7 OCT 12 2026.qxd 06-10-2026 21:13 Page 1

चित्रकूटकी प्राचीन लीलाके प्रति काशीवासियोंकी आस्था

४०० साल पुरानी यह लीला आज भी चित्रकूट की प्राचीन लीला के प्रति काशीवासियों की आस्था की कहानी कह रही है। अद्भुत, अलौकिक और परम्पराओं को संजोकर रखने वाली यह अद्भुत नगरी काशी जहां आज भी सैकड़ों साल पुरानी परम्पराओं का निर्वहन धूमधाम के साथ किया जाता है।



प्रसिद्ध भरत मिलाप (नाटीइमली) की रथ की दौड़ में अपने बड़ों के साथ कदम मिलाते हर साल ही नजर आते हैं। परंपराओं की आयु जैसे-जैसे बढ़ती जाती है, नई-नई मान्यताएं उससे जुड़ती जाती हैं। भरत मिलाप के रथ के साथ भी ऐसा ही है। लोकमान्यता में ऐसी मन्नतें प्रचलित हैं, जिनमें वंशवृद्धि के लिए इस संकल्प के साथ मनौती की जाती है कि बच्चे के कंधे को बालपन में ही रथ का स्पर्श कराया जाएगा। बड़े होने पर यही बच्चा श्रद्धा से संकल्पित हो जाने के कारण स्वेच्छा से परिवार की परंपरा निभाने लगता है। रथ के संचालन में एक साथ लगभग 100 कंधे ही लगते हैं। मगर कंधा बदलने के लिए हमेशा सैकड़ों कंधे तैयार रथ के समानांतर दौड़ते रहते हैं। भागीदारी तो आज भी हजारों यादव बंधुओं की होती है। भरत मिलाप में शामिल लाखों की भीड़ में रथ उठाने वाले यादव बंधुओं की अलग ही पहचान होती है। लकालक सफेद धोती और कसी हुई आधी बांह की गंजी, क्रास बेल्ट की तरह कंधों से लटकता दुपट्टा और माथे पर सोहती मुरेठेदार लाल पगड़ी। ऐसी रूपसज्जा कि बस आंखें ठहर जाएं। चित्रकूट (नाटीइमली) से चले विमान अयोध्या (बड़ा गणेश) पहुंचाने के बाद जब गमछे के फांड़ में तुलसी दल या लड्डू का प्रसाद गिरता है तो रथवइये उसे ऐसा सहेजते हैं, मानो दुनिया की अनमोल निधि मिल गई हो। चेहरे पर यह श्रद्धा भाव, जिसकी कल्पना बड़ी से बड़ी उपलब्धि के बाद भी नहीं की जा सकती।

खूनी व बादी बवासीर में बेहद असरकारक
अर्शवेदा कैप्सूल


सुविचार
हर दिन एक नया मौका है, पुराने कल को पीछे छोड़कर आगे बढ़ें।
• 100% आयुर्वेदिक • सुरक्षित • असरदार
Customer Care : 9628078000
www.rphealthgroup.com
Also available at TATA 1mg amazon Flipkart

घूमंतू है मौनी बाबा की प्राचीन लीला

पांच सौ सालसे अधिक प्राचीन है लीला का इतिहास

संत प्रवर मौनी बाबा द्वारा शुरु की गई सैकड़ों साल पुरानी वह लीला जिसमें तत्कालीन (सन 1906) के अंग्रेज कलेक्टर डीवाक्सेला रेंट की चुनौती को स्वीकार करते हुए लीला में पवनपुत्र हनुमान की भूमिका निभाने वाले पं. टेकराम भट्ट ने एक छलांग में वरूणा नदी लांघकर विधर्मियों का दर्प भंग किया था। लीला को एक दैविय आभा मंडल दिया और सनातन समाज के मन को श्रद्धा आस्था के भावों से भर दिया था। हालांकि इस चमत्कार के तुरंत बाद पं. टेकराम श्रीराम सायुज्य को प्राप्त हुए। किंतु लीला समिति के जतनबर स्थित भवन में श्रीराम-लखन, भरत-शत्रुध्न व माता सीता के रत्न जड़ित कीरीटों के साथ भक्त टेकराम द्वारा धारण किया जाने वाला मुखौटा आज भी पूजित है। मौनी बाबा सिद्धपीठ के पीठाधिपति तथा इन्ही भक्त टेकराम भट्ट की पांचवीं पीढ़ी के प्रतिनिधि व उनके पुत्र तथा लीला के समिति के प्रबंधक के दावों के अनुसार लीला पांच सौ साल से अधिक प्राचीन है उनकी मानें तो लीला का मूल उद्गम केंद्र चौकाघाट का बड़ईया सरोवर व बाग है। बाद में सन 1844 में रालीला प्रेमी स्व. पं. मथुरा प्रसाद मिश्र द्वारा श्रीराम प्रभू की सेवा में भेंट की गई। दो विशाल हवेलियों की प्राप्ति व मथुरा जी के निवेदन के दृष्टिगत मुकुट पूजन सहित मानस के कुछ प्रारंभिक प्रसंगों की लीला के साथ समिति का आयोजन जतनबर में मौनी बाबा शिवालय के नाम से मशहूर



भवनों और आसपास के क्षेत्रों में होने लगा। महंत और लीला के प्रबंधक के अनुसार संस्थापकों की सोच के मुताबिक संत 108 मौनी बाबा की रामलीला घूमंतू है और जतनबर से लेकर चौकाघाट तक की बड़ी आबादी को श्री राम कथा की गंगा में डुबकियां लगवाती है। पदाधिकारीगण बताते हैं कि क्रमानुसार जतनबर स्थित भवन में मुकुट पूजन के साथ राज्याभिषेक की तैयारी आदि प्रसंगों की लीला होती है। इसके पश्चात वन गमन (श्री महामत्युंजय मंदिर) भरत मनावन व जनक सभा प्रसंगों की लीला (बागेश्वरी देवी मंदिर जैतपुरा), जयंत नेत्र भंग सीता हरण प्रसंगों की लीला (नाटीइमली), शबरी मंगल व नवधा भक्ति प्रसंग का मंचन (नरड्क्षसह टीला) आदि से गुजरती हुई मूल उद्गम बड़ईया तालाब पहुंचती है। यहां सुग्रीव मिलन बाली वध के प्रसंग अभिनीत होते हैं। चौकाघाट स्थित रामेश्वर मंदिर में शेतुबंध रामेश्वर की स्थापना की लीला दर्शनीय है। लक्ष्मण शक्ति की लीला भी वहीं पर होती है। चौकाघाट के मैदान में रावण वध के पश्चात नाटीइमली मैदान के मंच पर भरत मिलाप की झांकी सजती है। राज्याभिषेक की लीला वापस जतनबर भवन संपन्न होने के बाद वानर विदाई के भावपूर्ण मंचन के साथ अगले साल तक के लिए लीला को विश्राम दिया जाता है। पारंपरिक वार्षिक आयोजन के अलावा भट्ट परिवार की यह विरासती लीला प्रदेश के सांस्कतिक विभाग द्वारा आयोजित कई अंतरराज्जीय लीला समारोहों में काशी का प्रतिनिधित्व कर चुकी हैं। प्रदेश की राजधानी लखनऊ के अलावा आगरा, चित्रकूट, अयोध्या व तुलसी बाबा की जन्मस्थली राजापुर (बांदा) तक अपनी प्रस्तुतियों से यह लीला काशी की किर्ति पताखा फहरा चुकी है।

अद्भुत, अलौकिक और परंपराओं को संजोकर रखने वाली वह अद्भुत नगरी काशी जहां आज भी सैकड़ों साल पुरानी परंपराओं का निर्वहन धूमधाम के साथ किया जाता है। ऐसी ही एक 480 साल पुरानी परंपरा 16वीं शताब्दी में शुरु हुई इस अद्भुत परंपरा का साक्षी बनने के लिए लाखों की भीड़ बनारस के मैदान में जुटती.है। इस मैदान को नाटी इमली भरत मिलाप मैदान के नाम से जाना जाता है.काशी में लक्खा मेला के तहत होने वाला भरत मिलाप भारत की सनातन संस्कृति का अभिन्न हिस्सा रहा है। एक-एक क्विंटल के वजनी लट्ठों का कन्हावर, मोट-मोटे तख्तों वाला चबूतरा और ऊपर से चबूतरे पर कसा गया राम-जानकी का सिंहासन। उत्साह के अतिरेक में पुष्पक विमान का प्रतीक रामजी का भीमकाय रथ तो बन गया, अब सामने समस्या खड़ी कि गुरु वशिष्ठ, जामवंत, हनुमान जी ओर व्यास जी के साथ श्रीराम पंचायतन की झांकी वाले विमान को उठाए कौन? विमान का वजन और लीला क्षेत्र की दूरी का अंतर भाप कर सारे मजूरे तो भाग खड़े हुए, कस-बल आजमा कर औरों ने भी हथियार डाल दिए। तब हुंकारा बांधा काशी के यादव बंधुओं ने कि रघुकुल नायक का भार तो यदुकुल के वंशज ही उठा सकते हैं। 400 साल पुरानी यह कथा आज भी चित्रकूट की प्राचीन लीला के प्रति काशीवासियों की आस्था की कहानी कह रही है। पारंपरिक वेशभूषा में सजे यादव कुल के नन्हे बच्चे काशी के विश्व



गुरुदेव श्री श्री रवि शंकर

मानवीय अस्तित्व के समस्त क्रियाकलापों में समग्रता का भाव ही जीवन की वास्तविक सार्थकता है। चेतना की वह अवस्था, जहाँ प्रत्येक कृत्य अपनी पूर्णता में घटित होता है, वही योग का आधार बनती है। एक शिशु के व्यवहार में जिस तीव्रता का दर्शन होता है, वह उसकी भावनाओं की शुद्धता और अखंडता का परिचायक है। जब एक शिशु क्रोध व्यक्त करता है, तो उसके शरीर का प्रत्येक अवयव उस रोष में सम्मिलित होता है। उसके रोम-रोम से संवेग प्रकट होता है। इसके विपरीत, वयस्क जीवन में भावनाओं को प्रकट करने में एक प्रकार की कृपणता और संकोच का समावेश हो जाता है। मनुष्य जब अपने भावों को खंडित रूप में व्यक्त करता है, तो वे दमित होकर अंतर्मन में अवसाद का रूप ले लेते हैं। संवेगों की यह अपूर्णता ही मानसिक जड़ता का मूल कारण बनती है। जीवन के प्रत्येक आयाम में तीव्रता का संचरण ही साधक को समाधि के निकट ले जाता है। तीव्रता वह वेग है, जो मन को चंचलता से मुक्त कर उसे एक बिंदु पर केंद्रित करने की क्षमता रखता है। भावों की चरम सीमा पर पहुँचते ही मन स्वतः शांत हो जाता है। जिस प्रकार एक शिशु रुदन की अति के पश्चात अत्यंत शांति का अनुभव करता है, वैसे ही क्रोध, दुःख, प्रेम अथवा ईर्ष्या जैसे संवेग जब अपनी पराकाष्ठा को स्पर्श करते हैं, तब उसके उपरांत एक नैसर्गिक मौन का उदय होता है। वयस्क जीवन में प्रायः इस प्रखरता का अभाव पाया जाता है। क्षुधा, निद्रा और कर्म सभी में वह तीव्रता शेष नहीं रह जाती। मनुष्य अपनी स्वाभाविक वृत्तियों को तीव्र होने का अवसर नहीं देता, जिसके कारण जीवन में एक प्रकार की शुष्कता और निस्तेजता व्याप्त हो जाती है। भय और सामाजिक संकोच इस मार्ग के सबसे बड़े अवरोधक हैं। संकोच के कारण मनुष्य स्वयं को भीतर ही भीतर इतना आबद्ध कर लेता है कि वह अपनी स्वतंत्र अभिव्यक्ति खो देता है। जब अभिव्यक्ति अवरुद्ध होती है, तब प्रतिभा का ह्रास होने लगता है। तीव्र संवेग वाले व्यक्तित्व के लिए परिवर्तन का मार्ग अत्यंत सुगम होता है। तीव्रता का अर्थ केवल बाह्य उग्रता नहीं, अपितु किसी भी कृत्य में अपनी संपूर्ण शक्ति और प्राणों को नियोजित कर देना है। ईश्वर कोई बाह्य व्यक्तित्व नहीं, अपितु वह अस्तित्व, चेतना और आनंद का पूर्ण स्वरूप है, जो प्रत्येक प्राणी के हृदय में स्थित है। यह वह चैतन्य सत्ता है, जो क्लेश, कर्म-बंधन और कर्मफल के विपाक तीनों से अप्रभावित है।

तीव्रता का अर्थ केवल बाह्य उग्रता नहीं, अपितु किसी भी कृत्य में अपनी संपूर्ण शक्ति और प्राणों को नियोजित कर देना है। ईश्वर कोई बाह्य व्यक्तित्व नहीं, अपितु वह अस्तित्व, चेतना और आनंद का पूर्ण स्वरूप है, जो प्रत्येक प्राणी के हृदय में स्थित है। यह वह चैतन्य सत्ता है, जो क्लेश, कर्म-बंधन और कर्मफल के विपाक तीनों से अप्रभावित है।

पिंकसे ब्लू और गोल्डनसे आरेंज तक, भारतके शहरोंके नामोंके पीछे छिपी है मजेदार कहानी

भारत का हर एक शहर अपनी एक कहानी कहता है, किसी को हम पिंक सिटी के नाम से जानते हैं तो किसी को ब्लू सिटी के नाम से। गौर करने वाली बात यह है कि इन शहरों के नाम यूं ही नहीं रखे गए, हर एक शहर के नाम के पीछे एक कहानी छिपी है, जिसके बारे में आज हम बात करने वाले हैं। पिंक सिटी - जयपुर ,राजस्थान की राजधानी जयपुर को पिंक सिटी कहे जाने का इतिहास साल 1876 से जुड़ा हुआ है। कहा जाता है कि महाराजा सवाई राम सिंह द्वितीय ने वेल्स के राजकुमार प्रिंस अल्बर्ट एडवर्ड और क्वीन विक्टोरिया का भव्य स्वागत करने के लिए पूरे शहर को टेरकोटा पिंक से रंगवा दिया था। ब्लू सिटी - जोधपुर,जोधपुर शहर में आप जाएंगे तो पाएंगे कि वहां के ज्यादातर घर नीले रंग के हैं। कहते हैं कि यहां के घरों को नीला रंग देने का ट्रेंड यहां के ब्राह्मणों ने शुरू किया था। ऐसा करने के पीछे उनका उद्देश्य अपनी अलग पहचान बनाना था, फिर समय के साथ नीले रंग के घरों का चलन बढ़ता चला गया। डायमंड सिटी - सूरत, हमने स्कूलों में भी पढ़ा है कि गुजरात का सूरत शहर हीरों के लिए दुनियाभर में फेमस है। दरअसल, इस शहर में हीरा काटने और



तराशने का काम 1900 के दशक से शुरू हुआ था, जो देखते ही देखते लोगों का प्रोफेशन भी बन गया। व्हाइट सिटी - उदयपुर,उदयपुर शहर की स्थापना महाराणा उदय सिंह ने की थी, कहते हैं उस दौर में यहां के ज्यादातर महलों को संगमरमर से बनाया गया और इमारतों को चूने से रंगा गया। दूसरी वजह यहां की चमकती खूबसूरत झीलें भी हैं, जिसके चलते शहर का नाम व्हाइट सिटी पड़ा। बता दें कि उदयपुर पूर्व का वेनिस भी कहलाता है। गोल्डन सिटी - जैसलमेर ,, जैसलमेर को गोल्डन सिटी कहे जाने की वजह तो आप समझ ही गए होंगे। यहां की गरम और उड़ती हुई सुनहरी रेत ही इस शहर को गोल्डन रंग का बनाती है। इसके अलावा, यह शहर येलो सिटी और ब्राउन सिटी के नाम से भी जाना जाता है एवरग्रीन सिटी - तिरुवनंतपुरम,केरल की राजधानी तिरुवनंतपुरम भारत का एवरग्रीन शहर कहा जाता है। इस सिटी यह नाम महात्मा गांधी ने यहां की हरियाली और प्रकृतिक खूबसूरती की वजह से दिया था। ऑरेंज सिटी - नागपुर, महाराष्ट्र का नागपुर शहर मीठे और रसीले संतरों के लिए दुनियाभर में मशहूर है, जहां हर साल लाखों टन संतरों का उत्पादन किया जाता है। इसी वजह से यह सिटी भारत की सबसे बड़ी ऑरेंज हॉलसेल मार्केट भी है।

सोनेकी तलाशमें हो गयी आलू की खोज

आज आलू के बिना हम किसी भी डिश को बनाने के बारे में सोच भी नहीं सकते, ऐसा लगता है कि सारी दुनिया में सब्जियों का एक ही राजा है और वो है आलू। पर क्या आप इस सब्जी का इतिहास जानते हैं? क्या आपको पता है कि कभी यह आलू गरीबों का खाना कहलाता था? आइए आपको आज इससे जुड़ी दिलचस्प कहानी बताते हैं। आलू जिसे भारतीय पकवानों में खूब इस्तेमाल किया जाता है, एक विदेशी सब्जी है। इसका अंग्रेजी शब्द पोटैटो स्पेनिश के पटाटा से निकला है। इतिहास कहता है कि आलू को पोटैटो नाम दो भाषाओं से मिलाकर दिया गया है। कहा जाता है कि कैरेबियाई क्षेत्र की ताइनो जनजाति के लोग इसे बटाटा कहते थे, जबकि दक्षिण अमेरिका के लोग इसे 'पापा', फिर स्पेनिश लोगों ने इन दोनों शब्दों के मेल से पोटैटो शब्द बनाया। जेब के लिए सबसे किफायती और आसानी से पकने वाली कंदमूल सब्जी आलू का इतिहास बड़ा ही रोचक है। इसकी सबसे पहले खोज 8000 ईसा पूर्व और 5000 ईसा पूर्व के बीच पेरू में हुई थी। दक्षिण अमेरिका की इंका सभ्यता के लोग आलू की घरेलू खेती किया करते थे। वो सिर्फ इसे खाते नहीं थे, इसकी पूजा भी करते थे। इतिहास पर नजर डालें तो हम पाते हैं कि स्पेनिश लोग जिनका पूरा यूरोप में दबदबा था, सोने की तलाश में पेरू



पहुंचे थे। उन्हें यहां सोना तो नहीं मिला लेकिन आलू के बारे में पता जरूर चल गया। स्पेनिश लोग सोने के बदले इसी आलू को अपनी सेना का पेट भरने के लिए स्पेन ले गए। देखते ही देखते आलू उनकी सेनाओ की खास रसद बन गया क्योंकि इसे खाकर उनके सैनिक विटामिन सी की कमी वाली स्कर्वी बीमारी से पीड़ित नहीं होते थे। जब स्पेन के माध्यम से आलू यूरोप तक पहुंचा, तो ऊंचे वर्ग के लोग इस जड़ वाले आलू को जहरीली, अजीब और पशुओं के चारे वाली सब्जी के तौर पर देखते थे। इसी वजह से इसे पूरे यूरोप में पहुंचने में एक लंबा वक्त लगा। 1570-80 के दशक में आलू धीरे-धीरे इटली, फ्रांस, ऑस्ट्रिया और बेल्जियम तक अपनी पहुंच बनाने लगा था, लेकिन इसे जहरीला और खतरनाक बताकर बैन लगा दिया। कहा जाता है कि आलू ने इन्हीं अफवाहों के चलते इतिहास में अपने ऊपर कई प्रतिबंध देखे हैं।

जाह्नवी कपूरने वैश्विक मंच पर बढ़ाया भारतका मान

जाह्नवी कपूर अंतरराष्ट्रीय फैशन जगत में लगातार अपनी पहचान मजबूत कर रही हैं। हाल ही में जाह्नवी कपूर ने पेरिस फैशन वीक के दौरान मियू मियू के शो में शिरकत की और भारत का प्रतिनिधित्व किया। यह उपस्थिति लग्जरी फैशन ब्रांड मियू मियू के साथ उनके खास रिश्ते को भी दर्शाती है। इस दौरान जाह्नवी ने रिया कपूर द्वारा स्टाइल की गई जाह्नवी ने ब्राउन रंग की टेक्सचर्ड जैकेट, रंगीन पैटर्न वाली निट मिनी स्कर्ट और बड़े सनग्लासेस के साथ एक बेहद आकर्षक लुक अपनाया। उनका यह अंदाज मियू मियू की युवा और स्टाइलिश पहचान के अनुरूप था। इसके अलावा जाह्नवी कपूर का आत्मविश्वास और सहज अंदाज उनके लुक को और खास बना रहा था। जाह्नवी पिछले कुछ समय से मियू मियू के कई लुक्स को अपनाती नजर आई हैं और धीरे-धीरे ब्रांड के प्रमुख भारतीय चेहरों में अपनी जगह बना चुकी हैं। उनकी फैशन पसंद और अलग अंदाज ने उन्हें वैश्विक फैशन सर्किट में एक अलग पहचान दिलाई है। पेरिस फैशन वीक में उनकी यह मौजूदगी एक बार फिर दिखाती है कि जाह्नवी कपूर सिर्फ बॉलीवुड ही नहीं, बल्कि अंतरराष्ट्रीय फैशन जगत में भी अपनी मजबूत छाप छोड़ रही हैं। वहीं पिछले दिनों उनकी फिल्म देवरा पार्ट 1 के गाने चुट्टामल्ले से जुड़े एक एआई जनरेटेड और मॉर्फ्ड वीडियो पर भी जाह्नवी कपूर ने अपनी इंस्टाग्राम स्टोरी पर एक लंबा पोस्ट शेयर कर कड़ी आपत्ति जताई है। जाह्नवी ने बिना सहमति के महिलाओं के डिजिटल रूप से छेड़छाड़ किए गए या फेरबदल किए गए कंटेंट को तैयार कर फैलाने को बेहद अपमानजनक बताया और कहा कि यह यौन उत्पीड़न के समान है।



कुत्ते और इंसान की दोस्ती

कुत्ते और इंसान की दोस्ती अक्सर वफादारी की मिसाल मानी जाती है, लेकिन बलिया के देवकली चट्टी में रहने वाले प्रिंस कुमार दीक्षित और उनके पालतू कुत्ते मैक्स की बॉन्डिंग कुछ अलग है। मैक्स सिर्फ घर की रखवाली नहीं करता, बल्कि परिवार के एक सदस्य की तरह रहता है। परिवार के प्रति उसका लगाव और उसकी अनोखी आदतें आसपास के लोगों के लिए कौतूहल का विषय बनी हुई हैं। प्रिंस कुमार दीक्षित बताते हैं कि उन्हें शुरू से ही जानवरों से काफी लगाव रहा है। पहले उनके पास 6 से 7 जानवर हुआ करते थे. जब वह संबीमसनसिटी बनारस में दीपक मधोक के यहां मैनेजर के पद पर काम करते थे, तब भी उनके पास कुत्ते थे। गांव लौटने के बाद उनके पास चार पालतू कुत्ते थे। समय के साथ वे बूढ़े होकर गुजर गए, लेकिन मैक्स आज भी उनके साथ है।

तेजीसे बदल रहा बीमारियोंका स्वरूप

विश्व स्वास्थ्य संघटनके आंकड़ोंके अनुसार भारतमें औसत जीवन प्रत्याशा ७१ साल है जबकि पाकिस्तान में ६८.२ साल और बंगलादेश में ७२.७ साल दर्ज की गई। भारत में हृदय रोग मौत का सबसे बड़ा कारण है।

भारत और पाकिस्तान को लेकर अक्सर यह सवाल उठता है कि दोनों पड़ोसी देशों में लोग ज्यादा लंबी जिंदगी कहां जीते हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन के ताजा आंकड़े इसका जवाब देते हैं। 2023 में भारत के लोगों की औसत जीवन प्रत्याशा 71 साल थी, जबकि पाकिस्तान में यह 68.2 साल रही। यानी भारत में लोग औसतन पाकिस्तान के मुकाबले करीब तीन साल ज्यादा जी रहे हैं, लेकिन कहानी यहां खत्म



नहीं होती। बांग्लादेश ने दोनों देशों को पीछे छोड़ दिया है। वहां 2023 में जीवन प्रत्याशा 72.7 साल रही। दुनिया की औसत जीवन प्रत्याशा 2023 में 73.3 साल थी। इस लिहाज से भारत और पाकिस्तान दोनों वैश्विक औसत से नीचे हैं, जबकि बांग्लादेश उससे थोड़ा ही पीछे है. अमेरिका में यह आंकड़ा 78.5 साल और कनाडा में 81.4 साल रहा, लेकिन सिर्फ यह जानना काफी नहीं है कि कोई व्यक्ति कितने साल जीता है। असली सवाल यह है कि उन सालों में वह कितने समय तक स्वस्थ रहता है। यहीं पर भारत की कमजोरी दिखाई देती है। आंकड़े बताते हैं कि भारत और पाकिस्तान दोनों में बीमारियों का स्वरूप बदल रहा है. संक्रमण से होने वाली बीमारियों का दबाव अभी पूरी तरह खत्म नहीं हुआ है, लेकिन हृदय रोग, स्ट्रोक और मधुमेह जैसी बीमारियां मौत की बड़ी वजह बनती जा रही हैं। भारत में 2023 में मौत का सबसे बड़ा कारण इस्केमिक हार्ट डिजीज यानी हृदय की धमनियों से जुड़ी बीमारी रही। इसके बाद सीओपीडी यानी फेफड़ों की गंभीर बीमारी और स्ट्रोक जैसे कारण प्रमुख रहे। मधुमेह भी मौत की बड़ी वजहों में शामिल है। पाकिस्तान में भी इस्केमिक हार्ट डिजीज सबसे बड़ी वजह रही। स्ट्रोक और मधुमेह का भी बड़ा योगदान है। लेकिन वहां शिशु स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याएं और संक्रामक बीमारियां भी प्रमुख कारणों में बनी हुई हैं। यानी दोनों देशों की स्वास्थ्य चुनौतियां कुछ हद तक एक जैसी हैं। सबसे चौंकाने वाली बात यही है। बांग्लादेश की जीवन प्रत्याशा 72.7 साल है, जो भारत के 71 साल से 1.7 साल ज्यादा और पाकिस्तान के 68.2 साल से 4.5 साल ज्यादा है। इसका मतलब यह नहीं है कि बांग्लादेश हर स्वास्थ्य संकेतक में भारत और पाकिस्तान से बेहतर है।