

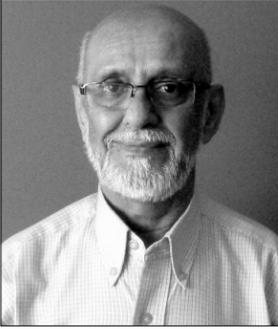
सम्पादकीय

हिन्दी Abroad

दिखावे से नहीं बढ़ता राष्ट्रप्रेम का भाव

ऐसा लगता है कि देश में असहिष्णुता के मुद्दे पर एक बार फिर बहस तेज हो सकती है। क्यों कि रक्षामंत्री मनोहर परिकर ने फिल्म अभिनेता आमिर खान द्वारा असहिष्णुता के मुद्दे पर दिये गये उनके बयान को आधार बनाकर उन पर कटाक्ष किया है। अब रक्षामंत्री सफ़ई देने में लगे हैं कि मैंने किसी का नाम लेकर कोई टिप्पणी नहीं की। देश में असहिष्णुता के मुद्दे की पृष्ठभूमि में उपजे विवाद के बीच काफ़ी राष्ट्रव्यापी हंगामा हो चुका है तथा इस मुद्दे को लेकर आये दिन होने वाले वाद-प्रतिवाद से विश्वस्तर पर देश की साख को पिछले दिनों ही काफ़ी बट्टा लग चुका है। ऐसे में रक्षामंत्री को चाहिये था कि वह अब आमिर खान के मुद्दे को एक बार फिर से हवा देने के बजाय अपनी मौलिक जिम्मेदारियों पर ध्यान देते तो ज्यादा बेहतर होता लेकिन ऐसा लग रहा है कि अपना मूल काम उनसे हो नहीं पा रहा है तथा दूसरों को देशभक्ति का पाठ पढ़ाने के लिये अनावश्यक ज्ञान बांटने की मानसिकता से प्रेरित होकर वह फिर विवाद खड़ा करने की कोशिश कर रहे हैं। जबकि हर किसी को यह अच्छी तरह पता है कि महज दिखावे से कभी भी कोई व्यक्ति या संगठन देशभक्त या देशप्रेमी नहीं बन सकता बल्कि देशप्रेम उसके व्यक्तित्व एवं कृतित्व से झलकना चाहिये। मनोहर परिकर देश के रक्षा मंत्री हैं तथा देश की सीमाओं के लिये खतरा बढ़ता ही जा रहा है। पाकिस्तानी घुसपैठ पर आज तक न तो रोक लग पाई और न ही देश की सीमाओं की हिफजत करने वाले भारतीय सैनिकों के दुश्मन देश द्वारा संहार का सिलसिला रुक पा रहा है। साथ ही चीन जैसे शांति पड़ोसी देश की कूटिलता में ही किसी तरह की कमी आ पाई। ऐसे में रक्षामंत्री ने क्या अपनी जिम्मेदारियों के निर्वहन को सिर्फ बयानबाजी की रस्म अदायगी तक सीमित कर लिया है, यह सवाल उठना स्वाभाविक है।

आज़ाद भारत का 'गुलाम' रेल पथ



फिरोज़ खान

इस साल हम 15 अगस्त को भारत का 70 वा आज़ादी दिन मानने जा रहे हैं। भारत में और भारत के बाहर रहनेवाले सारे भारतीय इसे गर्व के साथ मनायेंगे। हर साल की तरह देहली के लाल किले से प्रधान मंत्री राष्ट्र को संबोधित करेंगे। उस से पूर्व 14 अगस्त को महा महिम राष्ट्रपति का संबोधन होगा। केवल एक दिन के लिए ही सही इस दिवस को 'मनाया' जाएगा।

आज आप को एक ऐसी बात बताने जा रहे हैं जिसे पढ़ कर आप विश्वास नहीं करेंगे लेकिन यह बात सौ प्रति शत सच है। हम बात कर रहे हैं आज़ाद भारत में गुलाम रेल पथ की। भारत में कई निजी रेल पथ हैं। कई बड़ी कंपनियों के अपने रेल पथ हैं। भारत में जीत ने बंदरगाह हैं उन के सभी के

अपने रेलपथ हैं। लेकिन यह सारे रेलपथ निजी होने के बावजूद इन सभी के मलिक भारतीय हैं। लेकिन एक ऐसा रेलपथ भी है जिस का मलिक एक निजी कंपनी है और वह भारत के बाहर है! यह कंपनी इंग्लैंड स्थित है। क्यों, चोंक गये ना? विश्वास नहीं हुआ ना? लेकिन यह बिल्कुल सच है। चलिए ज्यादा पहली ना बना कर आप को इस निजी रेलपथ के बारे में बताएँ। इस रेलपथ के इस्तेमाल के लिए आज भी भारत सरकार को इंग्लैंड स्थित कंपनी को हर साल 1 करोड़ 20 लाख रुपयों का भुगतान करना पड़ता है

महाराष्ट्र के अमरावती से मूरतुजापुर तक का यह रेलपथ 189 की। मी। का है। इस रेलपथ पर केवल एक ही ट्रेन चलती है और इस ट्रेन का नाम शकुंतला एक्सप्रेस है।

189 की। मी। की दूरी यह ट्रेन 6 से 7 घंटों में तय करती है। अचलपुर, यवतमाल सहित इस रेलपथ पर कुल 17 रेल स्टेशन हैं और शकुंतला एक्सप्रेस इन सभी पर रुकती है। केवल 5 डिब्बों की इस ट्रेन की 70 सालों तक 1921 में मानचेस्टर, इंग्लैंड में बने कोयला इंजन से चलाया गया। 15 अप्रैल, 1994 में इस पुराने

इंजन की जगह नये डीज़ल इंजन को लगाया गया। इस रेलपथ पर लगे सिग्नल आज भी ब्रिटिश ज़माने के हैं जिन्हें 1895 में लिंवरपूल में बनाए गये थे। आज इस ट्रेन में 7 डिब्बे हैं। इस ट्रेन से रोज 1,000 से अधिक परसेंजर यात्रा करते हैं।

इस रेलपथ पर केवल शकुंतला एक्सप्रेस ही चलती है इस लिए इसे शकुंतला रेलपथ के नाम से ही जाना जाता है। महाराष्ट्र का अमरावती इलाका रूई की खेती के लिए जाना जाता है। इस रूई को मुंबई बंदरगाह तक लाने के लिए इस रेलपथ को बनाने का कार्य 1903 में ब्रिटिश कंपनी क्लिक निक्सन ने शुरू किया था और 1916 में पूरा किया। 1857 में बनी यह कंपनी आज सेंट्रल प्रॉविन्स रेलवे के नाम से जानी जाती है।

अँग्रेजों के समय में नये रेलपथ बनाने का काम निजी कंपनियों ही करती थी।

1951 में भारत स्थित रेल का राष्ट्रीकरण हुआ लेकिन उस समय भी शकुंतला रेलपथ निजी ही रहा! आज भारत सरकार इस रेलपथ के लिए इंग्लैंड स्थित निजी कंपनी को रॉयल्टी का भुगतान करती है।

आज भी यह रेलपथ इंग्लैंड का ही है और इस के

ख खराब की जिम्मेदारी भी उस की ही है।

इंग्लैंड को भारी रकम चुकाने के बावजूद इस रेलपथ को 60 सालों से रिपेर नहीं किया गया। रेलपथ की स्थिति इतनी खराब है की किसी भी समय दुर्घटना हो सकती है। शकुंतला एक्सप्रेस को ढोने वाला डीज़ल इंजन की महत्तम स्पीड केवल 20 की। मी। प्रति घंटा है इस लिए कोई बड़ी दुर्घटना हो नहीं सकती। भारत सरकार के 150 रेल कर्मचारी इस रेलपथ के रख रखाव का कार्यभार संभालते हैं

यह ट्रेन अब तक केवल दो बार बंद की गयी। पहली बार 2014 में और दूसरी बार अप्रैल 2016 में। वहाँ के रहने वाले लोगों के लिए यह रेल सब से सस्ती यात्रा है।

उन के और वहाँ के सांसद आनंद मोरे के दबाव में इसे फिर से शुरू किया गया। मोरे ने इस नेयरो गेज की रेल को ब्रॉड गेज कर ने का प्रस्ताव रेल बोर्ड के पास भेज दिया है।

भारत सरकार ने अब तक कई प्रयत्न किए इस रेलपथ को खरीद ने के लिए लेकिन कुछ तकनीकी कारणों की वजह से अब तक खरीदा नहीं गया और आज भी शकुंतला रेलपथ इंग्लैंड की मलिकी का ही है।

अस्थिसंधिशोथ (Osteoarthritis, OA) और समाचिकित्सा (Homeopathy)

अस्थिसंधिशोथ (Osteoarthritis) जोड़ोंका प्रदाह या गठियाका एक प्रकार है। OA भी arthritis की तरह सामान्य देखी जानेवाली व्याधि है जिसे पुराने रोगों (Chronic diseases) की सूचिमें रखा जाता है। नैदानिक रसायनशास्त्रके अनुसार इस रोगका कोई उपचार उपलब्ध नहीं है, यही नहीं वह अबतक यह पता लगानेमें असफल रहा है कि यह व्याधि होनेका कारण क्या है ?

OA में उपास्थि अर्थात् हड्डियोंके जोड़के आवरण (Cartilage)में रगड़के कारण वह क्षीण हो जाते हैं, परिणाम स्वरूपअस्थिजोड़की हड्डियोंमें घर्षण होनेसे जोड़ोंमेंअकड़न, संचलनमें अवरोध (उठने बैठनेमें तकलीफ), दर्द जैसे लक्षण प्रकट होते हैं और रोगीके लिए परेशानीका कारण बनते हैं।

वजह : OA होनेकी कई वजह कमोबेशनिम्नलिखित हो सकती है।

वय : जैसे जैसे वय बढ़ती है OA की तीव्रता बढ़ती है, मगर प्रत्येक व्यक्तिके मामलेमें यह रोग समानरूपसे देखा नहीं जाता।

मेदवृद्धि या मोटापा : मेदवृद्धि या मोटापेके कारण घुटनोंके जोड़ परदबाव बहुत ज्यादा बढ़ जाता है, यह दबाव जोड़ोंको हानि पहुँचा सकताहै। माना यह जाता है कि शरीरमें बढ़नेवाला एक पौंड वजन (अंदाजन आधा किलो) घुटनों पर चार पौंड और कुल्हेकी हड्डी (थापा) पर छह पौंड जितना दबाव डालता है। वैज्ञानिकोंका मानना है कि अत्यधिकचर्बी (Fat) से शरीरमेंएक प्रकारके रसायनकी वृद्धिपाई जाती है, जोजोड़ों के लिए हानिकर्ता है।

चोट या अधिकउपयोग : खिलाड़ी या ऐसी व्यक्ति जिन्हें एकसमान क्रिया निरंतर करनी होती है, उन्हें यह व्याधि होनेकी संभावना बहुत ज्यादा बढ़ जाती है

Akshay Banker
M D (Homoeopathy)
Ex Principal, Professor [India]
+1 647 868 4340

Homeopathic Clinic (s):

93, Dundas St. E., Suite 107, Mississauga, ON. L5A 1W7.
[East of Hwy 10 and Dundas, Above Dollarama]
[Monday, Thursday, Friday - 10 am to 5 pm]

134, Queen St. E., Suite 203, Brampton, ON. L6V 1B2.
[Queen and Centre street]
[Tuesday, Saturday - 10 am to 5 pm]

2761, Markham rd., Aum Beauty Clinic, Scarborough, ON.
M1X 1L5. [North of Markham and Finch]
[Wednesday - 4 pm to 7 pm]

जिन्हें अस्थि-भंग (Fracture), चोट या शल्यचिकित्सा (surgery) हुई हो, उन्हेंभी अस्थिसंधिशोथ (Osteoarthritis) होनेकी संभावना बढ़ जाती है।

विरासत : कुछ किस्सोंमें अस्थिसंधिशोथ (Osteoarthritis) की तकलीफ विरासतमेंभीपाई जाती है।

मांसपेशियोंमें कमजोरी : जोड़ोंके चारों ओर स्थित मांसपेशियों एवं अस्थि-बंधन (Ligament.Muscles)दुर्ब

ल या कमजोर होने पर भी यह व्याधि होनेकी संभावना रहती है।

प्रभाव/लक्षण : अस्थिसंधिशोथ (Osteoarthritis) का प्रभाव मंद गतिसे शुरू

Nina Banker
M D (Homoeopathy)
Ex Professor [India]
+1 647 773 3074

होता है। व्याधिके प्रारंभिक चरणमें जोड़ोंमें धीमा दर्द होना, जोड़ोंमें जकड़न जैसी शिकायत रहती है। मरीजको रोजमर्राके कार्योंमेंतकलीफ होती है, मगर येकार्य रुक नहीं जाते। तकलीफ बढ़ने पर चलनेमें, सीढ़ीचढ़ने-उतरनेमें, नींदमें दर्द एवं जकड़नकी शिकायत बढ़ जाती है। आगे चल कर दर्दकी तीव्रता इतनी बढ़ जाती है कि रोगी अपनी निजी दैनिक गतिविधिभी अंजाम नहीं दे सकता। सुबहके समय जोड़ोंमें जकड़न, हड्डियोंमें दर्द होना,

शामके वकूत जोड़ोंमें दर्द होना, संचलन (Movements)में तकलीफ जैसे लक्षण पाए जाते हैं। अस्थिसंधिशोथ (Osteoarthritis) की तीव्रता अस्थियो

जोड़ोंमें (Physical e&amination), एक्स-रे, स्कैन,जोड़ोंमें मौजूद पानीकी जाँच इत्यादिसे अस्थिसंधिशोथ (Osteoarthritis) का निदान शक्य है।
उपचार/चिकित्सा : अस्थिसंधिशोथ (Osteoarthritis) के उपचारमें औषधिके अलावा स्वस्थ जीवनशैली (Healthy lifestyle), तनाव (Stress) एवं अवसाद (Depression) का उपचार/ध्यान अति आवश्यक है। आराम करना, उपयोगी व्यायाम करना, शरीरके जोड़ोंको किसी प्रकार हानि पहुँचनेसे बचना, ऐसा कोई काम न करें जिससे जोड़ोंको नुकसान पहुँचे, Physiotherapy की मदद लेना, वजन कम करना वगैरा मुद्दोंका ख्याल रखें। ऐसा कोई कार्य सतत/निरंतर न करें जिससे जोड़ों पर दबाव आता हो।
Allopathy डॉक्टरी प्रणालीमें दर्द और अन्य लक्षणोंका उपचार सामान्यतया दर्दशामक (Painkillers) औषधि या स्टेरॉयड (Steroid) से किया जाता है। जैसाकि लेखके प्रारंभमें सूचित किया गया Allopathy डॉक्टरी प्रणालीमें अस्थिसंधिशोथ (Osteoarthritis) का यथार्थ (Accurate) उपचारउपलब्ध नहीं है। समाचिकित्सा पध्धति (Homeopathy) कीऔषधसे यह व्याधिपर भली भाँति काबू पाया जा सकता है। मरीजको दैनिक क्रियाएं सरलतासे करनेमें सहायता प्राप्त होती है। समाचिकित्सा पध्धतिका एक और लाभ यह है कि इन चिकित्सा का इतिहास, शारीरिक

निदान (Diagnosis) : चिकित्सा का इतिहास, शारीरिक

सेवनकरने पर भीकोई दुष्प्रभाव नहीं होता एक अन्य लाभ यह भी है कि इस चिकित्सा पध्धति द्वारा मानसिक तनाव, अवसाद एवं वजन कम करने का ईलाज भी बिना किसी दुष्प्रभावके कराया जा सकता है।

सामान्यतः मरीजकी प्रकृतिके मद्देनजर समाचिकित्सा औषधि (Homeopathic Medicine) का चयन किया जाता है। अस्थिसंधिशोथ (Osteoarthritis) होनेके लिए मानसिक, शारीरिक, विरासत या जोभी वजह कारणभूतहों इन्हें लक्षमें रखते हुए उपचार किया जाता है।
ध्यान देने योग्य एकबात यह है कि इस दर्दका ईलाज एक दीर्घकालीन चलनेवाली प्रक्रिया है। उपचारके दौरान दर्द/तकलीफमें घट-बढ़देखी जा सकती है। दर्द में बढ़ोतरी होने पर कृपया डरके मारे उपचार बंदन करें।

कई बार मरीज दर्दशमन के लिए विभिन्नऔषधियोंका प्रयोग करता है,फल:स्वरूप दर्द कुछ वकूत के लिए दब जाता है, जब उसे मिटाने के लिए प्रयत्न किया जाता है तोरोगके लक्षणमें बढ़ोतरी महसूस की जाती है इसलिए संयमसे काम लेंऔर समाचिकित्सककी सुचनाका पालन करें।

समाचिकित्सा पध्धतिमें खास कर कोई परहेज करना नहीं होता, अलबत्ता रोगके मुताबिक परहेज करना जरूरी होता है। अस्थिसंधिशोथसे आराम पानेके लिए नियमित जीवन, स्वस्थ भोजन, व्यायाम, समाचिकित्सा औषधि और वजन कम करनेके प्रयोग जैसी बातें महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।