हम शिकायत कर सकते हैं कि गुलाब के पौधे में कांटे हैं या खुशी व्यक्त कर सकते हैं कि कांटों के पौधे में गुलाब हैं। - अब्राहम लिंकन

अच्छी सोच

शंख, पद्म, गदा व चक्र का अर्थ क्या?

प्रकृति के नियम मानवी नियमों से भिन्न हैं। प्रकृति के नियमों का उल्लंघन नहीं किया जा सकता। पुलिस शायद किसी कातिल को ढूंढ़ नहीं पाए या ढूंढ़ें तो रिश्वत लेकर छोड़ दें पर प्रकृति की पुलिस ऐसे काम नहीं करती। वह वफादार ही नहीं है पर होशियार भी है। आप सोच रहे होंगे, कैसी है यह पुलिस है और वह सब कुछ कैसे जानती है? यह पुलिस है कारण और प्रभाव का कानून, द लॉ ऑफ कॉज एंड इफेक्ट। हम इसका उल्लंघन नहीं कर सकते। इसके इशारों पर दुनिया नाचती हैं। कुछ किया नहीं और उसके परिणाम शुरू हो जाता है। कभी हम तुरंत तो कभी वर्षों बाद। अगर हम ने आग में हाथ डाला तो तुरंत ही असर दिखेगा। पर अगर हम ने आम का पौधा बोया तो पांच साल बाद ही आम मिलेंगे। शास्त्र हमें इन कायदों से परिचित कराते हैं। सचेत सबल होता है और इसीलिए हम शास्त्रों का अध्ययन करते हैं, पर उनकी खूबी है कि वे हमेशा सीधे बात नहीं करते। वे कहानियों या मुहावरे में ही बात करते हैं। उनके अर्थ से हम वाकिफ़ नहीं होते।

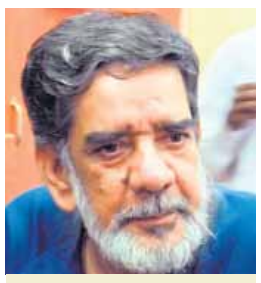
डॉ. जानकी संतोके
वेदान्त स्कॉलर, मुंबई

जीवन की हर चीज ऐसी है। अगर हमने सही खाना खाया, तो निश्चिंत रहेंगे। अगर गलत खाया तो मुसीबतें आएंगी। उन से सीख कर सही खाना खाया तो सेहतमंद होंगे। नहीं सुनी तो, हमारी जीभ ही मौत का कारण बन सकती हैं। दुनिया में यही स्थिति है। प्रकृति हमें चेतावनी दे रही है। हमने उसकी सुन ली तो सब फिर ठीक हो सकता हैं। नहीं सुनी तो कुदरत के कोप से नहीं बच पाएंगे। व्यायाम आवश्यक है यह जानकर भी हम नहीं करते।

फिर एक दिन ऐसा आएगा जब डॉक्टर कहेंगे कि जीवित रहना है तो रोज वॉक पर जाओ। वह भी नहीं सुना तो फिर खटिया ही साथ निभाएंगी। अतः हमें कारण-प्रभाव के नियमों से सावधान रहना होगा। चतुर्भुज विष्णु की प्रतिमा लीजिए। उनकी पूजा करते हैं, मंदिर भी जाते हैं, पर वह हम से क्या बोल रहें हैं? मूर्ति के चार हाथ होते हैं, एक हाथ में शंख, और अन्य हाथों में पद्म, गदा एवं चक्र हैं। शंख यानी सही-गलत बताने वाली भीतरी आवाज। अगर हम इस नाद को सुनते हैं तो पद्म की तरफ यानी परम शांति, मोक्ष की ओर बढ़ते हैं। अगर अन्तःचेतना का स्वर नहीं सुना, तो जीवन में हमें गदा मिलेगी यानी मार पड़ेगी। जीवन में मिलने वाली मायूसी, नाकामियां से सीख ली और विवेक बुद्धि की सुन ली तो हम पद्म की राह पर निकलेंगे। अगर गदा की भी नहीं सुनी, तो फिर विष्णुजी का चक्र आएगा। हमारा नाश होगा।

प्रेरणा • आजादी के लिए महात्मा गांधी के आंदोलन सही होने के साथ संपूर्ण राष्ट्र के लिए सार्थक भी रहे

जो सार्थक है, वही सकारात्मक है



राजेश जोशी
साहित्य अकादमी अवॉर्ड व शिखर सम्मान से पुरस्कृत हिंदी कवि और लेखक

चरम निराशा में भी किसी उम्मीद की आकांक्षा समय के साथ हमारे रिश्ते का एक अभिन्न अंग है। नाउम्मीदी, इसलिए है, क्योंकि हमें उम्मीद है कि कुछ अच्छा होगा।

हमारे समय में, जो कुछ भी हाशिये पर धकेल दिए गए मनुष्य के पक्ष में है, वही सार्थक है और वही सही अर्थ में सकारात्मक है।

मिस्र के नोबेल पुरस्कार से सम्मानित कथाकार नजीब महफूज की एक बहुत छोटी-सी कहानी है - प्रार्थना । इस कहानी का अनुवाद हिंदी के चर्चित कथाकार जितेंद्र भाटिया ने किया है:

'मेरी उम्र सात से भी कम रही होगी जब मैंने क्रांति के लिए प्रार्थना की। उस सुबह भी मैं रोज की तरह दाई की उंगली पकड़कर प्राथमिक शाला की ओर जा रहा था, लेकिन मेरे पैर इस तरह घिसट रहे थे जैसे कोई जबर्दस्ती मुझे कैदखाने की ओर खींचे लिए चल रहा हो। मेरे हाथ में कॉपी, आंखों में उदासी और दिल में सब कुछ चकनाचुर कर डालने की अराजक मनःस्थिति थी। निकर के नीचे नंगी टांगों पर हवा बर्छियों की तरह चुभ रही थी। स्कूल पहुंचने पर बाहर का फाटक बंद मिला। दरबान ने गंभीर शिकायती लहजे में बताया कि प्रदर्शनकारियों के धरने की वजह से कक्षाएं आज भी रद्द रहेंगी। खुशी की एक ज़बर्दस्त लहर ने मुझे बाहर से भीतर तक सराबोर कर दिया। अपने दिल की सबसे अंदरूनी तह से मैंने इंकिलाब के ज़िंदाबाद होने की दुआ मांगी।'

यह मजेदार छोटी-सी कहानी सकारात्मकता और नकारात्मकता के अर्थ को उलझाती हुई लग सकती है, लेकिन वास्तविकता यही है कि अलग-अलग स्थितियों में अलग-अलग व्यक्तियों के लिए इन पदों के अर्थ बदल जाते हैं। जैसे स्कूल जाने के प्रति अनइच्छुक बच्चे के लिए स्कूल और क्रांति जैसे पद की सकारात्मकता बदल गई है। वह क्रांति के ज़िंदाबाद होने की कामना इसलिए करता है कि उसके कारण उसे स्कूल से छुट्टी मिल गई है । ऐसी स्थितियां आ सकती हैं जब आपको दो सकारात्मक स्थितियों या विचारों के बीच अपने लिए चुनना हो।

चरखे या स्वदेशी आंदोलन में विदेशी कपड़ों और सामान की होली जलाने को लेकर महात्मा गांधी और रवींद्रनाथ टैगोर के बीच हुई असहमति और वाद-विवाद को याद किया जा सकता है। (टैगोर इसे पश्चिम से दिल और दिमाग के स्तर पर अलगाव तथा आध्यात्मिक आत्मघात मानते थे। चरखे से बुनाई पर उन्होंने कहा कि जो लोग दूसरे काम के योग्य हैं, उनके द्वारा चरखे पर सूत कातने से क्या भला होगा।) इसमें रवींद्रनाथ का पक्ष सकारात्मक लग सकता है और गांधीजी की कार्रवाई नकारात्मक। तर्क के स्तर पर चाहे रवींद्रनाथ गलत नहीं थे, लेकिन बाद के इतिहास ने गांधीजी के आंदोलन को ज्यादा सही सिद्ध किया। सही से ज्यादा देश के लिए सार्थक भी।

महाभारत में यक्ष और युधिष्ठिर के बीच हुए संवाद में यक्ष ने युधिष्ठिर से प्रश्न किया कि दुनिया में सबसे मूल्यवान क्या है? युधिष्ठिर ने उत्तर दिया- समय। वस्तुतः समय ही किसी भी स्थिति घटना या विचार की सकारात्मकता और नकारात्मकता को तय करता है। कहा जा सकता है कि सकारात्मकता एक सापेक्ष अवधारणा है। वह दिक और काल के संदर्भ में ही व्याख्यायित होगा। यानी समय, परिस्थिति और स्थान के सदर्भ से काटकर अगर उसे देखेंगे तो वह एक लुजलुजा-सा पद बनकर रहा जाएगा।

उत्तर आधुनिकता के एक सर्वाधिक महत्वपूर्ण चिंतक जॉक देरिदा के कथन को इस प्रसंग के साथ ही जोड़कर देखें तो शायद नकारात्मकता तथा सकारात्मकता और समय के संबंध को समझने में ज्यादा सही दृष्टि मिल सकती है। जॉक देरिदा का मानना है कि चरम निराशा की अवस्था में भी किसी उम्मीद की आकांक्षा समय के साथ हमारे रिश्ते का एक अभिन्न अंग है। नाउम्मीदी, इसलिए है, क्योंकि हमें उम्मीद है कि कुछ अच्छा और सुंदर घटित होगा। मुझे लगता है कि सकारात्मकता से ज्यादा सार्थकता पर बल दिया जाना चाहिए। हमारे समय में, जो कुछ भी हाशिये पर धकेल दिए गए मनुष्य के पक्ष में है, वही सार्थक है और वहीं सही अर्थ में सकारात्मक है।

सकारात्मकता एक लचीला पद है। इसकी व्याख्या हर व्यक्ति अपने ढंग से करता है, कर सकता है। कहा जा सकता है कि नकारात्मकता भी ऐसा ही पद है। सत्ताएं या ताकत की संरचनाएं दोनों ही पदों का अपने हित में हमेशा से ही मनमाना उपयोग करती रही हैं। ताकत के केंद्र चाहे राजनीतिक हों, सामाजिक या धार्मिक। यह सिलसिला एक स्तर पर घर से ही शुरू हो जाता है, लेकिन यह भी एक तथ्य है कि बच्चा जब पहली बार 'नहीं कहना सीखता है तभी उसके दिमाग का विकास शुरू होता है । कहा जा सकता है कि 'नहीं' तो एक नकारात्मक शब्द है, लेकिन यही मस्तिष्क के विकास की सकारात्मक प्रक्रिया को आगे बढ़ाता है। एक व्यक्ति के लिए, जो सकारात्मक है वह दूसरे के लिए नकारात्मक हो सकता है और इसी तरह नकारात्मक कभी-कभी बहुत सकारात्मक हो सकता है बल्कि होता ही है।

इतिहास में इसके बहुत उज्ज्वल उदाहरण मिल जाएंगे। स्वाधीनता संग्राम में भगत सिंह द्वारा संसद में बम फेका जाना ही नहीं महात्मा गांधी का करो या मरो जैसा आंदोलन भी अपने ध्वन्यार्थ में नकारात्मक है, लेकिन इतिहास इन दोनों ही घटनाओं की व्याख्या सकारात्मक रूप से ही करेगा। इसलिए कई बार लगता है कि सकारात्मकता और नकारात्मकता वस्तुतः ताकत के खेल के रूप में अपना अर्थ ग्रहण करते हैं। यह पद एक ऐसा औजार है, जिससे सत्ता हर घटना की व्याख्या को अपने पक्ष में मोड़ लेने की कोशिश करती है। समाज का वर्गीय ढांचा अपने आप में अन्याय पर आधारित संरचना है। वह मनुष्य और मनुष्य के बीच फर्क करती है।

पुरुष-सत्तात्मक समाज अन्याय पर आधारित संरचना है। वह स्त्री और पुरूष के बीच भेद करता है। उनके अधिकारों के बारे में भेद करता है। समान अधिकार का दावा करने वाली लोकतांत्रिक व्यवस्थाओं में भी क्या सबको समान अधिकार मिल पाते हैं? आरक्षण के बावजूद हम पाते हैं कि कई स्तर पर दलितों के साथ समाज में हर पल अन्याय की घटनाएं होती ही रहती हैं। इन स्थितियों के विरूद्ध समाज में लगातार संघर्ष जारी रहता है। बीसवीं सदी के उत्तरार्द्ध में स्त्री विमर्श या दलित विमर्श ने विचार-विमर्श में केंद्रीयता हासिल कर ली। इसके पक्ष और विपक्ष दोनों में ही तर्क दिए जा सकते हैं। दिए जाते रहे हैं।

तो सवाल उठता है कि नकारात्मकता है क्या? स्त्रियों, बच्चों और समाज के कमजोर तबके के लोगों पर होने वाला अन्याय, अत्याचार नकारात्मक है या उसके विरूद्ध असहमति में उठा हाथ, विरोध में लिखा या बोला गया शब्द नकारात्मक है? वस्तुतः नकारात्मक जीवन स्थितियों के विरूद्ध खड़ी नकारात्मक कार्रवाई एक वास्तविक सकारात्मकता है।

खुशी के रंग

बौद्ध भिक्षुओं का जीवन बेहद कठिन होता है। सूर्योदय से पूर्व जागना और फिर दिनभर अनुशासन में जीना। म्यांमार के एक मठ के इस दृश्य ने फोटोग्राफर आंग सोए को मोह लिया। ये भिक्षु सुबह की प्रार्थना के बाद थोड़ा वक्त निकालकर फुटबॉल खेलते हैं। इससे उन्हें खुशी और ऊर्जा मिलती है। वैसे, यह भी साधना का ही रूप है, क्योंकि ध्यान की तरह खेल में भी व्यक्ति खुद को भूल जाता है।

तो ये करें...

जब संदेह आत्मविश्वास हिलाकर रख दे

हम जो जिंदगी जीने के हकदार हैं, संदेह उसमें बड़ी बाधा है। आत्मा को मिलने वाला यह अस्वास्थ्यकर भोजन उसे नीचे घसीट लेता है, महत्वाकांक्षाओं को कुचल देता है और हमें वह सब हासिल करने से रोकता है, जो हम आसानी से हासिल कर सकते हैं।

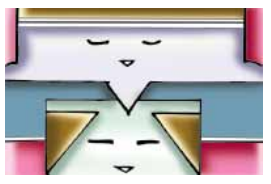
20 मिनट चर्चा हमें बदल देती है, सही दोस्त चुनें

1. हम उन पांच लोगों के औसत के बराबर होते हैं, जिनके साथ हम ज्यादातर वक्त बिताते हैं। ब्रेन साइंस रिसर्च बताती है कि 20 मिनट की बातचीत में भी मस्तिष्क में न्यूरल कनेक्शन बदल जाते हैं। संदेह का बीज किसी मुलाकात में भी पड़ सकता है। सही दोस्त चुनें।

2. कौन-सी स्थितियां हैं, जो आपमें संदेह जगाती हैं? कोई कमी है, तो उसे दूर करें। कोई भी हुनर, कभी भी सीखा जा सकता है।
3. यह सेल्फ कंपेशन टेस्ट उपयोगी है- नाकाम होते हैं तो क्या कमतरी की भावना से बेजार हो जाते हैं? कोई काम सही ढंग से नहीं होता तो क्या आप भावनात्मक संतुलन कायम रख पाते हैं? सबक है खुद पर करुणा दिखाएं।

हमेशा दूसरों की राय लेने की आदत से बचें

1. दूसरों की सलाह से मदद मिलती है, लेकिन हर फैसले के पहले दूसरों से राह लेने की आदत पड़ जाए, तो हो सकता है कि हम अपना आत्मविश्वास खो रहे हों।
2. मनोविज्ञान के मुताबिक जब हम किसी को अपनी योजना बताते हैं और वह सहमत होता है तो लक्ष्य को हासिल करने के लिए जरूरी काम हम नहीं करेंगे, क्योंकि हमारा मस्तिष्क 'बोलने' को 'करना' समझ लेता है। फिर विफलता और संदेह आते हैं।



3. जब आप यह जानते हैं कि आप किन आदर्शों पर चलना चाहते हैं तो फैसला करना आसान हो जाता है। संदेह को जगह नहीं रहती। यह संदेह का बेस्ट एंटीडोट है।

खुद से दोगुनी और आधी उम्र के दो मेंटर चुन लें

1. एक मेंटर आपको अनुभव की पूंजी देगा और दूसरा अज्ञात रास्तों पर चलने की प्रेरणा। आत्म-विश्वास बढ़ेगा।
2. कई कलाकार यही सोचकर प्रदर्शनी नहीं लगाते कि अभी बेस्ट सामने नहीं आया है। लेखक, परफेक्ट होने तक प्रकाशक के पास नहीं जाते। यह आलोचना से बचने का बहाना है और संदेह को जन्म देता है। नदी की धारा में कूदना ही बेहतर है।

3. हमारा दिमाग बारीक ब्योरे दर्ज करने में माहिर है और हम उनकी अनदेखी करने में उस्ताद। संदेह कई बार इसलिए भी पैदा होता है कि कहीं कोई कमी होती है, संभव है बहुत सूक्ष्म हो। पता लगाएं कि हमारा मस्तिष्क किस बात की ओर इशारा कर रहा है।

द न्यूयॉर्क टाइम्स से

एड कर रहे हैं आपके नेट की स्पीड धीमी

आप अपने स्मार्टफोन पर सर्फिंग करते हैं, तो इंटरनेट डेटा तेजी से घटने लगता है। आपको सोचते हैं कि यह तेजी से क्यों घट रहा है। यह हैरानी लगभग हर स्मार्टफोन यूज़र की होती है। लंबी रिसर्च से पता चला है कि यूज़र का आधे से अधिक मोबाइल डेटा एड कंपनियां ले जाती हैं। विज्ञापनों के कारण स्पीड धीमी हो जाती है। बैटरी जल्दी खत्म होती है। इसी कारण पेज अपलोड होने में अधिक समय लगता है। इससे बचने का एक अच्छा तरीका है। ब्रायन चेन बता रहे हैं कि मोबाइल फोन में किस तरह एड से बचकर बेहतर सर्फिंग कर सकते हैं।

• ब्रायन एक्स. चेन, टेक्नोलॉजी के विशेषज्ञ

मोबाइल इंटरनेट डेटा संबंधी यूजर के हजारों प्रश्नों का उत्तर खोजने के लिए हमने कई परीक्षण किए। इनमें कई 'एड ब्लॉकर' एप को शामिल किया गया। चार दिन में आईफोन और आईपेड पर ऐसे कई परीक्षण किए गए। इसमें पता चला कि एड के कारण किस तरह हमारा मोबाइल डेटा एड कंपनियां चुरा लेती हैं। इंटरनेट सर्फिंग के दौरान दिखने वाले एड से स्पीड भी कम मिली और हमारा डेटा तेजी से खत्म होने लगा। फिर जब एड ब्लॉकर्स एप एक्टिव किए, तो न केवल पेज लोड होने की स्पीड बढ़ी, बल्कि डेटा चोरी होना भी बंद हो गया। इसके अतिरिक्त सबसे अच्छी बात थी कि स्मार्टफोन की बैटरी लाइफ बढ़ गई थी।

इस परीक्षण का रिजल्ट हमें जल्द मिल गया। अच्छी बात यह थी कि यह टेक्नोलॉजी कई सालों से है। अब प्रश्न बचा था कि मोबाइल डिवाइस में हम एड ब्लॉक शामिल करें या नहीं? सबसे पहले एपल ने अपने कंज्यूमर की यह दुविधा खत्म की। उसने अपने डिवाइस में एड ब्लॉकर एप डिफॉल्ट सेट कर दिए। यह सभी के लिए फायदेमंद है। मैं निश्चित तौर पर कह सकता हूं कि एड ब्लॉकर का उपयोग आसान है। आप जब अनेक वेबसाइटों के पेज ओपन करते हैं, तो उनके एड ब्राउजर से ब्लॉकर कर लिए जाते हैं। अभी तक इस तरह के एड ब्लॉकर हमें वेबसाइटों के लिए ही मिले हैं या इनका सही उपयोग सर्फिंग के दौरान ही किया जा सकता है। एड ब्लॉकर अभी एप में दिखने वाले एड ब्लॉक नहीं कर पाए हैं। अब जरूरत एप्स के साथ

पीसी या स्मार्टफोन पर सर्फिंग के दौरान दिखने वाले विज्ञापन से बचने की सबसे बेहतर टेक्नोलॉजी 'एड ब्लॉकर' है। यह हमारे पैसे भी बचाती है और लंबी बैटरी लाइफ के साथ सर्फिंग का अच्छा अनुभव देती है।

दिखने वाले एड ब्लॉक करने की है।

एड ब्लॉकिंग एप 'क्रिस्टल' बनाने वाले डीन मर्फी कहते हैं, एड ब्लॉकर का उपयोग करना स्वाभाविक ही अच्छा है। फिजूल के प्रमोशनल ऑफरों से मुक्ति मिलती है और वेब पेज तेजी से अपलोड होते हैं, इससे बैटरी की लाइफ भी बढ़ती है। इससे एड कंपनियों बेहतर एड बनाने की दिशा में बढ़ेंगी, जिनका मोबाइल गैजेट के उपयोग पर असर न हो। सामान्य तौर पर देखें तो यह वेबसाइट के परफॉर्मेंस में सुधार करने से जुड़ा विषय है। अब बात मीडिया कंपनियों की हो या अन्य वेबसाइटों की, वे सभी ऑनलाइन एड के सहयोग से चलती हैं। अगर आप उनसे छुटकारा चाहते हैं, तो एड ब्लॉकर एप के द्वारा उन्हें मूल कंटेंट से अलग कर एड कंपनियों का बिजनेस मॉडल ध्वस्त कर सकते हैं। ऑनलाइन एड बनाने वाले एडवरटाइजिंग ब्यूरो टेक लैब के जनरल मैनेजर स्कॉक कनिंघम कहते हैं, अगर एड ब्लॉकिंग से हमारे आर्थिक स्रोतों के लिए खतरा पैदा होता है, तो छोटे एड पब्लिशर कैसे बचेंगे, छोटे स्थानीय न्यूज पब्लिशर अपना ऑनलाइन कंटेंट कैसे बचा पाएंगे? यह चिंता का विषय है। आईफोन, आईपेड पर एड ब्लॉकर एप के परीक्षण के दौरान स्पष्ट रूप से यह देखा गया कि कंज्यूमर की मोबाइल डिवाइस को कैसे फायदा पहुंचेगा। इसमें क्रिस्टल, प्युरीफाई एवं 1ब्लॉकर को शामिल किया गया। पहले परीक्षण में एड ब्लॉकर को इनेबल किए बिना 50 प्रमुख न्यूज वेबसाइट का डेटा रिकॉर्ड किया गया। उनके पेज अपलोड होने में लगने वाला समय भी दर्ज किया गया। दूसरे परीक्षण में इन वेबसाइटों के उपयोग से बैटरी लाइफ कम होने का समय रिकॉर्ड किया। इसके परिणाम में पाया गया कि जैसे ही एड ब्लॉकर इनेबल करते हैं, एड वाली न्यूज वेबसाइट भी तेजी से खुलने लगती हैं। इन वेबसाइटों में अमेरिका-यूरोप की 50 प्रमुख न्यूज वेबसाइटें हैं। उनमें मूल एडिटोरियल कंटेंट एवं एड की जानकारी टेबल में देख सकते हैं। इस तरह पता चलता है कि कैसे कंज्यूमर का डाटा एड कंपनियों के पास पहुंच जाता है। वेबसाइटों में एड के कारण मूल कंटेंट के पहले एड खुलते हैं, वे अपलोड होते हैं। कंज्यूमर पहले उन्हें बंद करता है, उसके बाद मूल कंटेंट खुलता है। इसमें काफी समय लगता है। डेटा और बैटरी का नुकसान अलग है।

एड ब्लॉकर का उपयोग करने के पहले यह देखना जरूरी है कि हम कौन-सा ब्लॉकर उपयोग कर रहे हैं। कुछ में यह शिकायत आती है कि उनके उपयोग से रिटेल स्टोर जैसी वेबसाइटें टुकड़ों में खुलती हैं। उनसे शॉपिंग कार्ट को नुकसान पहुंचने का खतरा होता है। क्रिस्टल एड ब्लॉकर के मर्फी ने कहा कि हमने इसमें अपडेट के साथ टूल दिए हैं, वे ऐसी खामियां दूर करने में सक्षम हैं। निष्कर्ष के तौर पर हम कह सकते हैं कि एड ब्लॉकर्स एप या सॉफ्टवेयर अच्छे हैं, जरूरत है सही एप तलाशने की। © The New York Times

एड ब्लॉक करने के बाद वेबसाइट

• बोस्टन डॉट कॉम के होमपेज व एड की साइज मिलाकर कुल 19.4 एमबी है। एड ब्लॉकर से जब एड ब्लॉक हुए तब उसके होमपेज की साइज मात्र 4.5 एमबी थी। एड के साथ उसे अपलोड होने में 39 सेकंड लगे, जबकि बिना एड के वह मात्र 8 सेकेंड में अपलोड हो गया। इसका मतलब यूज़र का चार गुना अधिक समय सर्फिंग में खर्च हो जाता है।

• लॉस एंजिलिस टाइम्स के होमपेज की साइज एड सहित 5.6 एमबी है, जब एड ब्लॉक किए तब उसकी साइज मात्र 1.6 एमबी रह गई। एड सहित उसे पूरी तरह अपलोड होने में 11 सेकंड लगे, जबकि बिना एड में 4 सेकंड। यह एक बड़ा अंतर है। नेटवर्क कनेक्शन भले ही 2जी, 3जी या 4जी हो। यूज़र के लिए इसके बहुत मायने हैं।

वर्ल्ड व्यू

• कभी संयुक्त राष्ट्र महासभा में अमेरिकी राष्ट्रपति का दबदबा हुआ करता था, लेकिन अब वह स्थिति नहीं रही। इसी की ओर इशारा करता पैट्रिक शैपट का कार्टून।

युवा मां की देखभाल का नया ट्रेंड

• डेन लेविन

बच्चे के साथ मां की सेहत का भी ख्याल जरूरी होता है। ऐसी स्थिति के लिए चीन में युवा मां की देखभाल का नया ट्रेंड शुरू हुआ है, जो पुरानी परम्पराओं का नया रूप है।

ली रुइ (31) एक महीने से ऐसे हॉस्पिटल में हैं, जहां बच्चे के जन्म के पहले और बाद के महीने तक एक-एक बात का ख्याल रखा जाता है। ली ने हाल ही में बेटे को जन्म दिया है। उनके पास प्रशिक्षित दाई है, जो उन्हें बच्चे की सही देखरेख करना सिखाती हैं साथ में ली का भी पूरा ख्याल रखती हैं। एक शेफ है, जो लीन के लिए दिनभर में छह अलग-अलग तरह का खाना बनाता है। उसमें पौष्टिकता का ख्याल रखा जाता है। वहां एक मोक्सीबस्टन प्रैक्टिशनर आती है, जो ली को विशेष लकड़ी का धुआं देती है, जो उन्हें बीमारियों से बचाता है। एक महीने का खर्च 17 लाख 82 हजार रुपए यानी 59 हजार 400 रुपए प्रतिदिन है।

चीन की प्राचीन संस्कृति में बच्चे के जन्म के बाद मां को ऊर्जावान बनाने के लिए ऐसे तरीके अपनाए जाते थे। इसे आज 'सीटिंग दि मंथ' से जानते हैं। ऐसी जगह जहां युवा मां बिना कहीं बाहर जाए अपनी ऊर्जा पुनः स्थापित करती है। हालांकि, सदियों से इस तरह का एकान्त अभ्यास घरों में बच्चे की दादी या नानी मां द्वारा कराने की परंपरा रही है। © The New York Times