

Changing Ways बदलती राहें



(साप्ताहिक)

□ वर्ष 01 □ अंक 12 □ पृष्ठ : 04

□ मूल्य : 4 रुपये

धर्मशाला, 30 मई 2016

हर सोमवार को प्रकाशित

आखिर 'स्मार्ट' हो ही गया धर्मशाला शहर

धर्मशाला। एक मुकदमा समाचार के साथ लंबे और ऊंची उड़ान का मसखिदा नेगार है शहर के लिए। कई उताव-चढ़ाव झेलकर अंत में धर्मशाला को स्मार्ट होने का योग्य प्राप्त हो ही गया। शहरवासियों के मन में अनेक वितासाएं हैं और सुनहरे कल की कल्पनाएं भी हैं। लोगों के मन में उत्साह और चेतने पर एक अजीब सी चमक दिखने लगी है। चाय पर चर्चाएं होने लगी हैं और रोजमर्रा के मेलजोल में शब्दों का जो अंकल सा पड़ने लग गया था उसमें हरियाली आने लगी है। दुःख भरे दिन जोते में पैरों अन्न सुख आने से जैसी स्थिति का आभास होते लगे हैं।

धर्मशाला एक छोटा सा नगर था जिसे आस पास के गांवों ने मिल कर पहले नगर नियम बनाया और फिर 'स्मार्टनेस' का अवरोध देकर चुनौतियों के आसमान पर पहुंच दिया। थोड़ी बहुत उलझन है तो राजनीतिक प्रभावण में क्योंकि वहां श्रेय का महत्व है। शहर किस के लिए संघ के 3 को जीतेपे सरकार के लिए या राज्य को कांग्रेस सरकार के। पालमपुर में कांग्रेस-बिना संसदीय चुनाव क्षेत्र के सांसद शंता कुमार के घर पर उनके समर्थक गुप्त गुच्छ लेकर पहुंचते हैं और कर्बाई देते हैं। यहाँ धर्मशाला में शहरी विकास तथा नगर एवं ग्राम योजना विभाग के मंत्री सुधीर शर्मा के इंटीग्रेट डेवलपमेंट्स का अग्रेसरी दुर्ग अधिने के प्रयास किए जा रहे हैं। कितना अच्छा होगा कि सब लोग उलझत राजनीति से ऊपर उठ कर विकास की एक ऐसी इच्छा रखने की कोशिश करते जो खुदों तक हमारे प्रवृद्ध एवं समृद्ध मानस का परिचायक बनी।

केंद्रीय विश्वविद्यालय की स्थापना तथा स्मार्ट सिटी के लिए धर्मशाला के कपन को लेकर सांसद शंता कुमार के समर्थन का आम बजटा ने भरपूर स्वागत किया तथा उनकी भुरी भुरी



व्यवस्था व विसंगतियों का विवेचन जरूरी

धर्मशाला शहर की वर्तमान व्यवस्था का गहन अध्ययन करना उसकी विसंगतियों का अनुसंधानात्मक विवेचन और जनसहभागिता आदि कुछ ऐसे निर्णायक मुद्दे हैं जिन पर विचार किए बिना सफलता की उम्मीद करना मुमकिन नहीं होगा। आज तक का समात अनुभव इस संबंध में असातीत सफलता की कान्टी नहीं देता। यानि ऐसा नहीं है कि हमारे शहरों में अधिकतर इमारतें अनाधिकृत हैं

और उनमें सुरक्षा के उपायों का सुनिश्चितिकरण मात्र एक औपचारिकता बन कर रह गया है। विकास योजनाओं में ऐसे प्रकथन नहीं होते हैं जिन्हें लागू करना हमेशा ही सरकारों की गिरदर्द बना रहता है? ऐसे में यह विचार पैदा होता है कि आखिर यह स्मार्ट सिटी कै क्या? और क्या स्मार्ट सिटी कांसेप्ट एक नायाब इतर है उन खारे प्रश्नों का जो अब तब हमारे योजनाकारों के जो कर जंगल

बने हुए हैं? यदि हाँ तो उन्हें स्पष्ट किया जाना जरूरी है और यदि नहीं तो ऐसी नया व्यवस्था विचारधारा है जो इन पर अंकुश लगाने का सामर्थ्य रखती है। शहर स्मार्ट होने कैसे हैं? और क्या जिन बातों का उल्लेख नहीं किया जा रहा है उनका दूसरा नाम स्मार्ट शहरों में होना अनिवार्य नहीं है? कहरहात जैसे भी हो शहरों को जीने योग्य बनाना सरकार का दायित्व भी है और प्राथमिकता भी होनी चाहिए।

नगर नियोजन और शहरी विकास विभाग के तालमेल की परीक्षा

नगर एवं ग्राम योजना अधिनियम के अंतर्गत योजनाओं के तैयार

करने का कार्य नगर एवं ग्राम योजना विभाग का है तथा उनके क्रियान्वयन का सारा दायित्व शहरी विकास विभाग के अंतर्गत आता है। देखना यह होगा कि ये दोनों विभाग कितनी दूरदर्शिता का परिचय देते हैं।

असल में अब इन दोनों विभागों के आपसी तालमेल की परीक्षा भी होगी यहाँ यह भी देखना होगा कि ये दोनों विभाग अन्य विरोध विभागों, स्थानीय संस्थाओं तथा विभिन्न नागरिक समूहों का कितना समर्थन जुटा पाते हैं।

कनेक्टिविटी व ट्रांसपोर्टेशन में सुधार बड़ी जरूरत

पब्लिक ट्रांसपोर्ट में समुचित सुधार जैसे आरामदेह बसों की शहर के सभी क्षेत्रों में उपलब्धता और बस स्टॉपों पर सुरक्षित छायादार स्टैंड लोगों में निजी कारों के इस्तेमाल को कम करने में सहायक सिद्ध हो सकते हैं। इसके लिए सड़कों के विस्तारण में, मोड़ों पर तथा चौराहों पर बहुत सारे सुधार करने होंगे। सड़कों पर गाड़ियों की भीड़ सड़कों को जो पार्किंग जोन घोषित कर के कम नहीं की जा सकती, लोगों के लिए असुविधा बरकर पैदा की जा सकती है। शहर केवल कुछ एक प्रभावशाली तथा सीआईटी लोगों का ही नहीं उन सबका भी है जो चुपचाप अपना काम करते



रहते हैं और कुव्यवस्था की मार सहते रहते हैं। प्रशासन ने सब जगह नो पार्किंग जोन बनाकर कोई बड़ा काम नहीं किया है केवल लोगों की असुविधा बढ़ाई है। पहले पार्किंग के लिए जगह निर्दिष्ट की जानी चाहिए थी और लोगों को

जागरूक किया जाना चाहिए था। बहुत से व्यक्ति नागरिक जो आवश्यकता पड़ने पर ही निजी गाड़ी का उपयोग करते हैं पार्किंग के लिए जगह न मिलने पर परेशानी की हालत में भटकने को मजबूर हो जाते हैं। सरकारी कार्यालयों में जहाँ बाहर से आने वालों के लिए पार्किंग सुविधा होनी चाहिए वहाँ कार्यालय के अपने लोगों की गाड़ियाँ लगी रहती हैं इसलिए उन्हें दर-दर भटकना पड़ता है। कहीं तो उनका भी प्रबंध होना चाहिए, यह किसी भी तरह से डॉफ नहीं कि मजबूरी में शहर आए और बालान बटवा कर लौट गए।



चुनौती है बेतरतीब निर्माण

कहा जा रहा है कि सभी इमारतें भूकम्प रोधी तकनीक से बनेगी। बड़ी अच्छी बात है परंतु कौन बनाएगा ऐसी इमारतें? अभी तक यह ही स्पष्ट नहीं हो पा रहा है। नियम तो पहले भी थे और अब भी हैं फिर अब क्या क्या होगा कि सभी इमारतें भूकम्परोधी हो जाएंगी? नगर एवं ग्राम योजना अधिनियम के अंतर्गत समय समय पर रिटेशन फालिती के

तहत अनाधिकृत निर्माण विरामित कर दिए जाते रहे हैं। इसके कारण लोगों में नियमों के प्रति गंभीरता नहीं है। आज ऐसी स्थिति है कि सड़कों के साथ न बिजली का खंभा लगाने की जगह बची है और न ही गली बनाने की। सड़क की चौड़ाई बढ़ाने की तो बात ही नहीं की जा सकती। इस संबंध में सरकार की क्या नीति रहेगी? यह भी कायितेगीर होगा।

बुजुर्गों-बच्चों को भी उम्मीद

शहर के विशेष नागरिकों को तैर करके के लिए कोई पार्क नहीं है। यही हाल सभी का है। बच्चों को खेलने के लिए कोई खेल का मैदान नहीं। साइकिलिंग का ठाक के लिए सड़क किनारे कोई व्यवस्था नहीं है। बुजुर्गों के लिए कोई ड्रम हुक जैस नहीं जहाँ सुकट शाम बैठ कर बतिया सकें तथा एक दूसरे का हाल जान सकें। शहर का कोई बाजार या कोणा ऐसा नहीं जहाँ पैदल चल कर टहलते हुए शॉपिंग भी करे जाए और थोड़ा बहुत घूम फिर भी लिया जाए। सुन्दरे तो अनेक हैं और जटिलताएँ भी असंख्य लेकिन समस्याओं के हल केवल बालों से नहीं निकलेंगे। यह तो इतिहा है देखना यह है कि शासन और प्रशासन कितनी गंभीरता से इन समस्या समाधान खोजने की सामर्थ्य जुटा पाते हैं। शहर सभी स्मार्ट हो सकेगा यदि इसके वाशिये बेखीफ इसे अपनाते में हृदय से योजनाएं देगे और इसे अपनाएंगे। लोश अपनी व्यवह है और वास्तविकता अपनी जगह।

सर्टिफिकेट कोर्स हेतु नामांकन आवेदन पत्र

सर्टिफिकेट कोर्स हेतु 'गुज' सेवा दत्त एजुकेशन सेवा विकास एवं प्रशिक्षण केंद्र, नवी-8, पार्षदिक तब एवं अधिकाधिक विकास, भारत पब्लिक एवं निवेश एजुकेशन निगमिते के तत्काली कार्ययुक्त हुए तब पत्र (2 पृष्ठ प्रेषित) के द्वारा कार्यक्रम हेतु नामांकन आवेदन पत्र प्रेषित किए जाते हैं :-

Course Title	Duration	Eligibility	No. of Seats	Course Fee
Certificate Course in Radio Jockey & Anchoring	3 Months	10+2 or Equivalent	25	Rs 8000/-
Certificate Course in Front Office Executive	3 Months	10+2 or Equivalent	25	Rs 4500/-
Certificate Course in Website Designing	3 Months	10+2 or Equivalent	25	Rs 7500/-
Certificate Course in Graphic Designing	3 Months	10+2 or Equivalent	25	Rs 7500/-
Certificate Course in Entrepreneurship Development	3 Months	10+2 or Equivalent	25	Rs 8000/-
Certificate Course in Restaurant Service Staff	3 Months	10th or Equivalent	25	Rs 4500/-

नगर 'पहले आओ पहले पाओ' के आगमन होगा। नामांकन आवेदन पत्र तैयार करने की अंतिम तिथि 21 मई, 2016 है। परीक्षाएं तथा प्रवेश प्रक्रिया से संबंधित कोई भी जानकारी हमारे ऑफिस से कार्यकारी कर्मियों के द्वारा प्राप्त की जा सकती है।

□ नवी से पंजीकृत व्यक्ति न उनके परीक्षापर्यंत एक वर्षों में पंजीकृत व्यक्ति न उनके परीक्षापर्यंत लेखिक पूर्ण व्यवहार के तत्कालीनत संपन्न व्यक्ति के अधिकतम अंतिम अंतिमों को प्रभावितता है। गाड़ी एवं चौराहों में भी विकास की जायगी।

संपर्क व्यक्ति अनाथ कुमार (01082-235313, 9499082624)

आवेदन पत्र, नामांकन कार्यालय निदेशक, गुज एजुकेशन सेवा विकास, नवीन रोड, सिड्डीबाड़ी, नहरौल धर्मशाला, जिला कांगड़ा, हिमाचल प्रदेश 176057, फोन नं. 01892-235316, 9499082624 के पास भेजे जा सकते हैं।

स्मार्ट सिटी श्रेय की जंग

केंद्र सरकार के स्मार्ट सिटी योजना के तहत हिमाचल का स्मार्ट शहर बनने का गौरव धर्मशाला को मिला है। यह गौरव तब बड़ा प्रतीत होता है, जब यह कहा जाए कि धर्मशाला ने स्मार्ट सिटी को दूसरी सूची में टापू श्रेय में स्थान हासिल किया और मिटी न्यूटीकूल चंडीगढ़ को भी पीछे छोड़ दिया है। ऐसे बंध के पीछे यह स्मार्ट सिटी के चयन का श्रेय लेने की राजनीतिक जंग का शुरु होना दुर्भाग्यपूर्ण है। हम इसमें कोई शक नहीं कि यह योजना केंद्र सरकार की है और मौजूदा मोदी सरकार के प्रयासों में ही इसे शुरु किया जा सका है, परंतु इस बात से भी इनकार नहीं किया जा सकता कि इस योजना को अमली जामा पहनाने का जिम्मा राज्य सरकार का है। शहर का चयन भी राज्य सरकार के संबंधित विभाग के प्रयासों से ही हो पाया है।

किंतु भी जब केंद्र और राज्य में दो किस्म की दलों की सरकारें हो तो श्रेय की राजनीतिक होड़ विकास में बढ़ोतरी तथा साक्षिा होती है। इसके चलते कई बड़े योजनाओं का हड़ देखा जा चुका है। ऐसे में धर्मशाला के स्मार्ट सिटी चुने जाने में केवल राज्य सरकार के संबंधित विभाग के ही धर्मों को ही श्रेय देना और अखबारों में बड़े-बड़े विज्ञापनों के जरिये राजनीतिक लाभ लेने की कोशिश विकास की राह में लकावटें पैदा कर सकती है। जैसे भी केंद्र और राज्य में अलग-अलग पार्टी की सरकारों के कारण विकास बाधित होता रहा है। अब जबकि केंद्र सरकार इस तरह के भेदभाव को मिटाकर विकास की ओर ध्यान देने की बात कर रही है, तो फिर इस तरह श्रेय लेने की होड़ खेड़नी ही होगी, नहीं तो राजनीतिक लाभ-हानि के तमाम पर विकास का पलड़ा भी बंटे ही होगा।

सर्वधर्मान् परित्यज्य...

यह कठु श्लोक है कि विश्वगुरु का दर्शन भरने वाले हमारे देश में धर्म का धंधा कभी मंदा नहीं रहा। धर्म की आह में आप चाहे जो गज़ी करें, किसी को कोई आपत्ति नहीं होती। आप चाहे तो ज्ञान चाहें तथा लोगों के दुःख हरने के नाम पर अकूल संपत्ति एकत्रित कर सकते हैं, गरीब विरानों की या सरकारी जमीन पर काबिज़ हो सकते हैं, ब्याज पर कर्ज दे सकते हैं, सुंदर मंगल देहों के व्यापार में शामिल हो सकते हैं या अपने हाथ राजनीति में भी किस्मत आजमा सकते हैं। हाथ बांधे लोग हमेशा आपकी सेवा में तैयार रहेंगे और अगर आप पर कोई आंच आ रही हो तो सतमग न केवल ऐसी हिमाकत करने वाले की खाह खाड़ी कर देंगे बल्कि देश का भी बेड़ा गर्क करने में देर नहीं लगाएंगे।

अखबारों में आए दिन धर्म के बारे में कुछ न कुछ कहा जाता है और हर समाचार-पत्र पत्रिका में एक या दो बार धार्मिक परिशिष्ट भी निकालता है। ऊबड़-फुड़ चील भी न जाने धर्म पर प्रतिदिन किन्ते ही समाचार और विशेष कार्यक्रम प्रकाशित करते रहते हैं। कई चैनल ऐसे हैं, जो केवल धार्मिक कार्यक्रमों का ही प्रसारण करते हैं। इसके चलते समस्त जनसंख्या का धर्म से जोड़ा हुआ है। हर जगह, कर्म और संघर्ष के स्वहितों के हिसाब से अपने-अपने वर्क हैं। ये वर्क सदियों से निरंतर काम कर रहे हैं। यह एक दिलचस्प वृथा है कि सभी संघर्षों या धर्मों की शिक्षा कल्याण से आरंभ होकर कल्याण पर ही समाप्त होती है। पर हम अपने वास्तविक जीवन में कल्याण के स्थान पर दया को महत्व देते हैं और यही पर, तमाम संघर्षों या धर्मों को मूल शिक्षा प्राप्त हो जाती है। दया और कल्याण में यही अंतर है कि दया दिखानी या करनी पड़ती है और इसमें दूसरे के प्रति वैचारिकता का धंधा छिपा होता है, जबकि कल्याण अपने आप उपजता है और बदले में यह चाहती भी कुछ नहीं। धर्म, प्रकृति के नियमों के अनुसार जीवन जीना सिखाता है। कोई भी व्यक्ति जो प्रकृति के नियमों के अनुसार जीवनयापन करता है, स्वस्थ और प्रसन्न रहता है। प्रकृति के नियमों के अनुसार जीवनयापन शील और सदाचार का जीवन कहलाता है। यही धर्मों में धर्म जीवन-चक्र से एक होने का साधन है। मात्रा से उपजा संसार, जितने भय सागर भी कहा जाता है, से पार या मुक्ति पाने के लिए धर्म की नाम से ही पार पाया जा सकता है। यह जीवन का कठु श्लोक है कि संसार के सभी पैदाशुक्त प्राणी, विवेकाशील मानव, अन्न पशु-पक्षी या कीट-पतंग, सभी समान रूप से सुख चाहते हैं। सभी सुख की कामना करते हैं और कष्टों से दूर भागते हैं। सही धर्म ऐसी राह बताता है जिससे सुख मिलते हैं और दुःख उत्पन्न नहीं होते। जीवन में हम चाहे कुछ भी करें, वह उतना प्रार्थनिक और पूर्ण नहीं हो सकता, बिना कि धर्म का आचरण।

साक्षात्कार में लोगों द्वारा धर्म के धर्म को न समझ पाने को ही उनके धर्मन्यून होने का मुख्य कारण बताया है। वह करते हैं कि महात्मा गांधी इसके लिए आधुनिक सभ्यता को दोषी मानते हैं। जो रीतियोंके अपने एक इसाई पादरी मित्र का हवाला देते हुए बताते हैं कि वह लोक दुष्टि से धर्म को तीन आयामों में देखते हैं- धर्मता (Religiousness), धार्मिक कर्मकांड एवं गतिविधि (Religiosity) और धार्मिक अधिनिवेश (Religionism)। पहला-धर्मता, चित्त का गुण होता है, जो मानव को बलेशों में पतित होने से बचाता है, या धर्म धारण करने में मदद करता है। यह धर्म का सही रूप है। दूसरा, धार्मिक कर्मकांड एवं गतिविधि, धर्मानुसार भी हो सकता है और भ्रष्ट भी हो सकता है। तीसरा, धार्मिक अधिनिवेश, अधर्म ही होता है, जो धर्म को नष्ट करने वाला होता है।

यह कठु श्लोक है कि विश्वगुरु का दर्शन भरने वाले हमारे देश में धर्म का धंधा कभी मंदा नहीं रहा। धर्म की आह में आप चाहे जो मज़ी करें, किसी को कोई आपत्ति नहीं होती। आप चाहे तो ज्ञान चाहें तथा लोगों के दुःख हरने के नाम पर अकूल संपत्ति एकत्रित कर सकते हैं, गरीब विरानों की या सरकारी जमीन पर काबिज़ हो सकते हैं, ब्याज पर कर्ज दे सकते हैं, सुंदर मंगल देहों के व्यापार में शामिल हो सकते हैं या अपने हाथ राजनीति में भी किस्मत आजमा सकते हैं। हाथ बांधे लोग हमेशा आपकी सेवा में तैयार रहेंगे और अगर आप पर कोई आंच आ रही हो तो सतमग न केवल ऐसी हिमाकत करने वालों की खाह खाड़ी कर देंगे बल्कि देश का भी बेड़ा गर्क करने में देर नहीं लगाएंगे। ये वही लोग हैं जो धर्म के नाम पर केवल अज्ञान सोचते हैं और अपने दिमाग के दरवाजे हमेशा बंद रखते हैं जबकि साध्यात्मिकता लोक इसके विपरीत है। जीवन की हर पटना का अवलोकन, उसे समझना, बिना आसक्ति के कर्म तथा भविष्य के लिए किसी ऐसी बात की पुनरावृत्ति से बचाव, जो हमारे अधन का कारण बने, वैदिक दर्शन का सीधा सा सार है, पर हमने भारत के विपरीत बहकर मानो धार्मिक तथा सामूहिक हितों का सर्वनाश करने का ठेका ले लिया है। वैदिक गुरु की सेवा के नाम पर अपने पीछर पीछे गुरुत्व को अनदेखा कर हम केवल अपने वर्तमान भौतिक हितों का ही ध्यान रखते हैं जबकि धार्मिक होने का अर्थ है सत्य से साक्षात्कार और यह सत्य जीवन में उतरना भी चाहिए। ऐसा होने पर वह मानसिक शांति आसानी से प्राप्त हो जाएगी जिसके लिए हम धार्मिक होने का स्वाग रचते हैं और ऐसे गुरुओं की शरण में जाते हैं जो हमारी कमजोरियों का फायदा उठाकर निर्भीक अपनी दुकानदारों बनाते हैं। परंतु ऐसा केवल भारत ही नहीं बल्कि हर उच्च समाज में होने का भय है, जहां लोग सिद्धों का नहीं भेड़ों का जीवन व्यतीत करते हैं। सामंजस्यहीन दौर में पश्चिम भी इस समस्या से तो-चार रह चुका है। का प्रश्न उठने स्वाभाविक है कि ऐसा हर दौर में क्यों होता है? वह इसके लिए हम स्वयं जिम्मेदार हैं या कोई और हमारा



शोषण करता है?

साक्षात्कारिता तो यह है कि मानव जीवन आदि ने अंत तक अस्त-व्यस्त, विवृण्डित, संरक्षणीय लक्षणियों से भरा तथा लक्ष्यहीन रहता है। भौतिक दुष्टि से भले ही मानव जीवन के हर क्षेत्र में प्रगति करता हुआ प्रतीत हो, पर वास्तव में हम आज भी अपने इतिहास के प्रारंभिक दौर में ही खड़े हैं। तमाम राग-द्वेष हित पर हवाी रहते हैं, जिसके चलते जन्म से लेकर मृत्युपर्यंत हम परम दुःख, कष्ट तथा क्लेश से भरा जीवन व्यतीत करते हैं। मनुष्य का जीवन अज्ञान, एकताहीन तथा अंतर्निवेशों से भरा हुआ है। साक्षात्कारिता तथा उद्देश्यहीन होने से मानव सत्य को खोज में इष्ट-उत्तर भटकता है। इसी बात का लाभ उठा कर तमाम लोगों का अपनी दुकान चलाने में। सत्य के मार्ग में सबसे बड़े बाधा दीप दुष्टि है। परंतु व्यापारित देशना, सुनना तथा जानना-समझना अक्षम है। इस क्षमता में जो भी प्रकाशित है, उसमें तथ्य कम तथा व्यस्य अधिक है। हम कुछ भी शुद्ध रूप में नहीं देख सकते क्योंकि हम उसमें शामिल हो जाते हैं। विचारों के आधार पर ही मानव ईश्वर, परमेश्वर, भगवान, स्वर्ग-नरक और विभिन्न प्रकार के लोक-लोकान्तों की कल्पना करता है। भाव, विचार, कल्पना, इच्छा तथा कर्म मिलकर ही किसी भी भौतिक वस्तु की सृष्टि करते हैं। जगत और संसार में यही अंतर है। जगत, ईश्वर रचित है और संसार, हमारी अपनी रचना। इच्छा को कर्म में नियोजित करने के लिए ज्ञान, विवेक तथा बुद्धि लोगों की आवश्यकता होती है। व्यक्ति को मेल कभी भी जीवन और जगत से विमुख होने पर प्राप्त नहीं होता, वह जीवन को उसकी स्वाभाविक अधिनिवेशों को साथ आनाने में ही प्राप्त होता है। परंतु धर्म-कष्ट हमेशा अच्छे लगते हैं और धिरला व्यक्ति ही आत्मनुशासित होकर ज्ञान के पथ पर अग्रसर हो पाता है। अध्यात्म का गर्भ विद्यार्थी हर पल स्वयं को भरते देखता है। सच्चा साधक प्रकृत धन से जीवन जीता है। पारिवारिक, सामाजिक तथा सामरिक जीवन जीते हुए वह कभी अपने स्वयं या साधना को प्रकट नहीं होने देता। आध्यात्मिकता केवल उसके व्यक्तित्व में ही झलकती है, जिसे समझना भी आम आदमी के पास में नहीं।

अंधविश्वासों के मूल में मनुष्य को अकूल लालसाएं, कामनाएं, इच्छाएं, महत्त्वकांक्षाएं आदि तो लितावमान होती हैं, साथ ही भय और डीन भवनाएं भी हवाी रहती हैं। इन अगर बर्के और जयंग के मानक न जान-पढ़ करके अपनी मान्यताओं को विरोधित करें सत्य तभी उद्घासित होना और साक्षात्कारिता हमारे सामने आसानी। सत्यलोपी को हर युग में परीक्षाएं देनी पड़ती हैं, चाहे फिर एक राम, सीता, सुकन्य, कबीर, मीरा, मंडू मर, मंदा हो या जीसल। विद्वेचना यही है कि हम इन लोगों को पूजते तो हैं, पर स्वयं कभी भी इस राह पर चलना नहीं चाहते क्योंकि पनपट की डगर कभी सरल नहीं होती। अंधविश्वास हर युग में रहा है और उग भी। अपने स्वार्थों के चलते हमारा अपना जीवन भी पार्श्व भूत होता है। हमें लगता है कि वह एक बार सदाहर की प्रणय में आकर खड़े पाप पुल गले हैं तो दैनिक जीवन में चाहे जो मर्जी करो। हमें अपने पाप विटने होते हैं और गुरुओं को हमार उदार करना होता है। भक्त के लिए जो जगत, मोक्ष-याया तथा निष्ठा बताया जाता है, वह ऐसे गुरुओं के लिए साध्य हो जाता है। पर दोनों ही एक-दूसरे के शोषण में संलग्न रहते हैं। सत्य से किसी को कोई महत्त्व नहीं। वायार में कोई वस्तु खरंदते तक हम उसे लोक-धंधा कर लेते हैं, पर अपने जीवन का मोटा करते तक हमारे नेत्र बंद हो जाते हैं। ऐसे गुरुओं के बहकावे में आकर अपना धन, मन तथा धन सबकुछ लुटा बैठते हैं और समाज तथा देश को भी नुकसान पहुंचाने से नहीं चूकते। भारतीय धर्म, समाज धर्म और आदि-अंत रहित है। समाज धर्म दो स्तंभों पर आधारित है-वेद और तप। वेद धर्म ज्ञान है और तप गुरु। हमें सत्य को स्वीकारने के लिए पार्श्व छोड़ना होगा और जीवन के हर क्षेत्र में पवित्रता लानी होगी। इस ज्ञान की प्राप्ति के लिए गहन सोच-विचार, दृढ़ इच्छाशक्ति, वैयं तथा विवेक की आवश्यकता होती है। हमें अपने दिलो-दिमाग के दरवाजे खोलने होंगे तभी हम डींगी गुरुओं के चंगुल से बचकर सत्य की राह पर अग्रसर हो पाएंगे।

विजय अजय विजय काल के लिए प्रतिज्ञा करो, वीर उरी समय उठे करना चाहिए, नहीं तो लोगों का विरवास उठ जाता है।
-स्वामी विवेकानंद

पाठकों के लिए

विभिन्न सामाजिक, साहित्यिक एवं धार्मिक विषयों पर सभी प्रमुख पाठकों के लेख, लघु कथाएं तथा कविताएं आमंत्रित हैं।

—समाप्त पत्रा—

संपादक,
बदलती राहें, गुज़न भवन, तपोवन रोड चिनीओ मिठवाड़ी, धर्मशाला जिला कांगड़ा (हि.प्र.)-176057
Mail: badalirahen@gmail.com

सूचना एवं जन नयके विभाग, क्षेत्रीय कार्यालय, धर्मशाला, जिला-कांगड़ा (हि.प्र.)।

साथने ही हीनार गर बड़-बड़ लिखा हुआ था 'Prevention is better than cure, especially when something has NO CURE'

(इलाज से बचाव सबसे जरूरी है खासतौर पर जब इस्का इलाज न हो सकता हो), फिर भी मैं पुरानी दिव्य को उस अंधेरी दीर्घकाली इलाज में रोमांच से डूबते दिल की हलक में आने से रोकते हुए दूर ही गया। मुझे हमेशा से पता था कि दीवारों और तर्कों सांजनीय स्थानों पर समाजिक और वैचारिक शिष्टों के गारे और कुमले उन लोगों के लिए लिखे जाते हैं जो पढ़ना जानते हैं, और मैं तो खैर पढ़ना भी जानता था। जब मेरे जैसे शिक्षक ही अखिाँ पर पढ़ी बांध कर कुर्र में बहने को तैयार हों तो जो अधिाशित मकदूर राजारु सुगिणियों में असुरक्षित संबंध बना कर एचआईवी के शिकार हो जाते हैं उनका अधिक दोग नहीं मानना चाहिए। उन दिनों मैं लुधियाना में पोस्टेड था, धर्मशास्त्र से भूगोल और पब्लिक एंजिनियरिंग में छात्रक करने के बाद मैं लुधियाना में पढ़ाने लगा। स्कूल की तरखाह से कई गुना ज्यादा ग्राहनेट लुशान से कमाई होती थी मैं बहुत संतुष्ट था, घरवाले भी।

हम सब मेरी अच्छी आयदनी से बहुत खुश थे क्योंकि घर की माली इलाज कुछ खास अच्छी नहीं थी उन दिनों। पिताजी एक शिक्षक थे। घर में मुझे बड़ी एक रहन थी और एक छोटी, एक छोटा भाई भी था। हम हिमाचल के मंडी जिला में रहते थे। मध्यम के लोग थे, जैसे जैसे सुखी रोटी तो छा लेते थे लेकिन पैसे से पूरी हो सकने वाली दुसरी खुशदियों को मन तक भी न पहुँचाने देने का प्रयास करते थे। एक आयदनी बहने से रहन-सहन भी बेहतर हुआ और इन बेहतर तरीके से रहने लगे। 1987 में सुनीता से मेरी शादी हो गयी। सुनीता एक पढ़ी-लिखी सामग्रदार लड़की थी। आज मैं सोचता हूँ कि जीवन में इतना कुछ सह कर भी मेरा साधन न छोड़ने का खलूस सिर्फ सुनीता मेरी भारतीय दिव्यों में ही होता है। कई प्यारों, बीमारी और तनाव

को एक हद तक ही झेल सकता है लेकिन औरत अपने परिवार के लिए यह सब ब्याह गहनता और दीव्रता में भी सहन रह कर झेल सकने की सामर्थ्य रखती है, और एक और बात सहने का हीमला सिर्फ उसमें ही है वह है, धोखा, शायद इसलिए कि प्रकृति ने आधारभूत तौर पर उसे एक माँ बनाया है। भले ही वह बेटी हो, पत्नी, बहन या त्रैमिका थोड़ी-थोड़ी माँ हर रूप में उपस्थित होती है, और माँ क्षमा करना जानती है, पुरुष की बड़ी से बड़ी गलती को क्षमा करना जानती है।

विवाह के बाद कई साल सुख से गुजर गए। दो तीन साल के भीतर दो बेटे भी हो गए थे। कहा तो यह जाता है कि भोर होने से ठीक पहले रात सबसे अधिक फलते होती है लेकिन मैंने तो यह भी देखा है कि कैसे चमकते हुए सुख को आनन-पहनन में भने काले बादल डीक ही नहीं लेते वरन अखिल विह्वल कर देते हैं। कुछ ऐसा तो हुआ मेरे साथ। 2005 में हम पौंच-लह शिक्षक छात्रों को साथ लेकर कार्यालयीय काम से दिल्ली गए, वहाँ पौंच-लह रहते रहे। मैं स्वभावतः एक लफ़्फ़दार प्रेमी और पति हूँ। वैवाहिक जीवन में भी किसी सुख को कभी नहीं खो लेकिन पैसे की इकुरत और रोमांच की खोज का संयोजन इंसान को मौत के मुँह में धकेलने के लिए काफी है। आठ साल के वैवाहिक जीवन से अब धीरे-धीरे आकर्षण जला रहा था। सुनीता भी घर गृहस्थों के इच्छों और दो बच्चों के जन्म और पालन-पोषण के बोझ तले पिच कर अपनी और मेरी तरफ से उदासीन हो गयी थीं। मैं कभी-कभी खीझ जाता था उसकी इस उदासीनता पर।

अब सोचता हूँ कि उन दिनों हमारे टॉपर्य में आई जड़ता को खरन करने के लिए, उसमें पुनः प्रेम और नयेपन के आगमन के लिए मैंने अपने हाई क्या प्रयास किए थे? क्या तब मैंने कभी घर



एचआईवी पीड़ित की आत्मकथा

के काम-काज या बच्चों के पालन-पोषण में लक्ष बंटाना था सुनीता का, ताकि वह कुछ आराम कर सके और वही ऊर्जा और रस मुझे उसने साहचर्य के रूप में मिल सके। मैं तो उसके रुखे और निर्विकार लपहर के लिए अनेकाला उसे ही दीपी मानने लगा और क्यों न मानता? ऐसा करना सुविधाजनक जो होता है। उसने कभी शिकायत नहीं की, मेरी उदासीनता को वैवाहिक जीवन की अवश्यंभावी निवृत्ति मान कर स्वीकार कर लिया। बहरहाल, जब हम शिक्षक साथी 2005 में कार्यालयीय काम से दिल्ली गए तो हमने भरपूर मौल-मसली करने की योजना बनाई। घर परिवार से दूर हम क्षणिक सुखों के बदले में बड़े से बड़े जोखिम का सौदा करने को तैयार थे। दो-तीन दिन तो हमने खाने-पीने, दिल्ली चूम-फिलने में जिता दिए और फिर बाकी दो रातें दिल्ली की बदनाम गलियों में बितायीं, मेरे लिए यह नया अनुभव था, जो शिक्षक रहा था मैं, लेकिन साधियों के जुरा सा प्रोत्साहित करते ही मैं तैयार हो गया। जेब में पैसे थे, और उससे खरीद कर हम जीवन के निरिच्छ रस चखना चाह रहे थे। हमने बचाव के किरी भी साधन का प्रयोग न करते हुए, मौके का पूरा फायदा उठाया और फिर हँसते-गाते हम लुधियाना वापस आ गए। मुझे किसी प्रकार का अपराध बोध नहीं था उस

मामले में, और सुनीता को तो बताने का सवाल ही नहीं था तो सब कुछ यथावत चलने लगा। बच्चे बड़े हो रहे थे तो मेरे और सुनीता के संबंध भी पहले की तरह सुखद रहने लगे।

2007 में अचानक मेरी ज्वीयय खराब रहने लगी। जुझार रहने लगा, सरीं जुकाम, पेट की खराबी और चेहरे का रंग सांजला पड़ गया। 10-15 दिन के जुझार में ही बहुत कमजोरी रहने लगी। मैं डिस्टिक्ट हॉस्पिटल लुधियाना गया तो उन्होंने जुकाम जुझार को दबा दे दी। बड़े ही आश्चर्य की बात है कि मेरे किसी भी तरह के ब्लड टेस्ट नहीं करवाए गये, एचआईवी के टेस्ट में फकड़ में आने और उस बीच नए लोगों में फैलते जाने का एक कारण खिंस्टों और चिकित्साकर्मियों की लापरवाही भी है। बहरहाल मैं दिन पर दिन कमजोर होता गया। करन 65 किलो से 54 किलो रह गया, क्योंकि भूख नहीं लगती थी। वन में जब स्कूल की सुदुर्घा हुई और मैं मंडी गया तो मेरे माता-पिता मेरी खराब इलाज देख कर परेशान हो गए और मुझे इलाज के लिए तुरंत आईजीएमसी जिनला ले गया गया। वहाँ ही कटीन टेस्ट्स के दौरान पता चला कि मुझे एचआईवी हो गया है, तब मेरी उम्र 35 वर्ष थी।

पढ़ा-लिखा था, शिक्षक था, सालों से एचआईवी और एड्स के बारे में

सुनता और लिखता पढ़ता रहता था, लेकिन जैसी मामूली बुनी होती है बीमारी और भीत को कभी जाने से जोड़ कर देख ही नहीं पाता था। मेरे कभी नहीं सोचा था कि कभी मुझे भी एचआईवी हो सकता है, कोई नहीं सोचता ऐसा जब तक कि हो न जाए। न सिर्फ मुझे एचआईवी हुआ बल्कि असाफल वाले सौ प्रतिशत निश्चित थे कि सुनीता भी एचआईवी पॉजिटिव होगी। घर आकर मैं देर तक सुनीता को देखता रहा, शारीरिक रूप से स्वास्थ्य लग रही थी लेकिन मेरी बीमारी को चिंत में सूख गयी थी। बार-बार मन चाहत था कि उसको गोद में फिर रख के रो दूँ लेकिन हिम्मत नहीं पड़ रही थीए उसके साथ जो धोखा किया था उसके लिए उससे ही सहायुभूति किस मुँह से मांगता। बहुत आत्म म्लानि हो रही थी, उसे दिने धोखे से जयादा उसको जान से छिलकाडू करने के लिए, लेकिन अब क्या हो सकता था तौर तो कपान से निकल चुका था।

एचआईवी के निपंत्रण और उपचार में मरीज का छान-पान और रहन-सहन बहुत महत्वपूर्ण होता है। सब तो यह है कि भले ही लक्षण सी प्रतिरात होतुं औरतों को यह रोग अपने पतिरों से मिलता हो; इका-दुका अनयाद जोड़ कर? वे अपने यत्निक जीवन के कारण लंबे समय तक जिना दवा के एचआईवी का सामना कर सकते हैं, और पुरुष रोगियों को अपेक्षा लंबा जीवन होती है। शिमला में डॉक्टर ने लाकीर को भी कि मैं फॉरन से पररत अपने जीवनसाथी को अपने रोग के बारे में बता दूँ लेकिन मैं डिम्पन नहीं चुदा पा रहा था।

दुध मेरी एचआईवी शुरू हो गयी थी व अच्छी देखभाल व खानपान के चलते मैं फिर सेटलमेंट हो गयाए रचना और सिगरेट पीना बंद का दिया, धीरे-धीरे मेरा वजन 54 से 63 किलो हो गया, स्वास्थ्य पूरी तरह ठीक हो गया था भूख खुल कर लगने लगी थी, लेकिन मेरे माता-पिता ने मुझे फिर से लुधियाना भेजने से मना कर दिया था।

-क्रमशः

विवेक का धर्म



आध्यात्मिकता कर्म नहीं अंगितु एक स्थिति है जो मरान की वृत्तियों के पक जाने के बाद स्वातः उपस्थित होती है। जब मनुष्य के भीतर सांसारिक अनुभूति प्रगाइ होती है तो उसके समक्ष जीवन के नए नए रूप प्रकट होते हैं और वह उन में स्वर्ष को खोजता है। यही खोज उसे भीतर की ओर धकेलती है जहाँ उसे स्वर्ष के दर्शन होते हैं। धार और भीतर में जो अंतर उसे दिखता है उसका विस्तृत विवेचन उसे एका भिन्न दृष्टि प्रदान करता है जिसमें उसे बहुत कुछ ऐसा दिखता है जो उसने कभी पहले नहीं देखा होता। वह चाहता है

कि इसका समाधान कहीं से उसे प्राप्त हो और यही चाहत उसे किसी ऐसे व्यक्ति की ओर ले जाती है जो उस सब से परिचित होता है, उसे गुरु कहा गया है। संसार में कुछ भी सही या गलत नहीं होता बल्कि केवल होता है और वह किसी न किसी के कर्म या विचारधारा का प्रतिफलन होता है। प्रकृति किसी व्यक्ति विशेष के कर्म और विचारधारा में भेद नहीं करती वह प्रत्येक कर्म-फल को और प्रत्येक विचारधारा के हमारे सम्पूज प्रस्तुत कर देती है जिसे स्वीकार करना या अस्वीकार करना हमारे विवेक का धर्म है।

तुम्हारे शहर की बस



यह बस तुम्हारे शहर से आई है
हृदय के माधे पर
पहुँचने को सुशी
धके हुए इंसान को आवाज
धूल से अंधि मलले
विद्विकियों के सीछे
सबने यही कहा
हू बहुत ही हू है तुम्हारा शहर
यह बस देखती है
तुम्हारे शहर का संवेग
मेरे गाँव की साँझ
सबाल फुल्ला है मन
क्या तुम्हारा शहर भी उदास होता है
जब कभी पहुँचती है
मेरे गाँव का संवेग लेकर
तुम्हारे शहर की शाम में कोई बस
शुको जाँदी।

-रवनीत शर्मा

Self Discipline...

Doing what you know needs to be done even when you don't feel like it.

एक्सरसाइज के लिए इन बातों का रखें ध्यान

कई सारे लक्ष्यों के साथ लोग अपने एक्सरसाइज रूटीन को शुरुआत करते हैं, कोई फिटनेस के लिए तो कोई वेद लैस के लिए एक्सरसाइज के विभिन्न तरीकों को अपनाते हैं। यदि किसी खास लक्ष्य को लेकर अपना फिटनेस रूटिन शुरू कर रहे हैं तो अपने डॉक्टर से वक्त बात करें और कुछ खास बातों का ध्यान रखें।

वॉकिंग से शुरुआत है बेहतर

पहली बार एक्सरसाइज रूटीन को शुरुआत करने वालों के लिए वॉकिंग सबसे बेहतर एक्सरसाइज है। इसे करना आसान होता है, किसी विशेष इन्वुपमेंट या मशीन की जरूरत नहीं पड़ती। अपने लक्ष्य के अनुसार आप इसके तरीके और समय को चुन सकते हैं।

अमेरिकन हायड्रोजन एंजिनियरिंग थॉर-थॉर वॉक को शुरुआत करने की सलाह देते हैं। हफ्ते में पांच दिन कम से कम 10 मिनट की वॉक करना करें। इसके बाद थॉर-थॉर पहले हफ्ते 5 दिन 20 मिनट और फिर इनके दिन में 30 मिनट के लक्ष्य तक पहुंचें।

वॉकिंग शुरू करने से पहले इन बातों का ध्यान रखें

ट्रेडमिल पर नहीं बाहर करें वॉक

अब लोग गार्डन या खुली जगह पर वॉक करने की जगह लोग ट्रेडमिल पर वॉक करना अधिक पसंद करते हैं और यह उन्हें आसना भी लगता है। लेकिन खुली जगह पर वॉक करने से न केवल आपको कैलोरी बर्न होती है बल्कि ताजी हवा में सांस लेने का मौका भी मिलता है। अपने आस-पास ऐसा पार्क, तलाब, जहां हरियाली और शांति अधिक हो।

वॉक शुरू करने से पहले अपने श्मि, कमर, बाजूओं और जूतों की जांच लें। कुछ महीनों की वॉकिंग के बाद आपको इनके नाम में अंतर महसूस होगा। यह परिवर्तन हो सकता है और आपकी स्वयं में अंतर महसूस हो सकता है और इससे आपको अपने रूटीन को जारी रखने की प्रेरणा मिलेगी।



दूढ़े कोई साथी

एक्सरसाइज रूटीन खोरीक भरा न हो उसके लिए एक कोई साथी दूढ़े लें, जो आपके इस प्रयास में बराबरी का साथ दे। वॉक करते समय बातचीत करते रहने से समय का पता नहीं चलता और आप अपने लक्ष्य तक आसानी से पहुंच भी जाते हैं। एक ऐसे घुन या दोस्त को चुनें जो अपने रूटीन को लेकर गंभीर रहे और फिटनेस के लक्ष्य तक पहुंचने के लिए

निर्वाचित रूप से सक्रिय बने रहें।

जानें शरीर में पानी की जरूरत

ज्यादातर लोग इस बात से सहमत हैं कि हमें दिन में औसतन 8 गिलास पानी पीना चाहिए, लेकिन पानी को यह मात्रा कई बातों पर निर्भर करता है, जैसे कि लिंग, उम्र, शारीरिक गतिविधियों का स्तर और पर्यावरण। चिकित्सा विशेषज्ञ बताते हैं कि जिस व्यक्ति की दोनों किडनी ठीक काम कर रही हों, उसे दिन में अपने शरीर के वजन के अनुपात में प्रति एक किलोग्राम पर 30 मिलीलीटर पानी पीना चाहिए।

विशेषज्ञों का कहना है कि जैसे-जैसे हमारी उम्र बढ़ती जाती है, हम पानी पीना कम कर देते हैं, लेकिन आवश्यक मात्रा में पानी पीना हमारे शरीर के लिए बेहद आवश्यक है। उन्होंने बताया कि किडनी का रोग होने पर ज्यादा पानी पीने से किडनी को कोई

फायदा नहीं होता, बल्कि डॉक्टर पानी पीने की सीमा तय कर सकता है। जब तक किडनीयों की कार्यप्रणाली 10 से 15 मिलीलीटर प्रति मिनट से कम न हो जाए, तो आम तौर पर होमियोपैथेटिक मेकनिज्म के जरिए, सोडियम और इंट्रवस्कूलर वोल्यूम कैलेंस बना रहता है।

विशेषज्ञों के अनुसार, उल्टी, दस्तिया, द्युरेटिक या हायपोवॉलिमिया होने पर मुर्दा की



कार्यप्रणाली कमजोर पड़ सकती है। उल्टी या दस्त के कारण शरीर में कम दूढ़ तरलता की भरपाई के लिए ऐसे मरीजों को अधिक पानी की जरूरत होती है। हमारी शारीरिक गतिविधियां पानी की मात्रा तय करती हैं। जैसे, अगर हम कसरत करते हैं तो हमारे शरीर से पसीने के जरिए ज्यादा पानी निकलता और इसकी पूर्ति के लिए ज्यादा पानी पीना होगा। आरंभ चंटे की कसरत के बाद एक या दो गिलास अतिरिक्त पानी

इसको भरपाई कर देंगे। अगर हम ज्यादा समय के लिए या गर्म माहौल में कसरत कर रहे हैं तो हमें कम से कम तीन गिलास अतिरिक्त पानी पीना चाहिए।

गर्म मौसम में पसीने को बचाव से खाने वाले पानी की पूर्ति के लिए ज्यादा पानी पीना चाहिए। ऊंचाई पर रहने वाले लोगों को भी ज्यादा पानी पीना चाहिए, क्योंकि ऑक्सीजन की कमी होने की वजह से सांस ज्यादा तेजी से चलती है और उस दौरान नमी का ज्यादा नुकसान होता है। माहौल कैसा भी हो, सभी को गर्म में अधिक पानी पीना चाहिए, क्योंकि गर्म और धर से बाहर बिना ज्यादा समय की वजह से शरीर से पानी काफी मात्रा में कम हो जाता है।

आखिर पकड़ा गया चाकू चोर



बैकूबर। पिछले कई दिनों से कनाडा की पुलिस बेहद परेशान थी। एक शक्ति अपराधी उनकी पकड़ से बाहर था। अंतर्राष्ट्रीय इनाम परलाक या कि अपने पीछे किसी भी प्रकार का सुदृढ़ नहीं छोड़ कर जा रहा था। पुलिस की फोरेन्सिक टोम भी पकड़ाई हुई थी। लेकिन अब पुलिस से उसे रंगे हाथों... सॉरी रंगे पैरों के साथ पकड़ लिया है जो भी सुदृढ़ के साथ, जो एक चाकू है। पुलिस ने उसे एक पकड़ा एक से इनाम तीन से चोरी कर रहा था। ये कोई ऐसा वेशा चोर नहीं बल्कि उड़ने वाला चोर है। और चोर एक बीआ है। जो हा, इरल हो गए ना आप। इस चोर कीए ने पुलिस को नाम में हमका रखा था। इसकी पुलिस ने पिछले दिनों क्राइम तीन से चाकू चुराते हुए पकड़ लिया।

चोर बीआ निरन चाकू, घरे और कार की चाबी, पुलिस के सामान हो चुराता था। इसके साथ ही अपनी चीज से पुलिस के सामान को खराब भी कर देता था।

बैकूबर पुलिस ने बताया कि जब बीआ पुलिस कार से चाकू चुरा रहा था, तब हमें देखा गया, 20, 30 फीट उड़ने के बाद उसने चाकू नीचे गिरा दिया। अब पुलिस से उसके पैरों में ब्रैमलेट छल दिया है, जिससे चोपीआरुम की मदद से उसके स्थान का पता लग सकता। पुलिस ने बताया कि बीए के मिलने से विभाग के लोग चीन को संपन्न हो रहे हैं।

कम करना है 90 फीसदी बिल तो अपनाएं यह ऐप



आज के दौर में शब्द आपके से ज्यादा लोग अपने घर से बाहर रहते हैं, तो ऐसे में आपको अपने घर भी बात करने पड़ती होगी, अब ये तो किसी से भी नहीं छुपा है कि एसटीडी कॉल कितनी महंगी हो गई हैं। लोकल कॉल का भी यही हाल है। इसी के चलते आप अपने मोबाइल में एसटीडी कॉल्स और लोकल कॉल्स को कम करने का एक भी उलबाते होगी।

लेकिन अगर हम कहें कि आपको एसटीडी और लोकल कॉल करने के लिए कोई एक उलबाते की जरूरत नहीं है तो खर्चाने करेगे आप। जी हाँ, हम आपको बताते जा रहे

हैं एक ऐसा तरीका जिससे आप महज 19 पैसे प्रति मिनट की दर से अपने घर बात कर सकते हैं।

दरअसल, ये एक ऐप के जरिये मुमकिन हो पाया है। केमम वॉयस कॉलिंग एप सिंगे एसटीडी और लोकल कॉल करने वालों को रियायत देती है। इस ऐप से आप महज 19 पैसे प्रति मिनट के चार्ज पर कॉल कर सकते हैं। इस कंपनी ने दावा किया है कि इस ऐप के जरिये आप 90 फीसदी तक अपने मोबाइल बिल कम कर सकते हैं। तो देर किस

बात की है जल्दी कीजिए और अपने फोन में इस ऐप को डाउनलोड करें।

आपको बता दें कि इस ऐप की कॉल करें देश के नामी टेलीकॉम ऑपरेटर्स जैसे- एयरटेल, वोडाफोन और आइडिया के मुकाबले बहुत कम है। सिंगे ऐप से कॉल करने के लिए आपके पास यह ऐप इंस्टॉल होना चाहिए। इसके लिए ये विलकुल भी जरूरी नहीं है कि जिसे आप कॉल कर रहे हो उसके पास भी ये ऐप हो। आप जिसे भी कॉल करना चाहते हैं सिंगे ऐप उस कॉन्टैक्ट को कॉल पर कॉन्टैक्ट कर देगा।

