

# बदलती राहें

(साप्ताहिक)

□ वर्ष 01 □ अंक 18 □ पृष्ठ : 04

□ मूल्य : 4 रुपये

धर्मशाला, 09 मई 2016

हर सोमवार को प्रकाशित

## सुधीर शर्मा ने किया 'गुंजन' कार्यालय का दौरा

धर्मशाला। शहरी विकास, आवास एवं नगर नियोजन मंत्री सुधीर शर्मा ने गैर सरकारी संस्था गुंजन के सिद्धबाड़ी स्थित कार्यालय एवं परिसर का दौरा किया। इस अवसर पर गुंजन के निदेशक संदीप परमार, साप्ताहिक समाचार पत्र 'बदलती राहें' के मुख्य संपादक पीपी रैना, सूचना एवं जन संपर्क विभाग धर्मशाला के उपनिदेशक अजय पराशर, गुंजन की समन्वयक दीपिका परमार एवं अन्य कर्मचारियों ने सुधीर शर्मा का स्वागत किया।

इस दौरान शहरी विकास मंत्री को गुंजन संस्था द्वारा चलाई जा रही विभिन्न गतिविधियों से अवगत करवाया गया। संस्था के निदेशक संदीप परमार ने उन्हें गुंजन द्वारा

एचआईवी/एड्स पीड़ितों के पुनर्वास और नशे के खिलाफ चलाए कार्यक्रमों एवं अन्य समाज कल्याण गतिविधियों के कार्यान्वयन के बारे में जानकारी दी। इस दौरान उन्हें संस्था की विभिन्न रिपोर्ट्स भी सौंपी गईं।

सुधीर शर्मा ने इस अवसर पर धर्मशाला क्षेत्र में कार्यान्वित की जा रही विभिन्न विकासत्मक योजनाओं के बारे में जानकारी दी। उन्होंने गुंजन संस्था से इन योजनाओं के प्रभावी कार्यान्वयन के लिए उनकी विशेषज्ञता एवं अनुभव सांझा करने और सहयोग का आग्रह किया।

पीपी रैना ने शहरी विकास मंत्री को 'रैम्पस' सोसायटी द्वारा लोगों को भूकंप एवं अन्य प्राकृतिक आपदाओं



बारे जागरूक करने के लिए उठाए गए कदमों के बारे में अवगत करवाया। उन्होंने मंत्री से धर्मशाला नगर निगम

क्षेत्र और धर्मशाला विधानसभा क्षेत्र की अन्य पंचायतों में वरिष्ठ नागरिकों के लिए 'ड्रॉप इन सेंटर' स्थापित करने

का आग्रह किया। शहरी विकास मंत्री ने क्षेत्र में विभिन्न जगहों पर इस प्रकार के केंद्र स्थापित करने की संभावनाएं तलाशने का आश्वासन दिया। सुधीर शर्मा ने लोक निर्माण विभाग के अधिकारियों को तपोवन विधानसभा मार्ग से गुंजन कार्यालय तक के संपर्क मार्ग को पक्का करने के निर्देश भी दिए।

इसके उपरांत, उन्होंने तपोवन में सिंचाई एवं जन स्वास्थ्य विभाग के निर्माणाधीन विश्राम गृह के कार्य की प्रगति का जायजा लिया तथा विभाग को इसे शीघ्र पूरा करने के निर्देश दिए। इस दौरान सिंचाई एवं जन स्वास्थ्य विभाग के अधिशाषी अभियंता दीपक गर्ग सहित अन्य अधिकारी भी उपस्थित रहे।

## जानें पुराने भवन भूकंपरोधी बनाने की तकनीक

हमने पिछले अंक में भूकंप के बारे में विस्तृत से जानकारी दी थी। अब भूकंप को जानने के बाद इससे बचाव का सबसे महत्वपूर्ण कारक हमारा अपना घर है। अब हम बताएंगे कि किस तरह

अपने मकान या भवन को भूकंप रोधी बनाया जा सकता है, जिससे भूकंप आने पर कम से कम नुकसान हो। अक्सर बड़े भूकंपों में सबसे ज्यादा जान-माल का नुकसान घरों या भवनों

के गिरने से ही होता है। लिहाजा घर या भवन को भूकंपरोधी बनाने की तकनीक ही इस नुकसान को कम करने का एकमात्र उपाय है। किसी भी मकान की मरम्मत एवं सुदृढ़ीकरण करने के

लिए मकान का विस्तृत सर्वेक्षण करना आवश्यक है। साथ ही उपयोग की गई सामग्री की पूरी जानकारी होना आवश्यक है। तभी यह निर्णय लिया जाना संभव है कि संबंधित मकान में

कौन से सुधार कर भूकंपरोधी बनाया जा सकता है। यह सब एक योग्यता प्राप्त इंजीनियर द्वारा किया जाना चाहिए जिसे भूकंपरोधी निर्माण कला का समुचित ज्ञान हो।

### मौजूदा मकान का सुदृढ़ीकरण

किसी भी पुराने मकान का भूकंपीय व्यवहार कई बातों से प्रभावित होता है, जिनमें से कुछ इस प्रकार हैं:

■ मकान की मूल संरचनात्मक कमियां, समय बीतने के साथ प्रयुक्त सामग्री का जर्जर और कमजोर होते जाना, वर्षों से उपयोग में आने के कारण इसमें अतिरिक्त कमरों या ऊपरी मंजिलों का निर्माण तथा नए दरवाजों एवं खिड़कियों का बनाना, नए विस्तार से असमरूपता होना इत्यादि।

■ जब किसी मकान का भूकंपीय मूल्यांकन यह दर्शाये कि मकान की सामर्थ्य भविष्य के भूकंप के लिए पर्याप्त नहीं है तो उसकी मूल-सामर्थ्य बढ़ाने के कार्यों को सुदृढ़ीकरण कहते हैं।

■ जितने भी सुधार वे निर्माण के मान्य सिद्धांतों एवं रूपरेखा के तरीकों के अनुरूप हों। यह कार्य केवल मकान के कमजोर हिस्सों या अवयवों की सामर्थ्य बढ़ाने तक ही सीमित न होकर, मकान के पूरे ढांचे के व्यवहार को ध्यान में रखते हुए किए जाएं।

■ दोनों दिशाओं में पार्श्विक सामर्थ्य बढ़ाने का कार्य प्रबलन द्वारा अथवा दीवारों की मोटाई बढ़ाकर या नए स्तंभों और दीवारों का निर्माण कर, दीवारों के प्रभावी क्षेत्रफल को बढ़ाना।

■ इसके अवरोधक अवयवों को आपस में जोड़ों से मिला देने से ढांचा एक इकाई की तरह काम करे ताकि मकान के कंपनों से जो जड़त्व बल उत्पन्न हो, वह ऐसे अवयव जिनमें इनके अवरोध करने की क्षमता है, तक संचालित हो जाए। ऐसे विशेष महत्व के मुख्य भाग जिन पर ध्यान दिया जाए ये हैं - 1. छतों या फर्शों का दीवारों से जोड़। 2. सीधी दीवारों तथा आड़ी दीवारों के मिलने वाले स्थानों के जोड़। 3. दीवारों तथा नीव के मिलने वाले जोड़ों के स्थान।

■ ऐसे अंशों या भागों को निकाल दिया जाए जो कमजोरी के स्रोत हों या जिन से ढांचे के कुछ भागों या हिस्सों में केंद्रित प्रतिबल उत्पन्न होते हैं। अवरोधक अवयवों की असमरूपता, एक मंजिल से दूसरी मंजिल के फर्शों के दृढ़ता में अचानक बदलाव, भारी वजनों का किसी छोटे हिस्से में केंद्रित होने, दीवारों में ऐसे बड़े खुले भागों का होना जो कि चारों तरफ से प्रबलित न हो, इत्यादि कुछ दोषों को ऐसे उदाहरणों में गिनया जा सकता है।

■ बिखरकर ढह जाने की संभावना को उचित प्रबलन और अवरोधक भागों को आपस में जोड़कर दूर किया जाता है। सुदृढ़ीकरण के कार्य की लागत अत्यधिक होने के कारण इसके विभिन्न पहलुओं पर विचार किया जाना आवश्यक है और सुदृढ़ीकरण के कार्य का औचित्य सिद्ध होने पर ही इस कार्य को किया जाना चाहिए। अतः जितने भी परिवर्तन किए जाए, वह सुदृढ़ीकरण सिद्धांत से पता लगाने चाहिए और साथ ही साथ स्थानीय कारकों पर जो कि प्रत्येक मकान पर लगाए जाते हैं, के आधार पर होने चाहिए।

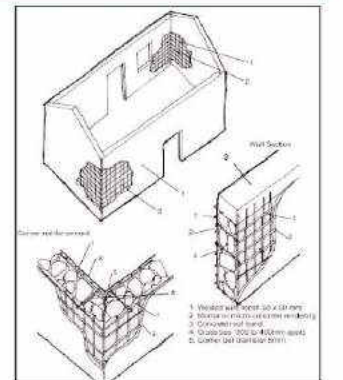
### मरम्मत सामग्री

सभी प्रकार की क्षतियों की मरम्मतों में सीमेंट तथा सरिये का प्रयोग सर्वसुलभ एवं सर्वमान्य सामग्री के रूप में किया जाता है। परंतु कई मौकों पर कम सिकुड़ने वाला सीमेंट या एक प्रकार का संमिश्रण जैसे एल्यूमीनियम पाऊडर का प्रयोग सामान्य पोर्टलैंड सीमेंट के साथ किया जाना उचित रहता है। लोहे की जरूरत कई रूपों में पड़ती है, जैसे वोल्ट्स, छड़ी, ऐंगल्स, चैनल्स, इक्सपेंडेड मेटल्स और तारों की जाली। अस्थायी सहारों तथा मचान बनाने में लकड़ी तथा बांस का प्रयोग सभी जगह किया जाता है तथा इसकी आवश्यकता गोल बलियों, स्लीपर और तख्तों के रूप में पड़ती है।

### दीवारों का सुदृढ़ीकरण

■ नई दीवारों को जोड़ना : यदि मौजूदा मकान का आकार असमरूप है तो इसे भूकंप के दौरान इसमें खतरनाक मरोड़-बल पैदा होते हैं। इससे मकान को अत्याधिक क्षति हो सकती है। मकान का दृढ़ता का केंद्र और पूरे मकान के द्रव्यमान का केंद्र बिंदू एक समान करने हेतु मकान के भागों को विभाजित करना होता है ताकि प्रत्येक भाग समरूप हो सके। या ऊर्ध्वाधर दिशा में नए अवयवों को डालना-जैसे नई चिनाई या प्रबलित कंक्रीट दीवारें या तो भीतर की ओर उपरूपक दीवार के रूप में या बाहर की ओर पुस्ता या भित्ती स्तंभ द्वारा किया जाना आवश्यक है।

■ मौजूदा दीवारों का सुदृढ़ीकरण : मकान की पार्श्विक मजबूती में सुधार मकान की सभी मजबूती दीवारों, चाहे



वह अंदर की हो या बाहरी अथवा इन दीवारों में दरारें हो या न हो, की सामर्थ्य एवं दृढ़ता में बढ़ोतरी करने से ही आ सकती है।

■ ग्राउंटिंग द्वारा।  
■ दीवारों के दोनों ओर ऊर्ध्वाधर

■ शेष पृष्ठ 2 पर

### नीव सुदृढ़ीकरण

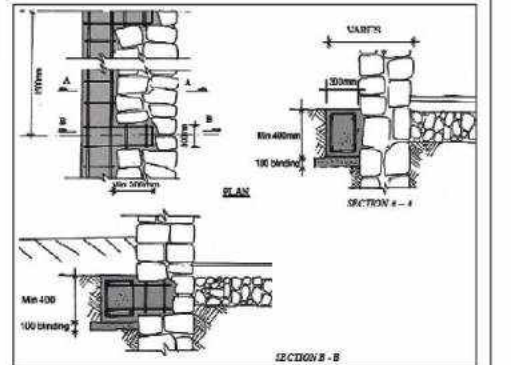
नीवों का भूकंपीय सुदृढ़ीकरण करना एक विशेष कार्य है जो भूकंप के पहले अथवा बाद में किया जाता है क्योंकि इसमें सावधानी से अंडरपिनग की तकनीक से उक्त कार्य का संपादन किया जाता है।

■ मकान में कुछ नए भारवाही अवयवों को जोड़कर ऐसे अवयवों पर, जिन पर अधिक भार पड़ रहा है से मुक्त कर दिया जाता है। इस प्रक्रिया में जैक लगाने की आवश्यकता पड़ सकती है।

■ मकान के आसपास जल निकासी की व्यवस्था में सुधार कर नीव के नीचे से मिट्टी को संतृप्त होने से रोकना जरूरी है अन्यथा द्रवीकरण की समस्या हो सकती है।

■ मकान के चारों ओर प्लिंथ रक्षक बना देना चाहिए इससे नीव में पानी नहीं घुसेगा और वर्षा का जल भी नीव में नहीं जाएगा।

■ मकान की मौजूदा नीव के अगल-बगल में मजबूत अवयव जैसे एक प्रबलित कंक्रीट की पट्टिका जैसी पट्टी को



लगा दिया जाए। ये विभिन्न दीवारों की नीव को आपस में जोड़कर बांधने का कार्य भी करेगी और इसे दीवार के दोनों तरफ लगाया जा सकता है। मकान के अंदर के फर्श की खुदाई से बचने के लिए अतिरिक्त चौड़ाई केवल एक तरफ में, दीवार के बाहर की ओर करके उक्त कार्य को संपादित किया जा सकता है।

■ शेष पृष्ठ 2 पर

# असंभव है प्राकृतिक व्यवस्था के विरुद्ध अस्तित्व

प्रकृति के विरुद्ध जाने से मानव प्रदूषित जल, खाद्यान्न और पर्यावरण झेलने को मजबूर हैं। लेकिन तथाकथित हरित क्रांति के विनाशक, शोषणकारी, अमानवीय और अवैज्ञानिक दोहन ने किसान और उपभोक्ता दोनों को तबाही के कगार पर लाकर खड़ा कर दिया है। विडम्बना है कि शोषणकर्ता और शोषित सभी प्रदूषणमुक्त खाद्यान्न और पर्यावरण चाहते हैं लेकिन इसके लिए पूरी तरह ईमानदारी से प्रयास नहीं किए जा रहे हैं। इसके चलते लोग अभिशप्त जीवन जीने को विवश हैं। मधुमेह, कैंसर, हृदय रोग जैसी जानलेवा बिमारियां लोगों को असमय मृत्यु के मुंह में धकेल रही हैं।

प्रकृति से दोस्ताना तो हो सकता है लेकिन उसका अप्राकृतिक और अनियोजित दोहन हमें तबाही के मुहाने पर ला कर छोड़ देता है। जीवन के किसी भी क्षेत्र में अनियोजित विकास की प्रक्रिया मुसीबत को आमंत्रण देती है। तथाकथित आधुनिक विकास ने सम्पूर्ण विश्व की चूल् में हिला कर रख दी है। भले ही आज हम विकास के जितने मर्जी नगाड़े पीटें, धमक में विनाश के अलावा कुछ ओर सुनाई नहीं देता। पहाड़ नंगे होने को हैं, नदियां सूखने के कगार पर हैं, जंगलों में आए दिन होने वाले दावानल ने पशु-पक्षियों के अतिरिक्त वानस्पतिक जीवन पर ग्रहण लगा दिया है, खेत तबाह हो रहे हैं और असम से लेकर अमेरिका तक तक किसान आत्महत्या करने को मजबूर हैं। हम इन सबकी चिन्ता करते तो हैं पर जागते में सोते हुए। रासायनिक और जैविक खेती के नाम पर किसानों का शोषण बदस्तूर जारी है। आँखों पर स्वार्थ की काली पट्टी बांधे हम लोग आए दिन तबाही की खानें खोद रहे हैं। 'सर्वे भवन्तु सुखिना' के मूलमंत्र को भूल कर हम, अपने विनाश के किले चिन्ने में मशगूल हो कर, आने वाली पीढ़ियों को जहन्नम में धकेलने का स्थायी प्रबंध कर चुके हैं। पहले भूखे पेटों को भरने के नाम पर हरित क्रांति और फिर लालच की इतिहास में देश में पूरब से पश्चिम और उत्तर से दक्षिण तक खेतों में तबाही के ऐसे बीज बो चुके हैं, जो अब रक्तबीज में परिवर्तित हो चुके हैं। लेकिन हमारा लालच और स्वार्थ किसी ऐसी

देवी को जन्म नहीं लेने दे रहा है, जो अपने खप्पर में इन्हें समेट सके। देश के 12 से अधिक राज्य सूखे की चपेट में हैं और आजादी के लगभग 70 सालों के बाद भी हमारे वित्त मंत्री सहित सभी लोग मानसून के लिए अपना दामन बिछाए बैठे हैं। इससे दयनीय स्थिति और क्या हो सकती है?

इन तमाम बातों को ध्यान में रखते हुए पिछले हफ्ते पालमपुर के चौधरी सरवण कुमार कृषि विश्वविद्यालय में राज्यपाल आचार्य देवव्रत की अगुवाई में जिला भर के किसान और विश्वविद्यालय के वैज्ञानिक, प्राध्यापक और छात्र विश्व में ऋषि, आध्यात्मिक या जीरो बजट खेती के प्रणेता पद्मश्री सुभाष पालेकर के मार्गदर्शन में शाश्वत खेती की सरल परिभाषा सीखने के लिए एकत्रित हुए। चार दिनों तक चली इस कार्यशाला में श्री पालेकर ने प्रतिभागियों को बताया कि प्रकृति के विरुद्ध कार्य करने से हमारा अस्तित्व संकट में पड़ चुका है। बेहतर होगा कि खाई में जाने वाले अपने कदमों को मोड़ कर, हम अपना और आने वाली पीढ़ियों का भविष्य सुरक्षित बनाएं। ऐसा कृषि तंत्र जो प्राकृतिक स्रोतों, जैसे जीव, जमीन, जल, पर्यावरण और मानवीय स्वास्थ्य को क्षति पहुंचाए बिना, शाश्वत रूप में अक्षुण्ण रखे और उनको सुरक्षा प्रदान करे और इन तमाम

स्रोतों को इस पद्धति से मानव के आर्थिक तथा आध्यात्मिक विकास के लिए उपयोग करे, जिससे अर्थव्यवस्था और नैतिकता बलवान हो, को शाश्वत कृषि कहा जा सकता है। अब प्रश्न उठता है कि क्या रासायनिक कृषि को शाश्वत कृषि कहा जा सकता है। तमाम विसंगतियों को देखते हुए ऐसा कहना न्यायोचित नहीं। आधुनिक या रासायनिक खेती अगर एक रुपये में हो

विडम्बना है कि शोषणकर्ता और शोषित सभी प्रदूषणमुक्त खाद्यान्न और पर्यावरण चाहते हैं लेकिन इसके लिए पूरी तरह ईमानदारी से प्रयास नहीं किए जा रहे हैं। इसके चलते लोग अभिशप्त जीवन जीने को विवश हैं। मधुमेह, कैंसर, हृदय रोग जैसी जानलेवा बिमारियां लोगों को असमय मृत्यु के मुंह में धकेल रही हैं।

इन तमाम समस्याओं का निदान ऋषि खेती में संभव है और यह पद्धति हमें प्रकृति से जुड़ कर आध्यात्मिक जीवन जीना सिखाती है। देखने-सुनने में भले ही विचित्र लगे किन्तु विदर्भ, तेलंगाना, कर्नाटक, राजस्थान जैसे सूखाग्रस्त

राज्यों में ऋषि खेती से बीजे खेत तो लहरा रहे हैं किन्तु रासायनिक खेती या जैविक पद्धति के तहत की गई कृषि सूखी पड़ी है। तेलंगाना के मुख्यमंत्री श्री चन्द्र बाबू नायडू ने श्री सुभाष पालेकर को अपने राज्य में ऋषि या आध्यात्मिक खेती की कमान सौंपी है। ऐसा करने वाला तेलंगाना देश का प्रथम राज्य बन गया है। भले ही सिक्किम ने जैविक खेती के मामले में देश में पहल की हो, किन्तु इससे होनी वाली हानियों को देखते हुए देर-सवेर उसे भी ऋषि खेती की ओर बढ़ना ही होगा। कुछ लोगों का कहना है कि छोटी जोतों में आध्यात्मिक खेती संभव नहीं। किन्तु सहकारिता से यह भी संभव है। रासायनिक खेती क्रिकेट की

तरह है, जबकि ऋषि खेती फुटबाल की तरह, गोल कोई भी करे, जीतेगी टीम ही किन्तु प्रयास सामूहिक होंगे। एकजुटता ऐसी खेती का हल है। यह पद्धति हमें एकाकी नहीं सामूहिक जीवन की ओर प्रेरित करती है। सबसे बड़ी बात इसमें खर्चा, न के बराबर है। खेत या घर में मौजूद सभी स्रोतों का वैज्ञानिक प्रयोग ही इसका आधार है। इसीलिए इसे जीरो बजट खेती या प्राकृतिक कृषि ईश्वरीय व्यवस्था कहा जाता है। यह पद्धति भूमि में जीव-जन्तुओं की भूमिका को महत्वपूर्ण मानती है और देशी गाय के गोबर को जामन के रूप में इस्तेमाल करती है। सभी प्रयुक्त संसाधन स्वदेशी होते हैं और मुख्य फसल में जैव विविधता होती है। जीवामृत ऋषि खेती में संजीवनी का कार्य करता है। इसमें प्रयुक्त तमाम संसाधन हमारे आस-पास ही उपलब्ध रहते हैं, अतः शोषण का कोई प्रश्न ही नहीं उठता। बस आवश्यकता है एक सकारात्मक कदम उठाने की। मन में अगर कोई संदेह हो तो पद्मश्री सुभाष पालेकर की वैबसाईट या आध्यात्मिक/ऋषि खेती को देखा जा सकता है। किन्तु प्रयोग के लिए तो अपने हाथ-पांव मारने होंगे और दिलो-दिमाग के दरवाजे भी खोलने होंगे। मेहनत का किसी भी युग में कोई विकल्प नहीं रहा और सफलता कभी आसानी नहीं मिलती।

-अजय पाराशर  
क्षेत्रीय निदेशक, सूचना एवं  
जनसंपर्क विभाग, क्षेत्रीय कार्यालय  
धर्मशाला

## पृष्ठ 1 के शेष

### दीवारों का सुदृढ़ीकरण

दिशा में प्रबलित कंक्रीट का अतिरिक्त आवरण देकर।

■ दीवारों को पूर्व प्रतिबलित करके।  
□ **ग्राउटिंग** : दीवार में कई छेद (प्रति वर्ग मीटर क्षेत्रफल के हिसाब से) ड्रिल मशीन से किए जाएं। सबसे पहले दीवार के भीतरी हिस्सों की सफाई स्वच्छ पानी की तेज धार से करें जिससे ग्राउट मिश्रण एवं दीवारों की सतह के बीच समुचित पकड़ में वृद्धि एवं बढ़ोतरी होती है। इसके बाद सीमेंट एवं पानी के घोल (1:1 के अनुपात में) को कम दबाव पर उक्त छेदों और दरारों में भर दें। इस बात का विशेष ध्यान रखें कि दरारों अथवा छेदों को भरने का विशेष कार्य हमेशा नीचे से आरंभ करना चाहिए तथा ऊपरी सतह पर समाप्त किया जाना चाहिए।

□ **लोहे की जाली से सुदृढ़ीकरण करना** : सरिये की दो जालियों के टुकड़ों को वेल्ड करके यह जाली बनाई जाती है तथा एक छिद्र का माप लगभग (50 गुणा 50 मि.मी.) को दीवार के दोनों ओर रख दें तथा इनको सरिये से जोड़ दें (लोहे के टुकड़ों की आपस में दूरी 500 मि.मी. से 750 मि.मी. के आसपास हो) इसके बाद दोनों ओर की जालियों के ऊपर 20 मि.मी. मोटाई का

सीमेंट प्लास्टर अथवा महीन कंक्रीट मसाले से ढक दें।

### नींव सुदृढ़ीकरण

यह अतिरिक्त चैड़ाई मौजूदा नींव की सतह से थोड़ा ऊपर या उसके स्तर पर की जानी चाहिए। कई मामलों में प्रबलित कंक्रीट पट्टी और दीवार को मौजूदा दीवार की नींव के आरपा, कुंजियों का अंदर डालकर अच्छी तरह से आपस में जोड़ा जाता है।

### □ प्रबलित कंक्रीट के घटकों का सुदृढ़ीकरण

प्रबलित कंक्रीट के घटकों का सुदृढ़ीकरण का कार्य स्ट्रक्चरल इंजीनियर से ही कराना चाहिए तथा यह कार्य गणना के अनुसार होना चाहिए।

■ प्रबलित कंक्रीट के स्तंभों का सुदृढ़ीकरण का सबसे अच्छा उपाय 'जैकेट' तकनीक द्वारा किया जाता है। इसमें स्तंभों के चारों ओर लोहे की छड़ों का पिंजरा जैसा जाल बना कर उसमें लंबवत् और पार्श्विक तारों का प्रबलन स्तंभ के चारों ओर किया जाना चाहिए जिसमें एक कंक्रीट बन जाए। इससे जितनी सामर्थ्य और तन्यता चाहिए प्राप्त की जा सकती है।

■ इस तकनीक से प्रबलित कंक्रीट की बीम की जैकेटिंग भी की जा सकती है।

लोहे के छड़ों को रोकने हेतु छत या फर्श में ड्रिल करके छेद किए जाते हैं।

इसी प्रकार की तकनीक में अपरूपण दीवार का सुदृढ़ीकरण भी किया जा सकता है।

■ जहां स्तंभों तथा बीम की माप अपर्याप्त हों, वहां इनके आवरण को पूर्णतः हटा दें। पुराने सरियों से नए सरियों को बेल्लिंग कर अच्छी तरह से जोड़ दें तथा पुनः उनपर सीमेंट का आवरण देकर ढक दें। सभी मामलों में जब पुरानी कंक्रीट पर नई कंक्रीट की जाती है तो मूल सतह को पहले अच्छी तरह से खुरदरा कर लेना चाहिए तथा इसमें जो खोचे उपयुक्त दिशा में किए जाएं जिससे उक्त अवयव की अपरूपण, सामर्थ्य के स्थानान्तरण को बल मिले। अतिरिक्त सरियों के छोरों को स्थिति के अनुसार अगल-बगल के स्तंभों या बीम के सरियों से बांध देना चाहिए।

■ प्रबलित कंक्रीट की बीमों का सुदृढ़ीकरण पूर्वप्रतिबलन द्वारा भी किया जा सकता है जिससे इसमें लगने वाले विपरीत आघूर्ण बलों को संतुलित किया जा सके। इसमें लोहे की तारें, बीम के पेट बाहरी तरफ से खींची जाएगी तथा इसको बीम के छोर पर प्लेट से बांधा जाएगा।

## बहाने नहीं, अवसर खोजिए



एक गांव था। उस गांव में लोग श्रमदान से चौपाल बना रहे थे। गांव के सभी लोग काम में लगे हुए थे। लेकिन वहां एक व्यक्ति उदास खड़ा हुआ था। गांव के सरपंच ने जब यह देखा तो वो उस व्यक्ति के पास गए।

सरपंच ने उस व्यक्ति से कहा, आपको काम में हाथ बंटाना चाहिए। उस व्यक्ति ने कहा, सरपंच जी मैं तीन दिन से भूखा हूँ। तब सरपंच ने कहा, ठीक है भाई तुम मेरे घर जाकर भोजन कर लो। वह व्यक्ति सरपंच के घर गया और उसने पेट भर के भोजन किया। अब सरपंच ने कहा, तुमने भोजन तो कर लिया अब काम में हाथ

### प्रेरक प्रसंग

बंटाना। वह व्यक्ति बोला, नहीं सरपंच जी क्योंकि मेरा पेट भर गया है। मैं आपके यहां थोड़ी देर आराम करना चाहूंगा।

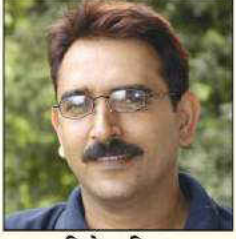
सार : किसी ने सही कहा है कि अवसर खोजने वाले अवसर खोज लेते हैं और बहाना खोजने वाले बहाना।

जितना अध्ययन करते हैं, उतना ही हमें अपने अज्ञान का आभास हो जाता है।  
-रवामी विवेकानंद



# गज़ल में व्यंग्य की धार

**कि** सी विषय को हास्य-प्रधान बनाकर, प्रस्तुत करके उस विषय के प्रति



द्विजेन्द्र द्विज  
विभागाध्यक्ष, अनुप्रयुक्त  
विज्ञान एवं मानविकी  
राजकीय पॉलिटेक्निक  
कांगड़ा (हिप्र)

मनोरंजन, घृणा, रोष अथवा तिरस्कार के भावों को उभारने की साहित्यिक कला को व्यंग्य कहा जाता है। व्यंग्य, मुख्यतः सुधार की अपेक्षा से विकृत अभिरुचियों, स्थितियों, विसंगतियों, वृत्तियों व कुप्रथाओं के उपहास की कला है। इस कला में हास्य व्यंग्योक्ति अथवा विद्रूप को एक अस्त्र की तरह एक ऐसे लक्ष्य पर प्रयोग में लाया जाता है जो सामान्यता रचना के बाहर अपना स्वतंत्र अस्तित्व रखता है। व्यंग्य का यह लक्ष्य अथवा पात्र मुख्यतः व्यंग्य कलाकार का समूचा परिवेश और परिवेशजन्य यथार्थ, धार्मिक, सामाजिक, आर्थिक, राजनैतिक व साहित्यिक संस्थाएँ तथा उनसे जुड़े व्यक्तियों का पाखण्डपूर्ण, आडंबरयुक्त आचरण इत्यादि था और भी बहुत कुछ या कुछ भी हो सकता है, जिसे बड़े गणितीय ढंग से व्याख्यायित नहीं किया जा सकता।

व्यंग्य की धार का प्रयोग समूचे विश्व के साहित्य के साहित्य तथा अन्य कलाओं की लगभग प्रत्येक विधा में होता आया है। इसे व्यंग्य की प्रभावोत्पादकता ही कहेंगे कि आर्कीलोकस जैसे यूनानी कवियों के व्यंग्य-बाण अपने लक्षित व्यक्तियों को आत्महत्या तक का मार्ग सुझा देते थे। संस्कृत-साहित्य के अत्यंत समृद्ध कोष में भी असंख्य व्यंग्य-रचनाओं, सूक्तियों एवं व्यंग्योक्तियों का असीम भंडार है। हिन्दी-साहित्य में भी दोहे जैसी प्राचीन एवं लोकप्रिय काव्य-विधा (जिसे कबीर जैसे सुधारक संतों ने भी अपनी अपनी अभिव्यक्ति का माध्यम बनाया) में

भी व्यंग्य का प्रयोग 'चाव करें गंभीर' (बिहारी) के उद्देश्य से ही किया गया था, और आज भी प्रचलित है। उर्दू साहित्य में भी गज़ल के माध्यम से व्यंग्य का प्रचुर प्रयोग देखने को मिलता है। 'हुआ है शह का मुसाहिव फिरे है इतराता, वगर्ना शहर में 'गालिब' की आबरू क्या है? बज्म-ए-शहशाह में अश आरका दफ्तर खुला रखो याब, ये दरमगज़ीना-ए-गोहर खुला-गालिब मिर्जा गालिब के इस शेर में व्यंग्य-बाण तो उस्ताद जौक पर लक्षित है लेकिन व्यंग्य के पात्र के रूप में 'गालिब' ने अपना तखल्लुस (उपनाम) प्रयोग किया है। (उर्दू गज़ल में शायर के तखल्लुस का प्रयोग गज़ल के मक़्ते-अंतिम शेर-में करना अनिवार्यता भी है।)

इसी तरह मोमिन का व्यंग्य-बाण: 'उग्र सारी तो कटी इश्क़-ए-बुताँ में 'मोमिन' आखिरी उग्रमें क्या खाक मुसल्माँ होंगे'

भी कालातीत है तो अक़बर इलाहाबादी का यह व्यंग्य-बाण भी बहुत-से श्रोताओं और पाठकों की भावनाओं का विरेचन कर पाने के लिए आज भी उतना ही समर्थ, सक्षम एवं प्रासंगिक है:

'कौम के गुम में डिनर खाते हैं हुक्काम के साथ रंज लीडर को बहुत है मगर आराम के साथ' अमीरमोनाई का उपदेशक महोदय (जनाब-ए-वाइज़) के लिए यह शेर क्या कम है?: 'वाइज़ किताब-ए-वाज़ लिए हैं तो क्या हुआ बोटल शराब की भी तो पिन्हा बगल में है'

(उपदेशक महोदय उपदेशों की पुस्तक लिए हुए हैं तो क्या हुआ, शराब की बोटल भी तो उन्हीं की बगल में छुपी है...)

हिन्दी गज़ल ने भी साहित्य में अपना एक विशेष स्थान बनाया है। गज़ल के शेर के दो मिसरों (पौकियों) की सूक्ति व दोहे जैसी मारक-क्षमता, प्रभविष्णुता, सहज सम्प्रेषण एवं उद्गर्णीयता के कारण ही तो गज़ल इतनी लोकप्रिय है। साहित्य की प्रत्येक विधा अपने समय के स्वरूप को प्रतिबिंबित करती है।

हिन्दी गज़ल ने भी अपने विशिष्ट अंदाज़ में अपने समय के यथार्थ को परिलक्षित और

प्रतिध्वनित करके अपनी भाषा के साहित्य को समृद्ध किया है, हमारे वर्तमान की स्थितियों की विडम्बना, ढोंग एवं विद्रूप पर अचूक व्यंग्य-बाण साधे हैं। करोड़ों लोगों की भावनाओं को अभिव्यक्ति दी है। गज़ल विधा ने:

'सिर्फ़ हंगामा खड़ा करना मेरी फ़ितरत नहीं मेरा मकसद है कि ये सूरत बदलनी चाहिए' (दुष्यंत कुमार)

के उद्देश्य से हमारे समूचे परिवेश की विसंगतियों पर अपने व्यंग्य को लक्षित किया है। कुछ उद्गर्णीय शेर इसी तथ्य के साक्ष्य हैं:

'भूख है तो सब कर रोटी नहीं तो क्या हुआ आजकल दिल्ली में है जेरे-बहस यह मुद्दा'

-दुष्यंतकुमार  
'रोज़ अख़बारों में पढ़कर यह ख़याल आया हमें इस तरफ़ आती तो हम भी देखते फ़स्ले-बहार'

-दुष्यंतकुमार  
'काजू भुनी, फ्लेट में, विस्की गिलास में उतरा है राम-राज विधायक निवास में'

-अदम गोंडवी  
'दस्तूर का निभाना बंदिश है मयकदे की जो हैं गिलास ख़ाली उनको भी जाम कहिए'

'तुम्हें भले ही निवाला दिखाई देता है हमें तो दाल में काला दिखाई देता है'

'धृतराष्ट्र को पसन्द के संजय' भी मिल गए आँखों से देख कर भी जो मुकरे बयान से'

सद्भाव तो कटेगा किसी पेड़ की तरह लेंगे ये काम भी वो मगर संविधान से.

व्यंग्य की धार जीवन और उसके यथार्थ की संश्लिष्टता को अपना निशाना बनाकर साहित्य को रुचिकर और पठनीय बनाती है, उसकी प्रभावोत्पादकता में गुणांक वृद्धि करती है, संवेदनशील जनमानस का ध्यान आकर्षित करती है, आज व्यंग्य अंधेरा बाँटने वाली तमाम

शक्तियों (अंधेरों के सौदागरों) को आत्महत्या करने पर विवश भले ही न करता हो परंतु ऐसी शक्तियों को पहचानकर उनके विरुद्ध लंबा वैचारिक युद्ध छेड़ने के लिए संवेदनशील पाठक या श्रोतावर्ग को झिंझोड़ता अथवा आकृष्ट अवश्य करता है। हमारे वर्तमान में व्यक्तित्व लोप अथवा निर्व्यक्तिकरण, बेचेहरगी और छवि-बिहीनता के दौर में देश के तथाकथित कर्णधारों तथा उन्हें चुनने वाली दिशाहीन भ्रमित, स्वार्थी भीड़ की सत्ता की भी कोई स्वतंत्र छवि बची ही नहीं है। आदर्शों और आधारभूत जीवन-मूल्यों की बदलती हुई परिभाषाओं के परिवेश में व्यंग्य के लक्षितों में व्यंग्य का सामना कर पाने का नैतिक साहस ही नहीं बचा है कि वे स्वयं को व्यंग्य में प्रतिबिंबित होता देखकर अपने आचरण में परिवर्तन करें। दोगली, ढोंगी, स्वार्थी व्यवस्था और उसके नियामकों, नियन्ताओं तथा आधारभूत रूप से इस लचर व्यवस्था को जन्म देने वाली स्वार्थी शक्तियों के पास व्यंग्य को पढ़ने तथा सूरते-हाल को बदलने में सहायक होने का नैतिक साहस तो है ही नहीं। और फिर:

'यहाँ अंधेरों के ताजिर ये चाहते ही नहीं धुले ये रात की काजल-सी रौशनी फिर से'

'जबसे काँटों की तिजारत ही फली-फूली है कोई मिलता ही नहीं फूल उगाने वाला'

'सूरज के रहे दुशमन वो लोग सदा जिनका सूरज के उजाले में कोई काम नहीं होता'

'हैं धूप चुराने की साज़िश में सभी शामिल अब शहर की सड़कों पर कोहराम नहीं होता'

फिर भी व्यंग्य उन्हें अपना निशाना बनाकर परिवर्तनकामी / परिवर्तनाभिलाषी जागरूक जन मानस का भावविरेचन अथवा भावोन्मन तो करता ही है। व्यंग्य की यही शक्ति हिन्दी गज़ल की सबसे बड़ी पूंजी है, गौरवान्वित होने के लिए भी तथा साहित्य में अपनी भूमिका तलाशने के लिए भी।

## गज़ल

चुपियाँ जिस दिन खबर हो जाएंगी हस्तियाँ ये दर-ब-दर हो जाएंगी

आज हैं अमृत मगर कल देखना ये दवाएँ ही जहर हो जाएंगी

सीख लेंगी जब नई कुछ थिरकनें बस्तियाँ सारी नगर हो जाएंगी

सभ्य-जन हैं, आस्थाएँ, क्या खबर अब इधर हैं, कब किधर हो जाएंगी

अब तटों से भी हटा लो कश्तियाँ वरना तूफ़ान की नजर हो जाएंगी

गो निजामें अमन है पर देखना अमन की बातें ग़दर हो जाएंगी

गर इरादों में नहीं पुख्ता यकीं सब दुआएँ बेअसर हो जाएंगी

मंजिलों की फ़िक्र है गर आपको मंजिलें खुद हमसफ़र हो जाएंगी

जिंदगी मुश्किल सफ़र है धूप का हिम्मतेँ आखिर शजर हो जाएंगी

द्विज, तेरी गज़लें अगर हैं बे-बहर प्रेम से लिख, बा-बहर हो जाएंगी।

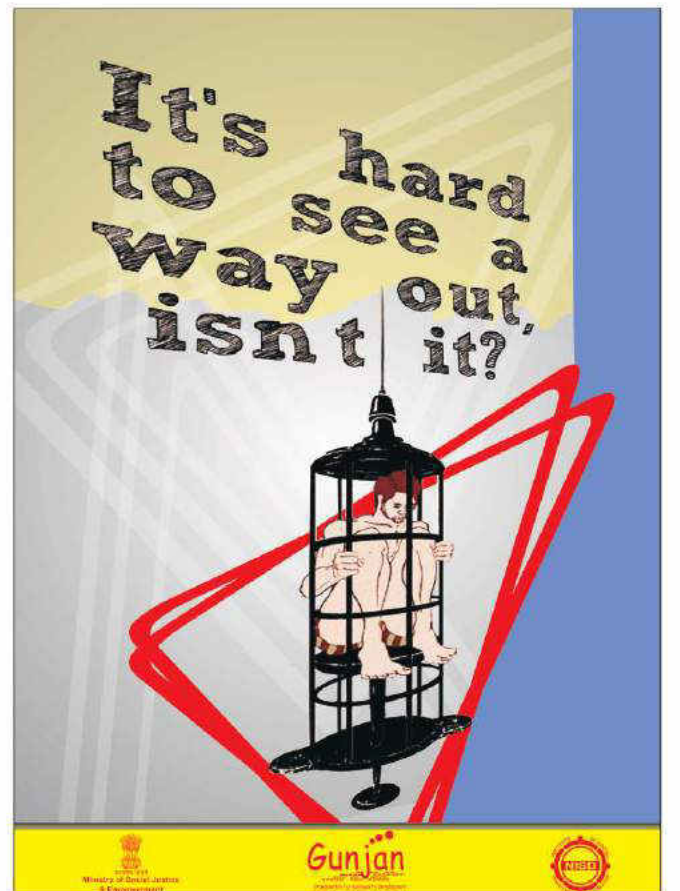
-दिवेंद्र द्विज



## मूल्य

पेट भरने के बाद हरियाती और लहराती भूख जब घूमती है निर्वस्त्र होकर तो नहीं करती है ध्यान सही या ग़लत का, नहीं करती है भेद नायक या नायिका का, जलती देह की हथेली में जब घूमती है भूख, भूख जो बेकाबू होकर हो जाती है लज्जाहीन नहीं छुपती लाख परदों में जब फूटती है रोम-रोम से, तो उतर जाते हैं सारे भगवा दहक उठते हैं तन्दूर तब लज्जा नहीं रहता गहना, शरीर बन जाता है आभूषण, भूख मिटाने की बेहोश तड़प में, भूख ढूँढती है बस लहू नया हो या पुराना भूख, जो दिखती है, मिटती है पर कभी बुझती नहीं, हरियाती और लहराती है पेट भरने के बाद।

-अजय पाराशर



# जाने अपने भीतर की ऊर्जा को

**कुंडलिनी शक्ति**, मानव शरीर के भीतर एक ऐसी ऊर्जा का नाम है जिसे विद्वान दिव्य शक्ति के नाम से भी पुकारते हैं। अनंत ब्रह्मांड में ये सार्वभौमिक शक्ति हर-पल कार्य कर रही है। भारतीय योगियों और ऋषियों ने इस शक्ति को ब्रह्मांड की हर कृति में पाया है। बस इसके रूप और गुण की मात्रा कहीं कम तो कहीं ज्यादा है। मानव शरीर में यह कुंडलिनी शक्ति सोई हुई अवस्था में पायी जाती है, ऐसा योगियों का मानना है।

## बेहद शक्तिशाली है

योगियों-ऋषियों ने इसे विश्व की सबसे शक्तिशाली ऊर्जा के रूप में प्रमाणित किया है। यह भी कि मनुष्य में यह ऊर्जा अन्य जीव-जंतुओं की अपेक्षा सर्वाधिक पायी जाती है। साथ ही जिस मनुष्य ने इस ऊर्जा को जागृत कर लिया उसका साक्षात् परब्रह्म से साक्षात्कार होना तय है। ऐसे मनुष्य का पूरा व्यक्तित्व ईश्वर के प्रकाश से ज्योतिर्मय हो जाता है। कुंडलिनी शक्ति के जागरण से अनेक प्रकार की सिद्धियां प्राप्त की जा सकती हैं।

हालांकि, कुंडलिनी शक्तियां इंसानी आंखों से नहीं दिखाई देती हैं, लेकिन फिर भी योगियों ने मानव शरीर में इसकी कल्पना सर्पाकार अवस्था में की है। कुंडलिनी शक्ति को हठयोग ग्रंथों में भुजंगिनी की कहा गया है।

## सर्प के साढ़े तीन कुंडल

योगियों के अनुसार कुंडलिनी शक्ति प्रतीकात्मक रूप से साढ़े तीन कुंडल लगाए सर्प (सांप) की भांति है। यह प्रतीकात्मक सर्प मूलाधार चक्र में सो रहा है, ऐसा योगियों का मत है। सर्प के तीन कुंडल दरअसल प्रकृति के तीन गुणों (सत, रज्ज और तम गुण) को दर्शाते हैं। वहीं शेष बचा आधा कुंडल विकृति का परिचायक है। योगियों ने कुंडलिनी शक्ति को जाग्रत करने के लिए सात चक्र निर्धारित किये हैं। ये चक्र क्रमशः हैं, मूलाधार चक्र, स्वाधिष्ठान चक्र, मणिपुर चक्र, अनाहत चक्र, विशुद्ध चक्र, आज्ञाचक्र और सहस्रार चक्र।

## आइए, इन सभी चक्रों के बारे में विस्तार से जानते हैं

यह शरीर का पहला चक्र है। गुदा और शिशन के बीच चार पंखुड़ियों वाला यह आधार चक्र है। 99.9 %

लोगों की चेतना इसी चक्र पर अटकती रहती है और वे इसी चक्र में रहकर मृत्यु को प्राप्त हो जाते हैं। ऐसे

व्यक्तियों के जीवन में भोग, संभोग और निद्रा की प्रधानता रहती है। उनकी ऊर्जा इसी चक्र के

आसपास एकत्रित रहती है। योगियों के अनुसार इस चक्र में श्री गणेश जी का वास होता है।

### मंत्र : लँ

● चक्र जगाने की विधि : मनुष्य तब तक पशुवत है, जब तक कि वह इस चक्र में जी रहा है इसीलिए भोग, निद्रा और संभोग पर संयम रखते हुए इस चक्र पर लगातार ध्यान लगाने से यह चक्र जागृत होने लगता है। इसको जागृत करने का दूसरा नियम है यम और नियम का पालन करते हुए साक्षी भाव में रहना।

● प्रभाव : इस चक्र के जागृत होने पर व्यक्ति के भीतर वीरता, निर्भीकता और आनंद का भाव जागृत हो जाता है। सिद्धियां प्राप्त करने के लिए वीरता, निर्भीकता और जागरूकता का होना जरूरी है।

यह वह चक्र है, जो लिंग मूल से चार अंगुल ऊपर स्थित है। इसकी छह पंखुड़ियां हैं। अगर आपकी ऊर्जा इस चक्र पर ही एकत्रित है तो आपके जीवन में आमोद-प्रमोद, मनोरंजन, घूमना-फिरना और मौज-मस्ती करने की प्रधानता रहेगी। यह सब करते हुए ही आपका जीवन कब व्यतीत हो जाएगा आपको पता भी नहीं चलेगा और हाथ फिर भी खाली रह जाएंगे। योगियों के अनुसार इस चक्र में सावित्री और ब्रह्मा जी का वास होता है।

### मंत्र : वँ

● कैसे जागृत करें : जीवन में मनोरंजन जरूरी है, लेकिन मनोरंजन की आदत नहीं। मनोरंजन भी व्यक्ति की चेतना को बेहोशी में धकेलता है। फिल्म सच्ची नहीं होती लेकिन उससे जुड़कर आप जो अनुभव करते हैं वह आपके बेहोश जीवन जीने का प्रमाण है। नाटक और मनोरंजन सच नहीं होते।

● प्रभाव : इसके जागृत होने पर क्रूरता, गर्व, आलस्य, प्रमाद, अवज्ञा, अविश्वास आदि दुर्गुणों का नाश होता है। सिद्धियां प्राप्त करने के लिए जरूरी है कि उक्त सारे दुर्गुण समाप्त हों तभी सिद्धियां आपका द्वार खटखटाएंगी। नाभि के मूल में स्थित रक्त वर्ण का यह चक्र शरीर के अंतर्गत मणिपुर

नामक तीसरा चक्र है, जो दस कमल पंखुड़ियों से युक्त है। जिस व्यक्ति की चेतना या ऊर्जा यहां एकत्रित है उसे काम करने की धुन-सी रहती है। ऐसे लोगों को कर्मयोगी कहते हैं। ये लोग दुनिया का हर कार्य करने के लिए तैयार रहते हैं। योगियों के अनुसार इस चक्र में लक्ष्मी और विष्णु जी का वास होता है।

### मंत्र : रँ

● कैसे जागृत करें : आपके कार्य को सकारात्मक आयाम देने के लिए इस चक्र पर ध्यान लगाएंगे। पेट से श्वास लें।

● प्रभाव : इसके सक्रिय होने से तृष्णा, ईर्ष्या, चुगली, लज्जा, भय, घृणा, मोह आदि दूर हो जाते हैं। यह चक्र मूल रूप से आत्मशक्ति प्रदान करता है। सिद्धियां प्राप्त करने के लिए आत्मवान होना जरूरी है। आत्मवान होने के लिए यह अनुभव करना जरूरी है कि आप शरीर नहीं, आत्मा हैं। आत्मशक्ति, आत्मबल और आत्मसम्मान के साथ जीवन का कोई भी लक्ष्य दुर्लभ नहीं। हृदय स्थल में स्थित स्वर्णिम वर्ण का द्वादश दल कमल की पंखुड़ियों से युक्त द्वादश स्वर्णाक्षरों से सुशोभित चक्र ही अनाहत चक्र है। अगर आपकी ऊर्जा अनाहत में सक्रिय है, तो आप एक सृजनशील व्यक्ति होंगे। हर क्षण आप कुछ न कुछ नया रचने की सोचते हैं। आप चित्रकार, कवि, कहानीकार, इंजीनियर आदि हो सकते हैं।

### मंत्र : यँ

● कैसे जागृत करें : हृदय पर संयम करने और ध्यान लगाने से यह चक्र जागृत होने लगता है। खासकर रात्रि को सोने से पूर्व इस चक्र पर ध्यान लगाने से यह अभ्यास से जागृत होने लगता है और सुषुम्ना इस चक्र को भेदकर ऊपर गमन करने लगती है।

● प्रभाव : इसके सक्रिय होने पर लिप्सा, कपट, हिंसा, कुतर्क, चिंता, मोह, दंभ, अविवेक और अहंकार समाप्त हो जाते हैं। इस चक्र के जागृत होने से व्यक्ति के भीतर प्रेम और संवेदना का जागरण होता है। इसके जागृत होने पर व्यक्ति के समय ज्ञान स्वतः ही प्रकट होने लगता है।

व्यक्ति अत्यंत आत्मविश्वास्त, सुरक्षित, चारित्रिक रूप से जिम्मेदार एवं भावनात्मक रूप से संतुलित व्यक्तित्व बन जाता है। ऐसा व्यक्ति अत्यंत हितैषी एवं बिना किसी स्वार्थ के मानवता प्रेमी एवं सर्वप्रिय बन जाता है। यह चक्र कंठ में स्थित है। कंठ में ही सरस्वती का स्थान है, जहां विशुद्ध चक्र है और जो सोलह पंखुड़ियों वाला है।

### मंत्र : हँ

● कैसे जागृत करें : कंठ में संयम करने और ध्यान लगाने से यह चक्र जाग्रत होने लगता है।

● प्रभाव : इसके जागृत होने पर सोलह कलाओं और सोलह विभूतियों का ज्ञान हो जाता है। इसके जागृत होने से जहां भूख और प्यास को रोका जा सकता है वहीं मौसम के प्रभाव को भी रोका जा सकता है। दोनों आंखों के बीच भृकुटी में स्थित है आज्ञा चक्र। सामान्यतौर पर जिस व्यक्ति की ऊर्जा यहां ज्यादा सक्रिय होती है वह बौद्धिक रूप से संपन्न, संवेदनशील और तेज दिमाग का बन जाता है, लेकिन वह सब कुछ जानने के बावजूद मौन रहता है। इसे ही बौद्धिक सिद्धि कहते हैं।

### मंत्र : उँ

● कैसे जागृत करें : भृकुटी के मध्य ध्यान लगाते हुए साक्षी भाव में रहने से यह चक्र जागृत होने लगता है।

● प्रभाव : यहां अपार शक्तियां और सिद्धियां निवास करती हैं। इस आज्ञा चक्र का जागरण होने से ये सभी शक्तियां जाग पड़ती हैं और व्यक्ति एक सिद्धपुरुष बन जाता है। सहस्रार की स्थिति मस्तिष्क के मध्य भाग में है अर्थात् जहां चोटी रखते हैं। यदि व्यक्ति यम, नियम का पालन करते हुए यहां तक पहुंच गया है तो वह आनंदमय शरीर में स्थित हो गया है। ऐसे व्यक्ति को संसार, संन्यास और सिद्धियों से कोई मतलब नहीं रहता है।

### मंत्र : ?

● कैसे जागृत करें : मूलाधार से होते हुए ही सहस्रार तक पहुंचा जा सकता है। लगातार ध्यान करते रहने से यह चक्र जाग्रत हो जाता है और व्यक्ति परमहंस के पद को प्राप्त कर लेता है।

प्रभाव : शरीर संरचना में इस स्थान पर अनेक महत्वपूर्ण विद्युतीय और जैवीय विद्युत का संग्रह है। यही मोक्ष का द्वार है।

क्या आपको अंजाने नंबर से कॉल आता है। क्या आप उस कॉल की लोकेशन का पता लगाना चाहते हैं। कई बार हम अंजान कॉल को ब्लैक लिस्ट कर देते हैं, तो कई बार पुलिस से कॉन्टैक्ट करते हैं, लेकिन देखा गया है कि अक्सर पुलिस भी मदद करने से मना कर देती है और हमारी परेशानी ज्यों की त्यों ही रह जाती है।

ऐसे में इन अंजान कॉल का पता लगाने के लिए हम आपके लिए एक ऐसी जानकारी लेकर आए हैं जो आपके लिए काफी



मददगार साबित होगी। जी हां, एक ऐसा तरीका, जिससे आप उस अंजान कॉलर की लोकेशन तक पहुंच सकते हैं और पता लगा सकते हैं कि आपको कौन और कहां से कॉल कर रहा है। तो चलिए आपको बताते हैं कि कैसे अंजान कॉलर्स की लोकेशन ट्रेस की जा सकती है।

## खुद खोजिए अंजान कॉलर को

### ऐसे करें अंजान कॉलर को ट्रेस

- 1- सबसे पहले आपको [trace.bharatiyamobile.com](http://trace.bharatiyamobile.com) नाम की साइट पर जाना होगा।
  - 2- वहां आपको मोबाइल नंबर एंटर करने के लिए ऑप्शन मिलेगा। उस बॉक्स में आप 10 डिजिट वाला मोबाइल नंबर एंटर कर दीजिए, जिससे आपको कॉलर्स आ रहे हैं।
  - 3- नंबर एंटर करने के बाद खोजने के विकल्प पर टैप कीजिए।
  - 4- ऑप्शन को टैप करते ही अब आपके सामने उस नंबर की सारी इंफोर्मेशन आ जाएगी।
- ये बेहद आसान तरीका है। अब आपको अंजान कॉलर्स से परेशान होने की जरूरत नहीं है। आप ऊपर दिए गए स्टेप्स को फॉलो कीजिए। आपकी परेशानी हल हो जाएगी।

