चैत्र - बैसाख - ज्येष्ठ - आषाढ़ - श्रावण - भाद्रपद - अश्विन - कार्तिक - मार्गशीर्ष - पौष - माघ - फाल्गुन

Pre paid upto HP/48/SML (upto 31-12-2026) RNI NO. HPHIN/2001/04280

पढ़ें देवभूमि के सब परिवार, जगे देशभक्ति मिलें संस्कार www.matrivandana.org

मातृवन्दना

पौष-माघ, युगाब्द 5127, जनवरी 2026

लोकतंत्र का महापर्व

गणतंत्र दिवस

गीता पाठ कार्यक्रम

धर्म से शक्ति राष्ट्र से कर्तव्य

कंठ में क्रंदन नहीं हुंकार होनी चाहिए युद्ध में गांडीव की टंकार होनी चाहिए

कोलकाता में आयोजित भव्य गीता पाठ कार्यक्रम को संबोधित करते हुए साध्वी ऋतंभरा जी ने कहा कि भगवद गीता केवल ग्रंथ नहीं, बल्कि राष्ट्र और समाज के जीवन का मार्गदर्शन है। उन्होंने कहा कि जब-जब समाज दिशाहीन होता है, तब-तब गीता उसे कर्म, धर्म और साहस का मार्ग दिखाती है। उन्होंने स्पष्ट शब्दों में कहा कि भारत में 'तनातनी नहीं, सनातनी' चाहिए और गीता का संदेश विश्व में शांति व समरसता का मार्ग है। 'यह राष्ट्र राम का है, राम का था और राम का ही रहेगा', और हिंदू समाज को अपनी सांस्कृतिक पहचान पर गर्व करने का आह्वान किया।

ऋतंभरा जी ने कहा कि आज आवश्यकता है कि हिंदू समाज निष्क्रिय दर्शक न बने, बल्कि अर्जुन की तरह अपने कर्तव्यों को पहचानते हुए आगे बढ़े। उन्होंने गीता के माध्यम से कर्तव्य, शौर्य, संयम और आत्मबल को जीवन में उतारने पर बल दिया। उनके अनुसार, धर्म का अर्थ केवल पूजा नहीं, बल्कि अन्याय के विरुद्ध खड़े होने का साहस भी है।

साध्वी ऋतंभरा ने युवाओं से विशेष रूप से आह्वान किया कि वे पश्चिमी प्रभाव में अपनी जड़ों को न भूलें, बल्कि भारतीय संस्कृति, परंपरा और मूल्यों को आत्मसात करें। जब समाज संगठित होता है, तभी राष्ट्र शक्तिशाली बनता है। अपने ओजस्वी संबोधन के अंत में उन्होंने कहा कि 'जहाँ भी धर्म पर संकट आए, वहाँ हर हिंदू को अर्जुन बनकर गांडीव उठाना होगा'-यह आह्वान आध्यात्मिक जागरण के साथ-साथ सामाजिक चेतना का संदेश भी था। साध्वी ऋतम्भरा ने कहा कि यह भगवा-ए-हिन्द का अमृतकाल है। अब कश्मीर से कन्या कुमारी तक हिन्दू राष्ट्र का संकल्प होना चाहिए।

पढ़ें देवभूमि के सब परिवार, जगे देशभक्ति मिलें संस्कार

मातृवन्दना

वर्ष: 34 अंक : 01 हिन्दी मासिक, शिमला (हिमाचल प्रदेश), पौष-माघ, कलियुगाब्द 5127, जनवरी 2026

परामर्श
डॉ. किस्मत कुमार
श्री चन्द्र प्रकाश
श्री प्रताप समयाल
श्री मोतीलाल

संरक्षक
डॉ. दयानन्द शर्मा

सम्पादक
डॉ. कर्म सिंह

सह सम्पादक
वासुदेव शर्मा

सम्पादक मण्डल
डॉ. उमेश मौदगिल, डॉ. जय कर्ण,
डॉ. सपना चंदेल, हितेन्द्र शर्मा

आवरण व अक्षर संयोजन
राजेश शर्मा

वितरण प्रमुख
नरेन्द्र कुमार

प्रकाशक / मुद्रक
कमल सिंह सेन

कार्यालय
मातृवन्दना, डॉ. हेडगेवार भवन, नाभा हाउस
शिमला, हि.प्र. 171 004
दूरभाष : 0177 - 2836990
व्हाट्स ऐप : 76500 00990
ई-मेल : matrivandanashimla@gmail.com

मासिक शुल्क	₹ 15
वार्षिक शुल्क	₹ 150
आजीवन शुल्क	₹ 1500

वैधानिक सूचना :
पत्रिका का सम्पादकीय कार्य पूर्णतः अवैतनिक है। पत्रिका में छपी सामग्री से सम्पादक का सहमत होना जरूरी नहीं। इस सम्बन्ध में किसी भी कार्यवाही का निपटारा शिमला न्यायालय में ही होगा।

इस अंक में...

संपादकीय	लोकतंत्र का महापर्व गणतंत्र दिवस	5
चिन्तन	संगत का प्रभाव	6
प्रेरक प्रसंग	बिगड़ी बात बनाई जाए	7
आवरण	हिमाचल के गौरव परमवीर चक्र विजेता	8
	भारत की एकता का आदर्श हमारा संविधान	10
	गणतंत्र दिवस एवं राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ	11
महिला जगत्	बालिकाओं को प्रोत्साहन	12
संगठनम्	एकता, संस्कार और संस्कृति ही राष्ट्र..	14
देश प्रदेश	शिक्षा और सेवा में रचा नया इतिहास	17
लोक संस्कृति	माघी पूर्णिमा और लोहड़ी	18
देवभूमि	सुप्रीम कोर्ट से सेब उत्पादकों को संजीवनी	19
धर्म जागरण	सूर्य-चन्द्र को आदर्श मानकर दान...	20
इतिहास	भंगाल- हिमाचल की गोद में दबी...	22
पुण्य स्मरण	आजाद हिन्द फौज में हिमाचल का योगदान	24
व्यक्तित्व	शिक्षा, संस्कृति और समाज चेतना	25
युवा पथ	संस्कारों से सजी प्रतिभा	26
नशा	चिट्टे पर चोट	27
वीर बाल दिवस	गुरु गोविन्द सिंह जी और उनके वीर सपूत	28
पंच परिवर्तन	भारतीय समाज में संयुक्त परिवार	30
विश्व दर्शन	बांग्लादेश में अमानवीय अत्याचार	31
काव्य जगत्	बोध-गोधन बचाओ...	32
स्वास्थ्य	ठंड का प्रकोप हार्ट अटैक	33
बाल जगत्	हनुमान की वीरता	34
राष्ट्र सेवक	सिरमौर के जासवीं गांव के 39 बेटे	35

अमृत वचन

अपनी ताकत, अपने ज्ञान और अपने निर्णय पर विश्वास रखें
उधार की ताकत और ज्ञान कभी भी घातक हो सकते हैं
- नेताजी सुभाष चन्द्र बोस

पाठकीय...

महोदय,

संघ की शाखाओं में एक गीत गाया जाता है – राष्ट्र की जय चेतना का गान वन्दे मातरम्, राष्ट्र भक्ति प्रेरणा का गान वन्दे मातरम्। वास्तव में यह भारत माता (भारतभूमि) की महिमा का गुणगान करने वाला गीत है। वर्तमान सरकार और प्रधान मन्त्री श्री नरेन्द्र मोदी जी द्वारा इस गीत की रचना के 150वें वर्ष यानि सार्धशती पर कार्यक्रम आयोजित कर देश और समाज की विस्मृति को तोड़कर राष्ट्रभक्ति से सरावोर इस अमर गीत को समाज की जुबान पर पुन: लाने का काम किया है। इससे पहले जब इस गीत की रचना के सौ वर्ष अर्थात शताब्दी हुई होगी, उस समय इस पर शायद चर्चा भी नहीं हुई होगी। क्योंकि वह समय तो भारत के इतिहास का कृष्णपक्ष था। देश को अपनी जागीर समझने वाली कांग्रेस सरकार ने उस कालाब्धि में आपातकाल घोषित किया हुआ था। यह तो भारत के प्रधानमंत्री की सोच है, जो ऐसे राष्ट्रीय और देशभक्ति की भावना जागृत करने वाले विषयों को जनता के समक्ष उजागर करते हैं।

वास्तव में वन्दे मातरम् परतन्त्रता काल में उभरता प्रदान करने वाला गीत था। स्वतन्त्रता प्राप्ति के महायुद्ध में असंख्य देशभक्तों ने वन्दे मातरम् के जयघोष के साथ अमरता प्राप्त की। वन्दे मातरम् अमर बलिदानियों का मूलमंत्र था। राष्ट्रीय विचार प्रवाह को हिमाचल प्रदेश के घर-घर में प्रवाहित करने वाली सरिता स्वरूप मातृवन्दना ही ऐसे विषयों से साक्षात्कार करवाती है। पत्रिका अपना लघु कलेवर लिए हुए भी हिन्दुत्व और हिमाचल प्रदेश की बारीक जानकारियां उपलब्ध करवाती है। इसके सभी स्तम्भ सटीक सूचनाओं से अवगत करवाते हैं। चिन्तन और प्रेरक प्रसंग काफी रोचक और ज्ञानवर्धक होते हैं। प्रदेश के साथ-साथ देश और विदेश के समाचारों से भी पाठक परिचित होते हैं।

सन्नी कुमार, बाल भारती विद्यालय समयोग,
राजगढ़, जिला सिरमौर, हि.प्र.

महोदय,

मातृवंदना का पिछला अंक वंदे मातरम् पर केंद्रित रहा। विश्व में वंदे मातरम् के इतिहास और राजनीतिक विमर्श का भी विवरण पढ़ने को मिला और एक गौरव की अनुभूति भी हुई की वंदे मातरम् यह दो शब्द भारत की स्वतंत्रता संग्राम का नारा बन गए। इस अंक में प्रकाशित सामग्री से यह भी जानकारी मिली कि मुस्लिम लीग की बात को स्वीकार करते हुए कांग्रेस ने भी वंदे मातरम् का विरोध किया, जिसमें मातृभूमि को देवी के स्वरूप में वर्णित किया गया है।

यह दुर्भाग्यपूर्ण रहा कि भारत में आजादी के बाद राष्ट्रीय गौरव के प्रतीकों को हीन भावना से देखा गया। इसलिए हमारी नई पीढ़ी अपने असली इतिहास को नहीं जान पाई है, जबकि अन्य देशों में अपनी भाषा, संस्कृति को अधिमान दिया जाता है। वंदे मातरम् पर संसद में भी बहस हुई। विपक्ष ने इसे नकारने का प्रयास किया तो सत्तापक्ष ने वंदे मातरम् के इतिहास और परंपरा को जोरदार तरीके से पेश किया। वंदे मातरम् की 150वीं जयंती के उपलक्ष्य में भारतीय राष्ट्रवाद को सुदृढ़ बनाने की दिशा में यह एक अच्छा प्रयास रहा है। पत्रिका में हमेशा की तरह अन्य स्तंभ भी स्तरीय सामग्री से भरपूर रहे हैं जो पाठकों का सही में मार्गदर्शन करते हैं।

जया शर्मा, करसोग, जिला मंडी, हि.प्र.

शिकायत व सुझाव के लिए सम्पर्क करें अथवा लिखें

0177-2836990 **7650000990**

ई-मेल: matrivandanashimla@gmail.com

सभी सुधी पाठकों व विज्ञापनदाताओं को लोहड़ी पर्व एवं गणतंत्र दिवस की हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं।

स्मरणीय दिवस जनवरी 2026

स्वामी विवेकानन्द जयंती	12 जनवरी
भारतीय सेना दिवस	15 जनवरी
मौनी अमावस्या	18 जनवरी
वसंत पंचमी/सुभाष चंद्र बोस जयंती	23 जनवरी
राष्ट्रीय बालिका दिवस	24 जनवरी
गणतंत्र दिवस	26 जनवरी

विश्व का प्राचीनतम लोकतंत्र है भारत

डॉ. कर्म सिंह
सम्पादक, मातृवन्दना

संपादकीय

प्राचीन काल में भारत की राज्य व्यवस्था का संचालन धर्म शास्त्र सम्मत विधि-विधानों से नियंत्रित था। प्रजा का जीवन सरल और सुकर कैसे हो, शासक इस पर गंभीर चिंतन एवं मनन करते थे। भगवान श्रीराम राज्य व्यवस्था को सुचारू रखने के लिए यहां तक कहते थे कि प्रजा के संतोष के लिए तथा प्रजा की प्रसन्नता और कल्याण के लिए यदि मुझ जानकी का भी त्याग करना पड़े तो मैं जरा भी संकोच नहीं करूंगा।

स्नेहं दयां च सौख्यं यदि वा जानकीमपि,
अराधनाय लोकस्य मुञ्चतो नास्ति में व्यथा।।

इसी तरह चक्रवर्ती सम्राटों ने भी प्रजा के जीवनचर्या का हालचाल जानने के लिए भेष बदलकर स्वयं प्रयास किए हैं। कालांतर में विदेशी आक्रांताओं ने तलवार के बल पर इस्लाम फैलाना चाहा। अंग्रेजों ने 'फूट डालो और राज करो' की नीति अपनाकर समाज को विभाजित करने का प्रयास किया।

भारत की आजादी के बाद देश का व्यवस्थित संचालन करने तथा नागरिकों के कर्त्तव्यों और अधिकारों को परिभाषित एवं संरक्षित करने के लिए संविधान का निर्माण किया। संविधान के निर्माण के लिए डॉ राजेंद्र प्रसाद की अध्यक्षता में संविधान सभा का गठन 1946 में हुआ। संविधान के निर्माण में डॉ. भीमराव अंबेडकर की प्रमुख भूमिका रही। 26 जनवरी 1950 को भारत का संविधान लागू किया गया, जिसे गणतंत्र दिवस के रूप में मनाया जाता है। इस पावन अवसर पर प्रधानमंत्री द्वारा इंडिया गेट और युद्ध स्मारक पर पुष्पांजलि अर्पित की जाती है। राष्ट्रपति द्वारा सलामी मंच से परेड का अवलोकन किया जाता है। साथ ही देश की संस्कृति, विकास और सामाजिक चेतना पर आधारित झांकियां प्रदर्शित होती हैं। यह परंपरा राष्ट्रीय एकता और सैन्य शक्ति के गौरवशाली प्रदर्शन का प्रतीक है।

भारतीय संविधान नागरिक अधिकारों के साथ मौलिक कर्तव्यों का भी उल्लेख करता है। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के स्वयंसेवकों का गणतंत्र की परेड में शामिल होने का गौरवशाली इतिहास रहा है, जो युद्ध और प्राकृतिक आपदाओं के समय संघ द्वारा की गई राष्ट्र सेवा का जीवंत साक्ष्य है। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के शताब्दी वर्ष में पंच परिवर्तन में शामिल आयाम नागरिक कर्तव्य के अंतर्गत सभी भारतीयों को संविधान की पालना के साथ अपने मौलिक अधिकारों और कर्त्तव्यों का निर्वाह किए जाने का भी संकल्प करना है।

गणतंत्र दिवस केवल राष्ट्रीय पर्व नहीं, बल्कि संविधान, लोकतंत्र, सांस्कृतिक विविधता और सामाजिक एकता का उत्सव है, जो हमें एक सशक्त, समावेशी भारत के निर्माण के लिए प्रेरित करता है तथा जाति, धर्म, लिंग या भाषा के आधार पर भेदभाव को समाप्त कर सामाजिक न्याय एवं समरसता की स्थापना करता है।

संविधान का संरक्षण तो संवैधानिक प्रावधानों नियमों कानून के अंतर्गत रहकर उनकी अनुपालन से ही संभव हो सकेगा। इसलिए संवैधानिक प्रावधानों के आलोक में ही राष्ट्रीय सामाजिक और राजनीतिक समस्याओं का समाधान तलाशना समय की मांग है और हम सभी का कर्त्तव्य भी।

वर्तमान में राष्ट्रपति भवन में विदेशी अधिकारियों के स्थान पर भारत के यशस्वी परमवीर चक्र विजेताओं के चित्र संस्थापित करते हुए उन्हें उचित सम्मान देकर सरकार ने एक महत्त्वपूर्ण एवं सफल प्रयास किया है। इसमें शामिल सर्वोच्च सैन्य सम्मान प्राप्त करने वाले मेजर सोमनाथ शर्मा, राइफलमैन संजय कुमार और कैप्टन विक्रम बत्रा ने हिमाचल प्रदेश को गौरवान्वित किया है। भारतीय सेना में वीरभूमि हिमाचल प्रदेश के असंख्य वीर सैनिकों ने अपनी सेवाएं प्रदान की हैं। इस कड़ी में सिरमौर के वीर सैनिकों तथा अग्निवीरों ने भी अपने क्षेत्र का नाम रोशन किया है।

हिमाचल प्रदेश की लोक संस्कृति में मकर संक्रांति एवं लोहड़ी के त्यौहार के पावन अवसर पर पुण्य स्नान, दान, पूजा अर्चना किए जाने की परंपरा रही है। वर्तमान में विभिन्न सांस्कृतिक, सामाजिक एवं धार्मिक आयोजनों, नवाचार तथा खेलकूद एवं शिक्षा के माध्यम से हिमाचल प्रदेश की महिलाएं एवं युवा वर्ग विभिन्न क्षेत्रों में सराहनीय योगदान प्रदान कर रहा हैं। इस सांस्कृतिक विरासत का प्रचार-प्रसार करने तथा उपयोगी जानकारियां जन-जन तक पहुंचाने में जागरण पत्रिका मातृवंदना निरंतर प्रयासरत है।

संगत का प्रभाव

चेतन कौशल (नूरपुरी)

सत् सनातन अनास्था का दुष्प्रभाव : सनातन धर्म के विरोध तथा समाज में धर्म और जन-आस्था के विरुद्ध हो रहे आचरण के कारण धरती पर आततायी प्रवृत्तियों वाले विशेष सम्प्रदायों का प्रभाव निरंतर बढ़ता जा रहा है। इनके द्वारा सनातन धर्म के विरुद्ध बात-बात पर उपद्रव मचाना, लूट-पाट करना, हिंसा करना, महिलाओं को भ्रमित कर उनका ब्रेन-वॉश करना, अपहरण, लव-जिहाद तथा धर्मांतरण जैसी गतिविधियां वर्तमान समय में सामान्य बात होती जा रही हैं। यह स्थिति समाज, राष्ट्र और मानवता के लिए अत्यंत चिंताजनक है।

सरकारी-गैर सरकारी प्रयास और उनकी सीमाएं : अब तक सरकारी, गैर-सरकारी संस्थाओं तथा जागरूक नागरिकों द्वारा समाज-विरोधी गतिविधियों पर विराम लगाने के जो भी प्रयास किए गए हैं, वे अपर्याप्त सिद्ध हुए हैं। ऐसी प्रवृत्तियों पर प्रभावी नियंत्रण तभी संभव है, जब संख्या आधारित आतताइयों द्वारा किए जाने वाले किसी भी उपद्रव के अनुपात में उनके विरुद्ध सरकारी और गैर-सरकारी संस्थाएँ तथा सुप्त अवस्था से जागृत जन-समाज एकजुट होकर सशक्त, संगठित और दीर्घकालिक प्रयास करें।

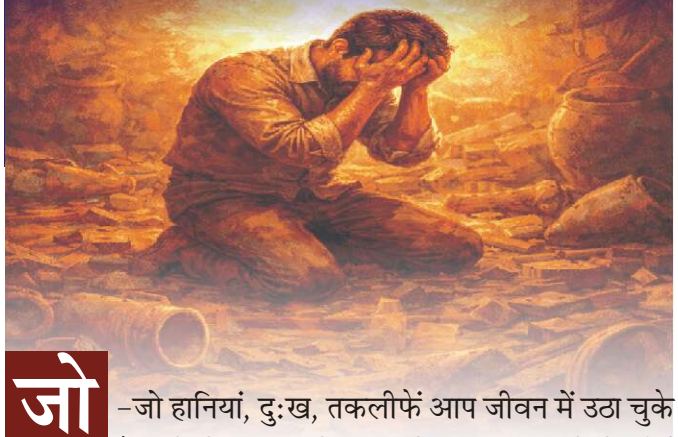
शिक्षाविदों की भूमिका और विद्वानों का महत्व : देश का शिक्षाविद और बुद्धिजीवी वर्ग इस समस्या को भली-भांति जानता और समझता है। आवश्यकता इस बात की है कि जनसाधारण समाज-विरोधी गतिविधियों, अनास्था और आतताइयों के कुकृत्यों तथा उनके दुष्प्रभावों से स्वयं को और समाज को बचाने के लिए विद्वानों के महत्व को समझे, उनका मिलकर साथ दे और उनके प्रति श्रद्धा, प्रेम, भक्ति तथा विश्वास बनाए रखे। विद्वानों की संगत से यथार्थ वैदिक ज्ञान का वर्धन होता है तथा तात्त्विक ज्ञान की प्राप्ति होती है।

तात्त्विक ज्ञान से आत्मशांति, जन-जागृति और सद्भावना : तात्त्विक ज्ञान से आत्मशांति मिलती है। आत्मशांति की प्राप्ति से जन-जागृति आती है, जिससे मानवीय, पारिवारिक, सामाजिक और राष्ट्रीय समस्याओं के समाधान के मार्ग खुलते हैं। जन-जागृति से धार्मिक संस्कार और विद्या-ज्ञान प्राप्त होता है। विद्वानों की संगत से सद्भावना उत्पन्न होती है, इन्द्रिय-संयम और मनो-निग्रह का मार्ग प्रशस्त होता है, व्यक्ति अपने कार्यों को मनोयोगपूर्वक करने लगता है और कार्यों में सफलता प्राप्त करता है। इन्द्रिय-संयम और मनो-निग्रह से त्याग-भावना का विकास होता है।

सद्भावना से सद्विचार, सत्कर्म और समाज का कल्याण : त्याग-भावना से माता-पिता, गुरु, गंगा, गौ, गीता, वृद्धजन, ब्राह्मण, संत और अतिथि-सेवा के प्रति निष्काम भाव जागृत होता है। सद्भावना से सद्विचार उत्पन्न होते हैं, जिससे समाज, राष्ट्र और मानव-सेवा से जुड़े सकारात्मक विचार विकसित होते हैं। जन-चर्चाएं, संगोष्ठियां, विचार-विमर्श और प्रचार-प्रसार होता है, जिसमें मानवीय, पारिवारिक, सामाजिक और राष्ट्रीय मर्यादाओं का ध्यान रखा जाता है। इस वैचारिक जागृति से समाज में पारस्परिक विश्वास, सहिष्णुता और सामूहिक उत्तरदायित्व की भावना सुदृढ़ होती है। सद्विचारों से कल्याणकारी सत्कर्म होते हैं। सत्कर्मों से सामाजिक एकता सुदृढ़ होती है, साहित्य, संगीत, जन-संस्कार, कला-संस्कृति का संरक्षण होता है। हस्त एवं ललित कलाओं का पोषण होता है, जिससे युवाओं को रोजगार मिलता है। रोजगार से समाज-कल्याणकारी कार्य, लंगर, हवन, स्वच्छता और पवित्रता जैसे सत्कर्म संपन्न होते हैं। इन कार्यों से समाज में समरसता, आत्मनिर्भरता और सकारात्मक जीवन-दृष्टि का विकास होता है।

सत्कर्मों का परिणाम सदैव शुभ होता है, जिससे मन को संतोष, प्रसन्नता और आनंद की प्राप्ति होती है तथा व्यक्ति भौतिक और आध्यात्मिक दोनों क्षेत्रों में अधिक तन्मयता से कार्य करता है। इस प्रकार सद्भावना, सद्विचार और सत्कर्म समाज को स्थायी शांति और समृद्धि की ओर ले जाते हैं।◆◆◆

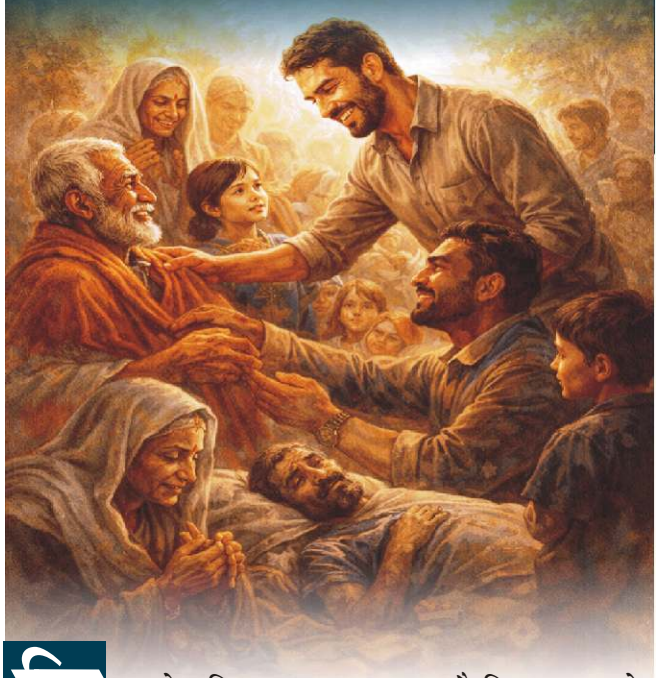
बिगड़ी बात बनायी जाए



जो-जो हानियां, दु:ख, तकलीफें आप जीवन में उठा चुके हैं, उन्हें लेकर झींकने, कलपने या आंसू बहाने से कोई लाभ नहीं है। हानि पर दु:ख और निराशा तो हरेक व्यक्ति प्रकट कर सकता है। रोना, चीखना और कायरता दिखाना तो मामूली सी बात है। महत्त्वपूर्ण बात तो यह है कि हानि से अधिकतम लाभ उठाया जाये; बिगड़ी बात को बनाया जाय, टूटे को दुरुस्त किया जाये; रूठे को मनाया जाये और अणु-अणु एकत्रित कर विश्रृंखलित चीज को सम्पूर्ण बनाया जाये। बिगड़ी को बनाने के लिये बुद्धि और चातुर्य की आवश्यकता है। हानि पर रोने के लिये आलस्य, कायरता और मूर्खता की जरूरत है। फिर क्यों मूर्ख बनें? क्यों न अपनी चिन्ता के कारण को दूर कर उसे आशा, उत्साह और प्रेरणा में परिवर्तित कर लें।

सूर और मिलटन अन्धे हो गये थे, किंतु उन्होंने अपने अन्धेपन का सदुपयोग किया और अन्तश्चक्षु खोल लिये। बड़े भारी कवि बने। भीष्म और ईसा में वंश की कमी थी; अष्टावक्र, चाणक्य और सुकरात में शारीरिक सौन्दर्य की कमी थी; नेपोलियन और हिटलर में धन और पारिवारिक प्रतिष्ठा की कमी थी; ध्रुव, बुद्ध को सम्बन्धियों के प्रेम की कमी थी, लेकिन ये महापुरुष इन कमजोरियों और सामाजिक त्रुटियों के बावजूद कभी चिन्तित नहीं हुए। इन्हें कितनी कठिनाइयां और प्रतिद्वन्द्व मिले, कितने कष्ट मिले, लेकिन अपनी दृढ़ता, आत्मशक्ति एवं सतत् उद्योग के द्वारा इन्होंने चिन्ता और नैराश्य-भावना को समीप न आने दिया। ये कष्टदायक परिस्थितियों में भी महान् बने।◆◆◆

दूसरों को प्रसन्न करने का उद्योग करें



चिन्ता से मुक्ति का एक उपाय यह है कि आप अपने-आपको दूसरों की प्रसन्नता, सेवा, सुख पहुँचाने में लगाकर अपने दु:ख कष्टों को विस्मृत कर दें। आप अपने मित्रों की संख्या निरन्तर बढायें और उनमें उनके हास्य-रुदन और जीवन के सब प्रसंगों में तन्मय हो जायें।

सेवा का मार्ग ढूँढ़ निकालें। संसार में पीड़ित, रोगी, निरालम्बों की कमी रही है, जो आपकी सहायता के लिये खड़े हैं। उन्हें प्रोत्साहन देने वाले पत्र रखिये, मुस्कराकर बातें कीजिये, उनके काम में दिलचस्पी दिखाइये। अपनी छवि तथा दिलचस्पी को दूसरों में जोड़ लेने से मनुष्य अपनी चिन्ताएं भूल जाता है। आप अपने कुटुम्ब के बच्चों की शिक्षा, स्वास्थ्य, मनोरंजन में दिलचस्पी ले सकते हैं, अपनी पत्नी के आत्मविकास, शिक्षा, कारीगरी, कढ़ाई-बुनाई या भोजन के प्रति प्रोत्साहन देकर उन्हें आगे बढ़ा सकते हैं। मनुष्य को इस पृथ्वी पर कुटुम्ब से जो सहानुभूति, संवेदना, मधुरता और प्रेम का प्रतिदान प्राप्त हो सकता है, वह चिन्ता के बोझ को हलका कर देता है। अत: प्रतिदिन आप एक ऐसा भला कार्य किया करें, जिससे किसी दूसरे व्यक्ति के मुख पर प्रसन्नता आये और उसे आन्तरिक सुख उत्पन्न हो। दूसरों में दिलचस्पी लेकर अपनी चिन्ता दूर करें।◆◆◆

हिमाचल के गौरव परमवीर चक्र विजेता

मेजर सोमनाथ शर्मा, राइफलमैन संजय कुमार, कैप्टन विक्रम बत्रा

वीर भूमि हिमाचल प्रदेश ने राष्ट्र रक्षा के लिए ऐसे-ऐसे शूरवीर दिए हैं, जिनका साहस, बलिदान और कर्तव्यनिष्ठा भारत के सैन्य इतिहास में स्वर्ण अक्षरों में अंकित है। भारत-पाक युद्ध (1947), कारगिल युद्ध (1999) जैसे निर्णायक संघर्षों में हिमाचल के तीन वीर सपूत मेजर सोमनाथ शर्मा, कैप्टन विक्रम बत्रा और राइफलमैन संजय कुमार ने अदम्य साहस का परिचय देते हुए देश के लिए सर्वोच्च बलिदान दिया। इन तीनों को उनके असाधारण शौर्य के लिए भारत का सर्वोच्च सैन्य सम्मान परमवीर चक्र प्रदान किया गया। आज राष्ट्रपति भवन में स्थापित 21 परमवीर चक्र विजेताओं के चित्रों में हिमाचल के इन तीन वीरों का स्थान, कृतज्ञ राष्ट्र की ओर से दिया गया ऐतिहासिक सम्मान है।

देश के प्रथम परमवीर चक्र विजेता मेजर सोमनाथ शर्मा

मेजर सोमनाथ शर्मा भारत के पहले परमवीर चक्र विजेता थे। 31 जनवरी 1923 को कांगड़ा जिले के डाढ़ गांव में जन्मे मेजर शर्मा ने 1942 में भारतीय सेना में कमीशन प्राप्त किया और द्वितीय विश्व युद्ध में वर्मा मोर्चे पर भी सेवा दी। 3 नवंबर 1947 को बड़गाम की ऐतिहासिक लड़ाई में, घायल होने और सीमित संसाधनों के बावजूद, उन्होंने श्रीनगर हवाई अड्डे की रक्षा करते हुए लगभग छह घंटे तक पाकिस्तानी घुसपैठियों को रोके रखा। उनकी इस वीरता ने भारतीय सेना को रणनीतिक बढ़त दी और श्रीनगर को बचाया जा सका। मोर्चे पर नेतृत्व करते हुए वे वीरगति को प्राप्त हुए और मरणोपरांत परमवीर चक्र से सम्मानित हुए। उनका जीवन साहस, नेतृत्व और निस्वार्थ सेवा का आदर्श है।

कारगिल युद्ध के प्रेरक नायक कैप्टन विक्रम बत्रा

कैप्टन विक्रम बत्रा कारगिल युद्ध के सबसे प्रेरक नायकों में से एक थे। 9 सितंबर 1974 को पालमपुर में जन्मे कैप्टन बत्रा 13 जम्मू एवं कश्मीर राइफल्स में अधिकारी थे। ऑपरेशन विजय के दौरान उन्होंने पॉइंट 5140 सहित कई महत्वपूर्ण चोटियों पर कब्ज़ा कर युद्ध की दिशा बदल दी। उनका प्रसिद्ध उद्घोष 'यह दिल मांगे मोर' भारतीय सेना के साहस का प्रतीक बन गया। 7 जुलाई 1999 को पॉइंट 4875 पर एक घायल साथी को बचाते हुए वे शहीद हो गए। मरणोपरांत परमवीर चक्र से सम्मानित कैप्टन बत्रा आज भी युवाओं के लिए अदम्य साहस और देशभक्ति की प्रेरणा हैं।

परमवीर चक्र विजेता राइफलमैन संजय कुमार

राइफलमैन संजय कुमार, बिलासपुर जिले के कलोल गांव के किसान परिवार से संबंध रखते हैं। वर्ष 1996 में सेना में भर्ती होकर उन्होंने 13 जम्मू एवं कश्मीर राइफल्स के जवान के रूप में सेवाएं दी। कारगिल युद्ध में 4 जुलाई 1999 को पॉइंट 4875 के 'फ्लैट टॉप' क्षेत्र में, गंभीर रूप से घायल होने के बावजूद, उन्होंने अकेले दुश्मन के बंकर पर धावा बोला, तीन शत्रु सैनिकों को मार गिराया और उनकी मशीनगन छीनकर मोर्चा जीत लिया। उनके इस पराक्रम से भारतीय सेना को बहुत बड़ी निर्णायक सफलता मिली। इस असाधारण साहस के लिए उन्हें देश का सर्वोच्च सैन्य सम्मान परमवीर चक्र प्रदान किया गया और बाद में वे सूबेदार मेजर बने।◆◆◆

गुलामी के प्रतीकों को हटाकर

परमवीर चक्र

विजेताओं से सजा राष्ट्रपति भवन

राष्ट्रपति भवन से ब्रिटिश अधिकारियों की तस्वीरें हटाकर वहां भारत के 21 परमवीर चक्र विजेताओं के चित्र लगाए गए हैं। यह कदम औपनिवेशिक प्रतीकों को समाप्त करने और भारतीय वीरों को सम्मान देने की दिशा में उठाया गया। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने 16 दिसंबर 2025 को विजय दिवस पर 'परम वीर दीर्घा' का उद्घाटन किया। राष्ट्रपति भवन के उन गलियारों में पहले ब्रिटिश सहायक अधिकारियों के 96 चित्र लगे थे, जिन्हें अब हटा दिया गया है। इनकी जगह सभी 21 परमवीर चक्र विजेताओं की तस्वीरें प्रदर्शित की गई हैं, जो भारत का सर्वोच्च सैन्य सम्मान है। यह पहल गुलामी की मानसिकता से मुक्ति का प्रतीक बनी हुई है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने सोशल मीडिया पर इन चित्रों को सांझा कर वीरों को नमन किया और इसे राष्ट्र को नवचेतना से जोड़ने का उदाहरण बताया। रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह उद्घाटन समारोह में मौजूद थे। पहले अंडमान-निकोबार द्वीप समूह के कई द्वीपों के नाम भी परमवीर चक्र विजेताओं पर रखे गए थे। परमवीर चक्र विजेताओं ने राष्ट्र रक्षा में अदम्य साहस दिखाया, और यह दीर्घा उनके बलिदान को अमर बनाती है। यह बदलाव राष्ट्रपति भवन को भारतीय गौरव से सजाने का सफल प्रयास दर्शाता है।

परमवीर चक्र (PVC) भारत का सर्वोच्च सैन्य सम्मान है, जो दुश्मन के सामने अदम्य वीरता दिखाने के लिए दिया जाता है;इस प्रतिष्ठित पुरस्कार के अब तक कुल 21 विजेता हैं, जिनमें प्रमुख हैं-मेजर सोमनाथ शर्मा, नायक जदुनाथ सिंह, कैप्टन गुरबचन सिंह सलारिया, मेजर धन सिंह थापा, हवलदार अब्दुल हमीद, और कैप्टन विक्रम बत्रा। यह सम्मान युद्धकाल में सर्वोच्च बलिदान के लिए मरणोपरांत भी दिया जाता है, जिसमें कई वीर शामिल हैं।

प्रमुख परमवीर चक्र विजेताओं की सूची

1. मेजर सोमनाथ शर्मा (3 नवंबर 1947)-1 कुमाऊं रेजिमेंट
2. लांस नायक करम सिंह:(13 अक्टूबर 1948)- 1 सिख रेजिमेंट
3. सेकंड लेफ्टिनेंट राम राघोबा राणे:(1948)- बॉम्बे सैपर्स
4. नायक जदुनाथ सिंह:(6 फरवरी 1948)-राजपूत रेजिमेंट
5. मेजर पीरू सिंह:(17 जुलाई 1948)-राजपूताना राइफल्स
6. कै. गुरबचन सलारिया:(5 दिसंबर 1961)-3/1 गोरखा राइफल्स
7. मेजर धनसिंह थापा: (20 अक्टूबर 1962) - 1/8 गोरखा राइफल्स
8. सूबेदार जोगिंदर सिंह:(23 अक्टूबर 1962) - 1 सिख रेजिमेंट
9. मेजर शैतान सिंह:(18 नवंबर 1962) - 13 कुमाऊं रेजिमेंट
10. क. अर्देशिर बुज़ोरजी तारापोर:(11 सितंबर 1965) - 17 पूना हॉर्स
11. हवलदार अब्दुल हमीद:(10 सितंबर 1965) - 4 ग्रेनेडियर्स
12. लांस नायक अल्बर्ट एक्का:(4 दिसंबर 1971) - 14 गार्ड्स
13. फ्लाइंग ऑफिसर निर्मल जीत सिंह सेखों:(14 दिसंबर 1971) - भारतीय वायु सेना
14. 2nd ले. अरुण खेत्रपाल:(16 दिसंबर 1971)-4/5 गोरखा राइफल्स
15. मेजर होशियार सिंह: (17 दिसंबर 1971) - 3 ग्रेनेडियर्स
16. नायब सूबेदार बाना सिंह:(23 मई 1987) - 8 जम्मू एंड कश्मीर लाइट इन्फेंट्री
17. मेजर रामास्वामी परमेश्वरन:(25 नवंबर 1987) - 8 महार रेजिमेंट
18. कै.मनोज कुमार पांडे:(3 जुलाई 1999) - 1/11 गोरखा राइफल्स
19. ग्रेनेडियर योगेंद्र सिंह यादव:(4 जुलाई 1999) - 18 ग्रेनेडियर्स
20. राइफलमैन संजय :(4 जुलाई 1999) - 13 जे एंड के राइफल्स
21. कै. विक्रम बत्रा:(7 जुलाई 1999) - 13 जे एंड के राइफल्स

भारत के इन परमवीर चक्र विजेताओं के चित्र राष्ट्रपति भवन में स्थापित करके सर्वोच्च सैनिक सम्मान को आदर प्रदान किया गया है, जो कि भारत के इतिहास में गौरव का विषय है। यह कृतज्ञ राष्ट्र का परमवीर चक्र विजेताओं के प्रति सम्मान है।

भारत की एकता और अखंडता का आदर्श

हमारा संविधान

सिकन्दर बंसल

26 नवंबर 1949 को संविधान सभा ने भारतीय संविधान को अपनाया और सदियों की गुलामी, पीड़ा और संघर्ष के बाद भारत ने यह घोषणा की कि अब उसकी नियति किसी पर निर्भर नहीं, वह स्वयं अपने भविष्य का वास्तुकार बनेगा। संविधान केवल कानूनी दस्तावेज़ न होकर एक ऐसी रोशनी है जो आज भी राष्ट्र को राह दिखाती है। भारतीय संविधान का निर्माण किसी एक दिन की उपलब्धि नहीं था। यह लगभग तीन वर्षों की साधना का परिणाम था–2 वर्ष, 11 माह और 18 दिन की अथक मेहनत, 299 सदस्यों का सम्मिलित चिंतन और 165 बैठकों की गंभीर चर्चा। संविधान सभा की बहसें आज भी 11 विशाल खंडों में सुरक्षित हैं, जिनमें भारत की विविधता, आकांक्षाएँ और भविष्य की धड़कनें दर्ज हैं। इस विरल कार्य का नेतृत्व डॉ. भीमराव आंबेडकर ने किया। उन्होंने संविधान को रचते समय चेताया–''कानून कितने भी अच्छे क्यों न हों, यदि उन्हें चलाने वाले अच्छे नहीं होंगे, तो वे भी व्यर्थ हो जाएंगे।'' उनका यह वाक्य केवल चेतावनी नहीं, बल्कि शासन की नैतिकता पर आधारित गहन सिद्धांत है। जब संविधान 26 जनवरी 1950 को लागू हुआ, तब भारत के प्रथम राष्ट्रपति डॉ. राजेन्द्र प्रसाद ने कहा–''हमारा संविधान चाहे जितना अच्छा क्यों न हो, इसका संचालन अंतत: उन लोगों पर निर्भर करेगा जो इसे चलाएंगे।''

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने डॉ. आंबेडकर की 125वीं जयंती पर यह विचार रखा कि संविधान को जन–स्मृति और जन–चेतना से जोड़ने के लिए एक विशेष दिवस मनाया जाना चाहिए। इस सोच के परिणामस्वरूप 26 नवंबर को ''संविधान दिवस'' घोषित किया गया। यह दिवस केवल अतीत का स्मरण नहीं, बल्कि उस भविष्य का संकल्प है जिसमें संविधान की आत्मा जीवित रहे। इसकी वास्तविक शक्ति उसकी प्रस्तावना में छिपी है– न्याय, स्वतंत्रता, समानता और बंधुत्व। इन चार शब्दों में आधुनिक भारत की आत्मा बसती है।

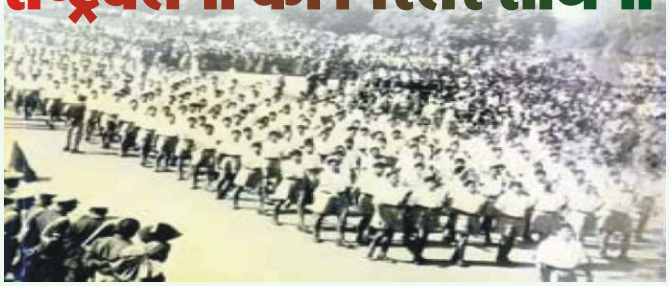
1975–77 का आपातकाल भारतीय लोकतंत्र पर सबसे बड़ा प्रहार था। मौलिक अधिकार सीमित हुए, प्रेस पर सेंसरशिप लगी, हज़ारों लोग जेलों में बंद हुए। यह एक ऐसा कालखंड था जिसने देश को यह एहसास कराया कि संविधान की रक्षा केवल न्यायालयों से नहीं, बल्कि जागरूक नागरिकों से होती है। इसमें जिन नागरिक कर्तव्यों एवं अधिकारों का समावेश है उनका आचरण इसे जीवंत बनाता है। आंबेडकर ने सही कहा था—''राजनीतिक समानता और सामाजिक असमानता साथ–साथ लंबे समय तक जीवित नहीं रह सकती।''

आज के दौर में संविधान की प्रासंगिकता और बढ़ जाती है। समाज गलत सूचनाओं, सामाजिक तनाव, निजी जीवन में तकनीकी हस्तक्षेप, और विभाजनकारी प्रवृत्तियों की चुनौती से जूझ रहा है। ऐसे समय में संविधान ही वह चिराग है जो अंधकार में भी मार्ग दिखाता है। महात्मा गांधी का कथन, ''भारत तभी सच में स्वतंत्र होगा जब सबसे कमजोर व्यक्ति को भी न्याय का भरोसा होगा।'' एक सभा में भारतीय संविधान को ''दुनिया के सबसे प्रगतिशील और सर्वसमावेशी संविधानों में से एक'' बताया। यूरोपीय संसद में भी इसका महत्व निर्विवाद है–''दुनिया में कोई भी लोकतंत्र भारतीय संविधान जैसी विविधता को इतनी संवेदनशीलता और संतुलन के साथ नहीं संभालता।'' संविधान केवल शासन की विधि नहीं, यह एक जीवन–दृष्टि है। इसमें सामूहिक जीवन का समावेश है जो परिवार, समाज और विश्व कल्याण की परिकल्पना को साकार बनाता है। यह बताता है कि असहमति राष्ट्रद्रोह नहीं, बल्कि लोकतंत्र की जीवंतता है। संविधान वह दर्पण है जिसमें भारत अपने वर्तमान और भविष्य दोनों को देख सकता है। यह हमारे होने का आधार है, हमारी पहचान है और हमारा भविष्य है। यद्यपि भारत के राजनीतिक सत्तारूढ़ दलों ने संविधान में कुछ संशोधन करते हुए अपने स्वार्थों को साधने का भी प्रयास किया है, परंतु भारतीय जनमानस की संविधान के प्रति गहरी आस्था देश की अखंडता को कायम किए हुए है।◆◆◆

हितेन्द्र शर्मा

गणतंत्र दिवस और राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ

राष्ट्रचेतना की निरंतर साधना



गणतंत्र दिवस भारत के इतिहास की मात्र एक तिथि नहीं बल्कि वह राष्ट्रीय उपलब्धि है, जिसने हमारी सभ्यता, राजनीतिक चेतना और सांस्कृतिक आत्मा को एक सूत्र में पिरो दिया। यह वह क्षण है जब स्वतंत्र भारत ने स्वयं को संविधान के अधीन एक लोकतांत्रिक गणराज्य घोषित किया और नागरिकों की गरिमा को राज्य के केंद्र में स्थापित किया। यह पर्व हमें यह भी स्मरण कराता है कि स्वतंत्रता की रक्षा देशभक्त सैनिक ही नहीं करते इसे जीवित उन करोड़ों नागरिकों का चरित्र, कर्तव्यबोध और अनुशासन भी बनाए रखता है, जो राष्ट्र के प्रति अपनी निष्ठा को निरंतर साधना की तरह जीते हैं।

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ का गणतंत्र दिवस के प्रति दृष्टिकोण इसी अर्थ में अद्वितीय है। संघ ने इसे कभी महज एक सरकारी समारोह नहीं माना, यह उसके लिए राष्ट्र जागरण का पर्व है। शाखाओं में पूरी श्रद्धा के साथ तिरंगे का ध्वजारोहण, पथ-संचलन, सेवा-कार्य ये सब किसी दिखावे या तामझाम का हिस्सा नहीं बल्कि उस अखंड राष्ट्रभाव की अभिव्यक्ति है, जहाँ राष्ट्र सर्वोपरि है और स्वयंसेवक मात्र साधक। संघ का इतिहास यह प्रमाणित करता है कि उसके लिए राष्ट्रनिष्ठा कभी अवसरवादी या राजनीतिक विषय नहीं रही, यह उसके जीवनस्रोत में प्रवाहित होने वाली सतत अनुभूति है। स्वतंत्र भारत के शुरुआती वर्षों में जब राष्ट्र नवजन्म की कठिनाइयों से जूझ रहा था, सीमाओं की असुरक्षा, प्रशासनिक चुनौतियाँ, आर्थिक संघर्ष, और सामाजिक पुनर्संगठन तब गणतंत्र दिवस को संघ ने केवल उत्सव के रूप में नहीं देखा। उसने इसे राष्ट्रीय चरित्र के निर्माण का अवसर माना। शाखाओं में खड़े स्वयंसेवकों के लिए ध्वज के सामने सजग मुद्रा में खड़े होना, राष्ट्रगीत के साथ मन को स्थिर करना और सामूहिक अनुशासन के साथ पथ-संचलन करना किसी औपचारिकता का पालन नहीं था। यह स्वयं को राष्ट्र के प्रति समर्पित करने की सामूहिक प्रतिज्ञा थी। भारतीय इतिहास में 1963 का गणतंत्र दिवस एक अनुपम अध्याय के रूप में दर्ज है। चीनी आक्रमण के बाद देश गहरे संकट से गुजर रहा था। सीमाओं पर तनाव, शरणार्थियों की पीड़ा, आपूर्ति व्यवस्थाओं की कठिनाइयाँ ऐसे समय में संघ के स्वयंसेवकों ने राहत और सेवा के कार्यों में जिस तत्परता, अनुशासन और निष्ठा का परिचय दिया, उसने पूरे देश का ध्यान आकर्षित किया। स्वयं प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने उनकी भूमिका को स्वीकार करते हुए संघ को गणतंत्र दिवस परेड में सम्मिलित होने का निमंत्रण दिया। 26 जनवरी 1963 को लगभग तीन हजार स्वयंसेवकों ने राजपथ पर गणवेश में सुव्यवस्थित पथ-संचलन किया। यह दृश्य केवल राष्ट्रीय गौरव का नहीं था बल्कि यह संदेश था कि जब उद्देश्य राष्ट्रसेवा हो तो विचारधाराएं भी सहयोगी बन सकती हैं। यह प्रसंग इस बात का साक्षी है कि राष्ट्रनिर्माण में निष्ठा और चरित्र का कोई विकल्प नहीं। गणतंत्र दिवस पर संघ की यह उपस्थिति आज भी इतिहास के पन्नों पर एक विशिष्ट अध्याय की तरह उजली है, क्योंकि यह राजनीतिक स्वीकार्यता का नहीं बल्कि राष्ट्रीय सेवा के सम्मान का प्रतीक था।

आज जब हम 21वीं सदी के भारत को देखते हैं तकनीक, विकास और वैश्विक महत्वाकांक्षाओं से भरा हुआ, तो यह भी स्वीकार करना पड़ता है कि लोकतंत्र का संतुलन तब तक अक्षुण्ण नहीं रह सकता जब तक उसकी जड़ें नागरिक कर्तव्यों में सिंचित न हों। अधिकारों की चर्चा जितनी प्रखर होती जा रही है, कर्तव्यों के प्रति उतना ही मौन बढ़ता जा रहा है। ऐसे समय में आरएसएस की गणतंत्र दिवस परंपरा हमें यह समझाती है कि संविधान को केवल पढ़ना पर्याप्त नहीं उसे अपने जीवन में चरित्र, व्यवहार और सामाजिक आचरण के रूप में उतारना ही उसकी सच्ची पूजा है। गणतंत्र केवल शासन प्रणाली का रूप नहीं, यह राष्ट्रीय चरित्र का दर्पण है। और संघ की दृष्टि में यह दर्पण तभी स्वच्छ रहता है जब समाज संगठित हो, व्यक्ति अनुशासित हो और देश सर्वोपरि हो। शाखा में ध्वज को नमन करना दरअसल स्वयं को नमन करना है उस संकल्प को, उस चेतना को, उस आदर्श को जिसकी आधारशिला पर भारत विश्वगुरु बनने की दिशा में आगे बढ़ रहा है। यही सत्य है कि राष्ट्र केवल उत्सवों से नहीं बल्कि निरंतर जागरण एवं निरंतर साधना से निर्मित एवं विकसित होता है।

बालिकाओं को विभिन्न क्षेत्रों में अवसर प्रदान करने की जरूरत

भारतीय संस्कृति एवं सभ्याचार में कन्याओं को भी पुत्र की तरह महत्व एवं सम्मान प्राप्त रहा है। प्राचीन भारतीय समाज में शिक्षा और संस्कार दोनों को बराबर दिए जाने की परंपरा रही है। सीता, गार्गी, मैत्रेयी, कैकेयी, सावित्री अनुसूया और वैदिक एवं पौराणिक कालीन ऋषिकाओं के अनेक उदाहरण मौजूद है। कालांतर में विदेशी आक्रांताओं के भय से कन्याओं का अपहरण करके उन पर अत्याचार किए जाने की घटनाओं में बढ़ौतरी हुई। इस कारण समाज में कन्याओं का जन्म अशुभ माना जाने लगा और कन्या की बजाय लडके़ के जन्म को अधिक महत्व दिया गया। बालिका को युवावस्था तक माता-पिता के घर में रहकर की शिक्षा और संस्कार प्राप्त करके गृहस्थ में प्रवेश के लिए ससुराल जाना होता है। इस दृष्टि से एक बालिका दो कुलों के सम्मान को बनाए रखती है। हमारी संस्कृति में मेले पर्व त्यौहारों के अवसर पर विवाहिता महिलाओं को मायके में बुलाकर उनका स्वागत सत्कार किए जाने की परंपरा है। उनके बिना कोई भी उत्सव पूरा नहीं होता है। नवरात्रि में कन्याओं का पूजन करके उनके चरण धुलवाए जाते हैं। विगत शताब्दी में सामाजिक अव्यवस्था के कारण महिलाओं पर बहुत सारे प्रतिबंध रहे। उनकी पारिवारिक और सामाजिक स्थिति दयनीय हो गई परंतु भारतीय मनीषियों और अनेक समाज सुधारकों के प्रयास से पुन: महिलाओं को शिक्षा और समानता का अधिकार प्राप्त हुआ।

ऋषि भारद्वाज

बालिकाओं का सम्मान, संरक्षण और सशक्तिकरण केवल परंपरा नहीं, बल्कि सामाजिक दायित्व है। शिक्षा, समान अवसर, सुरक्षा और सकारात्मक सोच से ही वे अपनी क्षमता सिद्ध कर सकेंगी। परिवार, समाज और सरकार के संयुक्त प्रयास से ही सशक्त, समरस और समान समाज का निर्माण संभव है।

वास्तव में भारतीय संस्कृति में कन्याओं को देवी का स्वरूप माना जाता है, जो शक्ति, पवित्रता और सृष्टि के आधार का प्रतीक हैं। नवरात्रि जैसे त्योहारों में कन्या पूजन की परंपरा इन्हें माता दुर्गा के रूप में सम्मानित करने का माध्यम है। यह परंपरा समाज में बालिकाओं के महत्व को रेखांकित करती है। हिंदू ग्रंथों में 2 से 10 वर्ष की कन्याओं को विभिन्न देवियों के रूपों जैसे कुमारी, कालिका, दुर्गा आदि के नाम से जाना जाता है, जिनका पूजन जप-तप को सफल बनाता है। वेदों, पुराणों और महाभारत में नारी को जगत्-जननी, आदि शक्ति और पूज्य बताया गया है, जहां उनका सत्कार घर में सुख-शांति लाता है। कन्या पूजन महिलाओं के सशक्तिकरण, शिक्षा और लैंगिक समानता का संदेश देता है।

आज भी नवरात्रि में कन्या पूजन प्रचलित है, लेकिन सामाजिक चुनौतियां जैसे भेदभाव, शिक्षा की कमी और सुरक्षा के मुद्दे बने हुए हैं। वैदिक काल में महिलाओं को शिक्षा और यज्ञ का अधिकार था, जो बाद में सीमित हो गया, परंतु आधुनिक प्रयासों से बालिका सशक्तिकरण बढ़ रहा है। समाज को कन्याओं के सम्मान को परंपरा से आगे बढ़ाकर वास्तविक समानता सुनिश्चित करनी होगी। बालिकाओं के संरक्षण, उत्थान-प्रोत्साहन एवं मान-सम्मान के लिए अंतर्राष्ट्रीय बालिका दिवस मनाया जाता है। यह दिन लड़कियों के अधिकारों, चुनौतियों और सशक्तिकरण पर केंद्रित है। इतिहास में इसकी शुरुआत 1995 के बीजिंग महिला सम्मेलन से जुड़ी है, जहां लड़कियों के अधिकारों पर कार्ययोजना बनी। 2011 में संयुक्त राष्ट्र महासभा ने संकल्प 66/170 के तहत 11 अक्टूबर को अंतर्राष्ट्रीय बालिका दिवस घोषित किया और पहली बार 2012 में मनाया गया। गैर-सरकारी संगठन प्लान इंटरनेशनल ने 'क्योंकि मैं एक लडक़ी हूं' अभियान शुरू किया। कनाडा सरकार ने इसे संयुक्त राष्ट्र की 55वीं सभा में प्रस्तावित किया। यह सतत विकास लक्ष्यों और लैंगिक समानता को बढ़ावा देता है। बालिकाओं के उत्थान के लिए भारत में बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ के तहत वृक्षारोपण, स्वास्थ्य शिविर, सेमिनार, कन्या पूजन, खेल कार्यक्रम और जागरूकता अभियान चलाए जाते हैं। राज्य स्तर पर पोस्टर प्रतियोगिताएं, सेल्फी अभियान और मेधावी बालिकाओं का सम्मान होता है। ये प्रयास शिक्षा, स्वास्थ्य और समानता सुनिश्चित करते हैं।

हिमाचल प्रदेश देवभूमि है। यहां मां भगवती के धाम स्थापित हैं अत: यहां की पारंपरिक लोक संस्कृति में बालिकाओं का सदा सम्मान रहा है। यदि वर्तमान की कुछ घटनाओं को छोड़ दिया जाए तो हिमाचल प्रदेश में बालिकाओं की स्थिति अच्छी मानी जा सकती है। हिमाचल प्रदेश की सामाजिक व्यवस्था धीरे-धीरे सुधर रही है, विशेष रूप से लिंगानुपात में सुधार के साथ। सरकार बालिकाओं के सशक्तिकरण के लिए विभिन्न योजनाएं चला रही है, जो उनके जन्म, शिक्षा, स्वास्थ्य और आर्थिक सुरक्षा पर केंद्रित हैं। बालिकाओं की वर्तमान स्थिति राज्य में बाल लिंगानुपात 2023 में 947 से बढक़र 2024 में 964 हो गया, जो बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ जैसी योजनाओं का परिणाम है। सरकार का लक्ष्य लिंग समानता और आर्थिक स्वावलंबन पर है, जो दीर्घकालिक बदलाव ला रहा है। कुटुंब प्रबोधन के अंतर्गत परिवार और समाज को बालिकाओं के हित में सकारात्मक सोच के साथ उन्हें अवसर प्रदान करने के साथ-साथ शिक्षा, संस्कार, समाज सेवा तथा अन्य क्षेत्रों में आगे बढऩे के अवसर प्रदान करने के संकल्प को और भी मजबूत करने की जरूरत है ताकि बालिकाएं स्वयं को श्रेष्ठ सिद्ध कर सकें। ◆◆◆

नज़रें नहीं थीं, लेकिन हौंसले अडिग थे

डॉ. मुस्कान नेगी की ऐतिहासिक उड़ान बनी हिमाचल की पहली पीएचडी स्कॉलर

कहते हैं सपनों को देखने के लिए आँखों की नहीं, हौंसले की ज़रूरत होती है। इस कहावत को साकार कर दिखाया है डॉ. मुस्कान नेगी ने, जिन्होंने हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय से संगीत में पीएचडी पूरी कर एक नया इतिहास रच दिया है। वह विश्वविद्यालय से पीएचडी उपाधि प्राप्त करने वाली पहली शत-प्रतिशत दृष्टिबाधित महिला बन गई हैं।

दृष्टिबाधा कभी भी मुस्कान के सपनों के रास्ते की दीवार नहीं बन पाई। चुनाव आयोग की यूथ आइकॉन, एक संवेदनशील गायिका, शिमला के राजकीय कन्या महाविद्यालय (आरकेएमवी) में असिस्टेंट प्रोफेसर के रूप में कार्यरत मुस्कान नेगी के नाम यह उपलब्धि उनके संघर्ष, मेहनत और आत्मविश्वास की कहानी कहती है। उमंग फाउंडेशन के अध्यक्ष प्रो. अजय श्रीवास्तव ने बताया कि डॉ. मुस्कान नेगी ने अपने शोध निर्देशक डॉ. मृत्युंजय शर्मा के मार्गदर्शन में संगीत विषय में पीएचडी की पढ़ाई पूरी की। उच्च शिक्षा के दौरान उन्होंने यह साबित किया कि सीमाएं शरीर की होती हैं, सपनों की नहीं। ब्रेल सामग्री की सीमाओं के बावजूद, उन्होंने टॉकिंग सॉफ्टवेयर युक्त लैपटॉप और मोबाइल के माध्यम से ई-रिसोर्सेस का भरपूर उपयोग किया और हर चुनौती को अवसर में बदला। वहीं शोध निर्देशक डॉ. मृत्युंजय शर्मा ने कहा कि एम.ए., एम.फिल और पी.एच.डी. की पूरी यात्रा में मुस्कान की लगन, अनुशासन और जज़्बा अनुकरणीय रहा। अपनी सफलता का श्रेय देते हुए डॉ. मुस्कान नेगी भावुक हो उठीं। उन्होंने अपने माता-पिता अंबिका देवी और जयचंद, पूरे परिवार, शिक्षकों और मार्गदर्शकों को धन्यवाद दिया। डॉ. मुस्कान नेगी आज न केवल एक शिक्षिका या शोधकर्ता हैं, बल्कि उन हज़ारों दिव्यांग युवाओं के लिए उम्मीद की रोशनी हैं, जो परिस्थितियों से लड़ते हुए अपने सपनों को सच करना चाहते हैं।◆◆◆

मंडी बल्ह घाटी की कुसुमलता ने हुनर से लिखी सफलता की दास्तां

महिलाएं हुनर और हिम्मत से किसी भी क्षेत्र में अपनी मजबूत जगह बना सकती हैं। संघर्ष को अवसर में बदलकर बल्ह घाटी की कुसुमलता ने जीवन का नया अध्याय शुरू किया। कुसुमलता ने साबित कर दिया है कि अगर इरादा मजबूत हो तो कोई भी चुनौती राह रोक नहीं सकती। घर की जिम्मेदारियों में उलझी कुसुमलता ने तकनीकी काम में निपुण बनकर दूसरों के लिए प्रेरणा स्थापित की है।

35 वर्षीय कुसुमलता ने 12वीं और जीएनएम तक पढ़ाई की, लेकिन शादी और बच्चों की जिम्मेदारी संभालते हुए नौकरी की राह बंद होती चली गई। खर्च बढ़े तो पति का साथ देने का निर्णय लिया, लेकिन मन में हमेशा एक ही बात थी कि अपनी खुद की पहचान बनानी है। उसने अपनी दुकान खोल ली। यहीं से उनका नया सफर शुरू हुआ। कुसुमलता अब गैस सिलिंडर सर्विस, गैस स्टोव रिपेयर, गैस हीटर, कैंपिंग चूल्हा, मिक्सी, कुकर और भट्टी रिपेयर जैसे तकनीकी काम खुद अपने हाथों से करती हैं। शुरू में दुकान में सन्नाटा रहता था, लेकिन जैसे ही मेडिकल कॉलेज के कर्मचारियों को उनकी कुशलता का पता चला, कुसुमलता का काम रफ्तार पकड़ गया। रोजाना दर्जनों ग्राहक मिक्सी, गैस स्टोव, कुकर और हीटर की खराबी लेकर आते हैं। जरूरत पडने पर वह ऑनलाइन भी समस्याओं का समाधान कर देती हैं। कुसुमलता ने कहा कि पहले परिवार को उनके ससुर के नाम से जाना जाता था, लेकिन अब लोग उन्हें भी उनके नाम से पहचानने लगे हैं। घर की आर्थिक जिम्मेदारी में आज वह पति के साथ कंधे से कंधा मिलाकर खड़ी हैं।◆◆◆

एकता, संस्कार और संस्कृति ही राष्ट्र निर्माण का आधार: साध्वी प्राची

संस्कार, संगठन और संयम ही सशक्त राष्ट्र की पहचान : प्रताप समयाल
सोलन के ऐतिहासिक ठोडो मैदान में विशाल हिन्दू सम्मेलन आयोजित

सोलन के ऐतिहासिक ठोडो मैदान में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के शताब्दी वर्ष के उपलक्ष्य में विशाल हिंदू सम्मेलन का आयोजन किया गया। इस सम्मेलन में सामाजिक एकता, सांस्कृतिक चेतना और राष्ट्रनिर्माण का सशक्त संदेश दिया। सम्मेलन में उमड़े जनसैलाब ने यह स्पष्ट कर दिया कि जब समाज संगठित होता है, तभी संस्कृति सुरक्षित और राष्ट्र सशक्त बनता है।

सम्मेलन का शुभारंभ दीप प्रज्वलन के साथ हुआ। मंच से साध्वी डॉ. प्राची दीदी, वेदांताचार्य महंत स्वामी गुरविंदर सिंह महाराज, साध्वी श्वेता दीदी तथा आरएसएस के प्रांत प्रचार प्रमुख प्रताप समयाल जी ने प्रेरक विचार सांझा किए। वक्ताओं ने एक स्वर में कहा कि हिंदू समाज को जाति-पाति, वर्ग और आपसी मतभेदों से ऊपर उठकर एकजुट होना होगा। संगठन, संस्कार और संस्कृति- यही समाज की वास्तविक शक्ति हैं। सोलन में आयोजित विशाल हिन्दू सम्मेलन में सहभागी बनीं साध्वी डॉ. प्राची दीदी ने अपने प्रेरक उद्बोधन में कहा कि एकता, संस्कार और संस्कृति ही सशक्त राष्ट्र निर्माण की मूल आधारशिला हैं। उन्होंने समाज से आह्वान किया कि जब तक व्यक्ति अपने संस्कारों से जुड़ा नहीं रहेगा, तब तक राष्ट्र की आत्मा सुरक्षित नहीं रह सकती। साध्वी जी ने कहा कि हमारी सनातन संस्कृति ने सदैव मानवता, सहअस्तित्व और राष्ट्रभक्ति का संदेश दिया है। आज आवश्यकता है कि समाज संगठित होकर अपनी सांस्कृतिक चेतना को जागृत करे और भावी पीढ़ी को संस्कारवान बनाकर राष्ट्र निर्माण में सक्रिय भूमिका निभाए। कार्यक्रम के दौरान भारत माता और श्रीराम के जयघोष से वातावरण राष्ट्रभक्ति और आध्यात्मिक ऊर्जा से गूंज उठा। सम्मेलन के दौरान प्रांत प्रचार प्रमुख प्रताप समयाल जी ने सनातन संस्कृति के संरक्षण, नागरिक कर्तव्यों, स्वदेशी भावना, पर्यावरण संरक्षण, सामाजिक समरसता और परिवार व्यवस्था को सुदृढ़ करने पर विशेष बल दिया। यह भी रेखांकित किया गया कि समाज को जागरूक और संगठित रखने की जिम्मेदारी केवल संगठनों तक सीमित नहीं, बल्कि प्रत्येक नागरिक की समान भूमिका है। उन्होंने कहा कि हिंदू समाज की शक्ति उसकी एकता, संस्कृति और संस्कारों में निहित है। जब व्यक्ति अपने मन, शरीर और विचारों को संयमित करता है, तब समाज स्वत: मजबूत होता है। ब्रह्ममूर्ति योगतीर्थ ने युवाओं से नशे, आलस्य और नकारात्मकता से दूर रहकर योग को जीवन का अंग बनाने का आह्वान किया, ताकि स्वस्थ और जागरूक समाज का निर्माण हो सके। सम्मेलन में स्थानीय नागरिकों, युवाओं, महिलाओं और संत-महात्माओं की उल्लेखनीय सहभागिता रही। कार्यक्रम के पश्चात् सामूहिक भोजन की व्यवस्था भी की गई। समग्र रूप से यह सम्मेलन सामाजिक चेतना को जागृत करने, सांस्कृतिक मूल्यों की रक्षा करने और संगठित हिंदू समाज के निर्माण की दिशा में एक प्रेरणादायी पहल सिद्ध हुआ।◆◆◆

हिन्दू सम्मेलन : एकजुट हिमाचल, सशक्त भारत

जिला मंडी के बरोट मंडल में एक भव्य 'हिंदू सम्मेलन' का सफल आयोजन किया गया। इस सम्मेलन में क्षेत्र की लगभग 3000 से अधिक 'सज्जन शक्ति' (समाज के प्रबुद्ध और जिम्मेदार नागरिकों) ने उत्साहपूर्वक भाग लेकर अपनी एकता का परिचय दिया। कार्यक्रम के मुख्य वक्ता श्रीमान बनवीर सिंह जी रहे। उन्होंने उपस्थित जनसमूह को संबोधित करते हुए समाज की वर्तमान चुनौतियों और उनके समाधान पर विस्तार से प्रकाश डाला।

बाली चौकी के थाची में हिंदू समाज द्वारा हिंदू सम्मेलन का भव्य आयोजन किया गया। कार्यक्रम का आरंभ दीप प्रज्वलन और राष्ट्रीय गीत के साथ किया गया। जिसमें मुख्य अतिथि कौलान्तक पीठ के पीठाधीश्वर श्री योगी सत्येंद्र नाथ जी रहे। उन्होंने सनातन धर्म और वर्तमान में समाजिक चुनौतियों के ऊपर कहा। उन्होंने हिंदुओं को संगठित रहने के लिए कहा। उन्होंने बांग्लादेश में हुई हिंदू की निर्मम हत्या का जिक्र करते हुए लोगों से आह्वान किया कि सभी एकजुट रहे ताकि देश को सुदृढ़ एवं सशक्त बनाने में मदद मिले।

कांगड़ा में स्वामी प्रकाशानन्द जी व सामाजिक कार्यकर्ता विपिन जी के विचारों से मिला मार्गदर्शन

योल। हिन्दू सम्मेलन समिति योल मंडल की ओर से रविवार को श्री राधाकृष्ण मंदिर, योल परिसर में भव्य हिन्दू सम्मेलन का सफल आयोजन किया गया। सम्मेलन में योल व आसपास के क्षेत्रों से बड़ी संख्या में सकल हिन्दू समाज के लोगों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

निथर खंड का तीसरा हिन्दू सम्मेलन पंचायत नित्थर और देहरा के मध्य सरस्वती विद्या मंदिर नित्थर में आयोजित हुआ। इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्रीमान करतार सिंह ठाकुर जी, मुख्य वक्ता श्रीमान संजय जी प्रान्त प्रचारक, महिला वक्ता श्रीमती ऊष्मा जी, विशिष्ट अतिथि श्रीमान बलवीर सिंह जी, श्रीमान विनोद ठाकुर जी, दिनेश शर्मा जी जिला प्रचारक पवन जी खण्ड संघचालक दलीप वर्मा जी उपस्थित रहे।

भारत माता पूजन एवं विवाह उत्सव बना भारतीय संस्कृति का अनुपम संगम

भारत की समृद्ध सांस्कृतिक परंपरा में विवाह केवल दो व्यक्तियों का नहीं, बल्कि दो कुलों का पवित्र एवं संस्कारपूर्ण मिलन माना जाता है। यह केवल सामाजिक अनुबंध नहीं, अपितु 'धर्म-संस्कार-कर्तव्य' की नई यात्रा का प्रारंभ है। ऐसे ही एक प्रेरक अवसर पर टौणी देवी खंड के गाँव बलोह में दुल्हा अंकित जी के विवाह उत्सव के अंतर्गत भारत माता पूजन कार्यक्रम हुआ जिसमें मुख्यतिथि श्री रणवीर राणा जी हमीरपुर जिला के पूर्व में रहे मा. संघ चालक वर्तमान में ठाकुर राम सिंह समिति के सदस्य, एवं मुख्यवक्ता के नाते श्रीमान किस्मत कुमार जी उत्तर क्षेत्र सह कार्यवाह एवं खंड के प्रचार प्रमुख श्री राजेश जी एवं अन्य स्वयंसेवक बंधु उपस्थित रहे।

किस्मत जी ने अपने सुस्पष्ट एवं ऊर्जा से परिपूर्ण वक्तव्य में भारतीय परिवार व्यवस्था, कुटुंबीय मूल्यों तथा संस्कृति के संरक्षण पर विस्तृत प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि भारत माता पूजन के माध्यम से हम अपने राष्ट्र, समाज और संस्कृति के प्रति श्रद्धा तथा दायित्व की पुन:स्मृति करते हैं।

इसी के साथ उन्होंने पंच परिवर्तन जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर समाज को अनुसरण करने का आह्वान करते हुए कहा कि 'पंच परिवर्तन' के माध्यम से समाज परिवर्तन से लेकर राष्ट्र निर्माण तक का महत्वपूर्ण सफर तय किया जा सकता है। उन्होंने जोर दिया कि यदि हम अपने व्यक्तिगत जीवन में इन पांच बिंदुओं-सामाजिक समरसता, पर्यावरण संरक्षण, परिवार प्रबोधन, स्व-बोध एवं नागरिक कर्तव्य-को आत्मसात करें, तो समाज को नई दिशा देने में बड़ा योगदान दे सकते हैं।◆◆◆

छुआछूत की करो विदाई, हम सब हिंदू भाई-भाई : नीलकंठ महाराज

नालागढ़ के बैहल मंडल में संघ शताब्दी वर्ष के निमित्त हिंदू सम्मेलन का आयोजन किया गया। जिसमें प्रसिद्ध कथा वाचक एवं संत नीलकंठ जी महाराज,आचार्य राकेश कपिल जी, रंगी राम शास्त्री जी के आशीष वचन हिन्दू समाज को प्राप्त हुए और वक्ता के रूप में जिला प्रचारक सौरव रपटा ने संघ के सौ वर्षों की यात्रा को सार रूप में अवगत कराया। नीलकंठ महाराज जी ने समस्त हिन्दू समाज से संगठित और समरस होने का आग्रह किया। आचार्य राकेश कपिल जी ने नशे को जड़ से उखाड़ने तथा समाज को नशामुक्त बनाने का संदेश दिया। रंगी राम शास्त्री जी द्वारा कुटुंब प्रबोधन पर बल दिया गया, उन्होंने कहा कि परिवार में संस्कार व्यवस्था को पुन: स्थापित करने की आवश्यकता है। इस सम्मेलन में बच्चे, बुजुर्ग, मातृशक्ति एवं भारी संख्या में सज्जन शक्ति उपस्थित थी। सम्मेलन में 517 संख्या रही।◆◆◆

ठाकुर रामसिंह इतिहास शोध संस्थान नेरी एवं जीवाजी विश्वविद्यालय, ग्वालियर के बीच शैक्षणिक और शोधसहयोग हेतु एमओयू हस्ताक्षरित करते हुए प्रतिनिधिगण। राष्ट्रीय संगोष्ठी के अवसर पर हुए इस समझौते को दीर्घकालिक अकादमिक सहयोग की दिशा में महत्वपूर्ण कदम माना जा रहा है।

हिमाचल की बेटियों ने बढ़ाया प्रदेश का गौरव

शिक्षा और सेवा में रचा नया इतिहास

हिमाचल प्रदेश की बेटियां एक बार फिर अपनी प्रतिभा, मेहनत और संकल्प से प्रदेश का मान बढ़ा रही हैं। शिक्षा और सेवा के क्षेत्र में उल्लेखनीय उपलब्धियां हासिल कर उन्होंने यह साबित कर दिया है कि लगन और परिश्रम से हर लक्ष्य प्राप्त किया जा सकता है। सुलह क्षेत्र की निवासी रिधिमा वर्मा ने उच्च शिक्षा के क्षेत्र में बड़ी सफलता हासिल की है। रिधिमा ने भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान (आईआईटी) रोपड़ से डॉक्टरेट की उपाधि प्राप्त की है। इसके साथ ही उनका चयन एलएनएम आईआईटी जयपुर में सहायक प्रोफेसर के पद पर हुआ है। यह उपलब्धि न केवल उनके परिवार, बल्कि पूरे क्षेत्र के लिए गर्व का विषय है। रिधिमा के पिता विजय वर्मा लोक निर्माण विभाग जयसिंहपुर में एक्सईएन के पद पर कार्यरत हैं, जबकि उनकी माता ममता वर्मा विकास खंड भवारना में सेवाएं दे रही हैं। डॉ. रिधिमा ने अपनी सफलता का श्रेय अपने माता-पिता, मार्गदर्शकों और निरंतर मेहनत को दिया है।

रिधिमा वर्मा

वहीं, जसवां-परागपुर विधानसभा क्षेत्र से सटे अंब कस्बे की बेटी प्राची ठाकुर ने मर्चेंट नेवी में चयनित होकर क्षेत्र का नाम रोशन किया है। प्राची का चयन जीपी रेटिंग कोर्स के लिए हुआ है। चयन के बाद 19 दिसंबर को वह अपने परिवार के साथ कैप्टन संजय पराशर द्वारा संचालित रक्कड़ कार्यालय पहुंचीं, जहां उन्होंने कैप्टन संजय पराशर से मुलाकात कर उनका आभार व्यक्त किया। रिधिमा वर्मा और प्राची ठाकुर की ये उपलब्धियां न केवल हिमाचल की बेटियों की क्षमता को दर्शाती हैं, बल्कि आने वाली पीढ़ियों के लिए भी प्रेरणास्रोत हैं।◆◆◆

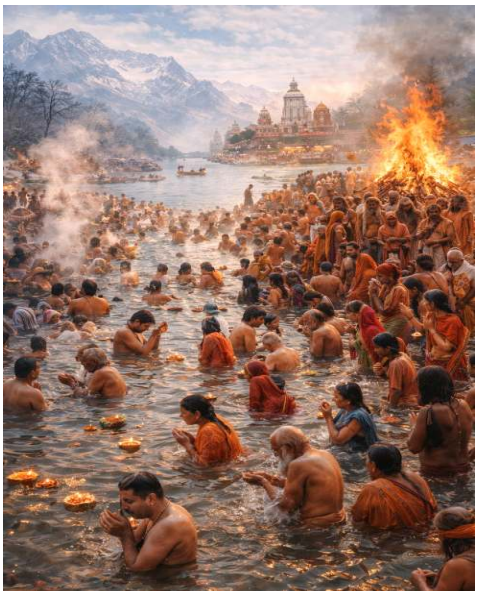
मेनका सोनी की जीवन यात्रा यह सिद्ध करती है कि जब लक्ष्य स्पष्ट हो और सेवा की भावना प्रबल हो, तो कोई भी सीमा व्यक्ति की उड़ान को नहीं रोक सकती। लखनऊ की साधारण पृष्ठभूमि से निकलकर अमेरिका के रेडमंड सिटी काउंसिल तक पहुंचना केवल एक व्यक्तिगत उपलब्धि नहीं, बल्कि यह संघर्ष, नेतृत्व और समर्पण की प्रेरक गाथा है। उन्होंने यह दिखाया कि सफलता का वास्तविक अर्थ केवल ऊंचे पद या प्रतिष्ठा नहीं, बल्कि समाज के अंतिम व्यक्ति तक सकारात्मक बदलाव को भी पहुंचाना है।

कॉरपोरेट जगत में तीन दशकों का उनका अनुभव और साथ ही सामाजिक सेवा में उनकी निरंतर सक्रियता यह दर्शाती है कि पेशेवर सफलता और मानवीय संवेदनाएं एक-दूसरे की पूरक हो सकती हैं। 'एम पावरिंग' और 'मां की रसोई' जैसे प्रयासों के माध्यम से उन्होंने भूख, बेघरपन और असहायता से जूझ रहे लोगों के जीवन में आशा की किरण जगाई। उनका कार्य यह प्रमाण है कि सेवा की भावना सीमाओं, देशों और संस्कृतियों से परे होती है। रेडमंड सिटी काउंसिल में पहली प्रवासी भारतीय-अमेरिकी महिला के रूप में उनका चुना जाना न केवल भारतीय समुदाय के लिए गर्व का क्षण है, बल्कि यह वैश्विक मंच पर भारतीय महिलाओं की नेतृत्व क्षमता को भी रेखांकित करता है। भारतीय संस्कृति और मूल्यों के प्रति उनका गहरा जुड़ाव, चाहे वह शपथ ग्रहण के समय भगवद्गीता हो या विदेश में भारतीय त्यौहारों का आयोजन, उनकी जड़ों से जुड़ी सोच को दर्शाता है। अंतत: मेनका सोनी का कहना है कि अगर संकल्प दृढ़ हो, कर्म निष्ठावान हों और संस्कृति से जुड़ाव बना रहे, तो व्यक्ति न केवल स्वयं आगे बढ़ता है, बल्कि समाज को भी सशक्त बनाता है। वे आज अनगिनत महिलाओं और युवाओं के लिए प्रेरणा, आत्मविश्वास और नेतृत्व का प्रतीक हैं।◆◆◆

माघी पूर्णिमा और लोहड़ी का स्नान पर्व

कल्पना वर्मा 'बेवी'

भारतीय संस्कृति में तीर्थ स्नान पापों से मुक्ति, शुद्धिकरण और आध्यात्मिक ऊर्जा ग्रहण करने का प्रमुख साधन माना जाता है। यह परंपरा वेदों, पुराणों और महाभारत जैसे ग्रंथों से जुड़ी हुई है, जहां तीर्थों के जल को दिव्य गुणों वाला बताया गया है। धार्मिक महत्वतीर्थ स्नान से शरीर के रोमछिद्रों के माध्यम से तीर्थ की पवित्र ऊर्जा शरीर में प्रवेश करती है, जो पाप नाश और मोक्ष प्राप्ति का मार्ग प्रशस्त करती है। गंगा जैसे तीर्थ जल में खनिज तत्व मौजूद होते हैं, जो रोग निवारण करते हैं और आत्मशुद्धि प्रदान करते हैं। पुराणों में भक्तिपूर्वक स्नान को सर्वोच्च बताया गया है।

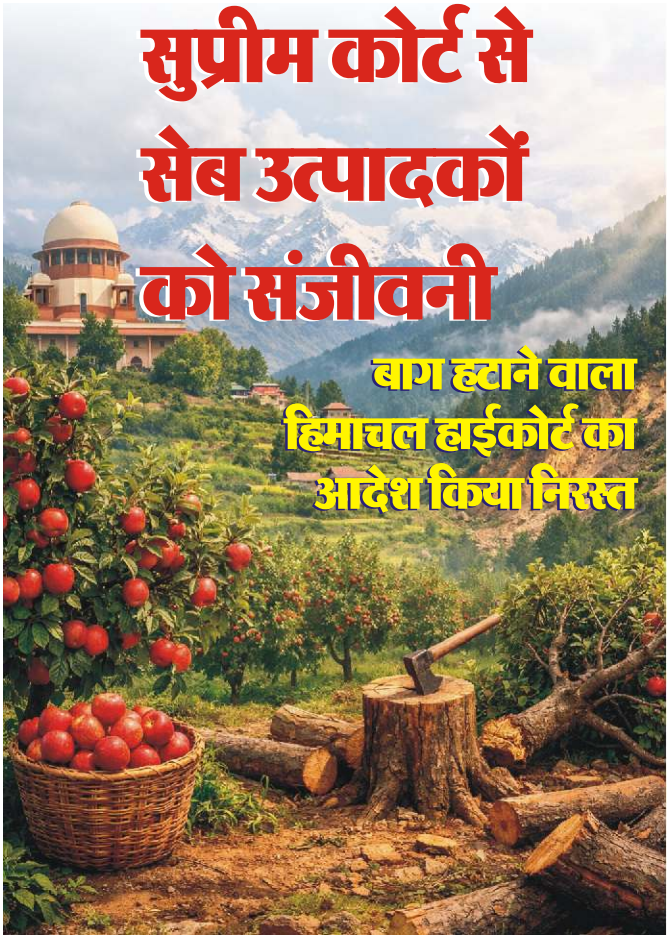


सामाजिक परंपरा: यह स्नान सामाजिक एकता को बढ़ावा देता है, क्योंकि लाखों लोग विशेष पर्वों पर तीर्थों पर एकत्र होते हैं, समरसता की भावना जागृत होती है। यात्रा के दौरान स्नान, दान और दर्शन की प्रक्रिया सामाजिक कुरीतियों को दूर करने में सहायक रही है।

सांस्कृतिक एवं राष्ट्रीय मान्यताएं: तीर्थ स्थापित करने में पूर्वजों ने जलवायु और औषधीय गुणों का ध्यान रखा, जो सांस्कृतिक चेतना और राष्ट्रीय एकता का प्रतीक हैं। यह परंपरा शिक्षा, रचना और सांस्कृतिक जागरण का स्रोत बनी हुई है, जो भारतीय पहचान को मजबूत करती है। प्रयागराज में माघी पूर्णिमा का स्नान त्रिवेणी संगम पर माघ मेला का समापनोत्सव है, जहां लाखों श्रद्धालु गंगा, यमुना और सरस्वती के संगम में पवित्र डुबकी लगाते हैं। यह स्नान पापमोचन और मोक्ष प्राप्ति का प्रतीक माना जाता है।

इतिहास: माघ मेला सदियों पुरानी परंपरा है, जो प्रयागराज के संगम तट पर जनवरी-फरवरी में आयोजित होता है। पुराणों में वर्णित है कि माघ स्नान से पुरुरवा को कुरूपता से मुक्ति मिली और इंद्र को श्राप से छुटकारा। यह हर साल लगता है, जबकि 12 वर्ष में महाकुंभ बन जाता है।

संस्कृति: माघी पूर्णिमा पर कल्पवास की परंपरा प्रमुख है, जहां श्रद्धालु पूरे मास नदी तट पर तप, दान और जप करते हैं। देवता भी संगम पर स्नान करने आते हैं ऐसा विश्वास है, और ठंडे पानी में स्नान मन-कर्म की शुद्धि का प्रतीक। मेला सांस्कृतिक आयोजन, साधु-संतों की सभाओं से जीवंत होता है। **स्नान परंपरा :** माघी पूर्णिमा को अंतिम प्रमुख स्नान, पौष पूर्णिमा से शुरू होकर मकर संक्रांति, मौनी अमावस्या आदि के बाद। **दान-व्रत:** तिल दान, उपवास और सूर्य को अर्घ्य। **कल्पवास:** 1 रात्रि से जीवनभर तक तपस्या, शिव की तपस्या से प्रेरित। तत्तापानी, हिमाचल प्रदेश के सुन्नी क्षेत्र में स्थित एक पवित्र तीर्थस्थल है, जहां लोहड़ी पर्व पर गर्म जल स्रोतों में स्नान का विशेष महत्व है। यह स्थान भगवान परशुराम और महर्षि जमदग्नि से जुड़ा माना जाता है। **स्थान का महत्व:** तत्तापानी को हिमाचल का हरिद्वार कहा जाता है, क्योंकि यहाँ प्राकृतिक गर्म पानी के चश्मे हैं जो चर्म रोगों को दूर करने में सहायक माने जाते हैं। लोहड़ी और मकर संक्रांति पर यहाँ आस्था की डुबकी लगाने के लिए भक्त दूर-दूर से आते हैं। मकर राशि में सूर्य प्रवेश के समय यहाँ तुलादान भी विशेष फलदायी होता है। **लोहड़ी की परंपराएं:** लोहड़ी पर तत्तापानी में मेला लगता है, जहां श्रद्धालु गर्म जल में स्नान करते हैं और तुलादान करते हैं। परशुराम के विश्राम के दौरान धोती निचोड़ने से उत्पन्न इन जल स्रोतों में स्नान से दुख-दरिद्रता दूर होती है। पर्व पर पंडाल सजाए जाते हैं और भक्त पूजा-अर्चना करते हैं। लोहड़ी को अलाव जलाने तथा खिचड़ी खिलाने की भी परंपरा है। लोहड़ी के दिनों में बच्चे रात को घरों में जाकर '**दुल्ला भट्टी वाला**' गीत गाकर पैसे और अनाज एकत्रित कर लोहड़ी के दिन खिचड़ी बनाकर सामूहिक भोज करते हैं। ◆◆◆



हिमाचल प्रदेश के लाखों सेब उत्पादकों को बड़ी राहत देते हुए सुप्रीम कोर्ट ने हिमाचल प्रदेश हाईकोर्ट के उस आदेश को निरस्त कर दिया, जिसमें वन भूमि पर कथित अतिक्रमण वाले क्षेत्रों से फलदार बाग हटाने के निर्देश दिए गए थे। शीर्ष अदालत ने राज्य सरकार को निर्देश दिया है कि वह सीमांत वर्ग और भूमिहीन लोगों की मदद के लिए केंद्र सरकार को प्रस्ताव भेजे। मुख्य न्यायाधीश सूर्य कांत और न्यायमूर्ति जॉयमाल्य बागची की पीठ ने कहा कि हाईकोर्ट ने ऐसा आदेश पारित कर गलती की है, जिसके दूरगामी और गंभीर परिणाम हैं और जिससे समाज के हाशिये पर रहने वाले वर्ग तथा भूमिहीन लोग प्रभावित होते हैं। पीठ ने कहा कि यह विषय नीति से जुड़ा है और हाईकोर्ट को ऐसा आदेश नहीं देना चाहिए था, जिससे फलदार पेड़ों की कटाई सुनिश्चित हो।

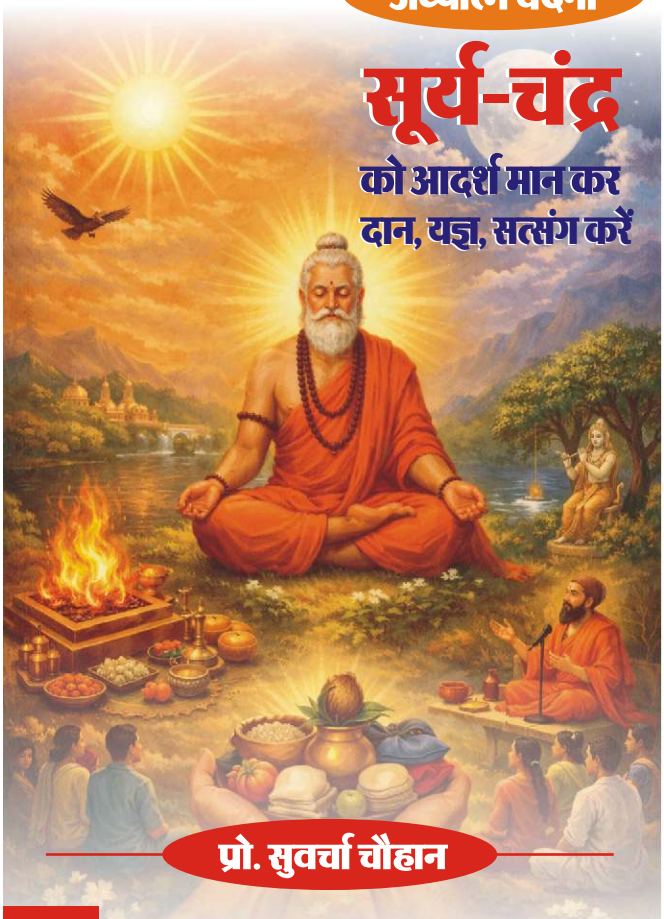
हालांकि, सुप्रीम कोर्ट ने स्पष्ट किया कि वन भूमि पर अतिक्रमण को लेकर राज्य सरकार कानून के दायरे में कार्रवाई कर सकती है। अदालत ने कहा कि राज्य सरकार कल्याणकारी राज्य के उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए एक प्रस्ताव तैयार कर केंद्र सरकार के समक्ष रख सकती है, ताकि आवश्यक अनुपालन किया जा सके।

शीर्ष अदालत राज्य सरकार की उस याचिका पर सुनवाई कर रही थी, जिसमें हाईकोर्ट के आदेश को चुनौती दी गई थी। इसके साथ ही पूर्व उपमहापौर टिकेंद्र सिंह पंवार और अधिवक्ता राजीव राय की याचिका भी अदालत के समक्ष थी। इससे पहले 28 जुलाई को सुप्रीम कोर्ट ने पंवार और राय की याचिका पर हाईकोर्ट के आदेश पर रोक लगा दी थी। याचिकाकर्ताओं ने दलील दी थी कि इस आदेश से विशेषकर मानसून के दौरान लाखों लोग प्रभावित हो रहे हैं। हाईकोर्ट ने 2 जुलाई के आदेश में वन विभाग को सेब के बाग हटाकर उनकी जगह वन प्रजातियों के पौधे लगाने के निर्देश दिए थे और इसके खर्च को अतिक्रमणकारियों से भू-राजस्व की तरह वसूलने का आदेश दिया था।

याचिका में कहा गया था कि यह आदेश मनमाना, असंगत और संवैधानिक, वैधानिक तथा पर्यावरणीय सिद्धांतों का उल्लंघन है, जिससे हिमाचल जैसे पारिस्थितिक रूप से संवेदनशील राज्य में अपूरणीय सामाजिक-आर्थिक और पर्यावरणीय नुकसान हो सकता है। मानसून के दौरान बड़े पैमाने पर पेड़ों की कटाई से भूस्खलन और मृदा क्षरण का खतरा कई गुना बढ़ जाता है। याचिकाकर्ताओं ने दलील दी कि सेब के बाग केवल अतिक्रमण नहीं हैं, बल्कि वे मिट्टी को स्थिरता प्रदान करते हैं, स्थानीय वन्यजीवों के लिए आवास उपलब्ध कराते हैं और राज्य की अर्थव्यवस्था की रीढ़ हैं, जिससे हजारों किसानों की आजीविका जुड़ी है। याचिका में यह भी कहा गया कि व्यापक पर्यावरणीय प्रभाव आकलन (ईआईए) किए बिना सेब के पेड़ों को हटाने का आदेश एहतियाती सिद्धांत के खिलाफ है, जो पर्यावरणीय न्यायशास्त्र का मूल आधार है। यह आदेश संविधान के अनुच्छेद 21 के तहत आजीविका के अधिकार का भी उल्लंघन करता है। याचिकाकर्ताओं के अनुसार, 18 जुलाई तक चैथला, कोटगढ़ और रोहड़ू जैसे क्षेत्रों में 3,800 से अधिक सेब के पेड़ काटे जा चुके थे और राज्यभर में 50,000 तक पेड़ हटाने की योजना थी। याचिका में कहा गया कि फल से लदे पेड़ों की कटाई से जनाक्रोश फैल गया और इसकी व्यापक आलोचना हुई।◆◆◆

अध्यात्म वंदना

सूर्य-चंद्र को आदर्श मान कर दान, यज्ञ, सत्संग करें



प्रो. सुवर्चा चौहान

भारतीय ज्ञान परंपरा में, जीवन की सफलता के लिए, उच्चतम मूल्यों, नैतिकता और आदर्शों को स्थापित किया गया है। कहां जाना है, किस मार्ग पर जाना है, किन-किन साधनों को अपनाना है, किन वस्तुओं को छोडना है , मन, वचन और कर्म से किस तरह निष्काम भाव से पुरुषार्थ करते हुए अपने लक्ष्य तक पहुंचना है, यह उपदेश वेद, उपनिषद, गीता रामायण, महाभारत और अन्य वैदिक, पौराणिक एवं लौकिक साहित्य में प्राणी मात्र के कल्याण के लिए किया गया है।

ओ3म् स्वस्ति पन्थामनुचरेम, सूर्यचन्द्रमसाविव।
पुनर्ददता अध्नता जानता संगमेमहि।।
स्वस्ति पंथामनुचरेम सूर्यचन्द्रमसाविव

यह एक प्रसिद्ध वैदिक मंत्र है, जो ऋग्वेद (मंडल 5, सूक्त 51, मंत्र 14) से है। जिसका अर्थ है कि हम सूर्य और चंद्रमा की तरह कल्याणकारी मार्ग पर चलें, और ज्ञानी लोगों के साथ मिलकर ज्ञान प्रदान करें; यह मंत्र शुभ कार्यों की शुरुआत में शांति और कल्याण के लिए पढ़ा जाता है, और आचार्य इसे अक्सर मार्गदर्शन और सकारात्मकता के लिए उपयोग करते हैं। हम (मनुष्य) सूर्य और चंद्रमा के समान कल्याणकारी, शुभ मार्गों का अनुसरण करें। जो ज्ञान देते हैं और अज्ञान को दूर करते हैं, ऐसे विद्वानों के साथ हम मिलें। यह मंत्र 'स्वस्तिवाचन' का हिस्सा है, जिसे किसी भी शुभ कार्य (जैसे विवाह, गृह प्रवेश) की शुरुआत में शांति और मंगल कामना के लिए पढ़ा जाता है।

यह वेदों के ज्ञान का प्रतीक है कि कैसे मनुष्य को सदाचारी और ज्ञानवान जीवन जीना चाहिए। यह मंत्र हमें नियमितता (सूर्य-चंद्रमा की तरह) और ज्ञानियों के संग से जीवन में सदाचार और प्रगति का मार्ग दिखाता है।

वास्तव में हम औरों के जीवन में जरूर से ज्यादा ताक-झांक करते हैं। सद्गुणों को नहीं बताते, केवल बुराइयों को उजागर करते हैं। अपनी अच्छाइयों और बुराइयों के बारे में अधिक चिंतन नहीं करते हैं और लोगो के दोष निकालने में ही हमारा जीवन पूरा हो जाता है। इसी आलोचना में संसार के मोह जाल में फंसे रहकर जीवन का अनमोल समय व्यर्थ गवा देते हैं। जब बुढ़ापे में पीछे मुडक़र देखते हैं, तो पता चलता है कि हमने जवानी में पैसा कमाने के अलावा अपने तथा औरों के कल्याण के लिए कुछ अधिक नहीं किया है, लेकिन फिर भी हम जीवन पर्यंत अपने द्वारा परिवार, कार्यालय, समाज में किए गए छोटे-छोटे कार्यों एवं व्यवहार का ही गुणगान करते रहते है और इसी में जीवन बीत जाता है। इस वेद मंत्र में यह कामना की गई है कि हमारे जीवन के आदर्श सूर्य और चंद्रमा है। सूर्य प्रकाश देता है और चंद्रमा शीतलता। प्रकाश और शीतलता से जीवन चलता है। क्या हमने किसी के जीवन में प्रकाश किया! क्या हमारे व्यवहार से और कल्याणकारी कार्यों से किसी को शीतलता प्राप्त होती है! अगर हां, तो संभवत हमारा जीवन सही दिशा में जा रहा हैं। अन्यथा हमारे जीवन का कोई निश्चित उद्देश्य नहीं है। खाना पीना और मौज मस्ती करना, यही हमने जीवन का सच मान लिया है जो कि अध्यात्म की दृष्टि से सही नहीं कहा जा सकता है। इस मंत्र के अनुसार जीवन की सार्थकता है दान, ज्ञान, अहिंसा और संग चलने तथा सत्संग करने में। सूर्य निरंतर प्रकाश का दान करता है और चंद्रमा शीतलता का। इस तरह जीवन का लक्ष्य हुआ- सूर्य

की तरह प्रकाशमान और चंद्रमा की तरह शीतल होकर ज्ञान और वस्तुओं का दान करते हुए मन,वचन कर्म से अहिंसा को अपनाते हुए, संगठित होकर निरंतर चलते रहना ताकि हम अपने मोक्ष की मंजिल को प्राप्त कर सकें, जहां दु:ख नष्ट हो जाएं और सुख प्राप्त हो। यह सब, हमें इसी जीवन में प्राप्त करना है, मर कर नहीं। क्योंकि इस जीवन में इन दिव्य गुणों को अपनाकर हम जहां अपने जीवन को अच्छा बना सकते हैं, वहां हमारा शीतल और प्रकाशमय व्यक्तित्व दान, ज्ञान, अहिंसा और सत्संग की भावना से ओतप्रोत होकर अपने परिवार, समाज के लिए भी कल्याणकारी योगदान कर सकता है। हम अपने राष्ट्र के निर्माण में भागीदारी कर सकते हैं। विश्व के कल्याण के लिए समस्त प्राणियों के सुख, शांति, समृद्धि के लिए भी हम अपना योगदान प्रदान कर सकते हैं। परंतु यदि हमने अपने जीवन में ही सद्गुणों तथा कल्याणकारी भावना का विकास नहीं किया तो हम अपने परिवार, समाज, राष्ट्र और विश्व के कल्याण के लिए भी अधिक सार्थक योगदान नहीं कर सकते हैं। केवल बातें बना सकते हैं। यह वेद मंत्र इसी आदर्श पर चलने का उपदेश प्रदान करता है कि जीवन में लक्ष्य की प्राप्ति के लिए सूर्य और चंद्रमा को अपना आदर्श मानें। दान, त्याग, अहिंसा और सत्संग की भावना को अपना कर सबका कल्याण करें। दान, ज्ञान, अहिंसा की त्रिवेणी के संगम पर पुण्य स्नान करने से अवश्य ही जीवन का कल्याण हो सकेगा।◆◆◆

Dr. Hem Raj Sharma
ANO- Rectal Surgeon (Kshar Sutra)
(Piles, Fistula, Fissure, Prolapse Rectum, Pilonidal Sinus)

Chikitsak Guru RAV
National Academy of Ayrveda New Dehli under Ministry of Ayush,Govt of India
Formerly Incharge Medical Officer DAH Una, Govt of Himachal Pradesh
Director
JAGAT HOSPITAL & KSHAR SUTER CENTER
Near Govt College Una HP
Mob.: 94184-88660, 88940-68358, 94593-88323
Email: drhemrajsharma55@gmail.com

आजादी के बाद गोवा में
आस्था
का सबसे ऊंचा प्रतीक
श्रीराम

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गोवा में भगवान श्रीराम की भव्य 77 फीट ऊंची कांस्य प्रतिमा का अनावरण किया, जो आज़ादी के बाद संस्कृति और आस्था के क्षेत्र में एक ऐतिहासिक मील का पत्थर बन गया। दक्षिण गोवा के ऐतिहासिक श्री संस्थान गोकर्ण जीवोत्तम मठ में आयोजित भव्य समारोह में देशभर के श्रद्धालु जुटे, और मोदी जी ने यहां मठ के 550 वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में आयोजित उत्सव का हिस्सा बनकर इस अलौकिक पल को साक्षात किया।

यह प्रतिमा विश्व में भगवान राम की सबसे ऊंची मूर्ति मानी जा रही है, जिसे प्रख्यात मूर्तिकार राम वी एस सुतार ने कांसे (ब्रॉन्ज़) से तैयार किया। प्रतिमा की अभिव्यक्ति, श्रीराम के हाथों में धनुष-बाण और चेहरे पर सौम्यता दर्शाती है, जो रामायण काल के आदर्शों को सजीव करती है। प्रतिमा का डिजाइन अयोध्या की मूर्ति से मिलता-जुलता है, लेकिन इसे गोवा की सांस्कृतिक और आध्यात्मिक विरासत से जोड़ने वाला अनूठा रूप दिया गया है। इसके अनावरण के साथ पीएम मोदी ने 'रामायण थीम पार्क गार्डन' का भी उद्घाटन किया, जो भक्तों के लिए एक आकर्षक धार्मिक स्थल बनने जा रहा है।

इस दौरान प्रधानमंत्री ने कहा कि यह मूर्ति देशवासियों के लिए प्रेरणा का स्त्रोत बनेगी और पूरे विश्व में भारत की आध्यात्मिक ताकत व संस्कृति की पहचान बढ़ाएगी। उन्होंने यहां की 550 वर्षों की परंपरा को सम्मानित करते हुए विशेष डाक टिकट और स्मारक सिक्का भी जारी किया। इस आयोजन में राज्यपाल अशोक गजपति राजू, मुख्यमंत्री प्रमोद सावंत समेत केंद्र व राज्य के कई मंत्री उपस्थित रहे। भगवान श्रीराम की 77 फीट ऊंची प्रतिमा अब गोवा के आध्यात्मिक पर्यटन में बड़ा आकर्षण बन गई है। विशेषज्ञों की मानें तो आने वाले महीनों में लाखों श्रद्धालु और सैलानी यहां दर्शन करने आएंगे, जिससे इलाके की सांस्कृतिक और आर्थिक स्थिति भी मजबूत होगी। प्रधानमंत्री मोदी का यह ऐतिहासिक अनावरण, भारतीय संस्कृति के गौरव को नई ऊंचाई देने वाला साबित हुआ है।◆◆◆

भंगाल

हिमालय की गोद में दबी एक विलुप्त रियासत का इतिहास

डॉ. अभिषेक

भंगाल रियासत कभी मंडी, कुल्लू तथा कांगड़ा जैसी शक्तिशाली रियासतों के मध्य स्थित थी। कांगड़ा जिले के गजेटियर से ज्ञात होता है कि भंगाल ताल्लुका राबी घाटी में कांगड़ा और कुल्लू के मध्य स्थित है। इसके उत्तरी भाग को बड़ा भंगाल कहते हैं। यह पूर्व दिशा में कुल्लू से बड़ा भंगाल धार से विभाजित है। उत्तर दिशा में लाहौल से मध्य हिमालय श्रृंखला और पश्चिम में मणिमहेश श्रृंखला द्वारा चंबा से अलग होता है। बड़ा भंगाल क्षेत्र में रावी नदी का मुख्य स्रोत भी स्थित है। भंगाल ताल्लुका का दक्षिण भाग छोटा भंगाल कहलाता है जिसमें बीड़, पपरोला, लंदोह, राजेड के क्षेत्र हैं। दोनों क्षेत्रों के बीच एक ऊंचा दर्रा है। इस संपूर्ण क्षेत्र को ही बीड़ भंगाल रियासत के नाम से जाना जाता है।

भंगाल रियासत के आरंभिक इतिहास के संबंध में कोई जानकारी नहीं मिलती है। कुल्लू तथा मंडी के गजेटियर में भंगाल रियासत का उल्लेख आता है। ये चंद्रवंशी राजपूत थे और बंगाल के पाल राजवंश से संबंधित थे। संभवत: बंगाल शब्द से ही भंगाल शब्द की उत्पत्ति हुई होगी। स्थानीय स्रोतों के अनुसार भांग की खेती अत्यधिक होने के कारण भी इस क्षेत्र को भंगाल नाम दिया गया प्रतीत होता है। ऐतिहासिक सूचनाएं बीड़ भंगाल के अंतिम शक्तिशाली शासक पृथ्वी पाल को 1720 ईस्वी में मंडी के राजा सिद्ध सेन द्वारा धोखे से हत्या करवाए जाने के बारे में जानकारी देती है। इससे एक रोमांचक कहानी भी जुड़ी हुई है जो जनश्रुतियों में प्रसिद्ध है। भंगाल का राजा सिद्ध सेन का दामाद था और इसकी बहन का विवाह कुल्लू के राजा मानसिंह से हुआ था। सिद्ध सेन अपने दामाद के राज्य पर लंबे समय से नज़रें गड़ाए हुए था। संभवत: ऐसा भंगाल रियासत की सामरिक स्थिति के कारण था क्योंकि यह कुल्लू और कांगड़ा जैसी शक्तिशाली रियासतों के मध्य स्थित था और इस पर कब्जा करके मंडी रियासत पर आसानी से दबाव बनाया जा सकता था। सिद्ध सेन ने अपने दामाद पृथ्वी पाल को मंडी बुलवाया और धोखे से उसकी हत्या करवा दी। स्थानीय जनश्रुतियों के अनुसार पृथ्वी पाल का सर महल के सामने तालाब के बीच दबा दिया गया जहां आज वर्तमान में मंडी शहर का

घंटाघर स्थित है। सिद्ध सेन के इस निर्दयतापूर्ण कृत्य के कारण मंडी रियासत में अपशकुन फैल गया और प्रत्येक दिन 30 से 50 लोग मरने लगे। ऐसी संकटकालीन स्थिति में राजा ने रिवालसर क्षेत्र से एक पुरोहित को इस समस्या के समाधान हेतु निमंत्रण भेजा। राजा के निमंत्रण के पश्चात् पुरोहित मंडी पहुंचा और संपूर्ण वृत्तांत सुनने के पश्चात् उसने राजा को यह सलाह दी कि राजा के निर्लज्जता पूर्ण कृत्य के कारण समस्त क्षेत्र श्रापित हो चुका है और मृत पुण्य आत्मा को सम्मान देने के पश्चात् ही यह श्रापमुक्त हो सकेगा। पुरोहित की सलाह पर राजा ने पृथ्वी पाल को सम्मान देने का निर्णय किया। माना जाता है कि उस समय से मंडी के राजा प्रत्येक वर्ष शिवरात्रि के मेले में मृत भंगालिया राजा को सम्मान देने हेतु एक घोड़े को माधव जी के आगे-आगे रखते हैं, जिसे भंगालिया राजा का प्रतीक माना जाता है।

भंगाल रियासत हिमालयी घाटियों के मध्य स्थित एक सामरिक एवं सांस्कृतिक दृष्टि से महत्वपूर्ण राज्य था। बड़ा और छोटा भंगाल - दो भागों में विभाजित यह क्षेत्र रावी नदी के उद्गम, दुर्गम दर्रों और पहाड़ी किलों के लिए प्रसिद्ध रहा। चंद्रवंशी राजपूतों द्वारा शासित यह रियासत बंगाल के पाल वंश से जुड़ी मानी जाती है। इसके अंतिम शक्तिशाली राजा पृथ्वी पाल की 1720 में मंडी के राजा सिद्ध सेन द्वारा धोखे से हत्या इतिहास का सबसे दुखद अध्याय है। उनकी मृत्यु के बाद लगातार संघर्ष, मंडी-कुल्लू-गुलेर-कांगड़ा के हमले और आंतरिक कमजोरियों के कारण रियासत क्रमशः टूटती गई। रघुनाथ पाल, दलेल पाल और मान पाल ने इसे बचाने का प्रयास किया, पर सफलता नहीं मिली। अंततः भंगाल रियासत इतिहास में विलुप्त हो गई।

राजा पृथ्वी पाल की मृत्यु के पश्चात् सिद्ध सेन ने भंगाल रियासत पर विजय के लिए अपनी सेनाएं भेजीं। पृथ्वी पाल की मां ने कुल्लू के राजा से सहायता मांगी। परिणाम यह रहा कि मंडी की सेनाओं को पीछे हटना पड़ा और कुल्लू के राजा मानसिंह ने स्वयं आगे बढक़र भंगाल का एक बड़ा क्षेत्र अपने अंतर्गत कर लिया। राजा भंगालिया की मौत का हृदय विदारक किस्सा आज भी कांगड़ा के लोक गीतों में गाकर सुनाया जाता है और उसे मंडी के देश न जाने की हिदायत दी जाती है। यथा-

''मत जांदा ओ मंडिया दे ओ राजेया भंगालिया'' पृथ्वी पाल के पश्चात् उसका पुत्र रघुनाथ पाल राजा बना। इसके समय में भी दोनों रियासतों के मध्य संघर्ष जारी रहा। रघुनाथ पाल ने मंडी द्वारा किए गए हमले को दो बार नाकाम किया। प्रथम आक्रमण में सिद्ध सेन कर्णपुर के क्षेत्र पर अधिकार करने का प्रयास किया परंतु वह सफल नहीं हुआ। दूसरी बार वह कतारलु गलू तक बढ़ गया किंतु कुल्लू रियासत की सहायता से रघुनाथ पाल ने उसे एक बार पुन: वापस जाने पर विवश कर दिया। सिद्ध सेन के पुत्र शमशेर ने कर्णपुर को अंतत: जीत लिया। जिस समय रघुनाथ पाल मुगल वायसराय से मिलने पंजाब गया था। रघुनाथ पाल की मृत्यु 1735 में हुई और उसका पुत्र दलेल पाल शासक बना। उसके समय मंडी, कुल्लू, गुलेर, जसवां रियासतों ने भंगाल पर आक्रमण किया परंतु हानि उठाने के बावजूद भी भंगाल ने अपनी स्वतंत्रता को बनाए रखा। दलेल पाल की मृत्यु 1749 में हुई। इस समय तक भंगाल रियासत का अधिकतर भाग कुल्लू और मंडी के अधीन आ गया था। दलेल पाल के बाद शासक बने मान पाल का राज्य पपरोला तथा राजेद तक ही सीमित रहा। अपने खोए हुए क्षेत्र को वापस पाने के लिए उसने मुगल बादशाह से सहायता प्राप्त करने हेतु दिल्ली जाने का निर्णय लिया परंतु दिल्ली जाते समय मार्ग में ही उसकी मृत्यु हो गई। राजा की अनुपस्थिति में गुलेर तथा कांगड़ा के राजाओं ने शेष इलाके पर अपना कब्जा कर लिया। मानपाल की विधवा और छोटा बच्चा निहाल पाल चंबा के राजा राज सिंह के पास चले गए जहां राजा ने उन्हें एक छोटी जागीर दी। इसके पश्चात् राजा बने उछल पाल ने भी अपने पैतृक राज्य को वापस पाने के लिए कांगड़ा के राजा संसार चंद से सहायता मांगी। संसार चंद की सहायता के बावजूद भी वह सफल नहीं हुआ। इसके बाद रामपाल और फिर उसका छोटा भाई बहादुर पाल राजा बने परंतु भंगाल रियासत की शक्ति में गिरावट जारी रही और वह इतिहास के पन्नों से गायब हो गया। आज भी इस रियासत के मृत अवशेषों को सीमित मात्रा में देखा जा सकता हैं। हनुमानगढ़ (फुटकीगढ़) और डिगना की पहाडियों पर जो किले मिलते हैं, वे शायद इसी रियासत के कभी मौजूद होने का संकेत देते हैं। इस प्रकार के अन्य अवशेष भी अवश्य ही मौजूद होंगे जिनके ढूंढे जाने की आवश्यकता है जिससे इतिहास के एक गौरवशाली अध्याय का संरक्षण हो सके।◆◆◆

नेताजी सुभाष चंद्र बोस जन्मदिवस पर विशेष

आजाद हिंद फौज में हिमाचल का योगदान

डॉ सुनीता जसवाल

तुम मुझे खून दो, मैं तुम्हें आज़ादी दूंगा
हम परतंत्र पैदा हुए हैं, परंतु मरेंगे स्वतंत्र होकर।

नेताजी सुभाष चंद्र बोस के इन क्रांतिकारी शब्दों ने न केवल आज़ाद हिंद फ़ौज के गठन को प्रेरणा दी, बल्कि भारतीय स्वतंत्रता संग्राम में उस ऊर्जा का संचार किया जिसने अंग्रेज़ी साम्राज्य की नींव हिलाकर रख दी। नेताजी का यह विश्वास था कि भारत की मुक्ति केवल संघर्ष से ही संभव है; और इस संघर्ष को सशस्त्र रूप देने में आज़ाद हिंद फ़ौज ने निर्णायक भूमिका निभाई। इस गौरवशाली अभियान में हिमाचल का योगदान अत्यंत महत्वपूर्ण रहा, एक ऐसा योगदान, जिसकी गूंज आज भी वीरभूमि के गांव-गांव में सुनाई देती है।

हिमाचल का अद्भुत योगदान

करीब तीन हज़ार से अधिक हिमाचली वीरों ने नेताजी के आह्वान पर आज़ाद हिंद फ़ौज में भर्ती होकर स्वतंत्रता का सपना साकार करने की प्रतिज्ञा ली। कांगड़ा, ऊना, हमीरपुर, सोलन, शिमला पर्वतीय क्षेत्रों से लेकर सिरमौर और बिलासपुर तक - हर तीसरे गाँव से कोई न कोई युवा इस अभियान में शामिल हुआ। इनमें सबसे उल्लेखनीय नाम है मेजर दुर्गा मल, जिन्होंने ब्रिटिश सेना के विरुद्ध गर्जना करते हुए संघर्ष किया। 1944 में लाल किले में उन्हें फांसी दे दी गई, पर उनका बलिदान स्वतंत्रता आंदोलन का शाश्वत अध्याय बन गया। इसी तरह अनेक हिमाचली सेनानियों ने आज़ाद हिंद फ़ौज की कार्यवाही में भाग लेकर अदम्य साहस का परिचय दिया।

किरपा राम, लंबलू (हमीरपुर): नेताजी के साथ INA में सेवा दी और बाद में भारतीय सेना में भी योगदान दिया।

चरण सिंह गुरंग, कांगड़ा : अत्यंत वृद्धावस्था तक जीवित रहने वाले स्वतंत्रता सेनानी के रूप में सम्मानित।

सत्यभूषण बख्शी, ऊना : स्वयं INA में शामिल हुए और परिवार के चार अन्य सदस्य भी इस फौज का हिस्सा बने।

इन वीरों का संघर्ष केवल युद्ध के मैदान तक सीमित नहीं था; वह अंग्रेज़ी शासन की नींव को हिला देने वाला नैतिक और मानसिक अभियान भी था। हिमाचल के ग्रामीण अंचलों में आज भी उनके बलिदान की गाथाएँ सुनकर रोंगटे खड़े हो जाते हैं।

राष्ट्रभक्ति के गीतों ने भरी ऊर्जा : आजाद हिंद फौज केवल एक सैन्य संगठन नहीं था, बल्कि एक जन जागरण आंदोलन भी था। ''कदम-कदम बढ़ाए जा, खुशी के गीत गाए जा'' जैसे अमर गीतों ने सेनानियों के भीतर जोश भर दिया। हर धुन, हर स्वर, हर ताल-स्वतंत्रता की लौ को और अधिक प्रज्वलित करता था।

कैप्टन राम सिंह : हिमाचल का अमर स्वर

आजाद हिंद फौज के उत्साह और ऊर्जा से भरे इन तराने रचने वाले व्यक्ति थे कैप्टन राम सिंह, जो हिमाचल प्रदेश के धर्मशाला (खनियारा/भागसू क्षेत्र) के निवासी थे। 15 अगस्त 1914 को जन्मे राम सिंह बचपन से ही संगीत प्रेमी थे। जानवरों के सींगों से धुनें बजाने वाले इस बालक ने आगे चलकर ऐसा संगीत रचा जो आज भी भारतीयों के दिलों में गूँजता है।

14 वर्ष की आयु में वे गोरखा ब्वॉय कंपनी में भर्ती हुए, बाद में द्वितीय गोरखा राइफल्स में बैंड सदस्य बने और खैबर युद्ध में बहादुरी के लिए किंग जॉर्ज-V मैडल प्राप्त किया। द्वितीय विश्व युद्ध के दौरान वे जापानियों द्वारा बंदी बनाए गए और 1942 में नेताजी के आह्वान पर आज़ाद हिंद फ़ौज में शामिल हुए। यहाँ से शुरु हुआ उनका अमर योगदान। उनकी रचना **''कदम-कदम बढ़ाए जा''** केवल एक गीत नहीं, बल्कि स्वतंत्रता संग्राम की धडक़न बन गई। नेताजी के नेतृत्व में वह INA के बैंडमास्टर बने और उनके संगीत ने फौज की हर टुकड़ी में अदम्य साहस भर दिया।

आजादी के बाद वे लखनऊ में PAC के बैंडमास्टर बने और सेवा के बाद यहीं निवास किया। 15 अप्रैल 2002 को उनका निधन हुआ, पर हिमाचल में उनकी स्मृतियां आज भी जीवित हैं। नेताजी सुभाष चंद्र बोस केवल एक व्यक्तित्व नहीं-एक संकल्प, एक चेतना, एक ज्वाला थे। उनके नेतृत्व में आज़ाद हिंद फौज एक ऐसी सेना बनी जिसने भारत को स्वतंत्रता के मार्ग पर निर्णायक गति दी। इस संघर्ष में हिमाचल के वीरों का त्याग और समर्पण इतिहास के पन्नों पर स्वर्णाक्षरों में दर्ज है। नेताजी के जन्मदिवस पर हम उन सभी ज्ञात-अज्ञात सेनानियों को नमन करते हैं, जिन्होंने ''स्वतंत्रता'' को अपना धर्म, कर्तव्य और अंतिम सत्य माना। उनके बलिदान से हमें प्रेरणा मिलती है कि राष्ट्र सर्वोपरि है और इसकी रक्षा तथा सम्मान हमारा अनिवार्य कर्तव्य।◆◆◆

शिक्षा, संस्कृति और समाज-चेतना के समन्वित प्रतिमान

स्व. श्री ब्रह्मानंद भारद्वाज
(20-08-1933-11-11-2025)

हिमाचल के रोहड़ू क्षेत्र के वरिष्ठ शिक्षाविद्, समाजसेवी, पांडुलिपि संरक्षक एवं राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के पूर्व जिला बौद्धिक प्रमुख श्री ब्रह्मानंद भारद्वाज का जीवन, कार्य व सामाजिक-सांस्कृतिक योगदान का यह आलेख एक समग्र अकादमिक अध्ययन प्रस्तुत करता है। उनका व्यक्तित्व शिक्षा-दर्शन, संगठनात्मक नेतृत्व, सांस्कृतिक संरक्षण और सामाजिक हस्तक्षेप के दुर्लभ व संतुलित समन्वय का प्रतिनिधित्व करता है।

प्रारंभिक जीवन एवं संस्कारात्मक पृष्ठभूमि : श्री भारद्वाज का जन्म 20 अगस्त 1933 को रोहड़ू क्षेत्र के बटाड़ी गांव में हुआ। उनके पिता पंडित जगत राम जी संस्कृत, ज्योतिष एवं कर्मकांड के प्रतिष्ठित विद्वान थे। पारिवारिक वातावरण ने उन्हें भारतीय शास्त्रीय परंपरा, नैतिक अनुशासन और सेवा-भाव के संस्कार प्रदान किए। यही संस्कार आगे चलकर उनके चिंतन और कर्म का मूल आधार बने।

शिक्षा दृष्टि : पेशे से परे एक साधना – उन्होंने प्रारंभिक शिक्षा वीरभद्र राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक पाठशाला अढाल से तथा उच्च शिक्षा पंजाब विश्वविद्यालय, चंडीगढ़ से प्राप्त की। पुलिस विभाग में चयन होने के बावजूद उन्होंने शिक्षण को जीवन-मार्ग चुना। उनके लिए शिक्षा केवल जीविका नहीं, बल्कि चरित्र-निर्माण और राष्ट्र-निर्माण की सतत प्रक्रिया थी। मसली विद्यालय में वर्षा से क्षतिग्रस्त भवन के स्थान पर दो कक्षों का निर्माण, अढाल विद्यालय में कक्षाओं एवं पेयजल व्यवस्था का सुधार कार्य उनके निजी संसाधनों और व्यक्तिगत प्रतिबद्धता से सम्पन्न हुए। सेवानिवृत्ति के पश्चात् भी वे लगभग एक दशक तक साक्षरता अभियान, सर्व शिक्षा अभियान एवं प्रौढ़ शिक्षा से जुड़े रहे।

संगठनात्मक भूमिका एवं वैचारिक नेतृत्व : श्री भारद्वाज जी को राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ से जुड़ने की प्रेरणा अपने साले श्री श्याम लाल शर्मा (बारला) से मिली, जिन्होंने वर्ष 1944 में दिल्ली से संघ का द्वितीय वर्ष का प्रशिक्षण प्राप्त किया था। 1970 के दशक से वे संघ के बौद्धिक कार्यों में सक्रिय रहे और वर्ष 2000 में रोहड़ू के जिला बौद्धिक प्रमुख नियुक्त हुए। वे विद्या भारती एवं विश्व हिन्दू परिषद् से भी निरंतर जुड़े रहे। हिमाचल शिक्षा समिति के अंतर्गत रोहड़ू संकुल के विद्यालयों की स्थापना एवं संचालन में उनका मार्गदर्शन विशेष रूप से महत्वपूर्ण रहा।

सांस्कृतिक चेतना व सामाजिक हस्तक्षेप: 1980 के दशक में स्वर्गीय रत्न चंद डोगरा जी के सानिध्य में उन्होंने भौलाढ़ (जुब्बल) तथा लैला जुब्बड़ (चिड़गांव) में अवैध धार्मिक निर्माणों के विरुद्ध सामाजिक स्तर पर निर्णायक हस्तक्षेप किया। वर्ष 2002 में रोहड़ू एवं चिड़गांव क्षेत्र के 65 परिवारों के परावर्तन में उन्होंने विश्व हिन्दू परिषद के अन्य नेताओं के साथ सक्रिय भूमिका निभाई।

संस्थागत निर्माण व सामाजिक कल्याण: उन्होंने ब्राह्मण कल्याण सभा, रोहड़ू के संस्थापक अध्यक्ष के रूप में सनातन संस्कृति संस्कार शैक्षणिक संस्थान की स्थापना की। शिव शक्ति मंदिर, रोहड़ू में उनके द्वारा स्थापित पुस्तकालय को बाद में औपचारिक रूप से उनके नाम समर्पित किया गया। वरिष्ठ नागरिकों के कल्याण हेतु उन्होंने सरकार से भूमि स्वीकृत करवा कर हिमाचल प्रदेश का एकमात्र पेंशनर भवन स्थापित करवाया, जो उनकी सामाजिक दूरदर्शिता का स्थायी प्रमाण है।

पांडुलिपि संरक्षण एवं भारतीय ज्ञान-परंपरा : वर्ष 2003 में वे भारत सरकार के राष्ट्रीय पांडुलिपि मिशन से जुड़े। उनके प्रयासों से 300 से अधिक दुर्लभ पांडुलिपियां संरक्षित की गईं। उनके निजी पुस्तकालय में 15000 से अधिक ग्रंथ तथा टाकरी और शारदा लिपि (16वीं शताब्दी) की पांडुलिपियां सुरक्षित हैं, जो कि भारतीय ज्ञान-परंपरा के संरक्षण और भावी शोध के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण हैं।

राष्ट्रभाव एवं पारिवारिक संस्कार : वर्ष 1954 में उन्होंने सैन्य प्रशिक्षण प्राप्त किया। यद्यपि उन्होंने शिक्षण को जीवन-मार्ग चुना, फिर भी राष्ट्ररक्षा का भाव उनके परिवार में जीवित रहा। उनके दो पौत्र वर्तमान में भारतीय थलसेना (कर्नल) एवं भारतीय नौसेना (लेफ्टिनेंट) के रूप में सेवाएं दे रहे हैं। 11 नवम्बर 2025 को पंचकूला में श्री ब्रह्मानंद भारद्वाज का निधन हिमाचल प्रदेश के सामाजिक-बौद्धिक जीवन में एक युगांतकारी क्षण सिद्ध हुआ। उनका अंतिम संस्कार उनके पैतृक गांव में वैदिक परंपराओं के अनुसार सम्पन्न हुआ। वे न केवल एक कुशल शिक्षक थे, बल्कि समाज-निर्माण, संस्कृति-संरक्षण और संगठनात्मक चेतना के सक्रिय संवाहक भी थे। ◆◆◆

मंडी जिले के गोहर उपमंडल के छोटे से घन्याड़ी गांव से निकलकर संजय शर्मा ने यह सिद्ध कर दिया है कि बड़े सपनों के लिए बड़े शहर में जन्म लेना जरूरी नहीं होता, जरूरत होती है तो सिर्फ स्पष्ट लक्ष्य, निरंतर परिश्रम और आत्मविश्वास की। मायानगरी मुंबई में अपनी प्रतिभा और मेहनत के दम पर उन्होंने एक अलग पहचान बनाई है और आज वे कलर्स टीवी के लोकप्रिय धारावाहिक 'शिवशक्ति' में अग्निदेव का सशक्त और प्रभावशाली किरदार निभाकर दर्शकों का दिल जीत रहे हैं।

संस्कारों से सजी शैक्षणिक यात्रा : संजय शर्मा की सफलता की नींव उनके मजबूत संस्कारों और गहन शिक्षा में निहित है। उन्होंने अपनी प्रारंभिक शिक्षा एक संस्कृत गुरुकुल से प्राप्त की। इसके बाद केंद्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय, वेदव्यास परिसर से व्याकरण विषय में शास्त्री और आचार्य की उपाधि हासिल की। शास्त्रीय ज्ञान को आधुनिक मंच से जोड़ते हुए उन्होंने केंद्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय, भोपाल से नाट्य शास्त्र में आचार्य की पढ़ाई पूरी की, जो आगे चलकर उनके अभिनय करियर का आधार बनी। अभिनय में निखार लाने के लिए संजय शर्मा ने भारतेंदु नाट्य अकादमी से मास्टर इन ड्रामेटिक आर्ट्स का प्रशिक्षण लिया।

मुंबई का संघर्ष और बड़ा अवसर : मुंबई पहुंचकर संजय शर्मा ने संघर्ष को अपना साथी बनाया। लगातार ऑडिशन, अस्वीकृतियां और कठिन परिस्थितियों के बावजूद उन्होंने हार नहीं मानी। अंतत: उनकी मेहनत रंग लाई और उन्हें कलर्स टीवी के धारावाहिक 'शिवशक्ति' में अग्निदेव जैसा महत्वपूर्ण किरदार मिला। संजय शर्मा के पिता डोलू राम शर्मा पारंपरिक ब्राह्मण (जजमानी-पुरोहिताचार्य) का कार्य करते हैं। परिवार का निरंतर सहयोग और विश्वास उनके सफर का मजबूत सहारा बना। आज उनकी सफलता से पूरे क्षेत्र में खुशी की लहर है। ◆◆◆

मेहनत, अनुशासन और आत्मविश्वास का नाम है मनीषा। जिला सिरमौर के पांवटा साहिब क्षेत्र की वह बेटी, जिसने अपने शानदार खेल से न केवल अपने स्कूल और जिले, बल्कि पूरे हिमाचल प्रदेश को गौरवान्वित किया है। ग्राम पंचायत कोटड़ी व्यास स्थित शहीद कमलकांत मेमोरियल विद्यालय की छात्रा मनीषा का चयन 69वीं नेशनल स्कूल गेम्स अंडर-14 गर्ल्स हैंडबॉल प्रतियोगिता के लिए हुआ है। अब वह राजस्थान के चित्तौड़गढ़ में होने वाली नेशनल चैंपियनशिप में हिमाचल प्रदेश का प्रतिनिधित्व करेंगी।

हाल ही में ऊना में संपन्न हुई राज्य स्तरीय हैंडबॉल प्रतियोगिता में मनीषा ने सिरमौर टीम की कप्तानी की जिम्मेदारी संभाली। शांत स्वभाव, मजबूत नेतृत्व और बेहतरीन खेल के दम पर उन्होंने टीम को सेमीफाइनल तक पहुंचाया। मैदान पर उनका आत्मविश्वास और निर्णय क्षमता चयनकर्ताओं को इतनी प्रभावित कर गई कि उनके उत्कृष्ट प्रदर्शन के आधार पर उन्हें हिमाचल प्रदेश की टीम में स्थान मिला। मनीषा की इस उपलब्धि से पूरे क्षेत्र में खुशी और गर्व का माहौल है। उनकी तैयारी को और निखारने के लिए 27 दिसंबर से 2 जनवरी 2026 तक बिलासपुर के मोरसिंगी में नेशनल कोचिंग कैंप आयोजित किया जाएगा, जहां उन्हें खेल की बारीकियों का विशेष प्रशिक्षण मिलेगा। इसके बाद चित्तौड़गढ़ (राजस्थान) में नेशनल गेम्स होंगे, जहां मनीषा अपने खेल से प्रदेश का परचम लहराने उतरेंगी।◆◆◆

'असां मिली जुली चिट्टा मुकाणा' यह गीत आजकल हिमाचल की वादियों में खूब गूंज रहा है। सामाजिक जागरण और परिवर्तन में स्वयंसेवी संस्थाओं की भूमिका हमेशा से अत्यंत महत्त्वपूर्ण रही है। समाज की आवश्यकताओं और आशाओं के अनुरूप विभिन्न रचनात्मक गतिविधियों के माध्यम से ये संस्थाएं अपना सार्थक योगदान देती रही हैं। समय और भविष्य की चुनौतियों के प्रति समाज में चेतना जगाना तथा आमजन को इनसे लडने के लिए तैयार करना स्वयंसेवी संस्थाओं की ही प्रमुख जिम्मेदारी होती है।

हिमाचल प्रदेश में अनेक स्वयंसेवी संस्थाएं सक्रिय हैं। इन्हीं में से एक है ''संजीवनी'' (ए ग्रुप ऑफ एनजीओज) प्रदेश के सात जिलों में कार्यरत 17 संस्थाओं का व्यापक मंच है। संजीवनी का गठन 25 सितंबर 2025 को शिमला में पंडित दीनदयाल उपाध्याय जयंती के अवसर पर किया गया। इसका उद्देश्य प्रदेश की वर्तमान चुनौतियों और समस्याओं पर सार्थक चर्चा, संवाद और जनसहभागिता के माध्यम से सामाजिक चेतना का विस्तार करना तथा लोगों को इन समस्याओं से निपटने के लिए तैयार करना रहा है।

आज प्रदेश अनेक गंभीर चुनौतियों से जूझ रहा है, परंतु इनमें सबसे विकराल संकट है-चिट्टा का बढ़ता प्रभाव और इसके कारण युवाओं की हो रही चिंताजनक मौतें। इस स्थिति की भयावहता को समझते हुए संजीवनी से जुड़ी स्वयंसेवी संस्थाओं ने चिट्टा पर चोट अभियान शुरू करने का निर्णय लिया और इस जानलेवा बीमारी के विरुद्ध सामूहिक संघर्ष की शुरुआत की।

अभियान के तहत संजीवनी ने सबसे पहले स्वयंसेवी संस्थाओं, युवा एवं महिला मंडलों, जागरूक नागरिकों और बुद्धिजीवियों से संपर्क स्थापित कर उन्हें इस मुहिम का सहभागी बनने का आमंत्रण दिया। इस प्रक्रिया में प्रदेशभर के लगभग 1500 व्यक्तियों और संस्थाओं से संवाद किया गया। 25 सितंबर से 30 नवंबर तक चले इस अभियान में संजीवनी के अंतर्गत आने वाली 17 संस्थाओं के चुनिंदा प्रतिनिधियों ने सक्रिय भूमिका निभाई।

इसी क्रम में 7 दिसंबर 2025 को शिमला के एक होटल में प्रदेश स्तरीय कार्यशाला आयोजित की गई, जिसमें चिट्टा के विभिन्न पहलुओं, उसके युवाओं पर विनाशकारी प्रभाव और इसके समाधान पर विस्तृत चर्चा की गई। इस कार्यशाला का उद्घाटन हिमाचल प्रदेश के राज्यपाल शिव प्रताप शुक्ल जी ने किया। अपने उद्बोधन में राज्यपाल ने कहा कि चिट्टा पर चोट केवल एक अभियान नहीं, बल्कि एक पवित्र संकल्प है। संजीवनी जहां अनेक संस्थाओं को एक मंच प्रदान कर रहा है, वहीं सरकार के साथ मिलकर परामर्श, पुनर्वास, प्रशिक्षण तथा समुदाय आधारित गतिविधियों के माध्यम से जमीनी स्तर पर ठोस परिणाम सुनिश्चित करने में भी अग्रणी भूमिका निभा रहा है। राज्यपाल ने संजीवनी के प्रयासों की सराहना करते हुए सहयोग और मार्गदर्शन का आश्वासन दिया।

कार्यशाला में तीन विषय-विशेषज्ञों डॉ. निधि शर्मा (मनोचिकित्सक), अरविंद नेगी (पुलिस विभाग) तथा पीयूष वर्मा (वरिष्ठ अधिवक्ता) ने प्रतिभागियों को संबंधित विषयों पर महत्वपूर्ण जानकारी प्रदान की तथा उनकी जिज्ञासाओं का समाधान किया। अंतिम सत्र में संस्था की आगामी कार्ययोजना पर चर्चा की गई और कार्यक्रम का समापन शिमला के ऐतिहासिक रिज मैदान में राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की प्रतिमा के समक्ष प्रदेश को चिट्टा-मुक्त बनाने की शपथ ग्रहण करके किया गया। प्रदेश भर से 195 प्रतिनिधियों ने इसमें भाग लिया और समाज व सरकार के साथ मिलकर इस जनविरोधी नशे के विरुद्ध संघर्ष को व्यापक रूप देने का संकल्प लिया।

संजीवनी संस्था का दृढ़ मत है कि चिट्टा के विरुद्ध अभियान तभी प्रभावी हो सकता है, जब प्रशासन, सरकार और सामाजिक संस्थाएं एकजुट होकर प्रयास करें। जागरूकता के साथ सरकारी विभागों का तालमेल, प्रशासनिक जवाबदेही, कानूनी समझ और संयुक्त कार्रवाई अनिवार्य है। जनजागरण का कार्य सामाजिक संस्थाएं, पंचायती राज प्रतिनिधि और समाज का प्रबुद्ध वर्ग अधिक प्रभावी ढंग से कर सकता है। सरकार व प्रशासन को कानून के कड़ाई से क्रियान्वयन और अपराधियों पर कठोर कार्रवाई सुनिश्चित करनी चाहिए। सरकार और समाज के सामूहिक प्रयास ही युवाओं को इस जानलेवा नशे से बचा सकते हैं।◆◆◆

गुरु गोविंद सिंह जी और उनके वीर सपूतों का अमर बलिदान...

वासुदेव शर्मा

जब-जब भारत की पुण्य भूमि पर अंग्रेज, शक, हूण, और मुगल आक्रमणकारी होकर शासक हुए, तब-तब भारत माता की गोदी में ऐसे लाल पैदा हुए, जो अपना सर्वस्व न्योछावर करके मातृभूमि की रक्षा के लिए अपना बलिदान देकर अमर हो गए। विश्व के इतिहास में अनेकों व्यक्तियों, महापुरुषों, संतों, महात्माओं के बलिदानों की गाथाएं अमर हैं परंतु किसी महापुरुष ने अपना और अपना सारा परिवार राष्ट्र की सेवा के लिए, धर्म की रक्षा के लिए न्यौछावर कर दिया हो, ऐसा उदाहरण श्री गुरु गोविंद सिंह जी के सिवाय और दूसरा नहीं मिलता। इसलिए उनका बलिदान आदर्श है, अमर है और हमेशा-हमेशा के लिए प्रेरणा देने वाला बना रहेगा।

इतिहास गवाह है कि मुगलों के साथ युद्ध करते-करते 21 दिसम्बर से लेकर 27 दिसम्बर तक इन्ही 7 दिनों में गुरु गोबिंद सिंह जी का पूरा परिवार शहीद हो गया था। 21 दिसम्बर को गुरु गोविंद सिंह जी द्वारा परिवार सहित आनंदपुर साहिब किला छोड़ने से लेकर 27 दिसम्बर तक के इतिहास को भुला देना अपने अस्तित्व को नकारने जैसा है।

एक ज़माना था जब यहाँ पंजाब में इस हफ्ते सब लोग ज़मीन पर सोते थे क्योंकि माता गूजर कौर ने वो रात दोनों छोटे साहिबजादों (जोरावर सिंह व फतेह सिंह) के साथ, नवाब वजीर खां की गिरफ्त में सरहिन्द के किले में, ठंडी बुर्ज में गुजारी थीं। यह सप्ताह सिख इतिहास में शोक का सप्ताह होता है। गुरु गोबिंद सिंह जी की कुर्बानियों को इस अहसान को सिर्फ 300 सालों में कभी नहीं बुलाया जा सकता है। वास्तव में जो कौमें अपना इतिहास अपनी कुर्बानियां भूल जाती हैं, वे खुद इतिहास बन जाती हैं।

21 दिसंबर...श्री गुरुगोबिंद सिंह जी ने परिवार सहित श्री आनंद पुर साहिब का किला छोड़ा।

22 दिसंबर.. गुरु साहिब अपने दोनों बड़े पुत्रों सहित चमकौर के मैदान में पहुंचे और गुरु साहिब की माता और छोटे दोनों साहिबजादों को गंगू नामक गुरु घर का रसोइया, उन्हें अपने साथ अपने घर ले आया। चमकौर की जंग शुरू हुई और दुश्मनों से जूझते हुए गुरु साहिब के बड़े साहिबजादे श्री अजीत सिंह उम्र महज 17 वर्ष और छोटे साहिबजादे श्री जुझार सिंह उम्र महज 14 वर्ष अपने 11 अन्य साथियों सहित मजहब और मुल्क की रक्षा के लिए वीरगति को प्राप्त हुए। उनका बलिदान भारत के इतिहास में अमर हो गया।

23 दिसंबर... गुरु साहिब की माता श्री गुजर कौर जी और दोनों छोटे साहिबजादे के बारे में गंगू के द्वारा गहने एवं अन्य सामान चोरी करने के उपरांत तीनों की मुखबरी मोरिंडा के चौधरी गनी खान से की और तीनों को गनी खान के हाथों गिरफ्तार करवा दिया तथा गुरु साहिब को अन्य साथियों की बात मानते हुए चमकौर छोड़ना पड़ा।

24 दिसंबर.. तीनों को सरहिंद पहुंचाया गया और वहां ठंडे बुर्ज में नजरबंद किया गया। **25 और 26 दिसंबर**..छोटे साहिबजादों को नवाब वजीर खान की अदालत में पेश किया गया और उन्हें धर्म परिवर्तन करके सिख मत को छोड़कर इस्लाम को अपनाने के लिए लालच दिया गया।

27 दिसंबर... साहिबजादा जोरावर सिंह उम्र महज 8 वर्ष और साहिबजादा फतेह सिंह उम्र महज 6 वर्ष को तमाम जुल्म ओ सितम उपरांत जिंदा दीवार में चिनवाने के बाद जिबह (गला रेत) कर शहीद किया गया और बलिदान की खबर सुनते ही माता गुजर कौर ने अपने प्राण त्याग दिए।

धन्य हैं गुरु गोविन्द सिंह जी जिन्होंने धर्म रक्षार्थ अपने पुत्रों को शहीद किया था। धन्य है वह माता जिसने अजित सिंह, जुझार सिंह, जोरावर सिंह और फतेह सिंह को जन्म दिया। धन्य है वे लाल जिन्होंने अपनी भारत भूमि, अपने धर्म और अपने संस्कार की रक्षा हेतु माँ के दूध का कर्ज चुकाया और यौवन आने के पहले मृत्यु का वरण किया।

चमकौर की गढ़ी के युद्ध में एक तरफ थे मधु मक्खी के छत्ते की तरह बिलबिलाते यवन आक्रांता और दूसरी तरफ थे मुट्ठी भर रण बांकुरे सिक्ख, सिर पर केशरिया पगड़ी बाधें, हाथ में लपलपाती भवानी तलवार लिये, सामने विशाल म्लेच्छ सेना और फिर भी मौत से बेखौफ! दुष्टों को उन्होंने गाजर मूली की तरह काटा। वीर सपूत गुरुजी के दोनों साहबजादे 17 साल के अजितसिंह और 14 साल के जुझार सिंह हजारों म्लेच्छों को मार कर वीरगति को प्राप्त हुये। विश्व इतिहास में यह एक ऐसी अनोखी घटना है जिसमें पिता ने अपने वीर बालकों को धर्म की वेदी पर बलिदान कर दिया और विश्व इतिहास में अपना नाम स्वर्णाक्षरों में अंकित करवा दिया। दुनिया के किसी और देश में ऐसी मिसाल नहीं मिलती।

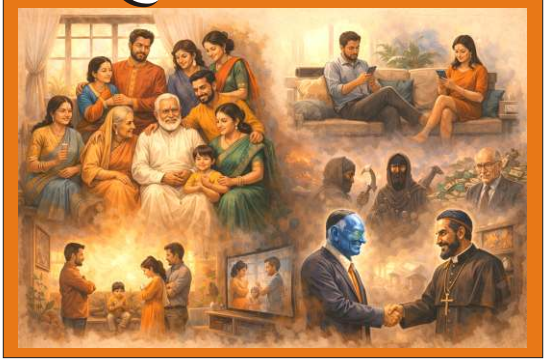
असल में यवन शासक ने उन रणबांकुरों से उनके धर्म और संस्कृति के परिवर्तन की मांग की थी जिसको उन्होंने सिरे से खारिज कर दिया। गुरु महाराज के उन दो छोटे सिंह शावकों ने अपना सर नहीं झुकाया। इस पर दुष्ट यवन बादशाह ने 7 साल के जोरावर सिंह और 5 साल के फतेह सिंह को जिंदा दीवार में चिनवा दिया। कितना बड़ा कलेजा रहा होगा वीर सपूतों का, कितनी गर्माहट और कितना जोश होगा उस वीर प्रसूता माँ के दूध में जो पांच और सात साल के बच्चों की रगों में रक्त बन कर बह रहा था कि उनमें इतना जज्बा , इतना जोश था कि अपने धर्म, संस्कृति की रक्षा के लिये इतनी यातनादायक मृत्यु का वरण किया। ...और कितने दुष्ट, कितने नृशंस, कितने कातिल और कितने कायर थे वे म्लेच्छ, जिनका मन फूल जैसे बच्चों को जिन्दा चिनवाते नहीं पसीजा था और सिर्फ इसलिये कि मुसलमान बन जाओ। आखिर क्या अच्छाई हो सकती है ऐसे मजहब में जो निरीह अबोध बच्चों को भी जिन्दा दीवार में चिनवा दें?

इन बलिदानों का कारण है कि यह वीर प्रसूता भूमि और हम आज गुरु गोविंद सिंह और उनके साहबजादों को श्रद्धा और विनम्रता से कृतज्ञपूर्ण भाव से स्मरण किया जाता है। यह भारत का दुर्भाग्य है कि हममें से अधिसंख्य को इन वीरों के बलिदान की जानकारी भी नहीं होगी। क्योंकि हमने तो अकबर महान और शाहजहां का काल, स्वर्ण काल पढ़ा है। हमने तो इन वीर पुरुषों के विषय में किसी किताब के कोने में केवल दो लाइनें भर पढ़ी होंगी। अब सरकार के प्रयास से यह बलिदान वीर दिवस वीर बालक दिवस के नाम से मनाया जाने लगा है। इसलिए हमारा यह कर्तव्य है कि हम अपने बच्चों को इतिहास की यह जानकारी दें, यह जरुरी है कि हम अपने इतिहास और पुरखो. के बारे मे जानें...◆◆◆

हौसले की दौड़ में सीमा ने जीता स्वर्ण

हिमाचल प्रदेश के चम्बा जिला की धाविका सीमा ने कोलकाता में 25,000 मीटर दौड़ में राष्ट्रीय रिकॉर्ड के साथ स्वर्ण पदक जीतकर भारतीय एथलेटिक्स को नई दिशा दी है। उनकी यह ऐतिहासिक उपलब्धि प्रदेश ही नहीं, बल्कि पूरे देश के लिए गर्व का विषय है। यह सफलता उनके कठिन परिश्रम, अनुशासन और निरंतर अभ्यास का परिणाम है। साथ ही, परिवार, कोच और ऑफिशियल पेसर अनीष चंदेल के सहयोग ने इस उपलब्धि को संभव बनाया।

भारतीय समाज में संयुक्त परिवार



प्रहलाद सबनानी

भारत की आर्थिक प्रगति को रोकने, कम करने अथवा प्रभावित करने के उद्देश्य से दरअसल, चार शक्तियों ने हाथ मिला लिए हैं। ये चार शक्तियां हैं, कट्टरवादी इस्लाम, प्रसारवादी चर्च, सांस्कृतिक मार्क्सवाद एवं वैश्विक बाजार शक्तियां। हालांकि उक्त चारों शक्तियों की अन्य देशों में आपसी लड़ाई है परंतु भारत के मामले में ये सब एक हो गई हैं और भारत में यह आपस में मिलकर भारत के हितों के विरुद्ध कार्य करती हुई दिखाई दे रही हैं। इसी विमर्श के माध्यम से जनता के मानस को प्रभावित करने का प्रयास किया जाता है। विमर्श सत्य, अर्द्धसत्य अथवा झूठ भी हो सकता है। भारत के बारे में पूरे विश्व में धारणा है कि यहां आध्यात्मिकता की पराकाष्ठा रही है। भारत चूंकि, हालही के समय में वैश्विक स्तर पर एक मजबूत आर्थिक ताकत बन कर उभर रहा है, भारत की यह प्रगति कुछ देशों को रास नहीं आ रही है एवं यह सभी मिलकर भारत के सम्बंध में झूठे विमर्श गढ़ रहे हैं।

पश्चिमी विचारधारा में उत्पादों के अधिकतम उपभोग को जगह दी गई है। आज को अच्छी तरह से जी लें, कल किसने देखा है, यह पश्चिमी सोच, चर्च की प्रेरणा एवं भौतिकवाद पर आधारित है। इस्लाम एवं ईसाईयत में पुनर्जन्म पर विश्वास नहीं किया जाता है। जो कुछ भी करना है वह इसी जन्म में करना है। इसके ठीक विपरीत भारतीय सनातन संस्कृति पुनर्जन्म में विश्वास करती है इससे भारतीय नागरिकों द्वारा उपभोग में संयम बरता जाता है एवं उत्पादन में बहुलता होने की विचारधारा पर कार्य करते हुए दिखाई देते हैं। ईश्वर से प्रार्थना की जाती है कि 'प्रभु इतना दीजिए कि मैं भी भूखा न रहूं और अन्य कोई भी भूखा न सोय', यह भारतीय विचारधारा है।

भारतीय सनातन संस्कृति की विचारधारा के ठीक विपरीत आज वैश्विक बाजार शक्तियां भारत में भी उपभोक्तावाद को फैलाने का प्रयास कर रही हैं। विशेष रूप से दीपावली एवं रक्षाबंधन जैसे शुभ त्यौहारों के अवसर पर 'कुछ मीठा हो जाए' जैसे विज्ञापन देकर यह विमर्श खड़ा करने का प्रयास किया जाता है कि भारतीय मिठाईयों एवं व्यंजनों जैसे जलेबी, इमरती तथा दूध एवं खोए से बनी मिठाईयां खाने से मधुमेह का रोग हो जाता है। अत: सदियों से भारत में उपयोग हो रहे इन स्वादिष्ट व्यंजनों के स्थान पर केडबरी चॉकलेट अधिक स्वास्थ्यवर्धक है, जिसका अधिक उपयोग करना चाहिए। भारतीय सनातन संस्कारों के अनुसार भारत में कुटुंब को एक महत्वपूर्ण इकाई के रूप में स्वीकार किया गया है एवं भारत में संयुक्त परिवार इसकी परिणती के रूप में दिखाई देते हैं। परंतु, पश्चिमी आर्थिक दर्शन में संयुक्त परिवार लगभग नहीं के बराबर ही दिखाई देते हैं एवं विकसित देशों में सामान्यत: बच्चों के 18 वर्ष की आयु प्राप्त करते ही, वे अपना अलग परिवार बसा लेते हैं तथा अपने माता-पिता से अलग मकान लेकर रहने लगते हैं। इस चलन के पीछे संभवत: आर्थिक पक्ष इस प्रकार जुड़ा हुआ है कि जितने अधिक परिवार होंगे उतने ही अधिक मकानों, कारों, टीवी, फ्रिज इत्यादि की आवश्यकता होगी। समस्त उत्पादों की आवश्यकता इससे बढ़ेगी जो अंतत: मांग में वृद्धि के रूप में दिखाई देगी एवं इससे इन वस्तुओं का उत्पादन बढ़ेगा। ज्यादा वस्तुएं बिकने से बहुराष्ट्रीय कम्पनियों के लाभ में भी वृद्धि होगी। कुल मिलाकर इससे आर्थिक वृद्धि दर तेज होगी। विकसित देशों में इस प्रकार की मान्यताएं समाज में अब सामान्य हो चली हैं। अब बहुराष्ट्रीय कम्पनियां भारत में भी प्रयासरत हैं कि किस प्रकार भारत में संयुक्त परिवार की प्रणाली को तोड़ा जाय ताकि परिवारों की संख्या बढ़े एवं विभिन्न उत्पादों की मांग बढ़े और इन कम्पनियों द्वारा निर्मित उत्पादों की बिक्री बाजार में बढ़े। इसके लिए बहुराष्ट्रीय कम्पनियां इस प्रकार के विभिन्न सामाजिक सीरियलों को बनवाकर प्रायोजित करते हुए टीवी पर प्रसारित करवाती हैं जिनमें संयुक्त परिवार के नुक्सान बताए जाते हैं एवं छोटे-छोटे परिवारों के फायदे दिखाए जाते हैं। सास-बहू के बीच, ननद-देवरानी के बीच, दो बहनों के बीच, पड़ौसियों के बीच, छोटी छोटी बातों को लेकर झगड़े दिखाए जाते हैं एवं जिनका अंत परिवार की टूट के रूप में बताया जाता है। जबकि भारतीय संयुक्त परिवार प्रथा, समाज एवं राष्ट्र को समृद्ध बनाती है।◆◆◆

बांग्लादेश में अल्पसंख्यक हिंदुओं पर अमानवीय अत्याचार

सदियों की गुलामी के बाद 1947 में भारत के आजाद होने से पहले ही पाकिस्तान का जन्म हुआ और पाकिस्तान एक इस्लामी देश बना। पाकिस्तान के मुसलमानों में आंतरिक कलह होने से भारत के पराक्रम से बांग्लादेश का जन्म हुआ। अनेक वर्षों तक भारत ने जिस बांग्लादेश की हर प्रकार से सहायता की,, उसी बांग्लादेश में आज अराजकता का माहौल है। वहां की प्रधानमंत्री शेख हसीना को निर्वासित कर दिया गया। उन्होंने भारत में शरण ली और अब बांग्लादेश में निहत्थे अल्पसंख्यक हिंदुओं को सरेआम जलाया जा रहा है। हिंदुओं के मंदिर तोड़ दिए गए हैं। बहन बेटियों को उठा लिया जाता है और उनका जबरन मजहब बदल दिया जाता है। बांग्लादेश के मुस्लिम अधिकांशत: भारत में पश्चिम बंगाल में घुसपैठिए बनकर आते हैं, जो करोड़ों की संख्या में यहां मौजूद हैं। इस समय एस.आई.आर. के माध्यम से घुसपैठियों की पहचान करके उन्हें वापस बांग्लादेश भेजे जाने की प्रकिया अम्ल में लाई जा रही है। इसलिए बांग्लादेश और पश्चिम बंगाल में हिंदुओं को प्रताड़ित किया जा रहा है। हिंदुओं को जलाए जाने की घटना से भारत में हिंदुओं में आक्रोश है और सरकार द्वारा भी स्थिति से निपटने के लिए विचार किया जा रहा है। बांग्लादेश में हिंदू अल्पसंख्यकों पर हिंसा की कई घटनाएं 2024 से 2025 तक दर्ज की गई हैं, जिसमें मंदिरों पर हमले, घरों में आगजनी, हत्याएं और बलात्कार शामिल हैं। ये अत्याचार मुख्य रूप से शेख हसीना की सरकार गिरने के बाद शुरू हुए और अंतरिम सरकार के दौरान जारी रहे। इन अत्याचारों के विरोध में भारत में कई शहरों में प्रदर्शन हुए, जहां न्याय की मांग की गई। अंतरिम सरकार पर निष्क्रियता का आरोप लगा। भारत में बांग्लादेश के अल्पसंख्यक हिंदुओं पर हो रही हिंसा से जनता में आक्रोश बढ़ा है। सरकार ने कूटनीतिक स्तर पर बांग्लादेश से अल्पसंख्यकों की सुरक्षा सुनिश्चित करने की मांग की है। हिंदू मंदिरों और घरों पर हमलों की घटनाओं ने दिल्ली, कोलकाता और अन्य शहरों में विरोध प्रदर्शन भड़का दिए हैं। हिंदू संगठनों ने जंतर-मंतर पर धरने दिए और बांग्लादेशी दूतावास के बाहर प्रदर्शन किए।

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के सरसंघचालक डॉ. मोहन भागवत जी ने बांग्लादेश की घटनाओं पर अपने वक्तव्य के माध्यम से लिखा है कि जहां हिंदू अल्पसंख्यक हैं वहां एकता का प्रदर्शन जरूरी है और जहां हिंदू बहुसंख्यक हैं वहां अल्पसंख्यकों की सुरक्षा के प्रति जागरूक रहें। पीड़ित हिंदुओं के प्रति संवेदना व्यक्त करते हुए उनका सहयोग करके अपना कर्तव्य अवश्य निभाएं। भारत में बांग्लादेशी घुसपैठिए मुख्य रूप से सीमावर्ती क्षेत्रों जैसे पश्चिम बंगाल, झारखंड, असम और त्रिपुरा में आते हैं। इनकी पहचान चुनौतीपूर्ण होती है, क्योंकि वे फर्जी दस्तावेज बनवाते हैं।

बांग्लादेश में दीपू दास हत्याकांड के बाद एक और दिल दहलाने वाली वारदात हुई जिसमें एक घर पर हमला कर आग लगा दी, जिससे 7-साल की बच्ची आयशा की मौत हो गयी और उसकी दो बहनें गंभीर रूप से झुलसीं। हिंदू देवी-देवताओं की मूर्तियों को तोड़े जाने की घटनाओं पर स्थानीय एवं अंतरराष्ट्रीय हिन्दू संगठनों ने निंदा की है और कार्रवाई की मांग उठाई है। विभिन्न रिपोर्टों और मानवाधिकार समूहों के अनुसार हिंसा के दौरान हिंदू-मकानों, दुकानों, धार्मिक स्थलों पर हमला, आगजनी व लूट की घटनाएं हुईं। भारत सरकार द्वारा बांग्लादेश की घटनाओं का संज्ञान लेते हुए कड़ी कार्यवाही सुनिश्चित की जानी चाहिए, ताकि ऐसी घटनाएं भारत में न हो सकें।◆◆◆

बोध

छूटता है सबकुछ धीरे-धीरे समय के साथ
छूट जाती है अदृश्य डोर, दिखता है इक पतंग
आकाश की विशालता में होता विलीन एक दिन
किंकर्तव्यविमूढ़ हो मनुष्य ताकता है क्षितिज को
न महसूस होती है अदृश्य डोर
न दृष्टि पटल पर आकार लेती है पतंग
रहता है तो बस वह एहसास
जो होने न होने का तय करता है फासला
जिसमें रह जाता है बस एक पश्चात्ताप
कि रिक्तता से पहले कुछ था
जो निरंतर देता रहा होने का बोध !

प्रियंका वैद्य

यह क्या हो गया

यह क्यों हो गया है, कैसे हो गया
जो जवानी, खेलती दौड़ती, खौलती थी
पहले सरहद पर रक्षा को
देशभक्त भगत सिंह, आजाद ,सुभाष चंद्र बोस
तुम मुझे खून दो मैं तुम्हे आज़ादी दूंगा ...
जोर जोर से यह बोलती थी
जिस ओर जवानी चलती है
उस ओर ज़माना चलता है...
दौरे तरक्की के अंदाज निराले हो
देखा देखी में क्षणिक सुख
स्वस्थ तन पर भारी हो गया
जहां जश्न जोश होश जवानी
देशभक्ति और पंखों की उड़ान
दशों दिशाओं में जिंदगी की जवानी का होना था,
पर वहां जहर चिट्टा बन अब घुल रहा
नस-नस में जो युवाओं के
वह आदत खा रही है पल पल
खुद के साथ घर अपना परिवार जला रही है
समाज देश दुनिया में महामारी हो गई है
इस बहकती जवानी जो सबकी जिंदगी
बंदगी है इसे संभालो,
आओ सब मिल कर यह संकल्प करे
मन वचन कर्म से नशा मुक्ति का अभियान करें
चिट्टा मुक्त यह हिमाचल और संपूर्ण राष्ट्र
स्वस्थ बने यह आह्वान हमारा हो ....

डा. राजेश 'जिया'

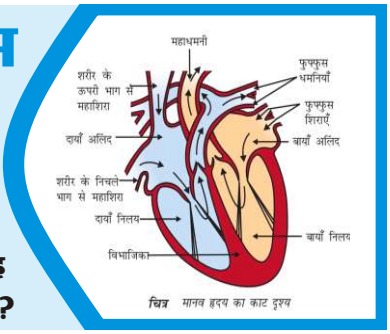
गोधन बचाओ

लम्बा मुंह बड़ी स्नेही आँखे, सर पर दो सिंग साथ दो लम्बे कान,
चार खुर काले और लम्बी पूंछ, पीठ उपर छोटी चूड़ की शान।
घास खाने के बाद जुगाली करे, रम्भा कर मालकिन को दुहने बुलावे,
भोर हुई अब दुहो मुझे, साथ में मेरे बछड़े को भी दूध पिलावे।
चार दुदही गाय के थन में, प्रभु ने हमारे लिए अमृत कुंड है बनाये,
जो महिलायें चोकर-घास पानी से, गाय सेवा करे वह दुहने से क्यों घबराये।
गाय जीभ से चाट करके बलते को, अपना पेट भरा मोह दर्शानें,
बछड़े भी ऊँची पूंछ उठाकर, दूध पिते थन में हल्की-हल्की चोट लगावें।
बछड़े को एक चौथाई दूध पिलाती, तीन भाग से भरे दूध की अपनी बाल्टी,
बछड़ा खुंडे से बाँध गाय के पीठ में हाथ लगा कर घास खा अब मेरी माल्टी।
जन्म पर बछड़ा-बछड़ी नाम दिया, चार साल बाद दिया गाय बैल का नाम,
गाय दूध से परिवार का पालन करे, बैल खेत खलियान में करे काम।
गोबर डाल खेत में अनाज पैदा करे, मच्छर भगाने को बनावे गोबर के ढेले,
घी दूध से मेहमानों का सत्कार करें, तभी मनाते है गाँव में अनादित मेले।
गोमूत्र से हवन पूजा पाठ करे, गोबर से ही लिपाई करते यज्ञ की बेदी,
तभी यज्ञ का फल मिलेगा, ऐसी शिक्षा यज्ञचारी ने है सबको दे दी।
भारत में खुले बुचड़खाने अनेक, नेता को क्यों न गोमाता की सुध आती ?
जब बने गोहत्या पर सख्त कानून,तभी आएगी हिंदुओं में धर्म भावना जागृति।
कुछ लोग गुजरो के पास गाय बैलों को, पालने के इशारों में आकर है देते,
लेकिन ये काफिर पैसों के लालच से, बेजुबानो को बुचड़खाने में है देते।
हिन्दू जाती सभी गोधन के आभारी, तभी कहते है सब गोमाता,
मुसलमान गाय के दुश्मन है, कत्ल करने का दण्ड देगा इन्हें विधाता।
दलीप कहे, हे सुबुद्धि जनो, बुढ़ापे में गाय-बैल न ठुकराओ।
इन्होंने जीवन भर उपकार किया,अगले जन्म का पाप न कमाओ।

दलीप सिंह नम्बरदार, गांव विकटाड़ी, तह. नेरवा, जिला शिमला

ठंड का मौसम हार्ट अटैक

आपके दिल के लिए यह मौसम खतरनाक क्यों है?



चित्र मानव हृदय का काट दृश्य

सर्दियों का मौसम शुरू होते ही दिल से जुड़ी बीमारियों के मामले अचानक बढ़ने लगते हैं। कई बार पहले से स्वस्थ दिखने वाले लोग भी ठंड के दिनों में अचानक सीने में दर्द, सांस फूलना या हार्ट अटैक जैसे गंभीर लक्षण महसूस करने लगते हैं।

ठंड के दिनों में दिल पर अतिरिक्त दबाव कई कारणों से बढ़ता है, जिससे हार्ट अटैक का जोखिम भी अधिक हो जाता है:

ब्लड वेसल्स का सिकुड़ना: ठंड लगते ही शरीर की नसें सिकुड़ने लगती हैं। इससे खून धीरे बहता है और दिल को शरीर में खून पहुंचाने के लिए ज्यादा मेहनत करनी पड़ती है।

ज्यादा ऑक्सीजन की जरूरत: ठंड में शरीर का तापमान बनाए रखने के लिए दिल को ज्यादा काम करना पड़ता है। यह अतिरिक्त मेहनत कई बार दिल की क्षमता से ज्यादा हो जाती है, और ये भी हार्ट अटैक का कारण बन सकता है।

डॉ. अमित कुमार
सह निदेशक एवं प्रमुख (यूनिट-1)
इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजी

सुबह की ठंड : सुबह के समय तापमान सबसे कम होता है, जिससे ब्लड वेसल्स और भी जल्दी सिकुड़ती हैं। यही वजह है कि सुबह के समय हार्ट अटैक की संभावनाएँ सबसे ज्यादा पाई गई हैं।

वायरल संक्रमण और कमजोर इम्यूनिटी: ठंड के मौसम में वायरल संक्रमण, फ्लू और सांस से जुड़ी समस्याएँ बढ़ती हैं। ये सभी दिल पर अतिरिक्त तनाव डालती हैं, जिससे जोखिम बढ़ता है।

हार्ट अटैक के लक्षण (Symptoms of heart attack)

सर्दियों में दिल पर अचानक बढ़ने वाले दबाव के कारण बहुत से लोग शुरुआती संकेतों को पहचान नहीं पाते। समय पर पहचान इलाज को आसान बनाती है और जान बचाने में मदद करती है।

छाती में दबाव या भारीपन: सीने के बीचों-बीच दबाव, जलन या कसाव महसूस होना हार्ट अटैक का सबसे आम संकेत है। यह दर्द बाएं हाथ, कंधे या पीठ तक भी फैल सकता है।

सांस फूलना: अचानक सांस लेने में दिक्कत, हल्के व्यायाम से भी थकान या साँस का रुक-रुक कर चलना हार्ट अटैक का लक्षण है।

ठंडा पसीना आना: बिना मेहनत किए ठंडा पसीना आना, शरीर का हल्का काँपना या बेचैनी महसूस होना हार्ट अटैक का संकेत हो सकता है। **चक्कर आना या बेहोशी:** ब्लड फ्लो कम होने से अचानक चक्कर आना, आंखों के आगे अंधेरा दिखना या संतुलन बिगड़ना भी हार्ट अटैक की चेतावनी है।

हार्ट अटैक से बचने के उपाय : सर्दियों में दिल को स्वस्थ रखना मुश्किल नहीं है, बस कुछ सावधानियाँ नियमित रूप से अपनानी होती हैं। **ठंड से शरीर को गर्म रखें :** गर्म कपड़े पहनें, खासकर सिर, कान, पैर और हाथों को ढककर रखें। ठंडी हवा सीधे शरीर के तापमान को गिराती है, जिससे दिल पर दबाव बढ़ सकता है। **सुबह की सैर का समय बदलें:** सुबह 5-7 बजे के बीच तापमान सबसे कम होता है। इस समय बाहर जाने से बेहतर है कि थोड़ी धूप निकलने के बाद टहलने जाएं। **पर्याप्त पानी पिएं:** ठंड में प्यास कम लगती है, लेकिन शरीर में पानी की कमी से ब्लड गाढ़ा होने लगता है, जिससे ब्लॉकेज का खतरा बढ़ जाता है। **हेल्दी डाइट लें:** दिल की बीमारी के मरीजों के लिए नमक, तला खाना, जंक फूड और ज्यादा चीनी नुकसानदायक है। इसके बजाय फाइबर, हल्का भोजन, और ओमेगा-3 से भरपूर डाइट लें। **तनाव कम करें और सही नींद लें:** स्ट्रेस हार्ट अटैक का एक बड़ा कारण है। योग दिल की सेहत सुधारने में मदद करता है। **हार्ट हेल्थ के लिए घरेलू उपाय:** घरेलू नुस्खे इलाज नहीं हैं, लेकिन नियमित देखभाल के रूप में फायदेमंद साबित होते हैं।

हार्ट अटैक से बचने के आसान और सुरक्षित उपाय

लहसुन का सेवन: लहसुन खून को पतला रखने में मदद करता है और ब्लॉकेज बनने का जोखिम कम करता है। सुबह एक कली लहसुन पानी के साथ लेना फायदेमंद होता है।

हल्दी वाला दूध: हल्दी एंटी-इन्फ्लेमेटरी होती है और दिल की सूजन कम करने में मदद कर सकती है। सोने से पहले हल्का गर्म हल्दी दूध उपयोगी होता है।

ओमेगा-3 से भरपूर भोजन: अखरोट, अलसी, बादाम और मछली के तेल जैसी चीजें दिल की सेहत के लिए अच्छी मानी जाती हैं। ये ब्लॉकेज और सूजन कम करने में मदद करती हैं।

भाप और गर्म पेय: सर्दियों में कफ बढ़ सकती है, जिससे सांस फूलना जैसे लक्षण दिल पर दबाव बनाते हैं। गर्म पानी और भाप लेने से इस समस्या में राहत मिलती है।◆◆◆

हनुमान की वीरता

हनुमान की वीरता की कहानी उनके जन्म से शुरु होती है, जब इंद्र के वज्र से उनकी ठोड़ी घायल हो गई और उन्हें हनुमान नाम मिला। बचपन में सूर्य को निगलने की कोशिश से लेकर राम के आदेश पर संजीवनी पर्वत उठाकर लाने, समुद्र लांघकर सीता की खोज करने और रावण की लंका में अपनी बुद्धि और शक्ति से अशोक वाटिका उजाड़ने तक, वे एक महान वीर योद्धा हैं।

बचपन का साहस : बचपन में हनुमान जी ने सूर्य को फल समझकर निगलने का प्रयास किया था, जिससे उन्हें अपनी शक्ति का एहसास हुआ।

संजीवनी पर्वत लाना : राम-रावण युद्ध के दौरान जब लक्ष्मण मूर्छित हो गए तो हनुमान जी ने संजीवनी पर्वत को उठाया और समय पर लाकर लक्ष्मण को स्वस्थ किया।

समुद्र लांघना : हनुमान जी ने सीता की खोज में समुद्र को लांघा और लंका पहुंचे। इस यात्रा में उन्होंने मैनाक पर्वत और सुरसा राक्षसी जैसी बाधाओं को पार किया, जो उनकी असीम शक्ति और दृढ़ संकल्प का प्रमाण है।

लंका दहन : लंका पहुंचने के बाद, उन्होंने अशोक वाटिका को उजाड़ा और कई राक्षसों का वध किया। अंत में रावण ने पूंछ में आग लगवा दी, लेकिन हनुमान अपनी पूंछ का आकार बढ़ाकर और उसे अपने साथ पूरे नगर में फैलाकर लंका दहन कर देते हैं।

महाभारत में भूमिका : श्री कृष्ण के आदेश पर, हनुमान जी महाभारत के युद्ध के दौरान अर्जुन के रथ की रक्षा के लिए ध्वजा पर विराजमान रहे, जिससे अर्जुन का रथ अभेद्य बना रहा।

अटूट भक्ति: हनुमान जी की वीरता का सबसे बड़ा उदाहरण उनकी श्रीराम और सीता के प्रति अटूट भक्ति है। जब उन्हें सीता ने मोतियों का हार दिया, तो उन्होंने हर मोती को तोडक़र उसमें श्रीराम की छवि नहीं देखी और फिर अपने हृदय को चीरकर उसमें श्रीराम और सीता की छवि दिखाई। हनुमान की वीरता उनके बल, बुद्धि, और सबसे बढ़कर उनकी श्रीराम के प्रति निस्वार्थ भक्ति का प्रतीक है, जिसने उन्हें अमर बना दिया। इसलिए हिन्दू संस्कृति में हनुमान चालीसा का पाठ किए जाने की परंपरा है। ◆◆◆

प्रश्नोत्तरी

1. रामायण के रचनाकार का नाम बताओ
2. श्रीराम चरित मानस में कितने कांड (अध्याय) है।
3. राजा दशरथ के पिता का नाम बताओ ?
4. भारत में सार्वजनिक क्षेत्र का कौन सा बैंक सबसे पुराना है।
5. फिक्की (FICCI) का पूरा नाम बताओ
6. नेशनल बोटेनीकल रिसर्च इंस्टीटयूट कहां स्थित है ?
7. शल्य चिकित्सा का जनक किस भारतीय को माना जाता है ?
8. पीर-पंजाल पर्वत श्रेणी किस राज्य में स्थित है ?
9. कन्याकुमारी भारत की किस दिशा में पड़ता है ?
10. ज्वालाजी मंदिर किस स्थान पर स्थित है ?

उत्तर : (1) वाल्मीकि (2) सात (3) अज (4) इलाहाबाद बैंक (1895) (5) फेडरेशन ऑफ इण्डिया चैम्बर्स ऑफ कॉमर्स एण्ड इण्स्ट्रीज (6) लखनऊ (उ.प्र.) (7.) सुश्रुत (8) हिमाचल एवं जम्मू कश्मीर (9) दक्षिण (10) कांगड़ा-हिमाचल प्रदेश

शिक्षाप्रद चुटकुले

शिक्षक: बताओ, सफलता का सबसे छोटा रास्ता क्या है ?

बच्चा: मेहनत का रास्ता सर, क्योंकि इसमें शॉर्टकट नहीं होता।

संदेश: मेहनत ही सफलता की कुंजी है।

◆◆◆

गुरुजी : अगर गलती हो जाए तो क्या करना चाहिए ?

बच्चा : उसे दोहराना नहीं चाहिए, बल्कि उससे सीख लेनी चाहिए।

संदेश: गलती सीखने का अवसर होती है।

◆◆◆

टीचर : सबसे बड़ा धन क्या है ?

बच्चा: ज्ञान। **टीचर:** कैसे ?

बच्चा : क्योंकि बांटने से यह बढ़ता है।

संदेश: ज्ञान बांटने से बढ़ता है।

◆◆◆

पिता: बेटा, समय की कीमत कैसे पहचानोगे ?

बेटा: जब परीक्षा पास आ जाए और घड़ी तेज़ चलने लगे।

संदेश: समय का सदुपयोग ज़रूरी है।

◆◆◆

हिमाचल के सिरमौर जिले के जासवीं गांव के 39 बेटे भारतीय सेना में दे रहे सेवाएं

अब 7 अग्निवीर और हुए भर्ती

सिरमौर जिले के तहत अजरोली पंचायत का जासवी कनाड़ी गांव आज केवल एक भौगोलिक पहचान नहीं, बल्कि राष्ट्रसेवा, अनुशासन और संकल्प का जीवंत प्रतीक बन चुका है। सीमित संसाधनों और कठिन पहाड़ी परिस्थितियों के बावजूद यहां के युवाओं ने यह सिद्ध कर दिया है कि सच्ची लगन और देशभक्ति के आगे कोई बाधा टिक नहीं सकती। एक ही गांव से 39 युवाओं का भारतीय सेना में सेवा देना और हाल ही में सात युवकों सुजल, कर्ण, संजीव, अभिषेक, रोहित, करन और ऋषभ का अग्निवीर के रूप में चयन होना, जासवी कनाड़ी की मजबूत सैन्य परंपरा को दर्शाता है। यह उपलब्धि उस सामाजिक संस्कार, पारिवारिक समर्थन और ग्राम्य वातावरण का परिणाम है, जहां राष्ट्रप्रेम बचपन से ही जीवन मूल्यों का हिस्सा बन जाता है। सेना में जाना यहां केवल रोजगार नहीं, बल्कि सम्मान और कर्तव्य का विषय है। खेलों में भी गांव के युवाओं की सफलता यह बताती है कि शारीरिक फिटनेस, अनुशासन और संघर्षशीलता जासवी की पहचान बन चुकी है। जासवी गांव का समाज में संदेश जाता है कि पहाड़ की जवानी केवल पलायन के लिए नहीं, बल्कि राष्ट्र निर्माण के लिए भी है। यह गांव आने वाली पीढ़ियों के लिए प्रेरणा है कि यदि लक्ष्य स्पष्ट हों, मेहनत ईमानदार हो और समाज का सहयोग मिले, तो छोटे गांव भी देश को बड़े सपूत दे सकते हैं।◆◆◆

मकर संक्रांति : लोहड़ी की हार्दिक शुभकामनाएं

लोहड़ी गीत

सुंदर मुंदरिये हो,
तेरा कौन विचारा हो !
दुल्ला भट्टी वाला हो!
दुल्ले धी व्याही हो !
सेर शक्कर पाई हो!
कुड़ी दे जेबे पाई
कुड़ी दा लाल पटाका हो!
कुड़ी दा सालू पाटा हो !
सालू कौन समेटे हो!
चाचे चूरी कुट्टी हो!
जमींदारां लुट्टी हो!
ज़मींदार सदाए हो!
गिन-गिन पोले लाए हो!
इक पोला रह गया!
सिपाही फड के लै गया !
सिपाही ने मारी ईंट!
भावें रो भावें पिट
सानू दे दे लोहड़ी!
तुहाडी बनी रवे जोड़ी !

कार्यालय
मातृवन्दना (मासिक)
डा. हेडगेवार भवन, द्वितीय तल नाभा,
शिमला-171004, हिमाचल प्रदेश
दूरभाष : 0177-2836990,
मोबाइल : 7650000990

सेवा में

मातृवन्दना प्रकाशक एवं मुद्रक कमल सिंह सेन द्वारा मातृवन्दना संस्थान के लिए सवितार प्रैस, प्लॉट 367, फेस - 9, उद्योग क्षेत्र मोहाली, एस.ए.एस. नगर से मुद्रित तथा डॉ. हेडगेवार भवन, नाभा, शिमला-4 से प्रकाशित।

follow us on : YouTube