

कार्य की अधिकता मनुष्य को नहीं मारती, बल्कि चिंता मारती है।
- अज्ञात



लॉकडाउन के नतीजे भी भयावह

अर्थव्यवस्था का चरमराना दुनिया के अन्य देशों की तरह भारत के लिए भी चिंता का विषय है। देशवासियों की तात्कालिक समस्याओं के संदर्भ में देखें तो रोजमर्रा की जरूरी चीजों की आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए उनकी सप्लाई चेन को निर्बाध बनाए रखना जरूरी है।

अनिल भट्ट।

दुनिया के तमाम देश आज कोरोना वायरस से लड़ रहे हैं, लेकिन सबके सामने समस्या यही है कि लोगों की जान बचाने की कोशिश में कहीं सारे काम-धंधे न टप पड़ जाएं और लोगों की जीविका न जाती रहे। इस दुविधा को अमेरिका के संदर्भ में सबसे ज्यादा स्पष्टता से समझा जा सकता है, जहां राष्ट्रपति डॉनल्ड ट्रंप देश के विभिन्न राज्यों को 'मुक्त करने' के विवादित टीवीट्स के जरिये वहां जीवन को जल्द से जल्द पटरी पर लाने का माहौल बना रहे हैं।

हमारे यहां कोरोना के खिलाफ लड़ाई में मुख्य रणनीति यह रही है कि कंफ्लिक्ट लॉकडाउन के जरिए कोरोना की चेन तोड़कर इसकी गति धीमी कर दी जाए, ताकि सीमित दायरे में ही इसके खाले के

इंतजाम किए जा सकें। इसी रणनीति के तहत 25 मार्च से 14 अप्रैल तक 21 दिनों के लॉकडाउन का पहला चरण समाप्त होने से ठीक पहले प्रधानमंत्री ने 15 अप्रैल से 3 मई तक के अगले चरण की घोषणा कर दी। हालांकि उन्हें इस बात का अंदाजा है कि लॉकडाउन के नतीजे भी कोरोना जितने ही भयावह हो सकते हैं।

अर्थव्यवस्था का चरमराना दुनिया के अन्य देशों की तरह भारत के लिए भी चिंता का विषय है। देशवासियों की तात्कालिक समस्याओं के संदर्भ में देखें तो रोजमर्रा की जरूरी चीजों की आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए उनकी सप्लाई चेन को निर्बाध बनाए रखना जरूरी है। इसे ध्यान में रखते हुए ही प्रधानमंत्री ने लॉकडाउन के इस दूसरे चरण को दो

हिस्सों में बांट दिया था। आज से देश में लॉकडाउन का विशेष चरण शुरू हो रहा है, जिसमें खास क्षेत्रों और खास सेवाओं को लॉकडाउन से सशर्त छूटें प्रदान की जा रही हैं।

कोरोना के प्रकोप की तीव्रता के आधार पर विभिन्न इलाकों को रेड, ऑरेंज और ग्रीन जोन में बांटते हुए ये छूटें निर्धारित की गई हैं। सबसे बड़ी बात यह कि इस अवधि में ज्यादातर सरकारी दफ्तर खुले रहने वाले हैं। समझना जरूरी है कि इस चरण में आम नागरिकों के साथ-साथ पुलिस और प्रशासन के लिए भी अलग तरह की चुनौतियां रहेंगी। लॉकडाउन तोड़ने वालों की पहचान करने में पुलिस को अब तक खास परेशानी नहीं होती थी, मगर अब उसे इस उलझन का सामना करना पड़ेगा कि लॉकडाउन

में सड़क पर दिख रहा व्यक्ति अपनी जान पर खेलकर अपना कर्तव्य निभाने जा रहा है, या महज ऊब मिटाने के लिए बाहर निकल कर कोरोना का खतरा बढ़ा रहा है।

आम नागरिक के स्तर पर भी यह दुविधा महसूस की जाएगी कि उसका बाहर निकलना आवश्यक या अत्यावश्यक की श्रेणी में आता है या नहीं। बहरहाल, कुल 13 दिनों की इस अग्निपरीक्षा को हम ठीक से पार कर ले गए तो बीमारी की घेरेबंदी करना हमारे लिए आसान हो जाएगा और बाद के लिए लोगों का कामकाज भी बचा रहेगा। बस, प्रशासन को और साथ ही आम लोगों को भी इस बात का ध्यान रखना होगा कि हमारी यह सक्रियता बीमारी का दायरा बढ़ाने वाली न साबित हो।

प्रकृति का कोप

अशोक बोहरा।

हमारा देश कई रूपों में विश्व से अलग है। आज जब मानव सभ्यता प्रकृति का कोप झेल रही है और कई मूलभूत प्रश्न मानवता के समक्ष खड़े हैं, तब यदि विश्व ईमानदारी से भारत की ओर देखे तो उसे समाधान मिल सकते हैं। हमारी भारतीय सभ्यता कभी भी प्रकृति से प्रतिद्वंद्विता करना नहीं सिखाती। हम कभी भी स्वयं को प्रकृति पर विजय प्राप्त करने के लिए प्रेरित नहीं करते। हम प्रकृति को नमन करते हैं, उसके आदेशों को अंगीकार करते हैं और उससे प्रेम करते हैं। कुपित प्रकृति नहीं मेहरबान प्रकृति, जो अपने आशीर्वाद से हमारा उद्धार कर दे। लोगों का स्वयं घर पर रहना, आवश्यक सेवा कर्मियों का निःस्वार्थ भाव से बिना स्वयं की परवाह किए औरों के लिए निकल पड़ना और सबका साथ मिल कर उनका तालियों से और दीप प्रज्वलित करके धन्यवाद करना अकल्पनीय लगता है।

धर्म-दर्शन



संपादकीय

सेहत पर हमला

कोरोना वायरस ने न सिर्फ लाखों लोगों की शारीरिक सेहत पर हमला किया है, बल्कि इसने दुनिया भर में करोड़ों लोगों की मानसिक और भावनात्मक सेहत को भी हिलाकर रख दिया है। ऐसे में सवाल उठता है कि क्या चुनौती और असमंजस से भरे इस वक्त में अपनी दिमागी सेहत को दुरुस्त रखने के लिए हम कुछ कर सकते हैं? किसी खराब स्थिति में लोग कैसे रिएक्ट करते हैं, यह काफी अहम है। मुश्किल वक्त में जहां कुछ लोग बुरी तरह टूट जाते हैं वहीं कुछ लोग पहले से भी ज्यादा मजबूत होकर निकलते हैं।

तमाम रिसर्च का नतीजा यह है कि जिन लोगों ने ट्रैजिक ऑप्टिमिजम (दुख में भी सकारात्मकता) का नजरिया अपनाया, वे इस स्थिति से बेहतर तरीके से निपट सके, बजाय उनके जिन्होंने दुख में अच्छा महसूस करने के लिए खुशी पर फोकस किया। ट्रैजिक ऑप्टिमिजम का मतलब है दुख, नुकसान और पीड़ा के बावजूद उम्मीद बनाए रखना और जिंदगी का मतलब तलाशना। जो लोग इसमें विश्वास करते हैं, वे खराब-से-खराब स्थिति में भी उम्मीद और गहरे अंधरे में भी रोशनी तलाश लेते हैं। गौर करने वाली बात यह है कि खराब स्थिति नहीं, बल्कि इस स्थिति में उनके रिएक्ट करने का तरीका, लोगों को मजबूत होना सिखाता है। इस तरह के हालात से बचकर निकलनेवाले लोग खुद भी खराब हालात में सकारात्मकता को तलाश करने लगते हैं। यह सच है कि कुछ लोग दूसरों के मुकाबले कुदरती तौर पर ज्यादा पॉजिटिव सोच वाले होते हैं, लेकिन सायकॉलजिस्ट के अनुसार बेहद हताश और निराश शख्स में भी संकट के दौर में जिंदगी के मायने ढूँढने की क्षमता होती है। हां, कोई भी खुश रहने के तरीके जरूर तलाश सकता है।

हमारे देश की जनता का अभूतपूर्व सहयोग और समर्पण, जिसकी कल्पना विश्व में और कहीं नहीं की जा सकती, क्योंकि इसके पीछे है एक आस्था और एक आत्मिक बल।

विश्वास का आंगन

राधा जोशी।

भारत ने जिस प्रकार कोरोना संकट का सामना किया है, वह विश्व के सामने एक अनुकरणीय उदाहरण है। सीमित साधनों के बावजूद भारत ने इस संकट का सूझबूझ और विवेक के साथ सामना किया है। इसके लिए सरकार एवं सहयोगी संस्थाओं द्वारा असाधारण व्यूह रचना प्रशंसनीय है, पर सर्वोपरि रहा है हमारे देश की जनता का अभूतपूर्व सहयोग और समर्पण, जिसकी कल्पना विश्व में और कहीं नहीं की जा सकती, क्योंकि इसके पीछे है एक आस्था और एक आत्मिक बल। जब-जब इस देश में हम अपने इस आत्मिक बल को जागृत कर लेते हैं, हम अजेय हो जाते हैं।

विपत्ति की इस घड़ी में इस सुप्त बल को जगाने का श्रेय निर्विवाद रूप से हमारे प्रधानमंत्री जी को जाता है। एक ओर तो उन्होंने आत्मविश्वास से भरे कठिन निर्णय लिए हैं और दूसरी ओर जनमानस में 'हम कर सकते हैं' की भावना को भी प्रज्वलित किया है। चमत्कार होते हैं, पर उसके लिए आपको लगातार एक सकारात्मक सोच को जीवित रखना होता है, आस्था को प्रश्नों के कटघरे में नहीं, विश्वास के आंगन में ले जाना होता है। हमारे देश में कई लोगों को न जाने कब यह लगने लगा कि हमसे



नहीं होगा। हम में कहां वह शक्ति और सामर्थ्य है जो विश्व के अन्य देशों के पास है? हम कहीं अपनी अपार शक्ति को भूल गए। एक शक्ति जो हमें अनंत से मिलती है, जिसका स्रोत भी अनंत है, जिसकी प्रतीति भी अनंत है और जिसकी संभावनाएं भी अनंत हैं। एक प्रेरक कथा है: एक बार एक व्यक्ति ने सड़क के किनारे बंधे एक हाथी को देखा। हाथी के आगे वाले पैर में एक रस्सी बंधी हुई थी। उस व्यक्ति को आश्चर्य हुआ कि इतना विशाल हाथी एक छोटी सी रस्सी से कैसे बंधा हुआ है। हाथी चाहे तो बस एक झटके में उस रस्सी को तोड़ कर स्वतंत्र हो सकता है, पर वह चुपचाप सर झुका कर रस्सी से बंधा खड़ा है। उसने महावत से प्रश्न किया कि क्या उसे नहीं

लगता कि उसका यह हाथी रस्सी तोड़ कर जा सकता है। महावत ने कहा, यहां आइए मेरे साथ। और उसे आगे ले जाकर कई और हाथी दिखाए जो सब उसी तरह छोटी-छोटी रस्सियों से बंधे थे। फिर महावत ने कहा, 'सत्य यह है कि जब ये हाथी बच्चे थे, तब से इन्हें इसी तरह इन रस्सियों से बांधा जाता था। किसी को अगर गुलाम बनाना है तो पहले उसका आत्मविश्वास तोड़ो। पहले ये सारे हाथी प्रयास करते थे रस्सियों को तोड़ने का, पर उस समय इनके पास इतनी शक्ति नहीं होती थी कि रस्सी तोड़ कर स्वयं को मुक्त कर सकें। पूरे प्रयासों के बाद भी रस्सी न तोड़ पाने के कारण उनके अंदर यह धारणा घर कर जाती है कि उनके लिए इन रस्सियों को तोड़ पाना संभव नहीं और बड़े होने के बाद भी स्वयं पर उनका यह अविश्वास उसी तरह चलता रहता है और धीरे-धीरे वे प्रयास करना भी छोड़ देते हैं।'

हमारे देश में भी बहुत से लोग हैं जो अब प्रयास करना ही छोड़ चुके हैं। भूल चुके हैं कि इन रस्सियों को वे एक झटके में तोड़ सकते हैं, बस आवश्यकता है एक सच्चे आत्मविश्वास के जागरण की। देश के आत्मविश्वास का जागरण हम सबने कोरोना संकट के दौरान देखा है। देश का जो आत्मसंयम और कर्तव्यबोध हमने प्रधानमंत्री के देश से बस एक आग्रह के बाद देखा, वह कोई साधारण घटना नहीं थी।

अष्टयोग-5030				
	1	7	2	
6	35	5	30	25
7	2		3	4
1	33	31	29	2
	6	4	5	7
	33	3	31	37
5		4	6	3

अष्टयोग-5029 का हल							
प्रस्तुत खेल सुबोके व जोड़ की पद्धति का मिश्रण है, खड़ी व आड़ी पंक्तियों में 1 से 7 तक के अंक लिखने अनिवार्य हैं, गहरे काले वर्ण में लिखी संख्या चारों ओर के 8 वर्णों की संख्या का कुल योग होगा, सही अथवा आड़ी पंक्तियों में 1 से 7 तक के अंक होना अनिवार्य है।	1	7	4	5	6	2	
	6	37	6	29	2	29	1
	2	7	5	1	3	4	6
	4	32	4	29	4	35	4
	3	6	1	4	7	2	5
	7	33	2	32	6	37	7
	5	2	7	4	1	6	3

अपना ब्लॉग

हेल्प ग्रुप बनाकर काम कर रहे हैं

मोहन। जब लोग वह काम करते हैं जो उनकी जिंदगी को ज्यादा अर्थपूर्ण बनाता है जैसे कि किसी दूसरे की मदद करना या निस्स्वार्थ भाव से कोई काम करना तो यह उनमें संतुष्टि और सकारात्मकता का अहसास भरता है। वे न सिर्फ प्रेरित महसूस करते हैं बल्कि अपने से बड़ी और किसी महान शक्ति का हिस्सा बनने का अहसास भी उनमें होता है। जैसे कि मौजूदा कोरोना क्राइसिस में लोग एक-दूसरे की मदद को आगे आ रहे हैं। वे हेल्प ग्रुप बनाकर काम कर रहे हैं। बहुत-सी कंपनियां और लोग मुफ्त में सेवा दे रहे हैं। लोग स्वीकार कर रहे हैं कि वे दूसरों से ज्यादा जुड़ाव महसूस कर रहे हैं। इस परिस्थिति में जो लोग दूसरों की देखभाल कर रहे हैं या बाहर जाकर काम कर रहे हैं, मसलन डॉक्टर, मेडिकल स्टाफ, पुलिस, मीडिया कर्मी, समाजसेवी आदि, उनके लिए लोगों के दिलों में सम्मान बढ़ा है।

