

यूनुस को जिम्मेदारी मोदी की मुबारकवाद

भारतीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने बांगलादेश के नोबेल पुरस्कार विजेता मोहम्मद यूनुस को उनके बांगलादेश की अंतर्रिम सरकार का प्रमुख बनने पर मुबारकवाद दी है। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने 'एस्ट' पर मुबारकवाद देते हुए बांगलादेश में वर्तमान राजनीतिक उथलपुथल के बीच हिंदुओं व अन्य अल्पसंख्यकों की दयनीय दशा पर चिन्ता प्रकट की है। मोहम्मद यूनुस ने अपनी ओर से कानून-व्यवस्था बहाल करने की अपनी प्रतिबद्धता पर जोर दिया। इस बीच भारत सरकार ने विभिन्न चैनलों के माध्यम से क्षेत्रीय स्थायित्व के लिए अल्पसंख्यकों की स्थिति के बारे में अपनी चिन्ताओं पर जोर दिया है। सीमा पार कर भारत में आने का प्रयास करने वाले सैकड़ों लोगों को सीमा सुरक्षा बल ने वापस भेजा है। बांगलादेश में स्थिति अस्थिर बनी हुई है क्योंकि विरोध प्रदर्शन की शुरुआत करने वाले छात्रों पर 'दुष्ट तत्व' हावी हो गए हैं जो स्थिति का लाभ उठा कर लूट और आगजनी में लिस हैं तथा वे जनता का व्यापक समर्थन जुटाने के लिए अल्पसंख्यकों पर हमले कर रहे हैं। धीरे-धीरे पर निश्चित रूप से बांगलादेश में राजनीतिक तनाव ने सांघरायिक तनावों को भी भड़का दिया है। जनसंख्या का 8-10 प्रतिशत हिस्सा हिंदू अल्पसंख्यक अत्याचारों का बुरी तरह शिकार बने हैं। हालिया खबरों से संकेत मिलता है कि हिंदू मंदिरों, बिजेन्सों और घरों पर हमले बढ़ रहे हैं जिससे इस समुदाय में भय और असुरक्षा का माहौल गंभीर रूप ले रहा है।

मोहम्मद यूनुस से प्रधानमंत्री मोदी का संपर्क बांग्लादेश के एक सम्मानित व्यक्ति से संबंध स्थापित करने का सुनियोजित तरीका है जिनकी अंतर्राष्ट्रीय विश्वसनीयता और प्रभाव है। मोहम्मद यूनुस से संपर्क कर मोदी बांग्लादेश में मानवाधिकारों तथा लोकतांत्रिक मूल्यों के प्रति भारत के समर्थन का संकेत दे रहे हैं। इसके साथ ही वे हिंदू समुदाय की सुरक्षा और बेहतरी के प्रति अपनी चिन्ता भी प्रकट कर रहे हैं। भारत इस समय दुविधा की स्थिति में है। उसने लगातार शेख हसीना का समर्थन किया है और स्थितियों में आमूल परिवर्तन के बाबजूद ऐसा कर रहा है। शेख हसीना अब अपने देश में अलोकप्रिय हो गई हैं, जबकि उनके विरोधी बहुत शक्तिशाली हैं। हसीना को अपने खिलाफ जांच में शामिल होने को कहा जा सकता है जिससे भारत द्वंद्व का शिकार हो सकता है। अच्छी बात है कि मोहम्मद यूनुस को अंतर्रिम सरकार का प्रमुख बनाया गया है। वे सत्ता के गलियारों में 'बाहरी' व्यक्ति होने के बाबजूद एक सम्मानित व्यक्ति हैं और उनका ट्रैक रिकार्ड बेदाग है। कहा जाता है कि चीन और पाकिस्तान ने हसीना के तखापलट में सहयोग किया है और वे भारत-बांग्लादेश संबंध खराब करना चाहते हैं, ऐसे में मोहम्मद यूनुस भारत के लिए सहायक सिद्ध हो सकते हैं। उनको तटस्थ रहने के लिए मनाया जा सकता है। राजनीतिक अस्थिरता तथा सांघर्षाधिक रिंग की संभावना शरणार्थी संकट को जन्म दे सकती है। इससे अनेक हिंदू व अन्य अल्पसंख्यक भारत में शरण मांग सकते हैं। इससे भारत का घेरेलू राजनीतिक परिदृश्य खासकर पश्चिम बंगल और असम के सीमान्त प्रदेशों में जटिल हो जाएगा। बांग्लादेश से व्यापार में गिरावट आई है और शरणार्थी संकट बढ़ रहा है। बांग्लादेश बंगल की खाड़ी क्षेत्र में सुरक्षा बनाने में प्रमुख साझीदार है। यह समय गंभीर राजनय का है। प्रधानमंत्री मोदी को शीघ्रतिशीघ्र मोहम्मद यूनुस से मुलाकात करनी चाहिए। हालांकि, ट्रिवटर राजनय अच्छी शुरुआत है, पर इसके बाद सीधा संपर्क जरूरी हो जाता है। बांग्लादेश में विकास की भावी दिशा भारत के लिए अत्यधिक महत्वपूर्ण है।



मानसिक स्वास्थ्य के लिए समग्र दृष्टिकोण

लगभग 9 प्रतिशत आबादी को प्रभावित करती हैं और विकलांगता के साथ जीने वाले 10 प्रतिशत से अधिक वर्षों के लिए जिम्मेदार हैं। फार्मास्युटिकल उपचार लंबे समय से मानसिक स्वास्थ्य सेवा की आधारशिला रहे हैं, जो गंभीर मामलों के प्रबंधन और स्थिरीकरण में सहायता करते हैं। ये लक्षित उपचार बायोमार्कर के आधार पर विशिष्ट रोग तंत्रों को संबोधित करते हैं, जिससे अधिक व्यक्तिगत उपचार होता है। चिकित्सा प्रौद्योगिकी की प्राप्ति इन उपचारों की प्रभावकारिता को बढ़ाती है और रोगी के परिणामों में सुधार करती है। हालांकि, अकेले दवा पर निर्भरता अक्सर मानसिक स्वास्थ्य की समग्र प्रकृति को नजरअंदाज कर देती है।

एकीकृत स्वास्थ्य दृष्टिकोण विशेष रूप से

एकांकृत स्पाय्स वूटकारा, परामर्शदाता योगिक तौर-तरीकों जैसे भारतीय ज्ञान प्रणालियों में निहित, पारंपरिक दवा उपचारों के लिए एक आशाजनक पूरक प्रदान करते हैं। श्वास क्रिया और ध्यान संबंधी प्रोटोकॉल का संयोजन व्यक्तियों को गैर-निर्णयात्मक जागरूकता की एक उच्च अवस्था में प्रवेश करने में मदद करता है। वे आरम और पाचन या विश्राम की एक शारीरिक स्थिति को सक्षम करते हैं, जो उड़ान-या-लड़ाई तनाव प्रतिक्रिया के विपरीत है। तनाव प्रतिक्रिया में यह उत्तरांश और उत्तरांश दो विविध संस्करण और

रुकावट मन और शरीर के बीच संतुलन और
सत्ता
जीत दर्ज की थी।
की टीम ने यह करिशमा
द करके दिखाया था।
गार्टर फ़इनल में इंग्लैण्ड
था, लेकिन सेमीफ़इनल
नी से हार का सामना
था। हालांकि, इसी के
भारत का गोल्ड मेडल
सपना भी टूट गया था,
र के बाद भी भारत ने
ए रखते हुए स्पेन पर
की। ओलंपिक के बाद
धोषणा कर चुके भारत
पर श्रीजेश के लिए भी
गानदार और ऐतिहासिक
भारत को अब गांवों
को लोकप्रिय बनाने का
चाहिए।

खेल का मतलब है प्रे-
मतलब ही है पांच म
भावनात्मक क्षण वो
अरशद नदीम को त
सिल्वर भी गोल्ड के
लड़का है। मेहनत क
के इस पार और उस
सद्बाव एवं जु़ड़व के
बहुत से लोग यह उ
चोपड़ा की माता जी
अख्खर ने लिखा—गे
बात सिर्फ़ एक मां ही
भले ही बंटवारे के ब
माहौल रहा हो, पर
पैतृक संबंध बने हु
सहनए, संस्कृति व
के बावजूद सरोज देवी



वक्सर मानासिक स्वास्थ्य अंदाज कर देती है। ऐस्टोकोण, विशेष रूप से भारतीय ज्ञान प्रणालियों उपचारों के लिए एक रखते हैं। श्वास क्रिया और संयोजन व्यक्तियों को आगा की एक उच्च अवस्था बनाता है। वे आराम और काफ़ शारीरिक स्थिति को उड़ान-या-लड़ाई तनाव तनाव प्रतिक्रिया में यह देते हैं। यह संक्षेप में एक व्यक्तिता की भावना को बढ़ावा देने में मदद करती है। योग अध्यास भी कुछ सिद्धांतों पर आधारित हैं। मानव शरीर एक समग्र इकाई है जिसमें एक दूसरे से अविभाज्य विभिन्न परस्पर संबंधित आयाम शामिल हैं। किसी एक आयाम का स्वास्थ्य या बीमारी अन्य को प्रभावित करती है। दूसरे, प्रत्येक व्यक्ति की जरूरतें अद्वितीय होती हैं और उन्हें इस व्यक्तित्व को स्वीकार करने वाले अनुरूप अध्यासों के साथ संपर्क किया जाना चाहिए। योगिक तौर-तरीके व्यक्तियों को सशक्त बनाते हैं:

आप क सरोज देवी का बयान

सद्ग्राव एवं जुड़ाव के रूप में देखा जा रहा है। सोशल मीडिया पर भी बहुत से लोग यह अपनत्व की भावना व्यक्त करने के लिए नीरज चोपड़ा की माता जी की खूब तारीफ़ कर रहे हैं। पूर्व क्रिकेटर शोएब अख्तर ने लिखा-गोल्ड जिसका है, वो भी हमारा ही लड़का है। ये बात सिफ़े एक मां ही कह सकती है। कमाल है। दोनों देशों के मध्य भले ही बटवारे के बाद आपसी रंजिश, तनाव, युद्ध एवं बैमनस्य वाला माहौल रहा हो, पर इसके बावजूद भारत-पाकिस्तान के बीच अटूट पैतृक संबंध बने हुए हैं। हमारी तहजीब, बोली, पहनावा, रहन-सहन ए, संस्कृति व रीत रिवाजों में संबंध बने हुए हैं। तमाम दूरियों के बावजूद सरोज देवी का बयान प्रकाश की किरण की तरह है।

अयोज्ज देवी का ब्रियाल

खेल का मतलब है प्रेम, सौहार्द और भाईचारा। ओलंपिक प्रतीक का मतलब ही है पांच महाद्वीपों का मिलन। इस बार ओलंपिक में सबसे भावनात्मक क्षण वो था जब नीरज चोपड़ा की माँ सरोज देवी ने अरशद नदीम को लेकर कहा-हम बहुत खुश हैं। हमारे लिए तो सिल्वर भी गोल्ड के ही बराबर है। गोल्ड जीतने वाला भी हमारा ही लड़का है। मेहनत करता है। उनके इस बयान की चर्चा न सिर्फ़ सरहद के इस पार और उस पार हो रही है, बल्कि पूरी दुनिया में इसे मानवता, सद्ग्राव एवं जुड़ाव के रूप में देखा जा रहा है। सोशल मीडिया पर भी बहुत से लोग यह अपनत्व की भावना व्यक्त करते हैं कि लिए नीरज चोपड़ा की माता जी की खूब तारीफ़ कर रहे हैं। पूर्व क्रिकेटर शोएब अख्तर ने लिखा-गोल्ड जिसका है, वो भी हमारा ही लड़का है। ये बात सिर्फ़ एक मां ही कह सकती है। कमाल है। दोनों देशों के मध्य भले ही बंटवारे के बाद आपसी रंजिश, तनाव, युद्ध एवं बैमनस्य वाला माहौल रहा हो, पर इसके बावजूद भारत-पाकिस्तान के बीच अटूट पैतृक संबंध बने हुए हैं। हमारी तहजीब, बोली, पहनावा, रहन-सहनए, संस्कृति व रीत रिवाजों में सबंध बने हुए हैं। तमाम दूरियों के बावजूद सरोज देवी का बयान प्रकाश की किरण की तरह है।

आप की बात

बांग्लादेश के कदरपंथी

बांग्लादेश का जन्म 1971 में भारतीय सेना के शौर्य के गर्भ से हुआ था आज उसी देश के बहुत से लोग मनिंद्रों और हिन्दुओं पर हमले कर भारत-विरोधी माहौल बना रहे हैं। खुशी की बात है कि आखिरकार शेख हसीना ने 57 मुस्लिम देशों को छोड़कर भारत को ही अपने लिए सुरक्षित माना। इसका कारण भारत की हजारों वर्ष पुरानी सांस्कृतिक धरोहर पर विश्वास है जिसके चलते भारत ने कभी अपने प्रति विश्वास को आघात नहीं लगाने दिया। यह तथ्य भी भुलाया नहीं जाना चाहिए कि 1975 में अपने पिता मुजीबुर रहमान और परिवार के अधिकांश सदस्यों की सैनिक गतिशाला में उन्होंने जारी की गयी थी। शेख हसीना को तत्कालीन प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी ने ४५ शरण देकर उनकी पूरी सुरक्षा थी। शेख हसीना 6 साल १९७१ रहने के बाद परिस्थिति अनुकूल होने पर 19 बांग्लादेश वापस गई थीं। उस देश के मज़बूती कट्टूनों को शेख हसीना के रूप उदारवादी नेता पसंद नहीं यह इस तथ्य के बावजूद पिछले 15 साल में बांग्लादेश उल्लेखनीय आर्थिक विकास हुआ और वह सबसे तेज़ करने वाले देशों में शामिल लेकिन दुनिया भर में भी खूब वाले पाकिस्तान-समर्थक विदेशी यह बात पसंद नहीं आई है।

रित हस्तक्षेप हाइपोथेलेमस के बत्र को बाधित करके अवसादग्रस्तता व और चिंता को प्रबंधित करने में भी है। यह अवरोध तनावपूर्ण उत्तेजनाओं परि की प्रतिक्रियाओं को अनुकूलित है। अध्ययनों से पता चला है कि योग-आधारित जीवनशैली में बदलाव कोरोनरी घावों के प्रतिगमन में भी सहायता कर सकते हैं और कोरोनरी धमनी रोग (सीएडी) के रोगियों में मायोकार्डिंयल परफ्यूजन में सुधार कर सकते हैं।

मानसिक स्वास्थ्य देखभाल के लिए एक एकीकृत दृष्टिकोण पारंपरिक भारतीय ज्ञान प्रणालियों से अंतर्दृष्टि का लाभ उठाता है, जिसमें फार्मास्युटिकल उपचारों को गैर-फार्मास्युटिकल ध्यान प्रथाओं के साथ जोड़ा जाता है। यह तालमेल न केवल तत्काल लक्षणों को संबोधित करता है बल्कि दीर्घकालिक रिकवरी और स्वास्थ्य को भी बढ़ावा देता है। जैसे-जैसे हम आधुनिक जीवन की जटिलताओं से निपटते हैं, प्राचीन प्रथाओं के ज्ञान को अपनाना महत्वपूर्ण है।

क स्वास्थ्य से परे, योगिक प्रेटोकॉल रिटर्नी प्रदर्शन, मनोवैज्ञानिक प्रोफाइल मेलाटोनिन के स्तर में सुधार करते हैं। लेक और डायस्टोलिक रक्तचाप, ननी दबाव और अॉर्थोस्टेटिक को काफी कम करता है। योग एलर दक्षता और होमोस्टेटिक नियंत्रण पर्याप्त है, जिससे बेहत स्वायत संतुलन, और ऐप्पल एंटी-एड्रेसिंग में व्यापक दोषों

न और समग्र स्वास्थ्य में सुधार होता हमारे मूल से जोड़ते हैं।

बेटियों की भूमिका

प्रधानमंत्री ने दिल्ली में नेशनल कैडेट कोर-एनसीसी की रैली को संबोधित करते हुए कहा था कि कभी बेटियों की भागीदारी केवल सांस्कृतिक आयोजनों तक सीमित रहती थी, लेकिन आज भारत की बेटियां जल, थल, नभ और अंतरिक्ष में भी अपनी क्षमता का लोहा मनवा रही हैं। वर्तमान में बदलते भारत की तस्वीर का यह यथार्थ है। जीवन के सभी क्षेत्रों में बेटियों की भूमिका लगातार बढ़ रही है। लेकिन इसके साथ ही इन तथ्यों को अनदेखा नहीं किया जाना चाहिए कि उनको आज भी पुरुष वर्चस्व वाले समाज में अनेक परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। जहां कार्पोरेट जगत में उनको सर्वोच्च पदों पर समुचित स्थान नहीं मिल रहा है, वहीं अनेक ग्रामीण व कस्बाई क्षेत्रों के साथ ही नगरों महानगरों में उनको उत्पीड़न, यौन उत्पीड़न, धोखाधड़ी व लव जिहाद, आदि का सामना करना पड़ रहा है। इस समस्या का एक समाधान पुलिस, अर्धसैनिक बलों व अभियोजन के साथ न्यायपालिका में नीचे से लेकर ऊपर तक महिलाओं को समुचित स्थान देना है। यदि इनमें महिलाओं को 50 प्रतिशत स्थान मिल जाए तो बेटियों की प्रतिभा और निखरेगी।

- संजय वर्मा, मनावर

बेटियों की भूमिका

देल्ली में नेशनल एकाधिकारीसी की रैली को हुए कहा था कि भागीदारी केवल जनों तक सीमित न आज भारत की न भव और अतरिक्ष ता का लोहा मनवा बदलते भारत की वार्थ है। जीवन के इटियों की भूमिका है। लेकिन इसके अनदेखा नहीं ए कि उनको आज वाले समाज में का सामना करना पड़ रहा है। जहां कार्पोरेट जगत में उनको सर्वोच्च पदों पर समुचित स्थान नहीं मिल रहा है, वहीं अनेक ग्रामीण व कस्बाई क्षेत्रों के साथ ही नगरों महानगरों में उनको उत्पीड़न, यौन उत्पीड़न, धोखाधड़ी व लव जिहाद, आदि का सामना करना पड़ रहा है। इस समस्या का एक समाधान पुलिस, अर्धसैनिक बलों व अभियोजन के साथ न्यायपालिका में नीचे से लेकर ऊपर तक महिलाओं को समुचित स्थान देना है। यदि इनमें महिलाओं को 50 प्रतिशत स्थान मिल जाए तो बेटियों की प्रतिभा और निखरेगी।

-संजय वर्मा, मनावर

पाठक अपनी प्रतिक्रिया ई-मेल से response@mail.hindipioneer@gmail.com पर भेजें।

