

अगर आप स्ट्रेस को नहीं झेल सकते तो सफलता भी नहीं संभाल पाओगे।

- अज्ञात

सांकेतिक छूटों तक ही सिमटी

ज्यादातर लोगों ने छूट मिल जाने के बावजूद जब तक बहुत जरूरी न हो, घर से निकलने की इच्छा को दबाए रखने में ही अपनी भलाई समझी है, लेकिन मजबूरी में या घर की कैद से ऊब कर बाहर निकले कई लोगों से सावधानी बरतने में भारी चूक हुई है।

कोमल।

आज से देश लॉकडाउन के नए फेज में प्रवेश कर रहा है जिसे अनलॉक 2.0 कहा गया है। लॉकडाउन के चलते घरों में बंद लोगों को यह उम्मीद रही होगी कि अनलॉक 1.0 में जितनी छूटें उन्हें मिली थीं, उतनी ही और छूटें इस दूसरे अनलॉक में भी मिलेंगी और कुल मिलाकर बंदिशें इतनी कम हों जाएंगी कि कुछ सावधानियों के साथ वे सामान्य जीवन का आनंद ले पाएंगे। लेकिन ब्यौरे आए तो बात नाइट कर्फ्यू की अवधि में दो घंटे की कमी और दुकानों के अंदर पांच से ज्यादा लोगों के प्रवेश जैसी सांकेतिक छूटों तक ही सिमट कर रह गई।

स्कूल-कॉलेज खुलने की तो वैसी कोई छटपटाहट भी नहीं थी, लेकिन मॉल, मेट्रो और जिम का अगले आदेश तक बंद

रहना बहुतों को बड़ी तकलीफ देगा। असल में अनलॉक 1.0 में मिली छूटों के बाद कई क्षेत्रों में जैसी लापरवाही देखने में आई, उसे देखते हुए अभी और ज्यादा छूट देना घातक हो सकता था। हालांकि ज्यादातर लोगों ने छूट मिल जाने के बावजूद जब तक बहुत जरूरी न हो, घर से निकलने की इच्छा को दबाए रखने में ही अपनी भलाई समझी है, लेकिन मजबूरी में या घर की कैद से ऊब कर बाहर निकले कई लोगों से सावधानी बरतने में भारी चूक हुई है।

इससे यह आशंका बनी हुई है कि अगर सामान्य जनजीवन पर लगी बंदिशें कम की जाएं तो कोरोना के बेकाबू होकर घर-घर पहुंच जाने का खतरा बढ़ जाएगा। बीमारी के वास्तविक प्रसार की बात करें तो हालात पहले से ज्यादा चुनौतीपूर्ण हुए

हैं। संक्रमण की उच्चतर अवस्था में पहुंचे लोगों की जान बचाने के जीतोड़ प्रयास जारी हैं और इसमें कामयाबी भी मिल रही है। इसके बावजूद रोजाना लगभग चार सौ लोगों की मौत दिल दहला देने वाली है। बिना किसी अचूक दवा के तीन स्तरों पर बीमारी से लड़ाई चल रही है। जो मामले ज्यादा गंभीर नहीं होते उनमें पैरासीटामॉल देकर बुखार नियंत्रित रखते हैं और विटामिन सी के जरिये शरीर की इम्यूनिटी बढ़ाने का इंतजाम करते हैं। जो मामले गंभीर हो जाते हैं उनमें रेमडेसिविर देकर शरीर में वायरस की ग्रोथ धीमी करने और स्टेरॉयड डेक्सामेथासोन के जरिए फेफड़ों को कामकाजी हालत में रखने की रणनीति अपनाई जाती है। इतनी मोहलत मिलने पर भी जिन लोगों के शरीर में पर्याप्त एंटीबॉडीज नहीं बनती,

उनमें प्लाज्मा थेरपी का इस्तेमाल किया जा रहा है, जिसकी सफलता का एक बेहतरीन उदाहरण दिल्ली के स्वास्थ्य मंत्री सत्येंद्र जैन हैं।

हालांकि इन तीनों स्तरों पर जारी लड़ाई की अपनी सीमाएं हैं। सबके साथ बहुत सारे किंतु-परंतु भी जुड़े हैं। कुल मिलाकर सर्वश्रेष्ठ इस्तेमाल की स्थिति में भी ये कोरोना से युद्ध को कम से कम नुकसान के साथ अधिक से अधिक लंबा खींचने के उपाय ही हैं। निर्णायक जीत का दावा इनमें से किसी के भी साथ नहीं जुड़ा है। ऐसे में समाज की जागरूकता और हर किसी की सतर्कता ही हमें वायरस से बचा सकती है।

दूसरे शब्दों में कहें तो लॉकडाउन से जुड़ी बंदिशों से छुटकारा जल्दी नहीं मिलने वाला।

बौद्ध संप्रदाय

अशोक बोहरा।

नए अर्थ को विकसित करने में वे दो तरह के उद्देश्यों से प्रेरित थे। सबसे पहले, आधुनिक समय में बौद्ध धर्म को और प्रासंगिक बनाने में मदद करने के लिए

और दूसरे हम आज अपने जीवन में जिन समस्याओं का सामना कर रहे हैं उनमें से कुछ के लिए वैचारिक समाधान प्रदान करने के लिए। जापान में बौद्ध धर्म एक लोकप्रिय बौद्ध संप्रदाय है। यह बौद्ध संस्कृत पाठ, सुखवतिव्यूहसूत्र से प्रेरित है, यह पवित्र भूमि के विवरण का धर्म ग्रंथ है। सबसे पहले पांचवीं शताब्दी में नागार्जुन ने चीनी भाषा में इसका अनुवाद किया और फिर वहां से यह जापान में प्रेषित हुआ। इस पाठ में, शब्द समाधान का अर्थ एक साथ लाना या रसमात्र है। यह पवित्र भूमि में जन्म लेने के लिए श्रद्धा के साथ प्रार्थना करते हैं जहां वह अन्य पवित्र लोगों के साथ रह सकें।

धर्म-दर्शन



संपादकीय

'स्टैन्ड अप इंडिया'

मोदी सरकार की कई योजनाओं का मकसद भी यही है फिर चाहे वो 'स्टार्ट अप' इंडिया हो, 'स्किल इंडिया' हो या 'स्टैन्ड अप इंडिया'। इन योजनाओं का लाभ उठा कर आज देश के युवा कई उद्योग और स्टार्ट अप खोल रहे हैं जिससे करोड़ों युवाओं को रोजगार के नए अवसर प्राप्त हो रहे हैं। देश के रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह जी भी समय-समय पर युवाओं से अपील करते रहे हैं कि वो देश को सुरक्षा के क्षेत्र में आत्मनिर्भर बनाने के लिए आगे आए ताकि भारत हथियारों के आयात करने वाले देश से हथियारों के निर्यात करने वाला देश बन सके। भारतीय उद्यमियों को समान अवसर प्रदान करने और भारतीयों के डाटा को सुरक्षित रखने के लिए भारत सरकार ने 59 चीनी एप्स को भारत में प्रतिबंधित करने का जो साहसिक निर्णय लिया है, वह प्रशंसनीय है। भारतीय युवाओं को चाहिए की वो इनके विकल्प के रूप में नए एप बनाएं। और ऐसे कर के भारत ने चीन को यह भी साफ कर दिया है कि कोई भी देश भारत की सुरक्षा को कमजोर करने की कोशिश नहीं कर सकता है। प्रधानमंत्री मोदी का बीते दिनों लेह में जा कर सैनिकों से मिलना चीन समेत पूरे विश्व के लिए एक संदेश था कि देश की सीमाओं की रक्षा करने वालों के साथ मजबूती से सरकार खड़ी हुई है और भारत किसी भी विस्तारवादी देश से डरने वाला नहीं है, बल्कि ऐसी घटनाओं का मुंह तोड़ जवाब देने में सक्षम है।

एक ऐसे समय में जब कोरोना रूप वैश्विक महामारी ने आर्थिक रूप से हमारे लिए कई मुसीबतें खड़ी कर दी है और हमारा पड़ोसी चीन दिनों-दिन आक्रामक होता जा रहा है, भारतीय युवाओं को भी आपदा को अवसर में बदलने के लिए प्रयासरत होना पड़ेगा।

जनता को लगता था कि देश का प्रधानमंत्री हमारे बीच का ही कोई है इसीलिए वो उनकी हर बात को आदेश मान कर दिल से लगाती थी। मोदीजी के साथ भी ऐसा ही है।

प्रतिभा को मिलता पटल

रवि रंजन।

हिन्दी फिल्म रंग दे बसंती का एक डायलॉग है, "कोई भी देश परफेक्ट नहीं होता, उसे परफेक्ट बनाना पड़ता है।" देश का नेतृत्व करने वालों का यह दायित्व होता है कि वो देश और समाज के उत्थान के लिए कार्य करें और ऐसे कार्यक्रम और योजनाएं चलाएं जिससे देश प्रगति कर सके। प्रधानमंत्री मोदी के रूप में देश का नेतृत्व आज एक ऐसे व्यक्ति के हाथों में है जो न केवल दूरदर्शी है, बल्कि जिसके पास कठोर और ऐतिहासिक निर्णय का साहस और संकल्प भी है और जो देश को सर्वप्रथम और सर्वोपरि मानता है। मोदी जी की सरकार में निश्चित समय पर निर्णय लेने की निष्ठा की वजह से ही भारतीय मीडिया में 'पॉलिसी पैरालिसिस' जैसा शब्द आज गायब सा हो गया है, जो पूर्ववर्ती कांग्रेस पार्टी की यूपीए सरकार का सबसे बड़ा 'हालमार्क' माना जाता था। प्रधानमंत्री मोदी ने देश से सीधे जुड़ने, जनता से सीधे संवाद करने की जो संस्कृति स्थापित की है उसकी वजह से जनता में भी सरकार के प्रति विश्वास जागा है। जनता मोदी जी के हर आह्वान को हाथों हाथ लेती है, फिर चाहे वो 'सेल्फी विद डॉटर' जैसा जनहित में चलाया गया अभियान हो या कोरोना वारीयर्स के सम्मान में दीपक जालना, थाली पीटना हो।



इस तरह से जनता का जुड़ाव पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय श्री लाल बहादुर शास्त्री जी की याद दिलाता है।

ज्ञात रहे कि जब देश में अनाज की भारी कमी थी और देश युद्ध की मार भी झेल रहा था तो शास्त्री जी के एक आहवाहन पर जनता ने एक दिन का उपवास करना चालू कर दिया था। जनता को लगता था कि देश का प्रधानमंत्री हमारे बीच का ही कोई है इसीलिए वो उनकी हर बात को आदेश मान कर दिल से लगाती थी। मोदीजी के साथ भी ऐसा ही है। लेकिन मोदी जी ने पिछले छह सालों में यदि किसी वर्ग पर सबसे अधिक ध्यान दिया है तो वो है देश का युवा वर्ग, युवा तरुणाई। यह कहना अतिशयोक्ति नहीं होगा कि भारत युवाओं का देश है क्योंकि इस देश की लगभग 65 प्रतिशत आबादी 35 वर्ष से कम आयु की है। ऐसे में यदि इस युवा शक्ति का सही

प्रयोग किया गया तो न सिर्फ हम एक आर्थिक महाशक्ति बन कर उभरेंगे, बल्कि भारत फिर से विश्व-गुरु की अपनी पदवी प्राप्त करने में सफल हो जाएगा। हम दुनिया में सम्मिलित और समावेशी लोकतंत्र होने की मिसाल कायम कर सकेंगे जो हमारे पड़ोस में कहीं भी देखने को नहीं मिलती है। भारत में न तो प्रतिभावान युवाओं की कोई कमी है और न ही मेहनती युवाओं की। भारतीय युवाओं को जहां भी अवसर मिला, उन्होंने अपनी क्षमता का पूरा प्रदर्शन किया है। सत्या नडेला, सूदर पिचाई, अजय बग्गा, इंदिरा नूई जैसे भारतीयों ने विश्व पटल पर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया है। ऐसे में भारतीय युवाओं को यदि किसी चीज की सबसे अधिक आवश्यकता है तो वो है प्रोत्साहन और प्लेटफॉर्म की।

सौभाग्य से तत्कालीन समय में यह दोनों ही चीजें आज उन्हे सरकार के उच्चतम स्तर पर मिल रही हैं। प्रधानमंत्री मोदी लगातार अपने भाषणों और संवादों में युवाओं से यह आह्वान करते आ रहे हैं कि वे देश को आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में फेसबुक, गूगल, ट्विटर, ऐमजन जैसी कम्पनियों और स्टार्ट-अप भारत में ही विकसित करें। उन्होंने तो यहाँ तक कहा है कि यदि ऐसा कोई सोशल मीडिया का एप भारत में किसी भारतीय द्वारा बनाया जाता है तो वो स्वयं उस एप में अपना अकाउंट खोलेंगे ताकि इस प्रयोग को बढ़ावा मिल सके।

सूटो कु नवताल-5399		*****						
6	3	7	1	5	4	9		
						2		
		1		4	8	6		
	6		9	7	1			
7	2					5	3	
		5	6	3			9	
5			8	2			3	
	4						7	
1		3	7	5		2	6	8

अपना ब्लॉग

कई घरेलू खेल खेल सकते हैं

मोहन। इन दिनों का इस्तेमाल आप आत्मकथा और डायरी लिखने में भी कर सकते हैं। बच्चों के साथ बैठकर कई घरेलू खेल खेल सकते हैं। आप रोज एक-दो घंटे फेसटाइम या वॉट्सऐप पर अपने मित्रों से गप लगाएं। छह फुट नहीं, छह इंच की दूरी से बात करें। अपने बाल्यकाल के प्रसंगों और संपर्क में न रह गए मित्रों को भी याद करें। भूतकाल को वर्तमान में खींच लाएं। महापुरुषों की जीवनियां पढ़ें तो वर्तमान और भविष्य दोनों प्रकाशित होते रहें। कोरोना से डरने की बजाय इस दौर में त्रिकाल का आनंद लें। चूंकि इन दिनों सबकी जीवन शैली अस्त-व्यस्त है और पैरेंट्स को टाइम टेबल फिक्स करने में दिक्कत आ रही है, ऐसे में ये बच्चे ज्यादा उद्दिग्न महसूस कर रहे हैं। ऐसे बच्चे, जिनकी सामाजिक संपर्क करने की क्षमता पहले से काफी सीमित होती है, अधिक समय तक अलगाव में रहने के कारण अवसाद और अकेलेपन का शिकार हो रहे हैं।

शांति वार्ता जारी है

