

आशा खबर

युवा भारत
श्रेष्ठ भारत



अब रहें न बेखबर
पढ़ते रहें आशा खबर

अब आपके शहर
इलाहाबाद
प्रकाशित



आशा खबर

राष्ट्रीय हिन्दी मासिक पत्रिका

वर्ष-1 अंक 2 दिसम्बर 2015

सम्पादक

रजनी कान्त श्रीवास्तव

मुख्य सलाहकार सम्पादक

पुनीत शुक्ला, नवीन श्रीवास्तव, संजय कुमार श्रीवास्तव, डॉ. नीरज

सह सम्पादक

दीपक कुमार सिंह

सलाहकार संपादक

कुंवर दिवाकर प्रताप सिंह, डॉ. शैलेश कुमार पाण्डेय

डॉ. आशुतोष राय, डॉ. नीरज

संवादाता

उत्तर प्रदेश

दिल्ली

बिहार

राजस्थान

महाराष्ट्र

इलाहाबाद

भदोही

वाराणसी

मिर्जापुर

बलिया

गाजीपुर

कीशाम्बी

बॉन्दा

झांसी

फतेहपुर

लखनऊ

छायाकार

विधि सलाहकार

विपुल श्रीवास्तव

मुकेश कुमार कुरावाहा

रोशन कुमार

सत्य नारायण

रूपेश कुमार

शैलेश त्रिपाठी

पर्येश श्रीवास्तव

अमित पांडेय

मुन्सुनजय कुमार चौधरी

राजेन्द्र श्रीवास्तव

अखिलेश शर्मा

प्रमोद कुमार यादव

शैलेश कुमार गुप्ता

सत्य देव

आदित्य मिश्रा

प्रदीप सिंह

गिरीश चन्द्र

पी० सी० श्रीवास्तव, सुप्रीम कोर्ट

शशि शेखर मिश्रा, हाईकोर्ट

ज्ञान प्रकाश ओझा, हाईकोर्ट

अवनीश कुमार श्रीवास्तव, हाईकोर्ट

धनजय कुमार सिंह, जिला कचहरी

सत्य प्रकाश उपाध्याय, तहसील

रविन्द्र नाथ श्रीवास्तव, दतहसील

अमरीष कान्त श्रीवास्तव

रजनीश श्रीवास्तव

दीपक कुमार श्रीवास्तव

मोहित कुमार श्रीवास्तव

कुलदीप कुरावाहा

आरुंध्या पांडेय

रंजीत कुमार केसरवानी

वीनिका केसरवानी

प्रबंधक

प्रसार व्यवस्थापक

विज्ञापन व्यवस्थापक

तकनीकी प्रबंधक

तकनीकी व्यवस्थापक

साज सज्जा प्रबंधक

कम्पोजिंग व्यवस्थापक

ऑफिस व्यवस्थापक

सम्पादकीय कार्यालय

81/6/2ए, चकदोदी, नैनी

इलाहाबाद - 211008

फोन न - 9415680998-0523-2694058

www.ashkhabar.com

e-mail :- editor@ashkhabar.com

खुद पर भरोसा है



29

घर का बजट कैसे बनाएं



14,15

**संभोगशक्ति
5 बढ़ाते
घरेलू नुस्खे**



22

दिसम्बर के मुख्य खेती-बाड़ी कार्य



6,7

ब्लू एलईडी से दुनिया रोशन

एलईडी आविष्कारको को नोबेल पुरस्कार मिलने के महज एक दिन बाद ही भारत सरकार ने सिर्फ 10 रुपये में एलईडी बल्ब उपलब्ध कराने की घोषणा कर दी है।

उल्लेखनीय है कि ब्लू एलईडी यानी लाइट एमिटिंग डायोड का आविष्कार करके दुनिया को जगमगाने वाले तीन वैज्ञानिको को इस बार फिजिक्स के लिए नोबेल प्राइज दिया जा रहा है। इनके नाम हैं- मेइजो यूनिवर्सिटी (जापान) के प्रोफेसर

इसामू आकासाकी, नगोया यूनिवर्सिटी (जापान) के प्रोफेसर हिरोशी अमानो और यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया (अमेरिका) के प्रोफेसर सूजी नाकामोरा। सूजी नाकामोरा ने 1994 में पहली बार ब्लू एलईडी का डिमॉन्स्ट्रेशन किया था, यह इसामू और हिरोशी के प्रयोगो पर ही आधारित था।

एलईडी क्या है।

इसमें दो लीड सेमीकंडक्टर लाइट सोर्स होते हैं। दरअसल ये पीएन जक्शन डायोड होते हैं जो एक्टिवेट करने पर रोशनी देते हैं। जब इन डायोड्स में एक फिक्स वोल्टेज की बिजली प्रवाहित की जाती है तो इनके इलेक्ट्रॉन्स आपस में टकराकर फोटॉन्स पैदा करते हैं। ये फोटॉन दरअसल प्रकाशीकरण होते हैं जो भारी संख्या में एक साथ मिलकर रोशनी पैदा करते हैं। इसमें जिंक सेलेनाइड, इंडियम गैलियम नाइट्राइड सिलिकॉम कार्बाइड और सिलिकॉन का इस्तेमाल सेमीकंडक्टर के रूम में होता है।

एलईडी आमतौर पर एक बल्ब की तुलना में 70-75 फीसदी बिजली बचाता है।

40 वाट का बल्ब जितनी पीली रोशनी देता है, उतनी ही सफेद रोशनी एलईडी सिर्फ 9-11 वाट में देता है। अभी तक दुनिया भर में रेड और ग्रीन एलईडी यूज की जाती थी, ब्लू एलईडी के बाद इन तीनों रंगों के एलईडी को मिलाकर टीवी और कंप्यूटर के लिए व्हाइट एलईडी बनाना आसान हो गया है।





दो अमेरिकी और एक जर्मन ने जीता रसायन का नोबेल

दो अमेरिकी और एक जर्मन वैज्ञानिकों ने रसायन विज्ञान का नोबेल पुरस्कार जीता है। तीनों ने माइक्रोस्कोपी (सूक्ष्मदर्शी तकनीक) को नए आयाम पर पहुंचा अणुओं (मॉलिक्यूल्स) में जीवित कोशिकाओं को देखना मुमकिन किया है।

इस साल के रसायन के नोबेल पुरस्कार

विजेताओं में दो अमेरिकी इरिक बेत्जिग, विलियम मोरनर और जर्मन वैज्ञानिक स्टीफन हेल शामिल हैं। रायल स्वीडिश अकादमी ने बताया कि तीनों वैज्ञानिकों को 'सुपर रिजाल्वड फ्लोरोसेंस माइक्रोस्कोप' विकसित करने के लिए इस साल के नोबेल से नवाजा जा रहा है। इस उपलब्धि से पारंपरिक ऑप्टिकल माइक्रोस्कोप कहीं बेहतर हो गया है। पुरस्कार की घोषणा होने के बाद रायल स्वीडिश अकादमी ऑफ साइंसेज के स्थाई सचिव का जिफ्र करत हुए हेल ने कहा 'मैं पूरी तरह हैरान हूँ, मुझे भरोसा नहीं हो रहा है कि



मैंने नोबेल जीता है'! मोरनर ने कहा 'इरिक व हेल के साथ शामिल किए जाने से मैं उत्साहित और खुश हूँ।' वैज्ञानिकों की उपलब्धि- लंबे समय से माइक्रोस्कोप की आधिवातमा रिजोल्यूशन के लिए एक सीमा तय थी। इसलिए वैज्ञानिकों ने मान लिया था कि

कभी रिजोल्यूशन को 0.2 माइक्रोमीटर से और बेहतर नहीं किया जा सकता। इरिक बेत्जिग- 54 वर्षीय बेत्जिग हावर्ड ह्यूजेस मेडिकल इंस्टीट्यूट, वर्जीनिया में कार्यरत है। विलियम मोरनर- 61 साल के भौतिक रसायन मोरनर स्टैनफोर्ड यूनिवर्सिटी कैलिफोर्निया में प्रोफेसर है।

स्टीफन हेल- रोमानिय में जन्में 51 वर्षीय हेल जर्मनी के नागरिक है। मैक्स प्लैंक इंस्टीट्यूट फॉर बायोलॉजिकल केमिस्ट्री जर्मनी के निदेशक है।

दिसम्बर के मुख्य खेती-बाड़ी कार्य

फसलोत्पादन गेहूँ

- ◆ गेहूँ की अवशेष बोआई शीघ्र पूरी कर लें। ध्यान रहे है बोआई के समय मिट्टी में भरपूर नमी हो।
- ◆ इस समय बोआई के लिए पी.पी.डब्ल्यू, 373, नरेन्द्र गेहूँ-2036, यू.पी 2425 तथा डी.बी. डब्ल्यू-16 प्रजातियाँ उपयुक्त है।
- ◆ देर से बोये गेहूँ की बढ़वार कम होती है और कल्ले भी कम निकलते है। इसलिए प्रति हेक्टेयर बीज दर बढ़कर 125 किग्रा कर ले, लेकिन अगर यू.पी 2425 प्रजाति ले रहे है, तो प्रति हेक्टेयर 150 किग्रा बीज लगेगा।
- ◆ प्रमणित अथवा अपनी प्रजाति का सत्य और शोधित बीज ही बोयें। यदि बीज शोधित न हो तो बीज को थीरम 2.5 ग्राम प्रति किग्रा. बीज की दर से उपचारित करी बोयें।
- ◆ प्रति हेक्टेयर 120 किग्रा नाइट्रोजन, 60 किग्रा फास्फेट व 40 किग्रा पोटाश की जरूरत होगी। बोआई के समय बलुआर दोमट भूमि में फास्फेट और पोटाश की समूची मात्रा के साथ 40 किग्रा नाइट्रोजन, जबकि भारी दोमट में 60 किग्रा नाइट्रोजन का प्रयोग करें।
- ◆ बोआई कतारों में हल के पीछे कूड़ों में या फर्टीसीड ड्रिल से करें।
- ◆ अगर खेत में जस्ते की कमी हो, तो बोआई के समय प्रति हेक्टेयर 25 किग्रा जिंक सल्फेट का प्रयोग करें।
- ◆ गेहूँ की बोआई के 20-25 दिन पर 5-6 सेंमी की पहली सिंचाई ताजमूल अवस्था पर और दूसरी सिंचाई 40-45 दिन पर कल्ले निकलते समय करें।
- ◆ समतल खेत में सिंचाई के पहले, वरना सिंचाई के 4-6 दिन बाद नाइट्रोजन की टाप ड्रेसिंग कर दें। इसमें देर न करें।
- ◆ अगर खेत में जस्ते की कमी हो, तो बोआई के समय प्रति हेक्टेयर 25 किग्रा जिंक सल्फेट का प्रयोग करें।

- ◆ बलुई दोमट भूमि में प्रति हेक्टेयर 40 किग्रा नाइट्रोजन (88 किग्रा यूरिया) व भारी दोमट भूमि में 60 किग्रा नाइट्रोजन (132 किग्रा यूरिया) की टाप ड्रेसिंग पहली सिंचाई के समय आवश्यक होगी।
- ◆ जहाँ गेहूँसा या गेहूँ का मामा कम है, लेकिन चौड़ी पत्ती वाले खरपतवार जैसे बथुआ काफी है और गेहूँ के साथ सरसों या राई नहीं ली गयी है, वहाँ खरपतवार के नियंत्रण के लिए 2.4-डी सोडियम साल्ट, 80 प्रतिशत डब्ल्यू.पी. की 625 ग्राम मात्रा 500-600 लीटर पानी में घोलकर बोआई के 25-30 दिन बाद छिड़काव करें।
- ◆ गेहूँसा या गेहूँ के मामा की रोकथाम के लिए प्रति हेक्टेयर 75 प्रतिशत वाली आइसोप्रोटयूरान 1.25 किग्रा या सल्फोसल्फयूरान 75 डब्ल्यू.जी. की 33 ग्राम मात्रा 500-600 ली. पानी में घोलकर पहली सिंचाई के बाद, परन्तु 30 दिन के अवस्था से पूर्व छिड़काव करना चाहिए।
- ◆ सल्फोसल्फयूरान का प्रयोग करने पर चौड़ी पत्ती वाले खरपतवार व गेहूँसा, दोनों का नियंत्रण हो जाता है।
- ◆ जौ में पहली सिंचाई, बोआई के 30-35 दिन बाद कल्ले बनते समय करनी चाहिए।
- ◆ सिंचाई के बाद नाइट्रोजन की शेष आधी मात्रा यानि 30 किग्रा (66 किग्रा यूरिया) प्रति हेक्टेयर की दर से टाप ड्रेसिंग करें।
- ◆ खरपतवार नियंत्रण गेहूँ की भांति करें।

जौ

- ◆ जौ में पहली सिंचाई, बोआई के 30-35 दिन बाद कल्ले बनते समय करनी चाहिए।
- ◆ सिंचाई के बाद नाइट्रोजन की शेष आधी मात्रा यानि 30 किग्रा (66 किग्रा यूरिया) प्रति हेक्टेयर की दर से टाप ड्रेसिंग करें।
- ◆ खरपतवार नियंत्रण गेहूँ की भांति करें।

चना

- ◆ बोआई के 45 से 60 दिन के बीच पहली सिंचाई कर दें।
- ◆ फिर ओट आने पर गुड़ाई करना काफी फायदेमंद होगा।
- ◆ झुलसा रोग की रोकथाम के लिए प्रति हेक्टेयर 2.0 किग्रा जिंक मैगनीज कार्बोमेट को एक हजार लीटर पानी में घोलकर 10 दिन के अन्तर पर दो बार छिड़काव करें।



मटर

- ◆ बोआई के 35-40 दिन पर पहली सिंचाई करें।
- ◆ खेत की गुड़ाई करना भी फायदेमंद होगा।

मसूर

- ◆ मसूर की बोआई अभी भी कर सकते हैं, लेकिन प्रति हेक्टेयर 55 से 75 किग्रा बीज लगेगा।
- ◆ बोआई के 45 दिन बाद पहली हल्की सिंचाई करें। ध्यान रखें, खेत में पानी खड़ा न रहें।

राई-सरसों

- ◆ बोआई के 55-65 दिन पर फूल निकलने के पहले ही दूसरी सिंचाई कर दें।

शीतकालीन मक्का

- ◆ मक्का की बोआई के 20-25 दिन बाद पहली निराई-गुड़ाई करके सिंचाई करे दें और पुनः समुचित नमी बनाये रखने के लिए समय-समय पर सिंचाई करते रहें।
- ◆ रबी मक्का में प्रायः 4-6 सिंचाई की आवश्यकतानुसार पड़ती है।
- ◆ बोआई के लगभग 30-35 दिन बाद, पौधे के लगभग घुटने तक की ऊँचाई के होने पर प्रति हेक्टेयर 87 किग्रा यूरिया की प्रथम टाप ड्रेसिंग व इतनी ही मात्रा की दूसरी टाप ड्रेसिंग जीरा निकलने के पूर्व करनी चाहिए। ध्यान रहे, यूरिया की टाप ड्रेसिंग करते समय खेत में पर्याप्त नमी होना आवश्यक है।

शरदकालीन गन्ना

- ◆ आवश्यकतानुसार सिंचाई करते रहे। इससे गन्ना सूखने नहीं पायेगा और वजनी भी बनेगा।

बरसीम

- ◆ बोआई के 45 दिन बाद पहली कटाई करें। फिर हर 20-25 दिन कटाई करते रहें।
- ◆ हर कटाई के बाद सिंचाई करना जरूरी है।

जई

- ◆ हर तीन सप्ताह यानि 20-25 दिन पर सिंचाई करते रहें।
- ◆ बोआई के 20-25 दिन पर पहली सिंचाई के बाद 20 किग्रा नाइट्रोजन (44 किग्रा यूरिया) प्रति हेक्टेयर की टाप ड्रेसिंग कर दें।
- ◆ कटाई के बाद फिर से 20 किग्रा नाइट्रोजन (44 किग्रा यूरिया) प्रति हेक्टेयर की दर से दूसरी टाप ड्रेसिंग करें और फिर उसके बाद सिंचाई कर दें।

सब्जियों की खेती

- ◆ सब्जियों में आवश्यकतानुसार सिंचाई एवं निराई-गुड़ाई करें।
- ◆ पौधे को पाले से बचाव के लिए छप्पर या धुएँ का प्रबन्ध करें।
- ◆ देर से बोये आलू में सिंचाई कर दें और बोआई के 25 दिन बाद 87-108 किग्रा यूरिया की टाप ड्रेसिंग करके मिट्टी चढ़ा दें।
- ◆ आलू में आवश्यकतानुसार 10-15 दिन के अन्तर पर सिंचाई करते रहें तथा झुलसा एवं माहू के नियंत्रण हेतु मैकोजेब 2 ग्राम तथा फाय्फे-मिडान 0.6 मिलीलीटर प्रति लीटर पानी में मिलाकर 10-12 दिन के अन्तराल पर 2-3 छिड़काव करें।
- ◆ सब्जी मटर में बोआई के 25-30 दिन बाद सम्पूर्ण आवश्यक नाइट्रोजन की आधी मात्रा अर्थात् 30 किग्रा नाइट्रोजन (66 किग्रा यूरिया) टाप ड्रेसिंग के रूप में देनी चाहिए।
- ◆ सब्जी मटरी में फूल आने के पूर्व एक हल्की सिंचाई कर दें। आवश्यकतानुसार दूसरी सिंचाई फलियाँ बनते समय करनी चाहिए।
- ◆ पिछेती फूलगोभी में 40 किग्रा नाइट्रोजन (87 किग्रा यूरिया), गांठगोभी में 34 किग्रा नाइट्रोजन (74 किग्रा यूरिया) की प्रथम टाप ड्रेसिंग रोपाई के 20-25 दिन बाद तथा इतनी ही मात्रा की दूसरी टाप ड्रेसिंग रोपाई के 45-50 दिन बाद करनी चाहिए।

- ◆ टमाटर की ग्रीष्म ऋतु की फसल के लिए पौधशाला में बीज की बोआई कर दें।
- ◆ एक हेक्टेयर खेत की रोपाई के लिए टमाटर की उन्नत किस्मों की 350-400 ग्राम और संकर किस्मों की 200-250 ग्राम बीज की आवश्यकता पड़ती है।
- ◆ प्याज की रोपाई के लिए 7-8 सप्ताह पुरानी पौध का प्रयोग करें।
- ◆ फ्रेन्चबीन में बोआई के लगभग 30 दिन बाद 60 किग्रा नाइट्रोजन (130 किग्रा यूरिया) की टाप ड्रेसिंग करें।
- ◆ फ्रेन्चबीन में पहली सिंचाई फूल आने के ठीक पहले तथा दूसरी सिंचाई फली बनते समय करनी चाहिए।
- ◆ प्याज में खरपतवार नियंत्रण के लिए रोपाई के दो-तीन दिन बाद पेन्डीमेथेलीन की 3.3 लीटर मात्रा 1000 लीटर पानी में घोलकर प्रति हेक्टेयर की दर से छिड़काव करें।
- ◆ पालक व मेथी में पत्तियों की प्रत्येक कटाई के बाद प्रति हेक्टेयर 20 किग्रा नाइट्रोजन (44 किग्रा यूरिया) की टाप ड्रेसिंग एवं सिंचाई करें।
- ◆ सीमित बढवार वाली किस्मों की रोपाई 60 गुणा सेंमी तथा असीमित बढवार वाली किस्मों की रोपाई 75-90 गुणा 60 सेंमी पर करें।



फलो की खेती

- ◆ आम तथा लीची में 'मिलीबग' की रोकथाम के लिए प्रति वृक्ष 250 ग्राम मिथाइल पैराथियान का बुरकाव पेड़ के एक मीटर के घेरे में कर दें। फिर पेड़ के तनेपर जमीन से 30-40 सेन्टीमीटर की ऊँचाई पर 400 गेज वाली एल्काथीन की 30 सेन्टीमीटर चौड़ी पट्टी सुतली आदि से कसकर बांध दें और उसके दोनो सिरो पर गीली मिट्टी या ग्रीस से लेप कर दें। पेड़ पर मिली बग का प्रकोप नहीं होगा।
- ◆ बेर, आँवला, नींबू, अमरुद, पपीता और केला आदि की आवश्यकतानुसार सिंचाई करते रहे।
- ◆ आँवला के फलो की तुड़ाई एवं विपणन की व्यवस्था करें।
- ◆ बेर के फलों को गिरने से रोकने के लिए सुपरफिक्स हार्मोन 1.0 मिलीलीटर प्रति 4.5 लीटर पानी में घोलकर छिड़काव करें।
- ◆ पुराने बागो में अन्तरासस्य के रूप में हल्दी व अदरक की फसल में आवश्यकतानुसार सिंचाई करें।
- ◆ छोटे फल, पौधो को छप्पर लगाकर या धुआँ देकर पाले से बचायें।

पुष्प व सगन्ध पौधे

- ◆ गुलाब में बडिंग और सिंचाई एवं निराई-गुड़ाई करें।
- ◆ ग्लैडियोलस में आवश्यकतानुसार सिंचाई एवं निराई-गुड़ाई करें। मुरझाई टहनियों को निकालते रहें और बीज न बनने दें।
- ◆ रजनीगंधा की अन्तिम बहार की कटाई-छँटाई, पैकिंग एवं विपणन करें।
- ◆ मेंथा के लिए भूमि की तैयारी के समय अन्तिम जुताई पर प्रति हेक्टेयर 100 कुन्टल गोबर की खाद, 40-50 किग्रा नाइट्रोजन, 50-60 किग्रा फास्फेट एवं 40-45 किग्रा पोटेश भूमि में मिला दें।

पशुपालन/दुग्ध विकास

- ◆ पशुओं को ठंड से बचाये रखें।
- ◆ हरे चारे के साथ दाना भी पर्याप्त मात्रा में दें।
- ◆ खुरपका, मुँहपका रोग से बचाव के लिए टीका जरूर लगवायें।

- ◆ पशुओं में जिगर के कीड़े (लीवर फ्लूक) से रोकथाम के लिए कृमिनाशक पिलायें।
- ◆ पशुओं व उनके बच्चों को पटेरे की दवा पिलायें।

मुर्गीपालन

- ◆ अण्डा देने वाली मुर्गियों को लेयर फीड दें और सीप का चूरा भी दें। बरसीम का हरा चारा भी थोड़ी मात्रा में दे सकते हैं।
- ◆ पेट में कीड़े की दवा पिलाने से पहले तथा बाद में बी काम्प्लेक्स सिरप अवश्य दें।
- ◆ यह देखे कि मुर्गियों को दिन में 15-16 घण्टे प्रकाश मिलता रहे।
- ◆ दिन में 3-4 बार अण्डे एकत्र करें।
- ◆ चूजों को ठंड से बचाने हेतु पर्याप्त गर्मी की व्यवस्था करायें।



प्रकृति और मनुष्य

मनुष्य सदियों से प्रकृति की गोद में फलता-पू-लता रहा है। इसी से ऋषि-मुनियों ने आध्यात्मिक चेतना ग्रहण की और इसी के सौंदर्य से मुग्ध होकर न जाने कितने कवियों की आत्मा से कविताएं फूट पड़ीं। वस्तुतः मानव और प्रकृति के बीच बहुत गहरा संबंध है। दोनो एक-दूसरों के पूरक हैं। मानव अपनी भावाभिव्यक्ति के लिये प्रकृति की ओर देखता है और सौंदर्यमयी बलवती जिज्ञासा प्रकृति सौंदर्य से विमुग्ध होकर प्रकृति में भी सचेत सत्ता का अनुभव करने लगती है।

हमारे धार्मिक ग्रंथ, ऋषि-मुनियों की वाणियाँ, कवि की काव्य रचनाएं, संतो-साधुओं के अमृत वचन सभी प्रकृति की महत्ता से भरी पड़ी है। विश्व की लगभग सारी सभ्यता का विकास प्रकृति की ही गोद में हुआ और तब इसी से मनुष्य के रागात्मक संबंध भी स्थापित हुए वि-न्तु कालांतर में प्रकृति से हमारी दूरी बढ़ती गई। इसके फलस्वरूप विघटनकारी रूप भी सामने आए। मत्स्यपुराण में प्रकृति की महत्ता को बतलाते हुए कहा गया है- सौ पुत्र एक वृक्ष समान।

प्रकृति के संरक्षण की बात अथर्ववेद में - " हे धरती माँ, जो कुछ भी तुमसे लूँगा, वह इतना ही होगा जितना तू पुनः पैदा कर सके। तेरे मर्मस्थल पर या तेरी जीवन शक्ति पर कभी आघात नहीं करूँगा।" मनुष्य जब तक प्रकृति के साथ किए गए इस वादे पर कायम रहा सुखी और संपन्न रहा, किंतु जैसे ही इसका अतिक्रमण हुआ, प्रकृति के विध्यंसकारी और विघटनकारी रूप उभर कर सामने आए। सैलाब और भूकंप आया। पर्यावरण में विषैली गैसें घुली। मनुष्य की आयु कम हुयी। धरती एक-एक बूँद पानी के लिये तरसने लगी, लेकिन यह वैश्विक तपन हमारे लिये चिंता का विषय नहीं बना। तापमान में बढ़ोत्तरी के कारण दुनियाभर में ग्लेशियर तेजी से पिघल रहे हैं। जलवायु बदलाव के फलस्वरूप इंडोनेशिया में भयंकर सूखा पड़ा। अमेरिका में

सैलाब आया। ग्रीनलैंड में संकट के बादल मंडरा रहे हैं और भारत की स्थिति तो और भी भयावह है। हमारे यहाँ प्रतिवर्ष 15 लाख हेक्टेयर वन नष्ट हो रहे हैं, जबकि प्रतिवर्ष वन लगाने की अधिकतम सीमा 3 लाख 26 हजार हेक्टेयर है। यही हाल रहा तो आगामी कुछ दशकों में हमारी धरती वन विहीन हो जाएगी। हमारे पड़ोसी देश चीन में जितने वृक्ष काटे जाते हैं, उतने परिणाम में लगाए भी जाते हैं। हमें इस बात विचार करना चाहिए कि गत वर्ष अल सल्वाडोर में लगभग उसी तीव्रता (7.6) का भूकंप आया, जिस तीव्र का भूकंप गुजरात में आया था, लेकिन वहाँ सिर्फ 884 लोग मरे, जबकि गुजरात में उससे सौ गुना ज्यादा लोग भूकंप की बलि चढ़ गए। यह अंतर क्या हमारी संरचना और तंत्र की नैतिकता पर भयावह प्रश्नचिह्न नहीं लगाता ?

मनु प्रसंग हमें बताता है कि जब पाप अधिक बढ़ता है तो धरती कांपने लगती है। यह भी कहा गया है कि धरती घर का आंगन है, आसमान छत है, सूर्य-चंद्र ज्योति देने वाले दी-पक है, महासागर पानी के मटके हैं और पेड़-पौधे आहार के साधन हैं। हमारा प्रकृति के साथ किया गया वादा है- वह जंगल को नहीं उजाड़ेगा, प्रकृति से अनावश्यक खिलवाड़ नहीं करेगा, ऐसी फसलें नहीं उगाएगा जो धरातल का पानी सोख लेती है, बात-बेबात पहाड़ों की कटाई नहीं करेगा।

स्मरण रखिए, प्रकृति किसी के साथ भेदभाव या पक्षापात नहीं करती। इसके द्वार सबके लिये समान रूप से खुले हैं, लेकिन जब हम प्रकृति से अनावश्यक खिलवाड़ करते हैं तब उसका गुस्सा भूकंप सूखा, बाढ़, सैलाब, तूफान की शक्ल में आता है, फिर लोग काल के गाल में समा जाते हैं। कवींद्र, रवींद्र का यह कथन द्रष्टव्य है कि प्रकृति ईश्वर की शक्ति का क्षेत्र है और जीवात्मा उसके प्रेम का क्षेत्र। कालिदास की शकुंतला वन में ही पतली-बढ़ती है,

वही उसकी सखी, सहेली, सहचरी है। जब वह विदा होकर ससुराल जाती है तो ऋषि इसी प्रकृति का मानवीकरण करते हुए कहते हैं- "देवी देवताओं से भरे वन-वृक्षों, जो शकुंतला तुम्हें पिलाए बिना स्वयं जल नहीं पीती थी, जो आभूषण प्रिय होने पर भी स्नेह के कारण तुम्हारे कोमल पत्तों को नहीं तोड़ती थी, जो तुम्हारे पुष्पित होने के समय उत्सव मनाती थी, वह शकुंतला अपने पति के घर जा रही है। तुम सब मिलकर इसे विदा करो।"

प्रकृति की इसी महत्ता को प्रतिस्थापित करते हुए पद्मपुराण का कथन है कि जो मनुष्य सड़क के किनारे तथा जलाशयों के तट पर वृक्ष लगाता है, वह स्वर्ग में उतने ही वर्षों तक फलता-फूलता है, जितने वर्षों तक वह वृक्ष फलता-फूलता है। इसी कारण हमारे यहाँ वृक्ष पूजन की सनातन परंपरा रही है। यही पेड़ फलों के भार के झुककर हमें शील और विनम्रता का पाठ पढ़ाते हैं। उपन्यास सम्राट मुंशी प्रेमचंद्र ने एक स्थान पर लिखा है कि साहित्य में आदर्शवाद का वही स्थान है जो जीवन में प्रकृति का है।

अस्तु! हम कह सकते हैं कि प्रकृति से मनुष्य का संबंध अलगाव का नहीं है, प्रेम उसका क्षेत्र है। सचमुच प्रकृति से प्रेम हमें उन्नति की ओर ले जाता है और इससे अलगाव हमारे अधोगति के कारण बनते हैं। एक कहावत भी है- कर भला तो हो भला।

जिस व्यक्ति ने अपने जीवन में एक पौध भी नहीं लगाया, उसे अपने अंतिम संस्कार में लकड़ी के उपयोग करने का नैतिक अधिकार नहीं है।



युवा भारत,

दीपोत्सव के पावन अवसर पर हमारे सभी शुभेच्छु एवं पाठकों को अनेकानेक बधाईयां। अंधेरा मिटाके आलोक प्रज्ज्वलन करना हमारे देश की महान परंपरा है। प्राचीनकाल से ही भारतवर्ष के संत, महापुरुष, राष्ट्रभक्त और वैज्ञानिकगण पूरे विश्व को बौद्धिक विकास की दिशा दे रहे हैं। हमारे शास्त्र, हमारी परंपरा पूरे विश्व में अद्वितीय हैं। एक अनुशासित जीवन शैली के साथ सादा जीवन एवं श्रेष्ठ विचार को लेकर, 'स्वयं ही नहीं, राष्ट्र सभी के लिए सर्वोपरि' यह हमारा विचार है। छात्रावस्था से ही हम अपने बच्चों को सिखाते हैं- मातृदेवो भवः पितृदेवो भवः, अतिथिदेवो भवः ! किसी को आहत न करके और सभी को सम्मान देते हुए समाज और देश को कैसे सुदृढ़ बनाना और पूरे विश्व का मंगल करना है, यह भी हमारा ध्येय है। आज महसूस होने लगा है कि पूरा विश्व सही दिशा से भटक गया है। ऐसे समय में भारत की भूमिका सबसे महत्वपूर्ण है। कहा जाता है - 'माना कि अंधेरा घना है, लेकिन दीया जलाना कहां मना है।' आज लगता है कि जो हमारे पूर्वज और महापुरुषों ने कहा था, उसका समय आ गया है।

ॐ । ङ ।

भारत को विश्वगुरु का स्थान प्राप्त कर लेना चाहिए। आंकड़े कहते हैं कि आज भारत युवा पीढ़ी का देश है। अब सब के मन में नई उम्मीदें हैं, आत्मविश्वास भरा हुआ है, इसलिए आज पूरे विश्व की नजर भारत पर है। स्वामी विवेकानंद ने भारत के युवाओं को कहा था- 'उत्तिष्ठत जाग्रत, प्राप्य वरान् निबोधत (उठो जागो और सत्य को जानो) आज इस उक्ति का महत्व बढ़ गया है। हमारे युवा मानस को श्रेष्ठ बनने का समय आ गया है। इधर-उधर को ना देखकर अपने संस्कार एवं विचार को अपना लेना हमारे युवाओं का परम कर्तव्य होना चाहिए।

दिल्ली में दिसंबर 2012 में 23 वर्षीय छात्रा के साथ दुष्कर्म की बर्बर घटना के बाद यौन उत्पीड़न कानून में बदलाव की सिफारिश के लिए गठित न्यायमूर्ति जे.एस. वर्मा समिति ने देश में नौजवानों की आर्थिक हताशा को गंभीर समस्या बताया था। न्यायमूर्ति वर्मा ने अपनी रिपोर्ट में 'नाउम्मीद नौजवानों की जमात' को बात की थी, जो हताशा में महिलाओं को अपने बर्बर हमले का शिकार बनाते हैं। बकौल रिपोर्ट, "ये नौजवान ऐसी अर्थव्यवस्था में अपनी जगह बनाने की जंग लड़ रहे हैं जो उन्हें सिर्फ अस्थायी काम की ही पेशकश करती है, लेकिन इसे खास संदर्भ में देखा जाए तो यह हमारे देश के नौजवानों की नाउम्मीदी और हताशा का अंदाजा देती है।

प्राचीन सभ्यता वाला देश भारत आज सबसे युवा देश है। ऐसा लगता है कि आज भारत में दो तरह के बर्शिंदे हैं। एक का संबंध पुरानी पीढ़ी से है, जिसे कुछ हद तक पुरातनपंथी माना जा रहा है, तो दूसरे का संबंध पाश्चात से है, जो एकदम उलट विचारों में यकीन करता है। चाहे बेंगलुरु का सूचना तकनीक का विशाल केंद्र हो या बड़ा होता शहर

नागपुर हो, या फिर भुवनेश्वर, त्रिची जैसे छोटे शहर हो, हर जगह देश के नौजवान आगे बढ़ने को उतावला है। पिछले दो दशकों में उदारीकरण से देश में बनी संभावनाओं और नए अवसरों को वे हासिल करना चाहते हैं। आज देश के शहरों में हर तीसरा आदमी नौजवान है। संयुक्त राष्ट्र की परिभाषा में 15 से 24 वर्ष की उम्र वाले युवा माने जाते हैं। इस हिसाब से भारत में करीब 24 करोड़ युवा हैं, यानी 2011 के जनसंख्या के आंकड़ों के करीब 20 प्रतिशत। वह संख्या 2001 के आंकड़े से 19.5 करोड़ से ज्यादा है। भारत में लोगों की औसत आयु 25 वर्ष है। इसका मतलब यह हुआ कि हमारी आधी आबादी 25 वर्ष से कम उम्र की है और बाकी उससे ज्यादा की 2001 में 15-34 वर्ष के आयु वर्ग की आबादी 35.3 करोड़ थी, जो बढ़कर 2011 में 43 करोड़ हो गई। मौजूदा आकलनों के हिसाब से 2021 में 45.8 करोड़ रह जाएगी। हमारी तुलना में कनाडा में महज 12 प्रतिशत आबादी ही युवा है और वहां की औसत उम्र 40 वर्ष है।

पश्चिम के साथ ही जापान और चीन तक में बुजुर्गों की आबादी बढ़ रही है। भारत को अपने इसी जनसंख्या बढ़त से उसकी तेजी से बढ़ती अर्थव्यवस्था को अतिरिक्त लाभ मिल जाता है और अर्थशास्त्रियों के मुताबिक उसे सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) वृद्धि दर में 2 प्रतिशत का लाभ हासिल हो जाएगा। तो, इन आंकड़ों का भारत के लिए क्या अर्थ निकलता है? इनका मतलब है कि करोड़ों युवा देश में रोजगार और जीवनसाथी की तलाश में हैं या जल्दी ही होंगे। अगर उनकी उम्मीदें पूरी नहीं होती तो उनमें हताशा भर सकती है। कुछ समाजशास्त्रियों के मुताबिक यही हताशा बढ़ते अपराध के रूप में प्रदर्शित होता है।

श्रेष्ठ भारत

क्या न्यायमूर्ति वर्मा की रिपोर्ट यह बताती है कि देश के युवाओं की हताशा महिलाओं के खिलाफ बढ़ते यौन उत्पीड़नों के रूप में दिख रही है? आदमी में ऐसी प्रवृत्ति कई वजहों से पैदा हो सकती है, लेकिन इसमें आर्थिक-सामाजिक हताशा का भी भूमिका हो सकती है। इधर-उधर भटकने को भी मटरगस्ती कहते हैं और खाली बैठने वालों को भी यही कहा जाता है।

भारत में 1991 से अधूरे आर्थिक उदारीकरण से देश में अकुशल और कम शिक्षित लोगों के लिए कुछ ही रोजगार के अवसर पैदा हो रहे हैं। देश में पिछले दो दशकों में मुख्यतः सूचना तकनीक से बने सेवा क्षेत्र में वृद्धि दिखी है। इससे पढ़े-लिखे और कुशल लोगों को नौकरियों के अवसर तो बढ़े हैं लेकिन उत्पादन क्षेत्र में उतना इजाफा न होने से कम कुशल लोगों के लिए नौकरियां पैदा नहीं हो पा रही हैं। ऐसे नौजवानों के पास रिक्रशा चलाने या सड़कों पर खोमचे लगाने के अलावा कोई चारा नहीं है। आज देश की नौजवान पीढ़ी में ऐसे लोगों की ही

तादाद बढ़ रही है।

बेरोजगारी और अर्द्ध-बेरोजगारी का आकलन आसान नहीं है, क्योंकि करीब 90 प्रतिशत भारतीय श्रमशक्ति असंगठित क्षेत्र में काम करती है, जिसका कोई सरकारी आंकड़ा उपलब्ध नहीं है। जनसंख्या के आकार में परिवर्तन के इस दौर में शिक्षा के मामले में क्षेत्रीय गैर-बराबरी के कारण पूरे देश को इसका समान लाभ नहीं मिल रहा है। दक्षिणी और पश्चिमी राज्यों को तो आर्थिक वृद्धि का लाभ मिला, क्योंकि इन्हीं राज्यों में प्रशिक्षित नौजवानों की 63 प्रतिशत आबादी है। औपचारिक रूप से प्रशिक्षित युवाओं की सबसे ज्यादा आबादी केरल के बाद महाराष्ट्र, तमिलनाडु, हिमाचल प्रदेश और गुजरात में है। प्रशिक्षण पाने वालों की संख्या के मामले में महाराष्ट्र सबसे ऊपर है तो बिहार सबसे नीचे।

इस पीढ़ी की दूसरी खासियत इसकी मुखरता है। पिछली पीढ़ी के मुकाबले यह अधिक मुखर है, सिर्फ फेसबुक या ट्विटर पर ही नहीं, बल्कि सड़क पर भी वह आवाज बुलंद करती है। पिछले

कुछ साल में लगातार प्रदर्शन इसकी मिसाल है। आज की पीढ़ी भी पिछली पीढ़ी की ही तरह देशभक्त है। वे भारत को हर क्षेत्र में सबसे ऊपर देखना चाहते हैं। उन्हें दुनिया और विभिन्न संस्कृतियों की

जानकारी बहुत है।

आज युवा सबसे बड़ा वोट बैंक भी है। वे रोजमर्रा के जीवन में एक तरह के आदर्श के लिए लड़ रहे हैं। उनकी जरूरतें रोजगार, आवास, महंगाई घटना और आसान शर्तों पर सुरक्षा, स्वास्थ्य, मनोरंजन और वित्तीय सुविधाएं हासिल करना है। वे अपने सपने साकार करना चाहते हैं। उनकी दीर्घकालिक चाहत न्याय, गरिमा और शिकायतों का तेजी से समाधान हासिल करने की भी है। वे मंदिर-मस्जिद, युद्ध और आरक्षण जैसे मुद्दों को अपनी आकांक्षाओं से अलग पाते हैं। मोदी जी ने दीवाल पर लिखी इस इबारत को पढ़ लिया है तो भारत के युवाओं के लिए क्या 'अच्छे दिन' आने वाले हैं।

पहले जब लोग काम के लिए घर से निकलते थे तो साथ में ले जाने हेतु घड़ी, पर्स, चाबी एवं चश्मा जरूर चैक करते थे, मगर बदलते समय के साथ-2 यह फंडा भी बदल गया. अब इन के बिना काम चल सकता है, लेकिन अगर आप का मोबाइल घर छूट जाए तो एक मिनट भी रह पाना मुश्किल हो जाता है, खासतौर से युवाओं में मोबाइल का क्रेज काफी बढ़ा है. यह कहना गलत न होगा कि बिना मोबाइल युवाओं की जिंदगी थम सी सकती है। विश्व में मोबाइल क्रांति आ गई है, इस छोटे से उपकरण ने ऐसा जादू किया कि सारा संसार इस का दीवाना हो गया सूचना जगत में तो जैसे नई क्रांति ही आ गई, पहले हमें एक फोन करने के लिए घंटों इंतजार करना पड़ता था. एसटीडी कॉल के लिए पोस्ट ऑफिस में बुकिंग के बाद ही कॉल की सुविधा मिलती थी, लेकिन मोबाइल क्रांति ने इसे इतना आसान बना दिया है कि आज हर युवा का पहला क्रेज स्मार्ट मोबाइल हो गया है, शहर हो या गांव, पढ़े लिखे हों या निरक्षर मोबाइल आज सब के पास है इस के बिना किसी काम नहीं चलता है।

आप को जान कर आश्चर्य होगा कि आरंभ में मोबाइल आज के रूप में नहीं था. 1973 में मार्टिन कूपर ने मोटोरोला कंपनी का पहला मोबाइल बाजार में उतारा इसीलिए उसे सैल फोन का जनक कहा जाता है. उस समय कूपर की उम्र 44 साल की थी जब मोबाइल का वजन लगभग 1 किलोग्राम था. इतने भारीभरकम मोबाइल का इस्तेमाल आसान न था लेकिन इस जादुई उपकरण ने अपने आकार प्रकार में सुधार कर ऐसा परिवर्तन किया कि दुनिया हमारी जेब में समा गई, भौगोलिक दूरियों मिटाने के साथ ही दुनिया के लोग एक दूसरे से कनेक्ट रहने लगे, आज मोबाइल अपने स्मार्ट रूप में हमारे सामने है, युवाओं का प्रिय साथी मोबाइल आज युवतियों की सुरक्षा का साधन भी बन गया है. आजकल किशोर किशोरियों को पढ़ाई

युवाओं में बढ़ता मोबाइल का क्रेज

कैरियर आदि के लिए घर से दूर जाना पड़ता है, ऐसे में माता पिता का अपने बच्चों से मोबाइल के जरिए ही संपर्क रहता है। मोबाइल ने जहां समाज को अनेक सुविधाएं प्रदान की हैं, वहीं इस के अधिक प्रयोग से अनेक प्रकार की हानियां भी सामने आई हैं, इससे लोगो की निजता समाप्त हो गई. पारिवारिक जीवन में गतिरोध आने लगा है इस के साथ ही बच्चे पढ़ाई लिखाई से विमुख हो सिर्फ दोस्तो से मोबाइल पर बातें करने में मशगूल दिखते हैं। नतीजा उनके कैरियर पर इसका नकारात्मक प्रभाव पड़ता है कुछ लोग वाहन चलाते समय भी मोबाइल का प्रयोग करते हैं. ऐसा कर वे अपने जीवन को दांव पर लगाते हैं कितने लोग हर साल इस तरह की दुर्घटनाओं में अपने प्राण गवाते हैं मोबाइल का प्रयोग सही ढंग से किया जाए तो यह विज्ञान का वरदान साबित हो सकता है, इस से समाज को अधिक से अधिक लाभ मिल सकता है।

मोबाइल ने आज भौगोलिक दूरियों को समाप्त कर दिया है, अब कुछ ही पल में आप अपने मित्रों व परिवार के लोगो से इसके द्वारा संपर्क स्थापित कर सकते हैं, पर इसका वे वहज इस्तेमाल मनुष्य के लिए काफी मुश्किले भी पैदा कर सकता हैं



आशा खबर

अपने अभिन्न मित्रों, परिचितों, रिश्तेदारों तक अपना सन्देश और भावनाओं को "आशा खबर" पत्रिका के माध्यम से उनके घर तक पहुंचाये या उनके जन्म दिन, शादी की वर्षगांठ अन्य खुशी के शुभ अवसर पर पत्रिका की सदस्यता उन्हें उपहार स्वरूप भेंट करें।

हाँ, मैं आशा खबर पत्रिका का सदस्य बनना चाहता/चाहती हूँ।
श्री/श्रीमती
जन्मतिथि.....मकान नं.....
पोस्ट.....जिला.....पिन.....
प्रदेश.....मोबाइल नं.....
ई मेल.....
कृपया "Asha Khabar" के नाम रू.....का डी.डी/चेक नं.....
.....Dated.....बैंक का नाम.....प्राप्त करें।

सदस्यता शुल्क

वार्षिक	रूपये 499
द्वि-वार्षिक	रूपये 999
त्रि- वार्षिक	रूपये 1499

नियम व शर्तें

1. यह योजना भारत में मान्य है। 2. आपका पहला अंक आप तक पहुंचने में 4-5 सप्ताह तक का समय लग सकता है। 3. पत्रिका साधारण डाक से ही भेजी जायेगी, गुम हो जाने पर संस्थान की कोई जिम्मेदारी नहीं होगी, सूचना मिलने पर यदि अंक उपलब्ध है तो पुनः अंक निःशुल्क भेज दिया जायेगा 4. कोरियर/रजिस्टर्ड डाक से मंगवाने पर कोरियर व डाक का अतिरिक्त खर्च सदस्य को ही वहन करना होगा। 5. सभी विवादों का निस्तारण इलाहाबाद के सक्षम न्यायालय के अधीन होगा।

सम्पादकीय कार्यालय

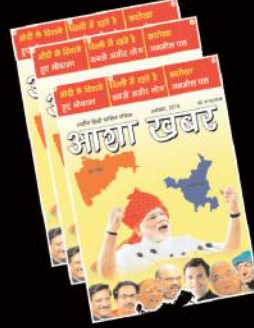
81/6/2ए, चकदौदी, नैनी
इलाहाबाद - 211008
फोन नं. - 9415680998-0523-2694058
www.ashakhabar.com
e-mail :- editor@ashakhabar.com

पंजीकरण पत्र

आशा खबर

सच का दम

राष्ट्रीय हिन्दी मासिक पत्रिका



Business
Explorer

Search Engin

मुफ्त
Entry

मूल्य	साइज शब्दों में	विशेष	पत्रिका सदस्यता
₹499	25 शब्द	साधारण	6 माह
₹999	25 शब्द	मोटा बाक्स में	12 माह

मैं 'आशा खबर' राष्ट्रीय हिन्दी मासिक पत्रिका द्वारा प्रस्तुत 'आपका बाजार आपके द्वार' की सदस्यता ले रहा/ रही हूँ।

श्री/ श्रीमति.....
पता.....
जिला.....पिन कोड.....
सहयोग राशि..... अवधि.....
मो. नं..... ई मेल

प्राप्ति रशीद

नाम.....
सदस्यता.....अवधिहेतु.....रु
प्राप्त किये.....मो.....

सम्पादकीय कार्यालय

81/6/2A Chakdondi, Industrial Area, Naini, Allahabad-8
Web site: www.ashakhabar.com, Contact.0532- 2694058, 9415680998

- 1 सदस्यता लेने के अगले माह से आशा खबर पत्रिका आपको साधारण डाक द्वारा आपके द्वारा दिये गये पते पर भेजी जायेगी।
- 2 पता बदलने के स्थिति में नये पते की सूचना कार्यालय को 15 दिन पहले अवश्य करा दें। ताकि आपकी पत्रिका नियमित रूप से आपको प्राप्त होती रहे।
- 3 आपका बाजार आपके द्वार द्वारा एक प्रति मुफ्त दी जायेगी।
- 4 वार्षिक सदस्यता शुल्क प्राप्ति सुनिश्चित होने पर सदस्यता क्रम संख्या आपके मोबाइल पर एसएमएस के माध्यम से भेजी जायेगी।

आवश्यकता है..

प्रत्येक जिलों में आवश्यकता है जिला/तहसील/ब्लॉक एवं वार्ड स्तर तक संवाददाता एवं विज्ञापन प्रतिनिधियों की

अगर आपमें है वो दम

और अपने कैरियर को देना चाहते हैं नया मोड़ तो, "आशा खबर" में आपका बायोडाटा भेजकर शीघ्र सम्पर्क करें।

Web site: www.ashakhabar.com, Contact.0532- 2694058, 9415680998

घर का बजट कैसे बनाएं

जरा सी सावधानी से आपका परम मुस्कराएगा

बजट की सहायता से परिवार अपनी पूंजी के वर्तमान उपयोग तथा बचत को भविष्य की जरूरतों पर खर्च करने की समीक्षा कर सकता है। बजट से घर की आर्थिक प्राथमिकताएं स्पष्ट होती हैं। एक युवा पत्नी को यह एहसास हो सकता है कि वर्तमान परिस्थितियों में उसकी कपड़ों की मांग गलत है। एक पति को महसूस हो सकता है कि वह जरूरत से ज्यादा फालतू खर्च कर रहा है। एक किशोर यह जानकर खुश हो सकता है कि उसके माता-पिता उसे अलग से कार नहीं दिला सकते लेकिन वे उसके खिलाफ नहीं हैं। घर का आर्थिक स्वास्थ्य ठीक रखने के लिए पूरे परिवार को मिलाकर बजट बनाना और उसके अनुसार चलना चाहिए। माता-पिता और बच्चे खुल कर दूसरे से पैसे पर बात करते हैं तो धन के सही उपयोग की सफलता निश्चित है। मिलकर वित्तीय नियोजन करने से बच्चे, खासकर किशोर भी धन का सही उपयोग करना सीखते हैं। इधर-उधर खर्च करने के बजाय वे जरूरत शब्दों में समझा जाएं, तो बजट बनाने का मतलब है आमदनी (इन्कम) का मांग (डिमांड) के साथ विश्लेषण करना। यह तय करना कि क्या ज्यादा जरूरी है। इसके बाद इस तरह से योजना बनाना कि अपनी आमदनी से, मांगों की अपूर्ति करी जा सके।

स्पष्ट पारिवारिक उद्देश्य निर्धारित करें

जीवन के अलग अलग दौर में परिवार की कुल आमदनी के साथ, सदस्यों के अलग-2 हित हो सकते हैं। एक युवा दम्पति का सपना आरामदायक घर बनाने का हो सकता है तो एक अडेड दम्पति अपने बच्चों की शिक्षा और उसके बाद उनके विवाह की उधेड़बुन में लगा होता है। बुजुर्ग चाहते हैं कि वे बीमार पड़े तो उन्हें सबसे श्रेष्ठ चिकित्सा सुविधा उपलब्ध हो सके। बजट इस तरह से बनाना चाहिए कि परिवार के तात्कालिक और दीर्घकालीन उद्देश्य स्पष्ट हो सके। यदि एक परिवार पांच साल में घर बनाने की योजना बनाता है और उसके लिए वर्तमान वर्ष में कुछ भी पैसा नहीं रखता तो उसका घर बनाने का सपना सिर्फ सपना रह जाएगा।

जोब में कितना है

बजट के असफल होने का मुख्य कारण होता है कि अक्सर हम आमदनी का अनुमान वास्तविकता से कहीं ज्यादा लगा लेते हैं।

पूरे वर्ष की आमदनी के सभी स्रोतों पर विचार कर उसका योग कर लेना अच्छा है। कुल वार्षिक आय प्रस्तावित खर्चों से ज्यादा हो, तब भी संभल कर खर्च करना जरूरी है। कुछ लोग कभी-कभी एक समय में बहुत अधिक खर्च कर डालते हैं। पैसे को हमेशा यह ख्याल रख कर खर्च करना चाहिए कि यह भविष्य की योजना के लिए भी उपलब्ध रह सके।

पक्के खर्च जो टाले नहीं जा सकते

एक आदर्श बजट वह होता है जिसमें परिवार आर्थिक विकल्पो के बीच अक्लमंदी के साथ निर्णय ले सके और अपने जीवन को उसी अनुसार जी सके जिस तरह वह जीना चाहता है। ऐसा करने के लिए-

1. परिवार के सभी संभावित खर्चों का ग्रुप बनाइए ताकि कोई भी महत्वपूर्ण खर्चा अनदेखा न रह जाए। खर्चें परिवार के होते हैं, इसलिए उन्हें पूरे परिवार द्वारा ही तय किया जाना चाहिए।
2. मुख्य हेड जैसे किचन, बाथरूम, पढ़ाई-लिखाई, जरूरी सेवाएं, वाहन मंटेनेंस, घरेलू खर्चें (कपड़े, खान-पान,

नौकर-चाकर आदि) व्यक्तिगत दिलचस्पियों पर खर्चें आदि के अंतर्गत चीजों को उनके महत्व के घटते क्रम में व्यवस्थित रूप से लिख लीजिए।

3. जहां तक हो सके सूची में दर्शाई चीजों की संभावित कीमत का अनुमान लगाइए। खर्चों का निर्णय लेने में बढ़ती कीमतों के साथ पुराने रिकार्ड का इस्तेमाल कीजिए। स्वास्थ्य संबंधी मुश्किलों या घर की अचानक मरम्मत जैसे अप्रत्याशित या अचानक आने वाले खर्चों का प्रावधान रखिए।
4. प्रत्येक हेड के तहत संभावित घरेलू खर्चों को अवश्य जोड़िए।



बजट आप पर नहीं, आप बजट पर नियंत्रण रखते हैं

योजना पर अमल करने से पहले, जांचना जरूरी है कि योजना की सफलता की कितनी संभावना है। बजट को पूरे परिवार की जरूरतों और हर सदस्य की खास जरूरतों के संदर्भ में देखना चाहिए। यह परिवार के लंबे समय के उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए उनके संदर्भ में होना चाहिए। याद रखें।

बजट को लागू करना

1. बजट के दौरान होने वाले वास्तविक खर्चों का रिकार्ड बनाइए। इसकी तुलना योजना में दर्शाए खर्चों से कीजिए।
2. बजट गतिशील होना चाहिए। इसके लिए हर महीने की वर्तमान जरूरतों के अनुसार अगले महीने का बजट तय करें। यदि कोई व्यापक और बड़ा बदलाव आए तो परिवार को अपनी जरूरत और उद्देश्य के आधार पर नया बजट तैयार करना चाहिए।
3. बजट का परिवार के सभी सदस्यों पर होने वाले मनोवैज्ञानिक असर को भी ध्यान में रखना जरूरी है। बजट इस तरह का बनाएं कि पति, पत्नी, बच्चे तथा बुजुर्गों को भावनात्मक सुरक्षा का अहसास रहे। वे महसूस करें कि उनकी निजी जरूरतों को उचित समझते हुए आय की सीमाओं के भीतर उनका ख्याल रखा जाता है।

बचत और उधार

बचत आर्थिक सुरक्षा की कुंजी है। बचत से आप भविष्य में खर्च कर पाते हैं। इससे आपके सपने पूरे हो सकते हैं, साथ ही बुढ़ापा आराम से गुजरता है। हर महीने एक निश्चित राशि की बचत जरूर करनी चाहिए। निजी तौर पर आमदनी का करीब 10 प्रतिशत या अधिक बचाना ठीक रहता है। बेरोजगार के दिन और संकट का समय आसानी से गुजार सकें इसके लिए अपनी 3 से 6 महीने की आय का एक कोष बनाकर रखें। कई बार बचत में से परिवार की जरूरतें पूरी करने के लिए खर्च भी करना पड़ता है। बचत से निकाला गया यह पैसा जितना जल्दी संभव हो वापस जमा कर दें। अपने संचित धन को बढ़ाने का दूसरा उपाय उधार लेना या चीजों को किरातों में खरीदना भी है। परिवार की वित्तीय जरूरतों को पूरा करने के लिए एक निश्चित राशि का उधार लिया जाना तो उचित है, लेकिन भारी राशि का

उधार ले लिया जाए तो आपको अपना वर्तमान जीवन स्तर बनाए रखना कठिन होगा। इससे आपकी आर्थिक सुरक्षा भी संकट में पड़ सकती है। क्रेडिट कार्ड इसके लिए आसान उपाय है। हालांकि कई-क्रेडिट होने से अत्यधिक खर्च किए जाने की आशंका बनी रहती है। हर परिवार को यह तय करना चाहिए कि वह क्रेडिट कार्ड का उपयोग किस तरह के खर्च में करेगा। हर बार क्रेडिट कार्ड का इस्तेमाल करते समय सोचना चाहिए कि क्या वाकई इस काम के लिए उधार लेने की जरूरत है? क्या अपने खर्च को इस तरह पुनर्व्यवस्थित किया जा सकता है, कि उस जरूरत को दूसरे साधनों से पूरा किया जा सके।

आमदनी बढ़ाने के अवसर हमेशा नहीं रहते। जबकि खर्चों में कटौती के कई रास्ते हैं।

1. हर महीने कुल आमदनी और कुल खर्चों की तुलना कीजिए। आमतौर पर प्रस्तावित खर्चों का योग कुल आय से अधिक होता है।
2. बजट को संतुलित कीजिए। आय बढ़ाकर तथा / या खर्चों को घटा कर ऐसा किया जा सकता है।
3. सूची में खर्च के सभी मदों/ चीजों को रखें लेकिन उनमें यहां वहां, कहीं कहीं कटौती करें। महंगी और जरूरी किंतु फिलहाल गैर-जरूरी चीज को पूरी तरह से हटा दें। ऐसी चीजे छुटिए जो कम महंगी हों। पैसा खर्च करने की बजाय खर्चें प्रत्यक्ष साधनों से कीजिए। जैसे, बाजार में जाकर प्रति दिन होटल में दोपहर का खाना खाने के बजाय पति लंच बॉक्स ले जाना शुरू कर सकते हैं। किताब खरीदने की बजाए लाइब्रेरी का सदस्य बनकर किताब का काम किया जा सकता है। इसी तरह के दूसरे रास्ते निकालिए।





पर्यटकों का स्वर्ग कर्नाटक

कर्नाटक की राजधानी बंगलौर है। यह नगर भारत का बड़ा तथा सुविधा सम्पन्न माना जाता है। बंगलौर के नामकरण की एक रोचक कहानी है। एक बार विजय नगर के महाराणा वीर बल्लाल जंगल में रास्ता भटक गए। वे भटकते हुए एक लघु ग्राम में पहुंचे जहां उन्हें उबली बेंदका (सेम) एक तिर्धन वृक्ष यों भोजन में खिलायी। बाद में राजा प्रसन्न होकर इस लघु ग्राम का नाम बेंदकाबोर (उबली सेम का नगर) रखा। यही बेंदकाबोर आहिस्ता-आहिस्ता बदलकर बेंगलोर फिर बंगलौर हो गया। ऐतिहासिक दृष्टि से बंगलौर कर्नाटक का विशिष्ट पर्यटन स्थल है। यह नगर हैदर अली और टीपू सुल्तान की कर्मस्थली रहा है।

कर्नाटक भारत का क्षेत्रफल व जनसंख्या के दृष्टिकोण से आठवां राज्य है। इस विशाल भूखण्ड की प्रमुख भाषा कन्नड़ है। कन्नड़ भाषा के शब्द 'कर्नाड' अर्थात् उच्च भूमि से ही राज्य का नाम कर्नाटक पड़ा है। कर्नाटक राज्य के उत्तर में महाराष्ट्र पश्चिम में गोवा, अरब सागर व केरल, दक्षिण में केरल तमिलनाडु तथा पूर्व में आंध्र प्रदेश है। कर्नाटक को पर्यटकों का स्वर्ग कहा जाता है। यहां की जलवायु स्वास्थ्यकर है, जो पर्यटकों को मंत्रमुग्ध कर देती है। यह प्रदेश सौन्दर्यशील उद्यानों, नयनाभिराम जलप्रपातों से भरा पड़ा है। यहां के मंदिरों की स्थापत्य-शैली व कारीगरी आकर्षक विचित्रताओं के आवरण से अलंकृत है। श्रवणबेलगोला का गोमेश्वर, बेलूर, हैलविद, बादामी, सोमनाथपुर के मंदिर समूह आज भी पर्यटकों को अभिभूत कर देते हैं। कर्नाटक का महत्वपूर्ण उद्योग 'चंदन' है। यहां चंदन से कई प्रकार के वैज्ञानिक उपयोगी सामान जैसे साबुन तेल, पाउडर तथा धूपबत्ती आदि तैयार किए जा-

ते हैं। पर्यटकों के लिए बंगलौर का सिल्क भी अति आकर्षणीय वस्तु है।

कर्नाटक का प्रवेश द्वार : बंगलौर

बंगलौर शहर में अनेक रमणीक उद्यान हैं, जो पर्यटकों को मंत्रमुग्ध करते हैं। वैसे बंगलौर कर्नाटक का 'प्रवेश द्वार' और 'पेंशनर्स पैराडाइज' के रूप में विख्यात है। बंगलौर शहर के दक्षिण छोर पर स्थित 'लाल बाग' लगभग 240 एकड़ क्षेत्रफल में बना मनोरंजक उद्यान है। इसकी स्थापना अट्टाहरवीं शताब्दी में हैदर अली ने की थी। बाद में उनके पुत्र टीपू सुल्तान ने इस शाही बागान को और भी ज्यादा आकर्षक बनाने में योगदान दिया। इस उद्यान में देश-विदेश से लाए अनेक वृक्षादि हैं। इस उद्यान के एक हिस्से में कृत्रिम सुंदर झील है। बाग का मुख्य आकर्षक ग्लास हाउस तथा फूल घड़ी है। इस उद्यान में फरवरी तथा अगस्त में फल-फूल व सब्जियों की राज्यस्तरीय प्रदर्शनी भी आयोजित की जाती है। यह बाग पर्यटकों के लिए प्रातः 8 बजे से सायं 8 बजे तक खुला रहता है।





बंगलौर में स्थित 'कब्बान पार्क' की स्थापना ब्रिटिश प्रतिनिधि लार्ड कब्बन के नाम पर 1864 में की गई थी। यह लगभग 300 एकड़ भूमि में फैला हुआ है। इस पार्क में कर्नाटक का उच्च न्यायालय, पर्यटक विकास निगम का रेस्तरां, लाइब्रेरी तथा प्रेस क्लब ऑफ इण्डिया स्थित है।

कब्बन पार्क में स्थित म्यूजियम की स्थापना 1866 में हुई थी। इसमें मोहनजोदड़ों की खुदाई से प्राप्त प्राचीनकालीन अवशेष दर्शनीय है। यह म्यूजियम बुधवार और छुट्टियों के दिन को छोड़कर प्रतिदिन सुबह 10 बजे से सांय 5 बजे तक खुला रहता है। बाल भवन के पास ही एक्वेरियम के दिन छोड़कर सुबह 10 से सांय 7-30 तक खुला रहता है।

बंगलौर में, कर्नाटक राज्य की विधानसभा का भव्य भवन ग्रेनाइट पथरों से बनाया गया है। यह इमारत कब्बन पार्क के सामने स्थित आधुनिक तथा पारंपरिक निर्माण कला का मिश्रित रूप है। इस इमारत को देखने के लिए संबंधित अधिकारियों से पूर्वानुमति लेना जरूरी है। रविवार तथा छुट्टियों के दिन इसकी प्रकाश सज्जा पर्यटकों को मंत्रमुग्ध कर देती है।

कब्बन पार्क के समीप ही टेक्नोलॉजिकल एण्ड इण्डस्ट्रियल म्यूजियम भी दर्शनीय है। यह म्यूजियम सोमवार व छुट्टियों के दिन को छोड़ कर प्रातः 10 बजे सांय 5 बजे तक खुला रहता है। इसका प्रवेश शुल्क चार रुपये प्रति व्यक्ति है।

ऐतिहासिक दृष्टिकोण से टीपू सुल्तान का किला महत्वपूर्ण है। इस किले स्थापना कैम्पगोडा के सरदार के हाथों सन् 1537 में मिट्टी के दुर्ग के रूप में हुई थी। किले का वर्तमान स्वरूप टीपू सुल्तान की देन है। यद्यपि अंग्रेजों की लड़ाई में किले का अधिकांश भाग ध्वस्त हो गया था, फिर भी यह दर्शनीय है। किले के अंदर एक संग्रहालय भी है।

टीपू सुल्तान के किले के समीप ही दक्षिण में टीपू का ग्रीष्मकालीन है। श्रीरंग पट्टनम् के दौलताबाग प्रसाद के नक्शे पर इस प्रसाद का निर्माण हैदर अली ने शुरू किया था और बना में सन् 1799 में टीपू सुल्तान ने इसे अंतिम रूप बना दिया। इस ऐतिहासिक इमारत को सुबह 6 बजे से सांय 6 तक देखा जा सकता है।

बंगलौर शहर में बुल टेंपल रोड पर नंदी मंदिर है। यह मंदिर शहर का प्राचीनतम मंदिर है। इस मंदिर का निर्माण कैम्पगोडा ने कराया था। यह मंदिर द्रविड़ वास्तुकला का उत्कृष्ट नमूना है। इस मंदिर में एक ही शिलाखण्ड की खुदाई कर 4.6 मीटर ऊंची तथा 6.1 मीटर लम्बी शिव के वाहन नंदी की प्रतिमा दर्शनीय है। मंदिर के समीप ही 400 मीटर पश्चिम कैम्पगोडा निर्मित चार वाच टावर हैं कहा जाता है कि अतीत काल में पर्यवेक्षण के लिए इनका उपयोग होता था।

बंगलौर-मैसूर मार्ग पर शहर से लगभग 60 किमी की दूरी पर 1478 मीटर की ऊंचाई पर सुप्रसिद्ध नंदी हिल्स स्थित है। यह रमणीक विशाल उद्यान पर्यटकों के लिए आकर्षण का केंद्र है। कहा जाता है कि टीपू सुल्तान का ग्रीष्मकालीन आवास यहीं है। यहां ग्रीष्म है। यहां लगभग एक हजार वर्ष पुराने दो शिव मंदिर हैं। कहा जाता है कि सुल्तान के काल में मृत्यु की सजा पाए कैदियों को यहां लाकर ऊंचे शिखर से नीचे कंटीली पहाड़ियों से ढकेल दिया जाता था। नंदी हिल्स पर टीपू का हस्त अर्थात् जनाना-महल व चोर राजाओं द्वारा निर्मित कई मंदिर भी हैं।

कैसे पहुंचें-

देश के प्रायः सभी बड़े नगरो से बंगलौर रेल मार्ग द्वारा जुड़ा हुआ है। बंगलौर के लिए दक्षिण भारत के प्रायः सभी प्रमुख नगरो से बस सेवायें उपलब्ध हैं, जिसमें विभिन्न राज्यों की परिवहन बसें तथा प्राइवेट टूरिस्ट बसें शामिल हैं।

उद्यानों का नगर : मैसूर

कर्नाटक प्रदेश का यह मुख्य नगर है। स्वाधीनता से पहले मैसूर महाराजाओं के राजपाट का संचालन मैसूर से ही होता था। मैसूर नगर की ऊंचाई 770 मीटर है। यहां तापमान ग्रीष्मकाल में 35-20 और शीत काल में 28-14 सेण्टीग्रेड के बीच घटता-बढ़ता रहता है। मैसूर कर्नाटक का खूबसूरत पर्यटन स्थल कहा जाता है। यह स्थल प्राकृतिक सौन्दर्य व ऐतिहासिक धरोहर का अद्भुत सामंजस्य प्रस्तुत करता है। यहां स्थित विशाल महल, गुंबद, मीनारे इतिहास की

सजीव झांकी प्रस्तुत करती है। सदियों से यह नगर धर्म, शिक्षा व संस्कृति के प्रचार क केंद्र विन्दु रहा है।

मैसूर या प्राचीन काल में महिसुर नाम से अभिहित इस नगर का इतिहास पौराणिक है। कहा जाता है कि देवी चामुंडेश्वरी ने महिषासुर का वध कर समूचे क्षेत्र को आंतक से मुक्त किया था। दोनों का संग्राम जिस पहाड़ी पर हुआ वह आज चामुंडा के नाम से प्रसिद्ध है। इस पहाड़ी पर देवी चामुंडा का दो हजार वर्ष पुराना मंदिर तथा कुछ दूरी पर 7.6 मीटर चौड़ी तथा 4.8 मीटर ऊंची नंदी की प्रतिमा स्थापित है।

मैसूर शहर से स्थित राजप्रसाद हिन्दू-मुस्लिम वास्तुकला के मिश्रित रूप का उत्तम उदाहरण है। राजप्रसाद के विस्तृत प्रांगण के दक्षिण में कल्याण मंडप बना हुआ है और उसकी दूसरी मंजिल पर अबा विलास है। पूर्व में पीतल के एक भव्य द्वार से होकर पर्यटक प्रसाद के प्रमुख प्रांगण में पहुंचते हैं। उसी ओर दूसरी मंजिल पर दरबार हाल है। जिस प्रकार दिल्ली सात बार उजड़ी और सात बार बसी उसी प्रकार मैसूर के राजप्रसाद भी तीन बार भूमिसात करके पुर्ननिर्मित किए गए। अंतिम निर्माण सन् 1912 में संपन्न हुआ। इसके पहले काष्ठ निर्मित राजप्रसाद एक आगजनी ने पूरी तरह नष्ट-ध्वस्त हो गया था। इसका निर्माण सन्

1897 में शुरू हुआ और 15 वर्षों बाद सन् 1912 में यह पूरी तरह बनकर तैयार हुआ। भवन

निर्माण के बाद सन् 1940 तक इसे आंतरिक भव्यता प्रदान करने के लिए कलाकृतियों मणिमाणिक्य जड़ित झाड़फानूसों से सज्जित किया गया। इसमें 280 किलो का स्वर्ण सिंहासन विशेष रूप से दर्शनीय है। छुट्टियों के दिन व उत्सव के समय प्रसाद की आलोक सज्जा दर्शनीय है। यह महल सुबह 10 बजे से सांय 5 बजे तक पर्यटकों के लिए रहता है।

चामुण्डी के मार्ग में अतीत काल के अतिथि गृह ललितामहल में आजकल आईटीडीसी का होटल है। इस महल के गुंबद का निर्माण लंदन के सेट-पॉल गिरजाघर की शैली में किया जाता है। महल का सूक्ष्म अलंकरण ब्रिटेन के महलो की याद ताजा कर देता है।

मैसूर से लगभग 16 किमी की दूरी पर श्री रंगपट्टम ऐतिहासिक स्थल है। यह नगर सन् 1799 तक मैसूर के महाराजाओं, फिर हैदर अली और टीपू सुल्तान की राजधानी रहा। सन् 1799 में ब्रिटीश सरकार ने इस पर कब्जा कर लिया था। यहां पर रंगनाथ मंदिर, महाराजाओं के महल, किला, दरिया दौलत (टी-पू सुल्तान पर समर पैलेस) आदि दर्शनीय है।

कैसे पहुंचें

मैसूर कर्नाटक के लगभग सभी हिस्सों से रेलवे के मीटर गेज द्वार जुड़ा है। बंगलौर जो यहां से लगभग 140 किमी दूर है। देश के अन्य भागों से रेल मार्ग से जुड़ा है।

कहां ठहरें

बंगलौर में ठहरने के लिए सैकड़ों होटल एंज लॉज धर्मशालाएं आदि उपलब्ध हैं।

कैसे भ्रमण करें

कर्नाटक राज्य पर्यटक विकास निगम मैसूर व आसपास के दर्शनीय स्थलों के लिए विशेष बसें चलाता है। इसके अलावा ट्रेवल एजेंसियों द्वारा भी बसें, प्राइवेट टैक्सियां दर्शनीय स्थलों के लिए प्रतिदिन चलायी जाती हैं। नगर में घूमने के लिए ऑटो रिक्शा तथा तांगो का भी समुचित प्रबंध है।



क्रिसमस ट्री का महत्व



क्रिसमस ईसाइयों का पवित्र पर्व है जिसे वह बड़ा दिन भी कहते हैं। प्रतिवर्ष 25 दिसम्बर को प्रभु ईसा मसीह के जन्मदिन के रूप में संपूर्ण विश्व में ईसाई समुदाय के लोग विभिन्न स्थानों पर अपनी-अपनी परंपराओं एवं रीति-रिवाज के साथ श्रद्धा, भक्ति एवं निष्ठा के साथ मनाते हैं। चर्चा में क्रिसमस डे के उपलक्ष्य में बिजली की लड़ियों से परिसरों को सजाया गया है। क्रिसमस के मौके पर क्रिसमस वृक्ष का विशेष महत्व है। सदाबहार क्रिसमस वृक्ष डगलस, बालसम या फर का पौधा होता है। जिस पर क्रिसमस के दिन बहुत सजावट की जाती है। अनुमानतः इस प्रथा की शुरुआत प्राचीन काल में मिस्रवासियों, चीनियों या हिब्रू लोगों ने की थी। यूरोप वासी भी सदाबहार पेड़ों से घरों को सजाते थे। ये लोग इस सदाबहार पेड़ की मालाओं, पुष्पहारों को जीवन की निरंतरता का प्रतीक मानते थे। उनका विश्वास था कि इन पौधों को घरों में सजाने से बुरी आत्माएं दूर रहती हैं। आधुनिक क्रिसमस ट्री की शुरुआत पश्चिम जर्मनी में हुई। मध्यकाल में एक लोकप्रिय नाटक के मंचन के दौरान गार्डन को दिखाने के लिए फर के पौधों का प्रयोग किया गया जिस पर सेब लटकाए गए। इस पेड़ को स्वर्ग वृक्ष का प्रतीक दिखाया गया था। उसके बाद जर्मनी के लोगों ने 24 दिसम्बर को फर के पेड़ से अपने घर की सजावट करनी शुरू की दी। इस

ईसाई धर्म की स्थापना कर यीशु बने शक्तिदूत

25 दिसम्बर को यानी आज पूरी दुनिया में क्रिसमस का त्योहार बड़ी धूम-धाम से मना से मनाया जाता है। यह ईसाइयों का सबसे बड़ा पर्व है। ईसाई धर्म के अनुसार इसी दिन प्रभु यीशु (ईसा-मसीह) का जन्म हुआ था। मान्यता है कि प्रभु ने ही ईसाई धर्म को स्थापना की। ईसाई धर्म के प्रमुख ग्रंथों बाइबिल और न्यू टेस्टामेंट के आधार पर ईसा मसीह के प्रारंभिक जीवन की जानकारी प्राप्त होती है। क्रिसमस के अवसर पर हम आपको प्रभु यीशु के जीवन के बारे में बता रहे हैं- ईसाई धर्म के अनुसार प्रभु यीशु का जन्म बेटलेहम (जोर्डन) में कुवारी मरियम (वर्जिन मरियम) के गर्भ से हुआ था। उनके पिता का नाम यूसुफ था जो पेशे से बढ़ई थे। स्वर्ग ईसा मसीह ने भी 30 वर्ष की आयु तक अपना पारिवारिक बढ़ई का व्यवसाय किया। पूरा समाज उनकी ईमानदारी और

सद्गुणवहार, सभ्यता से प्रभावित था। सभी उन पर भरोसा करते थे। 30 वर्ष की आयु से ही ईसा मसीह ने लोगों को क्षमा, शान्ति, दया, करुणा, परोपकार, अहिंसा सद्गुणवहार एवं पवित्र आचरण को उपदेश देना शुरू कर दिया था। उनके इन्हीं सद्गुणों के कारण लोग उन्हें शान्ति दूत, क्षमा मूर्ति और महात्मा कहकर पुकारने लगे। क्रिसमस ईसाई धर्म का सबसे बड़ा त्योहार है। यह पर्व प्रभु यीशु के जन्म उत्सव के रूप में आज यानी 25 से 31 दिसम्बर तक मनाया जाता है जो 24 दिसम्बर की मध्यराति से ही आरंभ हो जाता है। क्रिसमस शब्द का जन्म क्राइस्टेस माइसे अथवा क्राइस्टेस मास शब्द से हुआ माना जाता है। 24 दिसम्बर की रात से ही नवयुवकों की टोली जिन्हें कैलस कहा जाता है। यीशु मसीह के जन्म से संबंधित गीतों को प्रत्येक मसीही के घर में जाकर गाते हैं इसी रात को गिरिजाधरों में एकत्रित होकर एक दूसरे को प्रभु के जन्म की बधाई देते हैं। और इसमें झांकियों भी निकाली जाती हैं।

जो हिंसा करेगा वह सजा पाएगा ये है प्रभु यीशु के उपदेश

क्रिसमस ईसाई समुदाय के लोगों का महापर्व है। यह पर्व हर वर्ष 25 दिसम्बर को मनाया जाता है। इस दिन ईसा मसीह का जन्म हुआ था। ईसाई धर्म को मानने वाले ईसा मसीह की शिक्षाओं को ही अपने धर्म का मूल आधार मानते हैं। ईसा मसीह को जीसस क्राइस्ट भी कहते हैं। ईसाई मानते हैं कि ईश्वर ने इस संसार की रचना की है तथा वे अपने दूतों के माध्यम से लोगों को संदेश देते हैं। ईश्वर के पुत्र जीसस इस धरती पर लोगों को जीवन की शिक्षा देने के लिये आए थे। जीसस ने कहा था कि ईश्वर सभी लोगों से प्यार करते हैं तथा हमें प्रेम को जीवन में अपनाकर ईश्वर की सेवा करनी चाहिए। ईश्वर की सेवा का सबसे उत्तम मार्ग दुखी लोगों की सेवा करना है। क्रिसमस का त्योहार हमें यही पावन संदेश देता है। क्रिसमस के मौके पर जानिए प्रभु यीशु के प्रभु के प्रमुख उपदेश-

पर रंगीन पत्रियों, कागजों और लकड़ी के तिकोने तख्ते सजाए जाते थे। विक्टोरिया काल में इन पेड़ों पर मोमबतियों टॉफियों और बहिया किस्म के केकों को रिबन और कागज की पट्टियों से पेड़ पर बांधा जाता था। इंग्लैंड में प्रिंस अलबर्ट ने 1841 ई. में विडसर कैसल में पहला क्रिसमस ट्री लगाया था। क्रिसमस की रात सैंटा क्लॉज द्वारा बच्चों के लिए उपहार लाने की मान्यता है। ऐसी मान्यता है कि सैंटा क्लॉज रेंडियर पर चढ़कर किसी बर्फीले जगह से आते हैं और चिमनियों के रास्ते घरों में प्रवेश करके सभी अच्छे बच्चों के लिए उनके सिरहाने उपहार छोड़ जाते हैं।

सैंटा क्लॉज की प्रथा संत निकोलस ने चौथी या पांचवीं सदी में शुरू की वे एशिया माइनर के विशप थे। उन्हें बच्चों और नाविकों से बेहद प्यार था। उनका उद्देश्य था कि क्रिसमस और नववर्ष के दिन गरीब-अमीर सभी प्रसन्न रहें। उनकी सद्गुणवाचना और दयालुता के किस्से लंबे अरसे तक कथा-कहानियों के रूप में चलते रहे। एक कथा के अनुसार उन्होंने कोस्टेडाइन प्रथम के स्वप्न में आकर तीन सैनिक अधिकारियों को मृत्यु दंड से बचाया था। सत्रहवीं सदी तक इस दयालु का नाम संत निकोलस के स्थान पर सैंटा क्लॉज हो गया। यह नया नाम डेनमार्क वासियों की देन है।

1. कभी हिंसा न करो, जो हिंसा करेगा सजा पाएगा।
2. कभी क्रोध न करो, जो क्रोध करेगा सजा पाएगा।
3. जो भाई को बुरा कहेगा द्वेष करेगा वह नरक की आग में जलेगा।
4. कभी व्यभिचार न करना। यदि कोई परल्लु की कुर्बि डाले तो यह व्यभिचार है।
5. यदि तेरा दाहिना हाथ तुझे ठोकर खिलाए तो उसे काट दो, सारा शरीर यातना से बच जाएगा।
6. कभी शपथ मत खाओ। तू एक बात को भी काला या सफेद नहीं कर सकता।
7. जो तुम्हारे दाहिने गाल पर थप्पड़ मारे उसकी ओर दूसरा गाल भी कर दो। हिंसा न करो।
8. जब दान करो चुपचाप करो। बाजा न बजाओ। तारीफ से बचो।
9. जब तुम व्रत व उपवास रखी तो शुद्ध मन से रखो।
10. कभी किसी पर दोष न लगाओ। तुम किसी पर दोष लगाओगे तो तुम पर भी लगाया जाएगा।
11. ज्यादा धन एकत्रित न करो, नहीं तो चोर सेंध लगाएंगे।
12. विवाह करना वासना में दग्ध रहने से अच्छा है।
13. गरीबों की मदद करो।
14. जो छोटे लोगों को अपने कटोरे से पानी फिलाता है, उसे फल मिलता है।
15. कोढ़ियों की सेवा करो। किसी से मुफ्त में कुछ मत लो।
16. अपने प्राण बचाने की जगह दूसरों के प्राण बचाओ।
17. कभी झूठ मत बोलो, और झूठों मत करो।

इमली

इमली की पत्तियों का रस 15-20 ग्रा. मात्रा में सेवन करने से अर्श रोग में लाभ होता है। बवासीर के मस्सों से रक्तस्राव भी बंद हो जाता है। इमली की पत्तियों को पानी में उबालकर उस पानी को टंडा करके उससे बवासीर के मस्सो को धोएं।

इससे जख्म और सूजन में तुरंत आराम मिलता है। इमली के फलों को जल में मसलकर, छानकर पीने से बवासीर रोग में बहुत लाभ होता है।



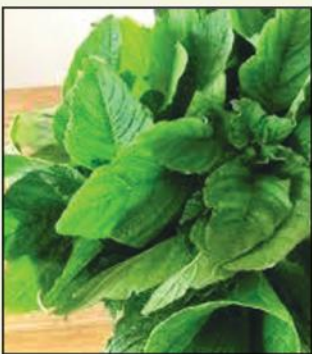
मेथी

पाचन क्रिया क्षीण होने, भूख नहीं लगने की विकृति होने पर सुबह-शाम मेथी की पत्तियों की सब्जी बनाकर खाने से पाचन क्रिया तीव्र होने के साथ कब्ज और बवासीर रोग नष्ट होता है, साथ ही भूख भी अधिक लगती है। प्रतिदिन 250 ग्रा. मेथी के पत्तियों की सब्जी खाएं। 20 ग्रा. मेथी के दानो को 300 ग्रा. पानी में उबालकर काढ़ा बनाएं। इस काढ़े को छानकर पीने के बाद ऊपर से दूध पीने से बवासीर रोग नष्ट होता है और मस्सो से होने वाला रक्त स्राव भी शीघ्र ही बंद हो जाता है।



चौलाई

चौलाई के पत्तो की सब्जी शीतल, कब्ज को नष्ट करने वाली, रक्त विकारों को नष्ट करने वाली और पौष्टिक होती है। इसके प्रतिदिन सेवन से पाचन शक्ति प्रबल होती है। भोजन के प्रति अरुचि को दूर कर भूख को बढ़ाती है। बवासीर रोग पाचन संस्थान के दूषित व कमजोरी



होने के कारण ही उत्पन्न होता है। इसलिए जो लोग चौलाई की सब्जी प्रतिदिन खाते हैं उन्हें कब्ज व बवासीर के रोग कभी नहीं होते और होते भी हैं तो दूर हो जाते हैं।

◆ दोपहर के भोजन के बाद छाछ में डेढ़ ग्रा. (चौथाई छोटा चम्मच) पिसी हुई अजवायन और एक ग्रा. सेंधा नमक मिलाकर पीने से बवासीर में आराम मिलता है और ठीक हुए बवासीर के मस्से दोबारा उत्पन्न नहीं होते हैं।

◆ कपूर को आठ गुना गर्म एरंडी के तेल में (आंच से उतारकर) मिलाकर घोल लें। शौच से आने के बाद मस्सो को धोकर और पोंछकर इस तेल को दिन में दो बार हल्के हाथ से मस्सो पर धीरे-धीरे इतना मलें कि मस्सो में अच्छी तरह से मिल जाए। इस तेल की मालिश से मस्सों की सूजन, दर्द, जलन, सुईया चुभने आदि में आराम आ जाता है और लगातार प्रतिदिन के प्रयोग से मस्से सूख जाते हैं। बवासीर के मस्से सूजकर अंगूर की तरह मोटे हो जाएं और गुदा से बाहर निकल आए तो ऐसी अवस्था में भी यह तेल काम करता है। तेल लगाने से मस्से नर्म होकर आसानी से गुदा के अंदर प्रवेश कर जाते हैं।

◆ सूखे नारियल की जटा (नारियल की दाढ़ी या भूरे रेशे) को जलाकर राख बनाएं तथा छानकर रख लें। इस नारियल-जटा की भस्म को 3-3 ग्रा. की मात्रा में दिन में तीन बार खाली पेट एक कप ताजा छाछ या दही (खट्टा न हो) के साथ केवल एक ही दिन लें। खूनी और बादी (सूखी) दोनो तरह की बवासीर ठीक हो जाती है। दोबारा लेने की आवश्यकता पड़े तो दूसरे दिन तीन बार उपरोक्त मात्रा ले सकते हैं।

◆ नीम की निबौलियों को पीसकर उनमें समान मात्रा में तुलसी की जड़ का चूर्ण मिलाकर छाछ के साथ सेवन करें। इससे बिगड़ा हुआ पुराना बवासीर रोग भी समाप्त हो जाता है।

◆ खूनी बवासीर से आप परेशान हैं तो बकरी का 250 मि. ली. दूध रात को जमाएं और सुबह उसे गाजर के 250 मि. ली. रस में मिलाकर पी जाएं। फिर उसी समय बकरी का 250 मि.ली. दूध जमाएं और शाम को 250 मि.ली. गाजर के रस में मिलाकर पी जाएं। इसमें चीनी या नमक कुछ भी न मिलाएं। इससे खूनी बवासीर महीने-दो-महीने में ही समाप्त हो जाती है।

◆ काले तिल का चूर्ण दही में मिलाकर दिन में तीन बार खाने से बवासीर रोग में आराम मिलता है।

◆ बवासीर के मस्सों में दर्द और सूजन हो तो चित्रक की जड़ की छाल का 2 ग्रा. चूर्ण दही में मिलाकर सेवन करें। इससे दर्द और जलन में आराम मिलता है और प्रतिदिन महीने-दो-महीने के सेवन से बवासीर रोग पूरी तरह से ठीक हो जाता है।

◆ सूरन के कंद को काटकर सुखाएं और पीसकर महीने चूर्ण बना लें। अब चित्रक का चूर्ण 80 ग्रा. सूरन के कंद का पिसा 160 ग्रा. चूर्ण, 10 ग्रा. काली मिर्च का चूर्ण, 500 ग्रा. गुड़ का चूर्ण मिलाएं और बेर के समान गोलिया बना ले। एक-एक गोली सुबह-शाम निगलने से बवासीर धीरे-धीरे ठीक हो जाती है।

◆ गाय के दूध के मट्ठे में काली मिर्च, सोंठ, पीपर और सेंधा नमक का चूर्ण मिलाकर पिएं। इससे बवासीर में अनुकूल लाभ होता है।



◆ हल्की की गांठ को हल्का भूनकर उसे पाउडर की तरह पीस लें। अब ग्वारपाठे के गूदे में यह चूर्ण मिलाकर 10-12 दिन सेवन करें। इससे बवासीर के मस्से सूख जाते हैं।

◆ बवासीर में होने वाला रक्तस्राव बंद न हो रहा हो तो 10 ग्रा. तिल को पीसकर बकरी के 150 मि.ली. दूध में मिलाकर उसमें पांच ग्रा. शक्कर डालकर सुबह पीने से रक्तस्राव तुरंत बंद हो जाता है।

◆ एक गिलास मट्ठा या दही में एक बड़ा चम्मच आंवला चूर्ण मिलाकर पीने से बवासीर की पीड़ा शांत होती है।

◆ आम की गुठली की गीरी का चूर्ण 200 ग्रा. तैयार करके रख लें और रोजाना दिन में तीन बार एक-एक चम्मच चूर्ण ताजे मट्ठे के साथ सेवन करें।



◆ एक चम्मच शहद में दो चुटकी त्रिफला चूर्ण मिलाकर खाली पेट चाटने से बवासीर में आराम मिलता है।

◆ खूनी बवासीर में बकरी के 250 ग्रा. दूध में एक चम्मच मेथीदाना पीसकर खौलाएं और ठंडा करके इस काढ़े को पी जाएं। इससे रक्तस्राव की समस्या तुरंत ही दूर हो जाती है।

◆ आम की 10 कोपलें पीसकर उसमें थोड़ी-सी शक्कर मिलाकर लगभग दो चम्मच की मात्रा में यह चटनी खाएं। खूनी बवासीर में तुरंत लाभ होता है।

◆ 10 ग्रा. निबौली की गुठली की गोरी पीसकर उसमें 10 ग्रा. मूली का रस मिला लें। दो खुराक बनाकर सुबह-शाम सेवन करने से सब तरह के बवासीर रोग में लाभ होता है।

◆ एक कप पालक का रस तथा एक कप गाजर का रस मिलाकर 15-16 दिनों तक प्रतिदिन पीने से बवासीर ठीक हो जाती है।

◆ बवासीर बादी (सूखी) हो तो मस्सों पर नीम का तेल लगाने से लाभ होता है।

◆ बादी बवासीर में मस्सों पर रीठे के धुने छिलके का चूर्ण और सम भाग पपरिया कत्थे का चूर्ण मिलाकर लगाएं। मस्से सूख जाते हैं। दर्द और जलन में भी राहत मिलती है।

◆ पीली राल को बारीक पीसकर चूर्ण बना लें। इसमें से 6 ग्रा. चूर्ण एक कप दही के साथ खाएं। खूनी बवासीर कुछ ही दिनों के सेवन से समाप्त हो जाती है।

◆ 10 ग्रा. जीरा तथा 10 ग्रा. काली मिर्च को पीसकर चूर्ण बनाएं और इसमें दो-तीन चुटकी सेंधा नमक मिलाकर दिन में तीन बार समान मात्रा में लें। 15-20 दिनों में ही बवासीर की बीमारी समाप्त हो जाती है।

◆ अनार के छिलकों का काढ़ा बनाकर सोंठ का चूर्ण मिलाकर पीने से

बवासीर के साथ रक्तस्राव भी नष्ट होता है।

◆ हरड़, बहेड़ा और आंवला को कूट-पीसकर उसमें नीम की पत्तियों का चूर्ण (1/5 भाग) मिला लें। इसमें से एक चम्मच चूर्ण सुबह खाली पेट सेवन करने से बवासीर में लाभ होता है।

◆ 3 ग्रा. काली मिर्च, 3 ग्रा. सोंठ, 2 ग्रा. पीपर, 4 ग्रा. चित्रक, 6 ग्रा. जमाकंद को पीसकर चूर्ण बनाएं। इस मिश्रित चूर्ण में 25 ग्रा. गुड़ मिलाकर जंगली बेर के बराबर गोलियां बना लें। सुबह-शाम एक-एक गोली दूध या पानी के साथ सेवन करने से बवासीर रोग में लाभ होता है।

◆ ककोड़ो को सुखाकर उनको कूट-पीसकर चूर्ण बनाकर रखें। इस चूर्ण का सेवन करने से सिर दर्द, अतिसार और बवासीर रोग नष्ट होता है।

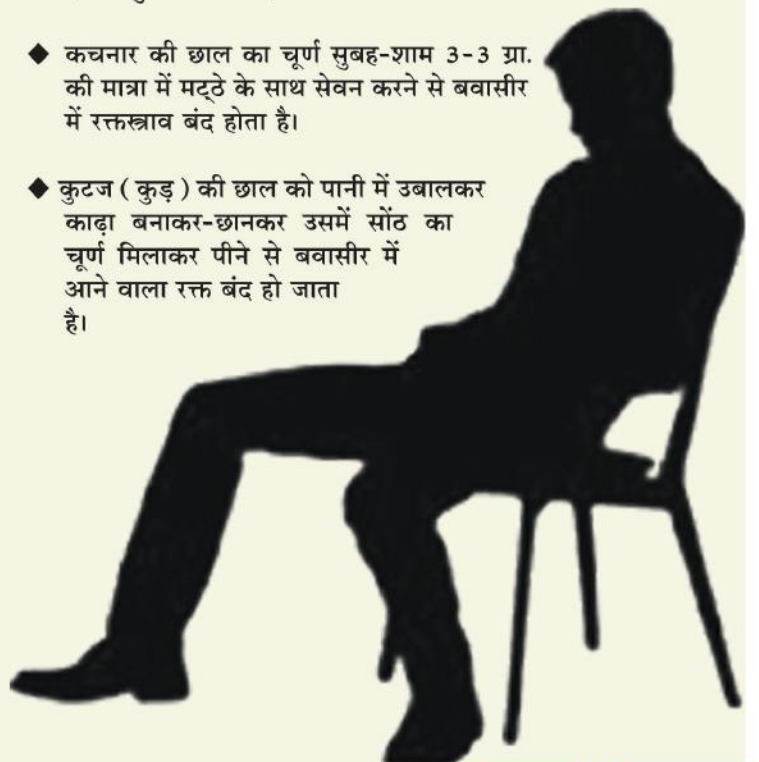
◆ 20 ग्रा. ईसबगोल को रात्रि के समय जल में छानकर रखें। सुबह उठाकर थोड़ा-सा मसलकर उसमें मिश्री मिलाकर सेवन करने से बवासीर रोग में रक्तस्राव की विकृति दूर होती है।

◆ 10-15 ग्रा. गुलकंद रात्रि के समय हल्के गर्म दूध के साथ सेवन करने से कब्ज की शिकायत दूर होती है। अधिक कब्ज होने पर गुलकंद चार-पांच दिन तक सेवन करने से दस्त खुलकर आने लगता है और बवासीर से बचाव होता है। यदि बवासीर की शिकायत हो तो उसका भी निवारण होता है।

◆ 250 ग्रा. मट्ठे में 3 ग्रा. त्रिफला चूर्ण मिलाकर सुबह-शाम सेवन करने से बवासीर रोग नष्ट होता है और इससे कब्ज से भी मुक्ति मिलती है।

◆ कचनार की छाल का चूर्ण सुबह-शाम 3-3 ग्रा. की मात्रा में मट्ठे के साथ सेवन करने से बवासीर में रक्तस्राव बंद होता है।

◆ कुटज (कुड़) की छाल को पानी में उबालकर काढ़ा बनाकर-छानकर उसमें सोंठ का चूर्ण मिलाकर पीने से बवासीर में आने वाला रक्त बंद हो जाता है।



संभोगशक्ति बढ़ाने घरेलू नुस्खे

संभोग शक्तिवर्धक

1. तालमखाना के बीज और मिसरी समभाग लेकर अलग-अलग सूक्ष्म चूर्ण बनाकर एकसाथ मिलाकर रखे लें, इसे 5 ग्राम की मात्रा में घी में मिलाकर प्रतिदिन सुबह-शाम सेवन करें और ऊपर से गुनगुना दूध पीएँ, इससे सैक्स कमजोरी, शीघ्रपतन तथा धातु विकार की शिकायत दूर होती है।
2. घी में भुनी हुई उड़द की दाल 100 ग्राम लेकर दूध में पकाकर खीर बनाएँ, फिर इसमें मिसरी मिलाकर प्रतिदिन सेवन करें, इससे सैक्स संबंधी कमजोरी दूर होती है। और पुरुष में संभोगशक्ति की अपार वृद्धि होती है।
3. शतावरी 50 ग्राम, दूध 500 ग्राम तथा 500 ग्राम पानी सबको एकसाथ मिलाकर पकाएँ। जब पानी जल जाए और दूध शेष रह जाए तो मिसरी मिलाकर सुबह-शाम सेवन करें। यह सैक्स शक्तिवर्धक अनुभूत घरेलू नुस्खा है।
4. सूखा सिंघाड़ा और मखाना बराबर मात्रा में लेकर सूक्ष्म चूर्ण बना लें, फिर दोनों चूर्ण के कुल वजन के बराबर मिसरी चूर्ण मिलाकर रख लें, प्रतिदिन 10 ग्राम चूर्ण लेकर सुबह खाली पेट दूध के साथ सेवन करें। इसी तरह शाम को भोजन के दो घंटे बाद भी इसका सेवन करें। यह नुस्खा साधारण होते हुए भी अत्यंत गुणकारी, पुष्टिकारक और यौन शक्ति को बढ़ाने वाला है। इसका सेवन 2-3 महीने तक नियमित करना चाहिए।
5. दूध में शहद मिलाकर पीने से भी मर्दाना कमजोरी दूर होती है।
6. मैथुन शक्ति की कमजोरी में भुने चने का आटा 250 ग्राम, पिसी शक्कर 250 ग्राम, बादाम गिरी 15 ग्राम, नारियल गिरी 10 ग्राम, किशमिश 5 ग्राम, छुहारा 2 नग, खस के दाने 2-3 दाने ले, पहले सभी सूखे मेवों को बारीक काट लें। फिर चने के आटे को घी में भून लें। फिर अंत में सभी मेवों एवं शक्कर के आटे में अच्छी तरह मिलाकर रख लें। इसे प्रतिदिन 15 ग्राम (तीन चम्मच) लेकर सुबह-शाम खाकर ऊपर से दूध पीएँ। एक महीने में ही इस नुस्खे का कमाल दिखाई देने लगेगा।

शीघ्रपतन

1. बादाम गिरी, छुहारा, खसखस, छोटी इलायची को महीन पीसकर उसमें मिसरी मिलाकर सुबह-शाम 6 ग्राम की मात्रा में गाय के दूध के साथ सेवन करने से वीर्यस्तंभन शक्ति बढ़ती है और शीघ्रपतन से छुटकारा मिलता है।
2. ताजें आंवले के रस में शहद मिलाकर चाटने से भी लाभ होता है।

3. तालमखाना 100 ग्राम, सफेद मुसली 50 ग्राम, गोखरु 150 ग्राम, मिसरी 300 ग्राम लेकर सूक्ष्म चूर्ण सुबह-शाम सेवन करने से शीघ्रपतन दूर हो जाता है।
4. दालचीनी का तेल 25 ग्राम तथा जैतून का तेल 65 ग्राम एकसाथ मिलाकर रख लें। इस तेल की लिंग पर मालिश करने से वीर्यस्तंभन होता है और शीघ्रपतन से मुक्ति मिलती है। प्रयोगकाल में लिंग को ठंडे जल से भीगने न दें।

वीर्य की कमी

दालचीनी, चोपचीनी, तालमखाने के बीज, ढाक की गोंद और मोचरस सभी 150-150 ग्राम और मिसरी 300 ग्राम लेकर सूक्ष्म चूर्ण बनाकर रख लें। इसे 5 ग्राम (एक छोटा चम्मच) की मात्रा में सुबह मलाई के साथ सेवन करें। यह वीर्यवृद्धि का परीक्षित घरेलू नुस्खा है।

इंद्रिय शिथिलता

1. सिंदूर एवं शहद को एक साथ मिलाकर मलहम जैसा बना लें। इस मलहम को लिंग पर (लिंग की सुपरी छोड़कर) लेप करके संभोग करने से पुरुष इंद्रिय में जल्दी शिथिलता नहीं आती है।
2. श्रीगोपाल तेल, ज्योतिष्मती तेज, बाजीकरण तिला और अश्वगंधा तेल प्रत्येक 20-20 ग्राम और लौंग का तेल 5 ग्राम लेकर सबको एकसाथ मिलाकर शीशी में रखे लें। रात को सोते समय इस तेल की 3-4 बूँदे लिंग की ऊपरी त्वचा पर (सुपारी को छोड़कर) लगाकर हल्के हाथों से मालिश करें। इससे इंद्रिय शिथिलता दूर हो जाएगी।

स्तम्भनशक्तिवर्धक

1. आंवले का मुख्वा बनाकर रखें, 2-3 मुख्वाओं को प्रतिदिन 40 दिनों तक सेवन करें। इसके प्रयोग से वीर्य गाढ़ा होता है और शीघ्र स्खलित होने की शिकायत दूर होती है।

2. 5 ग्राम प्याज का रस, 2 ग्राम घी और 4 ग्राम शहद तीनों को मिलाकर नियमित रूप से सुबह-शाम सेवन करके एक गिलास दूध पीएँ कुछ दिनों में ही स्तंभन की कमी की शिकायत दूर हो जायेगी।

योनि शिथिलता

1. काले तिल का चूर्ण 5 ग्राम, गोखरु चूर्ण 10 ग्राम को आधा लीटर दूध में 20 ग्राम शहद मिलाकर प्रतिदिन पीएँ। इस प्रयोग से स्त्री की ढीली योनि कुंवारी कन्या के समान होती है।
2. माजू, कपूर, शहद तीनों को आपस में मिलाकर योनि में मलें। ऐसा कुछ दिन करने से योनि संकुचित हो जाती है। योनि में दर्द

योनि शूल में नीम की निबोली की गिरी और एरण्ड के बीजों को नीम के रस में पीसकर योनि के ऊपर लगाने से दर्द का नाश होता है। यह प्रयोग तीन दिन तक करना चाहिए।



एक सेल्समैन से पूछो

दस जगह चोट खाते वाला सेल्समैन हार नहीं मानता और ब्यारहवीं जगह फिर अपने ईक्यू को संभालकर कैसे जा खड़ा होता है? क्या इसमें ही उसकी श्रेष्ठता नहीं छुपी हुई है?

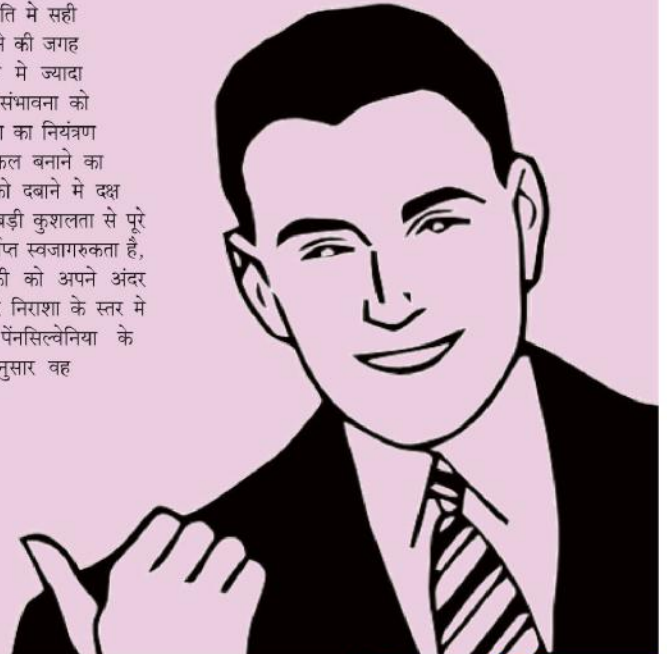
न्यू यॉर्क यूनिवर्सिटी के वैज्ञानिक जोसेफ लीडॉक्स, जिन्होंने सेरेब्रल मार्गों को उजागर किया ने पाया कि दिमाग के अंदर के शॉर्ट सर्किट, बुद्धि को हस्तक्षेप करने से पहले संवेदनाओं को क्रिया करने के लिए संचालित करता है। उदाहरण के लिए एक हाइकर पहाड़ी मार्ग पर चलते समय, अपनी आंख के कोनों से घास से भी छलांग लगा देता है कि सांप के आकार की दिखने वाली चीज केवल एक छड़ी है, फिर वह शांत हो जाता है। कॉर्टेक्स को यह संदेश एमिगडैला को मिलने के मिलिसेकेंड के बाद मिलता है और तब तक हम अपनी आदिम प्रतिक्रिया का संचालन कर चुके होते हैं। इन संवेदनात्मक सजगता के बिना शायद ही हम कोई काम करने में सक्षम हो पाते। यूनिवर्सिटी ऑफ लोवा के न्यूरोलॉजिस्ट और 'दैकार्त्' एरर इमोशन, रीजन एंड हामन ब्रेन के लेखक एन्टोनियो दैमैसियो कहते हैं, 'हम जो भी निर्णय लेते हैं उसके बहुत सारे संभावित परिणाम हो सकते हैं और उन सभी का विश्लेषण करने को कोई भी प्रयास, कभी खत्म नहीं होता।' हम बार-बार उस विषय में सोचते रहते हैं कि क्या करें क्या न करें, क्योंकि किसी भी फैसले के कई नतीजे हो सकते हैं, ऐसे में हम कोई निर्णय नहीं ले पाएंगे दैमैसियो उदाहरण देते हुए कहते हैं 'मैं आपसे कहूँ कि आपको कल लंच पर आना है और जब लंच का समय आ जाए तब भी आप यही सोचते रहें कि आपको लंच के लिए जाना चाहिए या नहीं। यहां पर निर्णय लेने में हमारी संवेदनाएँ मदद करती हैं। पिछला अच्छा या बुरा अनुभव चुनाव के विस्तार को सीमित करता है। अगर आपकी संवेदनाएँ अनुभव के आधार पर बताती हैं कि मेरे साथ लंच के आसार अच्छे नहीं हैं तो आप सीधे निर्णय लेंगे कि आपको नहीं जाना है।' कुल मिलाकर भावनाएँ हमारे दिमाग को सही फैसला लेने में मदद करती हैं। जब दैमैसियो उन मरीजों के साथ काम कर रहे थे, जिनके दिमाग में क्षति के कारण भावनात्मक मस्तिष्क और नियोकॉर्टेक्स के बीच की संपर्क कड़िया क्षतिग्रस्त हो गई थी तो उन्होंने पाया कि इन दोनों के बीच छिपा हुआ रास्ता है, हमारे जीने के लिए कितना महत्वपूर्ण है। उन्होंने यह भी पाया कि जिन लोगों के पास यह बीच का सम्पर्क नहीं होता है, वे उतने ही चतुर और हाजिर जवाब होते हैं, लेकिन उनकी जिन्दगी बेमानी होती है। वे निर्णय नहीं ले पाते, क्योंकि वे नहीं जानते हैं कि उनके चुनाव के बारे में वे कैसा महसूस करते थे। वे दूसरे व्यक्ति द्वारा दी गई चेतावनी या क्रोध पर प्रतिक्रिया नहीं कर सकते थे। वे किसी गलत जगह निवेश करने पर कोई शर्म या पश्चाताप नहीं करते थे और इसलिए वे वापस वहीं गलती दोहराते थे। अगर भावनात्मक बुद्धिमत्ता का कोई आधार है, जिस पर ज्यादातर अन्य भावनात्मक कुशलताएँ निर्भर करती हैं, तो स्वजागरुकता का भाव है, जो यह जानने में मदद करता है कि हम क्या महसूस करते हैं। एक व्यक्ति जिसके दिन की शुरुआत, घर पर बुरी होती है, वह पूरे दिन अनमना होकर काम करता है, लेकिन उसे पता नहीं होता कि ऐसा क्यों है? एक बार भावनात्मक प्रतिक्रिया जागरुकता की अवस्था में आ जाती है या मानसिक रूप से, न्यूकॉर्टेक्स के द्वारा क्रिया करती है- तो परिस्थितियों के बीच सामंजस्य बिठाने में सुधार होता है। वैज्ञानिक मैटामुड को पीछे खींचने, रोकने और पहचानने की क्षमता के रूप में परिभाषित करते हैं, जो कि आपको यह

बताता है कि 'मैं जो महसूस कर रहा हूँ वह गुस्सा है, दुख या शर्म है।' मेटामुड एक मुश्किल कुशलता है, क्योंकि संवेदनाएँ गुप्त रूप से प्रकट होती हैं। एक शोक संतप्त व्यक्ति यह जान सकता है कि वह दुखी है, लेकिन उसे इस बात का पता नहीं होता कि वह उस व्यक्ति पर उसके मान जाने के कारण गुस्सा है- क्योंकि यह क्रोध कहीं भी जायज नहीं है। एक माता-पिता अपने बच्चे को सड़क पर खेलते देख उस पर गुस्सा करते हैं, क्योंकि उसने नियम तोड़े हैं, लेकिन उनके गुस्से का पारा इस डर के कारण चढ़ता है कि वह यह महसूस करते हैं कि यदि सड़क पर उसके साथ कोई दुर्घटना घट जाती है तो क्या होगा? गोलमैन के विशेषण में आत्म-जागरुकता शायद सबसे बड़ी क्षमता है, क्योंकि यह हमें आत्मनियंत्रण की अनुमति देता है। यह विचार भावनाओं को दबाने का नहीं है (एक प्रतिक्रिया जो कि मनोविशेषकों को समृद्ध बनाती है) बल्कि वह करना है जिसे अरस्तु ने इच्छा का सबसे मुश्किल काम माना है। वे निकोमैशियन एथिक्स में लिखते हैं 'कोई भी गुस्सा हो सकता है, लेकिन सही व्यक्ति पर, सही समय पर, सही मात्रा में, सही कारण के लिए और सही तरीके से गुस्सा होना- बहुत आसान काम नहीं है।'

कुछ आवेगों पर नियंत्रण पाना अन्य की तुलना में आसान होता है। इसमें आश्चर्य की बात नहीं है कि गुस्सा होना, सबसे मुश्किल आवेगों में से एक है, क्योंकि इसका विकासात्मक मूल्य लोगों को क्रिया में लाना है। गोलमैन के प्रयोग के अनुसार गुस्से को दबाना उसकी शक्ति को बढ़ा देता है। इसी तरह चिंता को दबाना भी एक ऐसे ही उद्देश्य को पूरा करता है। चिंता खतरे के लिए पूर्वाभ्यास देती है, चिढ़न दिमाग को समस्या पर केन्द्रित करती है, जिससे वह बेहतर समाधान निकाल सकता है, लेकिन खतरा तब पैदा होता है जब कोई भी भावना या संवेदना नियंत्रण से बाहर आ जाती है और हमारी सोच में व्यवधान डाल देती है और खुद ही अंत का रूप ले लेती है व हमें किसी परिस्थिति में सही समाधान देने की जगह या खतरे से बचाने की जगह किनारा कर लेती है। उदाहरण के रूप में ज्यादा असफल होने की चिंता असफलता की संभावना को और बढ़ा देती है। यानी किसी भी भावना का नियंत्रण से बाहर होना सफलता की जगह असफल बनाने का काम करता है। कुछ लोग संवेदनाओं को दबाने में दक्ष होते हैं और इसके साथ दूसरा काम भी बड़ी कुशलता से पूरे करते हैं। एक बार फिर इसका कारण पर्याप्त स्वजागरुकता है, जिसकी बदौलत लोग सामंजस्य यांत्रिकी को अपने अंदर विकसित कर लेते हैं। इससे उदासी और निराशा के स्तर में कमी आती है। यूनिवर्सिटी ऑफ पेंसिल्वेनिया के मनोचिकित्सक मार्टिन सेलिगमैन के अनुसार वह व्यक्ति (जैसे कोई सेल्समैन) जो संवेदनाओं की भाषा को समझ सकता है, वह अच्छा प्रदर्शन कर सकता है, क्योंकि वह दूसरों

व्यक्ति की मनोस्थिति का बेहतर अंदाजा लगातार इंकार के बावजूद अपना आत्मबल बनाए रख सकता है। यह शोध बताता है कि अपनी भावनाओं को समझना ही नहीं बल्कि दूसरी संवेदनाओं को समझने में भी दक्ष होना फायदेमंद साबित होता है, चाहे उन्हें भाषा में अभिव्यक्त किया जाए या नहीं।

सच्चाई यह है कि बौद्धिक कुशलताओं की तरह ही भावनात्मक कुशलता भी नैतिक रूप से तटस्थ होती है। जिस तरह एक बुद्धिमान व्यक्ति अपनी बुद्धि का इस्तेमाल कैंसर जैसे रोग का इलाज खोजने या एक इंजीनियर खतरनाक वायरस को नष्ट करने के लिए कर सकता है या उसी तरह मजबूत संवेदनात्मक दृष्टि रखने वाला व्यक्ति उसका इस्तेमाल अपने- अपने साथियों को प्रेरित करने या उनकी यूनिवर्सिटी के मनोवैज्ञानिक वॉल्टेयर मिशेल चेतावनी देते हुए कहते हैं 'ईक्यू के गुणों के बावजूद सबसे जरूरी बात यह है कि हमें अपनी भावनाओं का प्रबंधन करना आना चाहिए। वरना कब हम संवेदनाओं को नियंत्रित करने के खेल को अच्छाई से बुराई में बदल दें, इसका अंदाजा भी नहीं लगाया जा सकता है।'



ब्लू केबल पैटर्नड पुलओवर

लिटल ऐंजल किटिंग यार्न

कुल वजन 300 ग्राम, सिलाई नं. 11
और सिलने वाली सुई।

विधि 105 फंदे डालकर 2 सिंचाई पर्ल की बुनें फिर सीधा दिए हुए ग्राफ नं. 4 की तरफ डिजाइन बुनते हुए 3.5" तक बुनें। फिर केबल का डिजाइन शुरू करें। 8.5" होने पर बाजू की कटाई तिरछी डाले और दिए हुए ग्राफ नं. 4 की तरह डिजाइन बुनते हुए 5" तक बुनें। गले की कटाई गोलाई में 2" तक करके सारे फंदे बंद करें। इसी प्रकार पिछला भाग बुने।

बाजू 46 फंदे डालकर 4 सिलाई पर्ल की बुने। फिर 2" सीधा बुनने पर दिए हुए ग्राफ नं.4 की तरह डिजाइन बुनते हुए 3" बुने। फिर केबल का डिजाइन शुरू करें और साथ में ही दोनो तरफ से हर 6वीं सिलाई में 1-1 फंदा बढ़ाते हुए 9" तक बुनें। बाजू की कटाई तिरछी करें। दिए हुए ग्राफ की तरह डिजाइन 7" तक बुनें। इसी प्रकार दूसरी बाजू बुनें और सुई से सिल दें।

गला गले के फंदे उठाकर 4 सिलाई पर्ल की बुनकर बंद कर दें।



लाईट ब्लू पुलोवर

कैलीबर प्लस निर्दिष्ट यार्न

लाईट ब्लू- 300 ग्राम, सिलाई नं.
10 और सिलने वाली सुई।

विधि- 110 फंदे डालकर 3 सिलाई पर्ल की बुनें। फिर जाली का डिजाइन 13” तक बुनें। बाजू की कटाई 3-2-1 के क्रम में करें। 3” होने पर गले की कटाई गोलाई में 3.5” करे। 22-22 फंदे तीरे के रखें। इसी प्रकार पिछला भाग बुनें लेकिन गले की कटाई 1” ऊपर करें।

बाजू- 46 फंदे डालकर 3” सिलाई पर्ल की बुनें। फिर जाली का डिजाइन बुनते हुए दोनों तरफ में हर 6 वी सिलाई में 1-1 फंदा बढ़ाते हुए 14.5” बुनें। बाजू की कटाई 3-3-3 करके सारे फंदे बंद कर दे। इसी प्रकार दूसरी बाजू बुनें और सुई से सिल दें।

गला- गले के फंदे उठाकर 3 सिलाई पर्ल की बुनकर बंद कर दें।





खुशियों की चाबी

खुशियों की चाबी इस बात को समझना भर है कि हमारे पास वो सब है जो हमारे खुश रहने के लिए जरूरी है।

खुशियों की चाबी क्या है? इसका जवाब पाने के लिए, चलो अपने आपको आध्यात्मिकता से अलग करते हैं और प्रकृति के मूल में लौटते हैं। वो हर चीज, जो अनमोल है और जिसकी हमें अपनी जिंदगी में हर समय जरूरत पड़ती है- ताले में बंद नहीं होती। यह प्रकृति का नियम है। उदाहरण के लिए, प्रत्येक व्यक्ति को ऑक्सीजन की हर समय जरूरत पड़ती है। इसे कहीं भी ताले में बंद करके नहीं रखा जाता। प्रत्येक व्यक्ति को पानी की जरूरत पड़ती है, लेकिन इसे भी ताले में बंद करके नहीं रखा जाता। हाँ, इसे कुओं में जमा करके जरूर रखा जाता है, लेकिन ताला नहीं लगाया जाता। इसी तरह, झील भी कभी अपने पानी को ताले में बंद नहीं रखती, वो सिर्फ इसे संचित करके रखती है। फल जिसकी जरूरत हम सभी को होती है- वो भी कभी पेड़ में बंद नहीं रहते। यह आपके लिए हमेशा पेड़ पर मौजूद रहते हैं। जाओं और उसे तोड़ लो।

हर वो चीज जो कीमती है, जिसकी हमें जीवन भर जरूरत पड़ती है- वो निःशुल्क होती है और कहीं भी छिपी या ताले में बंद नहीं रहती

की रोशनी भी अपने आपको कभी भी और कहीं भी बांध कर नहीं रखती। इस तरह हर वो चीज, जो कीमती है, जिसकी हमें जीवन भर जरूरत पड़ती है- वो निःशुल्क होती है और कहीं भी छिपी या ताले में बंद नहीं रहती। यही प्रकृति का नियम है। यदि खुशियां वाकई अनमोल हैं और हर किसी को हर समय इसकी जरूरत है, तो इसे ताले में बंद नहीं होना चाहिए। इस तरह से देखा जाए तो, हम एक ऐसी चीज की चाबी ढूँढ़ने

की कोशिश में लगे हुए हैं जिसमें कहीं कोई ताला नहीं है। हम सिर्फ उन लोगों से जलते हैं जिनके बारे में हमें लगता है कि उनके पास हमसे ज्यादा चाबियां - धन, रुतबा, नाम व प्रतिष्ठा हैं। हालांकि, ये सारी चाबियां देखने में काफी दिलचस्प लगती हैं, लेकिन फिर भी इनमें से कोई भी आपके लिए खुशियों का ताला नहीं खोल सकती। इसीलिए, हमारे पास कितनी भी चाबियां क्यों न हो, हम खुशियां नहीं ढूँढ़ पाते। खुशियां डिब्बों के बाहर हैं, अंदर नहीं। यह छिपी हुई नहीं है, बल्कि इसे हर कोई देख सकता है। सही से देखो, और यह आपको अपने सामने दिखाई देगी। आप अभी खुशी के मारे उछल सकते हैं। आपको खुश रहने के लिए इससे ज्यादा और कुछ भी करने की जरूरत नहीं है। आपके पास जो कुछ भी कर सकते हैं- आप उसके साथ खुश रह सकते हैं। उदाहरण के तौर पर आपको तैरने के लिए सिर्फ दो पैरों और दो हाथों की जरूरत होती है। इसके लिए आपको किसी खास तकनीक को खरीदने या कुछ अलग करने की जरूरत नहीं है।

इसलिए, इनके अलावा बाकी हर चीज हमारे लिए बोझ है। हमारे लिए इतना ही काफी है कि हमें अपने पैरों का प्रयोग करना और उनकी मदद से आगे बढ़ना आना चाहिए। जिंदगी में खुश रहने के लिए हमें सिवाय उसके जो हमारे पास पहले से मौजूद है और किसी चीज की जरूरत नहीं है। खुश रहने के लिए हमें जिस किसी भी चीज की जरूरत है- वो प्रकृति हमें पहले ही दे चुकी है।

इसीलिए, प्रकृति के अनुसार, अगर आप उन सब चीजों के बावजूद भी खुश नहीं हैं जो प्रकृति ने आपको प्रदान की हैं, तो आपको कोई चीज खुश नहीं कर सकती। ऐसे में, आप प्रकृति से और क्या चाहते हैं? यदि आपको कुछ पाने के लिए किसी मदद की जरूरत है, तो यह एक गौण कार्य है। ऐसी हर चीज जिसे आप बिना कोई प्रयास किए सहज रूप से प्राप्त कर लेते हैं- वो प्रकृति की नजर में श्रेष्ठ है।

उदाहरण के लिए अच्छी सेहत को ही ले लीजिए। यह आपकी सबसे अनमोल सम्पत्ति है। यह एक ऐसा गुण है जिसका निर्माण स्वयं प्रकृति ने आपके लिए किया है। आपने इसे पाने के लिए कुछ भी नहीं किया है। और फिर भी, यह आपकी सबसे बड़ी उपलब्धि है। यह हर उस चीज से बेहतर और श्रेष्ठ है जिसे आपने दूसरे व्यक्ति की मदद से हासिल किया है।

ईश्वर के प्रेम को पहचानें

हमें ईश्वर ने अपने प्रेम और ज्ञान से सृजा है। इसीलिए प्रकृति जो कुछ भी करती है, हमारी भलाई के लिए करती है। लेकिन हम इस बात पर विश्वास न करते हुए छोटी-छोटी परेशानियों से घबरा जाते हैं। हम रोते हैं, कांप उठते हैं।

हम ऐसा इसलिए करते हैं क्योंकि हम प्रकृति के विवेक

और प्रेम को भुला देते हैं जो अनंत और शाश्वत होता है। जब कभी भी हम दुःख के किसी भी रूप का अनुभव करते हैं- फिर चाहे वह किसी भी बात से संबंधित क्यों न हो, तो इसका मतलब यह है कि हम इस बात को भूल चुके हैं। पारंपरिक संदर्भ में इसका मतलब यह है कि हम भूल जाते हैं कि ईश्वर सबसे बुद्धिमान,

विशुद्ध खुशियां थोड़े बहुत दुःख को तो जन्म देंगी। यह प्राकृतिक है, स्वभाविक है।

आर

प्रेम का सबसे बड़ा प्रतीक है।

इसलिए, किसी भी तरह की परेशानी, चाहे वो दुःख ही क्यों न हो, हमारे अच्छे के लिए होता है। हम हमेशा यही सोचते हैं कि अपने डर से किस तरह छुटकारा पाएं। हालांकि, यदि हम ईश्वर के प्यार और ज्ञान को समझ जाएंगे तो उसी समय निडर बन जाएंगे।

एक बार मेरी बेटी ने मुझे अपने बुरे सपने के बारे में बताया। वह हमेशा की तरह रात को सो रही थी। फिर उसने सोते हुए एक सपना देखा। सपने में उसने खुद को सुई से गोदे जाने की अनुभूति महसूस की और सपने के दौरान ही जब उसने अपनी आंखें खोली, तो देखा कि उसके पेट पर एक चाकू रखा हुआ था। इसके अलावा, उसने एक हाथ भी देखा जिसने उस चाकू को बहुत मजबूती से पकड़ा हुआ था और वह हाथ उस चाकू को उसके पेट में धोंप रहा था। उसने जैसे ही उस इंसान का मुंह देखने के लिए अपना सिर उठाया जिसने वह चाकू पकड़ा हुआ था वह एकदम शांत हो गई। उसके सारे डर

गायब हो गए।

मैं यह सब सुनकर हैरान था। मैंने उससे पूछा कि उसने ऐसा क्या देखा जिसके बाद वह एकदम शांत हो गई और उसका डर चला गया। आपको पता है उसने क्या जवाब दिया? उसने कहा कि जिस इंसान ने चाकू पकड़ा था, वह और कोई नहीं बल्कि मैं था, उसका प्यारा पिता। वह चाकू कितना भी तेज, कितना भी बड़ा क्यों न हो, वह जानती थी कि मैं उसे कभी कोई नुकसान नहीं पहुंचाऊंगा। कभी नहीं! यह उसका विश्वास था और इसी से उसे आराम मिला। अपने सपने की व्याख्या करते हुए मेरी बेटी ने मुझे से कहा, हमें अपनी परेशानी- चाकू- तो याद रहती है, लेकिन हम यह भूल जाते हैं कि यह हमें किसके हाथों मिल रही है। जब आप उसके प्रेम और विवेक पर विश्वास करने लगेंगे, आपको कभी डर नहीं लगेगा। मेरी बेटी के इस सपने ने मुझे अपनी जिंदगी के बहुत से बुरे सपनों से बचा लिया! चलिए इस बात को एक और प्राकृतिक तर्क की मदद से स्पष्ट करने की कोशिश करते हैं। उदाहरण के लिए, भोजन को ही ले लीजिए। यह कितना भी स्वादिष्ट, कितनी भी पोष्टिक क्यों न हो अपशिष्ट ही बनता है। जल- चाहे नल का हो या सरोवर का- पेशाब में ही परिवर्तन होता है। इसी तरह, विशुद्ध खुशियां थोड़े बहुत दुःख को तो जन्म देंगी। यह प्राकृतिक है, स्वभाविक है। आप जब भी शौच के लिए जाते हैं तो क्या भगवान को कोसते हुए उससे पूछते हैं कि आपके साथ ऐसा क्यों हो रहा है? क्या आप उदास हो जाते हैं? नहीं, क्योंकि आप जानते हैं कि यह स्वाभाविक है। पशु घास खाते हैं और वो भी अपशिष्ट उत्पन्न करते हैं। यहां तक कि पेड़-पौधों के मामले में भी जब उन्हें सींचा जाता है, तो उनसे भी सफेद द्रव्य के रूप में थोड़ा बहुत पानी बाहर आता है। यह पूरी तरह से स्वाभाविक है। यह अपशिष्ट पुनर्चक्रण का स्रोत है। जानवरों के अपशिष्ट का प्रयोग खाद के रूप में किया जाता है।



ना उम्र की सीमा हो

गाइड' फिल्म में देव आनंद और वहीदा रहमान के प्यार को उस जमाने में भले ही 'बोल्ड' की संज्ञा से नवाजा गया हो, लेकिन आज के जमाने में ऐसे रिश्ते आम बात हैं। अपने से छोटी उम्र के पुरुष के साथ प्रेम संबंध या शादी अब हमारे समाज में आम बात हैं, जिसे लोग आलोचना की नजर से नहीं देखते हैं।

1991 में जब अमृता सिंह ने सैफ अली खान से शादी की तो हर जगह उम्र के फर्क की चर्चा होने लगी। समाज के खैरखवाहों को लगा कि दोनो ने कोई बड़ी गलती कर ली है। लेकिन पिछले दो दशकों में उस समय की यह 'गलती' दस्तूर-सी हो गई है। आज लोगो को यह मानने में बिल्कुल गुरेज नहीं है कि प्यार की कोई उम्र नहीं होती है।

अब तक यह वाक्य भले ही फिल्मी लगता था, लेकिन अब यह हमारे समाज का अहम हिस्सा बनता जा रहा है। पुरुषों का कम उम्र की स्त्रियों से विवाह या प्रेम संबंध तो पुरानी बात है। अब स्त्रियों का कम उम्र के पुरुषों के प्रति आकर्षित होना भी आम बात हो गई है। पहले की तरह अब वे अपने आकर्षक को छिपाने का प्रयास भी नहीं करते।

किसी मनोवैज्ञानिक ने कहा था कि 'इसे समय का बदलाव कहें या महिलाओं की सोच में विकास कि अब वे किस्मत के सहारे जीवन नहीं बिताना चाहती। उन्हें पता है कि उन्हें क्या चाहिए। वह जमाना लद गया जब सोसाइटी में इस तरह के रोमांस को बुरा माना जाता था। मेडिसेंबर रोमांस आज एक

चलन-सा बन गया है और इस तरह के केसेज में काफी बड़द दर्ज की जा रही हैं।'

बड़ी उम्र की स्त्री का छोटे उम्र के पुरुष के साथ संबंध की शुरुआत भले ही आकर्षक से हो, लेकिन यह रिश्ता समय के साथ गहराई हासिल कर सकता है। छोटी उम्र के पुरुष के प्रति स्त्रियों का आकर्षण अक्सर कॉमन इंटेस्ट्स के साथ शुरू होता है।

दिल्ली के सीमा-प्रतीक का कपल कुछ ऐसा ही है। सीमा का प्रतीक के प्रति आकर्षण तब विकसित हुआ जब वे 33 और प्रतीक महज 25 साल के थे। सीमा कहती है कि 'हम पहली बार सन 2000 में मिले थे। मैं प्रतीक के गो-गेटर एटीट्यूड के प्रति बहुत आकर्षित थी। वह अपने करियर और जीवन के निर्णयों के प्रति काफी उत्साहित थे। मुझे उनमें वो सब कुछ दिखता था जो मैं अपने जीवन में नहीं कर सकी। इसीलिए प्रतीक को अपनाने में मुझे ज्यादा समय नहीं लगा।' जबकि प्रतीक के लिए सीमा जीवन में ठहराव की तरह रही। प्रतीक कहते हैं 'सीमा के साथ मेरी कंपैटिबिलिटी बहुत अच्छी थी। सीमा का अनुभव मेरे जीवन का आधार बना मुझे पता था कि मुझे ऐसी ही ठहरी हुई लड़की संभाल सकती है।'

सीमा और प्रतीक ने एक-दूसरे में अपनी कमियों का पूरक देखा और रिश्ते को नेक्स्ट लेवल तक ले

गाए। दोनो ने शादी की और इस साल वे अपनी चौथी एनिवर्सरी मनाने वाले

हैं। मनोवैज्ञानिक की माने तो इस बढ़ते चलन की एक बड़ी वजह है कि स्त्रियों का बढ़ता रुतबा। समीर कहते हैं 'स्त्रियों में बढ़ती इंडिपेंडेस इस ट्रेंड का बड़ा कारण है। सफल स्त्री ऐसे पुरुष को तरजीह देती है जो उसके अनुसार खुद को ढाल ले। ताकि वह अपनी जीवनशैली में ज्यादा बदलाव किए बिना अपना जीवन जी सके।' लेकिन सवाल यह उठता है कि क्या ऐसे रिश्ते लंबे समय तक चल पाते हैं? मनोवैज्ञानिक ऐसे रिश्तों को लेकर काफी सकारात्मक रवैया रखते हैं। समीर कहते हैं 'ऐसे रिश्ते में ज्यादा फोकस उम्र पर किया जाता है, जो कि गलत है। संबंधों का जुड़ना या टूटना आपसी समझ पर निर्भर है, उम्र का इससे कोई वास्ता नहीं।' अगर दोनो पार्टनर्स में उम्र की दूरी ज्यादा है तो सामंजस्य बिठाना थोड़ा मुश्किल हो सकता है। जीवन के लक्ष्य, चीजों को देखने का नजरिया और अनुभव की दूरियां रिश्ते को बिगाड़ने के लिए काफी होती हैं। लेकिन अगर दो व्यक्तियों में ट्यूनिंग

बैठ जाए तो जिंदगी का मजा ही दूसरा होता है।

ऐसे रिश्तों में उम्र पर फोकस करना गलत है। संबंधों का जुड़ना या टूटना आपसी समझ पर निर्भर है, उम्र का इससे को वास्ता नहीं है।

एक ऑनलाइन डेटिंग साइट द्वारा कराए गए सर्वे के अनुसार 30 वर्षों से ज्यादा की स्त्रियों में अपने पांच साल तक कम उम्र के पुरुष को डेट करने की चाह देखी गई है। 50000 स्त्रियों पर कराए गए इस सर्वे में लगभग एक-तिहाई रिस्पॉन्डेंट्स ने माना कि वे अपने से कम उम्र के पुरुष के प्रति आकर्षित हैं। आंकड़े की माने तो अब कम उम्र के पुरुष के साथ रिश्ते रखना आम बात होती जा रही है।



जब आप अपनी पढ़ाई पूरी करके किसी संस्थान या कॉलेज से निकलते हैं तो आपको सिर्फ जॉब की चिन्ता रहती है लेकिन आज कंपनियों की क्या डिमांड होती है बहुत सारे कैंडीडेट को नहीं मालूम होता है कि आज कोई भी कंपनिया हमें क्यों सिलेक्ट करे क्योंकि उन्हें तो वो कैंडीडेट की जरूरत होती है जिसमें कुछ कर गुजरने की चाहत होती है जो कंपनी के लिये बहुत अच्छा साबित हो और खुद भी अपने करियर को आगे ले जाये आईये जानते हैं कि कोई कैंडीडेट को जॉब पाने के लिये किन-किन चीजों की जरूरत होती है जिससे कि वो आसानी से जॉब पा सके....

स्किल्स से मिलता है बड़ा सैलरी पैकेज

हैदराबाद की स्टूडेंट और दिल्ली की रहने वाली प्रिया मिश्रा को जब इस वर्ष सोशल मीडिया कंपनी फेसबुक द्वारा 2 करोड़ रुपये सालाना का ऑफर दिया गया, तो किसी को विश्वास ही नहीं हुआ क्योंकि कई वर्षों की मंदा के दौर के बाद हैदराबाद के स्टूडेंट को इस वर्ष बड़े सैलरी पैकेज ऑफर हो रहे हैं। उल्लेखनीय है कि इस वर्ष हैदराबाद मद्रास के आईटी स्टूडेंट्स की मार्केट में काफी मांग रही है, जिन्हे 90 लाख रुपये तक के सैलरी पैकेज ऑफर हुए। अगर एमएनसी को छोड़ दे, तो भारत में ही उन्हें 40 लाख तक के सैलरी पैकेज ऑफर हुए। इसके अलावा हैदराबाद की आईआईपीएम और कानपुर के स्टूडेंट्स को भी 1.20 करोड़ तक के सैलरी पैकेज ऑफर किए गए। यदि शीर्ष मैनेजमेंट संस्थानों की बात करे तो आईआईएम-ए के स्टूडेंट्स को 1.10 करोड़ तक के ग्लोबल और 56 लाख तकके डोमेस्टिक सैलरी पैकेज ऑफर किए गए।

स्किल्स से बढ़ती है डिमांड

हालांकि ऐसा बिल्कुल नहीं है कि आईआईएम एवं आईआईटी सरीखे संस्थानों के हर स्टूडेंट को बड़ा सैलरी पैकेज मिलता है। ग्लोबलाइजेशन के वर्तमान दौर में सैलरी पैकेज और स्क्रीटमेंट के मानक भी बदल गए हैं। आज बड़ी सैलरी पाने के लिए चाहिए जरूरी स्किल (कौशल) ऐसी स्किल्स होने पर निजी एवं

छोटे संस्थानों से पासआउट होने वाले स्टूडेंट्स को भी अच्छे जॉब ऑफर हासिल हो रहे हैं। अच्छा सैलरी पैकेज और जॉब ऑफर पाने के लिए आज के समय में किस तरह की स्किल्स जरूरी है, इसके बारे में आशा खबर की एक रिपोर्ट।

बेसिक कंप्यूटर नालेज होना चाहिए

किसी बिजनेस की केवल ही ऐम होता है लो मार्जिन के मॉडल के इस दौर में कोई भी कंपनी नई मैनपावर की ट्रेनिंग पर अधिक पैसे नहीं खर्च करना चाहती है। प्रत्येक कंपनी यह चाहती है कि वह तकनीकी रूप से दक्ष व्यक्ति को ही नियुक्त करे, जिससे कंपनी के समय और पैसे की बचत हो और कंपनी अपने कॉस्ट कटिंग के फामूले पर अमल कर सके। इसलिए यदि आप एमएस ऑफिस टूल्स, सी-प्रोग्रामिंग, नेटवर्किंग और इंटरनेट पीडीएफ एडिटिंग और सॉफ्टवेयर इंस्टालेशन जैसी सामान्य प्रक्रियाओं से परिचित हैं, तो यह शानदार जॉब ऑफर पाने में आपके लिए सहायक हो सकता है।

कम्युनिकेशन स्किल होना चाहिए

बड़े पैकेज वाली जॉब पाने के लिए कम्युनिकेशन स्किल बेहद जरूरी है। यही वह टूल है, जिसकी मदद से आप अपनी प्रतिभा और कौशल के बारे में सामने वाले को कनविंस करने में कामयाब हो सकते हैं। अच्छी कम्युनिकेशन स्किल होने के लिए अच्छा श्रोता ही अच्छा वक्ता हो सकता है सुनने के बाद सोचने की प्रक्रिया को प्रारंभ करना और दूसरों को समझना एक अच्छा कम्युनिकेटर होने

के लिए आवश्यक है। आपको देखकर लगे कि आप सामने वाले की बातों को सुनने में पूरी तरह से दिलचस्पी ले रहे हैं। इसके अलावा आपकी आवाज तथा उच्चारण पूर्णतया स्पष्ट होना चाहिए। आत्मविश्वास दिखना बहुत जरूरी है। पहली बार मिलते वक्त हल्की सी मुस्कान जरूर रखे और इंटरव्यू के दौरान भी एक फ्रेंडली व्यवहार रखें।

टाइम मैनेजमेंट

अक्सर कहा जाता है कि समय ही सबसे बड़ा धन है। आज के प्रतिस्पर्धी दौर में प्रत्येक कंपनी टाइम मैनेजमेंट में माहिर व्यक्ति को ही प्रोत्साहित कर रही है। आजकल टाइम बाक्सिंग जैसी टाइम मैनेजमेंट तकनीक काफी लोकप्रिय हो रही है। टाइम मैनेजमेंट के लिए हमें अपने सभी कार्यों को दैनिक, साप्ताहिक, मासिक पत्रिका, वार्षिकी में बाट लेना चाहिए, जिससे कार्यों का संपादन बिना किसी गलती के आसानी से किया जा सके।

हो सके तो विदेशी भाषा की जानकारी रखें

ग्लोबलाइजेशन के इस दौर में अंग्रेजी के अतिरिक्त किसी भी विदेशी भाषा की जानकारी आपको एक अच्छी जॉब दिलवाने में सहायक हो सकती है। एमबीए के स्टूडेंट्स को स्पैनिश, जर्मन, फ्रेंच आदि में से किसी लैंग्वेज की नॉलेज अच्छा पैकेज दिलाने में आपकी काफी मदद कर सकता है। क्योंकि इस ग्लोबलाइजेशन के इस दौर में यह आपकी काफी मदद कर सकता है।



भविष्य और आपका कल

मेष आय और व्यय का संतुलन बना कर रखे अन्यथा परेशानी में पड़ सकते हैं। धनु कर्क राशि के व्यक्ति आपका सहयोग करेंगे। धार्मिक यात्रा का संयोग बनेगा। गाय को रोटी तथा गुड़ सिलाए। शिक्षा तथा प्रतियोगिता के क्षेत्र में छात्र इस माह सफलता की प्राप्ति करेंगे। प्रेम सम्बन्ध प्रगाढ़ होंगे। पीला रंग शुभ है। राजनीतिज्ञों के लिए बहु-सफलताओं भरा रहेगा। संतान पक्ष से सुखद समाचार की प्राप्ति होगी। पिता का आर्शावाद प्राप्त करें।

मिथुन इस माह कार्य स्वतः बनना आरम्भ हो जायेगा। किसी व्यक्ति विशेष पर आवश्यकता से अधिक विश्वास न करें। शत्रु के बीज मंत्र "ऊं शुं शत्रुण्यं नमः" तथा शनि के बीज मंत्र "ऊं प्रां प्री प्रो सः शनौच्चराय नमः" का नियमित जन करें। संतान पथ से सुखद समाचार की प्राप्ति होगी। शिशा तथा प्रतियोगिता में सफलता की प्राप्ति होगी। नील तथा हरा रंग शुभ है। कन्या तथा मकर राशि के लोग आपकी सहायता करेंगे। श्री हनुमान चालीसा का नियमित पाठ करें। धन की प्राप्ति होगी। धार्मिक यात्रा का संयोग बनेगा।

तुला- इस माह धन की प्राप्ति के लिए अधिक ही संघर्ष है करना पड़ सकता है। व्यय की अधिकता रहेगी। इस सप्ताह गृह कार्यों में व्यस्त रहेंगे। नीला तथा सफेद आपका शुभ रंग है। तुला तथा कुम्भ राशि के जातक आपके मित्र साबित होंगे। इस माह वित्तीय लाभ का योग है। किसी गरीब व्यक्ति को वस्त्र का दान करें। संतान पथ से सुखद समाचार की प्राप्ति होगी। गाय को केला खिलाएं।

सिंह- राजनीतिज्ञों से लाभ लेने के अवसर बार-बार मिलेगा। यात्रा भी करनी पड़ सकती है। बृहस्पति संतान को शिक्षा क्षेत्र में सफलता की प्राप्ति करवाएगी। राहु के लिए बहते जल में नारियल प्रवाहित करें ताकि कार्य बाधाएं समाप्त हो। पीला तथा सफेद रंग शुभ है। मंगल भाग्य बुद्धि करेगा। सूर्य नेत्र विकार तथा पाचन शक्ति में कमी लाएगा। बृहस्पति के बीज मंत्र "ऊं बूं बृहस्पते नमः" का जप करें। गो माता को रोटी तथा गुड़ खिलाएं। पिता का चरण स्पर्श कर आर्शावाद प्राप्त करें।

कुम्भ- आपका समय बिलकुल अनुरूप चल रहा है। राजनीतिज्ञों के लिए यह माह विशेष फलदायी रहेगा। इस राशि का स्वामी शनि इनके लिए नए अवसरों की प्राप्ति करवायेगा। कोई नया कार्य शुक्रवार तथा शनिवार के दिन ही प्रारम्भ करें। हरा तथा नीला रंग शुभ है। किसी गरीब व्यक्ति को अन्न तथा वस्त्र का दान करें। संतान पक्ष से सुखद समाचार की प्राप्ति होगी। ससुराल पक्ष का सहयोग प्राप्त होगा। भावुकतापूर्ण निर्णय लेने से बचें।

धनु- धन का आगमन जारी रहेगा। किसी बड़े राजनेता से लाभ मिल सकता है। माता का चरण स्पर्श कर आर्शावाद प्राप्त करें। बृहस्पति शिक्षा तथा ज्ञान के क्षेत्र में आपकी यश, पद तथा प्रतिष्ठा में खूब बृद्धि करेंगे धनु तथा मीन सिंह राशि के लोगों से की गयी व्यावसायिक साझेदारी सफल होगा। पीला तथा सफेद रंग शुभ है। राजनीतिज्ञों के लिए यह सप्ताह बहुत ही संघर्ष भरा होगा। गया को केला खिलाएं। बुजुर्गों के चरण स्पर्श करें।

वृष- माह का शुभारंभ अच्छा रहेगा। शत्रुदेव धन की प्राप्ति करवाएँगे। ससुराल पक्ष का सहयोग प्राप्त होगा। शनि से सम्बन्धित द्रव्यों तिल-तेल इत्यादि का दान करें। शिव पूजा करें तथा हनुमान जी का नियमित पाठ करें। मिथुन तथा तुला राशि के जातक आपके मित्र साबित होंगे। गाय को भरपेट हरा चारा तथा भोजन करायें। नए अवसरों की प्राप्ति होगी। राजनीति तथा प्रशासन से जुड़े लोगों की यश तथा प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। किसी महिला मित्र से अनबन हो सकती है। अपने आप को भावुकता में बहने से रोके।

कर्क- स्वास्थ्य सुख में बाधा आ सकती है। जीवन साथी का भी स्वास्थ्य बहुत अच्छा नहीं रहेगा। नए अवसरों की प्राप्ति तथा धन में वृद्धि होगी। इस माह चन्द्रमा भावुकता पूर्ण निर्णय करवायेगा। बृहस्पति प्रतिष्ठा में वृद्धि तथा शत्रु को परास्त करेंगे। शत्रु संतान को सफलता दिलाएगी। सूर्य नेत्र विकार तथा पाचन शक्ति में गड़बड़ी करेगा। शिव उपासना करें। गो माता का मंगलवार को रोटी तथा गुड़ खिलाएं। शिक्षा तथा प्रतियोगिता में सफलता की प्राप्ति होगी। इस माह कोई नया काम प्रारम्भ हो सकता है। लाल रंग शुभ है।

मकर- स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहे। वाहन चलाने समय सावधानी बरतें मंगल फोड़ा फुन्सी तथा उदर विकार देगा। गाय को मंगलवार को रोटी तथा गुड़ खिलाएं। शनि के बीज मंत्र "ऊं प्रां प्री प्रो सः शनौच्चराय नमः" का जप करें। बुध-वित्तीय स्थिति को सुवृद्ध करेगा। मंगल कोई जमीन खरीदवायेगा। पत्नी को स्वास्थ्य सुख में बाधाएं आएगी। संतान पक्ष को सफलता की प्राप्ति होगी। गरीबों को अन्न का दान करें। इस माह आय प्राप्ति के नये स्रोत बनेंगे। श्री हनुमान चालीसा का पाठ करें। नीला तथा हरा रंग शुभ है।

वृश्चिक- समय आपके बिलकुल अनुकूल है। जो सोचा है वह पूरा होने में कोई संदेह नहीं है। बुध फाइनेंस, इंश्योरेंस, शेयर तथा वकालत क्षेत्र से जुड़े लोगों के लिए नए अवसरों की प्राप्ति करवाएगा। व्यय पर नियंत्रण करने का प्रयत्न करें। हरा तथा नीला शुभ तथा भाग्योन्नति के लिए सहायक रंग है। केतु आध्यात्मिक उत्कर्ष देगा। नेत्र रोगियों को सूर्योपासना करने से लाभ मिलेगा। तुला तथा कुम्भ राशि के व्यक्ति आपको लाभान्वित करेंगे। गो माता को हरा चारा खिलाएं। गरीबों को अन्न दान करें।

कन्या- इस राशि का स्वामी बुध आपको यश आपको यश, पद तथा प्रतिष्ठा में वृद्धि करेगा। गुरु आध्यात्मिक उत्कर्ष देंगे। शनि तकनीकी तथा प्रबन्धकीय क्षेत्र के छात्रों को नए अवसर की प्राप्ति करवाएँगे। राजनीति से जुड़े लोग लाभान्वित होंगे। पीला तथा लाल रंग शुभ है गो माता को रोटी तथा गुड़ खिलाएं। श्री हनुमान जी की उपासना करें। कर्क, धनु, वृश्चिक तथा सिंह राशि के जातक आपको लाभ देंगे। हृदय तथा श्वास के रोगी सावधानी बरतें। बहते जल में नारियल प्रवाहित करें।

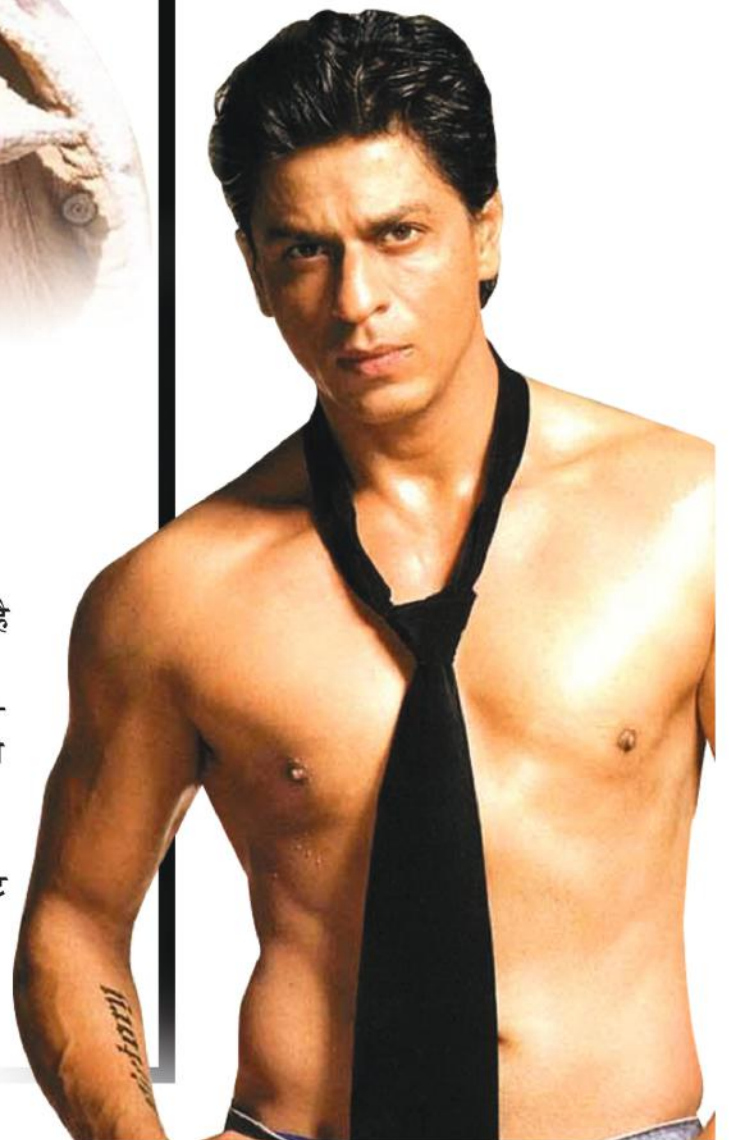
मीन- भाग्य अनुकूल है। हर कार्य अपने समय पर ही पूरा होगा अतः चिन्ता करने की जरूरत नहीं है। वाणी पर संयम रखें। बृहस्पति तथा चन्द्रमा के बीज मंत्र का जप करें। पीला तथा सफेद आपका शुभ रंग है। नये प्रेम सम्बन्ध बनने के आसार हैं। माँ के स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें। इस माह रीयल स्टेट तथा शेयर में पूंजी का निवेश करें। मेष तथा धनु आप के मित्र राशियाँ हैं। गो माता को केला तथा गुड़ खिलाएं। संतान पक्ष से सुखद समाचार की प्राप्ति होगी।

शाहरुख के एक्स

हाल में शाहरुख ने फिल्म 'हैप्पी न्यू ईयर' में अपने 8 पैक एक्स का प्रदर्शन कर अपने फैंस को सरप्राइज किया। इससे पहले भी वे फिल्म 'ओम शांति ओम' में सिक्स पैक एक्स की नुमाइश कर चुके हैं। 48 साल के हो चुके शाहरुख खान अपने इस लुक के लिए फराह खान, बेटे आर्यन और फिटनेस ट्रेनर प्रशांत का शुक्रिया अदा करते हैं।

अक्षय की वॉक और ट्रेक

बॉलीवुड के खिलाड़ी यानि अक्षय कुमार मानते हैं कि सुबह सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि आप अपने शरीर को साफ करे जिससे आपके मेटाबोलिज्म को बढ़ावा मिलें। इसके लिए अपने दिन की शुरुआत गर्म नींबू पानी से करें। उसके बाद धीमे कार्डियों से शुरुआत करें ताकि शरीर तुरंत फैट जलने के मोड़ पर जा सकें। अपनी बॉडी को फिट और स्टेमिना को बनाए रखने के लिए वह वॉक और ट्रेक का सहारा भी लेते हैं।



दिसम्बर माह के जन्म व्यक्तियों का अंक - ज्योतिष फल

मूलांक 1, दिसम्बर को जन्मे व्यक्ति

आपके कारक सूर्य और मंगल (ओज) है।

आर्थिक दशा- आर्थिक मामलों में मुख्यतः जल्दबाजी और अपने सामर्थ्य के बाहर के उद्यम अपनाने के कारण अनेक उतार-चढ़ाव आएंगे। आकर्षण प्रकृति के कारण दूसरों पर, विशेषकर विपरीत लिंगियों पर, आपका भारी प्रभाव रहेगा।

स्वास्थ्य- आपमें बहुत जीवनी-शक्ति सुगठित काया होगी, हालांकि कभी-कभी अधिक परिश्रम से आयु उसे चोट पहुंचा सकते हैं। सबसे अधिक खतरा उच्च रक्तचाप दिल की बीमारी या लकवे से रहेगा।

रंग- अपना प्रभाव बढ़ाने और भाग्य चमकाने के लिए सूर्य (सुनहरी, पीला, नारंगी, भूरा) और मंगल (गहरे लाल से गुलाबी तक) के रंग धारण कीजिए।

आपके भाग्य रत्न है- पुखराज, अम्बर, हीरा, लाल, तामड़ा और अन्य नग।

मूलांक 2, दिसम्बर को जन्मे व्यक्ति

आपके कारक ग्रह मंगल (ओज) के साथ चन्द्र और नेपच्यून है। इनके प्रभाव से आपका चरित्र विरोधाभास से पूर्ण होगा।

आर्थिक दशा- आर्थिक मामलों में आपकी बात का वजन और प्रभाव होगा। साझेदारों ने रोड़ा नहीं अटकवाया तो आप सफल भी होंगे। लेखक या कलाकार की योग्यताओं का विकास होने पर आपको काफी यश मिलेगा। आप कुछ भी करें, आपका दबंग व्यक्तित्व होगा।

स्वास्थ्य- आपका शरीर गठीला होगा। लेकिन उम्रति और उत्साह के दौर में उससे अत्यधिक काम लेने की प्रवृत्ति रहेगी। आप बुखार और रक्तदोष की बीमारियों जैसे फोड़े-फुंसी के शिकार हो सकते हैं। अंतड़ियों का खतरा रहेगा। दांत, मसूड़े, नाक, कान आदि की बीमारियों से सावधान रहिए। आपके सबसे महत्वपूर्ण अंक 2, 7, 9 हैं।

रंग- अपना प्रभाव बढ़ाने और भाग्य और चमकाने के लिए चंद्र (क्रीम, हरा और सफेद) और नेपच्यून (सलेटी) और मंगल (गहरे लाल से गुलाबी तक) के रंगों के कपड़े पहनिए।

भाग्य रत्न- हरा जेड, चन्द्रकांत मणि, लहसुनिया, उपल, मोती, लाल, तामड़ा और सभी लाल नग।

मूलांक 3, दिसम्बर को जन्मे व्यक्ति

आपके कारक ग्रह गुरु और मंगल (ओज) है।

आर्थिक दशा- आर्थिक मामलों में आप भाग्यशाली रहेंगे। काफी सम्पत्ति अर्जित करने की सम्भावना है। सट्टेबाज, टोस संस्थाओं में पूंजी-विनियोग और उद्योग तथा व्यापार खड़े करने के बारे में सावधान रहेंगे।

स्वास्थ्य- आपका शरीर सुगठित होगा आप बाहरी जीवन और हर प्रकार के खेलों को पसंद करेंगे, लेकिन जानवरों से दुर्घटना का कुछ खतरा रहेगा। कभी-कभी दावतों में उल्टा-सीधा खा लेने से तीव्र उपाय की शिकायत हो सकती है। अथेड़ आयु में मोटापा चढ़ने और दिल की बीमारी हो जाने की सम्भावना रहेगी।

आपका सबसे महत्वपूर्ण अंक 3, 6 और 9 है। लेकिन अंक 6 महत्वपूर्ण होते हुए भी 6 अंक से सम्बन्धित व्यक्तियों के साथ काफी परेशानी पैदा कर सकता है।

रंग- अपना प्रभाव बढ़ाने तथा भाग्य चमकाने के लिए गुरु (बैंगनी, फालसई, जामुनी), शुक्र (नीले) तथा मंगल (लाल) के रंग के कपड़े पहनिए।

मूलांक 4, दिसम्बर को जन्मे व्यक्ति

आपके कारक ग्रह यूरेनस, सूर्य और मंगल है।

आर्थिक दशा- आप दूसरों के साथ मिलकर आसानी से काम नहीं करेंगे किन्तु अपने निजी विचारों पर अमल में काफी सफल हो सकते हैं।

स्वास्थ्य- स्वास्थ्य के बारे में बहुत असामान्य रहेंगे। ऐसे में प्राकृतिक जीवन और सादा भोजन से ही मुक्ति मिलेगी। आपके सबसे महत्वपूर्ण अंक 4, 1 और 9 है। 8 का अंक भी आपके जीवन में काफी आएगा।

रंग- अपना प्रभाव बढ़ाने के लिए यूरेनस (सलेटी और शोख), सूर्य (सुनहरा, पीला नारंगी, भूरा) तथा मंगल (गहरे लाल से गुलाबी तक) के रंगों के वस्त्र धारण कीजिए। **रत्न-** आपके भाग्य रत्न नीलम और नीले नग, पुखराज, पीले हीरे और अम्बर है। 22 अप्रैल को जन्मे व्यक्तियों को यथासम्भव फीरा-जा और नीलम धारण करना चाहिए।

मूलांक 5, दिसम्बर को जन्मे व्यक्ति

आपके कारक ग्रह बुध और मंगल है।

आर्थिक दशा- आर्थिक मामलों में आप स्वयं अपने भाग्य निर्माता होंगे, लेकिन आपकी सफलता पहले आड़े आएगी। लेकिन निम्न धरातल वाले मादक द्रवों, शराब तथा व्यसनो में अपने अवसर गंवा देंगे।

स्वास्थ्य- आपके अत्यधिक सक्रिय मस्तिष्क के कारण स्नायु-प्रणाली अत्यंत संवेदनशील रहेगी। जीवन में स्थिरता न आने का खतरा है। पाचन अंगों और आंतों में भी गड़बड़ी होने की आशंका है। आपके सबसे महत्वपूर्ण अंक '5' और '9' है।

रंग- अपना प्रभाव बढ़ाने के लिए आपको जहां तक हो सके, हल्कों रंगों के कपड़े पहनने चाहिए जिनमें लाल-गुलाबी रंग का भी कुछ झलक हो।

रत्न- आपके भाग्य रत्न हीरे और लाल और सभी सफेद या चमकीले नग है।

मूलांक 6, दिसम्बर को जन्मे व्यक्ति

आपके कारक ग्रह शुक्र और मंगल है।

आर्थिक दशा- जीवन के प्रारम्भिक वर्षों में धन के मामले में बहुत भाग्यशाली रहेंगे, लेकिन अपव्यय और भविष्य के लिए जमा-पूँजी रखने के कारण अन्त समय आने से काफी पहले ही स्वयं को गरीबी की दशा में पाएँगे।

स्वास्थ्य- स्वास्थ्य के मामले में आपका सुगठित शरीर होगा। बीमारी से शीघ्र स्वास्थ्य लाभ करेंगे। आपके सबसे महत्वपूर्ण अंक '6' और '3' अथवा '9' है।

रंग- अपना प्रभाव बढ़ाने के लिए शुक्र (नीला) और मंगल (लाल) के रंगों के कपड़े पहनिए।

मूलांक 7, दिसम्बर को जन्मे व्यक्ति

आपके कारक ग्रह नेपच्यून, चन्द्र और मंगल है।

आर्थिक दशा- आपके लिए आर्थिक प्रश्न बहुत विचित्र रहेगा। धन के मामले में सदा काफी अनिश्चिता और उतार-चढ़ाव रहने की सम्भावना है। कभी-कभी अपने खोजी विचारों से काफी धनराशि प्राप्त कर सकते हैं। आपको सट्टे जुए से बचना चाहिए।

वास्थ्य- आपकी शारीरिक दशा में तेजी से परिवर्तन हो सकते हैं। आप पर वातावरण का काफी प्रभाव पड़ेगा। आपके सबसे

महत्वपूर्ण अंक '7' और '2' है।

रंग- आपके सबसे भाग्यवर्धक रंग नेपच्यून (कबूतरी और शोख), चन्द्र (हरा, क्रीम सफेद) और मंगल (लाल) रंग के हैं।

मूलांक 8, दिसम्बर को जन्मे व्यक्ति

8 व 17 अप्रैल को जन्मे व्यक्तियों के कारक ग्रह शनि और मंगल है, लेकिन 26 अप्रैल शुक्र की राशि वृष के प्रभाव में आ जाने से इस दिन जन्मे व्यक्ति का भाग्य बहुत भिन्न होगा।

आर्थिक दशा- आपका अड़ियल स्वभाव सदा आपके पक्ष में एक बड़ी सम्पत्ति होगी, लेकिन बहुत कम व्यक्ति आपको ऐसे मिलेंगे, यदि मिले तो, जिनके साथ मिलकर आप काम कर पाएँगे। दूसरों से सहायता पाने के बजाय आप अपने भाग्य के स्वयं निर्माता होंगे।

स्वास्थ्य- आपको कुछ बहुत विचित्र अनुभव हो सकते हैं, जैसे बीमारी का गलत निदान या गलत दवाओं की ताबीज, आपको सभी मादक द्रव्यों, शराब तथा नशीली दवाओं से बचना चाहिए। अपने भोजन की जांच कर आंतों को ठीक रखें, नहीं तो भोजन विष, फोड़े-फुंसी, अदीट, फोड़ा, त्वचा की शिकायतें, बदहजमी या रक्त-विकार हो सकते हैं। अनेक बार ऑपरेशन होने की सम्भावना है '4' और '8' के अंक आपके जीवन में काफी महत्वपूर्ण होंगे।

रंग- अपना प्रभाव बढ़ाने के लिए जहां तक सम्भव हो, सूर्य के रंगों का और उसके बाद शुक्र और मंगल के रंगों का उपयोग करें। ये रंग हैं- सूर्य (सुनहरा, पीला, नारंगी, भूरा), शुक्र (नीला), मंगल (लाल)।

भाग्य रत्न- आपके भाग्य रत्न हीरा, पुखराज, अम्बर, लाल, तामड़ा, लाल रंग नीलम और पन्ना है।

मूलांक 9, दिसम्बर को जन्मे व्यक्ति

आपका कारक ग्रह मंगल है। 27 अप्रैल को जन्मे व्यक्ति आगामी राशि वृष के स्वामी शुक्र के प्रभाव में भी आ जाते हैं।

आर्थिक दशा- सभी प्रकार के उद्योगों, व्यापार, संगठन या दूसरों की सेवा में धन कमाने की आप में भारी योग्यता होगी। आप कुछ भी काम करना पसंद करें, सदा कठिनाइयों से निकलने का रास्ता निकाल लेंगे और आत्मनिर्भर तथा संकल्पवीन होंगे। आप निडर और साहसी होंगे। आप निडर और साहसी तो हैं, किन्तु शायद इतने जिद्दी हैं जिससे आपको भला नहीं होगा। आप हर काम में बड़े पैमाने पर दाव लगाने वाले होंगे।

स्वास्थ्य- आपका शरीर सुगठित और आप में जीवन-शक्ति होगी। किसी भी बीमारी से शीघ्र उठ खड़े होंगे। सबसे अधिक खतरा दुर्घटनाओं से रहेगा, विशेषकर आग्नेयास्त्रों, आग, विस्फोट या सड़क-दुर्घटनाओं से आप उच्च रक्तचाप, दिल की बीमारी और पक्षाघात के भी शिकार हो सकते हैं। आपके सबसे महत्वपूर्ण अंक '9' और '1' है।

रंग- अपना प्रभाव बढ़ाने के लिए मंगल (लाल) और सूर्य (पीला, सुनहरा, भूरा, नारंगी) के रंग के कपड़े पहनिए। भाग्य रत्न- लाल, तामड़ा, लाल नग, हीरा, पुखराज और अम्बर।

पंडित जनार्दन शुक्ल

करीना का 'पावर योग'

बॉलीवुड की सफल और फिट अभिनेत्रियों में शुमार करीना कपूर खान अपनी फिटनेस का राज नियमित 'पावर योग' को बताती है। वे कहती हैं 'योग ने मेरी जिन्दगी ही बदल दी है।' मैं प्रतिदिन सुबह योग करती हूँ, जिससे दिन भर खुद को स्वस्थ महसूस करती हूँ।





Deepak, Manju, Suraj devi, Arvind



Parti Enjoy



Parti Enjoy



Santosh, Anju



Priti, Anju & Friend



Dipti



Swachchhand



Pd. Janaradan Shukla



Heramb, Dharendra, Dheeru



Enjoy wedding party



Waiting of Barat



Vishnu, Anirudha, Jairam, Bharat

शादी समारोह

मौका था संतोष एवं अंजू के परिणय सूत्र बंधन का हजारों लोगों के साथ आशा खबर की टीम भी मौजूद रही।

Business Explorer

Browse it! To find Your Need...



Bulk SMS, Bulk VOICE call, Website Design and Software Development

M A K E T I N G

Contact: +91-9696064716

www.businessexplorer.co.in



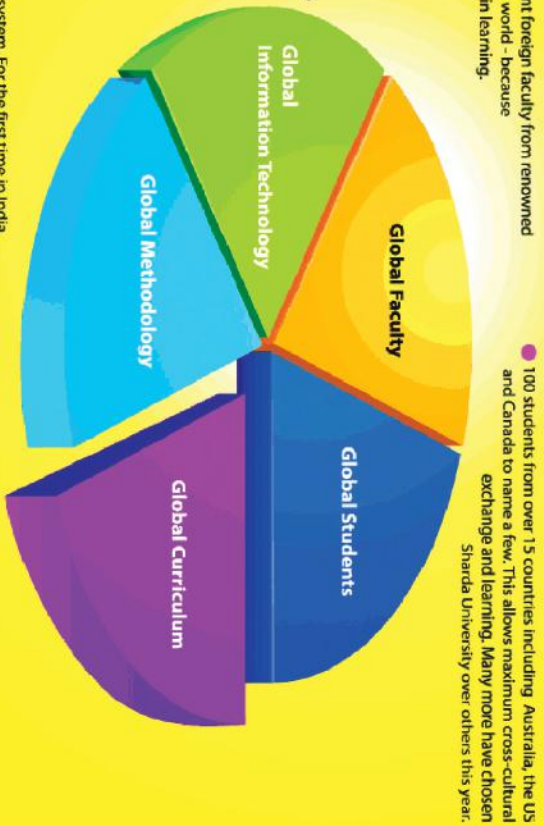
Prof. Tony Summers (London, UK)

Just Success or Global Success?

Explore the new horizons of education with International faculty and World-class curriculum. Come see it to believe it!



Sharda - A Truly Global University Our 360° Global Approach



● A galaxy of permanent foreign faculty from renowned institutes all over the world - because there are no borders in learning.

● 100 students from over 15 countries including Australia, the US and Canada to name a few. This allows maximum cross-cultural exchange and learning. Many more have chosen Sharda University over others this year.

● Over US\$ 2 millions have been invested in world class software & IT solutions.

● Fully flexible credit based system. For the first time in India, students can opt for interdepartmental courses, which means you can choose subjects of your choice and excel in them.

No Donations/Capitation fee are taken for admission at Sharda University. Any such demand should be reported to complaint@sharda.ac.in - flagging free campus.

● Best modern learning practices of the UK and the US and a world class course curriculum are in place, which focus on application based learning instead of conventional memory based approach.

63 acre Greater Noida Campus



Sharda University with its Global vision is bringing a new thinking in education to meet the emerging aspirations of the next generation.

Most Preferred University in NCR Apart from students of over 15 countries, there are students from 28 Indian states and Union Territories. Fusion of races, ethnicity and cultures makes it a multi-cultural and multi-dimensional campus with respect and space for all.

World-Class Campus Sharda University's fully w-fi, 63 acre campus with two million sq.ft. built-up area, has AC networked classrooms with AV aids and complete Digital Learning Management System with 24x7 connectivity. It is the only university which offers multi-sports complex, dedicated fields for cricket, football, hockey etc. and facilities for basketball, badminton, gym and billiards room. Upcoming facilities include 2 lac sq.ft. sports complex, Olympic size swimming pool, indoor stadium and an auditorium to seat over 1000 people. Separate boys and girls hostel to accommodate over 1500 students (AC options available), 500 bed multi-specialty medical hospital and several food courts are there on campus. Sharda University is just 25 minutes drive from Delhi.

Campus life Apart from academics, Sharda University campus is abuzz with activities, sports & cultural festivals, and various student initiatives all the year round. Choruz is the Annual College Fest.

SGI Heritage Largest educational group of North India - 15 years' experience in education sector
 • Over 20,000 students • 12,000+ alumni • 100+ programs • More than 167 acres of campus in 3 locations- Agra, Mathura & Greater Noida • 1200+ Indian & International faculty • 4,00,000+ sq. mtr. built up area
 • Over 80% placement record.

UGC Approved Courses Over 75 courses in Management, Medical, Dental, Engineering, Mass Comm, Biotechnology and Clinical Research to choose from. Another first is a 500 Bed Hospital on the campus for Medical and Allied Sciences. For details of specializations in each course, log on to www.sharda.ac.in

- | | | | | | |
|------------|---------|-------------------|--------|---------------|--------|
| BBA | MBA | MBS | BDS | B.Tech | M.Tech |
| BCA | MCA | B.Com | (Prof) | Biotechnology | |
| Mass Comm. | Nursing | Clinical Research | | | |

Sharda University has received the **Best Private University Award 2010** in Uttar Pradesh.

Join us on:
<https://twitter.com/ShardaUniv>
<http://youtube.com/shardauv>

For details log on to:
www.sharda.ac.in

Toll Free: 1800-102-6999

SMS: SHARDA to 53030

Campus: Plot No. 32-34, Knowledge Park 3, Gr. Noida 201306.
 Ph: 0120-3121001.

Delhi Corporate Off: M-11, South Extn, Part-II, New Delhi 110049.
 Ph: 011-26262992/3/4



*Conditions Apply

SHARDA UNIVERSITY
 BEYOND BOUNDARIES

Approved vide Act no. 14 of 2009 of UP Govt. and recognised by UGC.