

अगर भाग्य पर भरोसा है तो जो तकदीर में लिखा है वही पाओगे, और अगर खुद पर भरोसा है तो जो चाहोगे वही पाओगे।

03 दिल्ली में रहने वाले हर बच्चे को उनके टैलेंट के हिसाब आगे बढ़ने का मौका मिले

06 अकादमिक लेखन और सोशल मीडिया भाषा का प्रभाव

08 एक गंभीर चुनौती: युवाओं द्वारा यातायात नियमों की अनदेखी

## पराली की राजनीति

## दिल्ली की जनता के कुछ सवाल राजनेताओं और प्रशासनिक अधिकारियों से....

संजय बाटला

दिल्ली से हरियाणा, यूपी बॉर्डर तक में जो इतनी अधिक मात्रा में पराली जलाकर भस्म करके जो दम घोट प्रदूषित धुआँ दिल्ली में असर करता है...??

1. यह प्रदूषित धुआँ किस माध्यम से सीधा दिल्ली भेजा जाता है...??

2. हरियाणा और उ.प्र. से दिल्ली तक बीच बीच में कोई स्टॉपीज हैं या डायरेक्ट सीधा दिल्ली ट्रांसफर हो रहा है...??

3. जब पराली जलती है तब यह प्रदूषण वाला धुआँ हरियाणा या उ.प्र. के लोगों तक भी कुछ % आवंटित होता है या सीधा सीमा पार तक एक्सजोस्ट या किसी

पाइप लाइन के माध्यम से दिल्ली के लोगों तक पहुंचाया जा रहा है...??

4. इसे पहुंचाने में किन यंत्रों का उपयोग होता है... लगभग कितने लोडर का सहारा लिया जाता है...??

5. उपरोक्त स्थान से दिल्ली की सीमाओं में यह प्रदूषित पराली धुआँ पहुंचने में कितना समय लगता है...??

क्या भारत देश की सर्वोच्च न्यायालय राज्य सरकारों और प्रशासनिक अधिकारियों से जनता के द्वारा उठाए गए सवालों का जवाब लेकर देने में सहायता प्रदान करेंगे या सिर्फ सरकार को जनता को लूटने के मार्ग प्रशस्त करते रहेगा।



## मेट्रो में सफर करनेवालों के लिए अच्छी खबर, लाजपत नगर-साकेत जी ब्लॉक कॉरिडोर को लेकर आया अपडेट

परिवहन विशेष न्यूज

दिल्ली मेट्रो रेल निगम (डीएमआरसी) लाजपत नगर-साकेत जी ब्लॉक कॉरिडोर के निर्माण की तैयारियों में जुट गया है। इस कॉरिडोर के निर्माण के लिए अभी तक टेंडर तो नहीं हुआ है लेकिन डीएमआरसी ने प्रस्तावित जगह पर सड़क की चौड़ाई बढ़ाने की प्रक्रिया शुरू कर दी है। ताकि लाजपत नगर-साकेत जी ब्लॉक कॉरिडोर का निर्माण शुरू होने पर सड़क पर यातायात की ज्यादा समस्या न होने पाए।

नई दिल्ली। फेज चार में प्रस्तावित लाजपत नगर-साकेत जी ब्लॉक कॉरिडोर के निर्माण के लिए अभी तक टेंडर तो नहीं हुआ लेकिन दिल्ली मेट्रो रेल निगम (डीएमआरसी) इस कॉरिडोर के निर्माण की तैयारियों में जुट गया है।

इसी क्रम में लाजपत नगर-साकेत जी ब्लॉक कॉरिडोर के प्रस्तावित जगह पर सड़क की चौड़ाई बढ़ाने के लिए डीएमआरसी ने प्रक्रिया शुरू कर दी है। ताकि लाजपत नगर-साकेत जी ब्लॉक कॉरिडोर का निर्माण शुरू होने पर सड़क पर

यातायात की ज्यादा समस्या न होने पाए।

**दो मेट्रो कॉरिडोर बनाने की योजना को स्वीकृति**

लोकसभा चुनाव से पहले इस वर्ष मार्च में केंद्र सरकार ने दिल्ली में दो मेट्रो कॉरिडोर बनाने की योजना को स्वीकृति दी थी। जिसमें लाजपत नगर-साकेत जी ब्लॉक और इंदरलोक-इंद्रप्रस्थ कॉरिडोर शामिल है। इन दोनों कॉरिडोर के निर्माण के लिए अभी टेंडर होना बाकी है।

**साकेत जी ब्लॉक कॉरिडोर की लंबाई 38 किमी प्रस्तावित**

लाजपत नगर-साकेत जी ब्लॉक कॉरिडोर की लंबाई 38 किलोमीटर प्रस्तावित है। इसका पूरा हिस्सा एलिवेटेड होगा और नौ स्टेशन होंगे, जिसमें लाजपत नगर, एंड्रयूज गंज, ग्रेटर कैलाश-1, चिराग दिल्ली, पुष्पा भवन, साकेत डिस्ट्रिक्ट सेंटर, पुष्प विहार व साकेत जी ब्लॉक शामिल है।

**सड़क को चौड़ा करने का काम पूरा होगा**  
पुष्पा भवन से साकेत जी ब्लॉक के बीच कॉरिडोर बिरला विद्या निकेतन मार्ग पर होना है।

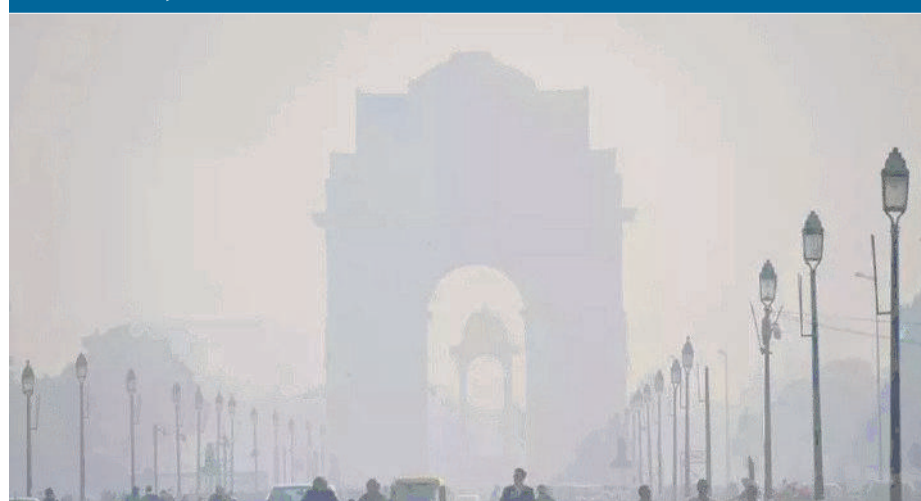
इस सड़क को चौड़ाई कम है। इस वजह से सड़क को चौड़ा किया जाएगा, ताकि प्रस्तावित मेट्रो कॉरिडोर के निर्माण में कोई अड़चन न आने पाए। टेंडर आवंटित होने के छह माह में इस सड़क को चौड़ा करने का काम पूरा होगा। ऐसे में उम्मीद है कि लाजपत नगर-साकेत जी ब्लॉक मेट्रो कॉरिडोर के निर्माण के लिए भी जल्दी टेंडर जारी हो सकता है।

**बहादुरगढ़ से आसौदा तक मेट्रो लाइन का होगा विस्तार**

वहीं, बहादुरगढ़ से आसौदा तक मेट्रो लाइन के विस्तार की खबर तेज है। मुख्यमंत्री नायब सैनी और केंद्रीय मंत्री मनोहर लाल के बीच मंगलवार को बैठक हुई। इसमें मेट्रो लाइन विस्तार को लेकर सर्वे कराने का निर्णय लिया गया है। इसी कड़ी में हरियाणा मास रैपिड ट्रांसपोर्ट कॉर्पोरेशन (एचएमआरटीसी) की ओर से राइडरशिप सर्वे किया जा चुका है। इसी आधार पर बहादुरगढ़ से आसौदा तक यात्रियों की संख्या मेट्रो लाइन के विस्तार का अंतिम सर्वे कराने का निर्णय लिया है।



## डीजल जनरेटर को इस बार नहीं मिलेगी कोई छूट प्रदूषण बढ़ने के साथ पाबंदियां हुई सख्त



परिवहन विशेष न्यूज

दिल्ली में प्रदूषण के बढ़ते स्तर को देखते हुए वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग (सीएक्यूएम) ने डीजल जनरेटर के उपयोग पर पूरी तरह से प्रतिबंध लगा दिया है। यह प्रतिबंध ग्रेडेड रिस्पांस एक्शन प्लान (GRAP) के दूसरे चरण के तहत लागू किया गया है। सीएक्यूएम ने सभी राज्यों के प्रदूषण निकायों को लिखित निर्देश जारी किए हैं कि डीजल जनरेटर के उपयोग पर किसी भी तरह की छूट नहीं दी जाएगी।

नई दिल्ली। ग्रेडेड रिस्पांस एक्शन प्लान (ग्रेप) के दूसरे चरण की तमाम पाबंदियां इस बार सख्त से लागू होंगी। वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग (सीएक्यूएम) ने हर स्तर के अनुरोधों को दरकिनारा कर डीजल जनरेटर के उपयोग

को लेकर भी किसी तरह की रियायत देने से साफ इनकार कर दिया है।

इसे लेकर एनसीआर में शामिल सभी राज्यों के प्रदूषण निकायों को लिखित निर्देश भी जारी कर दिए गए हैं। गौरतलब है कि ग्रेप के दूसरे चरण की पाबंदियों के तहत एनसीआर में डीजल जनरेटर के उपयोग पर भी पूरी तरह से रोक लग गई है। लेकिन विभिन्न संगठन अलग अलग तर्कों और अनुरोध के साथ सीएक्यूएम के पास जा रहे हैं कि इस दिशा में कुछ छूट दे दी जाए।

**डीजल चालित जनरेटर का धुआँ सेहत को पहुंचाता है नुकसान**

पिछले साल सीएक्यूएम ने 31 दिसंबर तक छूट दे भी दी थी, लेकिन अबकी बार साफ इनकार कर दिया है। सीएक्यूएम का कहना है कि चाहे कोई बैंकट हो या सामुदायिक भवन, मेला परिसर या कोई सोसायटी, कोई

सार्वजनिक कार्यक्रम हो या प्रदर्शनी।

इन सभी जगहों पर बड़ी संख्या में लोग एकत्रित होते हैं। ऐसे में डीजल चालित जनरेटर का धुआँ उनकी सेहत के लिए काफी खतरनाक हो सकता है। इसलिए इन जगहों के लिए तो वैसे भी कोई छूट नहीं दी जा सकती।

**सभी जगह बिजली आपूर्ति की व्यवस्था हो**

सीएक्यूएम का यह भी कहना है कि इसी स्थिति को ध्यान में रखते हुए समय-समय पर निजी बिजली कंपनियों को भी इसे लेकर निर्देश जारी किए जाते रहे हैं कि डीजी सेट के बगैर निर्यात बिजली आपूर्ति सुनिश्चित की जाए। अब यह इन कंपनियों की जिम्मेदारी है कि सभी जगह बिजली आपूर्ति की व्यवस्था की जाए, ताकि वायु प्रदूषण को नियंत्रित किया जा सके।

**मामलों में किसी तरह की लापरवाही पर**

होगी कार्रवाई

इसी के मद्देनजर वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग ने हरियाणा, दिल्ली, उत्तर प्रदेश और राजस्थान के प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड को आदेश जारी किया है कि डीजी सेट पर प्रतिबंध सख्त से लागू करें। मामले में किसी तरह की लापरवाही न हो। इस आदेश की प्रति सीपीसीबी व केंद्रीय वन एवं पर्यावरण मंत्रालय को भी भेज दी गई है।

**गोपाल राय ने फिर लिखी चिट्ठी**

वहीं दिल्ली के पर्यावरण मंत्री गोपाल राय (Gopal Rai) ने अब तीसरी बार केंद्रीय पर्यावरण मंत्री को पत्र लिखा है। उन्होंने दीपावली के बाद कुत्रिम वर्षा (आर्टिफिशियल रेन) के जरिए प्रदूषण को कम करने के लिए कई विभागों की आपातकालीन बैठक बुलाने की मांग की है। बैठक में अनुमति दिलाने की मांग भी की है।

## दीवाली से पहले यात्रियों के लिए खुशखबरी, 29 अक्टूबर से चलेंगी और ज्यादा रोडवेज बसें; कर्मचारी भी होंगे मालामाल

31 अक्टूबर को देशभर में बड़े से धूमधाम के साथ दीपावली का पर्व मनाया जाएगा। इसी बीच उत्तर प्रदेश परिवहन निगम द्वारा दीपावली से पहले यात्रियों की सुविधा को लेकर खास तैयारियां की हैं। अतिरिक्त रोडवेज बसें को चलाया जाएगा। यह सेवा 29 अक्टूबर से दस नवंबर तक संयोजित की जाएगी। लेख के माध्यम से जानिए कि इससे कर्मचारियों को कितना पैसा मिलेगा।



हापुड़। उत्तर प्रदेश परिवहन निगम द्वारा दीपावली से पूर्व यात्रियों की सुविधा को लेकर बसों के अतिरिक्त फेरे लगाए जाएंगे। यह सेवा 29 अक्टूबर से दस नवंबर तक जारी रहेगी।

एआरएम रणजीत सिंह ने बताया कि दीपावली त्योहार के मद्देनजर 29 अक्टूबर से दस नवंबर तक बसों का अतिरिक्त संचालन किया जाएगा। उन्होंने कहा कि यात्रियों को किसी तरह की परेशानी न हो, इसके लिए विभिन्न स्टॉप पर अतिरिक्त बसों को चलाया जाएगा।

**3600 किलोमीटर बस चलाने पर 4200 रुपये का इनाम**

उन्होंने बताया कि इस दौरान 3900 किलोमीटर बस चलाने वाले संविदा एवं आउटसोर्सिंग कर्मचारियों को 5200 रुपये का इनाम दिया जाएगा। वहीं 3600 किलोमीटर बस चलाने पर 4200 रुपये का इनाम दिया जाएगा।

इसके अतिरिक्त इससे ज्यादा बस संचालन करने पर 55 पैसे प्रति किलोमीटर का अतिरिक्त इनाम दिया जाएगा। वहीं कार्यशाला में कार्यरत कर्मचारियों को 13 दिवस कार्य करने पर 2100 एवं 12 दिन कार्य करने वाले कर्मचारियों को 1800 रुपये का इनाम दिया जाएगा।

**हापुड़ वासियों को जल्द मिलेगी चाइल्ड हेल्पलाइन डेस्क की सुविधा**

हापुड़ जिले के लोगों को बहुत जल्द ही चाइल्ड हेल्पलाइन 1098 (Child Helpline Desk 1098) की सौगात मिलने वाली है। जिसके बाद शिकायतें लखनऊ नहीं बल्कि, यहीं पर गढ़ रोड स्थित सखी वन स्टॉप सेंटर पर स्थापित होने वाली हेल्पलाइन डेस्क पर आएगी।

जिसके तुरंत बाद शिकायतकर्ता को मदद उपलब्ध कराई जाएगी। बता दें कि अभी तक प्रदेश भर में जिला स्तर पर चाइल्ड हेल्पलाइन 1098 के लिए कोई अलग से हेल्प डेस्क नहीं है। इसके बन जाने से स्थानीय लोगों को सहूलियत होगी।

**'हेल्पलाइन पर आने वाली शिकायतें पहले जाया करती थी लखनऊ'**

बाल कल्याण समिति के अध्यक्ष अभिषेक त्यागी ने बातचीत में कहा कि प्रदेश भर में चाइल्ड हेल्पलाइन 1098 के लिए कोई अलग से हेल्प डेस्क नहीं है। हेल्पलाइन पर आने वाली शिकायतें पहले लखनऊ जाया करती थीं।

जिस कारण से समस्या का निवारण होने में समय लगता था, लेकिन अब ऐसा नहीं होगा। उन्होंने आगे कहा कि सरकार की कोशिश है कि प्रदेश के सभी जिलों में महिला एवं बाल विकास विभाग ने अलग से चाइल्ड लाइन हेल्प डेस्क बनाया जाए। हेल्पलाइन डेस्क के लिए दस पदों पर कर्मचारी नियुक्त होंगे।



## इस फेस्टिव सीजन में बनाएं ये टेस्ती एंड हेल्थी लड्डू



बूंदी के लड्डू सामग्री -

बेसन-1 कप

चीनी - 11/2 कप

छोटी इलाइची - 6

पिस्ते - 1 टेबल स्पून (यदि आप चाहें)

खरबूजे के बीज-11/2-2 टेबल स्पून (यदि आप चाहें)

तेल- 1 टेबल स्पून, बेसन के घोल में डालने के लिये

देशी घी - बूंदी तलने के लिये



विधि -

सबसे पहले बेसन को बड़े प्याले में छान कर निकाल लीजिये, थोड़ा सा पानी डालिये और बेसन को गुठलियां खतम होने तक घोल लीजिये. थोड़ा पानी और मिलाइये, तेल भी डाल दीजिये और बेसन को अच्छी तरह फैटिये, और चमचे से लगातार गिरने वाली कनसिसटेन्सी का घोल बना लीजिये, (एक कप बेसन का घोल बनाने के लिये आधा कप से थोड़ा पानी कि 1-2 टेबल स्पून अधिक पानी लगा है). घोल को 10-15 मिनट के लिये रख दीजिये.

चाशनी बना लीजिये :-

किसी बर्तन में चीनी डालिये, और 1 कप पानी डाल दीजिये, चीनी को पानी में घुलने दीजिये, चीनी पानी में घुलने के बाद 3-4 मिनट तक चाशनी को पकने के बाद चाशनी को चैक कीजिये, चमचे से चाशनी की 1-2 ड्रॉप प्याली में गिराइये, ठंडा होने के बाद उंगली और अंगूठे के बीच चाशनी को चिपका कर देखिये, चासनी में छोटा सा 1 तार बनना चाहिये, अगर चाशनी में तार नहीं बन रहा हो तो चाशनी को 1-2 मिनट और पका लीजिये. लड्डू के लिये चाशनी तैयार है.

छोटी इलाइची को छील कर दाने निकाल लीजिये. पिस्ते को पतले पतले बारीक काट लीजिये. खरबूजे के बीज ड्राई रोस्ट कर लीजिये.

कढ़ाई में घी डालकर गरम कीजिये. बेसन को अच्छी तरह एक बार और फैट लीजिये. कलछी को गरम धी के 6-7 इंच ऊपर रखिये और कलछी के ऊपर चमचे से बेसन का घोल डालिये. कलछी के छेदों से बेसन निकल कर कढ़ाई में गिरता है और गोल बूंदी बन जाता है, कढ़ाई में जितनी बूंदी आ जाय उतनी गिरा दीजिये, अब बूंदी को गोल्डन ब्राउन होने तक तल कर

निकाल लीजिये. सारी बूंदी इसी तरह तल कर निकाल लीजिये.

चाशनी में इलाइची के दाने, 1 छोटी चम्मच पिस्ते बचाकर, सारे पिस्ते और खरबूजे के बीज डाल दीजिये, तैयार बूंदी चाशनी में डालकर सारी चीजें मिक्स करके, डुबा दीजिये और बूंदी को चाशनी में आधा घंटे तक डूबे रहने दीजिये. बूंदी चाशनी को अपने अन्दर एब्जॉर्ब कर लेंगी.

हाथों से थोड़ा सा पानी लगाकर थोड़ी सी बूंदी 2-3 टेबल स्पून बूंदी या जितना बड़ा लड्डू बनाना चाहते हैं उसके हिसाब से उतनी बूंदी हाथ में उठा कर दौनो हाथों की सहायता से दबा दबा कर गोल लड्डू बनाकर तैयार कर लीजिये. इसी प्रकार सारे लड्डू बनाकर तैयार कर लीजिये, बूंदी के लड्डूयों को खुली हवा में 5-6 घंटे छोड़ दीजिये, ये खुशक हो जायेंगे.

बहुत ही स्वादिष्ट बूंदी के लड्डू बनकर तैयार है, अब आप बूंदी के लड्डू (Boondi ke Laddu) सभी को खिलाइये और खाइये,

सुझाव:-

बूंदी के लड्डू में कलर बूंदी मिलाकर लड्डू बनाना चाहते हैं, तब बेसन के थोड़े से घोल में लाल या हरा जो भी रंग आप पसन्द करें, फूड कलर डालकर मिलाइये और कलर बूंदी बनाकर तैयार कर लीजिये.

विधि

1. एक पैन में मध्यम आँच पर घी या तेल गरम करें।
2. कटे हुए मेवे डालें और खुशबू आने तक भूनें।
3. कटे हुए खजूर और किशमिश डालें, मिश्रण के अच्छी तरह मिल जाने तक पकाएँ।
4. शहद डालें और एक और मिनट तक पकाएँ।
5. आँच से उतारें और थोड़ा ठंडा होने दें।
6. छोटे-छोटे लड्डू (बॉल) बनाएँ।
7. चाहें तो इलायची पाउडर छिड़कें।
8. 2 सप्ताह तक एयरटाइट कंटेनर में स्टोर करें।

सुझाव:

- बनावट और स्वाद जोड़ने के लिए विभिन्न प्रकार के सूखे मेवों का उपयोग करें।
- अपने स्वाद के अनुसार शहद की मात्रा समायोजित करें।
- आप नारियल के गुच्छे, तिल या सूखे क्रेनबेरी जैसी अन्य सामग्री भी मिला सकते हैं।
- सूखे मेवे के लड्डू एक स्वस्थ और पौष्टिक नाश्ता है, जो त्वाहारों या विशेष अवसरों के लिए एकदम सही है।

नोट: आप इन लड्डूओं को घी या तेल के बिना भी बना सकते हैं, बस सभी सामग्रियों को एक साथ मिलाकर बॉल्स का आकार दें।



ड्राई फ्रूट्स लड्डू

सामग्री:

- 1 कप खजूर, कटा हुआ
- 1 कप बादाम, कटा हुआ
- 1 कप काजू, कटा हुआ
- 1 कप पिस्ता, कटा हुआ
- 1 कप अखरोट, कटा हुआ
- 1/2 कप किशमिश
- 1/4 कप घी या तेल
- 1 बड़ा चम्मच शहद
- चुटकी भर इलायची पाउडर (वैकल्पिक)



रवा लड्डू रेसिपी सामग्री:

- 170 ग्राम सूजी
- 1 कप सूखा नारियल
- 150 ग्राम चीनी
- 1 चम्मच इलायची पाउडर
- 7-8 बादाम
- 5-6 काजू
- 6-7 किशमिश
- 5-6 पिस्ता
- 4-5 बड़े चम्मच घी
- 400 मिली दूध

कोटिंग के लिए:

- सूखा नारियल

विधि:

1. एक पैन में मध्यम आँच पर 4-5 बड़े चम्मच घी गर्म करें।
2. सूजी डालें और तब तक भूनें जब तक कि यह सुनहरा भूरा न हो जाए और इसमें से अखरोट जैसी खुशबू न आने लगे।
3. सूखा नारियल डालें और सुनहरा भूरा होने तक भूनें रहें।
4. धीरे-धीरे दूध डालें, गांठों से बचने के लिए लगातार हिलाते रहें।
5. चीनी डालकर तब तक पकाएँ जब तक मिश्रण गाढ़ा न हो जाए और पैन के किनारों से अलग न होने लगे।
6. स्वाद के लिए इलायची पाउडर डालें और अच्छी तरह मिलाएँ।
7. कटे हुए बादाम, काजू, किशमिश और पिस्ता डालें और अच्छी तरह मिलाएँ।
8. मिश्रण को थोड़ा ठंडा होने दें, फिर इसे छोटे, गोल लड्डू (गेंदों) का आकार दें।
9. प्रत्येक लड्डू को सूखे नारियल में लपेटकर कोट करें।
10. शेष मिश्रण के साथ दोहराएं।
11. आपके स्वादिष्ट रवा लड्डू खाने के लिए तैयार हैं!



मखाना लड्डू

सामग्री

- भुना हुआ मखाना-130 ग्राम
- काजू- 150 ग्राम
- बादाम-150 ग्राम
- पिस्ता- 70 ग्राम
- भुना हुआ सूखा नारियल- 40 ग्राम
- अखरोट-120 ग्राम
- किशमिश-70 ग्राम
- घी- 180 ग्राम
- गुड़-130 ग्राम
- दूध - आवश्यकतानुसार
- इलायची पाउडर-2 टीएसपी

विधि

- एक पैन लें और उसमें 4 बड़े चम्मच घी डालें और सभी सूखे मेवे भून लें और एक तरफ रख दें, इसे ठंडा करें, चॉपर में डालें और काट लें।
- सूखे नारियल को भून लें
- मखाने को भूनकर उसका मोटा चूर्ण बना लें या आधा महीन चूर्ण या आधा मोटा चूर्ण बना लें
- एक पैन लें, उसमें 1 बड़ा चम्मच घी डालें, गुड़ डालें और पिघला लें।
- सभी सामग्रियाँ मिलाएँ, आवश्यकतानुसार दूध डालें और लड्डू बना लें।



गोंद के लड्डू

सामग्री

गेहूँ का आटा-1 कप

बूरा-1 कप

घी- कप

गोंद- 1/2 कप (100 ग्राम)

काजू- 10 से 12

खरबूजे के बीज-2 टेबल स्पून

इलायची पाउडर- 1/2 छोटी चम्मच

विधि -

गोंद को बारीक टुकड़ों में तोड़ लीजिए. काजू को छोटा छोटा काट लीजिये.कढ़ाही में आधे से अधिक घी डालकर गरम कीजिये. गरम घी में थोड़ा-थोड़ा गोंद डालकर लगातार चलाते हुए तलिये (गोंद घी में पापकान की तरह फूलता है, गोंद को बिलकुल धीमी आग पर ही तलिये ताकि वह अन्दर तक अच्छी तरह भुन जाय).

गोंद सिक गया है या नहीं, इसे चैक करने के लिए एक टुकड़ा गोंद का निकालकर हाथ से दबाकर देखिए, यह चूरे की तरह हो जाना चाहिए. गोंद के अच्छी तरह फूलने और सिकने के बाद प्लेट में निकालिये, सारा गोंद इसी तरह तलकर निकाल लीजिये.

बचे हुये घी में आटा डालकर हल्का ब्राउन होने तक धीमी आँच पर लगातार चलाते हुए भून लीजिए. आटे से अच्छी महक आने और हल्का ब्राउन होने पर आटा भुनकर तैयार है. गैस बंद कर दीजिए और आटे को एक प्लेट में निकाल लीजिए,

गरम कढ़ाही में बीज डालकर लगातार चलाते हुए भून लीजिए. इसमें जरा सा घी भी डाल सकते हैं. बीज भुनते समय उचटते है, इसलिए कढ़ाही के थोड़ा ऊपर एक प्लेट रख लीजिए ताकि ये उचटकर बाहर ना आ गिरें. भुने बीज को आटे पर डाल लीजिए. इसमें काजू के टुकड़े, इलायची पाउडर डाल दीजिए.

गोंद के ठंडा हो जाने पर थाली में ही बेलन से दबाव डालकर थोड़ा और बारीक कर लीजिये. एक प्याले में गोंद और सारी चीजें डालकर मिक्स कर लीजिए. साथ ही बूरा भी डालकर मिला लीजिए. लड्डू बनाने के लिए मिश्रण तैयार है. मिश्रण से थोड़ा थोड़ा मिश्रण उठाइये और गोल लड्डू बनाकर थाली में लगाइये. सारे मिश्रण से लड्डू बनाकर थाली में लगा लीजिये.

गोंद के स्वादिष्ट लड्डू तैयार हैं. 1-2 घंटे गोंद के लड्डू हवा में ही रहने दीजिये. आप ये गोंद के लड्डू एअर टाइट कंटेनर में भरकर रख लीजिये और 2 महीने तक खाते रहिए.

सुझाव:-

गोंद को भुनते समय तेल गरम होने के बाद आग धीमी रखिये, गोंद को तलने, कढ़ाई से निकालने के बाद बड़े टुकड़े तोड़ कर देख लीजिये कहीं वह अन्दर से कच्चे तो नहीं हैं, अगर एसा है तो आप उन टुकड़ों को तोड़कर फिर से कम आग पर भून लीजिये.

गोंद को तेज आँच पर ना सेके. इससे गोंद ऊपर से तो सिक जाता है, लेकिन अंदर से कच्चा रह जाता है. आटा भुनते समय आँच धीमी मीडियम रखें और इसे लगातार चलाते हुए भूनें. आटा जलना नहीं चाहिए.

मिश्रण के हल्का गरम रहते ही लड्डू बना लीजिए. ठंडे होने पर मिश्रण बिखरने लगता है. आप चाहे, तो बूरा की जगह चाशनी बनाकर भी लड्डू बना सकते हैं. चाशनी से लड्डू बना रहे हैं, तो 1/2 कप घी ही काफी रहता है क्योंकि चाशनी बनाने से मिश्रण में थोड़ी सी नमी रहती है, जिससे लड्डू आसानी से बांधे जा सकते हैं.

गोंद के लड्डू को 3 महीने तक रखकर खाया जा सकता है.





## पर्यावरण मंत्री गोपाल राय ने आज "रेड लाइट ऑन-गाड़ी ऑफ अभियान" स्टीकर किया लॉन्च

सुषमा रानी

नई दिल्ली। "रेड लाइट ऑन-गाड़ी ऑफ" जनजागरूकता अभियान के तहत आज दिल्ली के पर्यावरण मंत्री गोपाल राय ने आई पी एस्टेट, सी एन जी स्टेशन पर "रेड लाइट ऑन-गाड़ी ऑफ अभियान" स्टीकर लॉन्च किया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि आई जी एल के सहयोग से पूरी दिल्ली में सी एन जी स्टेशन पर ऑटो के ऊपर "रेड लाइट ऑन-गाड़ी ऑफ अभियान" स्टीकर लगाया जा रहा है। उन्होंने आगे कहा कि वाहनों से होने वाले प्रदूषण को कंट्रोल करने के लिए दिल्ली सरकार ने "रेड लाइट ऑन-गाड़ी ऑफ" जनजागरूकता अभियान शुरू किया है। सरकार ने 25 सितम्बर को विंटर एक्शन प्लान की घोषणा की थी। जिसके आधार पर संबंधित विभागों ने इसपर गंभीरता पूर्वक कार्य शुरू कर दिया है। दिल्ली में इस समय जो प्रदूषण बढ़ता है उसमें बायोमास बर्निंग और डस्ट से होने वाले प्रदूषण के साथ-साथ वाहनों से होने वाले प्रदूषण का भी योगदान

होता है। इसी को देखते हुए "रेड लाइट ऑन-गाड़ी ऑफ" कैम्पेन शुरू किया गया है। उन्होंने कहा कि बॉर्डर एरिया में परिवहन विभाग स्पेशल अभियान चलाएगा साथ ही सरकार के प्रदूषण नियंत्रण उपायों के बेहतर कार्यान्वयन के लिए सिविल डिफेंस वालंटियर लगाए जायेंगे। मंत्री गोपाल राय ने बताया कि यह देखा जाता है कि यदि कोई व्यक्ति दिल्ली में अपनी गाड़ी लेकर निकलता है तो वापस घर पहुंचने तक लगभग 8 से 10 रेडलाइट पर रूकता है। यदि वह 2 मिनट एक चौराहे पर रूकता है और अपनी गाड़ी को आफ नही करता है तो वह 30 मिनट अपने गाड़ी के ईंधन को व्यर्थ में जलाता है। जिसकी कोई आवश्यकता नहीं है। इसलिए इस नजरिए से संबंधित विभागों ने इसपर गंभीरता पूर्वक कार्य शुरू कर दिया है। दिल्ली में इस समय जो प्रदूषण बढ़ता है उसमें बायोमास बर्निंग और डस्ट से होने वाले प्रदूषण के साथ-साथ वाहनों से होने वाले प्रदूषण का भी योगदान

को दूर करने के लिए अपने प्रयास तो कर ही रही है, इसमें लोगों की जनभागीदारी भी अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने बताया कि वाहनों से होने वाले प्रदूषण को लेकर बॉर्डर एरिया में परिवहन विभाग स्पेशल अभियान चलाएगा। दिल्ली में बाहर से बहुत सारे प्राइवेट गाड़ियां आती हैं उसकी जांच की जायेगी। सरकारी गाड़ियों को लेकर हमने एन सी आर राज्यों के ट्रांसपोर्ट मिनिस्टर को पत्र लिखा है। उन्होंने कहा कि सरकार के प्रदूषण नियंत्रण अभियान के बेहतर कार्यान्वयन के लिए सिविल डिफेंस वालंटियर लगाए जायेंगे। उन्होंने आगे कहा कि डीडीएमए की बैठक में यह निर्णय लिया गया है कि प्रदूषण नियंत्रण अभियान जैसे एंटी डस्ट अभियान, कूड़ा जलाने को रोकने का अभियान, यातायात के सुचारु प्रवाह के लिए आदि अभियानों के बेहतर कार्यान्वयन के लिए सिविल डिफेंस वालंटियर को लगाया जाएगा।

## डीपीसीसी के अध्यक्ष ने आम आदमी पार्टी के वरिष्ठ नेताओं और कार्यकर्ताओं को कांग्रेस में शामिल किया

सुषमा रानी

नई दिल्ली। दिल्ली प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष देवेन्द्र यादव ने आज आम आदमी पार्टी के उत्तर पूर्वी दिल्ली के सांसद प्रतिनिधि इस्लाम मलिक को उनके सैकंड्री साथियों के साथ कांग्रेस पार्टी में शामिल किया और सभी को कांग्रेस का पटका पहनाकर उनका संगठन में स्वागत किया। इस अवसर पर पूर्व विधायक हसन अहमद और अली मेहदी भी मौजूद थे।

यादव ने कहा कि इस्लाम मलिक और उनके साथियों के कांग्रेस में शामिल होने से उत्तर पूर्वी दिल्ली में हमारी ताकत बढ़ेगी, क्योंकि क्षेत्र में इनकी महत्वपूर्ण भूमिका रही है और इनके साथ बड़ी तादात में मुस्लिम समाज जुड़ा है। उन्होंने कहा कि लोकसभा चुनावों के बाद कांग्रेस की विचारधारा और कार्यशैली में भरोसा जताकर दूसरी पार्टी के लोगों के कांग्रेस के साथ जुड़ने का सिलसिला जारी है, जिससे कांग्रेस का कुनवा लगातार बढ़ रहा है।

इसी कड़ी में प्रदेश अध्यक्ष ने आम आदमी पार्टी के तिमारापुर विधानसभा सचिव प्रवीण सोनकर को कांग्रेस की सदस्यता ग्रहण करवाई। इस अवसर पर जिला अध्यक्ष आदेश भारद्वाज, पीके मिश्रा, पूर्व निगम पार्षद अमरलता सांगवान मुख्य रूप से मौजूद थीं।

पार्टी में शामिल होने वालों बताया कि वो कांग्रेस के आदर्शों, परम्परा, विचारधारा और सकारात्मक सोच तथा राष्ट्रीय अध्यक्ष आदरणीय मल्लिकार्जुन खड़गे और जन नायक राहुल गांधी के प्रभावशाली व्यक्तित्व और उनके देशवासियों के अधिकारों और हितों के लिए संसद से सड़क तक संघर्ष से प्रभावित होकर कांग्रेस पार्टी में शामिल हुए हैं।

यादव ने कहा कि कांग्रेस परिवार में शामिल हुए सभी लोगों का दिल की गहराइयों से स्वागत करता हूँ। उन्होंने कहा कि कांग्रेस पार्टी की विचारधारा, माननीय कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे के नेतृत्व और जन प्रिय नेता राहुल गांधी की जनता के लिए संघर्ष की लड़ाई से प्रेरित होकर दूसरी पार्टी के लोग कांग्रेस की जुड़ रहे हैं। उन्होंने कहा कि सपने दिखाने और उनकी हकीकत में बड़ा अंतर होता है, कांग्रेस पार्टी में शामिल होने वाले लोगों को भाजपा और आम आदमी पार्टी ने धोखा दिया, जिसके कारण इनका विश्वास वहां खत्म हो गया।

उन्होंने ने कहा कि कांग्रेस पार्टी गरीबों पिछड़ों, वंचितों के लिए काम करती है। मैं विश्वास दिलाता हूँ कि कांग्रेस में शामिल होने वाले लोगों को उचित सम्मान और स्थान दिया जाएगा।



## हजरत निजामुद्दीन औलिया के 721 वें उर्स मुबारक के मौके पर मंत्री इमरान हुसैन ने देश और दुनिया में अमन चैन

सुषमा रानी

नई दिल्ली। हजरत निजामुद्दीन औलिया के 721 वें उर्स मुबारक के समापन अवसर पर दिल्ली सरकार के मंत्री इमरान हुसैन मुख्य अतिथि के रूप में मौजूद रहे। इसके अलावा विधायक प्रवीण कुमार, निगम पार्षद अमीर अहमद, इंटरनेशनल शांतिवादी डॉक्टर अना देहलवी, कृष्णा नगर जिला कांग्रेस अध्यक्ष सरदार गुरचरन सिंह राजू, दिल्ली अल्पसंख्यक आयोग के पूर्व चेयरमैन जाकिर खान, सर्व समाज राष्ट्रीय महासंघ के राष्ट्रीय अध्यक्ष मोहम्मद ताहिर सिद्दीकी, फ़ेस युप के चेयरमैन डॉक्टर मुस्ताक अंसारी, नेहरू विहार ब्लॉक कांग्रेस अध्यक्ष एवं पूर्व निगम प्रत्याशी अलीम अंसारी, सर्वो स्टेप पॉवर के चेयरमैन मोहम्मद आलम, समाज सेवी जुगल किशोर, सलीम अंसारी, मुस्ताफा गुड्डू, चौधरी मुमताज अली चिरती, एजाज हाशमी, मोहम्मद ओवेश, रोशन सुहेल, पप्पू मंसूरी

आदि समाज के जिम्मेदार लोगों ने भी मेहबूब-ए-इलाही के दरबार में हाजरी लगाई। सूफ़ी गायक हमसर हयात निजामी व अथर हयात निजामी ने भी मेहबूब-ए-इलाही के दरबार में कव्वाली गीतों का प्रदर्शन कर अपनी हाजरी दर्ज कराई। इस मौके पर मंत्री इमरान हुसैन सहित सभी गणमान्य व्यक्तियों की मौजूदगी में दरगाह हजरत निजामुद्दीन औलिया के चौफ़र इंचार्ज सैय्यद काशिफ अली निजामी द्वारा देश की तरक्की और भाईचारे की मजबूती के लिए दुआ भी की गई।

इस मौके पर मंत्री इमरान हुसैन ने कहा कि मेहबूब-ए-इलाही ख्वाजा हजरत निजामुद्दीन औलिया के दरबार की यही खासियत है कि



यहां हमेशा की तरह इस वर्ष भी सभी धर्म, जाति के लोग अक्रोदत के साथ उर्स मुबारक में शामिल हुए हैं। उन्होंने कहा कि मैंने भी बाबा के दरबार में मुल्क की तरक्की और पूरी दुनिया

में अमन शांति के लिए दुआ की है। इस मौके पर सूफ़ी हमसर हयात निजामी ने कहा कि सूफ़ी घरानों से ही मौहबूब का पैगाम पूरी दुनिया में फैला और आज भी सभी धर्मों के मानने वाले मेहबूब-ए-इलाही के दरबार में अपनी अरदास लगाते हैं। उन्होंने कहा अपने न फ़रत देखने को मिल रही है, वह खत्म होनी चाहिए क्योंकि नफरत से सिर्फ नुकसान होता है। सैय्यद काशिफ अली निजामी ने कहा कि देश के लगभग सभी राज्यों सहित अन्य कई देशों के लोग उर्स मुबारक में शामिल हुए और सभी धर्मों की एकता यहां बाबा के दरबार में देखने को मिली। उर्स मुबारक के चार दिनों में सभी के लिए लंगर की व्यवस्था भी यहां की गई और बहुत ही खुशगवार माहौल यहां देखने को मिला, इसी तरह का माहौल अगर पूरे देश में होगा तो देश निश्चित रूप से तरक्की करेगा।

## दिल्ली मेट्रो की महिला कोच में लगे विज्ञापन पर बवाल, सोशल मीडिया पर जमकर वायरल; विवाद के बाद DMRC ने हटाया

परिवहन विशेष न्यूज

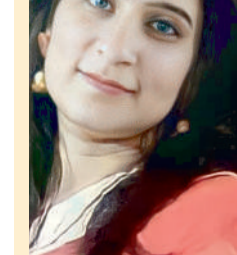
इस माह स्तन कैंसर जागरूकता माह मनाया जा रहा है। ताकि महिलाओं को इस बीमारी के प्रति जागरूक किया जा सके। इसी क्रम में दिल्ली मेट्रो के महिला कोच में स्तन कैंसर के प्रति जागरूकता के लिए लगे एक विज्ञापन पर विवाद हो गया। लोगों ने प्रचार में इस्तेमाल प्रतीकात्मक फोटो और उसपर लिखे संदेश को लेकर सोशल मीडिया पर विवाद हो गया। विवाद के बाद DMRC ने विज्ञापन हटा दिया है।

दिल्ली। स्तन कैंसर के प्रति जागरूकता के लिए दिल्ली मेट्रो के महिला कोच में लगे एक विज्ञापन पर विवाद हो गया। बता दें कि स्तन कैंसर जागरूकता माह के मद्देनजर यह विज्ञापन लगाया गया था। कई लोगों ने इसे इंटरनेट मीडिया

पर इसे पोस्ट कर विज्ञापन में स्तन कैंसर की जल्दी पहचान के लिए इस्तेमाल प्रतीकात्मक फोटो और उस पर लिखे संदेश को आपत्तिजनक बताते हुए सवाल उठाए। साथ ही जागरूकता के लिए अपनाए गए इस तरीके को गलत बताया। इसके मद्देनजर दिल्ली मेट्रो रेल निगम (डीएमआरसी) के निदेश पर विवादित विज्ञापन को मेट्रो से बुधवार देर शाम ही हटा लिया गया। वहीं मेट्रो में यह विज्ञापन लगाने वाले यूवीकैन फाउंडेशन ने विरोध को रूढ़िवादी बताते हुए अपनी पहल का बचाव किया है। विज्ञापन में बस सफर में सफर करती एक महिला को संतरे लिए हुए दिखाया गया था और आपत्तिजनक स्लोगन लिखा गया था। यूवीकैन फाउंडेशन की मुख्य सलाहकार और ट्रस्टी पूनम नंदा ने कहा कि वह खुद इस बीमारी से दो बार पीड़ित रह चुकी हैं। दो बार का कैंसर सर्वावहार होने के नाते स्तन कैंसर

जागरूकता अभियान में इस्तेमाल रूपांतरण का समर्थन करती हैं। क्योंकि भारत में स्तन के विषय पर खुलेआम चर्चा संवेदनशील हो सकता है। रचनात्मक दृश्य स्वास्थ के संदर्भ में संवाद शुरू करने में मदद करते हैं। भारत में स्तन के सीधा चर्चा संवेदनशील हो सकता है। युनियन के कई देशों में स्तन कैंसर के प्रति जागरूकता अभियान में बीमारी की जल्दी पहचान को बढ़ावा देने के लिए इस तरह कई दूसरे दृश्य इस्तेमाल किए गए हैं। जिससे इस बीमारी के प्रति जागरूकता बढ़ाने में मदद मिली। यूवीकैन फाउंडेशन (YouWeCan Foundation) ने तीन लाख महिलाओं को जागरूक किया है और डेढ़ लाख महिलाओं की स्क्रीनिंग कराई है। डीएमआरसी (DMRC News) ने कहा कि एक ही मेट्रो ट्रेन में यह विज्ञापन लगाया गया था।

## मिट्टी के दीये जलाएँ, प्रदूषण को दूर भगाएँ और परंपरा भी जीवंत बनायें



प्रियंका सौरभ

रिसर्व स्कॉलर इन पॉलिटिकल साइंस, क्विजिनी, स्वतंत्र पत्रकार एवं स्तंभकार, उब्बा भवन, आर्यनगर, हिसार (हरियाणा) - 127045 (मो.) 7015375570 (वार्ता+वाट्स एप)

आज की भागती दौड़ती ज़िन्दगी में लोग अपनी परंपरा को भूलते जा रहे हैं। इसका परिणाम है कि आज देश में पर्यावरण संकट के साथ-साथ कई तरह की समस्या उत्पन्न हो रही है। जिसके चलते सभी लोग और जीव-जंतु के जीवन पर संकट है। इस परंपरा में एक दीपावली पर्व पर मिट्टी के दीये जलाना भी है। जिसको आज लोग भूलते जा रहे हैं और उसकी जगह पर इलेक्ट्रिक लाइटों का उपयोग कर रहे हैं। लेकिन जो सुंदरता मिट्टी के दीये जलाने पर दिखती है वह इलेक्ट्रिक लाइटों के जलने से नहीं। इस बात को स्वयं लोग भी स्वीकार कर रहे हैं और इस परंपरा को लोगों के भूलने पर चिंता भी व्यक्त कर रहे हैं। मिट्टी के दीये जलाना परंपरा के साथ हमारी संस्कृति है। अपनी संस्कृति को कोई कैसे भूल सकता है। इसका सभी लोगों को ध्यान रखना चाहिए। मिट्टी के दीये जलाने के कई लाभ हैं। जिसका उल्लेख कई जगहों पर देखने और सुनने को मिलता है। इसलिए सभी लोग मिट्टी के दीये जलाएँ।

दीपावली का त्यौहार मिट्टी के दीये से जुड़ा हुआ है। यह हमारी संस्कृति में रचा-बसा हुआ है। दीया जलाने की परंपरा आदि काल से रही है। भगवान राम की अयोध्या वापसी की खुशी में अयोध्यावासियों ने घर-घर दीप जलाया था, तब से ही कार्तिक

महीने में दीपों का यह त्यौहार मनाया जाने की परंपरा रही है। पिछले दो दशक के दौरान कृत्रिम लाइटों का क्रेज बढ़ा है। आधुनिकता की आंधी में हम अपनी पौराणिक परंपरा को छोड़कर दीपावली पर बिजली की लाइटिंग के साथ तेज ध्वनि वाले पटाखे चलाने लगे हैं। इससे एक तरफ मिट्टी के कारोबार से जुड़े कुम्हारों के घरों में अँधेरा रहने लगा, तो ध्वनि और वायु प्रदूषण फैलाने वाले पटाखों को अपना कर अपनी साँसों को ही खतरे में डाल दिया। अपनी परंपराओं से दूर होने की वजह से ही कुम्हार समाज अपने पुरतैनी धंधे से दूर होता जा रहा है। दूसरे रोजगार पर निर्भर होने लगे हैं। एक समय था जब दीपावली पर्व को लेकर लोग मिट्टी के दीये जलाने के लिए पहले ही कुम्हार को आर्डर कर देते थे। तब गाँव या अन्य किसी गाँव के कुम्हार के घर के सभी सदस्य काम में व्यस्त होते थे। दीपावली पर्व पर कई लोगों के आर्डर को पूरा करने में दिन रात एक कर मेहनत करते थे। हालाँकि उस समय उत्तनी आमदनी नहीं होती थी, लेकिन कुम्हारों को भी एक रूचि रहती थी कि इस परंपरा को जीवंत रखना है। लेकिन आज लोग मिट्टी के दीये जलाना धीरे-धीरे कम कर दिए हैं, इससे अब कुम्हार भी इसमें रूचि नहीं ले रहे। जिसका नतीजा है कि आज दीपावली



पर्व में लोग घर में दो-चार मिट्टी के दीये जला कर सिर्फ एक परंपरा को किसी तरह निर्वहन कर रहे हैं। ज्यादातर लोग इलेक्ट्रिक लाइटों, झालर और अन्य लाइटों को जला कर ही दीपावली पर्व में अपने घर को रोशनी से जगमग करने की कोशिश कर रहे हैं। हम सभी अब दीपावली के नाम पर पर्यावरण को दूषित कर रहे हैं। अब हमें पुनः अपनी परंपरा को समझना होगा। हमें मिट्टी के दीये जलाने की परंपरा की पुनः शुरुआत करनी होगी। इससे कोड़े मकोड़े मरते हैं। झालर और लाइट से कोड़े नहीं मरते। हमारी संस्कृति सरसों के तेल के दीये जलाना है, अच्छे पकवान बनाना, मिठाइयाँ खाना और पड़ोसी को भी खिलाना, लोगों को उपहार देना आदि है।

लेकिन लोग अब उतने समझदार नहीं हैं इसलिए पटाखे छूटेंगे। लोग मिट्टी के दीये जलाएँ। इससे प्रदूषण भी नहीं होगा और परंपरा भी जीवंत रहेगी। दीपावली पर्व पर मिट्टी के दीये जलाना पूर्वजों के द्वारा बनाई गई परंपरा है। इसे हम सभी लोगों को बरकरार रखना चाहिए। दिवाली में मिट्टी के दीये जलाना हमारी संस्कृति और प्रकृति से जुड़ने का बहुत ही सुगम साधन है। यह भारतीय संस्कृति में बहुत ही शुभ और पवित्र माना जाता है। मिट्टी के दीये प्रेम, समरसता और ज्ञान के प्रतीक हैं। सामाजिक व आर्थिक आधार पर भी दीयों की खूबसूरती जगजाहिर है। इस बार दीपावली के दिन मिट्टी के दीये जलाने का संकल्प लेकर संस्कृति का बचाव करना है।

आधुनिकता के दौर में दीपोत्सव पर मिट्टी की दीये जलाने की परंपरा विलुप्त हो रही है। इससे सामाजिक रूप से व पर्यावरण पर गलत प्रभाव पड़ने की आशंका को नकारा नहीं जा सकता है। पर्यावरण को बचाने के लिए जरूरी है आमजन दीपावली पर मिट्टी के दीये जलाने व पटाखे नहीं चलाने का संकल्प ले। इस दीपावली मिट्टी के दीये जलाएँ, तभी पर्यावरण बचाने में हम सफल हो पायेंगे। आधुनिकता के दौर में दीपोत्सव पर मिट्टी की दीये जलाने की परंपरा विलुप्त हो रही है। इससे सामाजिक रूप से व पर्यावरण पर गलत प्रभाव पड़ने की आशंका को नकारा नहीं जा सकता है। पर्यावरण को बचाने के लिए जरूरी है आमजन दीपावली पर मिट्टी के दीये जलाने व पटाखे नहीं चलाने का संकल्प ले। इस दीपावली मिट्टी के दीये जलाएँ, तभी पर्यावरण बचाने में हम सफल हो पायेंगे।

-प्रियंका सौरभ

सभी लोग मिट्टी के दीये ही जलाएँ। आज की युवा पीढ़ी इलेक्ट्रिक लाइटों के प्रति अधिक रूचि रख रही है। घरों को सजाने से लेकर दीये जलाने में इलेक्ट्रिक लाइटों का ही उपयोग कर रही है। जबकि यह सोचना चाहिए कि हमारी संस्कृति और परंपरा का निर्वहन करना युवाओं के कंधे पर ही है। गाँव या किसी शहर में जो कुम्हार है वह आज भी मिट्टी के दीये बनाते हैं। इसमें उन्हें सिर्फ आमदनी का लालच नहीं होता बल्कि उनमें अपनी संस्कृति और परंपरा को बरकरार रखने का उत्साह होता है। लेकिन लोग इसे भूलते जा रहे हैं। परंपरा व पर्यावरण के संरक्षण के लिए मिट्टी के दीये जलाना है। इनसे कोई प्रदूषण नहीं होता। कृत्रिम रोशनी आँखों और त्वचा

के लिए हानिकारक होती है। मिट्टी के दीये की रोशनी आँखों को आराम पहुँचाती है। मिट्टी के दीये हमारी संस्कृति के एक अहम अंग हैं। दिवाली पर इसे जलाकर हम अपनी परंपराओं को याद रखते हैं। मिट्टी के दीये बनाने वाले कारीगरों को प्रोत्साहित करने का भी यह अच्छा मौका है। आइये, इस दीपावली, हम सभी मिलकर मिट्टी के दीये जलाएँ और एक स्वच्छ और हरा-भरा पर्यावरण बनाने में अपना योगदान दें। लोगों को इस पर विचार करना चाहिए। वर्तमान में अपनी परंपरा को बरकरार रखने और पर्यावरण बचाने के लिए इस दीपावली मिट्टी की दीये जलाने के प्रति लोगों को खास कर बच्चों व युवाओं को जागरूक करने के लिए अभियान भी चलाएँ।



# गाजियाबाद विधानसभा उपचुनाव के लिए समाजवादी पार्टी ने सिंह राज जाटव को बनाया प्रत्याशी

परिवहन विशेष न्यूज

गाजियाबाद विधानसभा उपचुनाव के लिए समाजवादी पार्टी ने गुरुवार को सिंह राज जाटव को अपना उम्मीदवार बनाया है। कांग्रेस ने इस सीट पर अपना उम्मीदवार नहीं उतारने का फैसला किया है। वहीं सपा ने खैर सीट से डॉ. चारु कैन को मैदान में उतारा है। कांग्रेस ने यूपी में होने वाले उपचुनावों में अपने उम्मीदवार नहीं उतारने का फैसला लिया था।

गाजियाबाद। समाजवादी पार्टी (सपा) ने गाजियाबाद विधानसभा सीट पर होनेवाले उपचुनाव के लिए सिंह राज जाटव को उम्मीदवार बनाया है। इससे पहले, भाजपा और बसपा इस सीट पर उम्मीदवारों की घोषणा कर चुकी है। भाजपा ने उपचुनाव के लिए संजीव शर्मा जबकि बसपा ने परमानंद गर्ग को प्रत्याशी बनाया था।

बता दें, कांग्रेस ने यूपी में होनेवाले उपचुनाव के लिए अपने उम्मीदवार नहीं उतारने का फैसला लिया था। उत्तर प्रदेश कांग्रेस के प्रदेशाभारी अविनाश पांडे ने गुरुवार को कहा था कि हम



'इंडिया' गठबंधन समाजवादी पार्टी के सभी प्रत्याशियों को इस उपचुनाव में पूरी ताकत से जिताने का काम करेगा। इस कारण हम सपा प्रत्याशी को समर्थन देंगे।

**बीजेपी ने 17 साल बाद ब्राह्मण चेहेरे पर खेला दांव**

गाजियाबाद विधानसभा सीट पर होने वाले उपचुनाव के लिए भाजपा ने 17 साल बाद ब्राह्मण चेहेरे पर दांव लगाया है। पार्टी ने भाजपा महानगर अध्यक्ष संजीव शर्मा को प्रत्याशी बनाया

है। बसपा के पीएन गर्ग ने यहां पर नामांकन के लिए नामांकन पत्र खरीदा है, वह भी जल्द ही नामांकन करेंगे।

**परमानंद गर्ग ने सपा छोड़ बसपा का छोड़ा था दामन**

बता दें, परमानंद गर्ग कुछ समय पहले सपा छोड़कर बसपा का दामन थाम लिया था। बसपा इस सीट पर पहले भी चुनाव जीत चुकी है। तब वैश्य नेता सुरेश बंसल विधानसभा पहुंचे थे। कोविड के दौरान उनका निधन हो गया। वैश्य

वर्ग से ही ताल्लुक रखने वाले परमानंद गर्ग इस सीट पर मजबूत दावेदार माने जा रहे हैं। वहीं, गाजियाबाद सीट पर भाजपा ने 17 साल बाद ब्राह्मण चेहेरे पर दांव लगाया है। पार्टी ने भाजपा महानगर अध्यक्ष संजीव शर्मा को उम्मीदवार बनाया है।

**2007 तक गाजियाबाद में पांच सीटें आती थीं**

साल 2007 तक हुए विधानसभा चुनाव में गाजियाबाद जिले में पांच विधानसभा सीटें आती थीं। इनमें गाजियाबाद, मोदीनगर, मुरादनगर, हापुड़ और गढ़मुक्तेश्वर विधानसभा की सीट शामिल है। गाजियाबाद शहर विधानसभा सीट को वर्ष 2007 के विधानसभा चुनाव तक 372-गाजियाबाद के नाम से जाना जाता था, उस वक्त साहिबाबाद का क्षेत्र में भी इसी विधानसभा क्षेत्र में आता था। वर्ष 2012 में परिसीमन के बाद इसे 56- गाजियाबाद के नाम से जाना जाता है।

**गाजियाबाद में 4 लाख से अधिक है मतदाताओं की संख्या**

गाजियाबाद शहर विधानसभा सीट पर होने वाले उपचुनाव में कुल मतदाताओं की संख्या 4,61,360 है। इनमें अनुसूचित जाति के 80-85 हजार, ब्राह्मण समाज के 75-80 हजार, वैश्य समाज के 60-65 हजार, मुस्लिम समाज के 70-75 हजार मतदाता हैं। इसी वजह से सभी दल जातीय समीकरण को साधने में जुटी हुई है।

## गाजियाबाद में बुलडोजर एक्शन से हड़कंप, GDA की टीम ने अवैध दीवार और इमारत को किया ध्वस्त

गाजियाबाद में अवैध निर्माण पर प्रशासन की कार्रवाई जारी है। गाजियाबाद विकास प्राधिकरण (जीडीए) ने बुलडोजर चलाकर कई अवैध निर्माण को ध्वस्त किया। शालीमार गार्डन के विक्रम एन्क्लेव में दो भूखंडों के बीच अवैध दीवार बना दी थी। जीडीए की टीम ने अवैध इमारत की दीवार और भवन को बुलडोजर से ध्वस्त कर दिया। जीडीए ऐसे कई निर्माण को नोटिस थमा रही है।

**गाजियाबाद।** गाजियाबाद विकास प्राधिकरण (जीडीए) ने बुधवार को अवैध निर्माण पर बुलडोजर चलाया। शालीमार गार्डन के विक्रम एन्क्लेव में दो भूखंडों के बीच अवैध दीवार बना दी थी। इनमें से एक भूखंड पर अवैध रूप से भवन का निर्माण किया गया था। जीडीए की टीम ने दीवार और भवन को बुलडोजर से ध्वस्त कर दिया। शालीमार गार्डन एक्सटेंशन एक के 'ए' ब्लॉक में भवन अवैध रूप से बनाया जा रहा था। उसे भी ध्वस्त कर दिया गया।

जीडीए ने कार्रवाई से पहले तीनों को नोटिस जारी किया था। इसके बाद भी अवैध निर्माण जारी रहा। उन्होंने अवैध निर्माण को खुद नहीं हटाया। वहीं शालीमार गार्डन एक्सटेंशन एक में कार्रवाई के

दौरान कुछ लोगों ने वीडियो बनाकर सोशल मीडिया पर वायरल कर दी। दावा किया गया था कि लोगों के विरोध करने के बाद जीडीए की टीम अवैध निर्माण के बिना कार्रवाई के लौट गई।

**दिया गया था अवैध निर्माण का नोटिस**

आवास विकास परिषद ने बुधवार को वसुंधरा में अवैध रूप से बने सात भवनों का विद्युत कनेक्शन कटवा दिए। इससे पहले उन्हें अवैध निर्माण का नोटिस दिया गया था। अधीक्षण अभियंता अजय कुमार मित्तल ने बताया विद्युत निगम को अवैध भवनों की सूची सौंपी थी। आचार संहिता लगने की वजह से उन्हें पुलिस बल नहीं मिल पा रहा था। बुधवार को पुलिस बल के साथ वसुंधरा सेक्टर एक में भूखंड संख्या 246, 664, सेक्टर तीन में भूखंड संख्या 447, 1028 एवं 1037 सेक्टर पांच में भूखंड संख्या 1549, 873 के बिजली के कनेक्शन कट दिए गए। आगे इनके ध्वंसीकरण की कार्रवाई की जा सकती है। गाजियाबाद नगर निगम ने मोहन नगर जियो में अतिक्रमण को चिह्नित करना शुरू कर दिया है। नगर निगम को जोनल प्रभारी आरपी सिंह ने बताया कि त्योहार से पहले बाजार में कुछ लोगों ने अतिक्रमण कर लिया है। ऐसे में नगर निगम ने अवैध अतिक्रमण के खिलाफ कार्रवाई करने की योजना बनाई है।

## बहादुरगढ़ में गरजा बुलडोजर, दिल्ली-रोहतक रोड किनारे अवैध झुग्गियों को हटाया, प्रशासन की बड़ी कार्रवाई

बहादुरगढ़ जिले के सेक्टर छह में प्रशासन का बुलडोजर चला है। सेक्टरवासियों की शिकायत के बाद यहां से अवैध झुग्गियों को हटाया गया। यहां सेक्टर में रहे लोगों के विरोध के कारण नप के साथ मिलकर झुग्गियां और दुकानें हटाई गईं। यहां रह रहे लोगों को भी खदेड़ा गया। जिनकी झुग्गियों का हटाया गया उन सभी ने दीवाली तक का समय मांगा लेकिन उनकी एक नहीं चली।

परिवहन विशेष न्यूज

बहादुरगढ़। बहादुरगढ़ शहर के सेक्टर छह के लोगों की मांग पर नगर परिषद ने वीरवार को अभियान चलाकर रोहतक दिल्ली रोड पर गोरिया पर्यटन केंद्र के साथ नाले पर अवैध रूप से बनाई गई 15 से ज्यादा झुग्गियों को हटा दिया। इन झुग्गियों में घुमंतू जाति के लोग अवैध रूप से रह रहे थे।

ये लोग सड़क किनारे और डिवाइडर पर सोते रहते थे। रात के समय यहां कोई दुर्घटना होने का भी खतरा रहता था। इसी के चलते जेसीबी की मदद से सभी झुग्गियों को तोड़ दिया तथा इनमें रहने वाले लोगों को यहां से खदेड़ दिया। उनका सामान जब्त कर लिया गया।

**लोगों ने मांगा दीवाली तक का समय** झुग्गियों में रहने वाली महिलाओं ने नगर परिषद अधिकारियों से दीवाली तक का समय देने की मांग की, मगर सेक्टरवासियों के दबाव के कारण अधिकारियों ने उनकी एक न सुनी और अपनी कार्रवाई जारी रखी।

अधिकारियों का कहना था कि झुग्गियों को हटाने के लिए पहले भी कई बार समय दिया जा चुका है, मगर यहां से झुग्गी-झोपड़ी नहीं हटाई गई। इसके चलते नगर परिषद को यह कार्रवाई करनी पड़ी। इसके साथ ही देवीलाल पार्क के साथ अवैध रूप से बनाई गई कई अवैध दुकानों पर भी नगर परिषद ने कार्रवाई करते हुए उन्हें हटाया है। सेक्टर छह के सामने सड़क किनारे बनी झोपड़ियों को हटाने की कार्रवाई के दौरान



पुलिस व लोगों से मिन्ते करती महिलाएं।

जागरण

**झुग्गियों को हटाने के लिए सेक्टरवासियों ने किया विचार-विमर्श** रोहतक-दिल्ली रोड पर सेक्टर छह के सामने काफी संख्या में घुमंतू लोग झुग्गी-झोपड़ी डाल कर रह रहे हैं। इन्हें हटवाने के लिए सेक्टर छह के लोग कई बार नगर परिषद अधिकारियों से प्रार्थना कर चुके थे। बुधवार रात को इन झुग्गियों को हटाने के लिए सेक्टरवासियों ने विचार-विमर्श किया और वीरवार 11 बजे सेक्टरवासी इकट्ठा हो गए।

सभी ने एक स्वर में इन झुग्गियों को हटाने का निर्णय लिया और नगर परिषद के अधिकारियों को भी मौके पर बुला लिया। पार्श्व सत्यप्रकाश छिकारा, विकास गुप्ता, पवन जैन, आरडब्ल्यूए के प्रधान महिपाल गुलिया, जितेंद्र राठी, सहदेव दहिया, राजबीर बंसल आदि ने मिलकर नगर परिषद के अधिकारियों पर दबाव बनाए रखा और देखते ही देखते सभी झुग्गियों

को तोड़ दिया।

**नगर परिषद अधिकारियों ने जेसीबी की मदद से हटवाई झुग्गियां** एसोसिएशन से जुड़े पदाधिकारियों ने बताया कि यहां काफी संख्या में घुमंतू जाति के लोग रहते हैं। छोटे-छोटे बच्चे सड़कों पर घूमते रहते हैं। इससे दुर्घटना होने का अंदेशा बना रहता है। इनका सफाई की और भी कोई ध्यान नहीं है।

इसके चलते वाहन चालकों के साथ स्थानीय लोगों को भारी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा था। इसी पर संज्ञान लेते हुए वीरवार को नगर परिषद अधिकारियों ने जेसीबी की मदद से 15 झुग्गियां हटवा दी।

उनका सामान भी जब्त कर लिया। यहां रह रही महिलाओं का कहना है कि उनके छोटे-छोटे बच्चे हैं। इन्हें लेकर अब वे कहा जाएंगी। उन्होंने अधिकारियों से दीवाली तक का समय मांगा, मगर समय तो दूर अधिकारियों ने उनकी बात तक नहीं सुनी।

## यात्रियों को स्टेशन छोड़ने जाना पड़ेगा महंगा, पकड़े जाने पर भरना होगा जुर्माना; पढ़ें क्या है नया नियम?

त्योहारों के मौसम में गाजियाबाद रेलवे स्टेशन पर प्लेटफॉर्म टिकट नहीं मिलेगा। रेलवे ने भीड़ को नियंत्रित करने के लिए यह कदम उठाया है। रेलवे स्टेशन पर बिना प्लेटफॉर्म टिकट के पकड़े जाने पर 260 रुपये जुर्माना देना होगा। बुजुर्गों और दिव्यांग महिलाओं को ट्रेन में बैठाने के लिए दो घंटे की अवधि वाला प्लेटफॉर्म टिकट जारी किया जाएगा।

**गाजियाबाद।** आप यात्रियों को छोड़ने रेलवे स्टेशन पर पहुंचे तो जुर्माना देना पड़ सकता है। त्योहारों पर भीड़ के चलते रेलवे ने प्लेटफॉर्म की बिक्री पर रोक लगा दी है।

बुजुर्ग और दिव्यांग महिलाओं को ट्रेन में बैठाने के लिए प्लेटफॉर्म का टिकट जारी होगा जिसकी अवधि मात्र दो घंटे तक की होगी। छह नवंबर तक प्लेटफॉर्म के टिकट की बिक्री पर रोक रहेगी।

**पकड़े जाने पर रेलवे जुर्माना वसुलेगा।**

**नहीं मिलेगी प्लेटफॉर्म टिकट** सुरक्षा के मद्देनजर यह निर्णय लिया है। दीपावली, गोवर्धन, भैयादूज और छठ पूजा के दौरान प्लेटफॉर्म पर यात्रियों और उन्हें छोड़ने आने वालों की भीड़ बढ़ जाती है। कोई अप्रिय घटना न हो इसके लिए 26 अक्टूबर से छह नवंबर तक प्लेटफॉर्म के टिकट की बिक्री बंद कर दी जाएगी।

**पकड़े जाने पर किनारा लगेगा जुर्माना ?**

रेलवे अधिकारियों के अनुसार बिना प्लेटफॉर्म टिकट के पकड़े जाने पर 250 रुपये जुर्माना और 10 रुपये प्लेटफॉर्म टिकट का शुल्क समेत कुल 260 रुपये जुर्माना वसूला जाएगा। रेलवे स्टेशन के सभी प्लेटफॉर्म पर टीटी चेंकिंग करेगे। आरपीएफ का दावा है कि 28 अक्टूबर से रेलवे स्टेशन में भीड़ बढ़ने लगेगी। दीवाली को लेकर स्पेशल ट्रेन चलाने



की भी तैयारी है।

**मोबाइल चोर पकड़ा**

जीआरपी ने बुधवार को चेंकिंग के दौरान एक मोबाइल चोर पकड़ा है। प्रभारी निरीक्षक अनुज मलिक ने बताया कि आरोपित सनी सोनकर पिछले कई महीनों से ट्रेनों में यात्रियों के मोबाइल व सामान चोरी कर रहा था। इसके कब्जे से एक मोबाइल फोन बरामद किया गया है। पकड़कर जेल भेज दिया गया है।

**भीड़ प्रबंधन के लिए स्टेशनों की होगी रियल टाइम निगरानी**

उत्तर रेलवे के महाप्रबंधक अशोक कुमार वर्मा ने बड़ौदा हाउस में विभागाध्यक्षों और मंडल रेल प्रबंधकों के साथ कार्य-प्रगति की समीक्षा की। उन्होंने कहा कि त्योहारी सीजन के मद्देनजर उत्तर रेलवे अपने यात्रियों को सुविधाजनक यात्रा अनुभव प्रदान करने को पूरी तरह तैयार है।

**ट्रेनों में जोड़े गए अतिरिक्त कोच**

इस वर्ष विशेष ट्रेनों के लगभग 3050 फेरे

संचालित किए जाएंगे, जो पिछले वर्ष की तुलना में 18 प्रतिशत अधिक है। नियमित ट्रेनों में अतिरिक्त कोच भी जोड़े जा रहे हैं। उन्होंने प्रमुख स्टेशनों पर भीड़ नियंत्रण के उपायों, कर्मचारियों की तैनाती में वृद्धि, रियल टाइम निगरानी और आपातकालीन प्रतिक्रिया प्रणाली पर बल दिया।

उन्होंने सफा-सफाई और स्वच्छता अभियान को तेज करने को कहा। इसके अंतर्गत स्टेशन परिसर में लगातार क्रीटागुनाशक का छिड़काव, शौचालय व प्रतीक्षा क्षेत्र की सफाई और उचित अपशिष्ट प्रबंधन किया जाएगा।

उन्होंने ट्रेनों की गति बढ़ाने के लिए बाधाओं को दूर करने, लेवेल क्रॉसिंग को समाप्त करने, दोहरीकरण, विद्युतीकरण, आरओबी और आरयूबी के निर्माण के लिए किए जा रहे कार्यों की समीक्षा की। उन्होंने स्क्रैप के समय पर निपटान के साथ-साथ परिसरों की मरम्मत और रखरखाव के लिए आवश्यक सामग्रियों का पर्याप्त भंडार बनाए रखने की भी सलाह दी।

## ब्रेक के बाद चीन से पुनः दोस्ती के वैश्विक मायने को ऐसे समझिए

कमलेश पांडे

भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा भी है कि भारत-चीन के सम्बन्धों का महत्व सिर्फ हमारे लोगों के लिए ही नहीं, बल्कि वैश्विक शांति, स्थिरता और प्रगति के लिए भी अहम है। सीमा पर उभरे मुद्दों पर बनी सहमति का स्वागत है।

सियासत की तरह वैश्विक कूटनीति में भी न तो कोई किसी का स्थायी दोस्त होता है और न ही शिरस्थायी दुश्मन, कुछेक अपवादों को छोड़कर। शायद यही सोचकर भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने चीन के राष्ट्रपति शी चिनफिंग से एक बार फिर हाथ मिलाने की रस्म पूरी कर ली। वो भी मित्र देश रूस के उस कजान शहर में जहां ब्रिक्स देशों की समिट हुई। इससे हमारे प्राकृतिक मित्र और स्थायी शुभचिंतक देश रूस को सबसे ज्यादा खुशी हुई, क्योंकि इस स्थिति को पैदा करने का अहम सूत्रधार वही है। आज दुनिया जिस विकट स्थिति से गुजर रही है, उसके दृष्टिकोण में भारत-चीन का निकट आना अहम है, क्योंकि इससे दोनों देशों के बीच युद्ध की संभावनाएं निरमूल साबित होंगी। इस बात में कोई दो राय नहीं कि भारत-चीन की दोस्ती के वैश्विक मायने अहम हैं। यह शांति, स्थिरता और विकास की गारंटी है।

वैसे तमाम ऐतिहासिक सम्बन्धों, पंचशील सिद्धांतों और मोदी-चिनफिंग मित्रता के बावजूद कभी भारत-चीन युद्ध 1962, तो कभी लद्दाख में गलवान घाटी हिंसक झड़प की जो नौबत आई, वैसी स्थिति निकट भविष्य में पैदा न हो, और यदि हो भी तो भारत अपनी ओर से पुख्ता प्रतिरक्षात्मक तैयारी रखे, इसी रणनीति के साथ भारत-चीन की सम्बन्धों को आगे बढ़ाने में कोई हर्ज नहीं है। हां, उससे इस बात की गारंटी लेनी होगी कि सिर्फ भारत-चीन सीमा पर ही नहीं, बल्कि भारत के पड़ोसी देशों यथा पाकिस्तान, अफगानिस्तान, नेपाल, भूटान, म्यांमार, श्रीलंका और मालदीव के

अलावा ईरान में भी उसे भारतीय हितों के आगे नहीं जाना होगा, अन्यथा स्थायी मित्रता मुश्किल है!

आज जिस तरह से रूस-यूक्रेन युद्ध और इजरायल-फिलिस्तीन युद्ध को पश्चिमी देशों द्वारा हवा दी जा रही है, भारत-कनाडा के तलख होने रिश्तों और भारत-अमेरिका और भारत-ब्रिटेन के दांवपेंच भरे रिश्तों को नियंत्रित करने के लिए भी भारत-चीन के मधुर सम्बन्ध बेहद अहम साबित हो सकते हैं। इसके अलावा, बेकाबू हो रहे इस्लामिक देशों जैसे पाकिस्तान-बंगलादेश आदि को नियंत्रित करने के लिहाज से भी भारत-चीन एक दूसरे के काम आ सकते हैं। आज जिस तरीके से कहीं ईसाइयत तो कहीं इस्लाम हावी होते जा रहे हैं, उसके दृष्टिकोण में हिन्दू मिजाज वाला देश हिंदुस्तान और बौद्ध मिजाज वाला देश चीन परस्पर मिलकर बहुत कुछ उम्दा कर सकते हैं। शायद यही सोच दोनों देशों का नेतृत्व थोड़ा झुका और दोस्ती की बात आगे बढ़ाई जा सकी।

भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कहा भी है कि भारत-चीन के सम्बन्धों का महत्व सिर्फ हमारे लोगों के लिए ही नहीं, बल्कि वैश्विक शांति, स्थिरता और प्रगति के लिए भी अहम है। सीमा पर उभरे मुद्दों पर बनी सहमति का स्वागत है। शांति-स्थिरता रखना हमारी प्राथमिकता रहनी चाहिए। आपसी विश्वास, साझा सम्मान और पारस्परिक संवेदनशीलता सम्बन्धों का आधार बने रहना चाहिए। मुझे विश्वास है कि हम खुले मन से बातचीत करेंगे।

वहीं, चीनी राष्ट्रपति शी चिनफिंग का यह कहना है कि भारत और चीन को सम्बन्ध स्थिर बनाए रखने के लिए एक दूसरे के साथ मिलकर काम करना चाहिए, जिससे दोनों देशों के विकास लक्ष्यों को पूरा करने में मदद मिल सके। इसके लिए हमें मतभेद दूर करने के लिए कम्युनिकेशन और साथ मजबूत करना चाहिए। दोनों ही प्राचीन सभ्यताएं और विकासशील देश हैं। इसलिए



पारस्परिक हितों को आगे बढ़ाने का सबसे अच्छा तरीका सम्बन्धों की सही दिशा को बनाये रखना है।

ऐसे में सम्बन्धों की सही दिशा क्या होगी, विचारणीय पहलू है। इस बात में कोई दो राय नहीं कि कई एक महसूल पर आज भारत की दिशा कुछ और है और चीन की दिशा कुछ और, इसलिए खुले मन से ही इस पर पारस्परिक विचार किया जा सकता है। इस क्रम में सम्प्रभुता और क्षेत्रीय अखंडता का ध्यान रखना सर्वोपरि होना चाहिए। फिर व्यापार संतुलन को तरजीह दिया जाना चाहिए, जो अभी चीन के पक्ष में एकतरफा है। इसके अलावा, एक-दूसरे को घेरने की रणनीति को बर्बाद करना चाहिए, जिससे दोनों देशों के विकास लक्ष्यों को फायदा होगा और भारत-चीन को काफी क्षति!

वहीं, चीन के साथ सम्बन्धों के विकास में भारत को हिंदूवादी नजरिया अपनाना होगा,

क्योंकि यही वो दृष्टिकोण है जो पारस्परिक सभ्यता-संस्कृति के विकास से लेकर आर्थिक व्यवहार में समृद्धि की गारंटी दे सकते हैं। भारत भगवान बुद्ध की जन्मस्थली है, कर्मस्थली है, इसलिए पर्यटन विकास के द्वारा हमलोग दक्षिण-पूर्वी एशियाई देशों को पारस्परिक सूत्र में जोड़ सकते हैं। वहीं, भारत-चीन सीमा पर स्थित हिमालय, जो नेपाल, भूटान से भी जुड़ा हुआ है, के विकास में अपार पर्यटकीय संभावनाएं छिपी हुई हैं, जिसे आसतु हिमालयी कंट्री करों के बीच उभारने की जरूरत है। इससे पूरी दुनिया भारत की ओर खिंचेगी। इससे होने वाली अकूत आय से भी भारत-चीन सीमा की निगरानी और रखरखाव में भी दिक्कत नहीं आएगी। सबकुछ पारदर्शी हो जाएगा।

एक बात और, अरब देशों से भारत के सम्बन्ध हमेशा से अच्छे रहे हैं। लेकिन जब से मुस्लिम आक्रमणकारियों और आतंकवादियों ने भारत को

धार्मिक नजरिए से रौंदा शुरू किया, तब से उसके साथ सम्बन्धों में हमें फूंक-फूंक कर चलना होता है। खासकर पाकिस्तान और बंगलादेश के अभ्युदय से भारतीय विदेशनीति कि चुनौती बढ़ी है। पहले अमेरिका ने अरब मुल्कों से पूर्वी एशियाई देशों को पारस्परिक सूत्र में जोड़ने पर जब विरोधाभास बढ़ा तो ईरान की मुखरता देख चीन और रूस ने अरब देशों में अपनी जड़ें गहरी जमा लीं। ऐसे में भारत को अपने राष्ट्रीय हितों के मुताबिक सतर्कता पूर्वक अरब देशों से सम्बन्ध विकसित करने होंगे, क्योंकि आज अमेरिकी गुट और रूसी गुट, दोनों से भारत के सम्बन्ध मधुर हैं। वहीं, सऊदी अरब और ईरान से भी अच्छी दोस्ती है, क्योंकि ये पाक परस्त नहीं हैं। इसी भी संतुलित रखने में चीनी मित्रता काम आ सकती है।

खास बात यह है कि भारत-चीन में एलएसी विवाद पर सुलझते रिश्तों के बीच केंद्रीय वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने कहा है कि चीन पर निवेश

प्रतिबंध लागू रहेंगे। क्योंकि भारत आखें बंद करके किसी भी देश से निवेश नहीं ले सकता है। उन्होंने प्रत्यक्ष विदेशी निवेश (एफडीआई) पर सावधानी बरतने की आवश्यकता पर भी जोर दिया। उन्होंने स्पष्ट कहा कि राष्ट्रीय हित की सुरक्षा सबसे जरूरी है। हम देश में निवेश के लिए आखें बंद करके किसी भी देश से पैसा नहीं ले सकते और आखें मूंदकर एफडीआई स्वीकार नहीं कर सकते। यह भूलकर या इस बात से बेखबर रहकर कि यह कहाँ से आ रहा है। उन्होंने ठीक ही कहा कि संवेदनशील भू-राजनीतिक परिदृश्य के कारण कुछ प्रतिबंध लागू रहने चाहिए। हम व्यापार चाहते हैं। हम निवेश चाहते हैं। लेकिन हमें कुछ सुरक्षा उपायों की जरूरत है, क्योंकि भारत ऐसे पड़ोस के बीच स्थित है जो बहुत ही संवेदनशील हैं।

उधर, पूर्वी लद्दाख में एलएसी पर गश्त को लेकर चीन के साथ समझौते के ऐलान पर भी कांग्रेस ने कहा है कि इस बारे में सरकार को देश को भरपूर में लेना चाहिए। हम आशा करते हैं कि दशकों में विदेश नीति को लगे इस झटके का सम्मानजनक ढंग से हल भारत के प्रावधानों के तहत ही निकाला जा रहा है। हम उम्मीद करते हैं कि सैनिकों वापसी से पहले वही स्थिति बहाल होगी, जैसी मार्च 2020 में थी। पार्टी ने कटाक्ष किया कि यह दुखद गाथा पूरी तरह से चीन के संबंध में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की नासमझी और भोलेपन नतीजा है। क्योंकि गुजरता के मुख्यमंत्री के रूप में मोदी की चीन ने तीन बार भुच भेजवानी की थी। जबकि प्रधानमंत्री के रूप में उन्होंने चीन की पांच आधिकारिक यात्राओं के साथ 18 बैठकें कीं। वहीं, वैश्विक नजरिए से भारत का पक्ष तब सबसे अधिक कमजोर हुआ जब प्रधानमंत्री ने चीन को 'क्लोन चिट' देते हुए कहा था कि, 'ना कोई हमारी सीमा में घुस आया है, न ही कोई घुसा है। इसलिए अब सोच-समझकर ही सारे कदम उठाने होंगे।







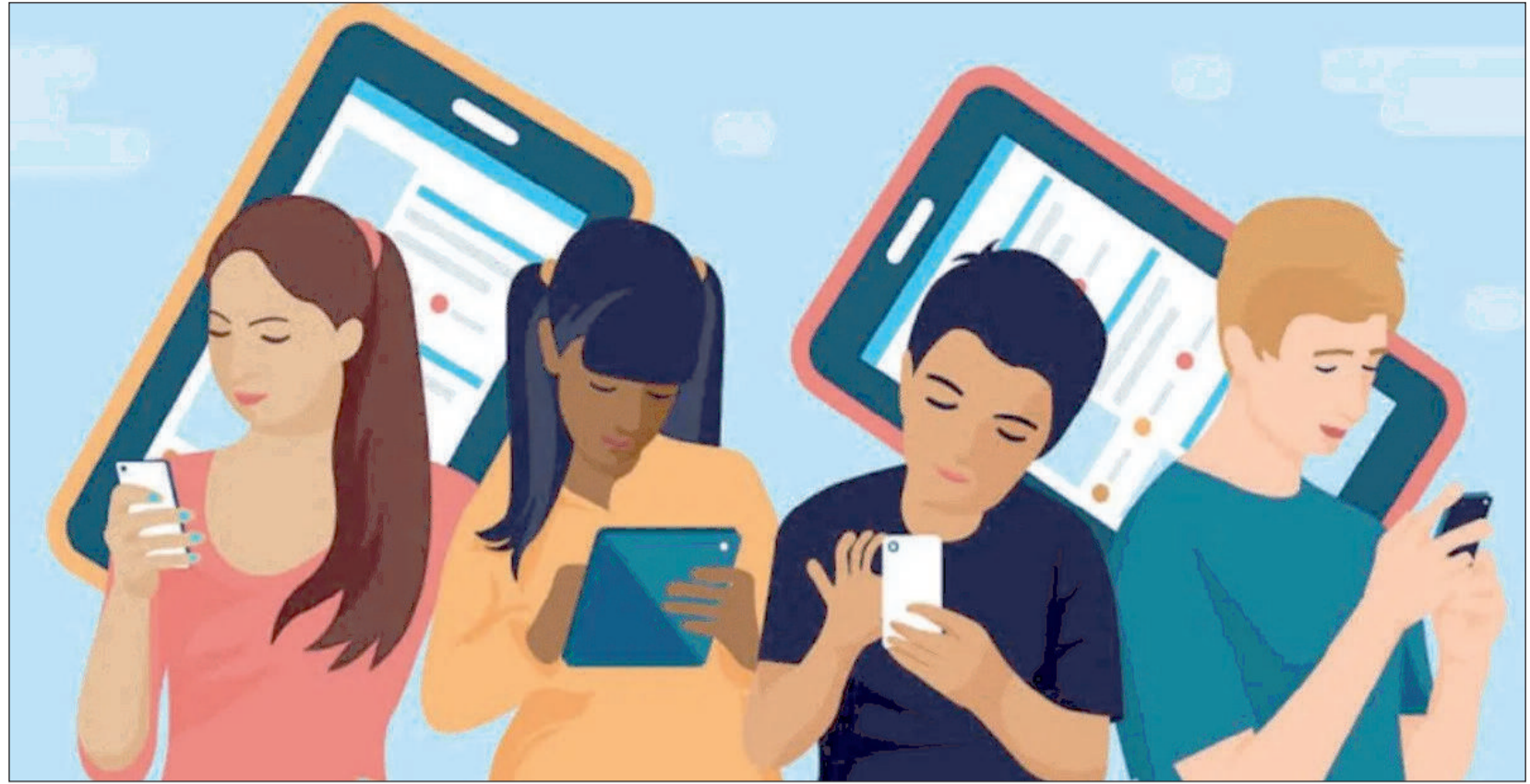
# अकादमिक लेखन और सोशल मीडिया भाषा का प्रभाव



विजय गर्ग

**सोशल मीडिया के लिए लिखते समय और अकादमिक लेखन में आपके द्वारा उपयोग की जाने वाली भाषा के बीच संबंध जटिल और बहुआयामी है। जबकि अकादमिक सामाजिक नेटवर्क ने सूचना के प्रसार और विचारों के आदान-प्रदान की सुविधा प्रदान की है, इसने अनौपचारिक भाषा के व्यापक उपयोग को भी बढ़ावा दिया है, जिसमें स्लैंग और फैशनेबल संक्षिप्ताक्षर शामिल हैं, जो अकादमिक लेखन की गुणवत्ता पर नकारात्मक प्रभाव डाल सकते हैं। यहां कुछ तरीके बताए गए हैं जिनसे अकादमिक लेखन नेटवर्क का अत्यधिक उपयोग और इन चैनलों पर पसंदीदा भाषा का उपयोग करने की आदत आपके अकादमिक लेखन के लिए हानिकारक हो सकती है। स्पष्टता और औपचारिक लहजे की कमी: सोशल मीडिया के लिए लिखते समय लगातार विकसित होने वाली भाषा, संक्षिप्ताक्षर, संक्षिप्ताक्षर, आकरिमाक संदर्भ और यहां तक कि सांस्कृतिक प्रभाव भी सामग्री को समझना मुश्किल बना सकते हैं, जिसके परिणामस्वरूप संभावित गलत व्याख्या या गलतफहमियां हो सकती हैं। ऐसी अनौपचारिक भाषा का उपयोग अकादमिक लेखन के लिए अनुपयुक्त है, जिसके लिए आपको स्पष्ट, सटीक और अधिक औपचारिक होना आवश्यक है। खराब व्याकरण और वर्तनी: सोशल मीडिया के लिए लिखना चरित्र सीमाओं के साथ आ सकता है, जिसका अर्थ है कि लोग अक्सर एरिंडिंग (शब्दों में स्वरो को हटाना) पर भरोसा करते हैं और व्याकरण के नियमों की अनदेखी करते हैं। इससे लेखन की बुरी आदतें**

सोशल मीडिया भाषा और भाषा सर्वव्यापी हो गई है, और इसका प्रभाव अकादमिक लेखन में भी बढ़ रहा है। अपने विज्ञान को साझा करने के लिए शोधकर्ता ट्विटर, रिसर्चगेट, लिंकडइन और फेसबुक जैसे अकादमिक सोशल नेटवर्क का तेजी से उपयोग कर रहे हैं, हम भाषा और संचार शैलियों में बदलाव देख रहे हैं। सोशल मीडिया के लिए लिखते समय संक्षिप्त शब्दों, संक्षिप्ताक्षरों और यहां तक कि इमोजी के साथ मसालेदार पाठ आदर्श हैं, और यह अनौपचारिक भाषा शैली शोध पत्रों के लिए आवश्यक अधिक तथ्यात्मक, पेशेवर भाषा में प्रवेश कर रही है। जबकि अकादमिक सामाजिक नेटवर्क के अपने फायदे हैं, पीएचडी छात्र और शुरुआती कैरियर शोधकर्ता जो इन दो संचार शैलियों के बीच अंतर करने में असमर्थ हैं, उन्हें अकादमिक और व्यावसायिक सफलता के लिए लिखते समय संघर्ष करना पड़ सकता है। इस लेख में, हम अकादमिक लेखन पर सोशल मीडिया भाषा के प्रभाव पर गहराई से चर्चा करते हैं और शोधकर्ताओं के लिए कुछ सुझाव सूचीबद्ध करते हैं ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि वे उच्च गुणवत्ता वाला अकादमिक लेखन प्रदान करें। सोशल मीडिया के लिए लिखते समय और अकादमिक लेखन में आपके द्वारा उपयोग की जाने वाली भाषा के बीच संबंध जटिल और बहुआयामी है। जबकि अकादमिक सामाजिक नेटवर्क ने सूचना के प्रसार और विचारों के आदान-प्रदान की सुविधा प्रदान की है, इसने अनौपचारिक भाषा के व्यापक उपयोग को भी बढ़ावा दिया है, जिसमें स्लैंग और फैशनेबल संक्षिप्ताक्षर शामिल हैं, जो अकादमिक लेखन की गुणवत्ता पर नकारात्मक प्रभाव डाल सकते हैं। यहां कुछ तरीके बताए गए हैं जिनसे अकादमिक लेखन नेटवर्क का अत्यधिक उपयोग और इन चैनलों पर पसंदीदा भाषा का उपयोग करने की आदत आपके अकादमिक लेखन के लिए हानिकारक हो सकती है। स्पष्टता और औपचारिक लहजे की कमी: सोशल मीडिया के लिए लिखते समय लगातार विकसित होने वाली भाषा, संक्षिप्ताक्षर, संक्षिप्ताक्षर, आकरिमाक संदर्भ और यहां तक कि सांस्कृतिक प्रभाव भी सामग्री को समझना मुश्किल बना सकते हैं, जिसके परिणामस्वरूप संभावित गलत व्याख्या या गलतफहमियां हो सकती हैं। ऐसी अनौपचारिक भाषा का उपयोग अकादमिक लेखन के लिए अनुपयुक्त है, जिसके लिए आपको स्पष्ट, सटीक और अधिक औपचारिक होना आवश्यक है। खराब व्याकरण और वर्तनी: सोशल मीडिया के लिए लिखना चरित्र सीमाओं के साथ आ सकता है, जिसका अर्थ है कि लोग अक्सर एरिंडिंग (शब्दों में स्वरो को हटाना) पर भरोसा करते हैं और व्याकरण के नियमों की अनदेखी करते हैं। इससे लेखन की बुरी आदतें



विकसित हो सकती हैं, जो धीरे-धीरे आपके शैक्षणिक लेखन को खराब कर सकती हैं सीमित या कम शब्दावली: बोलते समय भारी निर्भरता और कठबोली शब्दों या वाक्यांशों और अनौपचारिक संकुचन (उदाहरण के लिए, चाहने के बजाय इच्छा) का बार-बार उपयोग स्वाभाविक लग सकता है, लेकिन यह आपके समग्र शब्दावली को सीमित कर सकता है। जब शैक्षणिक और व्यावसायिक सफलता के लिए लेखन की बात आती है तो यह सीमित दायरा आपको सही शब्द ढूँढने में संघर्ष कर सकता है। शैक्षणिक और व्यावसायिक सफलता के लिए लिखने वाले शोधकर्ताओं के लिए युक्तियाँ अकादमिक लेखन के लिए उच्च स्तर की स्पष्टता, सटीकता और व्यावसायिकता की आवश्यकता होती है और सोशल मीडिया के लिए लिखने से कभी-कभी भ्रम और गलतफहमी पैदा हो सकती है। दो लेखन शैलियों का मिश्रण एक शोधकर्ता को विश्वसनीयता को प्रभावित कर सकता है। खराब व्याकरण और वर्तनी: सोशल मीडिया के लिए लिखना चरित्र सीमाओं के साथ आ सकता है, जिसका अर्थ है कि लोग अक्सर एरिंडिंग (शब्दों में स्वरो को हटाना) पर भरोसा करते हैं और व्याकरण के नियमों की अनदेखी करते हैं। इससे लेखन की बुरी आदतें

न करें की एक सूची तैयार की है। औपचारिक भाषा और लहजे का उपयोग करें: अपने शोध पत्र को लिखते समय याद रखने वाली सबसे महत्वपूर्ण चीजों में से एक है औपचारिक भाषा और लहजे का उपयोग करना और अनुशासित अकादमिक लेखन का पालन करना, अकादमिक सामाजिक नेटवर्क पर आपके द्वारा उपयोग की जाने वाली भाषा के विपरीत, जहां कठबोली, संक्षिप्त शब्द, संक्षिप्त रूप से उपयोग किया जाता है। शब्द, बोलचाल, इमोटिकॉन्स आदि आम हैं, औपचारिक भाषा अधिक पेशेवर है और स्पष्टता का स्तर प्रदान करती है जो आपके लक्षित अकादमिक दर्शकों के लिए उपयुक्त है। अपने दर्शकों के लिए लिखें: अकादमिक लेखन एक विशिष्ट दर्शकों के लिए होता है। शोधकर्ताओं को अपने पाठकों के प्रति जागरूक रहना चाहिए और यह सुनिश्चित करना चाहिए कि उनका लेखन उनके लिए सुलभ हो। जबकि आपको अकादमिक भाषा और शब्दावली का उपयोग करना चाहिए जो आपके अध्ययन के क्षेत्र के लिए प्रासंगिक हो, अपने पाठ को शब्दजाल से भरने से बचें। इसके बजाय सरल और सीधी भाषा का उपयोग करें जो यह सुनिश्चित करेगी कि आपका काम आपके अपने क्षेत्र के पाठकों के साथ-साथ उन लोगों द्वारा भी समझा जाए जो शिक्षा

जगत से नहीं हैं। संक्षिप्त, स्पष्ट और सटीक रहें: शोध पहले प्रकाशित काम पर आधारित है, और इसका मतलब है कि अकादमिक लेखन के लिए उच्च स्तर की स्पष्टता और सटीकता की आवश्यकता होती है। अकादमिक लेखन के लिए आवश्यक है कि आप अपने निष्कर्षों को संक्षिप्त और सुसंगत तरीके से व्यक्त करने में सक्षम हों ताकि पाठकों द्वारा भ्रम या गलत व्याख्या की कोई गुंजाइश न रहे। खराब ढंग से संरचित और प्रस्तुत किया गया शोध न केवल आपके द्वारा की गई कड़ी मेहनत के साथ अत्याप करता है, बल्कि एक शोधकर्ता के रूप में आपकी विश्वसनीयता को भी कम कर सकता है। उचित व्याकरण, विराम चिह्न और वर्तनी सुनिश्चित करें: खराब भाषा पांडित्यि अस्वीकृति के शीर्ष कारणों में से एक है, जिससे आपके शोध पत्रों को उचित व्याकरण, विराम चिह्न और वर्तनी के साथ लिखना महत्वपूर्ण हो जाता है। अकादमिक लेखन में, आपको उचित व्याकरण और वाक्यांशों का उपयोग करना होगा, भाषा को बेहतर बनाने के लिए अपने काम को संपादित और संशोधित करना होगा, बहुत अधिक दीर्घवृत्त या विस्मयादिबोधक चिह्नों से बचना होगा, और अपने शोध को प्रभावशाली ढंग से व्यक्त करने के लिए अपने काम को सावधानीपूर्वक

पूरीक करना होगा। अपनी शब्दावली का विस्तार करने के लिए काम करें: अपने अकादमिक लेखन की गुणवत्ता में सुधार करने के लिए, शोधकर्ताओं को अपनी शब्दावली का विस्तार करने का लक्ष्य रखना चाहिए। व्यापक रूप से पढ़ना, विशेष रूप से अपने और संबंधित क्षेत्रों में अकादमिक पेपर, पहले प्रकाशित पेपर या थिसर्स से परामर्श करना, और लगातार नए शब्द सीखना आपको अपने अकादमिक लेखन की गुणवत्ता और सटीकता में सुधार करने में मदद कर सकते हैं। निष्कर्षतः, जबकि सोशल मीडिया ने हमारे संवाद करने के तरीके को बदल दिया है, अकादमिक लेखन पर इसका प्रभाव शोधकर्ताओं और शिक्षकों के बीच बहस का विषय रहा है। यह याद रखना महत्वपूर्ण है कि जिस तरह से आप अकादमिक सोशल नेटवर्क पर लिखते हैं वह अकादमिक लेखन में अपेक्षित अपेक्षा से काफी भिन्न होता है। हमें उम्मीद है कि ऊपर दिए गए सुझाव और जानकारी आपको अपनी गुणवत्ता में सुधार करने और अकादमिक और व्यावसायिक सफलता के लिए लिखते समय स्पष्टता सुनिश्चित करने में मदद कर सकते हैं।

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल शैक्षिक स्तंभकार स्ट्रीट कौर चंद एमएचआर मलोट पंजाब

## अस्वास्थ्यकर खाद्य पदार्थ जिन्हें आपको जानना आवश्यक है

विजय गर्ग

हम सभी इस बात से भली-भांति परिचित हैं कि आज की भागदौड़ भरी दुनिया में फास्ट फूड और जंक फूड के विकल्प लगातार हमें घेरते रहते हैं। यह समझने योग्य है कि कभी-कभी, जीवन की भागदौड़ में, ये विकल्प अपरिहार्य हो जाते हैं। हालांकि ये विकल्प सुविधाजनक हो सकते हैं, लेकिन इनकी बड़ी कीमत चुकानी पड़ सकती है - न कि केवल हमारी जेब पर! मैंने शीर्ष 25 अस्वास्थ्यकर खाद्य पदार्थों की एक सूची तैयार की है जिनसे आपको बचना चाहिए लेकिन इससे पहले कि हम उस सूची में उतरें, मैं इस बात पर प्रकाश डालना चाहता हूँ कि इन खाद्य पदार्थों से दूर रहना क्यों महत्वपूर्ण है। किसी सूची पर नज़र डालना और यह सोचना आसान है, र अब से मैं इनसे बचाऊंगा, र लेकिन यह समझे बिना कि ये विकल्प आपके स्वास्थ्य पर कैसे प्रभाव डाल सकते हैं, स्थायी परिवर्तन करना चुनौतीपूर्ण है। प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों के खतरा अस्वास्थ्यकर खाद्य पदार्थों के दायरे में सबसे बड़ी चिंताओं में से एक भारी प्रसंस्कृत विकल्पों का प्रचलन है। प्रसंस्कृत भोजन अक्सर कई शोधन चरणों से गुजरता है जो आवश्यक पोषक तत्वों को छीन लेता है, जिससे एक ऐसा अस्वास्थ्यकर पाठ जाता है जिसमें न केवल अस्वास्थ्यकर घटकों की कमी होती है बल्कि कुत्रिम योजक और परिशुद्धकों की भी भरमार होती है। इन एडिटिव्स में उच्च स्तर का सोडियम, कुत्रिम मिठास और अस्वास्थ्यकर ट्रांस वसा शामिल हो सकते हैं, ये सभी हमारे स्वास्थ्य पर हानिकारक प्रभाव डालने के लिए जाने जाते हैं। ट्रांस फैट ट्रबलमेकर्स ट्रांस वसा ने, विशेष रूप से, अस्वास्थ्य पर उनके विनाशकारी प्रभाव के लिए ध्यान आकर्षित किया है। ये कुत्रिम रूप से निर्मित वसा आमतौर पर कई जंक फूड और फास्ट-फूड वस्तुओं में पाए जाते हैं, जो उनके शोल्फ जीवन को बढ़ाते हैं लेकिन गंभीर अस्वास्थ्य जोखिम भी पैदा करते हैं। ट्रांस वसा का सेवन हृदय रोग के बढ़ते जोखिम से जुड़ा हुआ है, क्योंकि वे अच्छे कोलेस्ट्रॉल को बढ़ाते हैं। इस दोहरी मार से एथेरोस्क्लेरोसिस का विकास हो सकता है, यह एक ऐसी स्थिति है जो धमनियों के सिक्कुडने और संखन होने की विशेषता है, जिससे अंततः दिल के दौरे और स्ट्रोक का खतरा बढ़ जाता है। पाचन में व्यवधान पोषक तत्वों की कमी के अलावा, प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थ आपके पाचन तंत्र पर कहर बरपा सकते हैं। इन अत्यधिक परिष्कृत उत्पादों से अक्सर आहारिय फाइबर छीन लिया जाता है, जो स्वस्थ पाचन के लिए एक आवश्यक घटक है। फाइबर के पर्याप्त सेवन के बिना, आपकी पाचन प्रक्रिया सुस्त हो सकती है, जिससे कब्ज और असुविधा जैसी समस्याएं हो सकती हैं। मैं समझता हूँ कि जब आप अस्वास्थ्यकर प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों की इस व्यापक सूची को पढ़ते हैं, तो उन्हें अपने आहार से पूरी तरह खत्म करना असंभव लग सकता है, और यह है! यह

पहचानना महत्वपूर्ण है कि हम सभी इसान हैं, और कभी-कभी लालसा या भोग जीवन का हिस्सा है। इसलिए, यदि आप इस जंक फूड सूची से पूरी तरह से बच नहीं सकते हैं तो अपने आप पर बहुत अधिक कठोर न बनें। लेकिन यहाँ एक बात है - हालाँकि यह आपके लिए चुनौतीपूर्ण हो सकता है, लेकिन आपके शरीर के पास पसंद की समान सुविधा नहीं है। जब अस्वास्थ्यकर प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों की बात आती है तो आपका शरीर रकबी-कभीर और र अक्सररे के बीच अंतर नहीं करता है। यह बस उस पर प्रतिक्रिया करता है जो आप इससे खिलाते हैं। भले ही आप इन खाद्य पदार्थों से पूरी तरह से परहेज नहीं कर सकते हैं, फिर भी आपके शरीर को उन्हें संसाधित करना पड़ता है, और यह आपके पाचन तंत्र पर महत्वपूर्ण दबाव डाल सकता है। यहाँ पर सोलुना के फील गुड डाइजैस्टिव एंजाइम काम में आते हैं। ये प्राकृतिक पूरक आपके शरीर को विभिन्न खाद्य पदार्थों को तोड़ने और पचाने में सहायता करने के लिए सावधानीपूर्वक तैयार किए गए हैं, जिनमें कुख्यात प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थ भी शामिल हैं। अपने पाचन तंत्र को आवश्यक अतिरिक्त सहायता प्रदान करें, आप संभावित असुविधा और पाचन संकट को कम कर सकते हैं जो अक्सर हम अस्वास्थ्यकर भोजन विकल्पों के साथ होता है। 25 जंक फूड से दूर रखें। सोडा 1. सोडा अम्लीय, रसायन युक्त, और एचएफसीएस या कुत्रिम मिठास (आहार किस्मों) से भरपूर, हर कीमत पर सभी सोडा से बचें। इसके बजाय, कुछ सादा पानी लें या अपना खुद का पानी लें। 2. तला हुआ चिकन हार्मोन और एंटीबायोटिक्स से भरपूर पारंपरिक चिकन से बना, ग्लूटेन युक्त ब्रेडिंग और एमएसजी और नमक जैसे रसायनों से ढका हुआ, और सस्ते, बासी तेल में तला हुआ, तला हुआ चिकन कैलोरी, वसा और अन्य रसायनों में उच्च होता है जो आपको बीमार कर सकता है। इसे बिल्कुल छोड़ दें. कृपया, कृपया, कभी भी तला हुआ खाना न खाएं। 3. अंडा और सॉसेज सैंडविच हार्मोन, नमक, एंटीबायोटिक्स और डेयरी उस नाश्ते के सैंडविच को एक गैर-स्वास्थ्यप्रद विकल्प बनाते हैं। इसके बजाय, अपने दिन की शुरुआत ग्लोइंग ग्रीन स्मूथी से करें। आप कई बना सकते हैं और उन्हें अपने फ्रिज में रख सकते हैं ताकि आप हमेशा एक को डीफ्रॉस्ट कर सकें और फिर भी एक को बांध कर रख सकें। 4. बेकन चीजबर्गर मैं कहाँ से शुरू करूँ? वसा, कैलोरी और कोलेस्ट्रॉल बेकन चीजबर्गर को समस्या का केवल एक हिस्सा है, जिसमें एचएफसीएस (बन्स और मसालों में), डेयरी, नमक, हार्मोन और एंटीबायोटिक्स भी होते हैं। बिलकुल खराब है. इसके बजाय, वेजी बर्गर या एवोकेडो सैंडविच चुनें। 5. फ्रेंच फ्राइज अस्वास्थ्यकर नाश्ते के बारे में बात करें! फ्राइज केवल नमकीन, अस्वास्थ्यकर वसा बम हैं जिन्हें सबसे खराब संभव बासी तेल में तला जाता है। कई फ्रास्ट फूड स्थान अब फ्राइज के विकल्प

प्रदान करते हैं, जैसे साइड सलाद (कोई ड्रेसिंग नहीं!) 6. मिल्कशेक मिल्कशेक सबसे लोकप्रिय जंक फूड उदाहरण है से एक है, और अच्छे कारण से! संतृप्त वसा, अतिरिक्त चीनी, पारंपरिक डेयरी और अक्सर स्वाद के लिए रसायनों से भरपूर, मिल्कशेक आपको सुस्त और बीमार महसूस करा सकता है। उन्हें छोड़ें और इसके बजाय द्यूटी डिटॉक्स सोल्यूशन में स्मूथी व्यंजनों में से एक आजमाएं। 7. आलू के चिप्स आलू के चिप्स लोकप्रिय हैं और हानिरहित लग सकते हैं, लेकिन जब अस्वास्थ्यकर खाने की बात आती है तो वे बहुत खतरनाक होते हैं। यदि आप एक संतोषजनक और स्वास्थ्यवर्धक विकल्प तलाश रहे हैं, तो इसके बजाय बेकड वेजी चिप्स या मुट्ठी भर मिश्रित नट्स पर विचार करें। तो, अगली बार जब आप आलू के चिप्स का एक बैग लें, तो अपने स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रभाव के बारे में दो बार सोचें। 8. मछली और चिप्स बहुत से लोग इसे फास्ट फूड के रस्वस्थर विकल्प के रूप में चुनते हैं, लेकिन इस उम्रसे अलग है। मछली एक स्वस्थ के रूप में कार्य करती है जो समुद्र से सभी जहरीले रसायनों को सोख लेती है। इसे गेहूँ के आटे (ग्लूटेन) में लपेट कर तल लें: आप अस्वास्थ्यकर भोजन देख रहे हैं। जब तक आप नहीं जानते कि यह कहाँ से आती है, तब तक मछली से बचें और इसके बजाय सलाद का विकल्प चुनें। 9. पेरोनी पिज्जा पनीर और सफेद आटे को नाइट्रोसामाइन युक्त नमकीन प्रसंस्कृत नमक के साथ मिलाना विषाक्त और अस्वास्थ्यकर है। इसके बजाय टमाटर सॉस के साथ कुछ ब्राउन राइस या विवनोंआ पास्ता क्यों न आजमाएँ? 10. टूना पिपल गया ट्यूना एक स्वस्थ भोजन है, है न? खैर, पारा के अलावा, ट्यूना मेल्ट में एचएफसीएस, डेयरी, नमक और ग्लूटेन होता है। प्रसंस्कृत ब्रेड और संभवतः मिश्रण में फेंके गए पनीर के साथ मिलकर, यह वास्तव में एक जहरीला आतंक है। इसके बजाय वेजी रैप के बारे में क्या ख्याल है? 11. सीजर सलाद सलाद वाला हिस्सा ठीक है - बाकी सब कुछ, ड्रेसिंग, पनीर और फ्राउटन एक समस्या है। सीजर सलाद ड्रेसिंग में संभवतः नमक, एचएफसीएस, अंडे और बहुत सारा वसा होता है। इसके बजाय, नमक सलाद का विकल्प चुनें और ड्रेसिंग के लिए नींबू, कुछ टमाटर और मसला हुआ एवोकेडो मिलाएं। 12. हैमबर्गर मिच हैमबर्गर चिली के साथ मुख्य चिंता का विषय गोमांस है, जो संभवतः हार्मोन और एंटीबायोटिक्स से भरा होता है जो आपके स्वास्थ्य पर हानिकारक प्रभाव डाल सकता है। इसके बजाय, कुछ शाकाहारी मिच या सब्जी लेंड सू. 13. नाचोस पनीर, मांस और बीन्स से भरे मकई के चिप्स और फिर खट्टा क्रीम में डुबोया गया वास्तव में? डेयरी, हैमबर्गर, नमक और जीएमओ मक्का इस उच्च वसा, उच्च कैलोरी स्नैक से जुड़े कुछ स्वास्थ्य मुद्दे हैं। इसके बजाय,

जंक फूड को त्यागें और कुछ सब्जियों को साल्सा में डुबाकर खाएं। 14. पॉपकॉर्न झींगा झींगा अन्य मछलियों की तरह है, जो पीसीबी और पारा जैसे रसायनों के लिए समुद्र में एक गंदा जहरीला ड्रिपिंग ग्राउंड है। उन रसायनों को लें और उन्हें आटे और नमक में डुबोएं, और उन्हें डीप फ्राई करें और आप बहुत अस्वास्थ्यकर भोजन करेंगे, खासकर यदि आप उन्हें एचएफसीएस-युक्त कॉकटेल या टाट्टर सॉस में डुबोते हैं। यदि आप वास्तव में मछली चाहते हैं, तो कुछ जंगली पकड़े गए श्रांतांत सैल्मन का प्रयास करें। 15. चुरोस आटे के इन मीठे टुकड़ों में गेहूँ (ग्लूटेन), अतिरिक्त चीनी, नमक और उच्च फ्रुक्टोज कॉर्न सिरप होता है। उनसे बचें, उनके हानिकारक प्रभावों से बचें और फल का एक टुकड़ा खाएं। 16. चीजकेक फ्रास्ट फूड स्थानों में मिठाई मुख्य भोजन है, ज्युदा बेहतर नहीं होती। चीजकेक विशेष रूप से खराब है क्योंकि इसमें न केवल चीनी, नमक और रसायन होते हैं बल्कि हार्मोन युक्त डेयरी भी होती है। इसके बचे, और कुछ ख्याति चिया गुडिग आजमाएँ। 17. हॉट डॉग सर्वोत्तम जंक फूड के बारे में बात करें! क्या आपने कभी पढ़ा है कि हॉट डॉग में क्या होता है? वे रमांस की कतरनर से बनाए गए हैं, जिसमें एक बहुत ही स्वस्थ भोजन है जिन्हें यांत्रिक रूप से पेस्ट में अलग किया गया है, नमक और अन्य रसायनों के साथ मिश्रित किया गया है, और एक हॉट डॉग का आकार दिया गया है। सोडियम की उच्च मात्रा के कारण, कई हॉट डॉग में एचएफसीएस और अन्य अस्वास्थ्यकर तत्व भी होते हैं। इसके बजाय, वेजी सैंडविच आज़माएँ। 18. टैरीयाकी चिकन बहुत से लोग मानते हैं कि यह एक बहुत ही स्वस्थ भोजन है, लेकिन टैरीयाकी चिकन में उच्च स्तर की चीनी, सोडियम, आनुवंशिक रूप से संशोधित सोया, एमएसजी और अन्य अस्वास्थ्यकर रसायन होते हैं। इसके बजाय सब्जियाँ और ब्राउन तले हुए आज़माएँ। 19. मछली पेट्टिका सैंडविच इन सैंडविच में मछली और चिप्स जैसी ही समस्याएं हैं - पारा और अन्य रसायन, एचएफसीएस, ब्रेडिंग और बहुत सारा वसा। शीर्ष पर कुछ एवोकेडो या कटा हुआ वेजी बर्गर के साथ सलाद का विकल्प चुनें। 20. बीफ बरिटो बीफ बरिटो के साथ सबसे बड़ी समस्या बीफ और पनीर है। डेयरी, हार्मोन, एंटीबायोटिक्स - ये सभी वहाँ मौजूद हैं। इसके बजाय, अगर आपको भूख लगी है तो कुछ चावल और बीन्स (पनीर को रोककर रखें) के साथ हार्ट व्ही बरिटो लें। 21. टैकोस बीफ, मसालों में मौजूद रसायन, पनीर और तला हुआ जीएमओ मक्का सभी इस भोजन को अस्वास्थ्यकर बनाने में योगदान करते हैं। इसके बजाय काली बीन्स और साल्सा के साथ टैको सलाद बनाएं। 22. चिकन नगेट्स दुनिया भर के बच्चों का मुख्य आधार, चिकन नगेट्स आपके लिए भयानक हैं। सबसे पहले, वे यांत्रिक रूप से अलग किए गए पारंपरिक चिकन (हार्मोन,

एंटीबायोटिक्स) से बनाए जाते हैं और फिर आटे और नमक (ग्लूटेन) के साथ ब्रेड किए जाते हैं, और इसमें प्रचुर मात्रा में मकई के उधोयाइड होते हैं। ये आपके बच्चों के स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाने वाले हैं। इसके बजाय, उन्हें अजवाइन की छड़ या ह्यूमस सैंडविच पर बादाम मखन की पेशकश करें। 23. दूध कई माता-पिता अपने बच्चों के लिए स्वस्थ फास्ट फूड विकल्प के रूप में दूध का चयन करते हैं, और सार्वजनिक स्वास्थ्य विज्ञान आपको सहमत में सिर हिलाने पर मजबूर कर सकते हैं। जबकि आमतौर पर इसे जंक फूड नहीं माना जाता है, हालांकि, दूध हार्मोन और एंटीबायोटिक्स से भरा होता है और इसे पचना बहुत मुश्किल होता है। इसके बजाय, सादा पानी पियें। 24. कोल्ड कट सैंडविच शीत मौसम में सभी प्रकार के रसायन, बहुत बुरा सोडियम और टूथिप पशु प्रोटीन होता है। उनमें वसा की मात्रा भी अधिक होती है, और यदि आप पनीर, डेयरी भी मिलाते हैं। इसके बजाय, ह्यूमस और वेजी रैप लें। 25. शेफ का सलाद अंडे, दोपहर के भोजन का मांस, और वसा से भरपूर ड्रेसिंग इस रस्वस्थर सलाद को वसा, नमक, अतिरिक्त चीनी और सभी खराब चीजों से भरा हुआ वास्तव में एक अस्वास्थ्यकर विकल्प बनाती है। यह सामान्य जो मांस के साथ आता है। इसके बजाय, शीर्ष पर कुछ विनोआ या एवोकेडो के साथ हार्डिग हरा सलाद चुनें। फास्ट फूड की स्वास्थ्य लागत अमेरिका में इस फास्ट फूड की खपत का परिणाम मोटापे की बढ़ती समस्या है। मोटापा सभी क्षेत्रों और आयु समूहों में बढ़ रहा है, युवाओं में मोटापा महत्वपूर्ण चिंता का विषय है। बीमारियाँ भी बढ़ रही हैं और इसका अधिकांश भाग सीधे तौर पर आहार से जुड़ा है। अमेरिका में फास्ट फूड के प्रसार के कारण टाइप 2 मधुमेह, ऑटोइम्यून रोग और हृदय रोग की दरें बढ़ गई हैं। ओबेसिटी पत्रिका में दृश्य 2009 के एक अध्ययन में औसत फास्ट फूड लंच की कैलोरी गिनती की जांच की गई। अध्ययन में पाया गया कि औसतन ग्राहकों ने एक बार के भोजन में लगभग 827 कैलोरी खाईं, जिसमें चिकन नगेट्स सबसे अधिक कैलोरी (931 कैलोरी) और सबसे जैसी सैंडविच चैन में सबसे कम कैलोरी (लगभग 750) थी। स्पष्ट रूप से, वे सभी कैलोरी आपके कमर के लिए अच्छी नहीं हैं, लेकिन नियमित पाठक जानते हैं कि मैं हमेशा इस बात पर जोर देता हूँ कि यह केवल कैलोरी के बारे में नहीं है - फास्ट फूड भोजन में उपयोग की जाने वाली कई सामग्रियाँ सबसे अधिक चिंता का कारण बनती हैं। अस्वास्थ्यकर सामग्री फास्ट फूड भोजन सभी प्रकार की अस्वास्थ्यकर सामग्रियों से भरा हुआ है, जिसमें उच्च फ्रुक्टोज कॉर्न सिरप (एचएफसीएस) मसालों (मेयो, केचप, सरसों), सोडा, फ्राइज, डेसर्ट, सलाद ड्रेसिंग और ब्रेड उत्पादों में पाया जा सकता है। एचएफसीएस एक पूरी तरह से कुत्रिम स्वीटनर है जिसे मोटापे, लीवर में खराबी और टाइप 2 मधुमेह से जोड़ा

गया है। ग्लूटेन ब्रेडिंग, बन्स और अन्य ब्रेड जैसे उत्पादों में पाया जाता है। ग्लूटेन गेहूँ के आटे से आता है। व्यापक मात्रा में मकई के उधोयाइड तरह से संसाधित करने में असमर्थ है। फास्ट फूड भोजन में डेयरी मिल्कशेक, आइसक्रीम और पनीर के रूप में आती है, जिनमें संतृप्त वसा की मात्रा अधिक होती है। मानव शरीर डेयरी को अच्छी तरह से संसाधित नहीं करता है और हार्मोन और एंटीबायोटिक दवाओं से भरा होता है। फास्ट फूड स्कूल का दोपहर का भोजन मुझे लगता है कि यहां यह उल्लेख करना महत्वपूर्ण है कि अधिकांश स्कूल लंच फास्ट फूड होते हैं, जिन्हें अक्सर जंक फूड के साथ 'पैक फूड' के रूप में जोड़ा जाता है। दोपहर के भोजन, जिसे अक्सर फास्ट फूड, सादा पानी पियें। 24. कोल्ड कट सैंडविच शीत मौसम में सभी प्रकार के रसायन, बहुत बुरा सोडियम और टूथिप पशु प्रोटीन होता है। उनमें वसा की मात्रा भी अधिक होती है, और यदि आप पनीर, डेयरी भी मिलाते हैं। इसके बजाय, ह्यूमस और वेजी रैप लें। 25. शेफ का सलाद अंडे, दोपहर के भोजन का मांस, और वसा से भरपूर ड्रेसिंग इस रस्वस्थर सलाद को वसा, नमक, अतिरिक्त चीनी और सभी खराब चीजों से भरा हुआ वास्तव में एक अस्वास्थ्यकर विकल्प बनाती है। यह सामान्य जो मांस के साथ आता है। इसके बजाय, शीर्ष पर कुछ विनोआ या एवोकेडो के साथ हार्डिग हरा सलाद चुनें। फास्ट फूड की स्वास्थ्य लागत अमेरिका में इस फास्ट फूड की खपत का परिणाम मोटापे की बढ़ती समस्या है। मोटापा सभी क्षेत्रों और आयु समूहों में बढ़ रहा है, युवाओं में मोटापा महत्वपूर्ण चिंता का विषय है। बीमारियाँ भी बढ़ रही हैं और इसका अधिकांश भाग सीधे तौर पर आहार से जुड़ा है। अमेरिका में फास्ट फूड के प्रसार के कारण टाइप 2 मधुमेह, ऑटोइम्यून रोग और हृदय रोग की दरें बढ़ गई हैं। ओबेसिटी पत्रिका में दृश्य 2009 के एक अध्ययन में औसत फास्ट फूड लंच की कैलोरी गिनती की जांच की गई। अध्ययन में पाया गया कि औसतन ग्राहकों ने एक बार के भोजन में लगभग 827 कैलोरी खाईं, जिसमें चिकन नगेट्स सबसे अधिक कैलोरी (931 कैलोरी) और सबसे जैसी सैंडविच चैन में सबसे कम कैलोरी (लगभग 750) थी। स्पष्ट रूप से, वे सभी कैलोरी आपके कमर के लिए अच्छी नहीं हैं, लेकिन नियमित पाठक जानते हैं कि मैं हमेशा इस बात पर जोर देता हूँ कि यह केवल कैलोरी के बारे में नहीं है - फास्ट फूड भोजन में उपयोग की जाने वाली कई सामग्रियाँ सबसे अधिक चिंता का कारण बनती हैं। अस्वास्थ्यकर सामग्री फास्ट फूड भोजन सभी प्रकार की अस्वास्थ्यकर सामग्रियों से भरा हुआ है, जिसमें उच्च फ्रुक्टोज कॉर्न सिरप (एचएफसीएस) मसालों (मेयो, केचप, सरसों), सोडा, फ्राइज, डेसर्ट, सलाद ड्रेसिंग और ब्रेड उत्पादों में पाया जा सकता है। एचएफसीएस एक पूरी तरह से कुत्रिम स्वीटनर है जिसे मोटापे, लीवर में खराबी और टाइप 2 मधुमेह से जोड़ा

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल शैक्षिक स्तंभकार स्ट्रीट कौर चंद एमएचआर मलोट पंजाब



# बाजार बंद होने से पहले अडानी ग्रुप की दो कंपनियों ने जारी किये तिमाही नतीजे

परिवहन विशेष न्यूज

आज अदानी ग्रुप की दो कंपनियों ने जुलाई से सितंबर तिमाही के नतीजे जारी किये। नतीजे जारी होने के बाद दोनों कंपनियों के शेयर में शानदार तेजी देखने को मिली है। बता दें कि एसीसी सीमेंट (Acc Cement) और अदानी विल्मर (Adani Wilmar) ने तिमाही नतीजों में अपने फाइनेंशियल परफॉर्मंस की जानकारी दी है। आइए इस रिपोर्ट में विस्तार से जानते हैं।

**नई दिल्ली।** अदानी ग्रुप की दो कंपनियों ने जुलाई से सितंबर तिमाही के नतीजे (Q2 Result) जारी कर दिये हैं। इन नतीजों में कंपनी ने अपने फाइनेंशियल परफॉर्मंस की जानकारी दी है। बता दें कि तिमाही नतीजे जारी होने के बाद दोनों कंपनियों के शेयर में तेजी आई और स्टॉक बढ़त के साथ बंद हुए। आज दोपहर 2.30 बजे के करीब एसीसी सीमेंट (Acc Cement) और अदानी विल्मर (Adani Wilmar) ने दूसरी तिमाही के नतीजे जारी किये।

**अदानी विल्मर तिमाही नतीजे**  
खाद्य तेल बनाने वाली कंपनी अदानी विल्मर ने चालू कारोबारी साल के तिमाही नतीजे जारी कर दिये। कंपनी ने बताया कि दूसरी तिमाही में उनका नेट प्रॉफिट 311.02 करोड़ रुपये रहा। वहीं पिछले साल की इसी तिमाही में कंपनी ने 130.73 करोड़ रुपये का नेट लॉस दर्ज किया था।

स्टॉक एक्सचेंज फाइलिंग पर उपलब्ध जानकारी के अनुसार सितंबर तिमाही में कंपनी को 14,565.30 करोड़ रुपये का कुल मुनाफा हुआ, जबकि पिछले साल की समान तिमाही में यह 12,331.20 करोड़ रुपये था। बता दें कि अदानी विल्मर एक च्वाइंट वेचर है, जो अदानी ग्रुप और सिंगापुर की कंपनी विल्मर के बीच हुआ है।



अदानी विल्मर खाद्य तेल के अलावा कई फूड आइटम जैसे फॉर्चून आदि की बिक्री करता है। गुरुवार के कारोबारी सत्र में अदानी विल्मर के शेयर हल्की उतार-चढ़ाव के साथ कारोबार कर रहे थे। लेकिन, तिमाही नतीजे जारी होने के बाद कंपनी के शेयर में शानदार तेजी देखने को मिली। आज अदानी विल्मर के शेयर 6 फीसदी की बढ़त के साथ 337.50 रुपये प्रति शेयर पर बंद हुआ।

**एसीसी सीमेंट का तिमाही नतीजा (Acc Cement Q2 Result)**

सीमेंट बनाने वाली कंपनी एसीसी लिमिटेड ने दूसरी तिमाही के नतीजे जारी कर दिये। कंपनी ने बताया कि सितंबर तिमाही में उनका प्रॉफिट

ऑफर टैक्स 199.7 करोड़ रुपये रहा। वहीं ऑपरेशनल रेवेन्यू भी 4,613.52 करोड़ रुपये रहा, जबकि पिछले साल की समान तिमाही में यह 4,434.73 करोड़ रुपये था। कंपनी ने कहा कि पिछले पांच साल से बिक्री में तेजी होने के कारण कंपनी के रेवेन्यू में भी तेजी आई है।

**एसीसी सीमेंट शेयर प्राइस (Acc Cement Share Price)**

एसीसी सीमेंट के शेयर तेजी के साथ बंद हुए। करीब 2 बजे कंपनी के शेयर निचले स्तर पर पहुंच गए थे पर बाद में इसमें तेजी आई। अंत में एसीसी सीमेंट के शेयर 5.15 रुपये बढ़कर 2,261.95 रुपये प्रति शेयर पर बंद हुआ।

## तिमाही नतीजे जारी होते ही स्टॉक के लिए मची लूट, ऑल-टाइम हाई पहुंचा शेयर

**Piramal Pharma Q2 Results**  
बाजार खुलने के कुछ घंटों के बाद फार्मा सेक्टर की कंपनी पिरामल फार्मा ने जुलाई से सितंबर तिमाही नतीजों का एलान किया। कंपनी ने इसमें अपने फाइनेंशियल परफॉर्मंस की जानकारी दी। कंपनी द्वारा जारी हुई तिमाही नतीजों का असर कंपनी के शेयर पर भी पड़ा। आज पिरामल फार्मा के शेयर 14 फीसदी की बढ़त के साथ कारोबार कर रहे हैं।

**नई दिल्ली।** कंपनियों द्वारा तिमाही नतीजों का सिलसिला जारी है। आज बाजार खुलने के बाद फार्मा सेक्टर की कंपनी पिरामल फार्मा (Piramal Pharma) ने जुलाई से सितंबर तिमाही के नतीजे (Piramal Pharma Q2 Result) जारी किये थे। कंपनी द्वारा जारी नतीजों के बाद इनके शेयर में तूफानी तेजी देखने को मिली।

**पिरामल फार्मा के तिमाही नतीजे (Piramal Pharma Q2 Result)**

Piramal Pharma ने मंगलवार को बताया कि सितंबर तिमाही में कंपनी का नेट प्रॉफिट 23 करोड़ रुपये हो गया। वहीं, पिछले साल की समान तिमाही में कंपनी का नेट प्रॉफिट 5 करोड़ रुपये था। अगर कंपनी के रेवेन्यू की बात करें तो ही दूसरी तिमाही में कंपनी का रेवेन्यू 2,242 करोड़ रुपये रहा, जबकि पिछले साल की समान तिमाही में यह 1,911 करोड़ रुपये था।  
हम अपनी साल-दर-साल के EBITDA ग्रोथ



के साथ कंपनी के मार्जिन में विस्तार और रेवेन्यू ग्रोथ को बढ़ाने के लिए अग्रसर कदम उठा रहे हैं। दूसरी तिमाही के नतीजों से साफ पता चल रहा है कि कंपनी का CDMO बिजनेस में लगातार वृद्धि हो रही है। इसके अलावा कंपनी के इन्वेंशन और ऑन-पेटेंट कमर्शियल रेवेन्यू में भी अच्छी वृद्धि देखी जा रही है।

इसके आगे उन्होंने कहा कि इस विकास गति को बनाए रखने के लिए कंपनी ने लेक्सिंगटन सुविधा में 80 मिलियन अमेरिकी डॉलर की विस्तार योजना की घोषणा की है, जिसके वित्त वर्ष 2027 के अंत तक पूरा होने की उम्मीद है।  
**पिरामल फार्मा के शेयरों का हाल (Piramal Pharma Share)**

दूसरी तिमाही के नतीजे जारी होने के बाद आज कंपनी के शेयर तूफानी तेजी के साथ कारोबार कर रहे हैं। करीब 12.04 बजे कंपनी के शेयर 14.44 फीसदी या 31.30 रुपये चढ़कर 248.00 रुपये प्रति शेयर पर कारोबार कर रहा था। अगर शेयर की परफॉर्मंस की बात करें तो पिछले एक साल में इसने मुल्टीबैगर रिटर्न दिया है। जी हां, पिछले एक साल में पिरामल फार्मा के शेयर 170.81 फीसदी चढ़े हैं। वहीं, बोते छह महीने में कंपनी के स्टॉक ने 78.13 फीसदी का रिटर्न दिया है।

बॉम्बे स्टॉक एक्सचेंज (BSE) की वेबसाइट के अनुसार पिरामल फार्मा का एम-कैप (Piramal Pharma M-Cap) 33,024.39 करोड़ रुपये है।

## 24 कैरेट की नहीं होती ज्वैलरी, शुद्ध सोना चाहिए तो इन चीजों में करें निवेश

गोल्ड जहां शुभ माना जाता है। वहीं यह निवेश के लिए भी काफी अच्छा ऑप्शन है। सोना खरीदते समय हमसे कैरेट के बारे में पूछा जाता है। दरअसल सोने की शुद्धता कैरेट से मापी जाती है। 24 कैरेट का गोल्ड सबसे शुद्ध होता है। इसके बाद 22 कैरेट और 18 कैरेट आते हैं। बता दें कि 24 कैरेट गोल्ड की ज्वैलरी नहीं बनती है। आइए जानते हैं ऐसा क्यों।

**नई दिल्ली।** भारत में गोल्ड की बहुत महत्वपूर्णता है। त्योहार हो या फिर शादी में सोना शुभ माना जाता है। गोल्ड जहां एक तरफ शुभ का प्रतीक है तो दूसरी तरफ यह निवेश के लिए काफी अच्छा ऑप्शन होता है। इस साल सोने की कीमतों में शानदार उछाल देखने को मिला। वहीं, चल रहे त्योहारी सीजन में गोल्ड की डिमांड बढ़ जाने से इनकी कीमतों में भी शानदार तेजी देखने को मिली है। जब भी हम कोई गोल्ड की ज्वैलरी खरीदने जाते हैं तो सुनार हमसे पूछता है कि हमें कौन-से

कैरेट में गोल्ड चाहिए। वैसे तो गोल्ड 6 तरह के कैरेट में बेचा जाता है। हर कैरेट बताता है कि सोना कितनी फीसदी शुद्ध है। सबसे ज्यादा प्योर गोल्ड 24 कैरेट का माना जाता है। जी हां, 24 कैरेट गोल्ड 99.9 फीसदी शुद्ध होता है। अब अगर आप सुनार को बोलेंगे कि 24 कैरेट गोल्ड की ज्वैलरी बना दें तो वह मना कर देगा। दरअसल, 24 कैरेट गोल्ड की ज्वैलरी नहीं बनती है। ऐसे में मन में सवाल आता है कि आखिर 24 कैरेट गोल्ड की ज्वैलरी क्यों नहीं बनती है? इसका अलावा 24 कैरेट गोल्ड का हम क्या खरीद सकते हैं। हम आपको नीचे इन सवालों का जवाब देंगे।

**24 कैरेट की क्यों नहीं बनती ज्वैलरी**

24 कैरेट गोल्ड को सबसे शुद्ध माना जाता है। वहीं, 22 कैरेट, 18 कैरेट गोल्ड में मिलावट होती है। गोल्ड काफी लचीला होता है। ऐसे में ज्वैलरी बनाने के लिए इसमें दूसरे धातु को मिलाया जाता है। अगर सोने में दूसरी धातु न मिलाई जाए तो यह इतना मुलायम हो जाता

है कि इसमें हाथ से ही तोड़ा जा सकता है। इस वजह से अशुद्ध सुनार ज्वैलरी बनाने के लिए 22 कैरेट गोल्ड का इस्तेमाल करते हैं। अब ऐसे में सवाल आता है कि अगर किसी व्यक्ति को 24 कैरेट गोल्ड खरीदना है तो वह इसे किस रूप में खरीद सकता है। इसका जवाब है ईट। जी हां, आप 24 कैरेट के सोने के ईट खरीदें जा सकते हैं। वहीं, ज्वैलरी खरीदने के लिए आपको 22 कैरेट, 18 कैरेट में से कोई एक सेलेक्ट करना चाहिए।

**कठोर ज्वैलरी के लिए कितना कैरेट सोना सही**

गोल्ड की ज्वैलरी पसंद करने वाले चाहते हैं कि वह जो गोल्ड ज्वैलरी पहन रहे हैं वह सख्त यानी कठोर है। ऐसे में सवाल आता है कि इसके लिए कितने कैरेट का गोल्ड सही रहेगा? जैसे की हमने ऊपर बताया कि गोल्ड काफी मुलायम धातु है। इसे सख्त करने के लिए इसमें कई धातु मिलाई जाती है। अब गोल्ड में दूसरी धातु की जितनी ज्यादा मिलावट होती उतनी ज्यादा ही यह कठोर होगी।

## भारत में बनेगा AI इन्फ्रास्ट्रक्चर, जेन्सन हुआंग और मुकेश अंबानी के बीच हुई पार्टनरशिप

परिवहन विशेष न्यूज

**NVIDIA AI Summit 2024** जियो वर्ल्ड कन्वेंशन सेंटर (Jio World Convention Center) में NVIDIA AI Summit 2024 आयोजित हुआ। इस समिट में रिलायंस इंडस्ट्रीज के चेयरमैन मुकेश अंबानी भी शामिल हुए। इस समिट में एनवीडिया और रिलायंस के बीच एआई इन्फ्रास्ट्रक्चर को लेकर पार्टनरशिप हुई है। एनवीडिया के सीईओ ने कहा कि यह भारत के लिए शानदार मौका है। पढ़ें पूरी खबर...

**नई दिल्ली।** मुंबई के जियो वर्ल्ड कन्वेंशन सेंटर में NVIDIA AI Summit 2024 आयोजित होगा। इस समिट में एआई को लेकर कई फैसले लिए गए हैं। इस समिट में एनवीडिया के सीईओ जेन्सन हुआंग और रिलायंस इंडस्ट्रीज के चेयरमैन मुकेश अंबानी (Mukesh Ambani) के बीच पार्टनरशिप होने वाली है। दरअसल, एनवीडिया और रिलायंस इंडस्ट्रीज मिलकर भारत में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) इन्फ्रास्ट्रक्चर बनाने वाली है। बता दें कि एनवीडिया दुनिया की सबसे



बड़े सेमीकंडक्टर कंपनी है। वहीं मार्केट कैपिटलाइजेशन के लिहाज से यह अमेरिका की दूसरी बड़ी कंपनी है। वहीं रिलायंस इंडस्ट्रीज भारत की सबसे बड़ी कंपनी है।

**भारत के लिए शानदार मौका**

Jensen Huang ने कहा कि भारत की आबादी का बड़ा हिस्सा कंप्यूटर इंजीनियर्स का है। ऐसे में अगर भारत में एआई इन्फ्रास्ट्रक्चर तैयार होता है तो यह भारत के लिए शानदार मौका होगा। अमेरिका और चीन के अलावा भारत भी डिजिटल कनेक्टिविटी का शानदार इन्फ्रास्ट्रक्चर है। अगर भारत में एआई

इन्फ्रास्ट्रक्चर तैयार होता है तो एक साल के अंदर भारत की कम्प्यूटिंग कैपेसिटीज लगभग 20 गुना ज्यादा हो जाएगी।

**एनवीडिया तैयार करेगी एआई इन्फ्रास्ट्रक्चर**

रिलायंस इंडस्ट्रीज के चेयरमैन मुकेश अंबानी ने कहा जिस तरह से टेलीकॉम सेक्टर के विकास में जियो का योगदान है, ठीक उसी तरह एनवीडिया भी अच्छी क्वालिटी के AI इन्फ्रास्ट्रक्चर बनाएगी। रिलायंस और एनवीडिया ने पिछले साल ही कहा था कि वह इंडिया में सुपरकंप्यूटर्स बनाएंगे। अब दोनों

कंपनियों ने लाज लैंग्वेज मॉडल्स (LLM) बनाने का वादा किया है। पिछले साल एनवीडिया ने टाटा ग्रुप (Tata Group) के साथ भी LLM को लेकर पार्टनरशिप की थी।

**दुनिया में बेस्ट है एनवीडिया का कम्प्यूटिंग सिस्टम**

मुकेश अंबानी ने कहा कि एनवीडिया का कम्प्यूटिंग सिस्टम काफी शानदार है। इसका GB-200 सिस्टम अभी तक की बेस्ट टेक्नोलॉजी है। वहीं, एनवीडिया के सीईओ ने कहा कि भारत दुनिया को अच्छे सीईओ के साथ अब एआई सर्विसिस (AI Services) भी देगा।

**एनवीडिया देगा कम्प्यूटिंग पावर**

रिलायंस इंडस्ट्रीज और एनवीडिया के साथ हुई पार्टनरशिप के अनुसार एनवीडिया क्लाउड एआई इन्फ्रास्ट्रक्चर प्लेटफॉर्म बनाने के लिए कम्प्यूटिंग पावर मौजूद करवाएगा। वहीं रिलायंस इंडस्ट्रीज की टेलीकॉम कंपनी जियो इन्फ्रास्ट्रक्चर को मॉटेन करेगा। इसके साथ जियो के पास कस्टमर एंजोमेंट की जिम्मेदारी भी होगी। Jensen Huang ने बताया कि रिलायंस इंडस्ट्रीज जियो के 45 करोड़ कस्टमर के लिए एआई एप्लिकेशन और सर्विसेज तैयार करेगी।

## फेस्टिव सीजन में सस्ते में जा पाएंगे घर, केवल 1606 रुपये में बुक होगी फ्लाइट टिकट

परिवहन विशेष न्यूज

Air India Express Flight Offers फेस्टिवल सीजन में Air India Express ने अपना Flash Sale शुरू किया है। इस सेल में कई रूट्स पर केवल 1606 रुपये में फ्लाइट टिकट उपलब्ध होगी। वहीं लॉयल्टी मेंबर्स को एक्सक्लुसिव बेनिफिट्स भी मिलेंगे। एयरलाइन ने इस सेल के साथ Xpress Lite ऑफर का भी एलान किया है। आइए इस रूट में विस्तार से जानते हैं।

**नई दिल्ली।** फेस्टिव सीजन में लोग अपने घर या फिर किसी खास डेस्टिनेशन पर फेस्टिवल को सेलिब्रेट करने की इच्छा रखते हैं। वैसे तो वह पहले से ही इसके लिए फ्लाइट या ट्रेन की टिकट बुक करते हैं पर, लेकिन त्योहारी सीजन में इनकी डिमांड ज्यादा होने के कारण इनके किराए भी महंगे होते हैं। अगर आप भी इस दिवाली या फिर उसके बाद कहीं घूमने का प्लान बना रहे हैं तो यह खबर आपके लिए है। एयर इंडिया एक्सप्रेस (Air India Express) ने अपने ग्राहकों के लिए सेल ऑफर शुरू किया है। इस ऑफर के तहत अब पैसेज मात्र 1606 रुपये में फ्लाइट की टिकट बुक कर सकते हैं। आइए, इस सेल ऑफर के बारे में विस्तार से जानते हैं।

**Air India Express ने शुरू किया 'Flash Sale'**  
एयर इंडिया एक्सप्रेस की 'Flash Sale'



लिमिटेड टाइम के लिए है। इस सेल के तहत आप गुवाहाटी-अगरतला, कोच्ची-बेंगलुरु, चेन्नई-बेंगलुरु और विजयवाड़ा-हैदराबाद जैसे कई रूट की यात्रा कर सकते हैं। इस सेल के तहत फ्लाइट बुकिंग 27 अक्टूबर 2024 तक ही होगी। हालांकि, आप इस सेल का लाभ उठाकर 1 नवंबर से 10 दिसंबर 2024 तक की तारीख में से किसी भी दिन की फ्लाइट बुक कर सकते हैं। यह सेल उन यात्रियों में काफी लाभदायक रहेगी जो इस त्योहारी सीजन में कोई न्यू डेस्टिनेशन जाना चाह रहे हैं।

फ्लैश सेल के साथ ही एयरलाइन ने Xpress Lite ऑफर का एलान किया है। इस ऑफर में फ्लाइट टिकट की शुरुआती कीमत 1456 रुपये रहेगी। जो पैसेज एयरलाइन की वेबसाइट पर लॉग-इन करते हैं उन्हें जीरो कन्वीनियंस फीस का फायदा मिलेगा। इसके अलावा इस ऑफर में एक्स्ट्रा

3 किलो केबिन बैगेज को फ्री में प्री-बुक किया जा सकता है। यहां तक इसमें चेक-इन बैगेज रेट्स में डिस्काउंट जैसे कई लाभी भी मिलेंगे। Xpress Lite ऑफर में इसमें डोमेस्टिक फ्लाइट्स में 15 किलो के लिए केवल ₹1000 और इंटरनेशनल फ्लाइट्स पर 20 किलो के लिए 1300 रुपये में डिस्काउंट चेक-इन बैगेज की सुविधा मिलेगी।

**एयरलाइन के लॉयल्टी मेंबर्स के लिए खास ऑफर**

एयर इंडिया एक्सप्रेस इस सेल में लॉयल्टी मेंबर्स को एक्सक्लुसिव बेनिफिट्स दे रही है। अगर कोई लॉयल्टी मेंबर्स बिजनेस सीट में अपग्रेड करवाता है तो उसे 50 फीसदी का डिस्काउंट मिलेगा। इसके अलावा उन्हें फूड और एक्सप्रेस अहेड प्रायोरिटी सर्विसेज पर भी 25 फीसदी का डिस्काउंट मिलेगा। वहीं, स्टूडेंट्स, सीनियर सिटीजन, डॉक्टर



और नर्स, और सशस्त्र बलों के मेंबर को टिकट बुकिंग पर स्पेशल डिस्काउंट मिलेगा।

## अलॉट होंगे शेयर, यहां जानें कैसे चेक करें स्टेटस



परिवहन विशेष न्यूज

**Waree Energies IPO** जल्द ही स्टॉक मार्केट में Waree Energies कदम रखने वाला है। कंपनी के शेयर आज अलॉट होंगे। अगर आपने भी इस आईपीओ में निवेश किया है तो यह खबर आपके लिए है। हम आपको इस आर्टिकल में बताएंगे कि आप आईपीओ अलॉटमेंट स्टेटस कैसे चेक कर सकते हैं। इसके अलावा Waree Energies IPO की लिस्टिंग कितने फीसदी प्रीमियम के साथ होने की उम्मीद है।

**नई दिल्ली।** शेयर बाजार में उतार-चढ़ाव भरे कारोबार के बीच आईपीओ का सिलसिला जारी है। बाजार के निवेशकों का फोकस Waaree Energies IPO की लिस्टिंग पर बनी हुई है। बता दें कि आज निवेशकों को आईपीओ अलॉट होगा। अगर आपने भी आईपीओ में निवेश किया है तो आपको अलॉटमेंट का स्टेटस चेक कर लेना चाहिए।

हम आपको इस आर्टिकल में बताएंगे कि आप कैसे आईपीओ अलॉटमेंट का स्टेटस चेक कर सकते हैं। इसके अलावा इस आईपीओ कितने प्रीमियम के साथ लिस्ट होने की उम्मीद है।

**कैसे चेक करें अलॉटमेंट स्टेटस**

अगर आपने भी वारे एनर्जिस के आईपीओ में निवेश किया है तो आपको एक बार अलॉटमेंट स्टेटस चेक कर

लेना चाहिए। अलॉटमेंट स्टेटस चेक करके आप जान सकते हैं कि आपको शेयर अलॉट हुआ है या नहीं।

**बीएसई की वेबसाइट से चेक करें स्टेटस**

सबसे पहले इस लिंक

<https://www.bseindia.com/investors/applicheck.aspx> पर क्लिक करें।

इसके बाद इश्यू टाइप में इक्विटी पर क्लिक करें।

अब इश्यू नाम में Waaree Energies Limited को सेलेक्ट करें।

अब एप्लीकेशन नंबर या फिर पैन नंबर दर्ज करें।

इसके बाद 'I am not a Robot' पर क्लिक करके सर्वबटन को सेलेक्ट करें।

अब स्क्रीन पर आपको अलॉटमेंट स्टेटस शो हो जाएगा।

इसके अलावा आप लिंक इनटाइम इंडिया

(<https://linkintime.co.in/MIPO/Ipoallotment.html>) पर भी जाकर अलॉटमेंट स्टेटस चेक कर सकते हैं।

Waaree Energies IPO के बारे में

Waaree Energies IPO सक्सेफुलनेस के लिए 21 से 23 अक्टूबर 2024 तक खुला था। इन तीन दिनों में आईपीओ कुल 76.34 टाइम्स सबक्राइब हुआ था। इस आईपीओ में सबसे ज्यादा दिलचस्पी संस्थानगत निवेशकों (QIP) ने दिखाई है। बता दें कि इस आईपीओ का लॉन्ग-साइज शेयर है। वहीं आईपीओ का प्राइस बैंड 1,427 रुपये से 1,503 रुपये प्रति शेयर था।



## 16 वाँ ब्रिक्स शिखर सम्मेलन 22-24 अक्टूबर कजान रूस के ऐतिहासिक नतीजों का आगाज

परिवहन विशेष न्यूज

ब्रिक्स शिखर सम्मेलन से अलग 4 वर्षों के बाद भारत चीन व राष्ट्रअध्यक्षों की द्विपक्षीय वार्ता परिणामों पर दुनिया की नजरें 16 वँ ब्रिक्स शिखर सम्मेलन से अलग भारत की रूस ईरान व चीन के राष्ट्रअध्यक्षों से द्विपक्षीय वार्ता के दूरगामी सकारात्मक नतीजेशीघ्र मिलने की संभावना - एडवोकेट किशन सनमुखदास भावानी गोंदिया महाराष्ट्र

**गोंदिया** - वैश्विक स्तर पर करीब करीब सभी अंतरराष्ट्रीय मंचों पर जिसमें भारत उस मंच का सदस्य है या नहीं, उसकी उपस्थिति को नजरअंदाज नहीं किया जा सकता। जिसका सदस्य है, वहां तो अपनी बौद्धिक क्षमता का आगाज करता ही है, परंतु जिसमें सदस्य नहीं है उसमें भी बतौर अतिथि आमंत्रित किया जाता है। अभी हाल ही में इस्लामाबाद पाकिस्तान में शंघाई सहयोग संगठन में भारत ने उनके घर में ही याने मेजबानी में पारदर्शिता से खरी-खरी सुनाई। आज हम इस विषय पर इसलिए बात कर रहे हैं क्योंकि कजान रूस में ब्रिक्स शिखर सम्मेलन 22-24 अक्टूबर 2024 शुरू है, भारतीय पीएम 22 अक्टूबर 2024 को कजान पहुंचे जहां उनका जोरदार ढंग से स्वागत किया गया परंतु इस 16 वँ शिखर सम्मेलन के बीच जहां एक ओर रूस-यूक्रेन व इजरायल-हमास-ईरान युद्ध अपने चरम स्तर पर है वहीं भारतीय पीएम के ब्रिक्स से अलग एक द्विपक्षीय बातचीत रूस ईरान तथा विशेष रूप से 23 अगस्त 2024 को चीन के साथ करना इसकी अद्भुत विशेषता को रेखांकित करता है, क्योंकि दुनिया जानती है भारत शांति कायम रखने में विश्वास रखता रखता है व उसे इसमें महाराज हासिल है, ऐसे वक्त में इन तीनों देशों से अलग-

अलग बातचीत करना विशेष बात है, क्योंकि स्वाभाविक ही है युद्ध को रोकने संबंधी बातचीत की संभावना से इनकार नहीं किया जा सकता जो कि प्रेस रिलीज में नहीं आई है, परंतु इतना हम समझ सकते हैं कि अब वैश्विक शांति की उम्मीद बढ़ गई है। याने 16 वँ ब्रिक्स शिखर सम्मेलन का सकारात्मक आगाज होगा व विशेष रूप से 4 वर्षों के बाद चीनी राष्ट्रपति से भारतीय पीएम के द्विपक्षीय वार्ता का सकारात्मक परिणाम का अंजाम मील का पत्थर साबित होगा इसलिए आज हम मीडिया में उपलब्ध जानकारी के सहयोग से इस आर्टिकल के माध्यम से चर्चा करेंगे, 16 वँ ब्रिक्स शिखर सम्मेलन व भारत की ईरान रूस व चीन के द्विपक्षीय वार्ता का ऐतिहासिक नतीजे का आगाज।

साथियों बात अगर हम ब्रिक्स शिखर सम्मेलन केजान रूस 22-24 अक्टूबर 2024 की करें तो, यह अंग्रेजी अक्षरों बीआरआईसीएस से बना है। ब्रिक्स दुनिया की उभरती हुई अर्थव्यवस्थाओं का एक समूह है। जैसा कि नाम से अनुमान लगाया जा सकता है, ये देश हैं - ब्राजील, रूस, भारत, चीन और दक्षिण अफ्रीका। ब्रिक्स के विचार की परिकल्पना वर्ष 2001 में की गई थी, जो 2006 में ब्रिक्स के रूप में सामने आई और 2010 में जब इस समूह में दक्षिण अफ्रीका शामिल हुआ, तो यह ब्रिक्स बन गया। अगस्त 2023 में दक्षिण अफ्रीका में हुए 15वें ब्रिक्स शिखर सम्मेलन में लिए गए निर्णय के अनुसार अब समूह में 10 देश शामिल हैं। मित्र, इथियोपिया, ईरान, सऊदी अरब और संयुक्त अरब अमीरात नए पूर्ण सदस्य के रूप में नियुक्त शामिल हुए हैं। ब्रिक्स आज दुनिया की 43 प्रतिशत आबादी, दुनिया के 32 प्रतिशत भूमि क्षेत्र, वैश्विक सकल घरेलू उत्पाद का लगभग 35 प्रतिशत और विश्व निर्यात का 20 प्रतिशत कवर

करता है। समूह के अनुसार, यह पारस्परिक रूप से लाभकारी सहयोग विकसित करने के अवसर प्रदान करता है जो देशों के सतत विकास और वृद्धि में योगदान देता है।

साथियों बात अगर हम दिनांक 22 अक्टूबर 2024 को भारतीय पीएम और रूसी राष्ट्रपति की द्विपक्षीय वार्ता की करें तो, बता दें कि इससे पहले भारतीय पीएम ने मंगलवार को कजान में ब्रिक्स शिखर सम्मेलन से इतर पहले रूसी राष्ट्रपति के साथ द्विपक्षीय बातचीत की। इस दौरान पीएम ने रूसी राष्ट्रपति के साथ बातचीत में कहा कि रूस-यूक्रेन संघर्ष को शांतिपूर्ण तरीके से हल किया जाना चाहिए और भारत इसके लिए हर संभव सहयोग देने को तैयार है। पीएम ने टेलीविजन पर प्रसारित अपनी शुरुआती टिप्पणी में पुतिन से कहा कि भारत क्षेत्र में शांति और स्थिरता की शीघ्र बहाली का पूर्ण समर्थन करता है। आगे कहा कि पिछले तीन महीनों में रूस की उनकी दूसरी यात्रा दोनों देशों के बीच घनिष्ठ तालमेल और गहरे विश्वास को दर्शाती है। पीएम ने कहा, हम रूस और यूक्रेन के बीच जारी संघर्ष के मुद्दे पर लगातार संघर्ष में हैं। जैसा कि मैंने पहले कहा, हमारा मानना है कि समस्याओं का समाधान शांतिपूर्ण तरीके से किया जाना चाहिए। इसके बाद पीएम ने ईरान के राष्ट्रपति मसूद पेजेशकियन से मुलाकात की। ईरान और इजराइल के बीच बढ़ते तनाव के बीच पेजेशकियन ने पश्चिम एशिया में शांति की आवश्यकता पर बल दिया तथा सभी पक्षों के साथ अपने अच्छे संबंधों के कारण संघर्ष को कम करने में भारत की भूमिका पर जोर दिया।

साथियों बात अगर हम 22 सितंबर 2024 को ईरान व भारत की द्विपक्षीय वार्ता की करें तो, पीएम ने ब्रिक्स शिखर सम्मेलन से इतर ईरान के राष्ट्रपति से मुलाकात की। इस साल जुलाई में वे



के ईरान के राष्ट्रपति बनने के बाद से दोनों नेताओं के बीच यह पहली मुलाकात थी उन्होंने ईरान के विदेश मंत्री से भी मुलाकात की। उन्होंने चाबहार बंदरगाह, लोगों के बीच संघर्ष, क्षेत्रीय और वैश्विक मुद्दों, गाजा की स्थिति, अफगानिस्तान में स्थिरता और सुरक्षा और यूक्रेन संघर्ष सहित कई विषयों पर चर्चा की। भारत और ईरान महत्वपूर्ण व्यापारिक साझेदार हैं और ईरान के बीच लंबे समय से सभ्यतागत संबंध हैं। ईरान भारत के विस्तारित पड़ोस में स्थित है और दोनों देशों के आर्थिक और सुरक्षा क्षेत्र में महत्वपूर्ण समानताएं हैं। भारत और ईरान महत्वपूर्ण व्यापारिक साझेदार हैं। भारतीय विदेश मंत्री ने जनवरी 2024 में ईरान का दौरा किया। सितंबर 2023 में ब्रिक्स में शामिल

होने के बाद यह उनकी पहली ईरान यात्रा थी। इजरायल और ईरान के बीच बढ़ती शत्रुता पर गंभीर रूप से चिंतित भारत ने इस महीने की शुरुआत में पश्चिम एशिया में सुरक्षा स्थिति के बढ़ने पर अपनी चिंता व्यक्त की थी और सभी संबंधित पक्षों से संयम बरतने और नागरिकों की सुरक्षा का आह्वान दोहराया था। इस साल अप्रैल में एक बयान में भारत ने कहा था कि वह इजरायल और ईरान के बीच बढ़ती शत्रुता पर गंभीर रूप से चिंतित है, जो क्षेत्र में शांति और सुरक्षा के लिए खतरा है। इसने तत्काल तनाव कम करने, संयम बरतने, हिंसा से पीछे हटने और कूटनीति के रास्ते पर लौटने का आह्वान किया। बैठक में पीएम मोदी और प्रेसिडेंट पेजेशकियन के बीच कूटनीति पर बातचीत हुई और दोनों पक्षों ने इसे सार्थक चर्चा कहा है।

साथियों बात अगर हम विशेष रूप से भारतीय पीएम और चीन के राष्ट्रपति की द्विपक्षीय वार्ता की करें तो पीएम बुधवार को रूस के कजान में ब्रिक्स सम्मेलन के दौरान चीनी राष्ट्रपति के साथ द्विपक्षीय बैठक की, यह दोनों नेताओं के बीच पांच वर्षों में पहली औपचारिक मुलाकात थी। कजान में मंगलवार शाम को एक प्रेस ब्रीफिंग में विदेश सचिव ने पुष्टि की कि यह बैठक ब्रिक्स शिखर सम्मेलन के दौरान हुई, इस बैठक को लेकर यह उम्मीद की जा रही है कि यह दोनों देशों के बीच रिश्तों को सुदृढ़ करने और विभिन्न मुद्दों पर बातचीत करने का अवसर प्रदान करेगा। दोनों शीर्ष नेताओं की मुलाकात ऐसे समय में हुई है, जबकि भारत ने सोमवार को घोषणा की कि दोनों देशों ने पूर्वी लद्दाख में अपने गतिरोध को सुलझाने के लिए एक समझौता किया है। विदेश सचिव ने कहा, पिछले कुछ हफ्तों में, भारतीय और चीनी कूटनीतिक तथा सैन्य वार्ताकार विभिन्न मंचों पर

आपस में निकट संघर्ष में रहे हैं। इन चर्चाओं के परिणाम स्वरूप पूर्वी लद्दाख में एलएसी पर पेट्रोलिंग व्यवस्थाओं के लिए एक समझौता किया गया है, जिससे सैनिकों की वापसी और 2020 में इन क्षेत्रों में उत्पन्न समस्याओं का समाधान होगा। यह समझौता पीएम के कजान जाने से पहले की गई घोषणा है, और इसे दोनों देशों के संबंधों को सामान्य करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम माना जा रहा है। चीन ने भी पूर्वी लद्दाख में उसकी ओर भारत की सेनाओं के बीच गतिरोध समाप्त करने के लिए नई दिल्ली के साथ समझौता होने की मंगलवार को पुष्टि की, चीन के विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता लिन जियान ने कहा भारत और चीन दोनों देशों की सीमा से संबंधित मुद्दों पर राजनयिक और सैन्य माध्यमों के जरिए निकट संघर्ष में रहे हैं, उन्होंने कहा, अब दोनों पक्ष प्रासंगिक मामलों पर एक समाधान पर पहुंच गए हैं जिसकी चीन बहुत सारागता करता है। जियान ने कहा कि चीन इन प्रस्तावों को लागू करने के लिए भारत के साथ मिलकर काम करेगा, हालांकि, उन्होंने इस संबंध में विस्तृत जानकारी देने से इनकार कर दिया।

अतः अगर हम उपरोक्त पूर्व विवरण का अध्ययन कर इसका विश्लेषण करें तो हम पाएंगे कि 16वाँ ब्रिक्स शिखर सम्मेलन 22-24 अक्टूबर केजान रूस के ऐतिहासिक नतीजों का आगाज ब्रिक्स शिखर सम्मेलन से अलग 4 वर्षों के बाद भारत चीन व राष्ट्रअध्यक्षों की द्विपक्षीय वार्ता परिणामों पर दुनिया की नजरें 16 वँ ब्रिक्स शिखर सम्मेलन से अलग भारत की रूस ईरान व चीन के राष्ट्रअध्यक्षों से द्विपक्षीय वार्ता के दूरगामी सकारात्मक नतीजेशीघ्र मिलने की संभावना है।

**-संकलनकर्ता लेखक - कर विशेषज्ञ  
संभकार एडवोकेट किशन सनमुखदास  
भावानी गोंदिया महाराष्ट्र**

## एक गंभीर चुनौती : युवाओं द्वारा यातायात नियमों की अनदेखी

अंकुर शरण

भारत एक युवा देश है, और इस देश का भविष्य युवाओं पर निर्भर करता है। लेकिन न जाने क्यों हर माता-पिता और परिवार को यह डर सताता रहता है कि इस भागदौड़ भरी जिंदगी में कहीं हमारी जिम्मेदारियों से चूक तो नहीं हो गई। हम सभी चाहते हैं कि हमारे बच्चे सही दिशा में बढ़ें, लेकिन उससे भी ज्यादा खतरनाक स्थिति तब होती है जब हम अपने पड़ोस में किसी बच्चे या युवा को यातायात नियमों का उल्लंघन करते हुए देखते हैं और उसे नजरअंदाज कर देते हैं। आप भले ही उस गलत व्यवहार को नजरअंदाज कर दें, लेकिन आपके बच्चे यह सब देख रहे होते हैं। कहीं न कहीं वे इस व्यवहार से आकर्षित होते हैं और वही गलती दोहराने की कोशिश करते हैं। यह आदत केवल एक गलती नहीं है, बल्कि गंभीर परिणामों को जन्म दे सकती है। ऐसे में यह आवश्यक हो जाता है कि हम अपनी आंखें बंद न करें, बल्कि जिम्मेदार नागरिक के रूप में अपनी भूमिका निभाएं। युवाओं को सही और गलत का फर्क समझाना सिर्फ माता-पिता का ही नहीं, बल्कि

पूरे समाज का कर्तव्य है। जब हम अपने पड़ोस में किसी युवा को ट्रैफिक नियमों का उल्लंघन करते देखते हैं, तो हमें उसे समझाने की कोशिश करनी चाहिए, न कि नजरअंदाज करना। इस तरह हम न केवल एक बच्चे को गलत दिशा में जाने से रोक सकते हैं, बल्कि अपने बच्चों के लिए भी सही उदाहरण पेश कर सकते हैं। आजकल हर सोसाइटी में कुछ युवा लड़कों को यातायात नियमों का उल्लंघन करते हुए देखा जा सकता है। चाहे वह तेज रफ्तार से गाड़ी चलाता हो, नाबालिगों का वाहन चलाता, एक ही बाइक पर तीन लोगों की सवारी करना, बुलेट मोटरसाइकिल के साइलेंसर को मॉडिफाई कर शोर मचाना, हूटर या सायरन का उपयोग करना, बिना हेलमेट के गाड़ी चलाता, एक हाथ से ड्राइव करते हुए मोबाइल पर कॉलिंग या मैसेजिंग करना, या फिर शराब पीकर ड्राइव कर रहा हो। ये सभी गतिविधियाँ न केवल उन लड़कों के लिए खतरनाक हैं, बल्कि सड़क पर चल रहे अन्य लोगों की जान के लिए भी गंभीर खतरा पैदा कर सकती हैं। कानूनी परिणाम और संभावित डंड नाबालिगों द्वारा वाहन चलाता: भारतीय

मोटर वाहन अधिनियम के अनुसार, नाबालिगों को वाहन चलाने की अनुमति नहीं है। यदि कोई नाबालिग वाहन चलाता हुआ पकड़ा जाता है, तो उसके माता-पिता या अभिभावक पर जुर्माना लगाया जा सकता है और वाहन जब्त किया जा सकता है। इसके अलावा, अभिभावकों के खिलाफ कार्रवाई भी की जा सकती है। तीन सवारी और बिना हेलमेट के ड्राइविंग: मोटर वाहन अधिनियम के तहत एक ही वाहन पर तीन सवारी करना और बिना हेलमेट के गाड़ी चलाता दंडनीय अपराध है, जिसके लिए जुर्माना लगाया जा सकता है और चालक के लाइसेंस को निलंबित भी किया जा सकता है। तेज रफ्तार और शराब पीकर गाड़ी चलाता: तेज रफ्तार से वाहन चलाता या नशे की हालत में ड्राइविंग करना एक गंभीर अपराध है, जिसके लिए भारी जुर्माना और लाइसेंस रद्द किया जा सकता है, यहाँ तक कि जेल की सजा भी हो सकती है। बुलेट के साइलेंसर मॉडिफाई करना और हूटर/सायरन का इस्तेमाल: ध्वनि प्रदूषण के नियमों का उल्लंघन करने पर भी जुर्माना लगाया जा सकता है, और वाहन को जब्त करने का प्रावधान है। हूटर या सायरन का उपयोग केवल आपातकालीन वाहनों के लिए ही होता

है, इसलिए इसका सामान्य वाहनों में प्रयोग दंडनीय है।

मोबाइल फोन का इस्तेमाल: ड्राइविंग के दौरान मोबाइल फोन का उपयोग सड़क दुर्घटनाओं का प्रमुख कारण बनता है। इसके लिए भी जुर्माना और लाइसेंस निलंबित करने का प्रावधान है।

**परिवार और समाज के सदस्यों के लिए अपील**

यह लेख पढ़ रहे सभी माता-पिता, अभिभावक, और समाज के सदस्यों से मेरी विनम्र अपील है कि कृपया अपने बच्चों को यातायात नियमों का पालन करने के लिए प्रेरित करें। उनके जीवन के साथ खिलवाड़ न करें और उन्हें यह सिखाएं कि जीवन की सुरक्षा सबसे महत्वपूर्ण है। जब बच्चे अपने माता-पिता या बड़ों को नियमों का पालन करते हुए देखेंगे, तभी वे भी उन नियमों का सम्मान करेंगे। अगर हम उन्हें नियम तोड़ते देखेंगे तो वे भी वही गलत आदतें अपनाएंगे, जिससे समाज में और बच्चों के लिए गलत उदाहरण पेश होगा।

**"सावधानी हट्टी, दुर्घटना घट्टी"**  
यातायात नियमों का पालन करना सिर्फ कानून का सम्मान ही नहीं बल्कि अपनी और

अपने परिवार की सुरक्षा की गारंटी भी है। यह कहा जाता है कि रसावधानी हट्टी, दुर्घटना घट्टी है इसलिए, हमारी जिम्मेदारी है कि हम पहले से ही सतर्क रहें और सड़क पर सुरक्षित रहें, बजाय इसके कि हमें बाद में पछताना पड़े।

**जिम्मेदार नागरिक बनने और अच्छा उदाहरण स्थापित करने**

हर माता-पिता और अभिभावक को यह समझना चाहिए कि उनके बच्चे जो देखेंगे, वही सीखेंगे। इसलिए, सही आदतें अपनाएं और अपने बच्चों को भी यही सिखाएं। याद रखें, "जिन्हें जल्दी थी, वे चले गए" - एक ऐसा वाक्य जो हमें बताना है कि जल्दबाजी और लापरवाही किसी के भी जीवन को खतरे में डाल सकती है।

आइए, मिलकर एक सुरक्षित, जिम्मेदार और संरक्षित समाज का निर्माण करें। यातायात नियमों का पालन करें और दूसरों को भी इसके लिए प्रेरित करें। अपने बच्चों को सही दिशा दिखाएं और यह सुनिश्चित करें कि वे सड़क पर जिम्मेदारी से व्यवहार करें। जीवन अनमोल है, इसे खोने न दें। बेहतर है कि हम सुरक्षित रहें, बजाय इसके कि हमें बाद में पछताना पड़े।

## धनबाद-बोकारो इंटर डिस्ट्रिक्ट चैक पोस्ट से 71 लाख बरामद



(कार्तिक परिच्छा, स्टेट हेड)

**सरायकेला**, लौहांचल सिंहभूम- सरायकेला के बाद कोयलांचल जिला मिट्टी से झारखंड का तिजोरी से लेकर नेताओं का कालाधन जमा होता उसी धनबाद में एक टोयटा इनोवा कार जो बोकारो से धनबाद में प्रवेश कर रही थी ठीक एन वक्त उसकी जांच के दौरान 71 लाख 97 हजार रुपये बरामद हुए हैं। इस संबंध में जिला निर्वाचन पदाधिकारी सह उपयुक्त माधवी मिश्रा ने बताया कि तेलमचो से बरामद राशि को लेकर अब तक एक करोड़ 25 लाख रुपये से अधिक की नकदी जिला प्रशासन जप्त की है। निष्पक्ष एवं शांतिपूर्ण चुनाव संपन्न कराना जिला प्रशासन का उद्देश्य है। इसके लिए जिले में 63 स्टेटिक सर्विलांस टीम, 18 वीडियो सर्विलांस टीम, 12 वीडियो व्यूंग टीम, 63 फ्लांटांग स्कॉड टीम, 22 अकाउंटिंग टीम तथा 12 अडिस्ट्रेट एक्सपेंडिचर ऑब्जर्वर हर गतिविधि पर पैनी नजर रख रहे हैं।

## बेहिसाब मोहब्बत



दिन हो या रात बस फरियाद करते हैं, भूलों गिले-शिकवे सफर साथ करते हैं। हम उनकी मोहब्बत को याद करते हैं, भले ना मिलो प्यार बेहिसाब करते हैं।

वयों खफ़ा हो आओ मुलाकात करते हैं? अब हम प्यार की बातें सररेआम करते हैं। हम उनकी मोहब्बत को याद करते हैं, भले ना मिलो प्यार बेहिसाब करते हैं।

दुनिया के जुल्मों-सितम से भी डरते हैं, रिशतों में आई दरार आज ही भरते हैं। हम उनकी मोहब्बत को याद करते हैं, भले ना मिलो प्यार बेहिसाब करते हैं।

वह खत, वह तस्वीरें भी बर्यौं करते हैं, मिलों सितारों से चाँद की बात करते हैं। हम उनकी मोहब्बत को याद करते हैं, भले ना मिलो प्यार बेहिसाब करते हैं।

मैं इतना मसरूफ़ नहीं साथ चलते हैं, बिछड़ जाए अगले जन्म में मिलते हैं। हम उनकी मोहब्बत को याद करते हैं, भले ना मिलो प्यार बेहिसाब करते हैं।

संजय एम. तराणेकर  
(कवि, लेखक व समीक्षक)  
इंदौर (मध्यप्रदेश)  
98260-25986

## विमान को धमकी देने वालों की खैर नहीं, केंद्र ने मेटा और एक्स से मांगा डेटा; गुरुवार को भी मिली उड़नों को धमकियां

विमानों को बम से उड़ाने की धमकी देने का सिलसिला थमने का नाम नहीं ले रहा। गुरुवार को देशभर में 83 विमानों को बम से उड़ाने की फिर धमकी मिली। सरकार ने इंटरनेट मीडिया प्लेटफॉर्म मेटा और एक्स से कहा है कि वे अपने प्लेटफॉर्म से कई एयरलाइनों को निशाना बनाकर की गई ऐसी फर्जी काल और संदेशों से संबंधित डाटा साझा करें।



**नई दिल्ली।** विमानों को बम से उड़ाने की धमकी देने का सिलसिला थमने का नाम नहीं ले रहा। गुरुवार को देशभर में 83 विमानों को बम से उड़ाने की फिर धमकी मिली। पिछले 11 दिनों में 274 विमानों को बम से उड़ाने की धमकियां मिल चुकी हैं। केवल बुधवार एका दिन रहा, जब कोई धमकी नहीं मिली। इस बीच फर्जी बम धमकी के संदेशों और फोन काल को गंभीरता से लेते हुए सरकार ने इन गतिविधियों में शामिल लोगों की पहचान करनी शुरू कर दी है।

**केंद्र ने मेटा और एक्स से मांगा डेटा**  
सरकार ने इंटरनेट मीडिया प्लेटफॉर्म मेटा और एक्स से कहा है कि वे अपने प्लेटफॉर्म से कई एयरलाइनों को निशाना बनाकर की गई ऐसी फर्जी काल और संदेशों से संबंधित डाटा साझा करें। यही नहीं, सरकार ने शीघ्र बहुपक्षीय प्रौद्योगिकी समूहों से भी इस तरह के फर्जी काल करने वाले लोगों की पहचान करने में सहयोग करने को कहा है। गुरुवार को एअर इंडिया, विस्तारा

और इंडिगो की 20-20 फ्लाइटों को बम से उड़ाने की धमकी मिली। इसके अलावा अकासा एयर की 13, अलायंस एयर और स्पाइसजेट की पांच-पांच उड़ानों को भी धमकियां मिलीं। धमकियां मिलने के बाद कुछ उड़ानों को डायवर्ट किया गया और अन्य फ्लाइटों को लैंडिंग के बाद आइसोलेशन-बे में ले जाकर सधन तलाशी ली गई। जांच एजेंसियों और एयरपोर्ट टीमों की छानबीन के बाद ये धमकियां फर्जी पाई गईं। हालांकि जांच के चलते ये फ्लाइटें देरी से अपने गंतव्य की ओर रवाना हुईं। आज मिली धमकियां एडम लैंजा के नाम से बनाए गए एक एक्स हैंडल से भेजी गई हैं। लैंजा 2012 में अमेरिका के न्यूट्राउन के एक स्कूल में हुए शूटआउट में शामिल था। 120 वर्षीय एडम लैंजा ने अंधाधुंध गोलीबारी कर 20 बच्चों समेत 26 लोगों को मार डाला था।

इसके बाद सुरक्षा कर्मियों के मोर्चा संभालते ही उसने खुद भी सिर में गोली मारकर आत्महत्या कर ली थी। शूटआउट करने से पहले लैंजा ने अपने घर पर ही अपनी मां की गोली

## पत्नी कल्पना संग मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन समेत सौ से अधिक उम्मीदवार पर्चे भरे



कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड

**सरायकेला**, झारखंड की राजनीति में मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन एवं उनकी पत्नी कल्पना सोरेन ने विधानसभा चुनाव हेतु आज पर्चे दाखिल किया। इसके साथ विपक्ष भाजपा के अनेक उम्मीदवार समेत समूचे झारखंड में सौकड़ो पर्चे भरे गए। सनद रहे कि कल्पना सोरेन इसी साल उपचुनाव में गांडेय विधानसभा से निर्वाचित हुई थीं। वह एकबार फिर चुनाव में अपनी किस्मत आजमा रही हैं। नामांकन दाखिल करने के बाद कल्पना ने 'एक्स' पर इसकी जानकारी भी दी है। उन्होंने अपने पोस्ट में लिखा, "गांडेय विधानसभा के अपने लोगों की सेवा करने के लिए आगामी विधानसभा चुनाव में झामुमो उम्मीदवार के रूप में मैंने आज नामांकन पत्र दाखिल किया।"

जेएमएम विधायक कल्पना आगे लिखती हैं, "गांडेय विधानसभा की जनता का स्नेह, आदरणीय बाबा दिशोम गुरु जी और मां का आशीर्वाद तथा हेमंत का साथ ही मेरा हीसाला है, मेरी ताकत है, मेरा विश्वास है, जीतेगा गांडेय! जीतेगा झारखंड! एक ही नारा, हेमंत दुबारा।" विगत उप चुनाव में किस्मत अजमाने की बात करें तो कल्पना सोरेन के उपचुनाव के प्रदर्शन में उन्हें गांडेय सीट पर 109,827 वोट मिले थे। उन्होंने बीजेपी के दिलीप वर्मा को हराया था। दिलीप वर्मा के समर्थन में 82,678 मतदाताओं ने वोट डाला था। 2019 में जेएमएम के सरफराज अहमद ने जब यह सीट जीती थी, तब उन्हें कल्पना के मुकाबले कम वोट मिले थे। इस बार बीजेपी ने गांडेय में दिलीप वर्मा को टिकट नहीं दिया है। मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन ने बरहट से नामांकन किया। नामांकन के बाद सीएम बोरियो के डुमरिया मैदान में आयोजित सभा को संबोधित किया। इसी प्रकार भाजपा के घोषित 66 प्रत्याशियों में 32 का नामांकन आज गुरुवार को होना तय था। हर प्रत्याशी के नामांकन में कोई न कोई राष्ट्रीय नेता, विभिन्न प्रदेशों के मुख्यमंत्री, मंत्री, पदाधिकारी आदि मौजूद रहने की जानकारी मिली है। रांची से बीजेपी प्रत्याशी सीपी सिंह, हरिया से नवीन जायसवाल ने भी दो परह त पर्चे भरे हैं।

असम के मुख्यमंत्री हिमंत बिस्वा सरमा, बिहार के उपमुख्यमंत्री सम्राट चौधरी, छत्तीसगढ़ के मुख्यमंत्री विष्णु देव साय, केंद्रीय मंत्री शिवराज सिंह चौहान, केंद्रीय मंत्री फगन सिंह कुलसेत समेत अन्य नेता भी मौजूद रहे। झामुमो और भाजपा के अलावा कांग्रेस के 15, आज्यू के 6, राजद के 3, जदयू के 1 उम्मीदवार भी नामांकन करने की खबर है।