः इन राज्यों में भी बेटियों की बड़ी इज्जत है।

‘हर पल जीने को संघर्ष करती बेटियां... बेटों की चाह में बिना जन्मे ही मर जाती हैं बेटियां’ ■

खेल



गोडविन बा:
डोन बोस्को, दिल्ली

प्रतिबंधित दवा में कई दवाइयां ऐसी हैं, जिनका प्रदर्शन बेहतर करने में कोई योगदान नहीं होता, मगर इन्हें सिर्फ इसलिए शामिल किया गया है क्योंकि एथलीट्स इनका उपयोग करते हैं या ऐसी अफवाह है कि वे इनका उपयोग करते हैं।

खेलों में प्रतिबंधित दवा

डो पिंग यानि प्रतिबंधित दवाओं का सेवन खेल-कूद के क्षेत्र में एक हकिगत है। बहुत से खिलाड़ियों ने इन दवाओं का सेवन किया, वे पकड़े गए और उनका कैरियर बरबाद हो गया। डोपिंग करना खेल में चोरी करने के समान है। यह बेईमानी का काम है। कुछ दवाइयां ऐसी हैं जिनके सेवन से तुरंत ताकत मिलती है, जिसकी बदौलत खिलाड़ी किसी खेल में बेहतर प्रदर्शन कर पाते हैं। किन्तु पकड़े जाने पर न केवल पदक छीन लिया जाता है बल्कि उन्हें खेलने से भी प्रतिबंधित कर दिया जाता है।

भारतीय एथलीट्स के सम्बंध में अखबारी खबरों से पता चलता है कि कई को तो पता तक नहीं है कि वे किन दवाइयों का सेवन कर रहे हैं। अधिकांश एथलीट्स का ख्याल था कि ये दवाइयां पोषण पूरक हैं।

तथ्य यह है कि प्रदर्शनवर्धक दवाइयों का सेवन यानी डोपिंग अंतरराष्ट्रीय खेलकूद में सामान्य बात है। इससे यही समझ में आता है कि भारतीय एथलीट्स का इससे संपर्क अपेक्षाकृत देर से हुआ है। दरअसल डोपिंग वह क्षेत्र है जहां विज्ञान और खेलकूद खुलकर साथ-साथ नजर आते हैं। यह सही है कि विज्ञान और वैज्ञानिक विधियां खेलकूद में प्रदर्शन को बेहतर बनाने में मदद दे सकते हैं, मगर अधिकांश ध्यान उन पर केंद्रित किया जाता है जो शारीरिक प्रदर्शन को बढ़ावा देते हैं।

किसी भी औषधि को मंजूरी मिलने से पहले क्लिनिकल परीक्षण जरूरी होते हैं, मगर एथलीट्स का प्रदर्शन बेहतर करने में किसी दवा की प्रभावता का अध्ययन आसान नहीं है। खेलकूद में उपयोग की जाने वाली एक बदनामशुदा दवा टेस्टोस्टेरोन है। यह

पुरुषों में कुदरती रूप से पाया जाने वाला एंड्रोजेनिक एनाबोलिक स्टीरॉइड है।

बेजिंग ओलंपिक से पहले एक समीक्षा में बताया गया था कि टेस्टोस्टेरोन का सर्वप्रथम उपयोग 1954 की विश्व भारोत्तोलन स्पर्धा (विएना) में किया गया था।

‘खेलकूद संस्थाओं में घपलों का इतिहास काफी पुराना है। प्रतिबंधित दवाइयों के सेवन की शिनाख्त करने की तकनीकों का सामना करने के लिए शिनाख्त से बच निकलने के तरीके भी खोजे जाते हैं। ‘भूमिगत रसायन शास्त्र’ का ऐसा ही एक नाम है ‘डिजाइनर दवाइयां’। दुख की बात यह है कि एथलीट्स जिन पदार्थों का उपयोग करते हैं, उनमें से कई की प्रभावता संदिग्ध है, जबकि उनके स्वास्थ्य पर इनके दूरगामी प्रतिकूल असर स्पष्ट रूप से प्रमाणित किए गए हैं।

डब्लूएचओ ने एथलीट्स के लिए एक ‘जीव वैज्ञानिक पासपोर्ट’ व्यवस्था लागू की है। इसमें प्रावधान है कि नियमित रूप से खून के आठ मापदंडों की जांच की जाए ताकि शरीर क्रिया पर होने वाले नुकसानदेह प्रभावों को पहचाना जा सके, चाहे उस दवा का कोई निशान न मिले जिसका सेवन किया गया था। एक वैज्ञानिक शोध पत्रिका के संपादकीय में कहा गया है कि ‘इन मापदंडों में विस्तार करके इनमें एंड्रोजेन क्रिया को शामिल किया जाए।’

यदि कोई एथलीट डोपिंग परीक्षण में फेल हो जाता है, तो उसका कैरियर तबाह हो जाता है। अब सवाल यह उठता है कि क्या ‘डोपिंग शिनाख्त का विज्ञान’ इतना सशक्त है कि उसमें गलतियों की संभावना नहीं है। क्योंकि गलती होने पर तो किसी निर्दोष एथलीट का कैरियर भी खत्म हो जाएगा।

पिछले ओलंपिक से पहले पत्रिका ने फैसला दिया था कि डोपिंग परीक्षणों को उन वैज्ञानिक सिद्धांतों और मानकों से छूट नहीं दी जानी चाहिए, जो अन्य जैव चिकित्सकीय विज्ञानों पर लागू होते हैं, जैसे नैदानिक विज्ञान। यदि ऐसा नहीं किया जाता, तो संभव है कि निर्दोष को तो सजा मिलेगी और दोषी को संदेह के आधार पर छोड़ दिया जाएगा।

डोपिंग का विज्ञान चिकित्सा विज्ञान नहीं है बल्कि अपराध विज्ञान है। मतलब इसमें रासायनिक विश्लेषण की व्याख्या के मापदंड अलग होंगे। खेलकूद में दवाइयों के परीक्षण के क्षेत्र में दोषी-निर्दोष को प्रमाणित करना आसान काम नहीं है। रसायन शरीर और दिमाग दोनों पर असर डालते हैं। मसलन, एक रसायन शास्त्री डी. निकोलस ने बताया है कि उनके द्वारा मस्तिष्क को प्रभावित करने वाले पदार्थों पर अनुसंधान से ऐसी डिजाइनर दवाइयां बनाने में मदद मिलेगी जो आपको कानूनी तरंग का मजा दे सकेंगी। और वास्तव में निकोलस द्वारा 1990 के दशक में एमटीए नामक पदार्थ पर किए अनुसंधान के आधार पर भूमिगत रसायन शास्त्रियों ने इस पदार्थ का निर्माण भी कर लिया था, जिसके सेवन से कुछ मौतें भी हुई थीं। ■



मीडिया



फा. बिनय गुड़िया
सीडीएफ

नारी अब तुम केवल 'विज्ञापन' हो

गो रा बनें, सिर्फ 15 दिनों में। सुंदर वही जो लक्स साबुन इस्तेमाल करे। घड़ी डिटरजेंट से न केवल साड़ी बल्कि दिल में चकाचक सफेद हो जाए। आइडिया इंटरनेट जो लगाविंग, इंडिया को नो उल्लू बनाविंग – कोई भी विज्ञापन ले लीजिए, उसमें कोई अर्द्धनग्न लड़की न हो तो विज्ञापन में 'कि' नहीं है। विज्ञापन है शेविंग क्रीम का, लेकिन उसमें सुंदर लड़कियां इटलाए चल रही हैं। पुरुषों के इस्तेमाल की चीज-वस्तुओं को बेचने के लिए भी सुंदर, कमसीन लड़कियों को बेजा इस्तेमाल।

जो दिखता है वह बिकता है

जो दिखता है वह बिकता है – यह बिजनेस का फंडा है। आज विज्ञापन उत्पाद के अनुसार नहीं होते, इनमें श्रेष्ठता की जंग ही दिखाई देती है जिसमें केवल आगे निकलने की धुन सवार है। विज्ञापन में सादगी का स्वरूप कहीं खोता जा रहा है। विज्ञापन पश्चिमी सभ्यता के अनुसरण करने वाले ज्यादा लगने लगे हैं। क्योंकि कहीं न कहीं इनमें औरत को एक अश्लीलता प्रदर्शन का जरिया बनाया जा रहा है। टेलीविजन के किसी भी विज्ञापनों को देखें तो पता चलता है कि उनमें प्रचार से ज्यादा अश्लीलता ने अपना स्थान पा लिया है, जिस पर किसी को भी एतराज नहीं न ही कोई शिकायत है।

विज्ञापन मतलब 'औरत'

किसी भी उत्पाद का विज्ञापन ले लें, चाहे फिर वो नेपकिन का विज्ञापन हो, परप्यूम का हो, साबुन

का हो, क्रीम का, शैम्पू का, कोल्ड ड्रिंक का, सूटिंग-शर्टिंग का, कॉस्मेटिक्स के विज्ञापन हो सभी नारी की अस्मिता पर सवाल उठाते नजर आ रहे हैं। क्या हम इस तरह की बेइज्जती इसी तरह होते रहने देंगे या इस लिए कदम उठाएंगे क्योंकि इन विज्ञापनों में नारी के स्वरूप को देखकर कम से कम इस बात पर यकीन नहीं होता कि हमारे देश में नारी को देवी का दर्जा प्राप्त है। देवी को तो हम कम से कम इस तरह के स्वरूप में नहीं पूजते?

आदर्शों के साथ खिलवाड़

क्या हम अपने मूल्यों और आदर्शों के साथ खिलवाड़ नहीं कर रहे? क्या हम अपनी बहन, बेटियों को वो समाज, वो माहौल दे रहे हैं जो उन्हें मिलना चाहिए? दरअसल समाज में बढ़ रही अराजकता के पीछे भी कहीं न कहीं हमारी बदली सोच ही जिम्मेदार है। आज नारी को समाज में सम्मान तो मिल रहा है पर कहीं न कहीं अभी भी पूर्ण सम्मान की इबारत लिखी जाना बाकी है।

सही पहचान बने

अगर विज्ञापनों में नारी का अश्लील स्वरूप नहीं होगा तो कंपनियों को उस की सही कीमत नहीं मिलेगी? अगर सही विचार और सही सोच के साथ सही मार्गदर्शन हो तो इस तरह के विज्ञापनों को बदलकर परंपरा और संस्कृति से जुड़े मूल्यों को ध्यान में रख कर विज्ञापन बन सकते हैं और कंपनियां लाभ प्राप्ति के सारे रिकॉर्ड तोड़ सकती है।

तो क्यों नहीं एक सार्थक प्रयास की शुरुआत हम करें और नारी की धूमिल होती तस्वीर में आशा और विश्वास के नए रंग भरें। ■



युवा जगत



श्री संजीवन देपो
चंडीगढ़

सकारात्मक सोच का जादू

आ पकी सफलता इस बात पर निर्भर करती है कि आप जीवन की मुश्किलों का सामना करते हुए किस तरह आगे बढ़ते हैं। कठिनाइयां मुश्किलें और चुनौतियां हमारे जीवन में हैं। लेकिन इन्हें लांघते हुए आगे जाने वाले ही जीवन में कुछ पाने की ओर बढ़ते हैं। बढ़ती स्पर्धा और चुनौतियां किसी भी व्यक्ति को हताश कर सकती है लेकिन जो सकारात्मकता के साथ जीवन जीते हैं वे उन स्थितियों में भी नई राह तलाशते हैं। यह सकारात्मक रवैया ही उन्हें हर मुश्किल में अडिग बनाये रखता है। अमूमन यह होता है कि मुश्किल हालात के बीच आत्मविश्वास डिगता है। लेकिन सकारात्मक दृष्टिकोण के सहारे ही आप चुनौतियों को हल करते हुए अपने लक्ष्य को पा सकते हैं। कुछ बातों के साथ समझा जा सकता है कि सकारात्मकता के साथ जीने वाले किस तरह अपने जीवन को बदल पाते हैं और उसे सही रास्ते पर आगे बढ़ा पाते हैं।

आज नहीं तो कल अच्छा

वे लोग जो आशावादी होते हैं वे जीवन के प्रति विश्वास से भरे होते हैं। वे मानते हैं कि चीजें भले ही आज उतनी अच्छी न हो लेकिन वे कल अच्छी होंगी। इस तरह के लोग इस भरोसे के साथ आगे बढ़ते हैं वे उलझनों को सुलझा लेंगे और उनका यह विश्वास ही उनका सबसे बड़ा होती है। ऐसे लोग बुरी से बुरी स्थिति में भी उम्मीद नहीं छोड़ते और मानते हैं कि जब तक जिंदगी है तब तक कठिनाइयां या चुनौतियां तो आएंगी ही। जो लोग यह मानते हैं कि हर बुरी स्थिति कोई अनुभव देती है, कोई सबक सिखाती है और आपको मजबूत बनाती है केवल वे ही मुश्किल हालात का बेहतर तरीके से मुकाबला कर पाते हैं।

अगला दिन नया होगा

गलतियां हम सभी से होती हैं और होती भी रहेंगी लेकिन उन्हें जितनी जल्दी भुला दिया जाए उतना ही अच्छा। जो यह मानते हैं कि कल एक बिलकुल नया दिन होगा जिसमें उनके पास कुछ रचने के लिए असीम संभावनाएं होंगी तो आप खुद को प्रेरित कर पाते हैं। जो लोग सकारात्मक रवैया रखते हैं वे हमेशा मानते हैं कि आपकी जिंदगी का कोई एक दिन खराब हो सकता है लेकिन इसका मतलब यह नहीं कि जीवन निरर्थक है। वे उम्मीदों पर खरे नहीं उतरने वाले दिन से आगे की ओर कदम बढ़ाते हैं।

धीरे-धीरे बदलेंगी चीजें

चुनौतीपूर्ण स्थितियों में कुछ लोगों के मन में यह विचार जगह बना लेता है कि चीजों में बदलाव नहीं हो सकता है और इसके साथ ही वे आगे बढ़ने का उत्साह खो बैठते हैं जबकि सकारात्मक रवैयें के साथ आगे बढ़ने वाले मानते हैं कि कड़ी मेहनत के साथ चीजों को बदला जा सकता है। बुरी परिस्थितियों को अच्छा बनाया जा सकता है। वे हर दिन की शुरुआत इसी तरह करते हैं। वे चीजों को अनमने मन से नहीं करते बल्कि उनमें सुधार लाने का भरसक प्रयास करते हैं। वे हतोत्साहित करने वाले लोगों की तरफ ध्यान नहीं देते और अपने काम में लगे रहते हैं।

गलतियों को पीछे छोड़ें

जीवन में सभी से गलतियां होती हैं लेकिन सकारात्मकता के साथ जीवन को जीते हैं वे आगे की संभावनाओं पर बात करना पसंद करते हैं। वे पिछली चीजों के कारण दूसरों पर दोष नहीं मढ़ते बल्कि वे दूसरों के प्रति शिकायत या उनके दोष देखने का भाव जाता रहता है। जब आप दूसरा का दोष उघाड़ने में अपनी उर्जा नहीं खोते तो निश्चित ही उस उर्जा का रचनात्मक उपयोग कर पाते हैं। आगे पढ़ने के लिए चीजों में अटके रहने कोई अर्थ नहीं है बल्कि उन्हें पीछे छोड़ना जरूरी है। ■



माता-पिता का सम्मान जरूरी

मि स्टर बंसत और श्रीमति अग्नेस के पांच बच्चे हैं। सभी अच्छे पदों पर हैं। अपने लाइफ में सेटल हैं। लेकिन सवाल यह है कि बूढ़े माता-पिता किसके पास रहें। जिस घर को उन्होंने एक-एक पैसा जोड़ कर बनाया था, उसमें मझले बेटे का परिवार बैठा है। पर अब उसी घर में उनकी कोई इज्जत नहीं। बहू को उनसे कोई प्रेम नहीं। पोते-पोतियों को अपने मोबाइल और लैपटॉप से फुर्सत नहीं। बच्चों की परवरिश करने के लिए अपना सर्वस्व न्यौछावर करने के बाद वे अब अधूरा सा जीवन जीने को मजबूर हैं।

परिवार



नाविल जॉर्ज
प्रिंसिपल डीबीटीआई, रांची

पर जब बच्चे उन्नति के पथ पर आगे बढ़ जाते हैं तो वही मां उनकी शकल देखने के लिए तरस जाती है। मां के त्याग और समर्पण का तो कोई अंत ही नहीं, क्योंकि उसे तो एक पत्नी, बेटा, बहन के रूप में मिसाल बनकर जीवन जीना है। मां तो सदैव ममता, प्यार, विश्वास, अपनेपन, वात्सल्य की जीती जागती मूरत होती है।

मशीनी जीवन

हम आज एक मशीनी जीवन जी रहे हैं। हम अपनों को सुख सुविधाएं तो देना चाहते हैं, पर केवल भौतिक रूप में। जीने की जद्दोजहद में रिश्तों और जिम्मेदारियों में हम सामंजस्य नहीं बिठा पा रहे हैं। हम अपनों के साथ समय बिताने में असमर्थ हैं। बच्चे, बूढ़े, जवान घर में रहने वाले हर सदस्य को यह अपेक्षा रहती है कि पूरा परिवार एक साथ मिलकर अपनी खुशियां और गम बाटें। आज समाज में बदलते परिवेश में मां-बाप की जिम्मेदारियां तो वही हैं जो पुराने समय से निर्धारित हैं। पर बच्चों की जिम्मेदारियों में कोई समानता नहीं है। वे अपने अनुसार जिम्मेदारियों को पूरा करते हैं या नहीं भी करते। मां-बाप अपनी जिम्मेदारी के लिए

सब कुछ त्याग देते हैं। वहीं उनकी संतान अपनी आय के अनुसार निर्णय लेती है। जो मां-बाप अपनी संतान को चलना सिखाते हैं, वही संतान जरूरत पड़ने पर अपने माता पिता को दो कदम चलाने में सहयोग नहीं करती। उन्हें अपने माता-पिता का सहयोगी बनना गवारा नहीं। 'प्रेक्टिकल लाइफ' जीने में मां हमेशा अपने बच्चों की उन्नति की कामना करती है।

पर जब बच्चे उन्नति के पथ पर आगे बढ़ जाते हैं तो वही मां उनकी शकल देखने के लिए तरस जाती है। मां के त्याग और समर्पण का तो कोई अंत ही नहीं, क्योंकि उसे तो एक पत्नी, बेटा, बहन के रूप में मिसाल बनकर जीवन जीना है। मां तो सदैव ममता, प्यार, विश्वास, अपनेपन, वात्सल्य की जीती जागती मूरत होती है।

पश्चिमी सभ्यता

आज हम पूरी तरह पश्चिमी सभ्यता को अपना रहे हैं जिसने हमें अपने प्राचीन संस्कारों को भूलने पर मजबूर कर दिया है। जबकि पश्चिमी सभ्यता के लोग भारतीय संस्कृति में लीन होना चाहते हैं। हमारे समाज में बड़े भाई को पिता के समतुल्य माना जाता है।

भाभी को मां के बराबर माना है। पर आये दिन माता-पिता के अपमान से जुड़े नए प्रकरण दिखाई दे रहे हैं। मां-बाप बच्चों के बिना असहाय सा जीवन जी रहे हैं। कई बार तो ऐसा हुआ है कि बेटे-बहू

बेटे-बहू ने माता-पिता की संपत्ति हथिया ली, मां की मौत के बाद पिता को निराश्रित छोड़ दिया या पिता की मौत के बाद अपनी मां को 'ओल्ड एज होम' छोड़ आये ताकि अपनी जिम्मेदारी की पूर्ति का भ्रम अपने दिमाग में पाल सके, आज हमारे लिए हमारे पालनहारों का ये ही मोल है ?

ने माता-पिता की संपत्ति हथिया ली, मां की मौत के बाद पिता को निराश्रित छोड़ दिया या पिता की मौत के बाद अपनी मां को 'ओल्ड एज होम' छोड़ आये ताकि अपनी जिम्मेदारी की पूर्ति का भ्रम अपने दिमाग में पाल सकें।

मां जिसने हमें इस संसार में आने का सौभाग्य दिया, उसके प्रति अपनी कृतज्ञता दर्शाने के बहाने क्यों नहीं हम अपने मां को वो सारी खुशियां दे जिसकी वे हकदार हैं। मां से हम अपने 'स्टेटस' के अनुसार रहने की अपेक्षा करते हैं। कभी यह क्यों नहीं सोचते कि उसने तो हमें जीने की हर स्वतंत्रता दी। तो आज हम उन्हें क्यों परतंत्र जीवन जीने को मजबूर करें?

अलग-थलग जीवन

अगर दो या तीन बेटे हैं तो वे यह मांग रखते हैं कि माता-पिता उन्हें उनकी सुविधा अनुरूप मां एक बेटे के पास रहे, पिता दूसरे के पास रहे। हम यह क्यों नहीं सोचते जब हम पांच भाई बहन थे तब तो मां-बाप ने हमें पालने के लिए कभी अलग-अलग नहीं किया? हमारी जरूरतों को पूरा करने में कोई अंतर नहीं किया? तो हम माता-पिता को एक साथ रहने से वंचित क्यों कर रहे हैं। हमारे लिए मां-बाप के लाड़-प्यार और उपकार का मोल चुकाने के लिए क्या कोई और माध्यम नहीं है जो हमें मदर्स डे या फादर्स डे जैसे विदेशी चोचलों की जरूरत पड़ने लगी है? क्यों नहीं हम अपने संस्कारों को अपनाकर उनके अनुसार उन्हें सम्मान दे। क्योंकि अगर हमारे दिल में मां-बाप के लिए सम्मान नहीं है तो यह मदर्स डे केवल एक औपचारिकता और ढकोसला मात्र है। ■



निश्चित ही हम सभी अपनी क्षमताओं का उपयोग करने का प्रयास करते हैं। परंतु आपकी क्षमताओं के उपयोग करने में एक ऐसे बाधा खड़ी हो जाती है जो आपके बढ़ते हुए कदमों को वहीं जकड़ लेती है, जहां से वे कदम उठे थे। आपके बड़े हुए हाथों को मानों हथकड़ी लगा देती हो, आपके संपूर्ण शरीर को प्रतिबंधित किए हो। यह बाधा है आपका हीनबोध। सर्वथा मिथ्या हीनभाव यह ऐसा विषाक्त जीवाणु है जो आपकी प्रत्येक विचारधारा को निष्प्राण एवं निष्प्रभाव बनाने में संलग्न है। आपने भी इस निकृष्ट तत्व को व्यर्थ स्वयं से चिपकाए रखा हुआ है जो आपको बस डराता ही रहता है।

हर व्यक्ति है ग्रसित

प्रत्येक व्यक्ति में कहीं न कहीं, किसी न किसी स्तर पर हीनबोध विद्यमान रहता ही है, लिपिक अधिकारी के समक्ष, कंपनी के संचालक कंपनी अध्यक्ष के समक्ष, लखपति, अरबपति के समक्ष, विधानसभा या लोकसभा के सदस्य मंत्री के समक्ष और मंत्री, मुख्यमंत्री या प्रधानमंत्री के समक्ष हीनबोध के शिकार हो सकते हैं।

यह हीनबोध स्वाभाविक है तथा ऐसे हीनबोध में कोई दोष नहीं है। अधिक हानिकारक भी नहीं है, ऐसा हीनबोध जब तक सामाजिक एवं क्षणिक होता है तब तक तो ठीक है, लेकिन जब यही हीनबोध मानस में गहरी जड़ें जमाने लगता है तब अभिशाप बन जाता है।

हीन भावना क्यों आती

हीनबोध मुख्यतः 2 कारणों से जन्म लेता है – एक तो व्यक्ति जब अपनी आकांक्षाएं उद्देश्य या चाह का स्तर अकल्पनीय रूप से अधिक ऊंचा निश्चित कर ले। मान लीजिए आपके हृदय में उच्च श्रेणी की देशप्रेम की भावना है। राष्ट्र सुरक्षा से प्रेरित हो आपके अंदर यह भावना जन्म ले लेती है कि आप देश के फील्ड मार्शल बन जाएं। यद्यपि यह आकांक्षा पूरी होना असंभव नहीं है, तथापि इस पद तक पहुंचने के लिए आपको पूरी श्रृंखला से गुजरना होगा। सबसे पहले आप सेकेंड लेफ्टिनेंट बनें, फिर लेफ्टिनेंट और आगे के पदों को प्राप्त करते जाएं। इस प्रक्रिया में आपको अनेक वर्ष लगेंगे। अपनी आकांक्षा पूर्ति के लिए और जब तक आप फील्ड मार्शल के पद तक नहीं पहुंच जाएंगे, तब तक आपके अंदर हीनबोध किसी न किसी रूप में विद्यमान ही रहेगी।

हीनबोध का दूसरा कारण है, जब व्यक्ति अपनी क्षमताओं का मूल्यांकन वास्तविकता

सफलता में बाधक होती है हीनभावना

से निम्न स्तर पर करता है, तब भी हीनबोध कष्ट प्रदान करता है। मान लीजिए आप उच्च शिक्षित-प्रशिक्षित हैं और इतनी योग्यता रखते हैं कि आप किसी भी महाविद्यालय में प्रवक्ता नियुक्त हो सकते हैं, परंतु वर्तमान में आपको यह पद प्राप्त नहीं हो पाता और आप एक हाईस्कूल में अध्यापक का पद स्वीकार कर लेते हैं। यह स्थिति आपको तब तक कष्ट प्रदान करती रहेगी, जब तक कि आप अपनी आकांक्षा के अनुरूप महाविद्यालय प्रवक्ता पद तक नहीं पहुंच पाते। अतः किसी भी व्यक्ति को ऐसी आकांक्षा से दूर रहना चाहिए, जो वास्तविक क्षमताओं से अत्यधिक ऊंची हो। अपनी क्षमताओं के अनुसार मध्य का रास्ता ही अपनाने में सर्वाधिक बुद्धिमानी है।

हीनता है बाधक

हीनभावना के फलस्वरूप अपने आप को छोटा या हीन समझने वाला व्यक्ति अपने आपको असमर्थ समझने लग जाता है। फलतः उसके व्यवहार में झिझक या आवश्यकता से अधिक संकोचशीलता आ जाती है और वह प्रत्येक कार्य को करते हुए यह सोचता है कि लोग क्या कहेंगे?

दूसरी ओर वह व्यक्ति बड़बोला या शेखीखोर बन जाता है। हीनभावना के कारण कभी तो हम लोगों को नाराज कर देते हैं और कभी लोगों की नजरों में गिर जाते हैं। हीनभावना द्वारा व्यक्ति तुनकमिजाज, वाचाल, कायर एवं निष्क्रिय बन जाता है, सहिष्णुता, विनम्रता, आत्मविश्वास, उदारता आदि गुण उसे बहुत दूर चले जाते हैं और वह अपने आपको एक असफल व्यक्ति समझने लग जाता है।

हीनता एवं निराशा पराजय एवं असफलता की जननी है किन्तु आत्मविश्वास एवं आशा विजय एवं सफलता की प्रेरणाएं हैं। द्वितीय विश्वयुद्ध में हिटलर के विजय अभियान तथा डंकर्क में विकट पराजय के फलस्वरूप चर्चिल निराश नहीं हुए थे उनके आत्मविश्वास तथा विजय के



प्रतीक एक चिन्ह ने उन्हें दुर्जय शत्रु पर विजयी बनाया और विश्व के मानचित्र पर इंग्लैंड का अस्तित्व सुरक्षित रखा। हिमालय की विशालता को देखकर पर्वतारोही यदि अपने आपको हीन समझ लेते और आरंभिक असफलताओं को देखकर वे निराश होकर बैठ गए होते तो वे क्या एवरेस्ट विजय का गर्व अनुभव कर सकते थे?

हीनभावना ग्रसित एवं निराश व्यक्ति को कोई भी जीवन पथ में आगे की ओर धकेला नहीं सकता है और आत्मविश्वासी एवं आशावान को आगे बढ़ने से कोई रोक नहीं सकता है।

चोटी पर पहुंचने के लिए पर्वत के दुर्गम पथ को पार करना ही पड़ता है। अपने आपको हीन समझने वाला व्यक्ति तो मार्ग में ही निराश होकर वापस लौट जाना चाहेगा। जो यह विश्वास लेकर चलेगा कि विजय उसका जन्मसिद्ध अधिकार है। वह ऊपर पहुंचकर ही चैन लेगा। गुलाब का सुंदर फूल प्राप्त करने वाले को कंटीली झाड़ियों को पार करना ही होगा, क्योंकि कवि मिल्टन के शब्दों में, कांटों रहित गुलाब अभी तक विकसित नहीं किए जा सकें हैं। हीनबोधता आपको सफलतम ऊंची अट्टालिकाओं से निराश दुःख और अपूर्णता के सागर में धकेलने का प्रयास कर रही है। अत्यंत आवश्यक है कि आप इसे अपने नजदीक ही न फटकने दें। आपकी जिन्दगी आपकी है, इसे बनाना या बिगाड़ना आपके हाथों में है। ■

लाइफ



निर्मल टोपो
डोन बोस्को, रांची

शिक्षा जगत



सि. डॉ. मेरी ग्रेस
ओ.एस.यू.

मैं फैशन के खिलाफ नहीं हूँ, पर फैशन के नाम पर उल्टे सीधे, छोटे से छोटे, कम से कम, चुस्त कपड़े पहनना, दिन के पढ़ाई का अधिकांश समय यूं ही रोड में, मॉल्स, आदि में बिताना फैशन नहीं गंदी मानसिकता है, उदंडता है।

छात्र – शिक्षक के नाम संदेश

डॉ राधाकृष्णन एक महान शिक्षाविद् थे। उनका जन्म 5 सितंबर 1888 ई. को हुआ था। उन्हें श्रद्धासुमन अर्पित करने हेतु पांच सितंबर को देशभर में शिक्षक दिवस के रूप में मनाया जाता है।

हर वर्ष सितंबर माह के आगमन के साथ प्रायः हर विद्यालय में शिक्षक दिवस की तैयारी को लेकर छात्र-छात्राओं में चहल-पहल शुरू हो जाती है। यह इसलिए कि इस त्योहार को सम्पन्न कैसे किया जाए! बाल संसद के सदस्य अधिक सक्रिय नजर आते हैं, और अपनी क्षमतानुसार सांस्कृतिक कार्यक्रम की तैयारी करते हैं। पैसे चंदा कर उपहार की खरीदारी के लिए विद्यालयी चरम-सीमा तक, अपने लघु नेतृत्व का निर्वाहन करते हैं। तैयारी साकार रूप लेता है 5 सितंबर को। शिक्षक-दिवस के नाम पर नाच-गान और छोटे-मोटे प्रेमोपहार। इसके बाद शिक्षक-दिवस? गुरु शिष्य के बीच कोई अंतर? शायद नहीं। साल दर साल यही सिलसिला चलता रहता है। साल आते हैं और गुजर जाते हैं – उन्हीं कार्यक्रमों की पुनरावृत्ति के साथ।

आइए हम सभी शिक्षा से जुड़े लोग वर्ष 2014 के शिक्षक दिवस की व्यापकता के कुछेक अंश पर गौर करें।

शिक्षक-दिवस का मकसद यह नहीं है कि केवल एक दिन शिक्षकों की इज्जत की जाए, उनकी तारीफ

एक शिक्षक को कैसा होना चाहिए

▶ शिक्षक-शिक्षा के प्रति समर्पित हों – महज जानकारी देना शिक्षा नहीं है। जबतक शिक्षक शिक्षा के प्रति समर्पित-कटिबद्ध नहीं होता, और शिक्षा को एक मिशन, एक ईश्वरीय बुलाहट नहीं मानता, तब तक अच्छी-सही शिक्षा की कल्पना नहीं की जा सकती है।

▶ शिक्षक बुद्धिमान हों – शिक्षक उन्हीं को बनना या बनाया जाना चाहिए जो अपने विवेक, बुद्धि का प्रयोग करें। अगर शिक्षकों का दायरा व्यापक होगा तो छात्रों का भी मानसिक दायरा बढ़ेगा। शिक्षक का उद्देश्य विद्यार्थियों को सिर्फ किताबी कीड़ा बनाना नहीं होना चाहिए बल्कि उनके दिमाग का विस्तार करना होना चाहिए।

▶ शिक्षक आदर अर्जित करें : शिक्षकों को मात्र अच्छी तरह अध्यापन करके संतुष्ट नहीं हो जाना चाहिए। उन्हीं छात्रों का स्नेह और आदर अर्जित करना चाहिए। आदर-सम्मान, शिक्षक होने मात्र से नहीं मिलता है। उसे अर्जित करना पड़ता है, उसे पाने के लिए मेहनत करना पड़ता है। एक आदर्श शिक्षक का रोल करना पड़ता है।

▶ शिक्षक को ज्ञान बांटने की क्षमता हो : एक शिक्षक का काम है खुद के लिए ज्ञान को एकत्र करना, उसे प्राप्त करना और फिर उसे विद्यार्थियों को बांटना। ज्ञान को हर स्तर के छात्रों तक पहुंचा पाना, एक कला है। शिक्षक को ज्ञान का दीपक बनकर अपने चारों तरफ प्रकाश फैलाने की क्षमता होनी चाहिए।

में कविताएं पढ़ी जाए, उन्हें उपहारों से नवाजा जाए। अगर आप के दिल में शिक्षक के प्रति इज्जत नहीं है, श्रद्धा नहीं है तो शिक्षक-दिवस मनाने का कोई अर्थ नहीं रह जाता।

आजकल छात्र-छात्राओं की उदंडता बढ़ती नजर आ रही है। मैं फैशन के खिलाफ नहीं हूँ, पर फैशन के नाम पर उल्टे सीधे, छोटे से छोटे, कम से कम, चुस्त कपड़े पहनना, दिन के पढ़ाई का अधिकांश समय यूं ही रोड में, मॉल्स, आदि में बिताना आदि आदि, फैशन नहीं गंदी मानसिकता है, उदंडता है। आजकल बहुत से छात्र शिक्षकों को देखकर भी अनदेखा करते हैं। उनपर कमेंट पास करते, बहस करते, मुंह लड़ाते हैं, उनका अपमान करते हैं। यह बिलकुल ही निम्न विचार का परिचायक है और यह बिलकुल स्वीकार करने योग्य नहीं है।

शिक्षण एक ऐसा पेशा है जो दूसरे कार्यों को जन्म देता है इसलिए शिक्षक को आदर और सम्मान करना हमारा धर्म होना चाहिए।

अगर आप सचमुच में शिक्षक दिवस मनाना चाहते हैं, तो इस वर्ष इसे मनाने के साथ इन पांच बातों पर गौर करेंगे और यह प्रण करेंगे –

▶ हम सभी शिक्षक-शिक्षिकाओं का, चाहे वह मुझे पढ़ाते हों या नहीं पढ़ाते हों हम सभी का सम्मान





करेंगे – एक दिन नहीं, साल भर पूरे 365 दिन।
 ▶ जब हम अपने शिक्षक को देखेंगे, नजर छिपाकर नहीं निकल जाएंगे बल्कि उनका सही ढंग से अभिवादन करेंगे।

▶ किसी भी टीचर के सामने या पीछे उनकी निंदा न करेंगे या सुनेंगे।

▶ विद्यालय/महाविद्यालय के बाहर अनुशासन में रहेंगे। हम कोई भी ऐसा काम नहीं करेंगे जिससे विद्यालय/महाविद्यालय को बदनामी झेलनी पड़े।

▶ शिक्षकों के प्रति जिंदगी भर आभारी रहेंगे, चाहे कितने ही ऊंचे ओहदे पर क्यों न चले जाएं। हम जो भी हैं वह अपने शिक्षकों के बदौलत हैं। हम जो भी हैं शिक्षकों के बदौलत ही हैं। हम शिक्षकों के प्रति हमेशा ही कृतज्ञ रहेंगे और सफलता हासिल करने के बाद उन्हें धन्यवाद देने जरूर जाएंगे।

अब कुछ दूसरी महत्वपूर्ण बातों पर विचार करते हैं :

शिक्षक दिवस नाम पर नाच गान क्यों, मनोरंजन के कार्यक्रम क्यों ?

स्कूल या कॉलेज की जिंदगी फिर से लौटकर नहीं आती। सिर्फ पढ़ाई-पढ़ाई और पढ़ाई, रात-दिन-सालों भर पढ़ाई ही करते रहने वालों को भी मैं उतना अच्छा नहीं मानती। वे जीवन को संतुलित ढंग से आगे बढ़ाने में असफल हो जाते हैं वे कूप मंडूक की तरह होते हैं।

शिक्षक-दिवस पर सांस्कृतिक कार्यक्रम करने का यह भी मकसद है। अपने आप में सक्रियता लाना, अपनी छुपी प्रतिभाओं को बाहर निकालना। पढ़ाई के साथ के साथ प्रतियोगिताओं में, सांस्कृतिक कार्यक्रमों में भाग लेना अत्यंत जरूरी है। अपने प्रतिभाओं के विकास के साथ ही साथ, शिक्षकों के प्रति भी कृतज्ञता प्रदर्शित करने का, सांस्कृतिक कार्यक्रम, एक सुंदर अवसर है। ■

शिक्षक एवं छात्र के लिए कुछ महत्वपूर्ण सूत्र



▶ आप कितनी मेहनत करते हैं, वह तबतक मायने नहीं रखता जबतक कि कोई ठोस सकारात्मक परिणाम नहीं देता। आप कितना घंटा पढ़ते हैं यह उतना महत्वपूर्ण नहीं है। आपका रिजल्ट बताता है, कि उतने घंटे में आपने कितना पढ़ा और समझा है।

यही बात शिक्षकों पर भी लागू होता है। आप कितना मेहनत करके पढ़ाते हैं यह तब तक कोई मायने नहीं रखता जबतक छात्रों को आपकी पढ़ाई समझ में नहीं आती। अगर छात्रों को आपकी पढ़ाई समझ में आती है और वे परीक्षा में अच्छा करते हैं तो आपका पढ़ाना सार्थक है।

▶ जिस तरह प्रतिदिन आप एक ही खाना नहीं खाते, एक ही तरह का कपड़ा नहीं पहनते, जिस तरह आप अपनी जिंदगी में बदलाव लाते हैं, उसी तरह शिक्षकों को अपने पढ़ाने के तरीके में बदलाव लाने की जरूरत है। छात्रों को यदि कोई विषय समझ में नहीं आता तो अपने पढ़ने और समझने के स्टाइल में बदलाव लाने की जरूरत है।

▶ शिक्षक पूरी तैयारी के साथ क्लास जाएं तो वे समय बिताने के लिए हवा में बातें नहीं करेंगे किंतु विषय वस्तु पर ध्यान केंद्रित करेंगे। अगर वे बिना तैयारी के क्लास आगे बढ़ाते हैं तो उसकी जानकारी छात्रों को भी हो जाती है कि शिक्षक को विषयवस्तु का ज्ञान नहीं है, तब शिक्षक सम्मान से दूर हटते हैं और इसके कई नकारात्मक परिणाम देखने के मिलते हैं।

छात्रों को चाहिए कि सही/अच्छी विषय वस्तु का ज्ञान हासिल करें और हर क्लास के लिए तैयारी से ही कक्षा में आएँ। सही शिक्षा का आदान प्रदान तभी संभव है जब दोनों पक्ष तैयारी के साथ चलते हैं।

आइए हम शिक्षक दिवस को सुंदर और सार्थक बनाएं। आदर्श शिक्षक बने, आदर्श छात्र बनें। ■

G.K. Quiz

प्रयास किया गया है कि यह क्विज IAS, PSC, SSC, NDA, CDS जैसी विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाओं (competitive exams) के लिए उपयोगी सिद्ध हो

- ▶ जहां 21 आसियान (दक्षिण पूर्व एशियाई राष्ट्र संघ) 2012 के 18 नवंबर को आयोजित शिखर सम्मेलन, 2012 को किया गया था?

नोम पेन्ह, कंबोडिया

- ▶ जो बुद्धिमान पुरस्कार से सम्मानित किया गया है जो दोहा में वार शिखर सम्मेलन में शिक्षा के लिए नोबेल पुरस्कार के रूप में जाना जाता है?

डॉ. माधव चव्हाण

- ▶ कई देशों आसियान के सदस्य हैं?

10 सदस्य

- ▶ कौन जेम्स सी मॉर्गन ग्लोबल मानवतावादी पुरस्कार से सम्मानित किया गया है?

नारायण मूर्ति

- ▶ कर्नल सीके नायडू लाइफटाइम अचीवमेंट अवार्ड कौन जीता?

सुनील गावस्कर

- ▶ पोली उमरीगर आईसीसी पुरस्कार कौन जीता?

विराट कोहली

- ▶ रणजी ट्रॉफी में सर्वाधिक विकेट लेने वाले गेंदबाज कौन हैं?

अशोक डिंडा

- ▶ किस क्रिकेटर परीक्षण में 2 खिलाड़ी के कैरियर की शुरुआत बल्लेबाजी पर नंबर-10 स्थिति में एक शतक बन गए?

अबुल हसन, बांग्लादेश

- ▶ नटराज की प्रसिद्ध कांस्य प्रतिमा किस कला का सुंदर उदाहरण है?

चोल कला

- ▶ आकृति चित्र वाले सिक्के किनके अंतर्गत लोकप्रिय हुए थे?

इंडो-ब्रिटिश

- ▶ दक्षिण भारत की नदियों में से कौन-सी नदियां अरब सागर में गिरती हैं?



नर्मदा और ताप्ती

- ▶ कौन-सा देश हीरो की कटाई के लिए जाना जाता है?

नीदरलैंड

- ▶ नदी द्वारा सिंचित भाग क्या कहलाता है?

द्रोणिका (बेसिन)

- ▶ भारत में क्षेत्रीय ग्रामीण बैंक ने किस वर्ष काम करना शुरू किया था?

1975

- ▶ 1907 में कांग्रेस का पहला विभाजन कहाँ पर हुआ था?

सूरत में

- ▶ भारत में पहला समाचार पत्र किसने शुरू किया था?

जेम्स ए हिनकी (बंगाल गजट)

- ▶ जल का अधिकतम घनत्व किस तापमान पर संभव होता है?

4 डिग्री सेंटीग्रेड

- ▶ राज्य के विश्वविद्यालयों का कुलाध्यक्ष

सामान्य रूप से कौन होता है?

राज्यपाल

- ▶ अंतरिक्ष में उड़ान भरने वाला पहला जानवर कौन था ?

कुत्ता

- ▶ अंतरराष्ट्रीय अपराध पुलिस संगठन जिसे इंटरपोल के नाम से भी जाना जाता है, का मुख्यालय कहाँ है ?

लियॉस (फ्रांस)

- ▶ किस व्यक्ति ने भारत और पाकिस्तान दोनों के उच्चतम नागरिक पुरस्कार लिए हैं?

मोरारजी देसाई

- ▶ भारत का कौन सा नगर दो राज्यों की ज्वाइंट राजधानी है ?

चंडीगढ़

- ▶ भारत सरकार को राजस्व की सबसे अधिक राशि किसके जरिए मिलती है?

उत्पाद शुल्क

- ▶ 'निप्पन' जापान को दिया गया नाम है, जिसका अर्थ होता है?

सूर्योदय का देश

- ▶ श्वेत क्रांति का संबंध किससे है?

दूध से

- ▶ मसालों की रानी किसे कहा जाता है?

इलायची

- ▶ 'गरीब नवाज' किसे कहा जाता है?

मोइनुद्दीन चिस्ती

- ▶ 'सहरिया' जनजाति कहाँ पाई जाती है?

राजस्थान

- ▶ मानचित्र में पर्वत और पहाड़ को किस रंग से दर्शाया जाता है ?

लाल रंग से

- ▶ सिल्क (रेशम) का सबसे बड़ा उत्पादक देश कौन है?

चीन

- ▶ कौन-सी आकृति भूमिगत जल से बनी है?

कारस्त विडो



डोन बोस्को के 210 साल पूरे

सलेशियाना



जेरोम बिलुंग
शिलांग

हमारे वर्तमान रेक्टर मेजर कार्डिनल एंजेल फर्नांडिस अरतिमे यह नहीं चाहते कि ये वर्ष पार्टी मनाने का अवसर हो। बल्कि यह वर्ष हमें पुकारता है कि हम उनके अनुयायी बनें, उनकी तरह ईश्वर की महिमा और आत्मा की मुक्ति के लिए कार्य करें।

सलेशियन धर्मसमाज के संस्थापक डोन बोस्को का जन्म 16 अगस्त 1815 में हुआ था। 16 अगस्त 2024 में उनके जन्म के 210 साल पूरे हो जायेंगे। डोन बोस्को समाज के भूतपूर्व सुपीरियर जनरल फादर पास्कुअल चावेज़ ने 16 अगस्त 2014 से 16 अगस्त 2015 तक डोन बोस्को के जन्म का द्वितीय शती समारोह वर्ष घोषित किया था।

उस वर्ष की कुछ झलकियाँ जो आपको इस लेख के माध्यम से मैं बताने की कोशिश कर रहा हूँ। इसकी तैयारी लंबे समय से होती रही है। 2008 में समाज के 26वीं महासभा में डोन बोस्को के द्वितीय जन्म शताब्दि समारोह की घोषणा कर दी गई थी। इसी के अंतर्गत 2011 में डोन बोस्को के पावन अवशेष को भारत की यात्रा कराया गया था। कलीसिया एवं तमाम भारतवासी इससे लाभान्वित हुए। 2011 से 2014 तक फादर चावेज़ सलेशियन फैमिली के सदस्यों के लिए वार्षिक आदर्शवचन के माध्यम से मनन-चितन हेतु आह्वान करते रहे।

► 2011–2012 : डोन बोस्को का

इतिहास एवं पृष्ठभूमि

► 2012–2013 : डोन बोस्को की शिक्षण प्रणाली
► 2013–2014: डोन बोस्को की आध्यात्मिकता इस पावन वर्ष में अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर तीन महाधिवेशन का आयोजन किया जायेगा। डोन का इतिहास कल से आज तक एवं उनकी शिक्षण प्रणाली पर सेमिनार और युवाओं का महामिलन।

भारतवर्ष में तीन बड़े कार्यक्रम की योजना बनी है। स्काउट और गाइड के लिए दक्षिण भारत के तंजौर में बोस्कोरी, कोलकाता में सलेशियन परिवार के लिए महाधिवेशन और नई दिल्ली में युवा-उत्सव। धर्मसमाज हरेक प्रोविन्स को डोन बोस्को की द्वितीय जन्मशती के वर्ष का सार्थक ढंग से मनाने के लिए आह्वान कर रही है। इसका अर्थ यह है कि हमारा ध्यान डोन बोस्को के उपर सिर्फ केन्द्रित न रह कर उन बातों पर रहे जिनके लिए डोन बोस्को ने अथक परिश्रम किया। अर्थात् युवाओं के सर्वांगीण विकास के लिए कुछ नवीनतम कदम उठाना।

हम फादर, ब्रदर, सलेशियन परिवार के

सदस्यों के लिए यह डोन बोस्को जानने, अनुकरण करने और प्यार करने का अवसर है। इसका अभिप्राय यह है कि हम व्यक्तिगत रूप से डोन बोस्को की तरह पवित्र बनें और युवाओं के प्रति सृजनात्मक रूप से समर्पित हों।

समाज, कलीसिया, माता-पिता, शिक्षक, शिक्षिका, युवाओं की शक्ति एवं संभावनाओं को पहचानें और उन पर निवेश करें। युवा वर्ग डोन बोस्को के प्यार को पहचानें और उनकी शिक्षा पर चलने की प्रेरणा पाएं।

हमारे वर्तमान रेक्टर मेजर कार्डिनल एंजेल फर्नांडिस अरतिमे यह नहीं चाहते कि ये वर्ष पार्टी मनाने का अवसर हो। बल्कि यह वर्ष हमें पुकारता है कि हम उनके अनुयायी बनें, उनकी तरह ईश्वर की महिमा और आत्मा की मुक्ति के लिए कार्य करें।

डोन बोस्को का सपना था कि उनके संस्थानों में युवाओं को भरपूर प्रेम, सम्मान और विकास के लिए अवसर मिले। उनसे जुड़े लोग उनकी शक्ति एवं संभावनाओं को पहचानें। नवीनीकरण वर्ष की भी यही पुकार है। ऐसा ही हो। तथास्तु। ■

रंग भरो



इस बार हमारी टीम ने बच्चों को ध्यान में रखते हुए उनके छुपे हुए रंग भरने की प्रतिभा को निखारने के लिए 'रंग भरो' कॉलम को शुरू करने का निर्णय लिया। बच्चों इस बार आपकी बारी है, आप इस पर कौन सा रंग भर सकते हैं, ये आप पर निर्भर है।

आपका बड़ा भाई
अशोक कुजूर 'चेरे'

रंग भरकर इस पते पर भेज सकते हैं

Editor
DON BOSCO YOUTH &
EDUCATIONAL SERVICES
BARIATU, RANCHI- 834009
(JHARKHAND)
Ph. : 8051095609
E-Mail- ashfdb@rediffmail.com

शेफ कॉर्नर



श्रीमति जेव्सी एक्का
ऑडिट ऑफिस, रांची

शाही पनीर



कितने लोगों के लिए : 5

सामग्री : 250 ग्राम पनीर ▶ 3 ट्रे-स्पून घी या मक्खन ▶ 1 प्याज (लम्बी कटी हुई) ▶ 1/2 इंच का टुकड़ा अदरक ▶ 2 हरी मिर्च ▶ 4 टमाटर ▶ 2 मोटी इलायची ▶ 1/4 कप दही ▶ 1/2

टी स्पून लाल मिर्च पाउडर ▶ 1/2 टी स्पून गरम मसाला ▶ नमक स्वादानुसार ▶ 1/2 कप दूध ▶ 2 ट्रे-स्पून टॉमेटो सॉस।

गार्निश के लिए : 2 ट्रे-स्पून कसा हुआ पनीर, 1 ट्रे-स्पून बारीक कटा हरा धनिया।

विधि : पनीर को 2 इंच के टुकड़ों में काट लें। एक कड़ाही में आधा घी डालकर उसमें प्याज, अदरक, हरी मिर्च और मोटी इलायची डाल दें। 3-4 मिनट तक तलने के बाद उसमें टमाटर डालकर 7-8 मिनट के लिए ढंककर रख दें। दही डालकर 5 मिनट तक पकाये, 1/2 कप पानी डालकर ठंडा होने दें। ग्राइंडर में डालकर बारीक पीस लें। अब कड़ाही में बचा हुआ घी डालकर गरम करें अब इसमें ग्राइंडर में पीसी हुई ग्रेवी डाल दें, ग्रेवी को गाढ़ा होने तक पकाये। सर्व करने से पहले दूध और पनीर डालकर 3-4 मिनट तक पकाये हरे धनिये और कसे हुए पनीर से गार्निश करके सर्व करें। ■



पनीर मसाला

सामग्री : 2 प्याज बारीक कटे हुए ▶ 2 टमाटर बारीक कटे हुए ▶ 2 हरी मिर्च बारीक कटी हुई ▶ 200 ग्राम पनीर चौकोर टुकड़ों में कटा हुआ और आधा कप दूध में भिगोया हुआ ▶ 2 बड़े चम्मच तेल ▶ आधा छोटा चम्मच हल्दी ▶ आधा छोटा चम्मच गरम मसाला ▶ स्वादानुसार नमक ▶ 1 बड़ा चम्मच बारीक कटी हरी धनिया सजाने के लिए ▶ आधा छोटा चम्मच लाल मिर्च पाउडर।

कितने लोगों के लिए : 3

विधि :

▶ कड़ाई में तेल डालकर गर्म करें और प्याज डालकर सुनहरा होने तक भूनें।

▶ प्याज भुन जाने पर हल्दी, नमक, मिर्च (हरी व लाल दोनों) डालकर दो मिनट चलाएं और कटे हुए टमाटर डालें तथा तेल छोड़ने तक भूनें।

▶ मिश्रण के ठंडा हो जाने पर उसे मिक्सी में बारीक पीसें।

▶ अब इसमें दूध में भीगा पनीर डालकर एक उबाल आने तक पकाएं और धनिया की पत्ती से सजाकर गरमागरम सर्व करें। ■

आप अपने द्वारा तैयार रेसिपी के बारे में लिखकर हमें इस पते पर भेज सकते हैं। छपने वाले रेसिपी से संबंधित युवक-युवतियों की रंगीन तसवीर और नाम प्रकाशित किया जायेगा।



Editor

DON BOSCO YOUTH & EDUCATIONAL SERVICES
BARIATU, RANCHI- 834009 (JHARKHAND)

Ph. : 8051095609

E-Mail- ashbdb@rediffmail.com



तेरे नाम



क्या हुआ जो उसने रचा ली मेंहदी
हम भी अब सेहरा सजाएंगे
मुझे पता था कि वो अपने नसीब में नहीं है
अब उसकी छोटी बहन को फंसाएंगे



जिंदगी में तुम इस तरह जैसे की बहार आई
प्यार इस तरह किया कि गुलजार आई
खुश ऐसे हुए कि जैसे बसंत की फुहार आई
तुमने धोखा इस तरह दिया
कि दिल में हार्ट-अटैक आई



सोचा था हर मोड़ पर तुम्हारा इंतजार करेंगे
मगर कमबख्त सड़क ही सीधी निकली



इतने खुशनसीब तो तुम न थे
हमारी तकदीर में सितम कम न थे
फिर क्यों हम खुदा को इतना भा गए
कि बनकर दोस्त आप
हमारे जिंदगी में आ गए



शायर हूँ अर्ज करता हूँ शायरी
सुन लो इतनी भी नहीं हूँ बुरी
वरना काट डालूंगी मेरे पास है छुरी



ये एग्जाम के रिश्ते भी अजीब होते हैं
सब अपने-अपने नसीब होते हैं
रहते हैं जो निगाहों से दूर
वही क्वेश्चन कंप्लसरी होते हैं



गा तो हम भी सकते हैं
अगर आवाज दो तो
बजा तो हम भी सकते हैं
अगर साज हो तो
कौन कहता है
ताजमहल शाहजहां ने बनाया
बना तो हम भी सकते हैं
अगर मुमताज कोई हो तो



जहां याद न आए तेरी
वो तन्हाई किस काम की
बिगड़े रिश्ते न बनें
तो खुदाई किस काम की

बेशक अपनी मंजिल तक जाना है हमें
लेकिन जहां से अपने ही न दिखें
वो ऊंचाई किस काम की



ये दिल एक दुआ है खुद से
किसी का दिल न दुखा हमारी वजह से
ऐ खुदा कर दे कुछ ऐसी इनायत हम पे
कि खुशियां ही मिलें सबको हमारी वजह से



उठा हुआ हर हाथ दुआ के लिए नहीं होता
झुका हुआ हर परदा हवा के लिए नहीं होता
अपनी गलतियों से भी चिराग बुझ जाता है
अक्सर कसूर हवा का हर बार नहीं होता



अब हो गया है आदमी सामान की तरह
बिकते हैं जहां प्यार भी सामान की तरह
पहचान भी है मुश्किल मुखौटे के दौर में
क्योंकि इन्सान भी होते हैं शैतान की तरह





हंसते रह जाओगे



डॉक्टर मरीज से : तुम दिन में कितनी सिगरेट पीते हो?

मरीज : जी-20

डॉक्टर : देखो, अगर मुझसे इलाज करना हो तो तुम्हें सिगरेट से परहेज करना होगा, एक काम करो, एक नियम बना लो, सिर्फ भोजन के बाद ही एक सिगरेट पियोगे।

मरीज ने डॉक्टर की बात मानकर इलाज शुरू किया।

कुछ ही महीने बाद मरीज का स्वास्थ्य एकदम सुधर गया।

डॉक्टर : देखा मेरे बताये गए परहेज से तुम्हारा स्वास्थ्य कितना सुधर गया।

मरीज : लेकिन डॉक्टर साहब दिन में 20 बार भोजन करना भी तो कोई सरल काम नहीं है।

●●●

चिंटू आराम से बैठा था।

मीटू (चिंटू से) : कुछ काम करो।

चिंटू (मीटू से) : मैं गर्मियों में काम नहीं करता हूँ।

मीटू : और सर्दियों में?

चिंटू : गर्मियाँ आने का इंतजार!

●●●

राहगीर : तुम भीख क्यों मांगते हो। यह बुरा काम है।

भिखारी : क्या आपने भीख मांगी है?

राहगीर : नहीं?

भिखारी : फिर यह बताइए कि आपको कैसे मालूम हुआ कि यह बुरा काम है।

●●●

जहीर : भाई मुझे याद नहीं आता कि तुमसे कब मैंने बीस रुपए उधार लिये थे?

जहीर : अच्छा वह! मगर वह तो मैंने वापस कर दिये थे।

हनीफ : कब?

जहीर : जब तुम नशे में थे।

●●●

जज : अच्छा तो इस व्यक्ति ने तुम्हें कैसी गालियाँ दी?

नौजवान : हज़ूर वह सब गालियाँ शरीफों के सामने बयान करने योग्य नहीं है?

बहन, सुना है तुम अब तीसरी शादी कर रही हो ?



हां, बहना क्या करूं, पहले पति अल्लाह

को प्यारे हो गए थे और दूसरे पड़ोसन को।



वकील : अच्छा तो हम सब यहां से चले जाते हैं? तुम जज साहब को अकेले सुना दो?

●●●

डाकुओं ने बैंक कैशियर को बांध दिया डाकू बैंक लूटकर जाने वाले थे? कैशियर ने गिड़गिड़ाकर कहा।

मित्रो! कृपा करके रजिस्टर भी साथ ले जाओ, मेरे हिसाब में एक लाख रुपये की गड़बड़ है?

●●●

फैमिली प्लानिंग के डॉक्टर ने गांव के लोगों को जमा किया और कहा - भारत में हर तीन मिनट के बाद एक औरत बच्चे को जन्म देती है? आप बताइए इस भयानक समस्या पर किस प्रकार नियंत्रण किया जाये? भीड़ में से आवाज आयी - पहले उस औरत को तलाश करना चाहिए।

●●●

होटल में एक जोड़ा हनीमून के लिए ठहरा हुआ था?

पति देव अपनी कह रहे थे- मुझे तुमसे मोहब्बत है? तुम मेरे दिल की रोशनी हो, तुम मेरी जान और आत्मा की रोशनी हो, तभी पास के कमरे से आवाज आयी रोशनी बंद करो, आधी रात हो गई है?

●●●

मां : बेटा क्या कर रहे हो?

बेटा : पढ़ रहा हूँ?

मां : शाबास! क्या पढ़ रहे हो? बेटा : जी फिल्म शोले की स्टोरी।

●●●

मालकिन : क्या तुमने फ्रिज साफ कर दिया ?

नौकरानी : हां बीबीजी, फ्रिज में पड़ी आइसक्रीम सबसे स्वादिष्ट थी।

●●●

पहला कैदी : तुम जेल में कैसे आये?

दूसरा : छोटी सी रस्सी चुराने के अपराध में?

पहला : लेकिन ऐसा नहीं हो सकता?

दूसरा : अरे भाई ऐसा ही था, लेकिन रस्सी के सिर पर भैंस भी बंधी हुई थी?

●●●

पत्नी : मैंने तुम्हें बिना देखे शादी की.. कैन यू बिलीव दैट?

पति : और मेरी हिम्मत तो देखो, मैंने तुम्हें देखने के बाद भी तुमसे शादी की?

●●●

नासा ने चिंटू को चांद पर भेजने का फैसला किया।

मगर चिंटू आधे रास्ते से ही वापस आ गया।

चिंटू ने कहा- आज तो अमावस है ना, चांद तो होगा ही नहीं।

●●●

एक मकान मालिक ने मकान खाली है! का बोर्ड लगा रखा था? साथ ही यह भी लिख रहा था कि यह मकान उन लोगों को दिया जायेगा जिनके बाल-बच्चे न हों?

एक दिन एक बच्चा मकान मालिक के पास आया और बोला - मेहरबानी करके यह मकान मुझे दे दीजिए, मेरा कोई बच्चा नहीं है केवल मां-बाप है?

●●●



चलते-चलते



फा. अशोक कुजूर चेरें
संपादक

उम्मीद का सूरज और आशा की किरण

एक दोमंजिले बिल्डिंग में रात को आग लग गई। चारों तरफ अफरा-तफरी मच गई। डर से, जिसको जैसा बन पड़ा, बिल्डिंग के नीचे उतर गए। एक पांच साल की लड़की बिल्डिंग में रह गई। आग की लपट, धुंवा के बीच वह अपने पिताजी को सहायता के लिए रोते हुए बुलाने लगी। उसके पिताजी नीचे थे। अपनी बेटी की आवाज सुन के उन्होंने से जोर से चिल्ला कर कहा – 'बेटी, नीचे कूद जाओ। खिड़की से नीचे कूद जाओ।' बेटी ने पिताजी की आवाज सुनी और खिड़की के रास्ते नीचे कूद गई। पिताजी ने अपनी बेटी को अपनी बांहों में ले लिया। बाद में लोगों ने बेटी से पूछा – तुम खिड़की से नीचे कैसे कूद गई, जबकि तुम्हें पता भी नहीं था, कि तुम्हारे पापा कहां खड़े हैं? लड़की ने जवाब में कहा – मुझे मेरे पापा दिखाई नहीं दे रहे थे, लेकिन वे तो मुझे देख रहे थे। इतना ही मेरे लिए काफी था।

उम्मीद और आशा दो ऐसे शब्द हैं जो हमें इस बात का ढाढ़स बंधाते कि वर्तमान की विषम और दर्दनाक परिस्थिति के बाद एक ऐसा वक्त आएगा जो खुशहाल होगा। इस तरह का 'विश्वास' मनुष्य की अकेले की ताकत से नहीं आ सकता। इसके लिए जरूरी है 'ऊपर वाले' की ताकत पर भरोसा करना। वह 'ऊपर वाला' सभी परिस्थितियों का मालिक है। मसलन, उम्मीद का सूरज और आशा की किरण सिर्फ वही देख सकता है जो 'ऊपर वाले' पर विश्वास करता है। नास्तिक मनुष्य के लिए यह विश्वास संभव नहीं है। इसीलिए कट्टर नास्तिक और निराशावादी दर्शनशास्त्री जीन पॉल सार्त एवं फ्रेडरिक नीच्चे ने अपने जीवन काल के किसी समय

कहा था – 'कितना अच्छा होता अगर ईश्वर का अस्तित्व होता !'

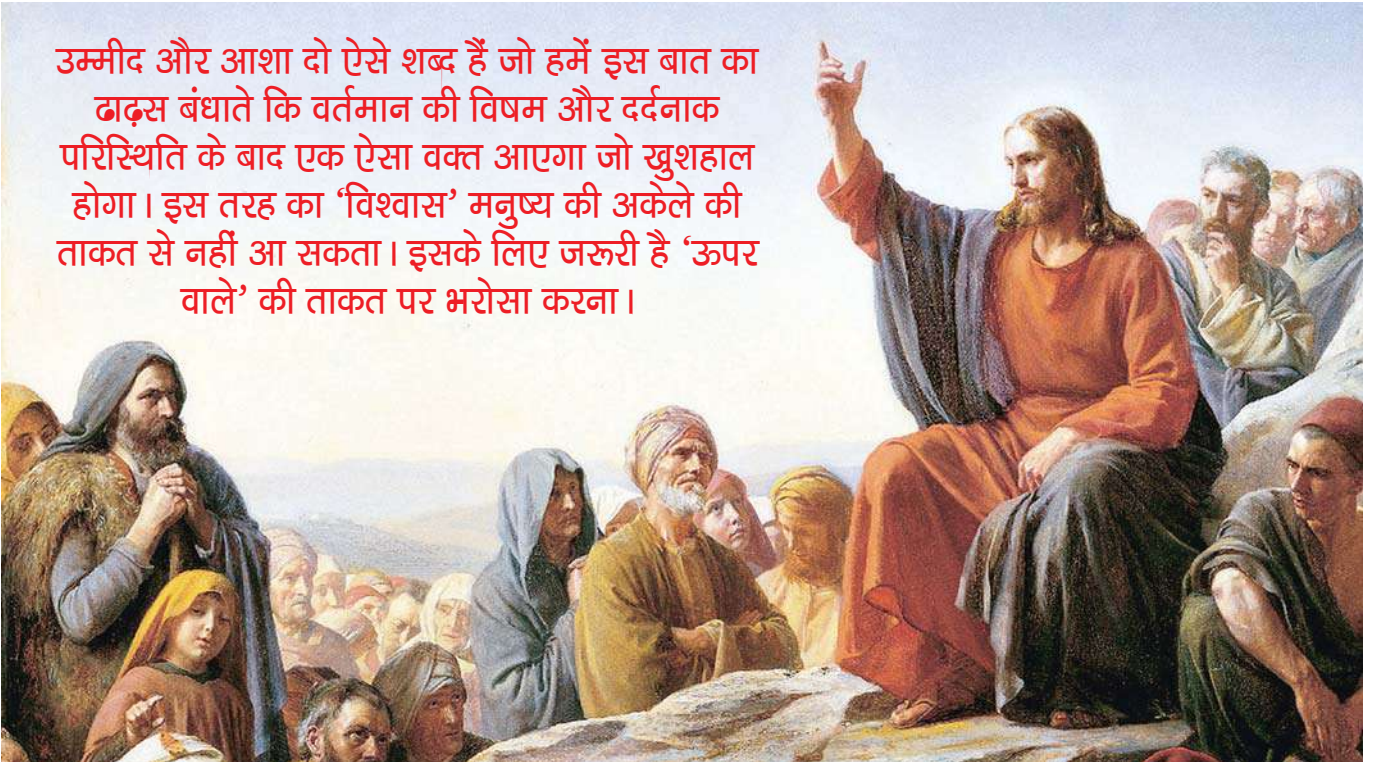
अब्राहम संसार की नज़र में एक मूर्ख इन्सान था। वरना कौन अपने पिता के घर को छोड़ कर अनजान जगह में जाने की सोचेगा। ईश्वर की वाणी सुन कर वह चल पड़ा एक अनजान, खतरों से भरी मंजिल की ओर। ईश्वर की वाणी ने उससे वादा किया कि उसके द्वारा एक महान राष्ट्र का निर्माण होगा, लेकिन बाद में कहा – 'अपने एकलौते पुत्र इसहाक की बलि चढ़ा दो।' अब्राहम ने लगभग वही किया। अब्राहम 'समुद्र के बालू की तरह असंख्य' वाले एक राष्ट्र की बात पर इसलिए भरोसा कर सका क्योंकि उसे 'ऊपर वाले' पर भरोसा था।

योब – एक भला आदमी – बिना किसी गलती के दुःख के उपर दुःख पाता गया। निराशावादी बनने के लिए उसके पास कई कारण थे। उसकी पत्नि ने उससे कहा – तुम ईश्वर को कोसो और मर जाओ।' योब ने कहा – सर्वशक्तिमान ईश्वर की महिमा हो।' उसकी उम्मीद और आशा की वजह 'ऊपर वाला' ही था।

डोन बोस्को – इटली देश का एक गरीब पुरोहित – ने 40 पैसों से माता मरियम की श्रद्धा में एक विशाल गिरजाघर के निर्माण की आधारशीला रखी। उन्हें विश्वास था कि 'अगर ईश्वर ही भवन का निर्माण न करे तो व्यर्थ है मनुष्य का परिश्रम – स्तोत्र. 127

उम्मीद और आशा हम मनुष्यों की ताकत और प्रतिभा मात्र से नहीं आ सकती। इसके लिए उस ईश्वर की कृपा, शक्ति और सामर्थ्य पर विश्वास करना होगा जो रिसेट बटन दबा कर बुरी परिस्थिति से भी अच्छा करने का सामर्थ्य रखता है। ■

उम्मीद और आशा दो ऐसे शब्द हैं जो हमें इस बात का ढाढ़स बंधाते कि वर्तमान की विषम और दर्दनाक परिस्थिति के बाद एक ऐसा वक्त आएगा जो खुशहाल होगा। इस तरह का 'विश्वास' मनुष्य की अकेले की ताकत से नहीं आ सकता। इसके लिए जरूरी है 'ऊपर वाले' की ताकत पर भरोसा करना।

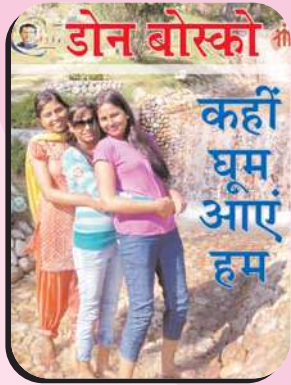
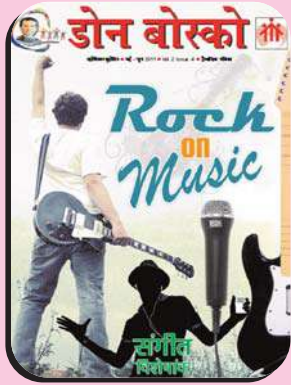




डोन बोस्को वाणी (सलेशियन बुलेटिन)

पढ़ो, पढ़ाओ, लाइफ बनाओ

डोन बोस्को वाणी एक पारिवारिक पत्रिका है। प्रति कॉपी - 30 रुपये।
1 वर्ष - 240 रुपये (डाक शुल्क सहित) मनीऑर्डर से 240 रुपये भेज
दीजिए और घर बैठे पत्रिका का आनंद उठाइए।



हमारा पता

Editor

DON BOSCO YOUTH & EDUCATIONAL SERVICES
BARIATU, RANCHI- 834009 (JHARKHAND)

Ph. : 8051095609

E-Mail - ashokachere@gmail.com

www.dbyesranchi.org

हां, मैं 'डोन बोस्को वाणी' का ग्राहक बनना चाहता/ती हूं

ग्राहक अपनी फार्म भर कर हमारे पते पर भेजें



पत्रिका मंगाने का फॉर्म

ग्राहक का नाम.....

पता.....

शहर..... राज्य..... पिन कोड.....

फोन नं. (निवास)..... मोबाईल फोन..... ई-मेल.....



DBYES

Don Bosco Youth & Educational Services

Retreats

Recollections

Seminars for Students

Youth Camps

Animation Programmes for Priests & Religious

Training Programmes for Teachers and Youth Leaders

**"Empowering youth
Shaping Lives"**

CONTACT

Director
Don Bosco Youth & Educational
Services (DBYES),
Bharamtoli, Bariatu,
Ranchi - 834009, (Jharkhand)
Mob.- 8051095609
E-mail- ashokachere@gmail.com
www.dbyesranchi.org

