



THE TIMES OF INDIA

Date: 25-01-25

Articles Of Freedom

Court response to artworks reminds us what's constitutional

TOI Editorials



Art gallery DAG, from whose exhibition two MF Husain paintings were seized following a plea in a Delhi court alleging 'religious sentiments hurt', plans to pursue "legal remedies against complainant for false and mala fide accusations". It signals an appetite for a robust defence of art, and freedoms as enshrined in the Constitution. The court didn't allow a case to be filed, but the very fact it allowed a seizure of the paintings is the core problem. The trope of 'obscenity', coupled with 'religious

sentiments hurt' are tools of individual peevishness seeking state interference. Courts are guardians of people's constitutional rights. To that end, regardless of the subject of art or its depiction, framing of any such miffed complainant's plea must be in terms of Articles 19 and 21 – fundamental rights guaranteeing freedom of expression and right to liberty unambiguous in their breadth.

Oct last, Bombay HC ordered Customs to release Souza's works, seized in 2023, saying, "Every nude painting or every painting depicting some sexual intercourse poses cannot be styled as obscene." Husain, a Padma Shri (1966), Padma Bhushan (1973) and Padma Vibhushan (1991), was forced to leave the country following death threats. The state failed to protect him. The intrinsic value of his art remains undimmed. Police found nothing to merit an FIR in DAG's exhibition of Husain's work. But the complaint survives even if the "offence" is not actionable legally.

The challenge before HCs is training subordinate courts that are quick to apply sharp narrow lines of criminal code, whether IPC or now BNS, to crack down on forms of expression – art, cinema, music, books, theatre. Subordinate courts can often be as moralistic as complainants. But courts are not private durbars. Individual moral codes must be left at the gates. Inside a courtroom, the canvas can only be that of the Constitution – Articles 19 and 21.

THE ECONOMIC TIMES

Date: 25-01-25

Our Republicans Missing in Action

ET Editorials

Tomorrow, like on every Republic Day, there will be much speechifying about ‘the world’s largest democracy’ and the ‘sacred text’ that is the Constitution. But if you let the rhetoric cool a bit and let facts do the talking, we may be looking the other way to avoid being caught looking uncomfortable as a democratic nation. PRS Legislative Research’s annual report, ‘The Annual Review of State Laws’ for 2023 released last year, shows that state assemblies met for 23 days in 2023. As many as 12 states met for less than 100 hrs that year. 44% of all bills were passed on the day of introduction or the very next day, giving debates a short shrift. In 2002, a committee set up to review the working of the Constitution recommended that houses of state legislatures with less than 70 members should meet for at least 50 days in a year, and other houses meet for at least 90 days.

Parliament doesn’t fare much better. The 2024 winter session functioned for 43 hrs 27 mins with a productivity of 40.03%. Maybe the Narayana Murthys and Subrahmanyans should give our MLAs and MPs some advice on work culture. When legislative bodies fail to meet, sessions are adjourned, bills are rushed through, public trust erodes. No amount of ‘voter turnout’ stats can sweeten this missing hand.

It is reasonable for voters to expect that their elected representatives show up for work in Parliament and assemblies, engage in meaningful debate and discussion, and address issues critical to public welfare. Instead, executive absenteeism has been rationalised and normalised. Lok Sabha speaker Om Birla recently shared his concern over the declining number of sittings of legislative bodies and disruptive tendency of frequent adjournments. We should be concerned, too.



Date: 25-01-25

Further south

Archaeologists must look for more iron-specific sites in the south India

Editorial

The Iron Age in India has been a subject of fascination and discussion. In the rest of the world, the Iron Age succeeded the Copper-Bronze Age or bridged the gap between the Bronze Age and the Early Historic period. But the situation in India is different: when the region north of the Vindhyas belonged to the pre-iron Chalcolithic or Copper Age, the south, with over 3,000 sites, was associated with iron. Many archaeologists have, generally and conservatively, placed the Iron Age to be in the second millennium BCE. Given this backdrop, Tamil Nadu Chief Minister M.K. Stalin’s recent statement, that the origin of iron in the State could be traced to the first quarter of the fourth millennium BCE, is significant as this pushes the antiquity of iron further. After excavations in the mid-Ganga Valley of Uttar Pradesh about 25 years ago, early evidence of iron technology was dated to 1800 BCE. But now, the work in Sivagalai in Tamil Nadu, which was carried out between 2019 and 2022, has made authorities attribute the introduction of iron in the country to the early part of the fourth millennium BCE, even though the period of 2500 BCE-3000 BCE is taken as a mid-range value. This forms the highlight of a study by the State Department of Archaeology (TNSDA), titled “Antiquity of Iron: Recent radiometric dates from Tamil Nadu”. The TNSDA

had the scientific dating results of its study validated by renowned institutions such as the Beta Analytic laboratory in the U.S. Mr. Stalin's observation was made keeping the findings in mind. Early this month, he announced a \$1-million prize scheme for deciphering the script of the Indus Valley Civilisation.

The work by the TNSDA should spur new thinking with regard to the strategies to be adopted by archaeologists who are working on the Iron Age of India. They may have to look for more iron-specific sites than copper-cum-iron sites, which will save time, energy and resources. Even though the Tamil Nadu government supports research projects on a wide range of themes in other States, the TNSDA has its constraints with regard to territorial jurisdiction. This underscores the need for complementing Tamil Nadu's efforts with those of other southern States. The Archaeological Survey of India should take the initiative of bringing the entire southern region under a common fold and enabling well-designed and coordinated work. After all, the idea is to share available resources and expertise in the country to arrive at more reliable findings. At a time when certain forces are increasingly using history and culture as powerful instruments to pursue their political agenda, credible and concrete evidence on the antiquity of the country will naturally put to rest any claim based on baseless assumptions.



दैनिक भास्कर

Date: 25-01-25

नए टेक-गवर्नेस के लाभ अब नजर आने लगे हैं

संपादकीय

पिछले कुछ वर्षों में केंद्र और राज्य सरकारों ने टेक्नोलॉजी का प्रशासनिक क्षमता बढ़ाने, पारदर्शिता लाने और भ्रष्टाचार खत्म करने में बेहतरीन प्रयोग किया है। सुपात्र लाभार्थियों की पहचान और उनके बैंक खाते खुलवाकर डायरेक्ट डिलीवरी के माध्यम से आर्थिक सहायता देना इस दिशा में पहला कदम था। बिचौलिया सरकारी अमला कम हुआ तो घपला घटा। कई राज्यों में जिला स्तर के युवा अधिकारियों ने सोशल मीडिया साधनों का प्रयोग कर कानूनेतर काम करने वालों की पहचान करते हुए सामाजिक - सामूहिक चेतना जगाई। कुम्भ मेले का सफल प्रबंधन दुनिया के मैनेजमेंट गुरुओं के लिए आठवां अजूबा है। दिल्ली से सटे एक शहर के विकास प्राधिकरण के युवा आईएएस अधिकारी ने एआई और सैटेलाइट छवियों के जरिए सरकारी जमीन को लैंड माफियाओं के कब्जे से छुड़ाने का सफल प्रयोग किया। गोवा सीएम ने एक क्यूआर कोड का उद्घाटन किया, जिसके तहत कोई भी व्यक्ति कानून-व्यवस्था से संबंधित सहायता के लिए अपनी बात दर्ज करा सकता है। कर्नाटक सरकार ने भी सरकारी जमीन को माफिया के कब्जे से छुड़ाने में ऐसे ही प्रयास शुरू किए हैं। बिहार ने भी मैपिंग और इलेक्ट्रॉनिक रजिस्टर के जरिए तेजी से बदलाव किया है। इस राज्य में 80% हत्याएं जमीन विवाद के कारण होती रही हैं। जनता को भी इन प्रयासों के अनुरूप आगे आना होगा।

Date: 25-01-25

बेहतर सेहत के लिए भारत के युवाओं से पांच निवेदन

डॉ. नरेश त्रेहान, (सीएमडी, मेदांता हॉस्पिटल्स)



भारत की आबादी में 27% हिस्सेदारी युवाओं की है, जहां हर पांच में एक व्यक्ति किशोर है और हर तीसरा वयस्क युवा है। जिंदगी के दूसरे और तीसरे दशक अक्सर 'हेल्दी फेज' माने जाते हैं। लेकिन इस समय अनोखी स्वास्थ्य चुनौतियां भी सामने आती हैं, जैसे पोषण का दोहरा बोझ (एनीमिया और ज्यादा वजन/मोटापा), नशीले पदार्थों का इस्तेमाल, मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं, ट्रॉमा और प्रजनन संबंधी परेशानियां। यह वह उम्र भी है, जब हमारी जीवनशैली एकदम से बदल जाती है, क्योंकि हम घर के अनुशासन वाले जीवन से निकलकर आजाद और पेशेवर मांगों वाले कठोर जीवन की ओर जाते हैं।

अध्ययनों से पता चलता है कि किशोरावस्था के व्यवहार का संबंध वयस्कों में 33% से ज्यादा बीमारियों और समय से पहले होने वाली लगभग 60% मौतों से हो सकता है। भारत के युवाओं में डायबिटीज, हाइपरटेंशन, मोटापा, कैंसर और हृदय रोग जैसी स्वास्थ्य समस्याओं के लक्षण दिख रहे हैं। इन बदलावों से संकेत मिलता है कि जब तक भारत के युवा अपने शिक्षा ऋण का भुगतान कर पाएंगे, तब तक उनके सामने और ज्यादा वित्तीय जरूरतें आ सकती हैं, जैसे मेडिकल बिल। अच्छी खबर यह है कि शुरुआती हस्तक्षेप से इस रूढ़ान को पलटा जा सकता है। नए साल की शुरुआत में युवाओं से मेरे ये 5 निवेदन हैं :

1. व्यायाम : अच्छा दिखने के लिए नहीं, अच्छा महसूस करने के लिए व्यायाम करें। डब्ल्यूएचओ के आंकड़े बताते हैं कि लगभग 75% भारतीय जरूरी व्यायाम नहीं करते, जो कि हफ्ते में 150-300 मिनट करना चाहिए। रोजाना शारीरिक गतिविधि से हृदय रोग का जोखिम 80%, टाइप 2 मधुमेह का जोखिम 90% और कैंसर का जोखिम 33% तक कम हो सकता है। आउटडोर खेल खेलने से भी मस्तिष्क का स्वास्थ्य और सीखने की क्षमता बेहतर होती है, नींद अच्छी आती है, खुशी देने वाले रसायनों का स्राव बढ़ता है और अवसाद तथा चिंता कम होती है।

2. आदत बनाना सीखें : तुरंत रिवॉर्ड की चाह वाली आज की आपाधापी भरी दुनिया में हतोत्साहित होना आसान है। फास्ट फूड से लेकर 10-मिनट में डिलीवरी ने 'सब कुछ अभी' वाले विकल्प बढ़ा दिए हैं। हम में धैर्य की कमी हो गई है जिसके बिना जीवन में परिवर्तन लाना असंभव है। लेकिन नई स्वस्थ आदतें बनाने में असफलता का सबसे बड़ा कारण यह भी है कि हम बहुत बड़े लक्ष्य तय कर लेते हैं या हर चीज को परफेक्ट बनाने में जुट जाते हैं। अपनी खामियां स्वीकारें। संभावित बाधाओं को पहचानकर उनके लिए योजना बनाएं। 'हेल्दी स्टैकिंग' अपनाएं, अच्छे स्वास्थ्य की छोटी-छोटी आदतों से एक दिनचर्या बनाएं।

3. 'सफेद जहर' को कहें ना : शक्कर, मैदा, सफेद चावल और आलू 'सफेद जहर' कहलाते हैं, क्योंकि इनका ग्लाइसेमिक इंडेक्स (किसी खाद्य पदार्थ को खाने के बाद ब्लड शुगर के बढ़ने की क्षमता) ज्यादा होता है और इनसे ब्लड शुगर तथा ब्लड प्रेशर तेजी से बदलता है। इसका मतलब यह नहीं कि इन्हें पूरी तरह छोड़ दें। इस पर ध्यान दें कि इन्हें किस रूप में और कितना खा रहे हैं। भारत में लगभग 50%-60% बीमारियों का संबंध डाइट से है।

4. तनाव का प्रबंधन सीखें : तनाव से बचना मुश्किल है, इसलिए इसका मुकाबला करना सीखना उतना ही जरूरी है, जितना कोई नया कौशल सीखते रहना। लंबे समय तक तनाव और इसके हार्मोन के ज्यादा एक्सपोजर से शारीरिक प्रक्रियाओं में बाधा आती है। इससे रक्त वाहिकाओं को नुकसान पहुंचने, उनमें रुकावट आने और दिल के दौरों जैसी समस्याएं हो सकती हैं। यह संभवतः युवाओं में अचानक होने वाली मौतों का सबसे बड़ा कारण है। शुक्र है, तनाव को दूर करने के लिए स्वस्थ भोजन, नींद, व्यायाम और मानसिक शांति जैसे तरीके मौजूद हैं।

5. योग अपनाएं : इसमें अनूठे ढंग से शारीरिक गतिविधि, श्वसन और ध्यान का समावेश होता है, जिससे इंसुलिन के प्रति हमारी संवेदनशीलता बेहतर होती है, ब्लड प्रेशर कम होता है और नर्वस सिस्टम को आराम मिलता है। इससे दिमाग की उथल-पुथल को 'सर्किट ब्रेकर' मिल जाता है। अपने शौक को समय देने और प्रियजनों के साथ समय बिताने का भी ऐसा ही असर होता है। नींद पर ध्यान दें। आपका शरीर इसी के जरिए खुद को ठीक करता है। युवावस्था में कभी-कभी नींद का त्याग करना आवश्यक हो सकता है, लेकिन रात भर जागना आदत नहीं बननी चाहिए। नींद की कमी- यानी रोज 8 घंटे से कम नींद- बाद में गंभीर बीमारियों को जन्म दे सकती है।
