



ISSN 2581-9917

Maitreyi College

(University of Delhi)



संवेदना

Bilingual e-Research Magazine-2025

Volume - VII | Issue-1

संवेदना

Peer Reviewed e-Research Magazine 2025
Volume - VII | Issue - 1

by

Internal Complaints Committee
Maitreyi College

Editor in Chief

Prof. Haritma Chopra
Principal
Maitreyi College,
(University of Delhi)
hchopra@maitreyi.du.ac.in

Deputy Editor in Chief

Dr. Prachi Bagla
Associate Professor (Retd.)
Department of Commerce,
Maitreyi College (University of Delhi)
pbagla@maitreyi.du.ac.in

Editors

Dr. Pramod Kumar Singh
Associate Professor
Department of Sanskrit,
Maitreyi College
(University of Delhi)
pramodsingh@maitreyi.du.ac.in

Ms. Apurva Sood
Research Associate
Indian Council of Social
Science Research
apurvasood@icssr.org

Prof. Rita Nagpal
Department of Commerce
Dyal Singh College
(University of Delhi)
ritanagpal@dsc.du.ac.in

Dr. Jagmohan Rai
Associate Professor (Retd.)
Department of Mathematics,
PGDAV (Eve.) College
(University of Delhi)
jagmohan@pgdave.du.ac.in

Dr. Preeti Verma
Assistant Professor
Department of Sanskrit,
BHU, Varanasi
preeti@bhu.ac.in

ADVISORS

Prof. Anil Aneja
Department of English
University of Delhi

Prof. Nita Mathur
Professor of Sociology
School of Social Sciences, IGNOU

Dr. Charu Jain
Associate Fellow
National Council of Applied
Economic Research

Dr. Praveer Jain
MD, FACC, FHRS
Clinical Cardiac Electrophysiology,
USA

Dr. Renu Malaviya
Associate Professor
Department of Education
(University of Delhi)

Mr. Nikhil Matalia
Financial Analytic, Accenture,
Gurugram

Dr. S.S. Awasthy
Secretary General,
Authors Guild of India

Ms. Shilpa Joshi
Vice President, Indian Dietetic
Association

Col. Praveen Shankar Tripathi
ASC, Indian Army

REVIEWERS

• **Prof. Jaideep Sharma**

IGNOU

• **Dr. Saugato Sen**

IGNOU

• **Dr. Usha Das**

Anesthesiologist

• **Dr. Lalit Bihari Goswami (Retd.)**

PGDAV College, University of Delhi

• **Dr. Anita Devi**

Maitreyi College, University of Delhi

• **Dr. Surbhi Pahuja Mehta**

Dominion University College Accra, Ghana

• **Dr. Rita Negi (Retd.)**

Satyawati College, Univ. of Delhi

• **Dr. Pratap Singh Rana**

Edinburgh, UK

• **Dr. Manoj Satija**

SOL, NCWEB, University of Delhi

• **Dr. Prasoon Jain**

West Virginia, USA

Art Work & Photographs

Dr. Peeyush Jain
Escorts Heart Institute,
New Delhi

Dr. Pooja Baweja Sikri
Maitreyi College
University of Delhi

Ms. Sonali Kumari
IGNOU

Ms. Apurva Sood
ICSSR, New Delhi

Ms. Nisha
University of Delhi

Ms. Sakshi
University of Delhi

Ms. Sunidhi Gupta
Charkhi Dadri, Haryana

Mr. Dev Raj Mahajan
Udhampur, Jammu & Kashmir

Ms. Manya
NCWEB, University of Delhi

Ms. Charu Mahajan
Austin, USA

Dr. Prasoon Jain
West Virginia, USA

Mr. Yogesh Bhatia
Canada

Ms. Asha Tripathi
Raigarh, Chhattisgarh

Ms. Neha
University of Delhi

Ms. Meghna Girish
Bengaluru, Karnataka

Ms. Priyanshi
NCWEB, University of Delhi

Ms. Jasmine
NCWEB, University of Delhi

Computer

Mr. Abhishek Khurana
Senior Technical Assistant
Deptt. of Computer Science
Maitreyi College, University of Delhi

FROM THE EDITOR'S DESK

Warm greetings to the readers of Samvedana!

Our bilingual magazine presents original, rigorous and innovative submissions in either of the languages from acclaimed as well as amateur scholars and authors from diverse disciplines. They all seem capable of thinking 'outside the box' to handle contemporary complex social challenges of our times. As in the earlier issues, we have allowed a variety of formats to our authors- a poem, a short or full length article, soft research report, a memoir or travelogue to express their critical thinking and creativity.

We remain fully committed to improving the reach and message of our magazine. Our authors and contributors remain the most critical component of our venture. Electronic media has allowed us to disseminate their ideas to a very wide readership of our magazine. This is the power of technology.

In this issue:

Hampta Pass Trek- An Experience of a Lifetime is a crisp narration of a mesmerizing 5-day trekking experience of the author at Hampta Pass which is reportedly the most beautiful yet physically very demanding crossing in Himalayas at an altitude of 15000 feet in Himachal Pradesh. Intertwined with subtle description of challenges like lack of cellular network, freezing temperatures, life in tents, simple meals, and fatigue, the author focuses heavily on the serenity, scenic beauty, adventure and sense of achievement.

Gender equality leading to women empowerment is a global concern raised time and again on national as well as international fora. It is unfortunate that none of the societies around the globe can claim that their women are fully empowered with respect to their education, employment opportunities, finances and decision-making independence. The author of the article titled **Gender Equality: Empowering Women in Every Sphere** has touched upon some of the major barriers in the way of empowerment of women. The author also offers certain practical solutions to deal with this challenging issue including change in societal expectations and mindset.

Horses, elephants, dogs and even pigeons have left an indelible mark on the history of warfare the world over. To acknowledge their contribution, 24th February is celebrated as International War Animal Day. Yet, it is unfortunate that their valuable role has not been adequately covered in the pages of history. One war animal from medieval Indian History remembered till date for his bravery is our

beloved Chetak who sacrificed his life while trying to save his master's in the Battle of Haldighati. Chetak's iconic role, kept alive through ballads, TV serials, films and academic curriculum is re-lived by the author in the article **Chetak: The Epitome of Loyalty**.

One prominent demographic feature of India providing an edge over several advanced countries is high percentage of young population along with a diverse landscape. Based on his extensive personal survey, author of the article titled **Are We Being Fair to our Rural Children** has expressed his heartening concern over the urban-rural divide of youth today pertaining to career options, guidance by teachers/parents, human as well as physical infrastructure in educational institutions, caliber of educators, resources and even language resulting in less than optimal utilization of rural youth, both boys and girls and their migration. The author further observes that due to apathy of government and policy makers, the potential of sharp, hardworking and capable rural youth remains largely untapped.

Author of the article titled **Just Happened to be in Vrindavan: How a Visit Unveiled a Life-Changing Mission** is a heart touching enumeration of a joint mission of Lt. Col. Nitin Bhatia Memorial Trust and Dr. Shroff Charity Eye Hospital under the aegis of Friends for Cause Foundation named Gift of Sight. After Lt. Col. Nitin Bhatia passed away in a tragic helicopter crash, his family, friends and contributors across the globe in collaboration with eye surgeons became instrumental in conducting free of cost cataract surgeries on under-privileged people in far flung areas in India. It is an ultimate philanthropic endeavor about which our readers should know and, if possible, contribute.

Every year scores of students and job aspirants move to foreign lands looking forward to better opportunities and faster personal growth. Most eventually succeed but not without tiding over a bunch of challenges. In the article titled **Embracing New Horizons: A Journey of Moving Abroad** the author has narrated her personal experience when she shifted to UK for higher studies leaving behind comforts of her home, her family, friends and steady job. Though she has mentioned daunting challenges she faced, her write up sounds positive when she says that her perseverance, willingness to embrace change and her constant efforts to find solutions made her transition successful.

Medical fraternity, media and celebrities around the globe are trying to create awareness about psychological issues as any other physical ailment. Due to their combined efforts, the stigma attached with mental illnesses is fast fading. Ongoing medical research in this field had led to development of very effective medicines with minimal side effects. However, the key to recovery, as in other ailments, is an early detection. In the article titled **"Recognizing the Shadows: Early Signs of Depression and What to Do"**, the author, a trained psychologist, has covered

some behavioral and physical symptoms of impending depression which the family members, friends and educators should be able to notice, in order to facilitate a timely medical assistance.

Florence Nightingale known as founder of modern nursing, a social reformer and statistician with several awards to her credit for her contributions was born in Italy to her British parents. She received her nursing education and training in Germany. Her first nursing assignment was in Institute for the Care of Gentlewomen in London. About a year later she got engaged in nursing sick and diseased soldiers of Crimean War and was conferred the title of 'Lady with the Lamp' (because she took rounds of soldiers under her care at night). To honour her contribution an International Nurses Day is celebrated on her birthday on 12th May. Nursing students take a 'Nightingale pledge' as they start their course. Besides an International Florence Nightingale medal is awarded to meritorious nurse as the highest international distinction. Author of the article titled **Florence Nightingale** has describes her struggle, societal & familial pressures and undeterred devotion setting standards for nursing through her selfless, caring, and innovative approach.

संवेदना शोधपत्रिका का हिन्दी खंड, विचारों और अनुभवों की ऐसी सरिता है, जो पाठकों को जीवन की गहराइयों में उतरने और नई ऊँचाइयों तक सोचने की प्रेरणा देती है। लेखों की विविधता और उनका गहन दृष्टिकोण हर उम्र और हर मनोस्थिति के पाठकों को विचारशीलता के नए आयामों से परिचित कराता है। आइए, इस खंड में प्रस्तुत लेखों को विस्तार से जानें :

संवेदना के हिन्दी अनुभाग का पहला लेख है - **आत्मविश्वास और अहंकार**। यह लेख हमें आत्मविश्वास की ताकत को पहचानने और इसे बनाए रखने के लिए प्रेरित करता है। लेखक बताते हैं कि अहंकार केवल हमारे शरीर को नहीं, बल्कि हमारे मन और आत्मा को भी कमजोर करता है। आत्मविश्वास एक ऐसा कवच है, जो हर बाधा को पार करने की ताकत देता है। सफलता प्राप्त करने से हमारा उद्देश्य पूर्ण नहीं हो जाता है, बल्कि हमारी जिम्मेदारियां और भी बढ़ जाती हैं। इसलिए सफलता के पश्चात् अपने अहंकार पर विजय प्राप्त करना परमावश्यक है। इस लेख का मुख्य संदेश यही है कि यदि आप स्वयं पर विश्वास रखते हैं, तो आप व्यसनों के हर जाल से बाहर निकल सकते हैं और अपने जीवन को सार्थक बना सकते हैं।

जिंदगी के बाद भी...लेख निःस्वार्थ सेवा और बलिदान की महिमा को दर्शाने वाला, देशभक्ति से ओत-प्रोत एक प्रेरणादायक लेख है। लेखिका ने प्रस्तुत लेख में वीर जवानों की शहादत के बाद उनके परिवार वालों द्वारा अपने वीर पुत्रों के नाम पर किए जा रहे सामाजिक कार्यों का बहुत ही मार्मिक वर्णन किया है। जब तक वे जीवित रहे, उन्होंने मातृभूमि की रक्षा की। उनके मरणोपरान्त, उनके परिवार वालों ने उनके नाम पर सामाजिक कार्यों के माध्यम से उनके कार्यों को नई दिशा देते हुए उनके नाम को जीवंत रखा। इसमें वीरगाथाओं के माध्यम से यह बताया गया है कि कैसे हर छोटा या बड़ा बलिदान समाज को मजबूत बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। लेख हमें यह भी सिखाता है कि जीवन केवल अपनी इच्छाओं को पूरा करने तक सीमित नहीं होना चाहिए, बल्कि दूसरों के लिए कुछ करने का साहस होना अत्यंत आवश्यक है। जब हम अपनी सीमाओं से परे जाकर दूसरों के लिए कुछ करते हैं, तब हमें सच्चे सुख की अनुभूति होती है। यही कारण है कि युद्धभूमि में अपनी मातृभूमि के लिए प्राण-निष्ठा करके जाने वाले वीर सैनिकों के प्रति हर देश और वहाँ का प्रत्येक नागरिक अत्यंत सम्मान का भाव रखता है और उन पर गर्व करता है।

भारतीय गृहिणी असन्तुष्ट क्यों? लेख भारतीय समाज के उस ताने-बाने को बयां करता है, जिसमें घर की धुरी होने पर भी महिलाओं की उपेक्षा की जाती है। भारतीय गृहिणी, जो परिवार की आधारशिला है, प्रायः उसकी मेहनत और योगदान को

अनदेखा कर दिया जाता है। लेखिका ने उनके संघर्ष, त्याग, और परिवार को जोड़ने में उनकी भूमिका को सामने लाने का सफल प्रयास किया है। लेख इस बात पर भी ध्यान दिलाता है कि गृहिणियाँ केवल घर तक सीमित नहीं हैं, बल्कि वे हर क्षेत्र में अपना महत्वपूर्ण योगदान देती हैं। यह लेख हमें उनकी अनदेखी भूमिका को सम्मान देने और उनके महत्व को समझने के लिए प्रेरित करता है।

वृद्धावस्था के अनुभव और संवाद की गहराइयों को उजागर करता अति महनीय लेख है - **अंतिम पड़ाव : संघर्षपूर्ण मनोव्यथा का सफर**। यह लेख हमारे समाज में वृद्धजनों की स्थिति और उनके महत्व पर प्रकाश डालता है। लेखिकात्रय ने यह बताया है कि जीवन के इस पड़ाव पर, संवाद और मानसिक शांति से ही एक व्यक्ति सच्ची संतुष्टि पा सकता है। लेख हमें यह भी सिखाता है कि हमें अपने बुजुर्गों के साथ समय बिताना चाहिए और उनके अनुभवों से सीखना चाहिए। हमारे प्राचीन ग्रन्थ भी वृद्धजनों के प्रति श्रद्धा एवं सेवाभाव रखने का सन्देश देते हैं।

इच्छाशक्ति और आत्मनिर्भरता ही सच्चे परिवर्तन की कुंजी हैं। यही तथ्य 'तुम चाहो तो...' शीर्षक कविता का निहितार्थ है। इसकी लेखिका ने प्रेरक उद्धरणों के माध्यम से यह बताया है कि सीमित संसाधन और चुनौतियाँ केवल बाहरी बाधाएँ हैं, वास्तविक बाधाएँ हमारी सोच में होती हैं। यदि हम खुद पर विश्वास करें और सही दिशा में मेहनत करें, तो हर असंभव को संभव बनाकर प्रत्येक लक्ष्य को प्राप्त कर सकते हैं।

अधिकारों और जिम्मेदारियों के बीच अन्तर को कम करना : भारत में मौलिक कर्तव्यों के महत्व की समझ लेख अधिकारों और जिम्मेदारियों के बीच संतुलन साधने की आवश्यकता को रेखांकित करता है। लेखक ने बड़े ही सटीक ढंग से यह समझाया है कि समाज में प्रगति तभी हो सकती है, जब हर नागरिक अपने कर्तव्यों को पूरी ईमानदारी से निभाए। यह लेख हमें यह भी याद दिलाता है कि अधिकार केवल जिम्मेदारियों के पालन से सार्थक होते हैं। मौलिक अधिकारों की तरह ही मौलिक कर्तव्यों का परिज्ञान भी प्रत्येक नागरिक के लिए परमावश्यक एवं अनुपाल्य है।

जीवन कर्ज और अकेलेपन से ग्रस्त लेख संघर्षमय जीवन का यथार्थ एवं मार्मिक चित्रण है। आज परिवार हो अथवा समाज, सर्वत्र विघटन की स्थिति परिलक्षित होती है। पहले टीवी के कारण और अब मोबाइल के कारण एक ही घर में संयुक्त परिवार में रहने वाले पारिवारिक जन भी एकदूसरे से पूर्णतः कटे हुए जीवन यापन करते हैं। यह निःसन्देह अत्यन्त भयावह स्थिति है। लेखिका ने आज की युवा पीढ़ी को आगाह करते हुए यह समुचित सलाह दिया है कि उन्हें अपनी जिम्मेदारियों को समझकर अपने माता-पिता को यथोचित मान-सम्मान देना चाहिए और परिवार की प्रगति में अपना योगदान देना चाहिए। जीवन में तकनीकी का प्रयोग भी आवश्यक है, पर सन्तुलन के साथ। अतएव तकनीकी एवं विज्ञान के सन्तुलित प्रयोग से उन्नति करते हुए घर-परिवार में अपनी भूमिका का निर्वहण करना ही सुखमय जीवन का सार है।

विश्वास एक ऐसा धागा है, जो रिश्तों को मजबूती से बाँधता है। विश्वास की महत्ता सार्वकालिक एवं सार्वदेशिक है। इसी तथ्य से संवलित लेख है - **विश्वास**। लेखकद्वय ने इस लेख में विश्वास की शक्ति और इसकी महत्ता को बहुत ही उत्कृष्टता से उजागर किया है। लेख यह भी बताता है कि विश्वास केवल दूसरों में नहीं, बल्कि खुद पर भी होना चाहिए। यही विश्वास हमें जीवन की हर कठिनाई का सामना करने की ताकत देता है।

अस्तु, संवेदना का हर लेख जीवन के किसी न किसी पहलू को छूता है। ये लेख केवल पढ़ने के लिए नहीं, बल्कि आत्मचिंतन और प्रेरणा के लिए हैं। यह अंक हमें सोचने, समझने, और जीवन को एक नई दिशा देने की प्रेरणा देता है।

We hope you will enjoy reading these thought provoking articles.

Editors – Samvedana

The views expressed in the write ups are those of the authors concerned.
The editors are not responsible for them.

CONTENTS

Sr. No.	Title	Author(s)	Page No.
English Section			
1.	Hampta Pass Trek- An Experience of a Lifetime	Apurva Sood	11-13
2.	Gender Equality: Empowering Women in Every Sphere	Neha Sabharwal and Jyoti Mahajan	14-15
3.	Chetak: The Epitome of Loyalty	Prachi Bagla	16-26
4.	Are We Being Fair to our Rural Children	P. K. Saighal	27-29
5.	Just Happened to be in Vrindavan: How a Visit Unveiled a Life-Changing Mission	Ankima Jain	30-33
6.	Embracing New Horizons: A Journey of Moving Abroad	Anamika Singh	34-36
7.	Recognizing the Shadows: Early Signs of Depression and What to Do	Akanksha Kapoor	37-39
8.	Florence Nightingale	Maitri Vats	40-41
हिन्दी भाग			
9.	आत्मविश्वास और अहंकार	अरुणाकर पाण्डेय	43-45
10.	जिन्दगी के बाद भी...	आशा त्रिपाठी	46-52
11.	भारतीय गृहिणी असन्तुष्ट क्यों?	निर्मला जैन	53-54
12.	अंतिम पड़ाव : संघर्षपूर्ण मनोव्यथा का सफर	निशा कुमारी, नेहा कुमारी एवं साक्षी त्रिवेदी	55-60
13.	तुम चाहो तो...	पूजा शुप्ता	61
14.	अधिकारों और जिम्मेदारियों के बीच अंतर को कम करना : भारत में मौलिक कर्तव्यों के महत्त्व की समझ	प्रियंका शुप्ता	62-69
15.	जीवन कर्ज और अकलेपन से ग्रस्त	राजन बाई	70-71
16.	विश्वास	पुनीत कुमार एवं सुरेन्द्र तिवारी	72-76

ENGLISH SECTION

Hampta Pass Trek- An Experience of a Lifetime



*Apurva Sood**

"On earth there is no heaven, but there are pieces of it." - Jules Renard

Ever since I was a little girl, my father would always make sure we travel to places away from the hustle and bustle of the city. He would wake us up early in the morning to show us the sunrise and we'd go on long nature walks . I have to admit, I was never happy with this early morning routine on vacation. It's only when I grew older, I understood why exploring the great outdoors was his idea of traveling. There's something so incredibly powerful and calming about being around nature, a sense of belonging that we're all deprived of in our urban life.

Thanks to my father, I grew up to be a total mountain person. After traveling extensively in India, I was never more excited as I was to go on my first trek to Hampta Pass. At 15,000 feet, Hampta Pass in Himachal Pradesh is one of the most beautiful crossings in the Himalayas. A mix of dense green valley of Kullu and rugged terrains and barren mountains of Lahaul.



* *Research Associate*
Indian Council of Social Science Research

It was my first trek where the challenges were many and the excitement even more.

It took some rounds of convincing but I managed to convince a few close friends too. With some notes and guidance from our trekking instructor, we started training rigorously as it was a physically demanding trek. We were given a long list of instructions. One thing particularly stood out in that list : There will be no cellular network . We were excited and nervous at the same time. All of us had never been totally cut off from the world for more than a few hours.



We trekked each day to a new base camp and slept in tents overnight. They were not very comfortable but definitely added to the adventure. There was so much scenic beauty around us, words cannot justify it. We spent hours looking at the mountains, valleys filled with snow, clear rivers, sunrises and sunsets.

The challenges came on the peak trek days. Due to rain, the terrain became very slippery and it was tough to move forward. Donned in our ponchos, slowly and steadily we used to reach our campsite and even crossed two rivers on foot.



The last day was the summit day. Nine hours, a lot of sore muscles and a snow storm later, we finally reached the Hampta pass. The moment we all had been waiting for. The air became very chilly and we were surrounded by glaciers.

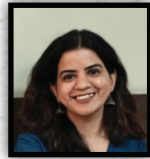
After five days, our adventure had come to an end and all of us couldn't believe that we had managed to finish the trek. This sense of accomplishment and happiness made me wonder - for so many days, we were walking kilometers at stretch with backpacks, eating simple meals, had no network in our phones and yet having the best time. I thought to myself - how can someone deprived of basic necessities like a comfortable bed and well functioning restrooms be having the best time? This is when nature made me learn my first lesson of the trek - happiness is not a product of possessing things.

The first glimpse of the snow-clad mountains, a hot cup of tea after a tiring day, a maggi point in the middle of nowhere, a warm sleeping bag and a hot shower after coming from freezing temperatures reminded me that happiness exists in many forms. We just fail to notice it.



Pictures: Apurva Sood

Gender Equality: Empowering Women in Every Sphere



*Neha Sabharwal** |



*Jyoti Mahajan**

Globally, the conversation on gender equality has gotten a lot of traction in recent years. Although progress has been achieved in the direction of gender parity, numerous obstacles remain in the way of women's empowerment in various domains. The article examines gender equality's different aspects and strategies for strengthening women in different industries.

An essential component of the continuous fight for gender equality is education. Women who have access to high-quality education are empowered and can significantly enhance their socioeconomic status in addition to gaining knowledge and skills. However, gender differences in educational achievement continue to exist, particularly in some communities and geographic areas. To close the current gap, addressing this issue requires coordinated and determined efforts to guarantee equal opportunities for women and girls across all educational strata.

A key component in the fight for gender equality is economic empowerment. Women's active participation in the workforce not only stimulates economic growth but also advances society by utilising a variety of skills and viewpoints. Notwithstanding these advantages, women confront a variety of obstacles that prevent them from advancing economically. These obstacles include ongoing pay gaps, limited access to credit and financial resources, and pervasive discriminatory workplace practices. Addressing these issues calls for a multimodal strategy that includes focused campaigns to encourage women to start their businesses, support programmes for vocational training catered to their requirements, and enact laws requiring equal compensation for equal labour.

Increasing women's voices in decision-making and promoting gender equality depends on political representation. Women continue to be underrepresented in positions of political leadership even though they make up half of the world's population.

* Assistant Professor
MBA Department, I.T.S., Mohan Nagar

Reforming election processes, enacting quotas, and tackling societal and cultural barriers that prevent women from participating in politics are all necessary to increase the participation of women in politics.

Comprehensive and well-thought-out initiatives are needed to achieve economic empowerment, tackling obstacles at the individual and structural levels. Societies can unleash enormous potential for creativity, productivity, and inclusive prosperity by creating an environment that supports women's economic engagement. Furthermore, these initiatives not only support the values of justice and fairness but also help build stronger, more prosperous communities where everyone has a chance to succeed.

In addition to being morally right, gender equality is practically necessary to advance society. It is essential to empower women in all areas of life to promote inclusive and sustainable development. Societies may fully utilise their female population by removing obstacles and guaranteeing equal chances in leadership positions, education, workforce involvement, and decision-making processes. We can safeguard fundamental rights and unleash a plethora of talent, creativity, and innovation that benefits all of us by working together to advance gender equality.

A few lines on this: -

**Let women excel in all fields;
let their voices be heard;
let their rights be upheld.**

In the embrace of equality, empowerment flourishes.

A world enhanced by the grace of every woman.

**From lively classrooms to daring boardrooms,
their gifts, knowledge, and untold tales.**

Their presence lights the fight in the corridors of strength and in the fields of labor. Economic growth, narrowing pay disparities, and a wide-open door of opportunity. Together, we can achieve a future of equity with just policies and free thoughts. Thus, let us stand together for gender equality throughout the nation. In rhyme and deeds of poetry, empowering women in everything that they do.

Development in society requires gender equality, and attaining sustainable development is impossible without it. It is only through the removal of barriers against women, the society can unleash its potential by allowing equal opportunities in education, at work, on the political and leadership front. Gender equality benefits all, as it protects rights and unleashes talent, creativity, and innovation.



Chetak- The Epitome of Loyalty



*Prachi Bagla**



Picture : Dr. Peeyush Jain

Chetak was the favourite personal stallion of Maharana Pratap, 13th king of Mewar [1] and successor of Uday Singh II. It was a well built, sure footed, sturdy male horse of Marwari breed (in some texts described as of Kathiawadi or Arabi breed) with a graceful appearance. Though not very tall, it had bright eyes, high forehead, curved ears touching each other at the top end, and long face. Its weight was more than that of normal horses. Documented to have a blue shiny coat, it was known as 'neela ghoda' (blue horse) and Maharana Pratap as 'rider

of the blue horse'. Chetak is also described as a 'Horse with Peacock Neck' (mayura greeva) as its neck resembled that of a peacock.

Chetak was very active and aggressive horse, submissive only to Maharana. Its name means 'the one who remains conscious'. True to its name, it had exceptional level of alertness.

It was very obedient, faithful and loved Pratap.

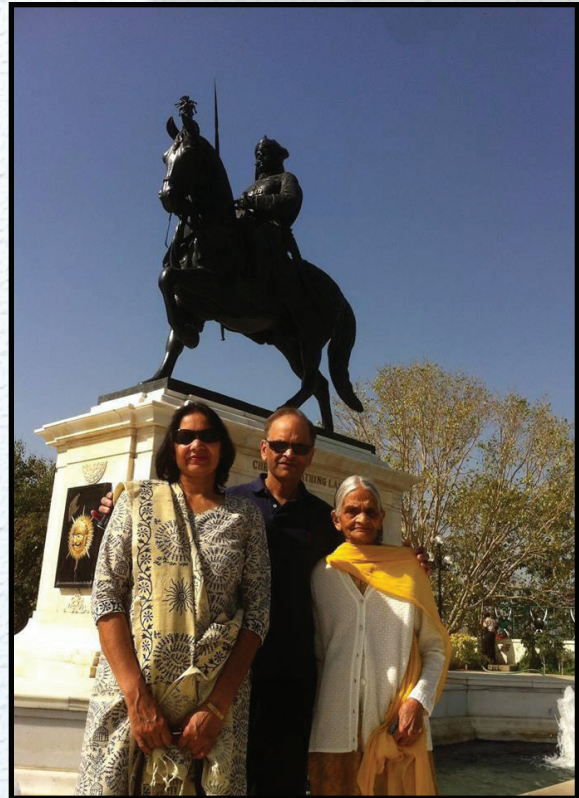
* Associate Professor (Retd.)
Maitreyi College, University of Delhi

How Maharana acquired Chetak

Maharana Pratap had acquired three horses trained for fighting in battles and well versed with rugged terrains of the region, named Chetak, Atak and Natak from travelling sellers belonging to 'Danti Charans' tribe in a small village Khod near Chotila in Saurashtra region of Gujarat state. These sellers had the business of selling high breed horses to kings in Gujarat and Rajasthan (according to some sources two colts, not three, were gifted to Maharana by the said traders). Out of these Atak got injured in the trail and was sent for treatment, Natak was gifted by Maharana to his younger brother and he retained Chetak for himself. Since then, Chetak became Pratap's permanent companion accompanying him bravely in several battles including the Battle of Haldighati.



Picture : Dr. Peeyush Jain



Pictures: Dr. Praseon Jain at Maharana Pratap Memorial, Udaipur

Who was Maharana Pratap

Maharana Pratap was the ruler of Mewar, a region in North-Western India in Rajasthan. Born under dynasty of Sisodias of Mewar on 9th May 1540 [2], he was son of Udai Singh II and his queen Jaiwanta Bai. Despite being the eldest, his route to the throne was not smooth. He had to suffer evil designs of his step mother Rani Dheer Bai who wanted her son Jagmal to be the king. However, Pratap was made the king when Jagmal was found unfit to rule by the court. His coronation took place on 28th February 1572 and his rule lasted till 19th January 1597 when he died at the age of 56 years. [3]

Pratap is considered one of the greatest warrior and a man of determination and conviction as per the history of Rajputs. He did not follow footsteps of his Rajput predecessors who had given in to the expansionist moves of the Mughals. He is particularly remembered for his (Rajput) resistance against mighty Akbar in the Battle of Haldighati that gave him the status of 'folk hero'.

Battle of Haldighati and the role of Chetak

Akbar sent diplomatic missions to offer Pratap to create peaceful alliance. Pratap sent his son Amar Singh to Mughal court to refuse the proposal to which Akbar took offence and hence, there was fierce battle between two mighty rulers in 1576 at Haldighati, some 40 km from Udaipur.. This battle, called Battle of Haldighati, took place on 18th June 1576 and lasted for merely four hours [4], perhaps one of the shortest yet prominent in Indian History.

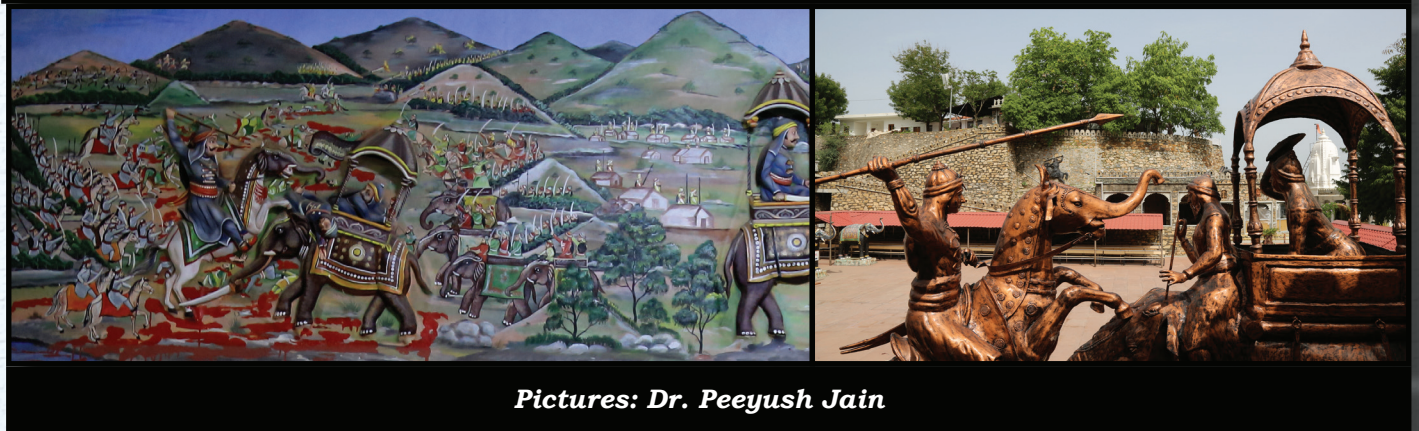
Maharana was on the back of Chetak and he moved on to Haldighati with his army. The gimmick used in was to cover Chetak's face with an elephant's mask to confuse the elephants in the army. Akbar's army was led by Raja Man Singh II of Amer. Chetak brought Pratap within striking distance of Man Singh to allow a frontal attack. Man Singh rode an exceptionally big elephant. Chetak charged Man Singh's elephant and placed hooves of its forelegs onto the trunk of the elephant to enable Maharana to target Man Singh accurately. Unfortunately Chetak got one of its legs pierced by tusk of the elephant while coming down. In the meantime, Maharana threw his lance at Man Singh but missed the target killing the navigator (mahout) instead.



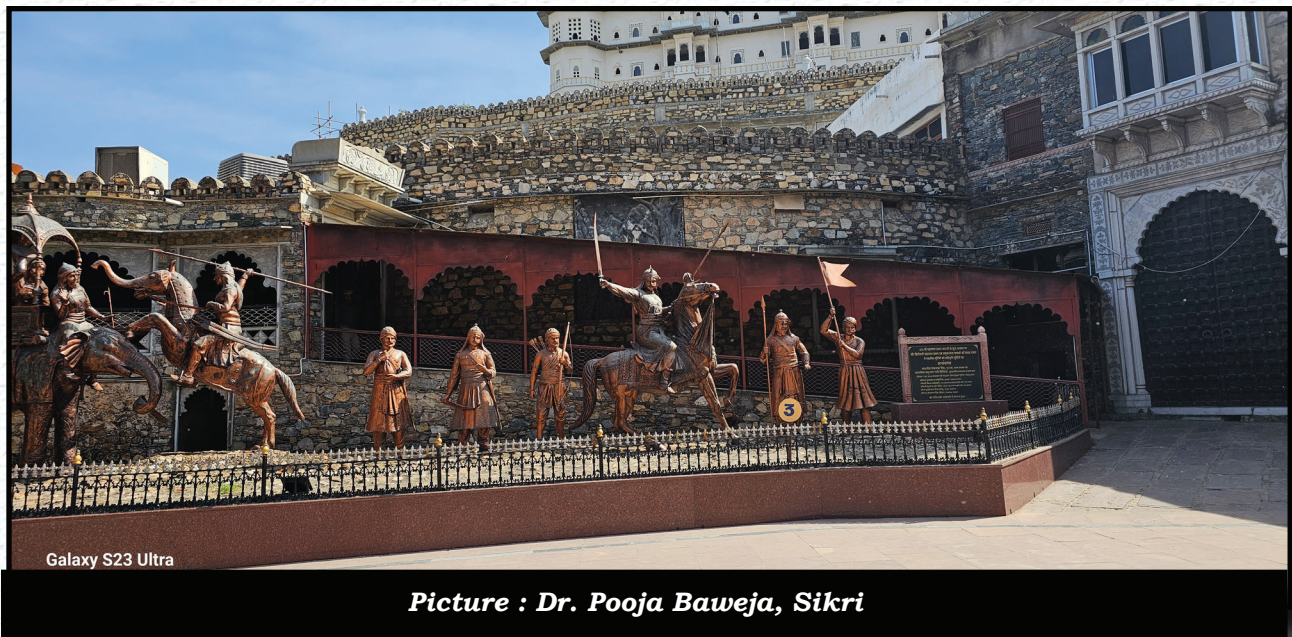
Picture : Dr. Peeyush Jain



Pictures : Dr. Pooja Baweja, Sikri



Pictures: Dr. Peeyush Jain



Picture : Dr. Pooja Baweja, Sikri

The war was unfair to start with in that Akbar's army number-wise was superior (22000 soldiers against 200000 soldiers of Akbar [5]) due to which Pratap lost the battle despite high morale of his army. Wounded and bleeding profusely and under severe pain, Chetak sensed gravity of the situation and rode swiftly on his three legs with great fortitude giving his chasers a slip. In its gravely injured condition, it jumped 25 feet gap between two mountains. It took its last breath (18th June 1576) only after taking its master to safe place. [6]. It was only due to its intelligent act and unprecedented loyalty that Mughals could not capture Pratap.



Pictures: Dr. Peeyush Jain

Maharana Pratap Museum and Chetak Samadhi

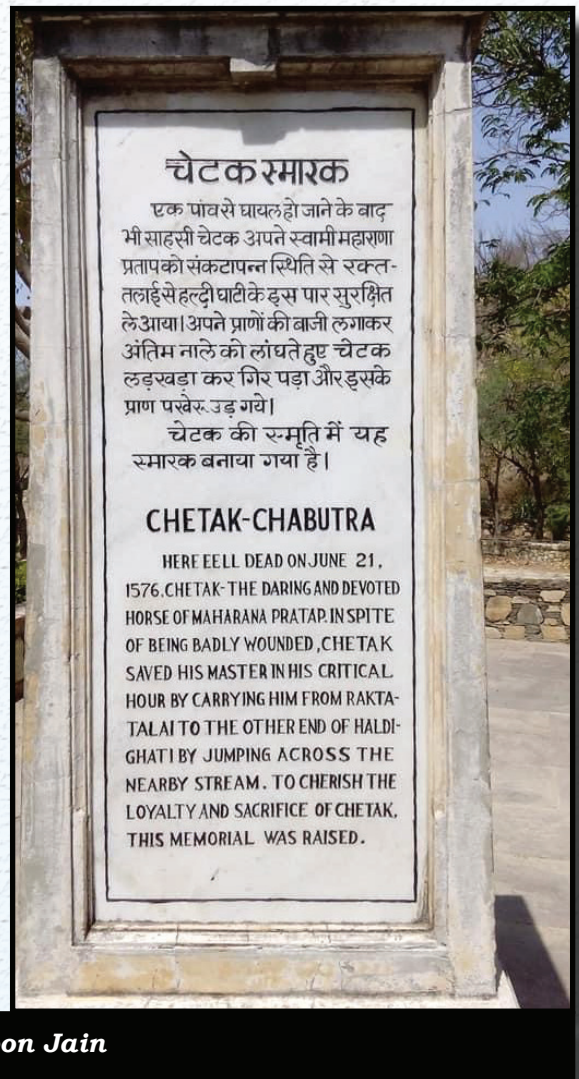
The inspirational contribution of Chetak is marked in golden letters in the history of Rajputs and that of Maharana Pratap. To acknowledge the role of Chetak and Pratap's

supreme love for his horse, Chetak Samadhi is built at the edge of the mountain pass in the Aravalli Range of Rajasthan, leading to Haldighati. It is reported to be the spot where Chetak had collapsed and passed away. Also called Chetak Chaburta, the campus is peaceful with probably not too many visitors. Though it is in the ambit of ASI, and declared 'Monument of National Importance' it requires better maintenance. Condition of Chhatris, structures and a temple in the campus speaks volumes.

Across the road is Maharana Pratap Museum also called Haldighati Museum that provides full information about Maharana Pratap. Founder and owner of this Museum is Dr. Mohan Lal Srimali who developed it with initial help from the Government and later with his own resources to pay a rich tribute to Pratap and to boost tourism in the area. Highlights of the museum are the weapons, paintings and models showing scenes from Pratap's life and a light & sound show detailing the role of Chetak in Pratap's life (apart from glimpses of civilization and culture of Mewar and life of Maharana Pratap).



Pictures: Dr. Prasoon Jain



Pictures: Dr. Praseon Jain

Concluding Remarks

Chetak is remembered with deep reverence, till date as the most obedient, faithful, intelligent, responsible and elegant companion of Maharana Pratap. There is no other animal in India's rich history and folklores that has received such adulation and admiration. There are ballads, novels, researches, songs, folklores sung in Mewar region, poems, TV serials and movies on Maharana and his Chetak.

गाना / Title: ओ पवन वेग से उड़ने वाले घोड़े तुझ पे सवार है जो - o pavan veg se u.Dane vaale gho.De tujh pe savaar hai jo

चित्रपट / Film: Jai Chittaud

संगीतकार / Music Director: S N Tripathi

गीतकार / Lyricist: भरत व्यास-(Bharat Vyas)

गायक / Singer(s): लता मंगेशकर-(Lata Mangeshkar)

राग / Raag: Malkauns

lyricsindia.net

ओ पवन वेग से उड़ने वाले घोड़े
तुझ पे सवार है जो, मेरा सुहाग है वो
रखियो रे आज उनकी लाज हो, ओ पवन ...

१) तेरे कंधों पर आज भार है मेवाड़ का
करना पड़ेगा तुझको सामना पहाड़ का
हल्दी घाटी नहीं है काम कोई खिलवाड़ का
देना जवाब वहाँ शेरों की दहाड़ का
घड़ियां तूफान की हैं
तेरे इम्तहान की हैं
रखियो रे आज उनकी लाज हो, ओ पवन ...

२) छक्के छुड़ाना देना तू दुश्मनों की चाल के
उनकी छाती पे चढ़ना पाँव तू उछाल के
लाना सुहाग मेरा वापस तू सम्भाल के
तेरे इतिहास में अक्षर होंगे गुलाल के
चेतक महान है तू
बिजली की बान है तू
रखियो रे आज उनकी लाज हो, ओ पवन ...

lyricsindia.net


'Chetak ki Veerta' by Shyam Pandey

“रण बीच चौकड़ी भर-भर कर
चेतक बन गया निराला था
राणाप्रताप के घोड़े से
पड़ गया हवा का पाला था
जो तनिक हवा से बाग हिली
लेकर सवार उड़ जाता था
राणा की पुतली फिरी नहीं
तब तक चेतक मुड़ जाता था
गिरता न कभी चेतक तन पर
राणाप्रताप का कोड़ा था
वह दौड़ रहा अरिमस्तक पर
वह आसमान का घोड़ा था
था यहीं रहा अब यहाँ नहीं
वह वहीं रहा था यहाँ नहीं
थी जगह न कोई जहाँ नहीं
किस अरिमस्तक पर कहाँ नहीं
निर्भक गया वह ढालों में
सरपट दौड़ा करबालों में
फँस गया शत्रु की चालों में
बढ़ते नद-सा वह लहर गया
फिर गया गया फिर ठहर गया
विकराल वज्रमय बादल-सा
अरि की सेना पर घहर गया
भाला गिर गया गिरा निसंग
हथ टापों से खन गया अंग
बैरी समाज रह गया दंग
घोड़े का ऐसा देख रंग”

isharethese.com

CHETAK: THE WONDER HORSE

TV Movie · 2012 · 1h 35m




Animation History

CHETAK (Horse), the wonder horse is story of loyalty to his master. It is a story of friendship between CHETAK and MAHARANA PRATAP (King). He is fun loving. He is dare - devil. He is romanti... [Read all](#)

☆ Rate

∨ Top credits

STREAMING



<http://www.hotstar.com>

Jai Chitod (1961)

Jaswant Jhaveri



m.imdb.com




google.com

Bharat Ka Veer Putra Maharana Pratap

2013 · Drama · 1 season

Overview Cast Watch show Reviews

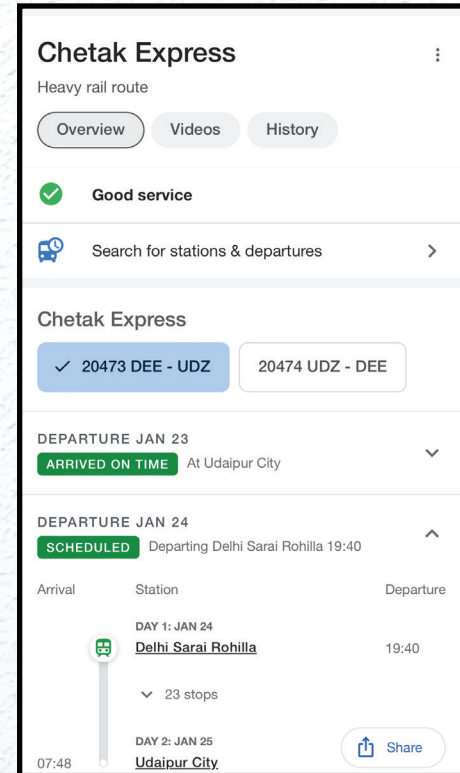


Rating: 8.3/10 · [IMDb >](#)

Network > Sony Entertainment

Starring Faisal Khan; Shakti Anand; Sharad

google.com



Considering Chetak as a synonym of speed, its name has been used by Indian Railways (Chetak Express), Bajaj Automobiles Ltd (Bajaj Chetak), and Aerospatiale Aloutte III (HAL Chetak Helicopter).

If invincible Maharana is a symbol of valour, conviction and determination, Chetak is an icon and emblematic of loyalty, obedience and intelligence. Pratap lost Battle of Haldighati. How he reassembled his forces and reclaimed his land is a different line of history (not covered here) but Chetak's role in that part is duly acknowledged.

An immortal tale in the great Indian Medieval History and folklore!!

References

- [1] <https://vibeindian.in/chetak-horse-maharana-pratap/>
- [2] <https://www.indiatoday.in/education-today/gk-current-affairs/story/maharana-pratap-322386-2016-05-09>
- [3] https://en.wikipedia.org/wiki/Maharana_Pratap
- [4] <https://www.indiatoday.in/education-today/gk-current-affairs/story/maharana-pratap-322386-2016-05-09>

- [5] <https://www.speakingtree.in/allslides/how-did-maharana-pratap-die>
- [6] <https://asoulwindow.com/chetak-horse-of-maharana-pratap/>
<https://isharethese.com/chetak-maharana-prataps-brave-horse/>
<https://www.naturalhorsemanshipindia.com/amp/2018/10/05/chetak-the-most-famous-marwari-horse-in-the-world>
<https://udaipurblog.com/maharana-prataps-chetak-epitome-of-love-and-valor.html>
<http://udaipurtravel.in/Haldighati.aspx>
<https://www.maharanapratapmuseum.com/haldighati.html>
<https://timesofindia.indiatimes.com/city/udaipur/reminiscing-chetak-his-lesser-known-pals/articleshow/61177469.cms>
<https://www.speakingtree.in/blog/interesting-facts-about-rana-pratap-horse-chetak>
<https://www.speakingtree.in/allslides/how-did-maharana-pratap-die>
<http://www.hotstar.com>
<m.imdb.com>
<bollywoodhungama.com>
<cinemaazi.com>
<lyricsindia.net>



Are We Being Fair to Our Rural Children



*Major General P K Saighal**

India is singularly fortunate that over 75% of our population is young and productive. This gives us an immense demographic advantage that we need to quickly capitalize on. Population in almost all the Western countries is fast aging, whilst there is serious decline in population in countries such as Russia, Germany, Japan, Singapore, Canada and Australia, etc. Fortunately for us, China too would very soon suffer aging and loss of productive hands, thanks to its flawed one child policy.

Since last seven to eight years, I have travelled extensively through rural India to counsel our under-privileged children. This gave me an excellent opportunity to look at the rural child, besides interacting with over 5.0 lakh rural children, their parents, teachers and the village elders.

These interactions convinced me that our rural children are reasonably sharp, hard working and capable. They have a keen desire to learn and absorb. They have abundance of intrinsic commonsense and grit, but their inherent strengths notwithstanding, these children are unable to develop their full potential because the Govt and the society have failed to reach out to them in a manner that enhances their self image, confidence, focus and commitment. I found them to be highly impressionable and more easily mould-able than their city counterparts. Interestingly rural children have fewer distractions as against their counterparts in the city.

It is unfortunate that despite numerous NGOs operating in rural areas, the rural children are totally oblivious of the present day opportunities and the way ahead. In the absence of the above, they are prone to losing focus. Most have illiterate or semi-literate parents with modest to less than minimal means. Besides, environmental limitations and severe constraints tend to degrade their commitment.

* *Eminent Defence Expert of India*

Their difficulties are further compounded due to poor infrastructural support. Laboratories, libraries, medicare, basic civic amenities, sports facilities etc. are either non-existent or notional. Teacher to student ratios are mostly unacceptable. Besides, the quality of teachers and their commitment is suspect. Most of the plus 2 schools in the villages do not have Science or Commerce streams thereby severely curtailing the available opportunities to the rural child for no fault of his.

Most rural children have a narrow vision, limited focus and restricted ambition. A majority of them neither dream nor think big. Absence of structured guidance at school level takes a heavy toll of their intrinsic desire to excel. They invariably tend to migrate to bigger towns and cities for fulfillment of their aspirations. This has cascading ramifications for the rural areas as well as towns and cities. The real tragedy is that in majority of our states, the Govt or its Education Department simply does not care. I discovered that Principals, teachers, parents and village elders too were mostly ignorant of the opportunities that exist today for the child to earn a decent living. I was rather surprised to see that a number of children aspiring to be doctors and engineers were unaware of the subjects that they ought to be taking to realize their aspiration. This indeed reflected very poorly on the quality of principals and teachers of the said schools.

I found the rural children to be rough and tough. They withstand physical stress and strain with considerable ease. This makes them ideally suitable for vocations requiring manual skills, such as carpentry, plumbing, auto technician, electrician, machinery operators, etc. They are also first-rate material for Armed Forces, Police, BSF and other Para-military forces.

Societal prejudices against the girl child and concerns for her safety continue to be areas requiring special attention. Most parents want to marry off the girl child the moment she finishes class 10 or latest by 10+2. Social Workers and governmental agencies must work in concert to ensure the empowerment of the girl child. An educated girl is a boon to the society and a source of strength to her parents as well as the in-laws. This would also make a major dent on our galloping population.

Another area where the village child is languishing is in the field of computer literacy. Computer labs are mostly small, drab and dingy with just three to four computers available. Serviceability is a major issue, besides quite often there is no electricity. When the electricity does come ten or more children stand huddled around a computer. In some schools there are no computer-trained teachers available to impart computer training. It is absolutely essential that the issue of computer training receives proper attention by the powers that be.

I found that medium of instruction in almost all rural schools is either Hindi or vernacular. Inability to communicate in English automatically deprives the rural child of a whole range of opportunities that are now becoming available due to rapid aging of the population in several Western countries and a steep demographic decline in some countries enumerated earlier. These countries require two to three million skilled persons per annum. Countries fulfilling this need would earn 2-3 billion dollars annually. Some egalitarian states have already announced plans to introduce English in Schools at all levels to prepare their children for the emerging opportunity. J&K, West Bengal and Punjab have recently announced plans in this regard while Southern States are already ahead; others too need to follow suit.

The rural schools need major governmental cum societal support to provide to the child the wherewithal to exploit emerging opportunities. A well-educated child as against a mere literate child would be a great boon to the Indian society. In fact, the empowerment of the girl child coupled with even a 2-3% increase in the productivity of the other rural children, (to begin with), could turn the nation around. Our democratic institutions would stand strengthened. Population growth would automatically be taken care of. Better governance as opposed to the existing models of governance will become the order of the day. And lastly, India could soon occupy its rightful place in the sun in conformity with its size and potential.

Majority of the schools have only one combined lab for Physics, Chemistry and Biology due to shortage of rooms; an extremely unworkable arrangement. Wherever these labs do exist the equipment for conduct of practicals is insufficient. Unfortunately, what should be the citadels of a proud nation are horrific examples of neglect, decadence, decay and lack of societal pride.



Journey of Life; Love It, Live It!

Our life is a journey between birth and death,. It sounds so cruel, but it has a great message. Don't live under a mistaken notion that we are here permanently. Make some good companions for enjoying the ride. Don't carry an unmanageable load of worries, jealousy and anger. Enjoy the beautiful world God created for us to enjoy. Let God do his work, why worry?

Major Gurdeep Singh Samra

Just Happened to Be in Vrindavan: How a Visit Unveiled a Life-Changing Mission



*Ankima Jain**

Sometimes life leads us to extraordinary stories that touch our hearts and inspire us to contribute to something greater. That's precisely what happened to me during a visit to Vrindavan, where I became acquainted with the remarkable "Gift of Sight" initiative.

Founded in 2011, this project has been a beacon of hope and transformation for many underprivileged communities in North India. Last year alone, it facilitated 3,038 cataract surgeries, adding to a total of over 10,000 surgeries while distributing more than 50,000 pairs of eyeglasses. This incredible mission, led by Mr. Yogesh Bhatia, Founder and Director of the Friends For Cause Foundation (FFCF), has touched countless lives and provided people with a new lease on life.

FRIENDS FOR CAUSE FOUNDATION, CANADA & GANDHI EYE HOSPITAL, ALIGARH (INDIA)

GIFT A SIGHT PROJECT - 2017 आँखों का उपहार-2017

Lecture by : **YOGESH BHATIA** (Director) FRIENDS FOR CAUSE FOUNDATION, CANADA
 समाज के सभी वृद्ध एवं असहाय भाई, बहनों के हितार्थ जो अपना मोतियाबिन्द ऑपरेशन स्वयं नहीं करा सकते

निःशुल्क मोतियाबिन्द ऑपरेशन पंजीकरण शिविर

दिनांक : गुरुवार, 7 दिसम्बर 2017

स्थान : श्री रणछोड़दास मित्तल सरस्वती शिशु मन्दिर, हरदुआगंज (अलीगढ़)

दिनांक : सोमवार, 10 दिसम्बर 2017

स्थान : 156, आवास विकास कॉलोनी, मास्टर कम्प्यूटर के सामने, मसूदाबाद, अलीगढ़

Media Partners :

दैनिक जागरण

- Narayan welfare Trust, Noida
- Simple Living High Thinking, New Delhi

UDAAN Society (Aligarh)

- Lt. Col. Nitin Bhatia Memorial Trust, Aligarh

In Collaboration with :

- Hare Krishna Bhakti Kendra, Aligarh
- IIMT - Aligarh
- Gupta Digital Photography, Aligarh
- Dr. Mohan Lal Memorial Gandhi Eye Hospital

Publicity Sponsored by :

IIMT
ALIGARH

* *Project Manager*
Infosys, Groton CT USA



In 2023, the initiative expanded its reach to 14 locations, including Moga, Ayodhya, Varanasi, and Lakhimpur in Uttar Pradesh, with particular attention to Vrindavan and Mathura. This effort is a collaboration between Lt. Col. Nitin Bhatia Memorial Trust and Dr. Shroff Charity Eye Hospital, achieving remarkable outcomes through strategic planning and spiritual devotion.

During my time with the project, I had the pleasure of meeting Yogesh Bhatia's daughter, Tanmai, who is deeply involved in the mission. Despite her young age, she embodies the family's commitment to service, prioritizing the mission over material needs. Her insights about compassion, ethics, and spirituality deeply resonated with me, highlighting the transformative power of selfless work.

The "Gift of Sight" was born from a deep personal loss—the tragic passing of Lt. Col. Nitin Bhatia in a helicopter crash. In their grief, Yogesh and his mother, Sudarshan, channeled their pain into helping others, initially funding the project themselves. The NRI community soon joined this noble cause, with supporters from Vancouver, Toronto, Austin, Seattle, and Houston fueling its growth.

Remarkably, the Friends For Cause Foundation operates solely on voluntary contributions from the NRI community, without any governmental support. Their

work has provided free cataract surgeries and eyeglasses to thousands, significantly impacting India's impoverished elderly population affected by cataract blindness.

Yogesh's family is an integral part of this ambitious endeavor. His sisters, Nidhi, Hem Wasdve, and Bindu Chakravarty, alongside their children, have all dedicated themselves to the cause. Each family member, including Bindu—a professor and cancer survivor—has contributed significantly, expanding the initiative to include surgeries for other eye conditions like glaucoma.

A new chapter unfolds this year with the "Vision on Wheels" initiative, bringing eye care directly to remote areas. This will broaden their reach, making eye care services accessible to those in need.

The project has garnered admiration from medical professionals across India. Dr. Umang Mathur, CEO of Dr. Shroff Hospital, praised Yogesh for his personal dedication, and Dr. Paramjeet Ji has been a dedicated partner since 2017. Other key supporters like Amit Sipani, Harpreet Johar, and Mandeep Arora have helped shape the foundation's impact, planning for future expansion of the initiative beyond India.

Harpreet Johar, initially drawn by FFCF's no-profit model, is now fully committed to their mission after witnessing its powerful impact. Similarly, Amit and Neeraj Kumar have become proponents of sharing FFCF's transformative work, driven by both professional admiration and personal conviction.

In witnessing this profound dedication, it becomes evident that personal tragedy can transform into a force for global good. "Serving others brings profound satisfaction and happiness," Yogesh often reminds us, a sentiment that resonates through every surgery and pair of glasses given.

For those interested in supporting the "Gift of Sight" initiative, donations can be made through the Friends For Cause Foundation. You can also follow Yogesh Bhatia's journey on Facebook by searching for Yogesh.Vancouver.

Feel free to reach out to me, Ankima, at ankima.jain@gmail.com or 214.683.8551, or contact Yogesh directly at yogivancouver@gmail.com or 604-366-6942, to learn more about how you can contribute to this life-changing mission. Every contribution, big or small, makes a significant difference in someone's life.

□□□



Pictures: Yogesh Bhatia, Canada

Embracing New Horizons: A Journey of Moving Abroad



*Anamika Singh**

Moving to a new country for higher studies, career opportunities, or a better life is a transformative experience that evokes a whirlwind of emotions. It involves leaving behind the comfort of the familiar environment and stepping into the vast unknown, driven by dreams of personal and professional development. For many, this journey is fraught with challenges, yet it also opens doors to immense opportunities. This essay delves into the experiences of individuals who have made this significant move, highlighting the hurdles they faced, the ways they adapted, and the eventual successes they have achieved.

In 2022, I embarked on a journey from India to the United Kingdom to pursue higher studies. Leaving behind my job, family, siblings, and friends was one of the toughest decisions I had ever made. The excitement of new opportunities was tempered by the fear of the unknown challenges. Every day, since my arrival, I have been navigating this new life, finding ways to adapt and thrive in an unfamiliar environment. My story is just one among many, reflecting the shared experiences of countless individuals who have taken a similar leap of faith.

The initial phase of moving to a new country is often marked by a series of challenges. Cultural shock is one of the most common hurdles, as individuals have to adjust to new social norms, customs, and values. Understanding the subtle nuances of British etiquettes and humour was a learning curve for me. Language barriers further complicated daily interactions, making even simple conversations daunting. Homesickness cast a long shadow over my initial months, as the comfort of familiar surroundings and warmth of loved ones was replaced by a sense of isolation. Financial strain added to the stress with a need to manage expenses and to work part-time while

* *Income Generation Manager
Singpost, UK*

studying. Social isolation along with difficulty of making new friends and building a support network made the transition even more challenging.

Based on my experience, I am of the opinion that adapting to a new culture and environment requires time, effort and a willingness to embrace change. Learning the local language and improving proficiency of spoken language can greatly enhance communication and ease daily life. Attending language classes and practicing with locals helped me gain confidence in my interactions. Cultural immersion proved to be an effective strategy. Participating in local events, festivals and traditions provided a better understanding of the new culture and fostered a sense of belonging in a new community. Building a support network was crucial and connecting with fellow expatriates and local communities provided much-needed emotional support. Staying open-minded and willing to learn and adapt to new ways of life were essential attributes for a successful transition. During periods of difficulty in coping, seeking professional help such as counselling services offered valuable guidance and support during this period of adjustment.

Despite the challenges, many individuals who move to a new country find success and fulfilment in life. Students excel academically, gaining valuable international exposure and broadening their perspectives. Many international students in the UK have gone on to secure prestigious internships and job offers, leveraging their education to advance their careers. Professionals who move for career opportunities often find that the experience enhances their skills and expands their networks. Stories of individuals who have risen to prominent positions in their fields, thanks to the opportunities and experiences gained abroad, are inspiring.

Personal development is another significant aspect of this journey. The experience of navigating a new country fosters greater independence, resilience and cross-cultural understanding thus enriching one's personal and professional life. One turns out to be a different person when it comes to responsibilities. Unknowingly you will become more mature, responsible and independent because you have to handle each and every situation on your own.

For those considering a move to a new country, practical advice from those who have successfully adapted can be invaluable. Preparing ahead by researching the new country, its culture and language can ease the transition. Staying connected with loved ones back home through technology helps alleviate homesickness. Patience is a key as adaptation takes time and it's normal to face challenges along the way. Seeking help from local services, fellow expatriates and professional counsellors can provide much-

needed support. Embracing the experience and viewing it as a journey of learning and development can transform challenges into opportunities.

Moving to a new country is a journey filled with both challenges and opportunities. The experiences of those who took this leap of faith reveal a path of personal and professional development marked by resilience, adaptability and success. For anyone considering such a move, the journey, though daunting, promises a future rich with new experiences and opportunities. Embracing the unknown can lead to a life transformed in ways beyond imagination. Every step taken in this new land and every obstacle overcome, adds a chapter to a story of courage and perseverance. As I continue to navigate my new life in the United Kingdom, I hold on to the hope that these experiences will shape a brighter and more enriched future.

□□□

Comment

I read this short essay by Anamika Singh with great interest. Having gone through a similar journey more than 3 decades ago in a different continent, I could not agree more with author's view on challenges associated with such life-transforming event of moving away from family, friends, familiar surroundings and comfort zone to embarking a difficult and at times uncertain journey to a new country. Important thing is to remain realistic, vigilant and open minded to new cultures and surroundings. Every visible success story of anyone going abroad and seeking new life invariably has layers of challenges, difficulties, and road blocks that remain untold and hidden from plain view. Preparing well ahead of time and having realistic expectations are critical for an easier journey, as highlighted in this essay.

□□□

Dr. Prasoon Jain

USA

Recognizing the Shadows: Early Signs of Depression and What to Do



*Akanksha Kapoor**

Depression is a common yet complex mood disorder that affects millions of people worldwide. While experiencing occasional sadness is a normal part of life, depression lingers, impacting daily activities and overall well-being. Recognizing the early signs of depression is crucial for seeking timely help and navigating the path to recovery.

Emotional Shifts

- **Persistent sadness or emptiness:** This can manifest as a feeling of heaviness, a loss of joy in previously enjoyable activities, or simply a sense of "going through the motions." Example: Ayushi, usually the life of the party, stopped attending social gatherings and started isolating herself. Even spending time with her favourite hobbies felt like a chore.
- **Increased irritability or anger:** While sadness is often associated with depression, it can also lead to frustration, impatience, and outbursts directed at oneself or others. Example: Rahul, known for his calm demeanour, became easily annoyed by minor inconveniences. He snapped at his colleagues and family, leaving him feeling guilty and confused about his behaviour.
- **Loss of interest or pleasure:** This can encompass hobbies, social activities, work, or even basic tasks like eating or sleeping. It often leads to withdrawal and a sense of disconnection. Example: Maya, an avid reader, found herself unable to concentrate on books she once devoured. Even watching her favourite TV show felt like a chore, leaving her feeling apathetic and uninterested.

* RCI Licensed Child Psychologist

Changes in Behaviour

- **Significant changes in sleep patterns:** This can include difficulty falling asleep, waking up frequently, or sleeping excessively. These changes can disrupt energy levels and mood. Example: David, a sound sleeper, started waking up multiple times a night and struggled to fall back asleep. He felt exhausted throughout the day, impacting his work and relationships.
- **Unexplained changes in appetite and weight:** This can involve loss of appetite or overeating, leading to noticeable weight fluctuations. It's important to note that these changes can also be caused by other health conditions. Example: Parul, who usually had a healthy appetite, found herself skipping meals and losing weight unintentionally. She felt tired and lacked the energy to cook or eat healthy foods.
- **Reduced energy and fatigue:** This can manifest as feeling constantly drained, lacking motivation, and struggling to complete even simple tasks. Example: John, known for his active lifestyle, suddenly felt exhausted even after minimal activity. Climbing the stairs left him breathless, and he lost the motivation to exercise or engage in his usual hobbies.
- **Difficulty concentrating or making decisions:** This can include feeling mentally foggy, having trouble focusing, and struggling to make even simple choices. It can lead to frustration and impact work, relationships, and daily functioning. Example: Maisha, a high-performing student, found herself struggling to focus in class. Words seemed to blur on the page, and she felt overwhelmed by deadlines and assignments.

Physical Symptoms:

- **Persistent aches and pains:** This can include headaches, muscle aches, or digestive issues that don't have a clear medical cause and may be linked to depression. Example: Sarah developed chronic headaches that no medication seemed to relieve. She also experienced unexplained stomach aches and digestive issues, adding to her overall feeling of wellness.
- **Restlessness or agitation:** This can manifest as feeling fidgety, unable to sit still, or pacing. It can be a physical manifestation of inner turmoil and anxiety. Example: Tarun found himself constantly fidgeting and pacing around the house. He couldn't relax and felt a constant urge to move, even when exhausted.
- **Loss of sex drive:** This is a common symptom of depression and can further strain relationships. Example: Lily and her partner, usually affectionate, found intimacy

unappealing. The emotional disconnect and lack of motivation made physical intimacy feel distant and unfulfilling.

It's important to remember

- **These are just examples, and depression manifests differently for everyone.**
- **Not everyone will experience all of these symptoms.**
- **The presence of some symptoms might also indicate other health conditions.**
- **If you or someone you know is experiencing several of these signs for an extended period, seeking professional help is crucial.**

Early intervention is key:

- **Addressing depression promptly can prevent symptoms from worsening and increase the chances of successful treatment.**
- **Treatment options include therapy, medication, or a combination of both, tailored to individual needs and preferences.**

Taking the First Step:

- **Talk to a trusted friend, family member, or therapist.**
- **Visit your doctor for a check-up to rule out any physical causes.**
- **Explore online resources and mental health hotlines for information and support.**

Remember, depression is treatable. By recognizing the early signs and seeking support, you can empower yourself or someone you care about to overcome this challenge and reclaim a brighter future. Together, we can break the stigma surrounding mental health and encourage open conversations about depression, leading to earlier diagnosis, effective treatment, and a brighter future for all.



Florence Nightingale



*Maitri Vats**



*Sketch by Sonali Kumari
M.Com. First Year IGNOU*

History is replete with umpteen examples of exalted personalities, who actually swam against the mainstream tides of societal expectations. Situations, at such points got extremely difficult and laborious, just to keep a move on. But when a saturation point is exceeded by the very wits of oneself, it is a realisation in retrospective, about the endless possibilities a human being can execute.

Florence Nightingale, shines as a bright example in such an exceptional genre. Born on 12th May, 1820, in Florence, Italy, the woman basically had her life set straight for her, but ironically, not by her. When the mainstream society around her, threw expectations in the most traditional sense for her to follow, Florence Nightingale shone alike, like a small oil-lamp under a new-moon.

She initiated her journey by being a nurse, and radically changing it with her own unique style. She was honored with the title of 'Lady With a Lamp', at a time, when misogyny was actually in the normal. Modern nursing owes an eternal debt to this woman. Such contributions, at a time of Crimean War, makes her achievements all the more interesting. Even with such a messy time and situation, at just 16, she was aptly clear about her nursing career.

* Educator, Gyan Bharti School, Saket

Women in those times were expected to share the thoughts of their families to the point, which were mostly getting married off. Belonging to a rather rich and aristocratic family, Florence Nightingale had the same internal familial struggle. Despite such heavy obstacles, she not only pursued her own opting career as a nurse, but brought on a paradigm shift never seen before.

No doubt, every single person wants a change. But the steps needed to execute to bring about such changes are abhorrent right from the beginning. Henceforth, most dream of even voicing their opinions. Florence Nightingale, went against all odds, and courageously fought with the society, along with her familial bonds, just to set things straight according to her own standards, and not for once, according to what was expected of her. The struggle bore fruit in the form of her enrollment as a nursing student at the Lutheran Hospital of Pastor Fliedner, in Kaiserwerth, Germany.

There is not an iota of doubt that all jobs require a sense of focus and pin-pointed execution. But nursing as a profession is all about borderline-philanthropy. Florence Nightingale took this meaning to a literal sense, where her main objective was just to serve people. She not only executed her job perfectly, but found new ways to bring in exceptional sanitation changes, efficient and effective management, unique working styles to help people, and moreover, all these with her own wit and ambition.

The society at those times, were not exactly keen on seeing a woman taking a lead role, let alone bring about radical changes. But Florence Nightingale in all such traditional views, and brought about such extreme changes in a positive manner, that even the future nursing professions had no option but to put her and her workings on a pedestal, and use them as precedent to run the whole profession itself.

Florence Nightingale, as a woman, took a bold step at a time when no woman could even think of it, even subconsciously. The results are these very words praising her, even after two centuries, and all the other practices followed after her.

When your vision is clear, your ambition is rock-solid, and the reasons are to make the world a better a place, then no matter any profession or obstacles, you just go on and on. And Florence Nightingale, was one such bright example.



Image Clicked by Dr. Prasoon Jain

हिन्दी भाग

आत्मविश्वास और अहंकार



अरुणाकर पाण्डेय*

जो लोभ यह सोचकर चलते हैं कि सफलता पाने के बाद जीवन का उद्देश्य प्राप्त हो गया है, दरअसल वे एक तरह के धोखे में जीते हैं। जब हम सफलता प्राप्त का लेते हैं, तब जीवन हमारी और भी कठिन परीक्षा लेता है क्योंकि तब हमारे साथ और बड़ी जिम्मेदारियां आ जाती हैं, और जीवन को संतुलित रखने के लिए, अपने जीवन को सार्थक बनाने के लिए हमें नए लक्ष्यों की आवश्यकता होती है। लेकिन जरूरी नहीं कि सफलता प्राप्त करने के बाद भी लोभ संतुलित होकर अपनी सार्थक भूमिका निभाएं, बल्कि बहुत से लोभ ऐसे भी होते हैं जो अहंकार के नशे में चूर होकर समाज पर बोझ बन जाते हैं। समझने की बात यह है कि सफलता के पहले उनकी शक्ति आत्मविश्वास कहलाती है, लेकिन सफलता के बाद यदि वे अपने जीवन के मार्ग से भटककर मानवता को ताक पर रखकर शक्ति प्रदर्शन करने लगते हैं तो वही अहंकार कहलाती है। इस तरह देखें तो आत्मविश्वास और अहंकार दोनों ही एकदूसरे से इतना जुड़े हुए लगते हैं जैसे वे दोनों एक ही परिवार के सदस्य हो।

मनुष्य का सामना आत्मविश्वास से पहले होता है लेकिन सफलता प्राप्त होने के बाद अहंकार की बारी आती है जो धीरे-धीरे आत्मविश्वास को निगल कर उसकी जगह ले लेती है। यह इतनी धीमी गति से घटता है कि मनुष्य को पता भी नहीं चलता है कि कब अहंकार ने उसके आत्मविश्वास की जगह ले ली। वैसे तो यह बात आज के मनुष्य पर सामान्य रूप से लागू होती है क्योंकि विकास की दौड़ में उसने प्रकृति से लोहा लेकर अपनी अलग सत्ता बनाने की कोशिश की है और उसमें सफल भी हुआ लेकिन इससे उसके अहंकार में भी बहुत वृद्धि हुई है जिसके फलस्वरूप आज बहुत से संकटों से उसका जीवन घिर गया है। मनुष्य कितना ही बड़ा निर्माण क्यों न कर ले, लेकिन प्राकृतिक आपदाएँ और जन्म लेती तरह तरह की बीमारियाँ उसके अहंकार को तोड़ कर ही दम लेती हैं। दुनिया के इतिहास, मिथकों और वर्तमान आधुनिक जीवन में ऐसे असंख्य उदाहरण देखने को मिलते हैं जो बार-बार इस बात को दुहराते हैं और मनुष्य को सचेत रहने का इशारा देते हैं। लेकिन बहुत विचित्र बात है कि जैसे जैसे मनुष्य सफलता प्राप्त करता है और विकसित होता है वह इस बात को भूल जाता है कि चाहे जो कुछ हो जाए वह ईश्वर या प्रकृति की या परम शक्ति नहीं है, बल्कि उसकी छाया मात्र है। अपने को सर्वशक्तिशाली मानकर वह अपने आत्मविश्वास को खो कर अहंकार के वश में कैद होने लगता है।

ऐसे में यह आवश्यक है कि इस बात की पड़ताल की जाए कि आत्मविश्वास और अहंकार में क्या अंतर है; इस अध्ययन से यह पता चलेगा कि कैसे मनुष्य अपने आत्मविश्वास की रक्षा करते हुए अहंकार के कुचक्र से स्वयं को बचाए रख सकता है। वास्तव में इसे इस तरह देखना चाहिए कि अहंकार एक प्रकार का रोग है जिसके कुछ लक्षण हो सकते हैं और आत्मविश्वास एक प्रकार

* असिस्टेंट प्रोफेसर, हिन्दी विभाग,
आत्मा राम सनातन धर्म कॉलेज, दिल्ली विश्वविद्यालय।

की औषधि है जिसके संसर्ग से मनुष्य अपने को हमेशा हर चुनौती के लिए तैयार रख सकता है। अहंकार में व्यक्ति की मूल ध्वनि यह होती है कि 'सिर्फ मैं ही अच्छा हूँ' जबकि आत्मविश्वास का मूल वाक्य यह होता है कि 'मैं अच्छा हूँ'। यदि इन दोनों वाक्यों का अंतर समझा जाए तो पहले में यह दावा किया जा रहा है कि 'मुझसे' बेहतर दुनिया में कोई नहीं है। इसमें यह भी दिख रहा है कि अहंकारी मनुष्य जैसे सारी दुनिया को जानता है, लेकिन सच तो यह है कि चाहे कोई कितना ही बड़ा व्यक्ति क्यों न हो, वह जिस समाज या वातावरण या जगह पर रहता है, चाहे जो भी उसका कर्मक्षेत्र हो, वह हर एक को नहीं जान सकता। इसलिए वह दूसरों की शक्ति और उनकी सीमाओं को कभी देख ही नहीं सकता क्योंकि वह तो पहले से ही यह मान बैठा है कि सारी खूबियों उसी में हैं। यह भ्रम की स्थिति है क्योंकि यथार्थ तो कुछ और भी हो सकता है। हिटलर के साम्राज्य जैसी कहानियों से दुनिया का इतिहास भरा पड़ा है लेकिन वही इतिहास यह भी बताता है कि अपने आप को अजेय समझने वाले हिटलर को हार के कारण आत्महत्या करनी पड़ी थी। ऐसा इसीलिये हुआ क्योंकि उसे भी यही लगता था कि सिर्फ मैं ही अच्छा हूँ। वह यथार्थ को समझ नहीं पाया और अंत में उसकी बड़ी हार हुई। लेकिन अहंकार की इस धारणा के विपरीत दूसरे वाक्य को जानने-समझने वाले आत्मविश्वास से भरे लोग यथार्थ का सामना करते हैं, हार नहीं मानते और अपनी कमजोरियों को जानते हुए उन पर काम करते हैं। चूंकि वे एक-एक कर अपने काम करते हुए, संघर्ष करते हुए, गिर गिर कर आगे बढ़ते हुए चलते हैं, इसलिए वे अपने सफर के अन्य प्रतिभाषियों के महत्व को जानते हैं, इसलिए वे कभी भी अपने प्रतिद्वंद्वियों के प्रति दुश्मनी का भाव नहीं रखते या उन्हें नीचा नहीं दिखाते और सबको सम्मान देते हुए अपने लक्ष्य पर केन्द्रित रहते हैं। इसमें अनायास ही महात्मा गांधी याद आ जाते हैं जिन्होंने स्वराज के लिए अहिंसा का पथ चुना था। लेकिन चौरी चौरा काण्ड में हिंसा होने पर उन्होंने तुरंत अपना आन्दोलन स्थगित कर दिया था। अपने अहिंसा के मूल्य से उन्होंने कोई समझौता नहीं किया था, जबकि वे चाहते तो आन्दोलन जारी रखते। यह उनका आत्मविश्वास ही था कि मौत होने पर भी उन्होंने अहिंसा में ही अपनी आस्था रखी और सारी दुनिया के सामने ऐसा उदाहरण रखा कि आगे चलकर मार्टिन लुथर किंग और नेल्सन मंडेला जैसे नेता भी उनके दर्शन पर चलकर ऐतिहासिक हो गए।

अहंकार में एक पहचान यह होती है कि उसमें व्यक्ति की धारणा यह बन जाती है कि 'मुझे कोई हरा नहीं सकता' जबकि आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति इस बात में विश्वास रखता है कि 'मैं हार नहीं सकता'। यहाँ समझने की बात है कि अहंकार से भरा व्यक्ति अपने प्रतिद्वंद्वियों पर ध्यान केन्द्रित करता है जबकि आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति अपनी विशेषताओं को लेकर केन्द्रित होता है। पहला वाला सोचता है कि मेरा दुश्मन मेरे आगे कुछ भी नहीं है जबकि दूसरा वाला व्यक्ति यह सोचता है कि मैं अपनी खूबियों पर इतना केन्द्रित रहूँगा कि मुझे सफलता मिल कर रहेगी, मुझे किसी व्यक्ति को हराना नहीं है बल्कि मुझे जीतना है। मैं ऐसे खेलूँगा कि मेरा विरोधी खिलाड़ी मेरे ध्यान में नहीं रहेगा बल्कि मेरा खेल और खेलने का तरीका ही महत्व रखेगा। इस तरह की सोच हमेशा व्यक्ति को जीवंत बनाती है और वह किसी भी समय किसी भी चुनौती के लिए हमेशा तैयार रहता है। वह भविष्य में आने वाले लोगों के लिए भी मन में कोई बुरा भाव नहीं रखता बस उनसे बेहतर कर्म करने का प्रयास करता है और लगातार अभ्यास के द्वारा अपने लक्ष्य को प्राप्त करता रहता है। अहंकारी व्यक्ति सामाजिक नहीं होता और वह अपने प्रतिद्वंद्वी को हराने के लिए किसी भी हद तक जा सकता है, किसी भी तरह के अपराध तक वह कर सकता है। यह किसी भी रूप में स्वस्थ प्रतिस्पर्धा को बढ़ावा नहीं देता बल्कि अपराधीकरण को बहुत हद तक बढ़ावा देता है। इससे समाज की बहुत हानि होती है और भविष्य की पीढ़ियाँ भी खराब हो जाती हैं। इसलिए इस मार्ग पर चलकर भले ही कुछ लोग पहले बहुत सफल लगते हैं लेकिन देर-सबेर वे अपना महत्व खो देते हैं। दुर्भाग्य से क्रिकेट की दुनिया से ऐसे बहुत उदाहरण मिलते हैं जहाँ मैच फिक्सिंग के मामलों में यह बात स्पष्ट देखी जा सकती है। ऐसे बहुत से काले अध्याय हैं जहाँ अपनी कड़ी मेहनत के बल पर आगे आये हुए लोगों ने अपना मेहनत का रास्ता बदला और हर हाल में श्रष्टाचार के बल पर धन संपत्ति बनाने के चक्कर में अपना सारा जीवन बर्बाद कर दिया। जबकि आत्मविश्वास से भरे खिलाड़ियों की एक-एक जीत की चर्चा कई वर्षों बाद भी गर्व से होती है और उन पर किताबें भी आती हैं और फिल्में भी बनती हैं। इसके उदाहरण भी बहुत आम हैं। लेकिन समझने की बात यह है कि अपने संघर्ष से ही वास्तव में अपनी विजय की नींव रखी जाती है।

अहंकार के भरे व्यक्ति की एक अन्य धारणा यह होती है कि 'मेरा कोई मुकाबला नहीं है' जबकि आत्मविश्वास से भरा व्यक्ति इस मामले में कहता है कि 'मैं हर मुकाबले के लिए तैयार हूँ'। अहंकारी व्यक्ति पहले से ही यह मान बैठा है कि उसे सब कुछ आता है या वह सब कुछ जानता है। उसके भीतर का विद्यार्थी मर चुका होता है, क्योंकि उसमें कुछ सीखने की, कुछ नया करने की या नए सिरे से परिस्थितियों को देखते हुए तैयारी करने की कोई आवश्यकता नहीं होती। इसके विपरीत जो आत्मविश्वास वाला व्यक्तित्व होता है, वह नई और कठिन परिस्थितियों की मांग के अनुसार अपने को नए सिरे से तैयार करता चलता है। वह किसी चुनौती की प्रतीक्षा नहीं करता बल्कि अपने को नई मांग के अनुसार तैयार करता है। इस कारण उसके जीवन में कभी भी सिर्फ परिणाम को लेकर ही तैयारी नहीं होती बल्कि वह ऐसा अभ्यास करता है कि समस्त चुनौतियां उसके सामने बौनी लगने लगती हैं और वह अपने क्षेत्र का मास्टर माना जाता है। वह अपने प्रदर्शन के लिए हमेशा याद किया जाता है और किसी भी दौर में उसके काम को भुलाया नहीं जा सकता और यह उसका सबसे बड़ा पुरस्कार होता है।

यदि इन सभी बातों को सार रूप में समझना हो तो कुल मिलाकर यह जानना जरूरी है कि 'आत्मविश्वास की गूंज सफलता तक जाती है और अहंकार की गूंज विनाश तक जाती है'।

आत्मविश्वास और अहंकार के प्रभाव और अंतर को समझने से जीवन की यात्रा और सार्थक बनती है, हम सचेत होते हैं और एक अर्थपूर्ण जीवन जीने में बहुत सहायता मिलती है।



प्रकृति का सिद्धांत : देना, देना; मनुष्यों का सिद्धांत : लेना, प्रदूषित करना और नष्ट करना

प्रकृति के सिद्धांत को साकार करना एक अद्भुत एहसास है, प्रकृति में सब कुछ देने पर आधारित है, सूर्य प्रकाश और गर्मी देता है, नदियां हमें पानी देती हैं, पेड़ हमें ऑक्सीजन और फल देते हैं, चंद्रमा हमें प्रकाश देता है, कोई भी बदले में कुछ भी वापस नहीं लेता है, पेड़ अपने फल नहीं खाते हैं, पौधे अपने बीज का उपभोग नहीं करते हैं, बीज अधिक फलों और सब्जियों का कारण बन जाता है।

अन्य सभी प्रजातियां प्रकृति के साथ पूर्ण सामंजस्य में हैं, जानवर नष्ट नहीं करते हैं, पक्षी ए स्थान से बी स्थान तक बीज लेते हैं।

अन्य सभी प्रजातियां अपने वर्तमान भोजन के बारे में चिंता करती हैं, लेकिन, मनुष्य जमाखोरी करते हैं और अभी भी वर्षों पहले से चिंता करते हैं, वे प्रदूषण, विनाश और हर प्रजाति के जीवन को असुरक्षित बनाने के अलावा प्रकृति को कुछ भी वापस नहीं देते हैं।

मनुष्य क्या वापस देते हैं?



मेजर गुरदीप सिंह समरा

जिन्दगी के बाद भी...



आशा त्रिपाठी*

समुद्र मंथन से निकले अमृत का पान करने के बाद स्वर्ग में रहने वाले मृत्यु पर विजय प्राप्त कर चुके थे और देवत्व की उपाधि से विभूषित हुए लेकिन अमरत्व देवत्व की उपाधि से भी बड़ी उपाधि है जिसे देवता भी हासिल कर ना सके।



विप्लव त्रिपाठी सह परिवार

युद्ध भूमि में अपनी मातृभूमि के लिए प्राणोत्सर्ग करने वाला हर सैनिक अमरत्व को प्राप्त कर लेता है। वह मर कर भी नहीं मरता बल्कि अमर हो जाता है। वह अपने जीवन के बाद भी अपने देशवासियों के लिए प्रेरणा का पुंज बना रहता है। यही वजह है कि हर देश अपने सैनिकों पर गर्व करता है, जिन्दगी के साथ भी और जिन्दगी के बाद भी। हमारे देश में ऐसे देशभक्तों की कमी नहीं। यदि हम सेना में दिये जाने वाले सर्वोच्च सम्मान परमवीर चक्र की बात करें तो यह उल्लेखनीय है कि हमारे प्रधानमंत्री मोदीजी ने अंडमान में मौजूद 21 द्वीप समूहों का नामकरण देश के उन्हीं वीरों के नाम किया है और यह उतने ही गर्व की बात है कि उनमें से तीन, रायफलमैन संजय सिंह, शूबेदार योगेंद्र सिंह और शूबेदार मेजर आनंदरी कैप्टन बाना सिंह आज भी हमारे बीच मौजूद हैं, जो कारगिल विजय के आन-बान और शान के जीवन्त प्रतीक हैं। उसी तरह शांतिकाल में भी अदम्य साहस का परिचय देकर प्राण न्यौछावर करने वाले वीरों के लिए अशोक चक्र, कीर्ति चक्र और शौर्य चक्र हैं जो इन वीरों की शौर्य गाथाएं बतलाती हैं। हर वो फौजी जो अपनी मातृभूमि के लिए वीरगति को प्राप्त होता है उसे अमरत्व की ही प्राप्ति होती है। अतः समाज का भी यह दायित्व है कि वह उनकी स्मृति को अक्षुण्ण बनाने में अपना योगदान दे ताकि आने वाली पीढ़ियां उनसे प्रेरित हो सकें।

1. यहां मैं अपने बेटे विप्लव त्रिपाठी का उल्लेख करूंगी जिसे बचपन से यूनीफार्म, फौज और फौजियों से एक विशेष अनुराग था। स्वतंत्रता संग्राम सेनानी पं. किशोरीमोहन त्रिपाठी का पौत्र होना शायद यह भी एक वजह रही हो। सैनिक स्कूल शिवा से स्कूली शिक्षा प्राप्त करने के बाद उसे स्वतंत्रता संग्राम सेनानी कोटे से किसी भी अच्छे इन्जिनियरिंग कॉलेज में सीट मिल सकती थी पर इसे नकारते हुए उसने यू.पी.एस.सी. की परीक्षा दी। अपने पहले ही प्रयास में उसने बोर्ड क्लियर कर नेशनल डिफेंस एकेडमी में प्रवेश की पात्रता हासिल कर ली। यह घटना 1999 की है जब कारगिल युद्ध चल रहा था जिसे वह बड़े गौर से देखा करता था। युद्ध समाप्ति के पश्चात जब हमने उससे पुनः पूछा जाना है?

* स्वतंत्र लेखिका



शहीद विप्लव, अनुजा और कबीर

जवाब मिला : यदि मैं पांच साल पहले पैदा हुआ होता तो मैं भी कारगिल युद्ध का हिस्सा होता। स्पष्ट था कि उसका निर्णय अटल है और उसे रोकना असंभव..। 2 कुमाउ रेजिमेंट का यह युवा जिसने महज अपने बार्डस वर्ष पूरे कर तेइसवें में प्रवेश किया था उसे पहली पोस्टिंग मिली लेह लद्दाख के सियाचिन में और कैप्टन पद पर पदोन्नति के पश्चात् बतौर ए.डी.सी. के रूप में जम्मू कश्मीर घाटी के कुपवाड़ा में। छब्बीस वर्ष की उम्र में उसने कश्मीर वैली के 14, 15, 16 तीनों कोर में अपनी सेवाएं दी। बिरले सैनिक होते हैं इतनी कम उम्र को मेजर बना, विवाह हुआ फिर अबीर का जन्म और पदोन्नति की सीढियां पार करते हुए वह कर्नल बना। तीन वर्ष के डेप्यूटेशन पर उसे नार्थ ईस्ट 46-असम राइफल्स की कमान मिली मिजोरम के आइजोल में। डूब तस्करी पर ताबड़तोड़ कार्यवाही और युवाओं के उत्थान समानांतर वर्कशॉप ने एक वर्ष के पश्चात् ही मिजोरम के गवर्नर द्वारा उसकी बटालियन को साईटेशन दिलवाया तो वहीं डूब, हथियार, सोना तस्करी की आंखों में कमांडेंट विप्लव त्रिपाठी का नाम खटकने लगा। तस्कर माफियाओं की रडार पर वह आ चुका था। धमकियां भी मिली पर वह अपने मिशन पर अडिग रहा। मणिपुर में साथ रहने के दौरान यह बात उसने मुझसे कही भी थी। अंत में 13 नवंबर 2021, वह काला दिन, जब फार्वर्ड पोस्ट

से लौटने के दौरान अलगाववादियों के एक समूह ने एम्बुश लगाकर उसकी गाड़ी के ड्राइवर सहित विप्लव, अनुजा और अबीर तीनों को गोलियों से छलनी कर दिया। इस घटना में चार जवान भी वीरगति को प्राप्त हुए। हम माता-पिता यदि जीवित हैं तो इसी सुकून में कि जहां भी हैं वे तीनों साथ हैं।

जिन्दगी के बाद भी

73 और 78 वर्षीय माता-पिता को यदि संबल मिला तो रायगढ़ वासियों से जिन्होंने उन तीनों की स्मृति को बनाने के लिए हमसे हर सहयोग का आश्वासन दिया। इस तरह विप्लव त्रिपाठी मेमोरियल ट्रस्ट की शुरुआत हुई। जिसके रजिस्ट्रेशन की प्रक्रिया चल रही है। जो आगामी माह तक पूरी हो जाएगी।

विप्लव त्रिपाठी मेमोरियल ट्रस्ट

उद्देश्य (राष्ट्रहित सर्वोपरि)

1. स्कूल के बच्चों में राष्ट्रप्रेम जागृत करने हर वर्ष 20 मई (विप्लव के जन्मदिन) पर चित्रकला महोत्सव का आयोजन, पुरस्कार में देश के वास्तविक नायकों, वीर नारियों, पर्यावरण, देश के प्रसिद्ध मंदिर, पर्यटन स्थल से संबंधित पुस्तकों का वितरण।
2. वीर नारी अनुजा की स्मृति (11 मई) में शहर के चौराहे पर छांछ, शरबत का वितरण, मूक बधिर संस्था को एक माह का राशना।
3. नन्हें शहीद अबीर की स्मृति में (5 फरवरी) 7 से 10 वर्ष के बच्चों में राष्ट्रप्रेम और वीर रस कविता प्रतियोगिता, चित्रकला प्रतियोगिता का आयोजन।
4. सैनिक स्कूल शिवा में तीनों की स्मृति में स्कालरशिप के लिए पन्द्रह लाख रूपए का सहयोग किया गया।
5. छत्तीसगढ़ के रायगढ़ जिले में स्थापित सैनिक स्कूल अंबिकापुर में चयनित बच्चों को अबीर स्मृति पुरस्कार। सैनिक स्कूल अंबिकापुर से राष्ट्रीय रक्षा अकादमी में जाने वाले बच्चे को विप्लव स्मृति पुरस्कार एवं बच्ची को अनुजा स्मृति पुरस्कार। यह घोषणा अभी की गई है।

भविष्य में अन्तर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर ऐसी वीर नारियों का सम्मान जिन्होंने देश की रक्षा हेतु अपना पिता,भाई अथवा बेटा खोया है।



छायाचित्र : आशा त्रिपाठी

॥. जिस परिवार की दो पीढ़ियों ने लगातार भारतीय रक्षा सेना में अपनी सेवाएं दी हो उस परिवार की तीसरी पीढ़ी में जन्म लेने वाला बच्चा क्या कोई दूसरा रास्ता चुन सकता है? बहरहाल अक्षय का बचपन से ही लक्ष्य निर्धारित रहा क्योंकि अक्सर बच्चों के पहले हीरो उनके पिता ही होते हैं। राष्ट्रीय मिलिट्री स्कूल से अपनी शिक्षा पूरी कर अक्षय ने राष्ट्रीय रक्षा एकेडमी की तकनीकी शाखा में प्रवेश लिया। एक फाइटर पायलट विंग कमांडर गिरीश कुमार और मेघना गिरीश के बेटे में एक योद्धा के गुण जन्मजात रूप से रहे। पिता का एक योद्धा सा जुझारूपन और मां (जो स्वयं एक फौजी परिवार से रही) का अनन्त धैर्य और साहसा नैसर्गिक रूप से ये गुण अक्षय ने अपने माता पिता से ही पाया होगा। बंगाल सेपर्स के 51, इन्जीनियर में कमीशन होने के बाद अपने नौ वर्ष के कार्यकाल में ट्रेनिंग के दौरान उसकी परफॉर्मेंस देखते हुए उसे न केवल इंस्टक्टर की ब्रेडिंग मिली बल्कि एक रेस्क्यू ऑपरेशन के लिए सन् 2010 में आर्मी कमेन्डेशन अवार्ड भी मिला। मेजर बनने के बाद 16 सितंबर 2016 को पूरी यूनिट की पोस्टिंग नगरौटा (जम्मू-कश्मीर) में हुई, एक हद तक आतंकियों के गढ़ में। 29 नवम्बर 2016 की वह मनहूस सुबह जब पुलिस की यूनीफार्म में जैश-ए-मोहम्मद के आतंकियों ने नगरौटा के आर्टिलरी यूनिट पर अटैक कर चार जवानों की हत्या कर दी। तमाम आतंकी एक इमारत में छिपे थे जहां स्थानीय लोग, स्त्री और बच्चे भी थे, जिन्हें वे बंधक के रूप में उपयोग कर सकते थे। स्थिति की गंभीरता को समझते हुए मेजर अक्षय ने अपनी टीम के साथ दुश्मन के विरुद्ध मोर्चा खोल दिया। अपने शौर्य का प्रदर्शन करते हुए मेजर अक्षय ने अपनी सुरक्षा को नजरअंदाज कर उस इमारत में रहने वाले परिवारों को सुरक्षित रूप से बचा लिया पर खुद को न बचा सका। उनके गोलियों और ग्रेनेड से छलनी शरीर को जब स्पेशल फोर्स द्वारा लाया गया तब वे वीरगति को प्राप्त हो चुके थे। बातचीत के दौरान एक बार मेघना जी ने बताया था कि अक्षय का विवाह हमने कुछ जल्दी ही कर दिया था पर आज मुझे इस बात का सुकून है कि उसने इतने कम समय में ही उसने बेटा, पति और पिता तीनों जिन्दगियां जी ली और सबसे महत्वपूर्ण यह कि एक फौजी की तरह संघर्ष करते हुए अपना सर्वोच्च बलिदान दिया।

अक्षय गिरीश मेमोरियल ट्रस्ट

उद्देश्य

1. युवाओं को रक्षा सेवा के साथ-साथ अन्य शासकीय सेवाओं में जाने हेतु वर्कशॉप और सेमिनार का आयोजन।



2. स्कूल के बच्चों को हर क्षेत्र के वास्तविक नायकों से प्रेरित और परिचित करना ताकि वे देश के जिम्मेदार नागरिक बनें।
3. शहीदों के परिवार से मिलकर उनकी मूलभूत जरूरतों को पूरा करना।
4. शहीदों के परिवार की पैरवी कर उन्हें यथासंभव मदद करना।
5. विजय दिवस (इण्डो-पाक युद्ध 1971, कारगिल विजय दिवस, 26 जुलाई 1999) का अन्य संस्थाओं के साथ मिलकर भव्य आयोजन।



छायाचित्र : मेघना गिरीश

उपरोक्त कार्यों के अलावा अन्य सामाजिक-दायित्व स्त्री शिक्षा, जरूरतमंद बच्चों की शिक्षा में सहायता, कोविड के समय पी.पी.ई. किट, राशन, पंचायत को एम्बुलेंस की मदद के अतिरिक्त देश में सबसे ऊंचे तिरंगे (कश्मीर) की स्थापना में सहयोग।

**मुझे तोड़ लेना बनमाली, उस पथ पर तुम देना फेंक
मातृभूमि पर शीश चढ़ाने, जिस पथ जाएं वीर अनेक..**

III. कैप्टन तुषार महाजन का जन्म शायद इन्हीं पंक्तियों की सार्थकता दर्शाने के लिए हुआ था। पिता देवराज और माता आशा देवी के घर जन्म लिए कैप्टन तुषार की कहानी एक समर्पित बलिदान की कहानी है जिसने देशसेवा के लिये जन्म लिया, देश सेवा के लिए फौज ज्वाइन की और महज छब्बीस वर्ष की आयु में आतंकवादियों से लड़ते हुए अपना सर्वोच्च बलिदान दिया। बचपन से ही सेना में जाकर आतंकियों का सफाया करने की दृढ़ इच्छा रखने वाले तुषार को 2006 में राष्ट्रीय रक्षा अकादमी में चयन होने पर उनके माता-पिता ने अनिच्छा के बावजूद उन्हें जाने से नहीं रोका।



छायाचित्र : देवराज महाजन

सन् 2010 में भारतीय सैन्य अकादमी से अपना प्रशिक्षण पूरा कर, 9 पैरा एस.एफ. में सैन्य अधिकारी के रूप में सेना ज्वाइन की। यहां यह उल्लेखनीय है कि कैप्टन तुषार एक प्रशिक्षित और कुशल गोताखोर भी रहे, साथ ही अंडर वाटर आपरेशन का भी उन्हें अनुभव रहा। 21 फरवरी 2016 को पुलवामा के पंपोर जिले में उद्यमिता विकास संस्थान में घुसे आतंकवादियों से मुठभेड़ में असाधारण वीरता का परिचय देते हुए अपना सर्वोच्च बलिदान दिया। उनके इस पराक्रम के लिए भारत सरकार द्वारा उन्हें शौर्य चक्र प्रदान किया गया। साथ ही उधमपुर के रेलवे स्टेशन का नाम शहीद कैप्टन तुषार महाजन रेलवे स्टेशन कर दिया गया।

कैप्टन तुषार महाजन मेमोरियल ट्रस्ट (2017)

उद्देश्य : शिक्षा, स्वास्थ्य, सामाजिक और देशभक्ति इन चार मुद्दों पर कार्य करना

1. शिक्षा के क्षेत्र में साधनविहीन, शिक्षा से वंचित बच्चों को हर संभव मदद करना तथा प्रतिभाशाली बच्चों को आगे बढ़ने को प्रोत्साहित करना।
2. स्वास्थ्य के क्षेत्र में उधमपुर के आसपास के गांवों में फ्री मेडिकल कैम्प करना। अब तक ट्रस्ट द्वारा पांच मेडिकल कैम्प आयोजित किए गये हैं, जिनमें 200 आई सर्जरी, 5 नोज सर्जरी तथा 200 श्रवण यंत्र बांटे जा चुके हैं। इसके अतिरिक्त कैंसर के रोगी को इलाज के लिए आर्थिक मदद भी समय-समय पर की गई। श्री देवराज जी ने करचा गांव के एक दिलचस्प

किश्से का वर्णन भी किया कि किस तरह तेरह वर्षीय एक बच्ची जिसे उसके माता पिता जन्मांध समझ चुके थे, उसे डाक्टरों की टीम द्वारा आपरेशन के बाद उसकी आंखों की रोशनी वापस लौट आई। उस बच्ची ने तेरह वर्ष की उम्र में पहली बार अपनी मां को देखा और पहचाना।

3. अनाथ और दिव्यांग बच्चों की मदद, निर्धन कन्या विवाह में आर्थिक सहयोग, कोविड-19 के दौरान गरीबों के बीच सूखा राशन, दवा का वितरण।
4. कैप्टन तुषार महाजन के बलिदान दिवस, 21 फरवरी, पर आसपास के शहीद परिवार के साथ प्रतिष्ठित व्यक्ति और बच्चों को आमंत्रित कर उनमें देश प्रेम की भावनाओं का विकास करना। हमारे देश के असली नायकों की कहानियां बताना और उनसे संबंधित फिल्मों दिखाना। तुषार के माता पिता का यह मानना है कि यद्यपि तुषार हमारे बीच नहीं हैं लेकिन यह सब उसकी प्रेरणा से ही हो रहा है।

ऐसे नायकों की कहानियां अंतहीन होती हैं। केसरी फिल्म से पहले कितनों को साराणदी के युद्ध की जानकारी थी? क्या आप मंगल पाण्डे के नाम से परिचित थे? या आप ऐसे किन्हीं भी दस नायकों से परिचित हैं जिन्होंने स्वतंत्रता संग्राम में भाग लेकर अपना बलिदान दिया हो? आपने शैतान सिंह भाटी का नाम, फिल्म 121 बहादुर से पहले जाना था क्या? यदि नहीं तो सिर्फ इसलिए कि उनके बलिदान को अमिट रखने के कोई सार्थक प्रयास नहीं हुए। इसके लिए फिल्महाल किसी पर दोषारोपण भी उचित नहीं लेकिन आज लोगों में जागरूकता है। इसके लिए कम्युनिकेशन टेक्नोलॉजी की भी एक अहम भूमिका रही है।

यदि आप याद करने की कोशिश करें तो यादों का सिलसिला खत्म नहीं होगा लेकिन यह सच है कि ऐसे हजारों नौजवान और भी हैं जो देश के लिए अपना सर्वस्व न्यौछावर करते हैं पर उनका नाम गुमनामी के अंधारों में गुम सा हो गया है। महज इसलिए कि उन्हें कोई सरकारी तमगा नहीं मिला। फिर भी उनके परिजन उनकी स्मृति में समाज के हित में, अपना योगदान देकर उनकी यादों को जीवित रखने के हर संभव प्रयास करने में अपनी पूरी उर्जा के साथ सक्रिय रहते हैं ताकि भावी पीढ़ी उनके त्याग और बलिदान से परिचित हों। समाज की इसमें भागेदारी नितांत जरूरी है। फिर चाहे वह सौरभ कालिया हो, किरण शेखावत हो, आशुतोष शर्मा हो या कोई और मैंने तो महज एक कैप्टन, एक मेजर और कर्नल का उदाहरण दिया है।

जयहिंद



भारतीय गृहिणी असन्तुष्ट क्यों?



निर्मला जैन*

उच्च कोटि के प्रायः सभी दार्शनिकों तथा साहित्यकारों ने स्त्री को पुरुष से महान माना है। प्रकृति ने भी अपना सबसे महत्वपूर्ण व कष्टसाध्य कार्य प्रजनन का दायित्व स्त्री को सौंपा है, पर कहने को स्त्री ऊँची ही हो, वास्तव में उसकी दशा हीन है। उसके सेवा भाव, वात्सल्य, त्याग आदि प्रकृति प्रदत्त गुणों को पुरुष अपना अधिकार समझता है। युगों से वह उस पर अत्याचार करता आया है। घर की मर्यादा रखने के लिए वह चुप रहती है अन्यथा मानसिक असंतोष के सतत् प्रहारों से उसका जीवन जर्जरित रहता है। मन की पीड़ा स्वास्थ्य को भी चौपट कर देती है और वह नीरस जीवन का भार ढोती रहती है।

इस असंतोष के कुछ मुख्य कारण निम्नलिखित हो सकते हैं:

पति की उपेक्षा

स्त्री स्वभाव से ही भावुक होती है और प्रेम और सम्मान उसका जीवन होता है। कितने अरमान लेकर वह दाम्पत्य जीवन में प्रवेश करती है। आरम्भ में कुछ समय तक उसकी भावुकता को प्रश्रय मिलता भी है, पर कुछ ही समय में आरम्भिक दिनों का प्रेम न जाने कहाँ उड़ जाता है, जिससे स्त्री के अन्तर-जगत में हलचल मच जाती है। पुरुष प्रायः इस हलचल से अनभिज्ञ रहता है और ऐसा मधुर रस-रिक्त जीवन स्त्री को एक बोझ प्रतीत होता है। कई लोग समझते हैं कि घर में असंतुष्टि का भाव धन की कमी से होता है, पर सुख समृद्धि से पूर्ण घरों में भी स्त्रियाँ दुःखी सी रहती हैं और इसका कारण पति के प्रेम भाव का अभाव हो सकता है।

उचित मूल्यांकन का अभाव

जहाँ स्त्रियाँ बाहर काम नहीं करतीं, पुरुष काम कर लाता है, वहाँ स्त्री सुचारु रूप से गृहस्थी चला कर उसका परिश्रम सफल करती है। पर आश्चर्य की बात है कि गृहस्थी कार्य सरल तथा निम्न कोटि का माना जाता है। बच्चों को जन्म देकर उनका लालन-पालन तथा गृहस्थी के अन्य सारे काम स्त्री मनोयोगपूर्वक करती है पर इन कार्यों को अत्यंत साधारण माना जाता है। बहुत बार स्त्रियाँ स्वयं हीन भावना से ग्रस्त रहती हैं। धनोपार्जन का उद्देश्य भी तो घर गृहस्थी चलाना है। देखा जाए तो घर में सैंकड़ों काम होते हैं पर यदि कोई न करना चाहे तो केवल आवश्यक कार्य करके मौज करता रह सकता है। उदाहरण के लिए बच्चों का पालन एक कठिन कार्य है और उनकी उम्र बढ़ने के साथ नई समस्याएँ उत्पन्न होती हैं। कई स्त्रियाँ बच्चों का पेट भरना तथा तन ढाँकना ही पर्याप्त मानती हैं, पर जागृत माताएँ अपने बच्चों को सुयोग्य नागरिक बनाने के लिए श्रम करती हैं, जिसका महत्व आंका जाना चाहिए। पुरुष की कमाई का लाभ ही क्या है यदि उसे बच्चों की ओर से संतोष न हो और घर में सुख शांति न हो, और ये कार्य करती है उसकी पत्नी। उस गृहिणी का कार्य किसी दृष्टि से छोटा नहीं है।

* स्वतंत्र लेखिका

आर्थिक परवशता

इसे स्त्री की दुर्दशा का मुख्य कारण माना जा सकता है। मंहगाई के कारण निम्न और मध्यम वर्गीय पारिवारिक जीवन कलहपूर्ण रहते हैं। मंहगाई के साथ-साथ फैशन और प्रदर्शन की प्रवृत्ति अधिक धन की मांग करती है। इसके अतिरिक्त एक और कारण से भी स्त्री स्वावलंबिनी बनना चाहती है। मदोन्मत्त पति द्वारा पददलित होने पर वह सोचती है कि यदि आज मैं अपने पैरों पर खड़ी होती तो मेरा ऐसा अपमान न होता। वह देखती है कि नौकरी करने वाली बहिनें कितना सम्मानित जीवन व्यतीत कर रही हैं। इसमें कोई दो राय नहीं कि उनका जीवन भी सरल नहीं होता पर उन्हें अकारण अपमानित तो नहीं होना पड़ता है।

महत्वाकांक्षाओं का दमन

विवाह के पश्चात् आरम्भ के कुछ वर्षों में स्त्री अत्यंत व्यस्त रहती है पर इस बीच भी कभी-कभी उसकी दबी हुई महत्वाकांक्षा उभर कर उसे पीड़ित करती रहती है। ज्यों-ज्यों उसकी आयु बढ़ती है अपूर्ण महत्वाकांक्षा की पीड़ा उसे निराश करती रहती है। कार्य भार से दब कर अथवा परिवार की संकीर्ण मनोवृत्ति के कारण उसके व्यक्तित्व का विकास नहीं हो पाता।



टिप्पणी

प्रस्तुत लेख में लेखिका ने उस वर्ग की गृहिणी की व्यथा व्यक्त की है, जो प्रशिक्षित होते हुए भी नौकरी न कर अपनी परिस्थितियों से समझौता करके एक गृहिणी की भूमिका अपनाती है। वह ऐसा क्यों करती है, उन कारणों पर न जाकर उसके असंतोष के कारणों का वर्णन यहाँ मिलता है, परन्तु यदि असंतोष के कारण ज्ञात हैं तो उनके निवारण की ओर भी प्रयास होना चाहिए।

प्रेम का स्वरूप विवाह के बाद धीरे-धीरे बदलाव की ओर जाता है। नयापन समाप्त होने पर दिन-प्रतिदिन की समस्याओं का सिर उठाना भी स्वाभाविक है। विवाह के उपरान्त राजा-रानी सुख से रहने लगे, ये फिल्मों में होता है। तो इस अपरिहार्य/अनिवार्य परिवर्तन के साथ अपनी अपेक्षाओं को भी पुनः स्थापित करना आवश्यक है। पति यदि पहले जैसा व्यवहार नहीं रखता तो वह खुश रहने के लिए विकल्प ढूँढ लें। दिनभर घर और बच्चों की जिम्मेदारी पूरी होने पर समयानुसार व रुचिनुसार किसी हॉबी या किसी सामाजिक कार्य पर समय लगाएँ। यदि धनोपार्जन की भी आवश्यकता है तो अपनी पढ़ाई-लिखाई का उपयोग ट्यूशन देने या पत्रिकाओं में लेख आदि लिख कर करें। इससे घर में खोया हुआ सम्मान वापस आएगा और महत्वाकांक्षाओं को भी आराम मिलेगा। अपनी तुलना काम काजी महिलाओं से न करते हुए अपने को हीन कभी न समझें और अपने द्वारा लिए हुए निर्णय या परिस्थितिवश स्थिति को सम्मान दें।

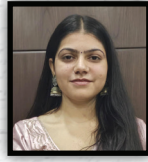
मैं ये कर सकती थी, या मेरा शोषण हो रहा है, सोच-सोच कर न कुढ़े और घर का वातावरण दूषित न करें।

समय पर निदान की ओर कदम न बढ़ाने पर अवसाद की स्थिति उत्पन्न हो सकती है। जैसे कहीं ठोकर लगने पर उसी स्थान पर बैठे अपनी चोट को सहलाते रहने के बजाय उठकर खड़े होकर पुनः चलना आवश्यक है, उसी प्रकार अपनी स्थिति को सुधारने का स्वयंभावी प्रयास जीवन को नीरस और उपेक्षित बनने से बचने में सहायक सिद्ध होगा।



डॉ. प्राची बागला

अंतिम पड़ाव : संघर्षपूर्ण मनोव्यथा का सफर



निशा कुमारी*



नेहा कुमारी*



साक्षी त्रिवेदी*

प्रस्तावना

“अभिवादन शीलस्य नित्यं वृद्धोपसेविनः चत्वारि तस्य वर्धन्ते आयुर्विद्या यशो बलम्” अर्थात् प्रतिदिन बुजुर्गों को प्रणाम करने और उनकी सेवा करने वाले व्यक्ति में आयु, विद्या, कीर्ति और शक्ति इन चार चीजों की वृद्धि होती है। वर्तमान स्थितियों में परिवर्तन हो रहा है, मूल्य बदल रहे हैं, परिवारों का विघटन हो रहा है और वृद्धों के जीवनयापन को लेकर समस्याएं बढ़ती जा रही हैं। जैसे-जैसे मनुष्य बुढ़ापे की ओर बढ़ता जाता है, वैसे-वैसे अकेलापन, भय और असुरक्षा आदि समस्याएं उसे घेरने लगती हैं। मनोविज्ञान की दृष्टि से श्री वृद्धावस्था में मनुष्य का स्वभाव एक बालक जैसा हो जाता है, उनको संभालने के लिए एक अलग तरह के व्यवहार की आवश्यकता पड़ती है, जो सबको नहीं आता। बुढ़ापे में मनुष्य को सुरक्षा और स्नेह दोनों की आवश्यकता होती है, लेकिन बदलती परिस्थितियों और परिवेश में युवा वर्ग द्वारा वृद्धों के मनोविज्ञान को समझने का शायद प्रयास नहीं किया जाता।

कार्य क्षेत्र

हमारे साक्षात्कार का कार्यक्षेत्र दो शहरों तक सीमित रहा। साक्षात्कार के लिए हम प्रयागराज स्थित 'आधारशिला' नामक वृद्धाश्रम तथा दिल्ली स्थित 'अनन्या फाउंडेशन' द्वारा संचालित 'निर्मला' वृद्धाश्रम गए।

साक्षात्कार करने का उद्देश्य

हमने एक कार्यक्रम को देखा जिसमें एक नामी पत्रकार द्वारा आठ वर्ष पूर्व दिल्ली के बदरपुर इलाके के एक वृद्धाश्रम में साक्षात्कार किया गया था, जिसमें पत्रकार ने वहाँ के जी. पी. भगत, जो उन बुजुर्गों की देखभाल करते हैं, ने बताया है कि उनके पास रोज लगभग चार से पांच फोन आते हैं, उसमें किसी को अपनी मां को तो किसी को अपने पिता को आश्रम में रखना होता है। वह उनको समझाते हैं परंतु उनका मुख्य कारण यह होता है कि जो उनके परिवार के वृद्ध व्यक्ति होते हैं वह अपनी साफ-सफाई तथा रोज की दिनचर्या के काम नहीं कर पाते, जिससे उन्हें दिक्कत आती है। वहाँ पर जो बुजुर्ग हैं उनमें से ज्यादातर लोग डिमेंशिया, लकवा आदि से ग्रसित हैं जिसके कारण वह अपना कोई भी कार्य नहीं कर पाते। यही कारण है कि उनके बच्चे, उनके परिवार वाले उनको वृद्ध आश्रम छोड़ गए हैं।

इस कार्यक्रम को देखने के पश्चात् हमें वृद्धाश्रम में रहने वाले वृद्धों से साक्षात्कार करने का विचार आया।

* एम.ए. हिन्दी, प्रथम वर्ष
दिल्ली विश्वविद्यालय

आंकड़े

सूची-1 : आयु वर्ग (वयोवृद्ध वर्ग के ब्योरे के आधार पर) (कुल : 54)

आयु (वर्षों में)	संख्या	प्रतिशत
40 से 50 वर्ष	04	7.40
50 से 60 वर्ष	05	9.25
60 से 70 वर्ष	20	37.00
70 से 80 वर्ष	17	31.49
80 से 90 वर्ष	06	11.11
90 से 100 वर्ष	02	3.75
कुल	54	100

83.3 प्रतिशत से अधिक वृद्धाश्रम के निवासियों की आयु 60 वर्ष से अधिक पाई गई (54 में से 45)। केवल दो निवासियों की आयु 90 वर्ष से अधिक थी।

सूची-2 : व्यवसाय (साक्षात्कार के आधार पर) (कुल : 20)

व्यवसाय	संख्या	प्रतिशत
गृहिणी	07	35
शिक्षा संस्था में कार्यरत	02	10
निजी कार्यालय में कार्यरत	03	15
निजी व्यवसाय	02	10
पब्लिक सेक्टर में कार्यरत	01	05
कृषि क्षेत्र में कार्यरत	04	20
अन्य	01	05
कुल	20	100

सूची-3 : शिक्षा (साक्षात्कार के आधार पर) (कुल : 20)

जेंडर	शिक्षा का स्तर	संख्या	प्रतिशत
पुरुष	1 - 5 वीं	00	00
	5 - 10 वीं	01	05
	10 - 12 वीं	04	20
	स्नातक	03	15
	अशिक्षित	04	20

महिला	1 - 5 वीं	01	05
	5 - 10 वीं	01	05
	10 - 12 वीं	02	10
	स्नातक	02	10
	अशिक्षित	02	10
कुल		20	100

वृद्धाश्रम में वयोवृद्धों से हुई बातचीत

जिस समाज में हम रह रहे हैं क्या वो भी पर्दादारी करता है? ऊपर से रेशमी और मुलायम और उसके पीछे छुपी धूप की वो किरणें जो उनको वो चमक देती है, क्या उसे कोई देखता ही नहीं है? इसी बात को सोचकर हम अपने सफर के सिलसिले में साक्षात्कार के लिए प्रयागराज स्थित 'आधारशिला' नामक वृद्धाश्रम तथा दिल्ली स्थित 'अनन्या फाउंडेशन' द्वारा संचालित 'निर्मला वृद्धाश्रम' गये थे। वहां रहने वाले वृद्धों से मिलने पर हमारे मन में वृद्ध लोगों के प्रति सहानुभूति तथा करुणा पैदा हुई। हमारी उनसे बातें कभी हास्य तो कभी ज्ञान तथा कभी पछतावा और कभी करुणा से भरी उनकी कहानियां तथा उनका नई पीढ़ी के लिए सलाह देना आदि अनेक बातें हमारे लिए तो शिक्षाप्रद रही तथा ये बातें इस शोध के माध्यम से सभी युवाओं के लिए भी होंगी। वो कहते हैं न कि घर में बड़े-बुजुर्ग हमें अपने अनुभवों से ही शिक्षा देते हैं क्योंकि उन्होंने हमसे ज्यादा जीवन को समझा व अनुभव किया होता है। इसी अनुभव को उन्होंने हमसे साक्षात्कार के माध्यम से साँझा किया। पहले वृद्धाश्रम में छत्तीस वृद्धों (36) और दूसरे वृद्धाश्रम में अठारह वृद्धों (18) यानि कुल चौवन (54) वृद्धों से बातचीत करके उनसे संबंधित ब्यौरा लिया लेकिन बातचीत का सफर हमने बीस (20) वृद्धों के साथ साँझा किया। जिनसे हमने बातचीत की उनमें बारह (12) पुरुष और आठ (8) स्त्री शामिल थी, उनमें से पांच वृद्ध शिक्षित थे, जिसमें एक स्त्री (1) और चार पुरुष (4) शामिल थे और पंद्रह अशिक्षित जिनमें आठ पुरुष (8) और सात स्त्रियाँ (7) थी, जिन्होंने हमें उनके वहाँ रहने के पीछे की वजह बताई, अपने आपको हमसे साँझा किया।

वृद्धाश्रम में एक वृद्ध दम्पति से बातचीत के दौरान पता चला कि वे दोनों शिक्षित थे और पेशे से अध्यापक थे। उन्होंने बताया कि वो कानपुर में अध्यापन का कार्य करते थे। अध्यापक की नौकरी से दोनों सेवानिवृत्त होने के बाद अकेले हो गये और उनके बच्चे उनको अपने साथ नहीं रख पाए इसलिए उन्हें इस वृद्धाश्रम में छोड़ दिया। कारण पूछने पर उन्होंने हमसे कारण साँझा नहीं किया किंतु भावुक हो गए। हमने पूछा कि आपके बच्चे कहाँ हैं? उन्होंने बताया उनके दो बेटे हैं, एक बैंगलौर और एक दिल्ली में रहता है। परन्तु हम उनके बच्चों से संपर्क नहीं कर पाए। हमने पूछा कि वो आपसे मिलने आते हैं तो उन्होंने बताया कि वो कभी-कभी मिलने आते हैं।

वृद्धाश्रम में एक वृद्ध ने बताया कि उनकी बेटी अभी स्नातक की पढ़ाई कर रही है। उनको पैरालिसिस का अटैक होने के कारण उनकी बेटी ने उन्हें इस आश्रम में छोड़ दिया। उन्होंने बताया कि शुरुआत में तो बहुत मानसिक तनाव हुआ। स्वयं से मनोवैज्ञानिक रूप से यातना झेली। लेकिन अब वो यहाँ खुश हैं और अच्छे से जीवन व्यतीत कर रहे हैं। उनकी देखभाल अच्छे से होती है।

वृद्धाश्रम में हमें एक वृद्ध पुरुष ने बताया कि उनका कोई नहीं था, उनकी पत्नी की मृत्यु उनकी शादी के कुछ समय बाद ही हो गई थी (तकरीबन एक वर्ष बाद ही), उनकी पत्नी की मृत्यु के बाद उन्होंने शादी भी नहीं की थी इसलिए उनकी कोई संतान भी नहीं थी। कुछ समय बाद वो अपनी सम्पत्ति को भतीजों में बाँट कर, यहां वृद्ध आश्रम आ गए, अपनी वृद्धावस्था को गुजारने के लिए। अब वृद्धाश्रम में उनकी बहुत अच्छी देखभाल होती है। उनको कोई दिक्कत नहीं होती, समय पर खाना मिलता है, जब भी बीमार होते हैं तो वह लोग अस्पताल भी ले जाते हैं। उनकी यहाँ अच्छे से देख-रेख और सेवा होती है। वृद्ध आश्रम में एक वृद्ध महिला

ने बताया कि वो राजस्थान से परिवार के साथ प्रयाग घूमने के लिए आयी थी, लेकिन फिर उनके परिवार वालों ने उन्हें इस वृद्ध आश्रम में छोड़ दिया और चले गए। उन्होंने बताया कि उनके परिवार वाले उनको इस वृद्ध आश्रम में छोड़ने के बाद उनसे मिलने अभी तक नहीं आए और न ही बातचीत हुई।

वृद्ध आश्रम की यात्रा हमारे लिए एक गहरा तथा परिवर्तनकारी अनुभव रहा, जहाँ हमने उनके जीवन की एक झलक देखी, जो उनके अस्तित्व के अंतिम पड़ाव को दर्शाती है। दोनों ही वृद्ध आश्रमों में प्रवेश करते ही हमने एक अलग-सी शांति का अनुभव किया। वह शांति सकारात्मक थी, क्यों थी? इसको हम शब्दों में बयान नहीं कर सकते किंतु उनका अपनत्व हमें उनकी ओर आकर्षित कर रहा था। वहाँ निवास कर रहे बड़े-बुजुर्गों से मिलने पर उनके जीवन भर के अनुभवों को सुनने और देखने पर एक नया दृष्टिकोण मिला।

यथार्थस्थिति

वृद्धाश्रम में रहते हुए उन्हें इस बात की संतुष्टि प्राप्त हुई कि उन्हें समय-समय पर खाना, दवाइयां तथा बीमारी के समय में सही समय पर चिकित्सा व इलाज की सुविधाएँ उपलब्ध करवायी जाती हैं। वहाँ उन्हें अपने दुःख, दर्द व खुशी को साँझा करने के लिए हमउम्र के साथी मिल जाते हैं, जिससे वे अपने मानसिक तनाव और अकेलेपन को दूर कर पाते हैं।

उपसंहार

आधुनिकता की दौड़ में आज कई रिश्ते टूटते या बदलते जा रहे हैं। वृद्धों और नौजवानों के मध्य के रिश्तों को निभाने और बनाए रखने में लगाव और स्नेह सूत्रधार के रूप में अपनी भूमिका निभाता है। लेकिन आज के समय में समाज में कई बदलाव आ गये हैं, वो बदलाव ही उनके मध्य के लगाव को कमजोर या बदल देता है, जिससे वृद्धों और युवाओं, दोनों के मध्य दूरियाँ बन जाती हैं। इन बदलावों को लाने में सबसे बड़ी भूमिका समय और वातावरण की होती है। इन बदलावों में दोनों पीढ़ियों का समय अलग, वातावरण अलग है, इसलिए विचारों और व्यवहारों में भी बदलाव दिखाई देने लग जाते हैं। युवाओं के मन में वृद्धजनों के प्रति एक नम्र व कोमल पक्ष है वह उनका सम्मान, आदर, सेवा और रक्षा करना जानते हैं किंतु आधुनिकीकरण के प्रभाव, स्वयं को विकसित करने की होड़ और तस्क्की को पाने की लगन में युवाओं ने कहीं उस भावना को दबा-सा दिया है। परंतु युवा वर्ग अपने मन में इसे पुनः जागृत करें तथा इस पर ध्यान दें तो समाज का कल्याण होगा और सभ्यताओं और संस्कृतियों के मिश्रण और आधुनिकता से आए सामाजिक परिवेश में बदलाव आने पर वृद्धों की देखभाल को लेकर हमारी कार्यशैली में सुधार होगा।





चित्र : लेखिकाओं द्वारा

समीक्षक की टिप्पणी

समाज के वयोवृद्ध वर्ग की समस्याओं को लेकर किया गया यह शोध बहुत महत्वपूर्ण है। यह बहुत मार्मिक विषय है। क्योंकि हम आधुनिक समाचारों में अकेले रह रहे वयोवृद्ध वर्ग के साथ होने वाली दुर्घटनाओं की खबरें पढ़ते और सुनते हैं। मनुष्य जीवन के मुख्यतः तीन पड़ाव हैं- बचपन, जवानी और बुढ़ापा। बचपन माता-पिता के साप में बीत जाता है। जवानी में व्यक्ति अपने-आप में ही इतना मजबूत होता है कि उसे किसी और सहारे की जरूरत ही नहीं पड़ती। अब रह जाता है बुढ़ापा। बुढ़ापा जीवन की एक ऐसी अवस्था है जब हमारे शरीर के सभी अंग धीरे-धीरे काम करना बंद कर देते हैं और हमें हर मोड़ पर किसी न किसी सहारे की जरूरत पड़ती है। इसलिए बुढ़ापे को अक्सर लोण जीवन का अभिशाप मानते हैं लेकिन अगर युवा पीढ़ी घर के बुजुर्गों का थोड़ा-सा भी सहयोग करे तो बुढ़ापा युवा वर्ग और स्वयं बूढ़ों के लिए वरदान बन सकता है। पहले जब संयुक्त परिवार होते थे तो बड़े-बुजुर्गों की सेवा आसानी से हो जाती थी क्योंकि घर में कोई न कोई उनकी देखरेख के लिए मौजूद रहता ही था, लेकिन तत्कालीन समाज में बहुत परिवर्तन आ गया है। अब जीवन बहुत तेजी से भाग रहा है और वक्त की कमी लगभग सभी के पास रहती है। ऐसे में आज का युवा वर्ग अपने बड़े-बूढ़ों को समय नहीं दे पाता। परिणामस्वरूप बूढ़े लोगों को वृद्धाश्रम की शरण लेनी पड़ती है, यह बहुत दुःख की बात है। वृद्धाश्रमों की बढ़ती संख्या चिंता का विषय है। इस शोध की सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि शोधार्थियों ने वृद्धाश्रमों में जाकर साक्षात्कार लिए। वहां रहने वाले बुजुर्गों की व्यथा और समस्याओं को जाना। मुझे उम्मीद है कि जो भी युवा इस शोध को पढ़ेगा वह एक बार जरूर कह उठेगा कि मैं अपने माता-पिता के साथ ऐसा कुछ नहीं करूंगा, जिससे उनको वृद्धाश्रम जाना पड़े, यही इस शोध की सफलता होगी।



-अनीता देवी

तुम चाहो तो...



पूजा गुप्ता*

तुम चाहो तो,
जिंदगी को हजार सवालों की उलझन बना लो,
या जीने की कला ढूँढ़ने का सुहाना सफर बना लो।

जब तक जिंदगी है,
सुख-दुःख तो लगे ही रहने हैं,
चाहे तो दुखों का सामान इकट्ठा कर सँजो लो,
या उन्हें छोड़, खुशियों का खजाना लूट लो।

बीता वक्त लौट कर नहीं आना है,
और इस पल को भी जल्द चले जाना है,
चाहे तो बैठकर गुजरे कल का मातम मना लो,
या आज, अभी के समय को यादगार बना लो।

जीवन की डगर बहुत लंबी है,
सफर में रुकावटें तो आएं ही,
चाहे तो डर कर रुक जाओ,
या हिम्मत कर उन्हें पार कर जाओ।

जीवन की किताब प्रतीत रूप में कठिन,
परन्तु वास्तव में बहुत सरल है,
चाहे तो इसे पढ़कर समझ जाओ,
या समझ कर भी अनजान बन जाओ।

हर किसी को सफलता के शिखर तक पहुँचना है,
विजय को पाना है,
चाहे तो मेहनत कर उसे हासिल कर लो,
या कठिन मानकर विचार छोड़ दो।

क्यों ना कुछ बदिया करो,
जग में अपना नाम कमाओ,
चाहो तो धरती-आसमान एक कर जाओ,
रोज नए कीर्तिमान बनाओ।
तुम चाहो तो....

□□□

* सहायक प्रोफेसर, वनस्पति विज्ञान विभाग
श्याम लाल महाविद्यालय, दिल्ली विश्वविद्यालय

अधिकारों और जिम्मेदारियों के बीच अंतर को कम करना : भारत में मौलिक कर्तव्यों के महत्त्व की समझ



प्रियंका गुप्ता *

परिचय

26 जनवरी, 1950 को अपनाया गया भारतीय संविधान राष्ट्र में अंतिम कानूनी दस्तावेज के रूप में कार्य करता है, जो नागरिकों के अधिकारों और दायित्वों को चित्रित करता है और शासन के ढांचे के रूप में भी कार्य करता है। भारत सरकार अधिनियम 1935, अन्य देशों के संविधान और न्याय, स्वतंत्रता, समानता और बंधुत्व के मूल्यों जैसे कई दस्तावेजों से प्रेरित, यह दुनिया के सबसे लंबे और सबसे पूर्ण संविधानों में से एक है। भारतीय संविधान की प्रस्तावना देश के नागरिकों के लक्ष्यों और आकांक्षाओं को दर्शाती है, जिसमें दस्तावेज के मौलिक विचार शामिल हैं। इन मूल्यों में सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक न्याय शामिल हैं; बोलने, सोचने और धर्म की स्वतंत्रता; स्थिति और अवसर की समानता; और भाईचारा, जो प्रत्येक व्यक्ति की गरिमा के साथ-साथ देश की एकता और अखंडता को बनाए रखता है। भारतीय संविधान एक संसदीय लोकतांत्रिक गणराज्य भी बनाता है जो सरकार की विधायी, कार्यकारी और न्यायिक शाखाओं के बीच शक्तियों के विभाजन की गारंटी देता है। यह नागरिकों के मौलिक अधिकारों को भी स्थापित करता है, जो बोलने की स्वतंत्रता, समानता का अधिकार, जीवन और व्यक्तिगत स्वतंत्रता का अधिकार और संवैधानिक उपचारों के अधिकार सहित स्वतंत्रता की रक्षा करता है।

इसके अलावा, संविधान एक मजबूत केंद्र के साथ एक संघीय प्रणाली की स्थापना करते हुए संघीय और राज्य सरकारों के कर्तव्यों और प्राधिकारों की रूपरेखा तैयार करता है। इसमें ऐसे खंड भी शामिल हैं, जो सामाजिक निष्पक्षता की गारंटी देते हैं, जैसे ऐतिहासिक रूप से वंचित समूहों के लिए आरक्षण और सभी निवासियों के लिए आर्थिक और शैक्षिक अवसरों तक समान पहुंच की उन्नति। कुल मिलाकर भारतीय संविधान लोकतंत्र, धर्मनिरपेक्षता, समाजवाद और न्याय के आदर्शों को मूर्त रूप देकर देश को समावेशी विकास, सामाजिक एकजुटता और व्यक्तिगत अधिकारों के संरक्षण की ओर निर्देशित करता है। यह सरकार और नागरिकों के अधिकारों और स्वतंत्रता की रक्षा के लिए एक मजबूत आधार प्रदान करता है, जिससे यह भारत के लोकतांत्रिक ढांचे की आधारशिला बन जाता है।

मौलिक कर्तव्यों की अवधारणा : एक सिंहावलोकन

नागरिकता और शासन का एक प्रमुख घटक, भारतीय संविधान की मौलिक कर्तव्यों की अवधारणा देश के प्रति नैतिक दायित्वों के विचारों का प्रतीक है। ये जिम्मेदारियां, जो संविधान के भाग IV-A में निहित हैं, लोगों के बीच नागरिक कर्तव्य और जिम्मेदारी की भावना को प्रोत्साहित करके मौलिक अधिकारों के पूरक के रूप में कार्य करने के लिए हैं। 1976 के 42वें

* सहायक प्रोफेसर (अतिथि)
मैत्रेयी महाविद्यालय, दिल्ली विश्वविद्यालय

संशोधन अधिनियम ने एक शांतिपूर्ण और समावेशी समाज की स्थापना के संविधान निर्माताओं के लक्ष्य को व्यक्त करते हुए मौलिक कर्तव्यों की स्थापना की। ये जिम्मेदारियाँ महात्मा गांधी और अन्य स्वतंत्रता सेनानियों के आदर्शों से प्रेरणा लेते हुए, समग्र रूप से देश के कल्याण और उन्नति में व्यक्तिगत योगदान के महत्त्व को उजागर करती हैं। मौलिक कर्तव्य न्यायसंगत नहीं हैं, जिसका अर्थ है कि नागरिकों पर मौलिक अधिकारों के विपरीत, अनुपालन करने में विफल रहने पर मुकदमा नहीं चलाया जा सकता है, जो न्यायसंगत और कानूनी रूप से लागू करने योग्य दोनों हैं। बहरहाल, वे समाज के नैतिक मानकों को बनाए रखने, लोगों को नैतिक निर्णय लेने में सहायता करने और सामाजिक शांति, अखंडता और सम्मान को बढ़ावा देने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

'मौलिक कर्तव्य' प्रशब्द व्यापक प्रकार की जिम्मेदारियों को संदर्भित करते हैं, जैसे कि संविधान और उसके सिद्धांतों को बनाए रखना, देश के समृद्ध इतिहास और विविधता की सराहना करना, सभी उपक्रमों में उत्कृष्टता का प्रयास करना और मानवतावाद और विज्ञान की भावना को बढ़ावा देना। इन जिम्मेदारियों में पर्यावरण को बनाए रखना, सार्वजनिक संपत्ति की रक्षा करना और अहिंसा और शांति के आदर्शों को बढ़ावा देना भी शामिल है। लोकतांत्रिक सिद्धांतों को बनाए रखने, और भाईचारे की भावना को प्रोत्साहित करने और समाज के सामान्य कल्याण की दिशा में काम करने की आवश्यकता को मौलिक कर्तव्यों द्वारा उजागर किया गया है। वे एक नैतिक दिशासूचक के रूप में कार्य करते हैं, जो लोगों को समकालीन जीवन की चुनौतियों से निपटते हुए न्याय, स्वतंत्रता, समानता और भाईचारे के मूल्यों को बनाए रखने में मदद करते हैं। यह विचार कि नागरिक होने का मतलब अधिकार होना है लेकिन अपने देश और साथी नागरिकों के प्रति दायित्व भी रखना मौलिक कर्तव्यों की अवधारणा में सन्निहित है। मौलिक कर्तव्य लोगों को देश के सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक ढांचे में रचनात्मक योगदान देने के उनके दायित्व की याद दिलाते हैं, जबकि मौलिक अधिकार व्यक्तियों को सशक्त बनाते हैं। इसलिए, जिम्मेदार नागरिकता की संस्कृति को बढ़ावा देने और भारत के समग्र विकास और कल्याण की गारंटी के लिए मौलिक कर्तव्यों को समझना और उनका पालन करना आवश्यक है।

राष्ट्र-निर्माण में मौलिक कर्तव्यों की भूमिका

भारतीय संविधान के मौलिक कर्तव्य, जो सामाजिक एकता, राष्ट्रीय विकास और सामान्य उन्नति को बढ़ावा देते हैं, राष्ट्र-निर्माण के लिए आवश्यक हैं। वे नागरिकता की भावना भी स्थापित करते हैं। ये जिम्मेदारियाँ समाज की समृद्धि और कल्याण को बढ़ावा देने में नागरिकों की सक्रिय भागीदारी के लिए एक रूपरेखा प्रदान करती हैं। आइए उन विभिन्न तरीकों की जाँच करें जिनसे मौलिक कर्तव्य किसी राष्ट्र के विकास में योगदान करते हैं :

- **नागरिकता और अपनेपन को बढ़ावा देना** : नागरिकों को मौलिक कर्तव्यों के माध्यम से देश के प्रति उनकी भक्ति और निष्ठा की याद दिलाई जाती है। अपनी जिम्मेदारियों को पूरा करके लोग दर्शाते हैं कि वे समाज के जिम्मेदार सदस्य हैं, जिससे लोगों में एकता और देशभक्ति की भावना मजबूत होती है।
- **सामाजिक सदभाव और राष्ट्रीय एकता को कायम रखना** : नागरिकों को उनके मौलिक कर्तव्यों द्वारा सदभाव, सहिष्णुता और विविधता के प्रति सम्मान बनाए रखने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। ये जिम्मेदारियाँ सामाजिक-आर्थिक अंतर को मिटाने, भाईचारे और समावेशिता की भावना को प्रोत्साहित करके देश के ताने-बाने को मजबूत करने में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं।
- **संस्थानों और कानून के शासन के लिए सम्मान को बढ़ावा देना** : विधायी, कार्यकारी शाखा और अदालत सहित लोकतांत्रिक संस्थानों के सम्मान के महत्त्व पर मौलिक कर्तव्यों में जोर दिया गया है। इन जिम्मेदारियों को निभाते हुए, नागरिक कानून और व्यवस्था बनाए रखने में सहायता करते हैं, जिससे राष्ट्र निर्माण के लिए अनुकूल माहौल बनता है।

- **नैतिक और जिम्मेदार व्यवहार को बढ़ावा देना :** नागरिक मौलिक कर्तव्यों का उपयोग नैतिक दिशा-निर्देश के रूप में कर सकते हैं ताकि उन्हें नैतिक निर्णय लेने और अपने व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन, दोनों में, जिम्मेदारी से व्यवहार करने में मदद मिल सके जो लोग इन दायित्वों को पूरा करते हैं वे नैतिकता और नैतिक नेतृत्व के माहौल को बढ़ावा देने में मदद करते हैं।
- **भावी पीढ़ियों में नागरिक मूल्यों को स्थापित करना :** यदि बच्चों को कम उम्र से ही उनके मौलिक कर्तव्यों के बारे में सिखाया जाए तो भावी पीढ़ियों को नागरिक गुणों और जिम्मेदारी की भावना के साथ बढ़ा किया जा सकता है। यह लोकतांत्रिक मूल्यों को कायम रखने और राष्ट्र-निर्माण की पहलों को जारी रखने की गारंटी देता है।
- **आर्थिक विकास में योगदान :** आर्थिक उन्नति वैज्ञानिक स्वभाव को प्रोत्साहित करने और प्रयास के सभी क्षेत्रों में उत्कृष्टता का लक्ष्य रखने जैसे मौलिक कर्तव्यों को बनाए रखने पर निर्भर करती है। नागरिक नवाचार, उद्यमिता और गुणवत्ता का समर्थन करके अपने देश के आर्थिक विस्तार और समृद्धि का समर्थन कर सकते हैं।

नागरिकता की भावना को प्रोत्साहित करने, सामाजिक एकजुटता को आगे बढ़ाने, लोकतांत्रिक आदर्शों की रक्षा करने और धारणीय विकास में सहायता करके, मौलिक कर्तव्य राष्ट्र निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। नागरिक अपने कार्यों को अंजाम देकर एक अधिक मजबूत, समावेशी और समृद्ध देश बनाने के लक्ष्य में सक्रिय रूप से योगदान देते हैं। इस प्रकार, मौलिक कर्तव्यों को स्वीकार करना और उनका पालन करना भारत के समग्र विकास और कल्याण के लिए महत्वपूर्ण है।

भारतीय संदर्भ में मौलिक कर्तव्यों का परीक्षण

जब भारत के संदर्भ में मौलिक कर्तव्यों की जांच की जाती है, तो यह स्पष्ट हो जाता है कि वे देश के नैतिक ढांचे के निर्माण में कितने महत्वपूर्ण हैं। ये दायित्व, जो भारतीय संविधान के भाग IV A, में सूचीबद्ध हैं, सामाजिक और राष्ट्रीय जिम्मेदारियों की एक विस्तृत शृंखला को कवर करते हैं जिन्हें निभाने की नागरिकों से अपेक्षा है।

आइए अब भारतीय परिवेश में मौलिक कर्तव्यों की अधिक विस्तार से जाँच करें

- **संविधान का पालन करना और उसके आदर्शों का सम्मान करना :** यह दायित्व इस बात पर जोर देता है कि संविधान में पाए गए मूल्यों, जैसे लोकतंत्र, समाजवाद, धर्मनिरपेक्षता और न्याय को संरक्षित करना कितना महत्वपूर्ण है। नागरिकों से यह अपेक्षा की जाती है कि वे देश के अंतिम कानून के रूप में संविधान का सम्मान करें और उसे कायम रखें।
- **स्वतंत्रता के लिए राष्ट्रीय संघर्ष को प्रेरित करने वाले महान आदर्शों को संजोना और उनका पालन करना :** अपने दायित्व को पूरा करने के लिए, नागरिकों को भारत के स्वतंत्रता सेनानियों के इतिहास का सम्मान करना चाहिए और न्याय, समानता और भाईचारे के सिद्धांतों को वास्तविकता में लाने के लिए काम करना चाहिए। यह इस बात पर प्रकाश डालता है कि स्वतंत्रता के लिए भारत के संघर्ष को निर्देशित करने वाले सिद्धांतों को बनाए रखना कितना महत्वपूर्ण है।
- **भारत की संप्रभुता, एकता और अखंडता को बनाए रखना और उसकी रक्षा करना :** देश की संप्रभुता और क्षेत्रीय अखंडता की रक्षा करने का कर्तव्य उसके नागरिकों पर है। देश की एकता और सुरक्षा के लिए आंतरिक और बाहरी खतरों से बचाव करना नागरिकों का कर्तव्य है।
- **देश की रक्षा करना और आवश्यकता पड़ने पर राष्ट्रीय सेवा प्रदान करना :** यह दायित्व रक्षा और राष्ट्रीय सेवा के महत्व पर प्रकाश डालता है। हालाँकि यह आवश्यक नहीं है, बल्कि नागरिकों से आग्रह किया जाता है कि जब भी देश की रक्षा और सुरक्षा गतिविधियों का समर्थन करने की आवश्यकता हो तो वे राष्ट्रीय कर्तव्य या अन्य सैन्य सेवा में भाग लें।
- **भाषा, स्थान, धर्म या सामाजिक वर्ग में अंतर के बावजूद, सभी भारतीयों के बीच एकता और भाईचारे की भावना को बढ़ावा देना :** यह जिम्मेदारी इस बात पर जोर देती है कि भारत की विविध आबादी के बीच सामाजिक एकजुटता का समर्थन करना

कितना महत्वपूर्ण है। नागरिकों से यह अपेक्षा की जाती है कि वे विभिन्न धार्मिक, भाषाई और भौगोलिक पृष्ठभूमि के लोगों के बीच सम्मान, सहिष्णुता और समझ को बढ़ावा दें।

- **हमारी समग्र संस्कृति की समृद्ध विरासत को महत्व देना और संरक्षित करना :** भारत की सांस्कृतिक विरासत विविध और समन्वयवादी है, और यह दायित्व इस बात पर जोर देता है कि इसे संरक्षित करना कितना महत्वपूर्ण है। देश की समृद्ध सांस्कृतिक विरासत, जिसमें साहित्य, नृत्य, संगीत, कला और वास्तुकला शामिल है, को जनता द्वारा महत्व दिया जाता है और बढ़ावा दिया जाता है।
- **सभी जीवित चीजों के प्रति करुणा प्रदर्शित करना और प्राकृतिक पर्यावरण को संरक्षण और बढ़ाना, जिसमें जंगल, झीलें, नदियाँ और वन्यजीव शामिल हैं :** इस भूमिका में स्थिरता और पर्यावरण संरक्षण को प्राथमिकता दी जाती है। भारत के प्राकृतिक संसाधनों, जैसे कि इसके जंगल, नदियाँ, झीलें और जानवरों को संरक्षित किया जाना है। इसके अतिरिक्त, नागरिकों से पर्यावरणीय प्रभाव को कम करने वाली स्थायी आदतें अपनाने का आग्रह किया जाता है।
- **वैज्ञानिक स्वभाव, मानवतावाद और जांच और सुधार की भावना विकसित करना :** यह जिम्मेदारी जीवन पर तार्किक और वैज्ञानिक दृष्टिकोण को बढ़ावा देती है। नागरिकों को सामाजिक प्रगति और मानव कल्याण के प्रति समर्पण के अलावा पृष्ठताछ, आलोचनात्मक सोच और रचनात्मकता के दृष्टिकोण को बढ़ावा देने की सलाह दी जाती है।
- **सार्वजनिक संपत्ति की रक्षा करना और हिंसा से दूर रहना :** नागरिकों से यह अपेक्षा की जाती है कि वे सार्वजनिक संपत्ति का सम्मान करें और हिंसा व विनाश से दूर रहें। यह दायित्व इस बात पर जोर देता है कि कानून और व्यवस्था को बनाए रखने के साथ-साथ अहिंसा और शांतिपूर्ण सहयोग की संस्कृति को बढ़ावा देना कितना महत्वपूर्ण है।
- **व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधि के सभी क्षेत्रों में उत्कृष्टता की दिशा में प्रयास करना :** नागरिकों का दायित्व है कि वे अपने व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन, दोनों में, उत्कृष्टता के लिए प्रयास करें। यह लोगों को खुद को बेहतर बनाने और समग्र रूप से समाज पर सकारात्मक प्रभाव डालने की दिशा में काम करने के लिए प्रेरित करता है।
- **अपने बच्चे या, जैसा भी मामला हो, छह से चौदह वर्ष की आयु के बीच के बच्चे को शिक्षा के अवसर प्रदान करना :** यह दायित्व इस बात पर प्रकाश डालता है कि किसी देश के विकास के लिए शिक्षा कितनी महत्वपूर्ण है। यह देखना माता-पिता या अभिभावकों का कर्तव्य है कि बच्चे उपयुक्त शिक्षा प्राप्त करें, जो उन्हें उनके भविष्य के व्यक्तिगत और व्यावसायिक विकास के लिए आवश्यक जानकारी और क्षमताएं प्रदान करेगी।

भारतीय संदर्भ में, मौलिक कर्तव्य अनिवार्य रूप से एक लोकतांत्रिक और समावेशी समाज के लक्ष्यों और उद्देश्यों को शामिल करते हैं। वे नागरिकों के लिए दिशानिर्देशों के एक समूह के रूप में कार्य करते हैं क्योंकि वे देश, समाज और आने वाली पीढ़ियों के प्रति अपने दायित्वों को पूरा करते हैं। इन जिम्मेदारियों को पूरा करके, भारत के नागरिक देश के समग्र विकास और कल्याण में योगदान दे सकते हैं और देश की एक न्यायसंगत और समृद्ध देश बनने के लक्ष्य को साकार करने में मदद कर सकते हैं।

मौलिक कर्तव्यों का पालन न करने में योगदान देने वाले कारक

ऐसे कई कारण हैं जिनकी वजह से भारत में मौलिक कर्तव्यों का पालन नहीं किया जा रहा है; इनमें प्रणालीगत खामियों के साथ-साथ सामाजिक-सांस्कृतिक प्रभाव भी शामिल हैं। कर्तव्य के प्रति जागरूक नागरिकों की संस्कृति को बढ़ावा देने में आने वाली कठिनाईयों का समाधान करने के लिए यह जरूरी है कि इन कारकों को समझा जाए। आइए मौलिक कर्तव्यों को निभाने में विफलता के कुछ प्रमुख कारणों की जांच करें

- **जागरूकता और शिक्षा की कमी** : नागरिकों में अपने अधिकारों और दायित्वों के बारे में अज्ञानता मौलिक कर्तव्यों का पालन न करने का एक मुख्य कारण है। यह संभव है कि बहुत से लोग मौलिक कर्तव्यों के अस्तित्व या महत्व से अनभिज्ञ हों, जिसके कारण उनकी अनदेखी या उपेक्षा हो सकती है।
- **कर्तव्यों की अपेक्षा अधिकारों पर जोर** : भारतीय सभ्यता में मौलिक अधिकारों को प्रायः प्राथमिकता दी जाती है। दायित्वों के बारे में चर्चा पर कभी-कभी अधिकारों के बारे में चर्चा हावी हो जाती है, जिससे यह धारणा बनती है कि अधिकार पहले आते हैं और कर्तव्य बाद में आते हैं।
- **सांस्कृतिक मानदंड और मूल्य** : दायित्वों के प्रति दृष्टिकोण सांस्कृतिक प्रभावों से महत्वपूर्ण रूप से आकार लेते हैं। व्यक्तिगत हितों और उद्देश्यों को पूरा करने को उस संस्कृति में देश और समुदाय के प्रति अपने दायित्वों पर प्राथमिकता दी जा सकती है जो समूह की जिम्मेदारी से ऊपर व्यक्तिवाद को महत्व देती है।
- **राजनीतिक और संस्थागत कारक** : भारत में राजनीतिक माहौल भी लोगों के मौलिक कर्तव्यों की अपेक्षा का एक कारक हो सकता है। जब राजनीतिक हस्तियां और संगठन दायित्वों की तुलना में अधिकारों और स्वतंत्रता से संबंधित समस्याओं पर अधिक जोर देते हैं, जिससे नागरिक के कर्तव्यों का महत्व कम हो जाता है।
- **प्रवर्तन और कार्यान्वयन चुनौतियाँ** : मौलिक अधिकारों के विपरीत, मौलिक कर्तव्य प्रवर्तन के लिए कानूनी तंत्र के अधीन नहीं हैं, जो न्यायसंगत और लागू करने योग्य दोनों हैं। अप्रभावी प्रवर्तन तरीकों के परिणामस्वरूप दायित्वों को पूरा करने के प्रति लापरवाह रवैया अपनाया जा सकता है।
- **सामाजिक-आर्थिक असमानताएँ** : सामाजिक-आर्थिक स्थिति में असमानताएँ और विसंगतियाँ लोगों के लिए अपने मौलिक अधिकारों को प्राप्त करना कठिन बना सकती हैं, विशेषकर वंचित और हाशिए वाले क्षेत्रों में। जो लोग गरीबी, अज्ञानता और आवश्यकताओं तक पहुंच की कमी से जूझते हैं, वे अपनी तात्कालिक जरूरतों को अपने व्यापक सामाजिक दायित्वों से पहले रख सकते हैं।
- **संस्थानों में संशयवाद और अविश्वास** : संस्थानों के प्रति बढ़ते संशय और संदेह के कारण नागरिकों की अपने देश के प्रति कर्तव्य की भावना कम हो सकती है। सरकार में अक्षमता, भ्रष्टाचार और जवाबदेही की कमी के उदाहरण नागरिकों का मोहभंग करके उनके कर्तव्यों को पूरा करने की इच्छा को कमजोर कर सकते हैं।
- **वैश्वीकरण और बदलते मूल्य** : पश्चिमी मूल्यों और वैश्वीकरण के आगमन से समाज के मानदंडों और प्राथमिकताओं में बदलाव आया है। भौतिकवादी लक्ष्य और व्यक्तिगत इच्छाएँ कर्तव्य और सामाजिक जिम्मेदारी के प्राचीन आदर्शों पर हावी हो सकती हैं, क्योंकि भारत वैश्विक अर्थव्यवस्था में अधिक एकीकृत हो रहा है।

मौलिक कर्तव्यों का पालन न करने में योगदान देने वाले मुद्दों को संबोधित करने के लिए जागरूकता अभियान, शैक्षिक सुधार, नीतिगत हस्तक्षेप और नागरिक जिम्मेदारी और सामाजिक एकजुटता की संस्कृति को बढ़ावा देने वाली पहलों को शामिल करने वाली एक बहुआयामी रणनीति की आवश्यकता है। इन मुद्दों से निपटकर, भारत अपने नागरिकों को अधिक शामिल और जिम्मेदार होने के लिए प्रोत्साहित कर सकता है, जिससे देश की वृद्धि और विकास को बढ़ावा मिलेगा।

असमानता को संबोधित करना और मौलिक कर्तव्यों के पालन को प्रोत्साहित करना

एक जिम्मेदार नागरिकता विकसित करने और देश के समग्र विकास को आगे बढ़ाने के लिए मौलिक कर्तव्यों की स्वीकृति और पूर्ति के बीच विसंगति से निपटना जरूरी है। भारतीय संविधान मौलिक कर्तव्यों को प्रतिष्ठापित करता है, फिर भी

कई कारणों से उनका प्रदर्शन अक्सर पीछे रह जाता है। यहां हम मौलिक कर्तव्यों को बनाए रखने को बढ़ावा देने के लिए कुछ युक्तियों पर नजर डालते हैं

- **शिक्षा और जागरूकता अभियान** : लोगों को उनके मौलिक कर्तव्यों के बारे में जागरूक करने के लिए राष्ट्रव्यापी शिक्षा और जागरूकता पहल शुरू करना अनिवार्य है। ये अभियान सोशल मीडिया, रेडियो, टेलीविजन और शैक्षणिक संस्थानों सहित विभिन्न प्लेटफार्मों पर चलाए जा सकते हैं। राष्ट्र निर्माण में मौलिक कर्तव्यों के महत्व के बारे में बातचीत को बढ़ावा देने के लिए कार्यशालाओं और सेमिनारों की भी योजना बनाई जा सकती है।
- **स्कूल पाठ्यक्रम में मौलिक कर्तव्यों को शामिल करना** : पाठ्यक्रम में मौलिक कर्तव्यों पर पाठ शामिल करने से युवाओं को कम उम्र में नागरिक कर्तव्य की भावना विकसित करने में मदद मिल सकती है। इन आदर्शों को अपनी शिक्षा में लागू करके छात्र समाज में अपने स्थान और आम भलाई के लिए काम करने के महत्व को बेहतर ढंग से समझ सकते हैं।
- **सार्वजनिक सहभागिता और भागीदारी** : सामुदायिक सेवा गतिविधियों में सार्वजनिक सहभागिता और भागीदारी को प्रोत्साहित करके समाज के प्रति स्वामित्व और कर्तव्य की भावना को बढ़ावा दिया जा सकता है। रक्तदान अभियान, वृक्षारोपण अभियान और सफाई अभियान जैसे स्वयंसेवी कार्यक्रम लोगों को अपने पड़ोस की भलाई के लिए सक्रिय रूप से समर्थन देने के तरीके दे सकते हैं।
- **मीडिया और नागरिक समाज की भूमिका** : जनमत और नागरिक मूल्य मीडिया और नागरिक समाज से बहुत प्रभावित होते हैं। मौलिक कर्तव्यों के बारे में जागरूकता फैलाने के लिए नागरिक समाज संगठनों और मीडिया आउटलेट्स की शक्ति का उपयोग करके, हम सार्वजनिक बातचीत में उनकी प्रमुखता बढ़ा सकते हैं। सार्वजनिक सेवा घोषणाएँ, वृत्तचित्र, और मीडिया अभियान सभी सफलतापूर्वक नागरिक कर्तव्य के बारे में दर्शकों तक बात फैला सकते हैं।
- **मौलिक कर्तव्यों के पालन को प्रोत्साहित करना** : सकारात्मक सुदृढीकरण उन लोगों और संगठनों को पुरस्कृत करके प्राप्त किया जा सकता है जो सक्रिय रूप से अपने मौलिक कर्तव्यों को मनोयोग के साथ निभाते हैं। नागरिकों को पुरस्कारों, प्रशंसाओं और प्रोत्साहनों द्वारा सामाजिक कल्याण, पर्यावरण संरक्षण और नैतिक व्यवहार का समर्थन करने वाली गतिविधियों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया जा सकता है।
- **कानूनी तंत्र को मजबूत करना** : भले ही मौलिक कर्तव्यों के लिए कोई कानूनी ढांचा नहीं है, लेकिन मजबूत कानूनी तरीकों के माध्यम से अनुपालन लागू करने से गैर-अनुपालन को हतोत्साहित किया जा सकता है। इसमें ऐसे प्रावधान शामिल हो सकते हैं जो मौलिक कर्तव्यों का उल्लंघन करने के दोषी पाए गए लोगों या संगठनों को दंडित करते हैं, खासकर जहाँ हिंसा, बर्बरता या पर्यावरणीय विनाश हुआ हो।
- **नेतृत्व और अनुकरणीय व्यवहार** : सार्वजनिक हस्तियों, राजनीतिक हस्तियों और रोल मॉडल में मौलिक कर्तव्यों को बनाए रखने के महत्व को उजागर करने वाले तरीकों से कार्य करके दूसरों के लिए एक अनुकरणीय उदाहरण प्रदान करने की क्षमता होती है। नेताओं के पास एक उदाहरण स्थापित करके नागरिकों को अखंडता, करुणा और सार्वजनिक सेवा के प्रति प्रतिबद्धता बनाए रखने के लिए प्रेरित करने की शक्ति है।
- **संस्थागत सुधार और क्षमता निर्माण** : नागरिक चेतना और शिक्षा को आगे बढ़ाने के प्रभारी संगठनों की क्षमता को मजबूत करना महत्वपूर्ण है। मौलिक कर्तव्यों के बारे में सफलतापूर्वक जागरूकता फैलाने और उनके जमीनी स्तर पर कार्यान्वयन को सक्षम करने के लिए शिक्षकों, लोक सेवकों और सामुदायिक नेताओं के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रमों में निवेश करना आवश्यक हो सकता है। मौलिक कर्तव्यों के पालन को बढ़ावा देने के लिए सरकार, नागरिक समाज, मीडिया, शैक्षणिक संस्थानों और आम जनता के समन्वित प्रयास की आवश्यकता है। भारत सार्वजनिक जागरूकता बढ़ाकर, सार्वजनिक

सहभागिता को प्रोत्साहित करके और संस्थागत तंत्र को मजबूत करके मौलिक कर्तव्यों की मान्यता और पूर्ति के बीच अंतर को मिटा सकता है। इससे देश को समृद्धि, सद्भाव और समावेशी विकास के अपने साझा उद्देश्यों के करीब पहुंचने में मदद मिलेगी।

अधिकार बनाम कर्तव्य की दृष्टि पर काबू पाना

एक संतुलित और खुशहाल समाज को बढ़ावा देने के लिए जहां व्यक्ति देश के प्रति अपनी जिम्मेदारियों को पूरा करते हुए अपने अधिकारों की रक्षा करते हैं, अधिकारों और कर्तव्यों के बीच कथित संघर्ष को हल करने की आवश्यकता होती है। जबकि मौलिक कर्तव्य नागरिक सहभागिता और समुदाय के कल्याण पर जोर देते हैं, मौलिक अधिकार व्यक्ति की स्वतंत्रता और अधिकारों की गारंटी देते हैं। इस बाधा से पार पाने के लिए यहां कुछ तरीके दिए गए हैं :

- **अधिकारों और जिम्मेदारियों की संस्कृति को बढ़ावा देना :** इस बात पर जोर देना आवश्यक है कि अधिकार और दायित्व कैसे परस्पर जुड़े हुए हैं। लोगों को उन तरीकों के बारे में जागरूक किया जाना चाहिए जिनसे अपने अधिकारों का जिम्मेदार उपयोग सामाजिक कल्याण को आगे बढ़ाता है। लोग ऐसी संस्कृति विकसित करके राष्ट्र निर्माण में अपनी भूमिका की बेहतर समझ प्राप्त कर सकते हैं जो अधिकारों और कर्तव्यों दोनों को महत्व देती है।
- **नागरिक शिक्षा को बढ़ाना :** नागरिक शिक्षा को शामिल करने वाले सार्वजनिक जागरूकता अभियान और स्कूल पाठ्यक्रम, दायित्वों और अधिकारों दोनों के महत्व के बारे में लोगों की समझ बढ़ाने में सहायता कर सकते हैं। शिक्षा को अधिकारों और जिम्मेदारियों के बीच मौजूद पारस्परिक रूप से लाभकारी संबंधों पर जोर देना चाहिए। दायित्वों को पूरा करने से अधिकारों के उपयोग में भी मदद मिलती है।
- **सार्वजनिक प्रवचन और मीडिया संदेश :** जनता की राय को मीडिया द्वारा महत्वपूर्ण रूप से आकार दिया जाता है। इस विचार को कि कर्तव्यों और अधिकारों के बीच टकराव है, निष्पक्ष बातचीत को बढ़ावा देकर दूर किया जा सकता है। मीडिया आउटलेट उन लोगों की कहानियां बता सकते हैं, जो अपने अधिकारों को बरकरार रखते हुए और अपनी जिम्मेदारियों को निभाते हुए जिम्मेदार नागरिकता का प्रतिनिधित्व करते हैं।
- **नीति एकीकरण :** ऐसी नीतियां जो अधिकारों और दायित्वों दोनों का समर्थन करती हैं, उन्हें सरकारों द्वारा एकीकृत किया जा सकता है। उदाहरण के लिए, पर्यावरणीय प्रबंधन या सामुदायिक सेवा को बढ़ावा देने वाली पहलों को विशेष अधिकारों के उपयोग से जोड़ा जा सकता है। इस एकीकरण के माध्यम से नागरिक अपने अधिकारों को बनाए रखने और अपने कर्तव्यों को निभाने के वास्तविक दुनिया के प्रभावों को बेहतर ढंग से समझने में सक्षम होंगे।
- **उदाहरण के द्वारा नेतृत्व :** संस्थानों, सार्वजनिक हस्तियों और राजनीतिक नेताओं को लोगों के अधिकारों को बनाए रखते हुए अपनी जिम्मेदारियों को निभाने में दूसरों के लिए एक उदाहरण स्थापित करना चाहिए। नागरिकों को ऐसे नेताओं द्वारा समान कार्य करने के लिए प्रेरित किया जा सकता है जो ईमानदारी, जिम्मेदारी और समाज की भलाई के प्रति समर्पण प्रदर्शित करते हैं।
- **कानूनी और संस्थागत ढाँचे :** दायित्वों और अधिकारों को बनाए रखने के लिए संस्थागत और कानूनी ढाँचे को सुदृढ़ करना महत्वपूर्ण है। मौलिक अधिकारों के हनन को अदालत में चुनौती दी जा सकती है, दायित्वों के पालन को प्रोत्साहित करने के लिए भी नीतियां होनी चाहिए। सार्वजनिक शिक्षा प्रयास, सामुदायिक भागीदारी कार्यक्रम और गैर-अनुपालन के कानूनी नतीजे सभी इसका हिस्सा हो सकते हैं।

- **नागरिक समाज की भागीदारी :** नागरिक भागीदारी और सामाजिक जिम्मेदारी को प्रोत्साहित करने के लिए नागरिक समाज समूह आवश्यक है। नागरिक समाज सार्वजनिक मंचों, वकालत अभियानों और सामुदायिक सेवा पहलों की योजना बनाकर निवासियों को अपने अधिकारों के लिए लड़ते हुए अपनी जिम्मेदारियों को निभाने में सक्रिय रूप से भाग लेने के लिए प्रेरित कर सकता है।
- **सामाजिक सामंजस्य पर जोर देना :** सामाजिक शांति और सामंजस्य को बनाए रखने में अधिकारों और दायित्वों की भूमिका को स्वीकार करना महत्वपूर्ण है। जब लोग एक-दूसरे और समाज के प्रति अपने दायित्वों के प्रति जागरूक होते हैं तो वे एक-दूसरे के अधिकारों का सम्मान करने और एक समावेशी और एकजुट समुदाय का समर्थन करने के लिए अधिक इच्छुक होते हैं। अधिकारों और दायित्वों के बीच संघर्ष के विचार को दूर करने के लिए एक व्यापक रणनीति की आवश्यकता है जिसमें नेतृत्व, सार्वजनिक भागीदारी, कानून, शिक्षा और अन्य कारक शामिल हों। समाज अधिकारों और कर्तव्यों दोनों को महत्व देने वाली संस्कृति विकसित करके सभी नागरिकों की समृद्धि और कल्याण की गारंटी देते हुए लोकतंत्र और सामाजिक न्याय के मूल्यों की रक्षा कर सकते हैं।

निष्कर्ष

भारत में, जिम्मेदार नागरिकता, सामाजिक सद्भाव और देश की उन्नति को बढ़ावा देने के लिए मौलिक कर्तव्यों का पालन करना आवश्यक है। भले ही वे मौलिक अधिकारों के समान ही संविधान का हिस्सा हैं, मौलिक कर्तव्य अपने समकक्षों की तरह प्रसिद्ध या समर्थित नहीं हैं। उनके महत्व पर जोर नहीं दिया जा रहा परन्तु राष्ट्र के मौलिक कर्तव्य एक नैतिक दिशा-निर्देश के रूप में कार्य करते हैं, जो नागरिकों को समग्र रूप से लोगों के कल्याण और उन्नति में रचनात्मक योगदान के लिए निर्देशित करते हैं। वे अधिकारों और दायित्वों के बीच संबंध पर प्रकाश डालते हैं, इस बात पर जोर देते हैं कि दायित्वों का प्रदर्शन अधिकारों के आनंद के साथ-साथ चलना चाहिए। हमने राष्ट्र-निर्माण में मौलिक दायित्वों के महत्व के विभिन्न पहलुओं का पता लगाया है, उनका पालन न करने के कारणों पर गौर किया है, और इस जांच के दौरान अधिकारों और दायित्वों के बीच अंतर को कम करने के लिए समाधान प्रस्तुत किए हैं। मौलिक कर्तव्यों के पालन को प्रोत्साहित करने के कई तरीके हैं, जिनमें नागरिक शिक्षा और जागरूकता बढ़ाने से लेकर उदाहरण के तौर पर सामाजिक जिम्मेदारी और नेतृत्व की संस्कृति स्थापित करना शामिल है।

मौलिक कर्तव्यों के महत्व को पहचानना और उन्हें पूरा करने में सहयोग करना व्यक्तियों, संस्थानों, नागरिक समाज और नीति निर्माताओं के लिए आवश्यक है। देश और अपने साथी नागरिकों के प्रति अपने कर्तव्यों को स्वीकार करके लोग एक शांतिपूर्ण, विविध और समृद्ध समाज के निर्माण में मदद करते हैं। सीधे शब्दों में कहें तो मौलिक कर्तव्यों की पूरी क्षमता का एहसास एक टीम प्रयास और देश के विकास में हकदारी से जवाबदेही की ओर, दर्शकों से सक्रिय खिलाड़ियों की ओर मानसिक बदलाव की आवश्यकता है। मौलिक कर्तव्यों का सम्मान अभी भी आवश्यक है क्योंकि भारत संविधान में लिखे गए न्याय, स्वतंत्रता, समानता और भाईचारे के सिद्धांतों को संरक्षित करने और भावी पीढ़ियों के लिए बेहतर भविष्य बनाने के लिए अपने लोकतांत्रिक और विकासात्मक पथ पर आगे बढ़ रहा है।



जीवन कर्ज और अकेलेपन से ग्रस्त



राजन बाई*

आज अधिकांश लोगों का जीवन कर्ज और अकेलेपन की दुविधा में गुजर रहा है। जहां पहले टीवी ने लोगों को एक दूसरे से दूर करने में भूमिका निभाई थी वहीं अब मोबाइल ने रही सही कसर को पूरा कर दिया है। अब तो एक ही कमरे में बैठे लोग अपने-अपने मोबाइल में व्यस्त दिखाई देते हैं। ऐसा नहीं है कि जीवन में विज्ञान की उपयोगिता नहीं है। उपयोगिता है, किन्तु किसी भी वस्तु की अत्यधिक उपयोग उचित नहीं होती, इस तथ्य से भी इंकार नहीं किया जा सकता। दैनिक जीवन में बहुत अधिक बोलना, बहुत कम बोलना और बहुत अधिक खाना, बहुत कम खाना दोनों ही स्थितियां सामान्य जीवन के लिए उपयुक्त नहीं हैं। जीवन में संतुलन का होना आवश्यक होता है। विज्ञान की अत्यधिक उपयोगिता और सुविधा ने मानव जीवन को अकेलेपन से भर दिया है। उसे अब एक दूसरे की आवश्यकता नहीं रही। इसलिए यह कहना गलत नहीं होगा कि

पहले कमरा एक होता था बच्चे चार,
घर में होता था बहुत मर्यादा और प्यार।
अब बच्चा एक और कमरे चार,
न मर्यादा न प्यार।

पहले बच्चे माता-पिता की परेशानी को समझते थे और सहयोग करते थे। अब बच्चे माता-पिता को परेशानी में डालते हैं और सहयोग मांगते हैं। परिस्थितियों के इस बदलाव को क्या कहें प्यार या स्वार्थ? यह सोचनीय विषय है।

आज बच्चा गमले में उगे हुए पौधे के समान हो गया है, वह पेड़ नहीं बन पाया है। आज के युवा का दिमाग भले ही विकसित हो रहा है, किन्तु हृदय का हास हो रहा है। जबकि स्वस्थ शरीर के लिए दोनों का संतुलित होना आवश्यक होता है। इस भ्रूंडलीकरण और अर्थतंत्र के यांत्रिक युग में आज का युवा यंत्रों का निर्माण करते-करते स्वयं यंत्र बनता जा रहा है। उसके अपने भी यंत्रों में ही समाहित है। वह दौड़ रहा है, लेकिन जी नहीं पा रहा है। पाश्चात्यकरण की सुविधाओं की प्राप्ति की अंधी दौड़ में उसे कर्ज लेने में भी किसी प्रकार का संकोच नहीं। अपनी संस्कृति और नैतिक मूल्यों की आहुति देने में भी उसे कोई आपत्ति नहीं होती। वह नैतिक मूल्यहीनता से परिपूर्ण हो रहा है।

माता-पिता की सम्पत्ति पर यदि उसे अधिकार चाहिए तो उसे माता-पिता के प्रति अपने नैतिक कर्तव्यों का पालन भी करना चाहिए। उसे यह समझना चाहिए कि उनके पालन-पोषण में वे कब जवानी से वे बुढ़ापे में पहुंच गए। इसलिए युवाओं को चाहिए कि वह अपना दायित्व समझते हुए, उन्हें सहयोग दें और उनकी भावनाओं का मान-सम्मान रखें।

* सहायक प्रोफेसर
दिल्ली विश्वविद्यालय

समाज में पहले संयुक्त परिवार थे तो खुशियां थी, अब एकांकी परिवार आ गए तो खुशियां भी एकाकी हो गई हैं। जीवन में अकेलापन इतना अधिक हो गया है कि पति-पत्नी दोनों एक ही कमरे में रहते हुए भी अकेलापन महसूस करते हैं। अब सुख हो या दुःख व्यक्ति को अकेले ही झेलना पड़ता है। अधिक धन और अधिक स्वतंत्रता उच्छृंखलता को जन्म देती है। जीवन का यही अकेलापन और कर्ज जानलेवा सिद्ध हो जाता है, इसलिए मेरा युवावर्ग से आग्रह है कि यदि वह जीवन के अकेलेपन और नैतिक कर्ज से मुक्ति चाहते हैं तो माता-पिता की खुशियां का मान-सम्मान करें

कभी डरते थे बच्चे अकेले में,
अब डरते हैं माता-पिता अकेले में।
कभी माता-पिता धामते उंगली बच्चे की,
अब धामें बच्चे, उंगली माता-पिता की।

मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है, वह सामाजिक नैतिकता को निभा कर ही अपने जीवन को खुशहाल बना सकता है।

पहले अभाव में खुशियां थी,
अब खुशियों का अभाव है।

□□□

मध्यम वर्गीय प्रेम



निधि सीकरी*

मिडिल क्लास पति पत्नी से प्यार जाहिर करने के लिए उसे विवाह की प्रथम वर्षगांठ पर गोवा या मालदीव्स नहीं ले जा सकता। सिर्फ पैसे की किल्लत ही नहीं, परिवार की झिझक और संस्कार भी तो होते हैं ना वो रात में घर में जब सब सो जाते हैं तब ऑफिस वाले लैपटॉप बैग से चाँदी की एक जोड़ी पायल, इमदजमस्र का आर्टिफिशियल सेट और एक डेरी मिल्क चॉकलेटधीरे से निकाल कर पत्नी को देता है और उसके माथे पर पसीने से फैल चुके सिंदूर को उँगलियों से पोछते हुए खुद से वादा करता है कि अगली गर्मी से पहले वो उसी खरीद लाएगा और शर्ट की जेब टटोल कर 5000 रुपये हाथ में देते हुए कहता है, घर जाओगी न तो मम्मी और भाभी के लिए कुछ खरीद लेना, क्या पता तब हाथ में पैसे रहे न रहे।

हर कोई चाहता है प्यार में ताजमहल बनाना परंतु जीवन का सच है दो टाइम की रोटी का जुगाड़ लगाना जिंदगी तब बहुत आसान हो जाती है, जब साथी परखने वाला नहीं....! बल्कि समझने वाला साथ हो...!!

□□□

* वरिष्ठ सहायक, केशव महाविद्यालय

विश्वास



पुनीत कुमार*



सुरेन्द्र तिवारी**

विश्वास एक ऐसा तत्व है जो हर युग, हर समाज और हर धर्म की नींव में गहराई से जुड़ा हुआ है। भारतीय पौराणिक कथाओं में विश्वास के महत्व को समझने के लिए हमें न केवल भगवद्गीता, रामायण और महाभारत जैसे ग्रंथों की कहानियों का अध्ययन करना चाहिए, बल्कि यह भी देखना चाहिए कि कैसे विश्वास ने उन महान चरित्रों और घटनाओं को आकार दिया, जिन्होंने हमारे समाज के आदर्शों को निर्धारित किया।

विश्वास का महत्व : भगवद्गीता से प्रेरणा

भगवद्गीता में भगवान् श्रीकृष्ण ने अर्जुन को उपदेश देते हुए कहते हैं कि-

*श्रद्धावान्मभते ज्ञानं तत्परः संयतेन्द्रियः।
ज्ञानं लब्ध्वा परं शान्तिमचिरेणाधिगच्छति॥*

(भगवद्गीता 4.39)

इस श्लोक का अर्थ है कि श्रद्धावान् और इंद्रियों को संयम में रखने वाला व्यक्ति ही ज्ञान प्राप्त करता है, और जब ज्ञान प्राप्त होता है तो वह शीघ्र ही परम शांति को प्राप्त कर लेता है। यह श्लोक स्पष्ट करता है कि विश्वास (श्रद्धा) केवल बाहरी अनुष्ठानों तक सीमित नहीं है, बल्कि यह आत्मज्ञान और आंतरिक शांति की कुंजी है। अर्जुन के प्रति श्रीकृष्ण का विश्वास ही उन्हें इस महान उपदेश को देने के लिए प्रेरित करता है, जो आज भी मानवता को दिशा दिखाता है।

सतयुग से कलियुग तक : विश्वास का सफर

प्रत्येक युग में विश्वास की महत्ता और उसका मान्यता अलग-अलग थे, और इसका मूल अधिकार धार्मिक और सामाजिक परिप्रेक्ष्य से निर्धारित होता था। निम्नलिखित कुछ उदाहरण बताते हैं कि प्रत्येक युग में विश्वास की मान्यता और महत्व में कैसे परिवर्तन हुआ-

* एसोसिएट प्रोफेसर
इंस्टीच्यूट ऑफ टेक्नॉलोजी एंड साइंस (आई.टी.एस.), मोहन नगर

** एसोसिएट प्रोफेसर
इंस्टीच्यूट ऑफ टेक्नॉलोजी एंड साइंस (आई.टी.एस.), मोहन नगर

सतयुग : सत्य और विश्वास का युग

सतयुग : सतयुग में विश्वास को अत्यंत महत्व दिया जाता था। लोग एक दूसरे में पूरी श्रद्धा और विश्वास रखते थे। वे धार्मिकता, सच्चाई और साधना में विश्वास करते थे।

सतयुग को सत्य और धार्मिकता का युग माना जाता है। इस युग में विश्वास का अर्थ था, सच्चाई, ईमानदारी और समर्पण। देवता और मानव एकदूसरे के प्रति पूर्ण विश्वास रखते थे, और यह विश्वास ही उन्हें सच्चाई और धर्म के मार्ग पर स्थिर बनाए रखता था। प्रह्लाद का अपने पिता हिरण्यकशिपु के अत्याचारों के बावजूद भगवान विष्णु में अडिग विश्वास, सतयुग की इस मान्यता का जीवंत उदाहरण है। भगवान् ने प्रह्लाद की श्रद्धा और विश्वास के सम्मान में नरसिंह रूप में प्रकट होकर हिरण्यकशिपु का वध किया।

त्रेतायुग : रामायण में विश्वास की धारा

त्रेतायुग में भी विश्वास का महत्व था, लेकिन इसमें धर्म और यज्ञ की प्रमुखता थी। राजा और राजकुमारों के बीच विश्वास एक महत्वपूर्ण सामाजिक और राजनीतिक मानदंड था। त्रेतायुग में रामायण के पात्रों के बीच विश्वास का संबंध अद्वितीय था। राम और सीता का प्रेम और एकदूसरे पर अडिग विश्वास इस युग का प्रतीक है। जब राम वनवास के लिए गए, तो सीता ने बिना किसी संदेह के उनके साथ जाने का निर्णय लिया। यह उनका विश्वास था जो उन्हें राम के साथ कठिनाइयों को सहने के लिए प्रेरित करता था। सीता का राम के प्रति अटूट विश्वास उन्हें हर कठिनाई में स्थिर बनाए रखता है। जब रावण ने सीता का अपहरण किया, तो उन्होंने राम के प्रति अपने विश्वास को कभी नहीं डगमगाने दिया।



राम, सीता और लक्ष्मण वन की ओर
रेखाचित्र : प्रियांशी



राम और सीता
चित्र : चारु महाजन

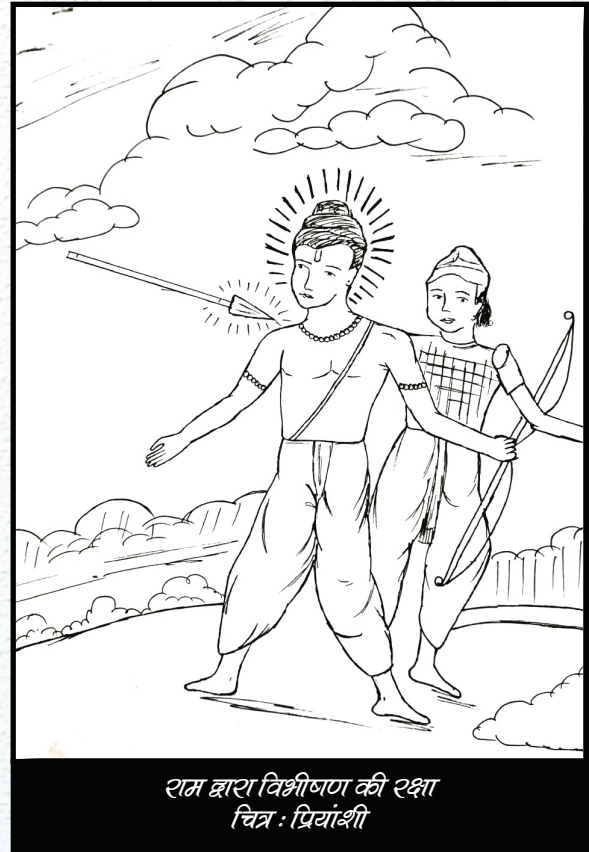


दुर्योधन और कर्ण
रेखाचित्र : जैरामन

हनुमान का भगवान राम के प्रति अडिग विश्वास और उनकी सेवा में संपूर्ण समर्पण उन्हें अद्वितीय शक्ति और साहस प्रदान करता है। हनुमान ने सीता को ढूँढने और राम का संदेश पहुंचाने के लिए अपनी पूरी शक्ति का उपयोग किया। यह उनका राम पर अडिग विश्वास था, जिसने उन्हें लंका में प्रवेश करने और सीता माता को खोजने के असंभव कार्य को पूरा करने में मदद की।



राम और लक्ष्मण की हनुमान जी से भेंट
चित्र : सुनिधि गुप्ता



राम द्वारा विभीषण की रक्षा
चित्र : प्रियांशी

राम और लक्ष्मण के बीच एक अद्वितीय बंधुत्व था जिसमें विश्वास, स्नेह और समर्थन की गहरी भावना थी। लक्ष्मण ने राम के प्रति न केवल अपनी निष्ठा दिखाई, बल्कि अपने प्राणों की आहुति देने तक का संकल्प लिया। राम का लक्ष्मण पर अटूट विश्वास उन्हें हर कठिन परिस्थिति में साथ बनाए रखता है। यही विश्वास रामायण के अन्य पात्रों के बीच भी दिखाई देता है, जैसे कि भरत की राम के प्रति निष्ठा, जिन्होंने राम के लिए अयोध्या का सिंहासन त्याग दिया।

राम का भी अपने अनुचरों पर विश्वास अद्वितीय था। जब विभीषण ने रावण को छोड़कर राम का साथ देने का निर्णय लिया, तो राम ने बिना किसी संदेह के उन्हें अपनाया। यह राम का विश्वास ही था, जिसने विभीषण को लंका का राजा बनने का अवसर प्रदान किया और उन्हें सम्मानित किया।

द्वापरयुग : महाभारत में विश्वास और अविश्वास का संघर्ष

द्वापरयुग में विश्वास की मान्यता कम होती गई, और धर्म-अधर्म के संघर्ष के कारण लोगों के बीच आपसी विश्वास घटने लगा। अधर्म की प्रबलता से लोगों में अनुशासन और निष्ठा कम होने लगी।

द्वापरयुग में महाभारत की कहानियों में विश्वास और अविश्वास का गहरा संघर्ष देखने को मिलता है। पांडवों और कौरवों के बीच यह महायुद्ध केवल भूमि और अधिकारों का संघर्ष नहीं था, बल्कि यह विश्वास और धर्म के सिद्धांतों की भी परीक्षा थी।

युधिष्ठिर, जिन्हें धर्मराज कहा जाता था, ने हमेशा सत्य और धर्म के मार्ग पर चलने का संकल्प लिया। उनका धर्म और सत्य के प्रति अडिग विश्वास ही उन्हें महाभारत के कठिन संघर्षों में स्थिर बनाए रखता है।



यक्ष और युधिष्ठिर
चित्र : सोनाली कुमारी



धृतराष्ट्र और दुर्योधन
चित्र : मान्या

दूसरी ओर, कर्ण का दुर्योधन के प्रति निष्ठा और विश्वास भी एक महत्वपूर्ण उदाहरण है। कर्ण का विश्वास, उसकी मित्रता और निष्ठा की परीक्षा महाभारत के केंद्र में है। कर्ण ने अपने मित्र दुर्योधन के साथ अपने संबंधों को हमेशा प्राथमिकता दी, भले ही इसके लिए उन्हें अपने स्वयं के परिवार और धर्म का त्याग करना पड़ा।

धृतराष्ट्र का अविश्वास और अपने पुत्र दुर्योधन के प्रति मोह उन्हें अपने कर्तव्यों से विमुख कर देता है। यह उनका अविश्वास और अधर्म का समर्थन ही था, जिसने पूरे कौरव परिवार को विनाश की ओर धकेल दिया।

कृष्ण का अर्जुन के प्रति विश्वास और अर्जुन का कृष्ण के प्रति समर्पण, महाभारत की कथा का महत्वपूर्ण अंग है। कृष्ण ने अर्जुन को न केवल धर्म और कर्म के सिद्धांतों को समझाया, बल्कि उसे जीवन के हर मोड़ पर सही मार्गदर्शन भी प्रदान किया। अर्जुन का कृष्ण के प्रति अटूट विश्वास ही उसे युद्ध के मैदान में अपने कर्तव्यों का पालन करने के लिए प्रेरित करता है।

कलियुग : विश्वास का संकट

कलियुग में विश्वास की मान्यता एवं महत्व और भी कम हो गया है। यह युग अधर्म, अनियमितता और असंतोष का युग है, जिसके कारण लोगों के बीच विश्वास की कमी आई है। अधर्म, अनियमितता और असंतोष इस युग की विशेषताएँ बन गई हैं। समाज में अविश्वास का बढ़ता प्रभाव, न केवल व्यक्तिगत रिश्तों में, बल्कि सामाजिक और व्यावसायिक संबंधों में भी देखा जा सकता है। आज के समय में, विश्वास का संकट मानवता के सामने एक बड़ी चुनौती बन गया है।



कृष्ण द्वारा गीता का ज्ञान
चित्र : सुनिधि गुप्ता

कई बार लोग धोखाधड़ी और बेईमानी का शिकार हो जाते हैं, जिससे उनके बीच विश्वास की कमी उत्पन्न हो जाती है। कलियुग के इस दौर में, जब समाज में नैतिकता और धर्म का अभाव है, हमें विश्वास को पुनः स्थापित करने के लिए प्रयास करने

की आवश्यकता है। जैसे प्राचीन युगों में विश्वास ने समाज को स्थायित्व और शांति प्रदान की, वैसे ही आज भी विश्वास का पुनः स्थापन समाज को नई दिशा और ऊर्जा प्रदान कर सकता है।

इन युगों के अनुसार, विश्वास की प्रतिष्ठा और मान्यता में परिवर्तन हुआ है, जो समाज और धार्मिकता के विकास के साथ हुआ है। इसके बावजूद, प्रत्येक युग में विश्वास एक महत्वपूर्ण आधार रहा है, जो समाज को समृद्ध और संतुलित रखने में मदद करता है।

आधुनिक समाज में विश्वास की भूमिका

आज के समय में, जब समाज में अविश्वास और नैतिकता का अभाव बढ़ता जा रहा है, विश्वास का महत्व और भी बढ़ गया है। विश्वास न केवल व्यक्तिगत संबंधों को मजबूत बनाता है, बल्कि यह समाज में समरसता और सहयोग की भावना को भी बढ़ावा देता है।

विश्वास एक ऐसा मूल्य है जो हर संबंध की नींव होती है। यह उस अंतर्निहित बंधन की प्राकृतिकता को दर्शाता है जिससे हमारी समाजिक, आर्थिक, और व्यक्तिगत जीवन की बुनियाद बनती है। विश्वास के बिना हर रिश्ता अधूरा हो जाता है। यह उस प्रेम की भावना को जीवंत रखता है जो हमें दूसरों में भरोसा करने पर प्रोत्साहित करती है। परिवार में विश्वास एक माँ की गोद जैसा होता है जो हर सदस्य को सुरक्षा और प्राथमिकता देता है। यह विश्वास ही है जो परिवार के सदस्यों को एकजुट रखता है और उन्हें कठिनाइयों का सामना करने में सक्षम बनाता है।

व्यवसाय में विश्वास नैतिकता का प्रमुख स्तंभ है। यह विश्वास ही है जो व्यावसायिक संबंधों को निष्ठावान और स्थिर बनाए रखता है। बिना विश्वास के व्यापार में पारदर्शिता और निष्ठा की कमी हो सकती है, जिससे आर्थिक प्रणाली पर नकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है।

विश्वास को पुनः स्थापित करने की आवश्यकता

आज के समाज में विश्वास की कमी एक महत्वपूर्ण समस्या बन गई है। लोगों के बीच कमजोर विश्वास ने न केवल व्यक्तिगत रिश्तों को अस्थिर किया है, बल्कि समाज के संरचनात्मक विकास को भी प्रतिबंधित कर दिया है। इस दृष्टिकोण से हमें समाज में विश्वास को पुनः स्थापित करने के लिए प्रयास करने की आवश्यकता है।

विश्वास को बढ़ावा देने के लिए हमें पहले खुद पर भी विश्वास करना सीखना होगा। जब हम खुद में विश्वास रखेंगे तभी हम दूसरों में विश्वास कर सकेंगे। संवाद, समझौता, और सहानुभूति विश्वास के महत्वपूर्ण अंग हैं। हमें दूसरों के दृष्टिकोण और भावनाओं को समझने का प्रयास करना चाहिए ताकि हम उनके साथ एक बुनियादी संबंध को समझ पाएं।

समाज में विश्वास को बढ़ावा देने के लिए हमें न्याय, समरसता, और समय-समय पर प्रतिक्रिया करने की आवश्यकता होती है। एक सशक्त और स्थिर समाज के लिए विश्वास को सभी परिस्थितियों में बनाए रखना आवश्यक है।

निष्कर्ष

विश्वास समाज के लिए एक मूल्यवान धरोहर है, जो हमें सभी संबंधों में सुरक्षित और प्रतिस्थापित रखता है। हमारे जीवन में विश्वास ही वह निर्धारण है जो हमें उत्कृष्टता की दिशा में अग्रसर करता है और हमारे रिश्तों को मजबूत बनाता है। चाहे वह रामायण के पात्र हों, महाभारत के योद्धा हों, या हमारे आधुनिक समाज के नागरिक, विश्वास का महत्व सदा अडिग और अमूल्य रहेगा।

विश्वास के बिना जीवन एक रंजित की तरह हो सकता है, जहाँ हर कदम पर संदेह और असुरक्षा का सामना करना पड़ता है। लेकिन जब हम विश्वास की शक्ति को पहचानते हैं, तो यह हमें न केवल व्यक्तिगत शांति और स्थायित्व प्रदान करता है, बल्कि समाज में भी समरसता और सहयोग की भावना को पुनर्जीवित करता है। इसलिए, हमें अपने जीवन और समाज में विश्वास को प्राथमिकता देनी चाहिए, ताकि हम एक अधिक न्यायपूर्ण, स्थिर, और समृद्ध समाज का निर्माण कर सकें।

जिंदगी उम्मीद पे जिंदा है

मेजर गुरदीप सिंह सामरा

जिंदगी श्री एक पलों का सिलसिला है
आने वाला पल उम्मीद ही है

वरना एक पल में जलजला आ सकता है
तुम्हारे सारे मंसूबों को ढहा सकता है

रात को सोते हैं इस उम्मीद से कि फिर सुबह होगी
कौन जाने आज की रात कितनों के लिए आखिरी होगी
पर उम्मीद रख, आखिर दर्द की भी इंतहा होगी

उम्मीद पे जीने वाले ही जिया करते हैं
ना-उम्मीद भला क्या खाक जिया करते हैं

जिंदगी नाकाम ही तो है, नाउम्मीद तो नहीं
लंबी है गम की शाम मगर शाम ही तो है

इतना भी जालिम नहीं है ख
उस पे अटूट भरोसा रख

वो तुम्हें रास्ता दिखायेगा
इस उम्मीद पे जीवन का सफर कट जायेगा



ICC Maitreyi College

Bapu Dham Complex, Chanakaya Puri, New Delhi-110021
Contact No. : 9818015570 | e-mail : pbagla@maitreyi.du.ac.in

Magazine Designed by : Mr. Santosh Kumar, 9810247681

