सोशल मीडिया से जुड़ें
Parivehan_Vishesh

RNI No :- DELHIN/2023/86499
DCP Licensing Number :
F.2 (P-2) Press/2023

www.newsparivahan.com

परिवहन विशेष

वर्ष 02, अंक 316, नई दिल्ली । गुरुवार, 23 जनवरी 2025, मूल्य ₹ 5, पेज 8

देश का पहला ट्रांसपोर्ट दैनिक समाचार पत्र

आज का सुविचार

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 अब लगातार करेंगे, AAP के पाप का पर्दाफाश - अजय माकन

06 दवा बाजार में एंटीबायोटिक की अप्रभावीता

08 श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर एवं नंदिशाला का शिलान्यास कार्यक्रम सम्पन्न

दिल्ली में वाहन जांच प्रमाण पत्र प्राप्त करने के लिए अपॉइंटमेंट

संजय बाटला

नई दिल्ली। दिल्ली परिवहन आयुक्त के द्वारा एक निजी कम्पनी को फायदा पहुंचाने के उद्देश्य से किए गए आदेश से दिल्ली में पंजीकृत व्यवसायिक वाहन मालिकों को अपने वाहनों के जांच प्रमाण पत्र प्राप्त करने के लिए अपॉइंटमेंट लेना ही दुर्लभ हो गया है तो वाहन जांच प्रमाण पत्र कहा से प्राप्त करेंगे। परिवहन आयुक्त द्वारा वाहन मालिकों को वाहन जांच प्रमाण पत्र प्राप्त करने हेतु दिया गया निर्देश राजनेताओं के दिए गए भरोसे की तरह ही निकला ओर लोलीपॉप बन कर रह गया। वाहन मालिकों द्वारा परिवहन आयुक्त के द्वारा जारी निर्देशानुसार अपने वाहनों की जांच प्रमाण पत्र की समाप्ति की सूचना विभाग को देने के बावजूद उन्हें ना तो अपॉइंटमेंट दी जा रही है और ना ही ऑनलाइन उपलब्ध हो रही हैं। **परिवहन आयुक्त भली भांति जानते हैं की आनलाइन साइबर कैफे वाले किस तरह आज वाहन मालिकों से वाहन प्रमाण पत्र प्राप्त करने के लिए अपॉइंटमेंट दिलवाने के नाम पर लूट खसोट का धंधा बना कर लूट रहे हैं और इस तरह के साइबर अपराध करवाने का मुख्य सूत्र स्वयं परिवहन आयुक्त हैं** यह लूट सिर्फ वाहन जांच प्रमाण पत्र के लिए लेने के लिए अनिवार्य अपॉइंटमेंट तक ही सीमित नहीं हैं **परिवहन आयुक्त की मेहरबानी के बदौलत जंपिंग नंबर लेने के लिए भी साइबर कैफे वाले और खास तौर से दिल्ली परिवहन विभाग द्वारा ट्रेड लाइसेंस प्राप्त कर दिल्ली में नए वाहन बेचने वाले वाहन डीलर लूट खसोट में शामिल हैं।**

टोलवा अध्यक्ष दिल्ली परिवहन आयुक्त को खुला चैलेंज देते हैं की कोई भी चॉइस का जंपिंग नंबर नई वाहन सीरीज खुलने के साथ ही आनलाइन प्रक्रिया से लेकर दिखा दे, जब की परिवहन आयुक्त की कृपा प्राप्त वाहन डीलर वही चॉइस नंबर 100% गारंटी के साथ वाहन पर उपलब्ध कर देगा अपने विशेष शुल्क को प्राप्त कर।

टेंपल्स ऑफ लिबरलाइजेशन एंड वेलफेयर एलाइड ट्रस्ट (पंजीकृत)

TOLWA

website : www.tolwa.in
Email : tolwadelhi@gmail.com
bathlasanjaybathla@gmail.com

रजिस्टर्ड अंडर सैक्शन 60 विद रजिस्ट्रेशन नंबर (152/02-03-2020), एमएसएमई रजिस्ट्रेशन नंबर उद्यम -डीएल - 0026470, नीति आयोग रजिस्ट्रेशन नंबर वीओ/एनजीओ/0303274/25-01-2022 दर्पण

रजिस्टर्ड कार्यालय :- 3, प्रियदर्शिनी अपार्टमेंट, ए -4 पश्चिम विहार, न्यू दिल्ली 110063
कॉरपोरेट कार्यालय :- 529, समयपुर, मैन बवाना रोड, नियर बैंक ऑफ़ बड़ौदा दिल्ली 110042

फुल ड्रेस रिहर्सल पर एडवाइजरी जारी

बसों, मेट्रो और रेलवे स्टेशनों को लेकर आया अपडेट

गणतंत्र दिवस 2025 की फुल ड्रेस रिहर्सल 23 जनवरी को होगी। दिल्ली पुलिस ने परेड रूट और यातायात व्यवस्था की जानकारी दी है। बसों और अंतरराज्यीय बसों के लिए विशेष व्यवस्था रहेगी। मेट्रो सेवाएं सामान्य रूप से चलेंगी। यात्रियों को अपनी यात्रा की योजना पहले से बनानी चाहिए। लेख के माध्यम से पढ़िए 23 जनवरी के दिन यातायात व्यवस्था कैसी रहेगी?

नई दिल्ली। गणतंत्र दिवस समारोह 2025 के संबंध में 23 जनवरी 2025 को फुल ड्रेस रिहर्सल होनी है। जिसको लेकर दिल्ली पुलिस ने कहा कि रिहर्सल का वही रूट होगा जो गणतंत्र दिवस पर परेड का होता है। परेड रिहर्सल 23 जनवरी को सुबह 10 बजकर 30 मिनट पर विजय चौक से शुरू होगी और लाल किले तक जाएगी। मार्ग पर परेड के सुचारू संचालन के लिए व्यापक यातायात व्यवस्था और प्रतिबंध होंगे।

बस समाप्ति स्थान

सिटी बस सेवाओं की आवाजाही निम्नलिखित बिंदुओं पर समाप्त की जाएगी

1. पार्क स्ट्रीट / उद्यानमार्ग
2. आराम बाग रोड / पहाड़गंज
3. राउन्ड अबाउट कमला मार्केट
4. दिल्ली सचिवालय / आईजी स्टेडियम
5 प्रगति मैदान मैरों रोड
6. हनुमान मंदिर, यमुना बाजार
7. मोरी गेट
8. आईएसबीटी कश्मीरी गेट
9. आईएसबीटी सराय काले खां
10. तीस हजारी कोर्ट

अंतरराज्यीय बसें

गाजियाबाद से शिवाजी स्टेडियम जाने वाली बसें NH-24, रिंग रोड से होकर मैरों रोड पर समाप्त होंगी।

एनएच-24 से आने वाली बसें रोड नं.58 पर दाहिनी ओर मुड़ेंगी और आईएसबीटी आनंदविहार पर समाप्त होंगी।

गाजियाबाद की ओर से आने वाली बसों को मोहन नगर से वजीराबाद ब्रिज के लिए भोपराचुंगी की ओर मोड़ दिया जाएगा।

धौलाकुआं की ओर से आने वाली सभी अंतरराज्यीय बसें धौलाकुआं पर समाप्त हो जाएंगी।

मेट्रो सेवाएं

23 जनवरी, 2025 को फुल ड्रेस रिहर्सल समारोह के दौरान सभी मेट्रो स्टेशनों पर यात्रियों के लिए मेट्रो रेल सेवा उपलब्ध रहेगी।

पुरानी दिल्ली रेलवे स्टेशन के लिए

दक्षिणी दिल्ली से - रिंग रोड - आश्रम चौक-सराय काले खां - रिंग रोड - राजघाट - रिंग रोड - चौक यमुना बाजार - एस.पी. मुखर्जी मार्ग - छत्ता रेल - कोडिया ब्रिज और पुरानी दिल्ली रेलवे स्टेशन तक पहुंचें।

हालांकि उत्तरी दिल्ली से नई दिल्ली रेलवे स्टेशन या पुरानी दिल्ली रेलवे स्टेशन की ओर जाने वाले लोगों के लिए कोई प्रतिबंध नहीं होगा, फिर भी यह सलाह दी जाती है कि वे अपनी यात्रा की योजना पहले से बनाएं और संभावित देरी से बचने के लिए अपने गंतव्य तक पहुंचने के लिए पर्याप्त अतिरिक्त समय लेकर चलें।

एचटीवी/एलजीवी

22 जनवरी को रात 9 बजे 23 जनवरी को गणतंत्र दिवस की फुल ड्रेस रिहर्सल समाप्त होने तक किसी भी HTV/MGV/LGV को दिल्ली की सीमाओं में प्रवेश करने की अनुमति नहीं दी जाएगी (आवश्यक सेवाओं को छोड़कर)। इन वाणिज्यिक वाहनों को आगे की यात्रा के लिए दिल्ली की निम्नलिखित अंतर-राज्यीय सीमाओं से डायवर्ट किया जाएगा।

।। डीटीसी के हित में अपील ।।

परिवहन विशेष न्यूज

नई दिल्ली। साथियों वर्तमान दिल्ली सरकार से 12 वर्ष पूर्व डीटीसी की क्या स्थिति थी और आज 12 वर्षों बाद डीटीसी को वर्तमान दिल्ली सरकार की नीतियों ने कहां पहुंचा दिया है यह आपके सम्मुख कुछ बिंदुओं के माध्यम से रखने का प्रयास है कृपया ध्यान दें और 5 वर्षों के बाद आने वाले मताधिकार का प्रयोग डीटीसी के हित में अवश्य करें।

साथियों 12 वर्ष पूर्व डीटीसी में अपनी बसों का बेड़ा (एसी, नॉन एसी) लगभग 4800 का था।

जो की आज 0 हो गया है ।

डीटीसी में 12 वर्ष पूर्व 38 डिपो से बसें संचालित होती थी तथा दो विश्व स्तरीय केंद्रीय कर्मशाला चल रही थी जो कि आज नाम मात्र के 27 डिपो वो भी केवल दो माह के लिए तथा दोनों विश्व स्तरीय केंद्रीय कर्मशाला समाप्त हो गई है।

12 वर्ष पूर्व डीटीसी में 33000 स्थाई कर्मचारी/ अधिकारी थे तथा मात्र 4000 अस्थाई संवाहक थे।

जो की आज मात्र 4300 स्थाई कर्मचारी तथा 23000 अनुबंधित कर्मचारी हैं।

12 वर्ष पूर्व मात्र दो क्लस्टर कंपनीयों द्वारा 350 बसों को संचालित किया जा रहा था।

जो कि अब 13 क्लस्टर कंपनियों द्वारा लगभग 3000 बसों को संचालित किया जा रहा है।

वर्तमान सरकार द्वारा पिछले 12 वर्षों में अनुबंधित चालकों, संवाहकों को स्थाई करने के लिए बार-बार वादे किए गए।

किंतु एक भी कर्मचारी को स्थाई नहीं किया गया।

डीटीसी से सेवानिवृत पेंशनधारियों को वर्ष 2023 में लगातार अनियमित रूप से पेंशन दी गई एक समय तो ऐसा था जब 6 माह की पेंशन लंबित हो गई डीटीसी सेवानिवृत्त कर्मचारी संघ द्वारा बड़े-बड़े आंदोलन करने के बाद 6 माह की पेंशन का फरवरी 2024 में भुगतान हो पाया किंतु अब जबकि कोर्ट द्वारा निर्णय दिया गया है कि हर माह की पहली तारीख को पेंशन का भुगतान समय पर करना है इसके बावजूद दिल्ली सरकार द्वारा पेंशन वितरण के लिए बजट में कोई प्रावधान नहीं किया गया है।

31/8/2022 को डीटीसी बोर्ड द्वारा दो प्रस्ताव पारित किए गए जिसमें सभी पर कैशलेस मेडिकल स्कीम लागू करना तथा सभी कर्मचारियों को डीटीसी पेंशन के तहत लाने का प्रस्ताव था।

किंतु वह भी अभी तक लंबित है उस पर कोई कार्रवाई नहीं की गई है। कैशलेस मेडिकल स्कीम का लाभ न मिलने के कारण अभी तक सैकड़ो साथी हमारे बीच से बिना इलाज के अपना जीवन गवा चुके हैं।

साथियों निवर्तमान मुख्यमंत्री केजरीवाल ने तालकटोरा स्टेडियम में हजारों की भीड़ में कहा था कि हम डीटीसी का बेड़ा बढ़ाकर डीटीसी को विश्व स्तरीय परिवहन व्यवस्था बनाएंगे।

किंतु उसके ठीक विपरीत बसों का बेड़ा बढ़ाना तो दूर क्लस्टर को बढ़ावा देकर डीटीसी को फ्री की रेवड़ियों के भेंट चढ़कर आज समाप्त कर दिया है। डीटीसी के किसी भी डिपो यहां तक कि डीटीसी मुख्यालय में भी प्रयाप्त कर्मचारी, प्रयाप्त फर्नीचर और साफ़ सुथरे शौचालय तक नहीं है। सभी डिपो में सफाई कर्मचारी, यहां तक कि डाक्टर भी पार्ट टाइम जॉब के लिए रखे गए हैं। डीटीसी द्वारा संचालित अधिकतर बस रुटों पर बस शैड तक नहीं है।

साथियों डीटीसी हित में आपसे अपील है कि जो भी राजनीतिक दल डीटीसी को पुनर्जीवित कर उसी मान सम्मान के साथ चलाने का वादा अपने घोषणा पत्र में करें कृपया उसी को अपना मतदान /समर्थन करें डीटीसी के वर्तमान सेवारत, सेवानिवृत पेंशनधारी, पेंशन रहित परिवार लगभग 50000 हैं, जो कि दिल्ली की प्रत्येक विधानसभा पर प्रभावशाली हैं।

कृपया अपनी शक्ति एवं एकता का परिचय दें तथा सभी उम्मीदवारों पर यह दबाव बनाएं की उनकी सरकार बनने पर वह डीटीसी का अस्तित्व फ़िर से बहाल करेंगे तथा अनुबंधित कर्मचारियों को स्थाई करेंगे।

धन्यवाद। 🙏🙏

नोट वर्तमान सरकार के तो वादे पर भी भरोसा ना करें क्योंकि पीछे कई मामलों वादा खिलाफी कर चुकी है।

निवेदकः
समस्त डीटीसी कर्मचारी
रिपोर्टर
पत्रकार हंसराज

भुवनेश्वर से कटक तक मेट्रो ट्रेन, वीवीआईपी दौरे के कारण मेट्रो परियोजना की गति धीमी

मनोरंजन सासमल , स्टेट हेड ओड़िशा

भुबनेश्वर: भुवनेश्वर से कटक तक मेट्रो ट्रेन चलेगी। बीजद सरकार ने 2024 के आम चुनाव से पहले राजधानी के लोगों को ऐसा सपना दिखाया है। बताया गया कि यह परियोजना यातायात की भीड़ से बचने तथा लोगों की आवाजाही को सुविधाजनक बनाने के लिए बनाई जा रही है। अतीत पर विचार किए बिना नई सरकार ने चुप्पी साध ली है और पुरानी सरकार के रास्ते पर चल पड़ी है।

उन्होंने कार्य की प्रगति की समीक्षा के लिए पहले ही गहन बैठकें की हैं और 2027 तक मेट्रो चालू करने का वादा किया है। हालाँकि, 2025 तक काम उतनी प्रगति नहीं कर रहा है जितनी कि उम्मीद थी। कभी राष्ट्रपति का दौरा होता है तो कभी प्रधानमंत्री का। कभी-कभी हमें प्रवासी भारतीय दिवस सम्मेलन के लिए काम रोकना पड़ता है, तो कभी ओडिशा में उत्कृष्टता सम्मेलन के लिए। जनता मैदान में एक के बाद एक कार्यक्रम आयोजित होने के कारण वीवीआईपी की आवाजाही बढ़ रही है, जिससे योजना के अनुसार कार्य आगे बढ़ाना मुश्किल हो रहा है।दो महीने से मेट्रो परियोजना एक इंच भी आगे नहीं बढ़ी है। सड़क किनारे बने फुटपाथ को ध्वस्त किये जाने के कुछ दिन बाद उसका पुनः निर्माण किया जा रहा है। सर्वेक्षण कार्य को बीच में ही रोकना पड़ा है। अक्टूबर में पटिया चौक से किट चौक तक फुटपाथ हटाकर सड़क को चौड़ा करने का काम शुरू हुआ था। हालाँकि, काम शुरू होने से पहले ही रोक दिया गया। क्षतिग्रस्त फुटपाथ की मरम्मत कर दी गई है, क्योंकि वीवीआईपी मुख्य रूप से नंदनकानन चिड़ियाघर और कटक आने-जाने के लिए इस सड़क का उपयोग करते हैं। उत्तर भुवनेश्वर को 24 घंटे जलापूर्ति प्रदान करने के लिए वाटको द्वारा चल रहा जल पाइप बिछाने का काम भी रोक दिया गया है। इतना ही नहीं, बरंगा से त्रिशूलिया तक सड़क विस्तारीकरण का काम भी रोक दिया गया है। नवंबर में शुरू होने वाला मेट्रो का काम इस 4 किलोमीटर लंबी सड़क पर तीन स्थानों पर 200 मीटर लंबे लोहे के बैरिकेड्स लगाकर रोक दिया गया है। यहां तक कि शिशु भवन चौक से बानीबिहार चौक तक चल रहा काम भी आगे नहीं बढ़ पा रहा है। यह सच है कि काम बंद होने से शहरवासी थोड़ी राहत महसूस कर रहे हैं। यदि एक दिन बारिश रुक जाए तो स्थिति असंभव हो जाएगी, ऐसा लग रहा था, जैसे पानी काला हो गया हो। मेट्रो परियोजना के लिए शहर में लगभग 3,200 पेड़ काटे जाएंगे।

हालांकि वन विभाग ने पहले चरण में सड़क किनारे और बीच में 1,400 पेड़ों को काटने की अनुमति दी थी, लेकिन इसमें कोई प्रगति नहीं हुई। इसके अलावा, 1,800 अन्य पेड़ों को काटने की अनुमति मांगी गई है।

सेवानिवृत्त प्रशासक प्रमोद पटनायक ने कहा कि मेट्रो बनने का मतलब यह नहीं है कि यातायात समस्या हल हो जाएगी। मुख्य सड़क पर भीड़ कम हो जाएगी, लेकिन आसपास की सड़कों पर भीड़ नियंत्रण से बाहर हो जाएगी। इस बात पर विचार किया जाना चाहिए कि शहर में वाहनों की संख्या कैसे कम की जा सकती है। विकसित शहरों को व्यवसाय के स्थान के रूप में नामित किया गया है। लेकिन यहां आज तक ऐसा नहीं हुआ। चंडीगढ़ शहर में मेट्रो अभी तक चालू नहीं हुई है, जिसे भुवनेश्वर के साथ विकसित किया जा रहा है। यह जांचने लायक है कि वे इतने बड़े शहर में परिवहन को कैसे सुविधाजनक बनाने में सक्षम रहे हैं। उन्होंने सवाल उठाया कि क्या हमारी राजधानी में मेट्रो परियोजना, जो सिर्फ 50 किलोमीटर के दायरे तक सीमित है, परिवहन और आर्थिक दृष्टिकोण से सुविधाजनक होगी।

हेरिटेज विभाग के एक अधिकारी ने बताया कि वर्तमान में भुवनेश्वर में कई राष्ट्रीय स्तर के कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। वीवीआईपी के लगातार दौरे के कारण कार्यस्थल पर समस्याएं उत्पन्न हो रही हैं। इसीलिए मेट्रो परियोजना दो महीने के लिए रोक दी गई है। वीवीआईपी दौरे कुछ कम होने के बाद काम फिर से शुरू हो जाएगा।

वाह गजब ! अब 'गन्ने के रस' से चलेंगे वाहन, इथेनॉल करेगा कमाल

मनोरंजन सासमल , स्टेट हेड ओड़िशा

भुबनेश्वर: भुवनेश्वर से कटक तक मेट्रो ट्रेन चलेगी। बीजद सरकार ने 2024 के आम चुनाव से पहले राजधानी के लोगों को ऐसा सपना दिखाया है। बताया गया कि यह परियोजना यातायात की भीड़ से बचने तथा लोगों की आवाजाही को सुविधाजनक बनाने के लिए बनाई जा रही है। अतीत पर विचार किए बिना नई सरकार ने चुप्पी साध ली है और पुरानी सरकार के रास्ते पर चल पड़ी है।

उन्होंने कार्य की प्रगति की समीक्षा के लिए पहले ही गहन बैठकें की हैं और 2027 तक मेट्रो चालू करने का वादा किया है। हालाँकि, 2025 तक काम उतनी प्रगति नहीं कर रहा है जितनी कि उम्मीद थी। कभी राष्ट्रपति का दौरा होता है तो कभी प्रधानमंत्री का। कभी-कभी हमें प्रवासी भारतीय दिवस सम्मेलन के लिए काम रोकना पड़ता है, तो कभी ओडिशा में उत्कृष्टता सम्मेलन के लिए। जनता मैदान में एक के बाद एक कार्यक्रम आयोजित होने के कारण वीवीआईपी की आवाजाही बढ़ रही है, जिससे योजना के अनुसार कार्य आगे बढ़ाना मुश्किल हो रहा है।दो महीने से मेट्रो परियोजना एक इंच भी आगे नहीं बढ़ी है। सड़क किनारे बने फुटपाथ को ध्वस्त किये जाने के कुछ दिन बाद उसका पुनः निर्माण किया जा रहा है। सर्वेक्षण कार्य को बीच में ही रोकना पड़ा है। अक्टूबर में पटिया चौक से किट चौक तक फुटपाथ हटाकर सड़क को चौड़ा करने का काम शुरू हुआ था। हालाँकि, काम शुरू होने से पहले ही रोक दिया गया। क्षतिग्रस्त फुटपाथ की मरम्मत कर दी गई है, क्योंकि वीवीआईपी मुख्य रूप से नंदनकानन चिड़ियाघर और कटक आने-जाने के लिए इस सड़क का उपयोग करते हैं। उत्तर भुवनेश्वर को 24 घंटे जलापूर्ति प्रदान करने के लिए वाटको द्वारा चल रहा जल पाइप बिछाने का काम भी रोक दिया गया है। इतना ही नहीं, बरंगा से त्रिशूलिया तक सड़क विस्तारीकरण का काम भी रोक दिया गया है। नवंबर में शुरू होने वाला मेट्रो का काम इस 4 किलोमीटर लंबी सड़क पर तीन स्थानों पर 200 मीटर लंबे लोहे के बैरिकेड्स लगाकर रोक दिया गया है। यहां तक कि शिशु भवन चौक से बानीबिहार चौक तक चल रहा काम भी आगे नहीं बढ़ पा रहा है। यह सच है कि काम बंद होने से शहरवासी थोड़ी राहत महसूस कर रहे हैं। यदि एक दिन बारिश रुक जाए तो स्थिति असंभव हो जाएगी, ऐसा लग रहा था, जैसे पानी काला हो गया हो। मेट्रो परियोजना के लिए शहर में लगभग 3,200 पेड़ काटे जाएंगे।

हालांकि वन विभाग ने पहले चरण में सड़क किनारे और बीच में 1,400 पेड़ों को काटने की अनुमति दी थी, लेकिन इसमें कोई प्रगति नहीं हुई। इसके अलावा, 1,800 अन्य पेड़ों को काटने की अनुमति मांगी गई है।

सेवानिवृत्त प्रशासक प्रमोद पटनायक ने कहा कि मेट्रो बनने का मतलब यह नहीं है कि यातायात समस्या हल हो जाएगी। मुख्य सड़क पर भीड़ कम हो जाएगी, लेकिन आसपास की सड़कों पर भीड़ नियंत्रण से बाहर हो जाएगी। इस बात पर विचार किया जाना चाहिए कि शहर में वाहनों की संख्या कैसे कम की जा सकती है। विकसित शहरों को व्यवसाय के स्थान के रूप में नामित किया गया है। लेकिन यहां आज तक ऐसा नहीं हुआ। चंडीगढ़ शहर में मेट्रो अभी तक चालू नहीं हुई है, जिसे भुवनेश्वर के साथ विकसित किया जा रहा है। यह जांचने लायक है कि वे इतने बड़े शहर में परिवहन को कैसे सुविधाजनक बनाने में सक्षम रहे हैं। उन्होंने सवाल उठाया कि क्या हमारी राजधानी में मेट्रो परियोजना, जो सिर्फ 50 किलोमीटर के दायरे तक सीमित है, परिवहन और आर्थिक दृष्टिकोण से सुविधाजनक होगी।

घर में बढ़ेगी सकारात्मकता और खत्म होगी आर्थिक तंगी, अपनाएं ये वास्तु उपाय

अगर वास्तु नियमों का पालन नहीं किया जाता है, तो इससे वास्तु दोष उत्पन्न होता है और जीवन में कई समस्याएं पैदा हो सकती हैं। ऐसे में आज हम आपको बताने जा रहे हैं कि किस तरह से आप बिना किसी खर्च के घर का वास्तु दोष दूर कर सकते हैं।

वास्तु शास्त्र के मुताबिक घर की दिशा और उसमें रखी जाने वाली वस्तुओं की स्थिति हमारे जीवन पर गहरा असर डालती है। हिंदू धर्म में वास्तु शास्त्र का विशेष महत्व होता है। इसलिए माना जाता है कि घर के निर्माण के समय वास्तु के नियमों का खास पालन करना चाहिए। क्योंकि अगर वास्तु नियमों का पालन नहीं किया जाता है, तो इससे वास्तु दोष उत्पन्न होता है और जीवन में कई समस्याएं पैदा हो सकती हैं। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको बताने जा रहे हैं कि किस तरह से आप बिना किसी खर्च के घर का वास्तु दोष दूर कर सकते हैं।

सकारात्मक ऊर्जा बनाए रखने के लिए करें उपाय

वास्तु शास्त्र के मुताबिक घर का निर्माण और वस्तुओं को सही दिशा में व्यवस्थित तरीके से रखने से सकारात्मक ऊर्जा आकर्षित होती है। साथ ही इससे घर में सुख-समृद्धि और सौभाग्य बना रहता है। वहीं अगर घर में वास्तु नियमों का पालन नहीं किया जाता है, तो इससे वास्तु दोष पैदा हो सकता है। वास्तु दोष होने से घर में नकारात्मकता बढ़ती है और कलह का माहौल बनता है।

धन रखने की सही दिशा

दक्षिण-पश्चिम दिशा को धन रखने के लिए सबसे शुभ माना गया है। इस दिशा में अलमारी, तिजोरी और कीमती आभूषणों को रखने से आर्थिक वृद्धि होती है। वहीं दक्षिण या पश्चिम दिशा में धन रखने से बचना चाहिए। क्योंकि यह आर्थिक समस्याओं का कारण भी बन सकता है।

घर के मध्य भाग रखें खाली

घर के मध्य भाग को ईशान कोण कहा जाता है। इस दिशा को हमेशा साफ-सुथरा और खाली होना चाहिए। क्योंकि घर का मध्य भाग सकारात्मक ऊर्जा का केंद्र होता है। अगर आप घर के इस हिस्से में कोई सामान रखते हैं, तो इससे घर में नकारात्मक ऊर्जा बढ़ सकती है। वहीं इस हिस्से को खाली और साफ-सुथरा रखने से परिवार के सभी सदस्यों में आपसी तालमेल और प्रेम भाव बना रहता है।

लाफिंग बुद्धा का महत्व

वास्तु दोष को दूर करने के लिए आप घर में लाफिंग बुद्धा रख सकते हैं। यह सुख-समृद्धि और शांति का प्रतीक माना जाता है। इसको घर में रखने से पॉजिटिव एनर्जी का प्रवाह होता है। घर के मुख्य द्वार, पूर्व दिशा, उत्तर-पूर्व दिशा या बच्चों के स्टडी रूम में लाफिंग बुद्धा रख सकते हैं।

तुलसी के उपाय

हिंदू धर्म में तुलसी के पौधे को पवित्र माना जाता है। तुलसी का पौधा और इसकी जड़ घर की निगेटिव एनर्जी को दूर करने में सहायक होती है। लाल कपड़े में तुलसी की जड़ बांधकर घर के मुख्य द्वार लटकाने से घर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है।

स्वास्तिक

वास्तु दोष को दूर करने के लिए आप घर के मुख्य द्वार पर कुमकुम, सिंदूर या चंदन से स्वास्तिक बनाएं। स्वास्तिक 9 इंच लंबा और चौड़ा बनाना शुभ होता है। यह उपाय निगेटिव एनर्जी को दूर करने में सहायक होता है।

घोड़े की नाल

वास्तु शास्त्र में घोड़े की नाल को शुभ माना जाता है। घर के मुख्य द्वार पर घोड़े की नाल लगाने से वास्तु दोष समाप्त होता है और घर में सुख-सौभाग्य व समृद्धि आती है।

पंचमुखी हनुमान की तस्वीर

बता दें कि घर का मुख्य द्वार पूर्व दिशा में होना शुभ माना जाता है। अगर ऐसा नहीं है, तो आप दक्षिण दिशा में पंचमुखी हनुमान जी की तस्वीर लगा सकते हैं। इसके अलावा आप मुख्य द्वार पर पंचधातु का पिरामिड भी लगा सकते हैं। इससे वास्तु दोष दूर होता है।

तिल के बीज में दूध ज्यादा होता है कैल्शियम, सही तरीके से करेंगे सेवन तो उम्र भर मिलेंगे इसके फायदे

तिल के बीज खाना हमारी सेहत के लिए काफी फायदेमंद होता है। डाइटिशियन से लेकर आयुर्वेद तक इन्हें ठंड में खाने की सलाह देते हैं। तिल के बीज की तासीर गर्म होती है और यह हमारे शरीर को बीमारियों से बचाने का काम करता है। लेकिन बहुत सारे लोगों को इस बात की जानकारी नहीं हैं कि मुट्ठी भर तिल में एक गिलास दूध से 5 गुना ज्यादा कैल्शियम पाया जाता है। तिल का सही तरीके से सेवन करने से हड्डियां मजबूत बनती हैं और मुट्ठीभर तिल में पालक और डार्क चॉकलेट के प्रमुख फायदे भी पाए जाते हैं।

हेल्थ एक्सपर्ट के अनुसार, तिल के बीज का अगर आप 2 तरीकों से सेवन करते हैं, तो आपको उम्र भर इसके फायदे मिलते रहेंगे। अगर आपके दांत कमजोर हो गए हैं या आपको पायरिया की समस्या है, तो यह उसे भी ठीक करने में मदद कर सकते हैं। वहीं इसका सही तरीके से सेवन करने से बाल भी वक्त से पहले सफेद होने बंद हो जाएंगे। तो आइए जानते हैं तिल के बीज के इस्तेमाल के सही तरीके के बारे में...

हड्डियों को मिलेगी ताकत

बोन्स को स्ट्रॉन्ग बनाने के लिए कैल्शियम की आवश्यकता होती है। तिल के बीज दूध से 5 गुना अधिक कैल्शियम देते हैं। वहीं मिनरल हड्डियों को मोटा बनाता है और हड्डियों को कमजोर होने से बचाता है। इसके साथ ही इन छोटे-छोटे बीजों में प्रोटीन, फाइबर और ढेर सारे एंटी-ऑक्सीडेंट्स पाए जाते हैं।

मौजूद होते हैं पालक और डार्क चॉकलेट के गुण

हेल्थ एक्सपर्ट की मानें, तो मुट्ठी भर तिल के बीज में पालक जितना 100 ग्राम आयरन होता है। वहीं काफी सारी डार्क चॉकलेट जितना मैग्नीशियम पाया जाता है। जहां आयरन खून बनाने के लिए जरूरी होता है, तो वहीं मैग्नीशियम का काम दिमाग, दिल, हड्डी और नींद को सही रखना होता है।

इन चीजों के साथ करें तिल का सेवन

सूखा नारियल, कद्दू के बीज, काला तिल, अलसी के बीज, आंवला पाउडर, धागे वाली मिश्री साथ में मिलाकर पाउडर बनाकर रखें। इसका 1-1 चम्मच दिन में 2-3 बार महीने भर तक खाएं। इसका सेवन करने से आपके बालों को नया जीवन मिलेगा और बालों का झड़ना-टूटना व समय से पहले सफेद होने की समस्या खत्म हो जाएगी।

ओरल हेल्थ होगी बेहतर

ओरल हेल्थ को बेहतर बनाने के लिए तिल के तेल को मुंह में रखकर 5 से 10 मिनट के लिए मुंह में रखकर कुल्ली करें। इस उपाय से पायरिया की समस्या, मुंह से बदबू आने, मसूड़ों का फूलना और दांतों का हिलना सिर्फ सप्ताह भर में सही कर देगा। यह नुस्खे ओरल हेल्थ को सुधारकर दांतों को काली-पीली गंदगी से बचाया है।

तंत्र और मंत्र: हिंदू धर्म के गूढ़ रहस्य और शक्ति का विज्ञान

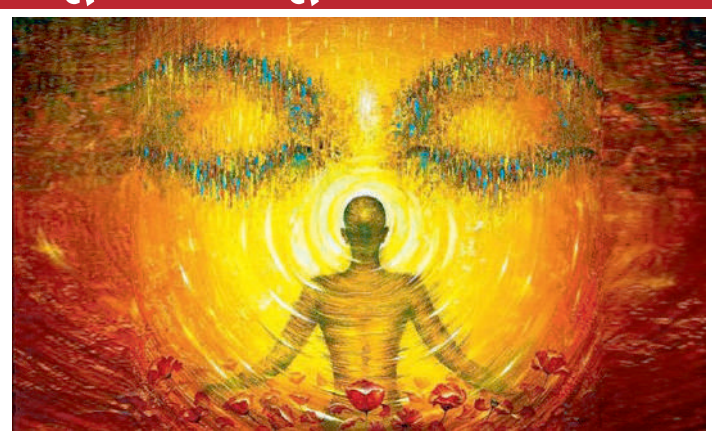
तंत्र और मंत्र हिंदू धर्म के गहरे रहस्यों और आध्यात्मिक शक्तियों का आधार हैं। तंत्र ब्रह्मांडीय ऊर्जा को साधने का विज्ञान है, जबकि मंत्र ध्वनि के माध्यम से सकारात्मक ऊर्जा को सक्रिय करता है। दोनों मिलकर आत्मा की उन्नति और ईश्वर से जुड़ने का मार्ग दिखाते हैं।

1. भूमिका: तंत्र और मंत्र का परिचय तंत्र और मंत्र भारतीय परंपरा और हिंदू धर्म के दो महत्वपूर्ण पहलू हैं। जहाँ मंत्र शुद्ध ध्वनि और ऊर्जा का माध्यम है, वहीं तंत्र साधना और प्रक्रियाओं का विज्ञान है। यह दोनों मिलकर आत्मा की उन्नति, समस्याओं के समाधान और ईश्वर की कृपा प्राप्ति का मार्ग दिखाते हैं।

2. तंत्र की परिभाषा और उद्देश्य 'तंत्र' शब्द संस्कृत के रतनोतिर और रत्रायतिर से बना है, जिसका अर्थ है विस्तार और मुक्ति। तंत्र का उद्देश्य आत्मा को बाहरी और आंतरिक बाधाओं से मुक्त करना है। यह देवी-देवताओं की कृपा प्राप्ति का साधन है, और साधक इसमें विशेष विधियों, यंत्रों, और साधनों का उपयोग करता है।

3. मंत्र: ध्वनि का चमत्कार मंत्र, ध्वनि तरंगों और शक्ति का संगम है। 'मंत्र' का अर्थ है 'मन' (मन) और 'त्र' (मुक्ति का साधन)। यह शब्द और ध्वनि के माध्यम से ऊर्जा को संचालित करता है।

गायत्री मंत्र: यह सबसे शक्तिशाली मंत्रों



में से एक है, जो आत्मा को शुद्ध करता है और ज्ञान की प्राप्ति में सहायक है

महामृत्युंजय मंत्र : इसे जीवनदायी मंत्र माना जाता है, जो मृत्यु भय और रोगों से बचाव करता है।

4. तंत्र और मंत्र का संबंध हिंदू धर्म शास्त्रों के अनुसार, तंत्र और मंत्र का गहरा संबंध है। तंत्र में बताए गए अनुष्ठानों में मंत्रों का उच्चारण किया जाता है, जिससे साधना पूर्ण होती है। उदाहरण के लिए:

श्रीचक्र तंत्र: इसमें विशेष यंत्र और 'श्रीसूक्त' मंत्र का उपयोग होता है।

काली तंत्र: देवी काली की उपासना में मंत्र और तांत्रिक विधियों का सहारा लिया जाता है।

5. प्राचीन ग्रंथों में तंत्र और मंत्र

अथर्ववेद: यह वेद तंत्र और मंत्र का सबसे पुराना स्रोत है। इसमें जीवन की समस्याओं से निपटने के उपाय दिए गए हैं।

तंत्र शास्त्र: इसमें देवी-देवताओं की साधना और उनकी कृपा प्राप्ति के उपाय विस्तार से वर्णित हैं।

मार्कंडेय पुराण: इसमें दुर्गा सप्तशती का उल्लेख है, जो तंत्र और मंत्र साधना का मुख्य ग्रंथ है।

6. तंत्र और मंत्र के लाभ

आध्यात्मिक उन्नति: आत्मा का शुद्धिकरण और ब्रह्मांडीय ऊर्जा से जुड़ाव।

रोग निवारण: मंत्र चिकित्सा द्वारा मानसिक और शारीरिक रोगों से मुक्ति।

संकट निवारण: जीवन में आने वाली बाधाओं और संकटों का समाधान।

सकारात्मक ऊर्जा: घर और वातावरण को शुद्ध कर सकारात्मकता का संचार।

7. साधना की प्रक्रिया तंत्र और मंत्र की शक्ति को सक्रिय करने के लिए साधना आवश्यक है। इसके लिए तीन चरण होते हैं:

1. शुद्धि: मन, वाणी और शरीर की शुद्धि।

2. एकाग्रता: मंत्र जाप के दौरान ध्यान और एकाग्रता बनाए रखना।

3. अनुष्ठान: तंत्र शास्त्र में बताए गए विधि-विधान का पालन।

8. सावधानियां और जिम्मेदारी तंत्र और मंत्र का दुरुपयोग नुकसान पहुंचा सकता है। यह केवल उन साधकों के लिए है जो निष्ठा, पवित्रता और गुरु के मार्गदर्शन में इसे अपनाते हैं।

9. तंत्र-मंत्र और आधुनिक युग आज के समय में तंत्र और मंत्र का वैज्ञानिक दृष्टिकोण से अध्ययन किया जा रहा है। मंत्रों के प्रभाव को ध्वनि विज्ञान और तंत्र के प्रभाव को ऊर्जा चिकित्सा के रूप में समझा जा रहा है।

10. निष्कर्ष तंत्र और मंत्र की शक्ति, हिंदू धर्म शास्त्रों में गहराई से वर्णित है। यह साधक को ईश्वर के निकट ले जाने का माध्यम है। सही मार्गदर्शन और श्रद्धा के साथ तंत्र और मंत्र न केवल साधक के जीवन को बदल सकते हैं, बल्कि समाज में भी सकारात्मक ऊर्जा का संचार कर सकते हैं।

नेताजी सुभाषचन्द्र बोस जी की जयंती

आज पूरा देश नेताजी सुभाषचन्द्र बोस की 126 वीं जन्म जयन्ती 'पराक्रम दिवस' के रूप में मना रहा है। 16 जुलाई 1921 को इग्लैंड से भारत लौटने पर बम्बई में सुभाष बाबू की पहली मुलाकात महात्मा गांधी से होती है। इस पहली मुलाकात में ही देश की आजादी के लिए सुभाष बाबू और महात्मा गांधी बीच बातचीत से ही पता चलता है कि देश के दो महान नेताओं के दृष्टिकोण में कितनी भिन्नता और समानता है। उस वक्त 24 वर्षीय सुभाष बाबू देशभक्ति की भावना से प्रेरित होकर 'इंडियन सिविल सेवा' जैसे प्रतिष्ठित नौकरी से त्यागपत्र दे चुके थे।

नेताजी सुभाषचंद्र बोस से जुड़े रोचक तथ्य सुभाष चंद्र बोस का जन्म 23 जनवरी 1897 को ओडिशा के कटक में हुआ था। वे जानकीनाथ बोस और प्रभावती देवी की नौवीं संतान थे। बड़े होकर, सुभाष चंद्र बोस एक होनहार छात्र थे, जिन्होंने कलकत्ता (आज कोलकाता के नाम से जाना जाता है) के प्रेसीडेंसी कॉलेज से दर्शनशास्त्र में बीए किया। उनके पिता ने उन्हें सिविल सेवा परीक्षा में बैठने के लिए इंग्लैंड भी भेजा। उन्होंने अंग्रेजी में सबसे अधिक अंक प्राप्त किए और कुल मिलाकर चौथे स्थान पर रहे। 1921 में उन्होंने भारतीय सिविल सेवा से इस्तीफा दे दिया और भारत लौट

आए। अधिकारियों के साथ उनके लगातार टकराव ने उन्हें भारत में तत्कालीन ब्रिटिश सरकार द्वारा विद्रोही के रूप में बदनाम कर दिया। नेताजी ने प्रमुख कांग्रेस नेता चित्तरंजन दास के मार्गदर्शन में काम किया, जिन्होंने मोतीलाल नेहरू के साथ मिलकर 1922 में स्वराज पार्टी बनाने के लिए कांग्रेस पार्टी छोड़ दी थी। उन्होंने स्वराज नामक एक समाचार पत्र शुरू किया और चित्तरंजन दास द्वारा शुरू किए गए समाचार पत्र फॉरवर्ड के संपादक के रूप में भी काम किया।

2021 से पराक्रम दिवस के रूप में हुई शुरुआत पहले इस दिन को सुभाष चंद्र जयंती के नाम से सेलिब्रेट किया जाता था लेकिन वर्ष 2021 में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने इस दिन को नेताजी के योगदान को देखते हुए पराक्रम दिवस के रूप में मनाने की घोषणा की। इसके बाद से प्रतिवर्ष नेताजी की जयंती को पराक्रम दिवस के रूप में मनाया जा रहा है।

थायराइड

थायराइड एक तितली के आकार की ग्रंथि होती है जो एडम एप्पल के ठीक नीचे गर्दन में स्थित होती है। इसे मुख्य ग्रंथि के रूप में जाना जाता है जो शरीर की ऊर्जा और चयापचय को नियंत्रित करने में मदद करती है। जब थायरॉयड अत्यधिक सक्रिय हो जाती है और थायरोक्सिन हार्मोन की अत्यधिक मात्रा में उत्पादन करने लगती है तो इस स्थिति को हाइपरथायरायडिज्म कहा जाता है। (और दूसरी तरफ, थायरोक्सिन हार्मोन के कम मात्रा में उत्पादन को हाइपोथायरायडिज्म कहा जाता है) हाइपरथायरायडिज्म के सामान्य कारणों में शामिल हैं ऑटोइम्यून डिसॉर्डर जिसे ग्रेव्स रोग कहा जाता है साथ ही थायरॉयड ग्रंथि की सूजन, थायरॉयड हार्मोन का असामान्य स्राव, आयोडीन का अत्यधिक सेवन या थायरॉयड में सौम्य गांठ या नोड्यूल आदि शामिल हैं। हाइपरथायरॉडीजम किसी को भी हो सकता है। पुरुषों की तुलना में महिलाओं में ये स्तिथि आठ गुना अधिक होती है। यह ३० की उम्र की शुरुआत में ही विकसित होने लगती है लेकिन इसके लक्षण 60 से अधिक महिलाओं में ज़्यादा सामान्य हैं।

कई तरह के संकेत हाइपरथायरोडिज्म के लक्षणों को बताते हैं जैसे वज़न का घटना, अनियमित दिल की धड़कन, घबराहट, अत्यधिक पसीना, मासिक धर्म चक्र में बदलाव, गर्दन के आधार पर सूजन, थकान, मांसपेशियों की कमजोरी और सोने में कठिनाई महसूस होना आदि शामिल हैं। हाइपरथायरायडिज्म के कई लक्षण अन्य स्थितियों के लिए भी बहुत आम है। इसलिए समस्या को जल्द पहचानना थोड़ा मुश्किल होता है। थायरॉयड का जल्द निदान दवाओं, सप्लीमेंट्स और जीवनशैली में बदलाव लाकर किया जा सकता है। हाइपरथायरायडिज्म का इलाज कुछ प्राकर्तिक तत्वों से भी किया जा सकता है। हालाँकि कोई भी उपचार लेने से पहले आप अपने डॉक्टर से सभी तरह की जानकारी ले लें।

थायराइड कम करने के घरेलू उपाय थायराइड खत्म करने का उपाय है ओमेगा ३ फैटी एसिड अगर आपके शरीर को पर्याप्त ओमेगा -३ फैटी एसिड नहीं मिल रहा है तो हार्मोनल असंतुलित हो सकता है जिसमें थायराइड हार्मोन शामिल हैं। ये आवश्यक फैटी एसिड हार्मोन के लिए बिल्डिंग ब्लॉक हैं जो प्रतिरक्षा फंक्शन और सेल की वृद्धि को नियंत्रित करते हैं। आप अपने आहार में ओमेगा -३ फैटी एसिड की मात्रा को और अधिक मछली, फ्लेक्ससीड्स और अखरोट आदि को खाकर बढ़ा सकते हैं।

थायराइड कम करने में सहायक है ब्रोकली -ब्रोकोली एक क्रूसीफेरस सब्ज़ी है जिसमें आइसोथियोसाइनेट्स और गोईट्रोजन्स नामक पदार्थ होते हैं जो थायरॉयड को बहुत अधिक हार्मोन बनाने से रोकते हैं। इसलिए हाइपरथायरायडिज्म से पीड़ित किसी भी व्यक्ति को जितनी ज्यादा हो सके बिना पके ब्रोकोली खाने की कोशिश करनी चाहिए। अन्य क्रूसीफेरस सब्जियां जैसे फूलगोभी, शलजम, सरसों का साग और मूली आदि सहायक होती हैं।

थायराइड से बचाव का उपाय है एंटीऑक्सीडेंट एंटीऑक्सिडेंट युक्त आहार हाइपरथायरायडिज्म को नियंत्रित करने में सहायक होते हैं। हाइपरथायरायडिज्म की वजह से थायरॉयड हार्मोन का स्तर बढ़ता है जिसकी वजह से शरीर में फ्री रेडिकल डैमेज और ऑक्सीडेटिव बढ़ने लगते हैं। एंटीऑक्सिडेंट ऑक्सीडेटिव तनाव को कम करने के लिए फायदेमंद हैं। अपने आहार में विटामिन सी, विटामिन ई, बीटा कैरोटीन, सेलेनियम और मैग्नीशियम जैसे खाद्य पदार्थों को मिलाएं। इन पोषक तत्वों को प्राप्त करने के लिए अपने आहार में ताजे फल और सब्जियां शामिल करें जैसे जामुन, अंगूर, टमाटर और बेल मिर्च आदि। आप मल्टीविटामिन भी ले सकते हैं। इसके अलावा अपने आहार में अधिक प्रोटीन लेना न भूलें। एक अतिरक्त थायरॉयड आपकी मांसपेशियों को और अधिक आसानी से तोड़ने का कारण बनता है। प्रोटीन विशेष रूप से मांसपेशियों और ताकत को बढ़ाता है। प्रोटीन प्राप्त करने के लिए आप एक या दो चम्मच मट्ठा प्रोटीन पाउडर अपने आहार में जोड़ सकते हैं। इसके अलावा, अपने आहार में बीन्स, नट्स, अखरोट बटर, बीजों और दही को ज़रूर शामिल करें।

थायराइड दूर करने का उपाय है समुंद्री सब्जायि समुंद्री सब्जायिं आयोडीन का एक अच्छा स्रोत होती हैं जो थायराइड स्वास्थ्य के लिए एक महत्वपूर्ण खनिज है। समुद्री सब्जियों में मौजूद प्राकृतिक आयोडीन थायरॉयड संबंधी विकारों जैसे वज़न में उतार-चढ़ाव और लसीका प्रणाली में जमाव को सामान्य रखता है। इन सब्जियों में भी अच्छी मात्रा में विटामिन के, बी-विटामिन फोलेट, मैग्नीशियम, लोहा और कैल्शियम शामिल होता है। समुद्री सब्जियों में से कुछ जो आप हाइपरथायरायडिज्म के उपचार में उपयोग कर सकते हैं वो हैं केल्प, कोम्बु, हिजीकी, नोरि, आदि। ये आमतौर पर आपको दुकानों में सूखे पदार्थ के रूप में उपलब्ध हो जाएंगी। आप इन सब्जियों को क्रश या काट के सॉस, पिज़्ज़ा, चावल और सलाद आदि में इस्तेमाल कर सकते हैं।

थायराइड को करें कंट्रोल पता गोबी से पता गोभी सबसे उपयोगी खाद्य पदार्थों में से एक है जो हाइपरथायरायडिज्म के उपचार में इस्तेमाल किया जाता है। गोभी में गोइट्रोजंस की मात्रा बहुत अधिक होती है जो थायराइड हार्मोन के उत्पादन को कम करने में मदद करता है। अच्छे परिणाम के लिए भुना हुआ पता गोभी खाएं।

थायराइड कम करने के लिए बैरी का करें उपयोग बैरी विटामिन और विभिन्न एंटीऑक्सीडेंट के गुणों से समृद्ध होती हैं जो कि थायरॉयड ग्रंथि की सूजन को कम करने में मदद करती है। आप विभिन्न प्रकार के बैरी जैसे ब्लूबेरी, ब्लैकबेरी, स्ट्रॉबेरी, चेरी और अन्य खा सकते हैं।

थायराइड से बचें आंवला के उपयोग से आंवला हाइपरथायरायडिज्म सहित कई स्वास्थ्य समस्याओं का इलाज करता है। आंवला थायराइड हार्मोन के उत्पादन को नियंत्रित करने में भी मदद करता है। शहद के साथ भारतीय आंवला के पाउडर को मिलाकर मोटा पेस्ट बनाकर सुबह को नाश्ते में खाएं।

यह कुछ खाद्य पदार्थ हैं जो हाइपरथायरायडिज्म के उपचार में मदद करते हैं और थायरॉयड हार्मोन के उत्पादन को दबा देते हैं। इसके अलावा, हाइपरथोरायडिज्म को रोकने के लिए डेयरी उत्पादों और कैफीन का सेवन सीमित रखने की कोशिश करें। थायराइड हाइपर और हाइपो थाइरोइड का घरेलु और सफल उपचार। आज कल की भाग दौड़ भरी ज़िन्दिगी में ये समस्या आम सी हो गयी है, थायराइड की गोली निरन्तर लेने से उसके घातक साइड इफेक्ट एलोपैथि में थाइरोइड ग्रंथी ठीक नहीं की जाती है बल्कि इस रोग को मैनेज किया जाता है। रोग के साथ जीना सिखाया जाता है। स्वयं थायराइड ग्रंथी नियमित तैयार हार्मोन मिलते रहने से निष्क्रिय हो जाती है।

थायराइड ग्रंथी एक महत्वपूर्ण यदि उचित मात्रा में गोली न ले तो थकान, सरदर्द, चिडचिडाहट, पसीना आना, धडकनों में अनियमितता, अनिंद्रा आदि हो सकते है। अर्थात अपने डॉक्टर से डोज समय समय पर तय करा कर ही ले। थायराइड की गोली उचित मात्रा में नियमित लेने से भी कैल्शियम की कमी हो जाती है,फलस्वरूप धीरे धीरे हड्डीया कमजोर होने से ओस्टीपोरोसिस हो जाता है। इससे बदन में दर्द रहने लगता है। कैल्शियम की कमी आगे चल कर गुर्दा को भी ख़राब करने लगती है। नियमित थाइरोइड की गोली लेते रहने से मूड खराब होना, सरदर्द ,पसीना आना , धडकनों में अनियमितता, दस्त लगना व हाथों में कम्पन्न भी हो सकते हैं। लम्बे समय तक गोली लेने पर ह्रदय, अग्नाशय व जिगर खराब हो सकते है। थायराइड मानव शरीर मे पाए जाने वाले एंडोक्राइन ग्लैंड में से एक है। थायरायड ग्रंथि गर्दन में श्वास नली के ऊपर एवं स्वर यन्त्र के दोनों ओर दो भागों में बनी होती है। इसका आकार तितली जैसा होता है। यह थाइराक्सिन नामक हार्मोन बनाती है जिससे शरीर के ऊर्जा क्षय, प्रोटीन उत्पादन एवं अन्य हार्मोन के प्रति होने वाली संवेदनशीलता नियंत्रित होती है।

थॉयराइड ग्रंथि तितली के आकार की होती है जो गले में पाई जाती है। यह ग्रंथि उर्जा और पायन की मुख्य ग्रंथि है। यह एक तरह के मास्टर लीवर की तरह है जो ऐसे जीन्स का स्राव करती है जिससे कोशिकाएं अपना कार्य ठीक प्रकार से करती हैं। इस ग्रंथि के सही तरीके से काम न कर पाने के कारण कई तरह की समस्यायें होती हैं।

थॉयराइड फंक्शन और इसके उपचार थॉयराइड को साइलेंट किलर माना जाता है, क्योंकि इसके लक्षण व्यक्ति को धीरे-धीरे पता चलते हैं और जब इस बीमारी का निदान होता है तब तक देर हो चुकी होती है। इम्यून सिस्टम में गड़बड़ी से इसकी शुरुआत होती है लेकिन ज्यादातर चिकित्सक एंटी बॉडी टेस्ट नहीं करते हैं जिससे ऑटो-इम्युनिटी दिखाई देती है। यह ग्रंथि शरीर के मेटाबॉलिज्म को नियंत्रण करती है यानि जो भोजन हम खाते हैं यह उसे उर्जा में बदलने का काम करती है। इसके अलावा यह ह्रदय, मांसपेशियों, हड्डियों व कोलेस्ट्रोल को भी प्रभावित करती है। आमतौर पर शुरुआती दौर में थायराइड के किसी भी लक्षण का पता आसानी से नहीं चल पाता, क्योंकि गर्दन में छोटी सी गांठ सामान्य ही मान ली जाती है। और जब तक इसे गंभीरता से लिया जाता है, तब तक यह भयानक रूप ले लेता है। आखिर क्या कारण हो सकते है जिनसे थायराइड होता है?

1. थायरायडिस- यह सिर्फ एक बढ़ा हुआ थायराइड ग्रंथि (घेंघा) है, जिसमें थायराइड हार्मोन बनाने की क्षमता कम हो जाती है।

२. इसोफ्लावोन गहन सोया प्रोटीन, कैप्सूल, और पाउडर के रूप में सोया उत्पादों का जरूरत से ज्यादा प्रयोग भी थायराइड होने के कारण हो सकते है।

3. कई बार कुछ दवाओं के प्रतिकूल प्रभाव भी थायराइड की वजह होते हैं।

4. थायराइड की समस्या पिट्यूटरी ग्रंथि के कारण भी होती है क्यों कि यह थायरायड ग्रंथि हार्मोन को उत्पादन करने के संकेत नहीं दे पाती।

5. भोजन में आयोडीन की कमी या ज्यादा इस्तेमाल भी थायराइड की समस्या पैदा करता है।

6. सिर, गर्दन और चेस्ट की विकिरण थैरेपी के कारण या टॉसिल्स, लिम्फ नोड्स, थाइमस ग्रंथि की समस्या या मुंहासे के लिए विकिरण उपचार के कारण।

7. जब तनाव का स्तर बढ़ता है तो इसका सबसे ज्यादा असर हमारी थायरायड ग्रंथि पर पड़ता है। यह ग्रंथि हार्मोन के स्राव को बढ़ा देती है।

8. यदि आप के परिवार में किसी को थायराइड की समस्या है तो आपको थायराइड होने की संभावना ज्यादा रहती है। यह थायराइड का सबसे अहम कारण है।

9. ग्रेव्स रोग थायराइड का सबसे बड़ा कारण है। इसमें थायरायड ग्रंथि से थायरायड हार्मोन का स्राव बहुत अधिक बढ़ जाता है। ग्रेव्स रोग ज्यादातर २० और 40 की उम्र के बीच की महिलाओं को प्रभावित करता है, क्योंकि ग्रेव्स रोग आनुवंशिक कारकों से संबंधित वंशानुगत विकार है, इसलिए थाइराइड रोग एक ही परिवार में कई लोगों को प्रभावित कर सकता है।

10. थायराइड का अगला कारण है गर्भावस्था, जिसमें प्रसवोत्तर अवधि भी शामिल है। गर्भावस्था एक स्त्री के जीवन में ऐसा समय होता है जब उसके पूरे शरीर में बड़े पैमाने पर परिवर्तन होता है, और वह तनाव ग्रस्त रहती है।

11. रजोनिवृति भी थायराइड का कारण है क्योंकि रजोनिवृति के समय एक महिला में कई प्रकार के हार्मोनल परिवर्तन होते है। जो कई बार थायराइड की वजह बनती है।

थायराइड के लक्षण

1. कब्ज थाइराइड होने पर कब्ज की समस्या शुरू हो जाती है। खाना पचाने में दिक्कत होती है। साथ ही खाना आसानी से गले से नीचे नहीं उतरता। शरीर के वजन पर भी असर पड़ता है।

२. हाथ-पैर ठंडे रहना थाइराइड होने पर आदमी के हाथ पैर ह्मेशा ठंडे रहते है। मानव शरीर का तापमान सामान्य यानी 98.4 डिग्री फॉरनहाइट (37 डिग्री सेल्सियस) होता है, लेकिन फिर भी उसका शरीर और हाथ-पैर ठंडे रहते हैं।

३. प्रतिरोधक क्षमता कमजोर होना थाइराइड होने पर शरीर की रोग-प्रतिरोधक क्षमता कमज़ोर हो जाती है। इम्यून सिस्टम कमजोर होने के चलते उसे कई बीमारियां लगी रहती हैं।

4. थकान थाइराइड की समस्या से ग्रस्त आदमी को जल्द थकान होने लगती है। उसका शरीर सुस्त रहता है। वह आलसी हो जाता है और शरीर की ऊर्जा समाप्त होने लगती है।

5. त्वचा का सूखना या ड्राई होना थाइराइड से ग्रस्त व्यक्ति की त्वचा सूखने लगती है। त्वचा में रूखापन आ जाता है। त्वचा के ऊपरी हिस्से के सेल्स की क्षति होने लगती है जिसकी वजह से त्वचा रूखी-रूखी हो जाती है।

6. जुकाम होना थाइराइड होने पर आदमी को जुकाम होने लगता है। यह नार्मल जुकाम से अलग होता है और ठीक नहीं होता है।

7. डिप्रेशन थाइराइड की समस्या होने पर आदमी ह्मेशा डिप्रेशन में रहने लगता है। उसका किसी भी काम में मन नहीं लगता है, दिमाग की सोचने और समझने की शक्ति कमजोर हो जाती है। याद्दाश्त भी कमजोर हो जाती है।

8. बाल झड़ना थाइराइड होने पर आदमी के बाल झड़ने लगते है तथा गंजापन होने लगता है। साथ ही साथ उसके भौहों के बाल भी झड़ने लगते है।

9. मांसपेशियों और जोड़ों में दर्द मांसपेशियों और जोड़ों में दर्द और साथ ही साथ कमजोरी का होना भी थायराइड की समस्या के लक्षण हो सकते है। शारीरिक व मानसिक विकास

थाइराइड की समस्या होने पर शारीरिक व मानसिक विकास धीमा हो जाता है। अगर आपको ऐसे कोई भी लक्षण दिखाई दे तो अपने डाक्टर से संपर्क करें आपको थाइराइड समस्या हो सकती है।

अति असरकारक घरेलु उपाय। सुबह खाली पेट लौकी का जूस पिए, घर में ही गेंहू के जवारों का जूस निकाल कर पिए, इसके बाद एक गिलास पानी में हर रोज़ ३० मिली एलो वेरा जूस और २ बूँद तुलसी की डाल कर पिए, एलो वेरा जूस आपको किसी बढ़िया कंपनी का यूज़ करना होगा, जिसमे फाइबर ज़्यादा हो, सिर्फ कोरा पानी ना हो। बाजार से आज कल पांच तुलसी बहुत आ रही है, किसी बढ़िया कंपनी की आर्गेनिक पांच तुलसी ले। ये सब करने के आधे घंटे तक कुछ भी न खाए पिए, इस समय में आप प्राणायाम करे।

अखरोट और बादाम है फायदेमंद अखरोट और बादाम में सेलेनियम नामक तत्व पाया जाता है जो थॉयराइड की समस्या के उपचार में फायदेमंद है। 1 आंउस अखरोट में ५ माइक्रोग्राम सेलेनियम होता है। अखरोट और बादाम के सेवन से थॉयराइड के कारण गले में होने वाली सूजन को भी काफी हद तक कम किया जा सकता है। अखरोट और बादाम सबसे अधिक फायदा हाइपोथॉयरायडिज्म (थॉयराइड ग्रंथि का कम एक्टिव होना) में करता है। इसके साथ में रात को सोते समय गाय के गर्म दूध के साथ 1 चम्मच अश्वगंधा चूर्ण का सेवन करे। इसके साथ प्राणायाम करना है, जिसे उज्जायी प्राणायाम बोलते हैं। इस प्राणायाम में गले को संकुचित करते हुए पुरे ज़ोर से ऊपर से श्वांस खींचनी है।

सफ़ेद नमक है बहुत हानिकारक आजकल जो बाज़ार में सफ़ेद नमक हमको आयोडीन के नाम से खिलाया जा रहा है, चाहे वो कितनी भी बड़ी कंपनी हो, सिर्फ आम जन को मुर्ख बनाने के लिए है. नमक सिर्फ सेंधा या काला ही इस्तेमाल करें.

काली मिर्च थाइरोइड के लिए काली मिर्च का उपयोग बहुत ही फायदेमंद साबित होता है. काली मिर्च का यथा संभव नियमित उपयोग चाहे वो किसी भी प्रकार से हो, थाइरोइड के लिए बहुत ही उपयोगी है.

अलसी है फायदेमंद एक चम्मच अलसी को थोड़ा दरदरा कूट कर दही में डालकर, इनके साथ ५ पत्ते तुलसी के डाल कर सेवन करें।

सभी सुखी और निरोगी रहे।

"देश के आर्थिक, धार्मिक और सांस्कृतिक पुनरुत्थान में अहम भूमिका निभाएगा महाकुम्भ 2025" : राजेश खुराना

आगरा, संजय साग़र सिंह । तीर्थराज प्रयागराज में हो रहा महाकुम्भ 2025 न सिर्फ सांस्कृतिक और सामाजिक बल्कि आर्थिक पुनरोत्थान की दिशा में भी अहम होने जा रहा है। मुख्यमंत्री योगी ने भी हाल ही में इसकी ओर संकेत किया था, जब उन्होंने कहा था कि महाकुम्भ से दो लाख करोड़ का व्यापार होगा। देश के मशहूर सीए, अर्थशास्त्री और अर्थ जानकारों की मानें तो 45 दिन तक चलने वाले महाकुम्भ से यूपी की जीडीपी में एक प्रतिशत या उससे भी ज्यादा वृद्धि हो सकती है, जिससे राजस्व और जीएसटी कलेक्शन में भारी उछाल देखने को मिलेगा। इस अहम आयोजन पर हमारे संवाददाता संजय साग़र सिंह ने सीए, अर्थशास्त्री और अर्थ जानकारों की राय जानी जो इस प्रकार हैं -

अर्थ के जानकार, राजेश खुराना ने महाकुंभ 2025 के आर्थिक प्रभाव पर अपनी राय व्यक्त करते हुए कहा कि इस आयोजन से 4 लाख करोड़ रुपये से ज्यादा का कारोबार होने का अनुमान है। जो भारतीय अर्थव्यवस्था के लिए महत्वपूर्ण साबित होगा। उनका कहना है कि इस आयोजन के कारण नॉमिनल और रियल दोनों जीडीपी में एक प्रतिशत तक की वृद्धि हो सकती है। उन्होंने बताया कि यदि महाकुंभ में आने वाले करीब 45 करोड़ श्रद्धालुओं का औसत खर्च 10,000 रुपये प्रति व्यक्ति माना जाए, तो इसका कुल कारोबार लगभग साढ़े चार लाख करोड़ रुपये तक हो सकता है। इस राशि में कुछ रिस्क के चलते इसे चार लाख करोड़ रुपये मानते हुए भी यह आंकड़ा अर्थव्यवस्था के लिए बेहद महत्वपूर्ण साबित होगा। इस महाकुंभ से न केवल उत्तर प्रदेश की बल्कि देश की जीडीपी में भी एक प्रतिशत तक की वृद्धि हो सकती है। श्री खुराना ने आगे कहा कि इस आयोजन से न केवल तिमाही आर्थिक आंकड़े मजबूत होंगे, बल्कि राष्ट्रीय वार्षिक जीडीपी में भी योगदान मिलेगा, जिससे समग्र अर्थव्यवस्था को मजबूती मिलेगी। महाकुंभ के माध्यम से राज्य और देश की अर्थव्यवस्था को नया उत्साह मिलेगा और यह आयोजन देश के आर्थिक पुनरुत्थान में अहम भूमिका निभाएगा।

आर्थिक पुनरुत्थान का प्रतीक बनकर राज्य और देश की आर्थिक स्थिति को मजबूत करेगा महाकुंभ 2025 : वरिष्ठ समाजसेवी मुशरफ खान

वरिष्ठ समाजसेवी मुशरफ खान ने महाकुंभ 2025 के आर्थिक पहलू पर अपनी बात रखते हुए कहा कि महाकुंभ 2025 का आयोजन न केवल धार्मिक और सांस्कृतिक दृष्टि से महत्वपूर्ण होगा, बल्कि यह आर्थिक दृष्टि से भी एक मील का पत्थर साबित होने वाला है। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ जी ने भी हाल ही में इसकी ओर संकेत किया था की महाकुंभ से अनुमानित दो लाख करोड़ रुपये का व्यापार होगा, जो राज्य और राष्ट्रीय अर्थव्यवस्था में महत्वपूर्ण योगदान देगा। इसके चलते निवेश में वृद्धि, बेहतर इंफ्रास्ट्रक्चर, और रोजगार के अवसर उत्पन्न होंगे। महाकुंभ के आयोजन से भारतीय जीडीपी में एक प्रतिशत से अधिक की वृद्धि की संभावना है। इसके अतिरिक्त, विभिन्न क्षेत्रों में विकास और व्यापार के नए अवसर उत्पन्न होंगे, जिससे राजस्व और जीएसटी कलेक्शन में अभूतपूर्व उछाल आ सकता है। श्री खान ने आगे कहा, यह आयोजन आर्थिक पुनरुत्थान का प्रतीक बनकर राज्य और देश की आर्थिक स्थिति को मजबूत करेगा। इस प्रकार, महाकुंभ 2025 न केवल धार्मिक आयोजन के रूप में बल्कि एक बड़े आर्थिक इंजन के रूप में भी उभरने जा रहा है। कुल मिलाकर, महाकुंभ 2025 आर्थिक पुनरुत्थान का प्रतीक बनकर राज्य और देश की आर्थिक स्थिति को मजबूत करेगा और वन ट्रिलियन डॉलर की इकोनॉमी के संकल्प को साकार करने की दिशा में सकारात्मक पहल साबित होगा।"

महाकुंभ 2025 भारतीय अर्थव्यवस्था के लिए एक महत्वपूर्ण सकारात्मक कदम साबित होगा : संजीव कुमार सिंह

संजीव कुमार सिंह एडवोकेट ऑफ़ सुप्रीम कोर्ट ने महाकुंभ 2025 के आयोजन को न केवल सांस्कृतिक और सामाजिक दृष्टि से, बल्कि आर्थिक पुनरोत्थान की दिशा में भी महत्वपूर्ण बताया है। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ जी ने भी हाल ही में कहा था कि महाकुंभ से दो लाख करोड़ रुपये का व्यापार होने का अनुमान है। देश के प्रमुख सीए और अर्थशास्त्रियों के अनुसार, महाकुंभ के 45 दिनों के आयोजन से उत्तर प्रदेश की जीडीपी में एक प्रतिशत या उससे भी ज्यादा की वृद्धि हो सकती है। श्री सिंह ने आगे कहा, ₹इस भव्य आयोजन से जीएसटी कलेक्शन में भारी उछाल देखने को मिलेगा, क्योंकि दुनियाभर से आने वाले श्रद्धालुओं द्वारा खर्च की जाने वाली राशि से मांग में वृद्धि होगी, जो उत्पादन और रोजगार के अवसरों को बढ़ाएगी। छोटे से लेकर बड़े व्यापारियों की आमदनी में इजाफा होगा, जिससे समग्र अर्थव्यवस्था को बल मिलेगा। उन्होंने अंत में कहा,₹इसके अलावा, सरकार को इस आयोजन से बड़ी आय प्राप्त होगी, जिसका उपयोग प्रदेश के इंफ्रास्ट्रक्चर के विकास में किया जाएगा। इस प्रकार, महाकुंभ 2025 भारतीय अर्थव्यवस्था के लिए एक महत्वपूर्ण सकारात्मक कदम साबित होगा, जो वन ट्रिलियन डॉलर की इकोनॉमी के लक्ष्य को साकार करने की दिशा में अहम पहल होगी।

4 लाख करोड़ से ज्यादा का हो सकता है कारोबार, अर्थव्यवस्था में जान डाल देगा महाकुंभ 2025 : विजय पाल नरवार

विजय पाल नरवार के अनुसार, महाकुंभ 2025 का आयोजन न केवल धार्मिक दृष्टिकोण से महत्वपूर्ण होगा, बल्कि यह आर्थिक दृष्टिकोण से भी एक बड़ी सौगात साबित होगा। योगी सरकार ने महाकुम्भ को भव्य बनाने में कोई कमी नहीं रखी है। यह महाकुंभ विश्व को इतने बड़े सफल कार्यक्रम के आयोजन का मंत्र भी सीखने का भी मौका देता है। प्रबंधन के विश्वस्तरीय संस्थानों को कुंभ से 40 करोड़ श्रद्धालुओं के लिए बनाई गई सनातन रणनीति को सीखने का मौका देता है। इसका प्रयागराज समेत पूरे प्रदेश की इकॉनमी पर जबरदस्त असर देखने को मिलेगा। इस भव्य आयोजन से प्रयागराज समेत पूरे उत्तर प्रदेश की इकॉनमी पर जबरदस्त प्रभाव पड़ेगा। देश-विदेश से आने वाले करोड़ों श्रद्धालु यहां पैसा खर्च करेंगे, जिससे ट्रांसपोर्ट, लोकल वेंडर्स, दुकानदार, रिक्शा, टैक्सी और नाव सेवा प्रदाताओं की आमदनी में भारी वृद्धि होगी। श्री नरवार का अनुमान है कि महाकुंभ से लगभग 40 से 50 हजार करोड़ रुपये की आमदनी हो सकती है, और जो निवेश सरकार ने किया है, उसका दस गुना लाभ मिल सकता है। इससे सरकार को होने वाली आय का उपयोग विकास कार्यों में होगा, जिससे उत्तर प्रदेश और देश की अर्थव्यवस्था को बड़ा लाभ मिलेगा। श्री नरवार ने यह भी कहा, ₹महाकुंभ का असर सिर्फ प्रयागराज तक सीमित नहीं रहेगा; अयोध्या, चित्रकूट, वाराणसी, और विंध्याचल जैसे अन्य धार्मिक स्थलों पर भी यात्रियों का आना-जाना बढ़ेगा, जो प्रदेश की आर्थिक स्थिति को और मजबूत करेगा। इसके परिणामस्वरूप, उत्तर प्रदेश को जीएसटी कलेक्शन में भी बड़ा उछाल देखने को मिलेगा, और प्रदेश की जीडीपी में एक प्रतिशत या उससे अधिक वृद्धि की संभावना है। यह आयोजन न केवल लोगों की क्रय शक्ति बढ़ाएगा, बल्कि मांग और उत्पादन में वृद्धि के कारण एक मजबूत आर्थिक चक्र का निर्माण करेगा, जिससे राज्य की समग्र विकास प्रक्रिया को बल मिलेगा।

महाकुम्भ-2025 से बड़े पैमाने पर रेवेन्यू भी जनरेट होगा : राजू शर्मा

राजू शर्मा ने कहा, ₹महाकुम्भ - 2025 के भावनात्मक पहलू के साथ ही आर्थिक पहलू भी बहुत महत्वपूर्ण है। महाकुम्भ - 2025 वर्ल्ड रिकॉर्ड भी बनाएगा, इस आयोजन की भव्य व्यवस्था देश कर पूरी दुनियां दंग हैं, यहां देश विदेश से पंहुचा करोड़ों लोगों का जन सैलाब हर दिन एक नया रिकॉर्ड बना रहा हैं। योगी महाराजजी की सरकार ने इस बार महाकुम्भ को लेकर जो निवेश किया है, उससे बड़े पैमाने पर रेवेन्यू भी जनरेट होगा। इस भव्य आयोजन से न केवल भावनात्मक, बल्कि आर्थिक दृष्टिकोण से भी महत्वपूर्ण लाभ होगा। सरकार ने इस बार महाकुंभ के आयोजन पर जो निवेश किया है, उससे रेलवे, ट्रांसपोर्ट, इलेक्ट्रिसिटी और भूमि आवंटन जैसे क्षेत्रों से व्यापक रेवेन्यू उत्पन्न होगा। इन सबको मिलाकर देखा जाए तो जीएसटी और इंफ्रास्ट्रक्चर से सरकार को करीब एक लाख करोड़ रुपये की आय होने की संभावना है। श्री पुष्कर ने आगे कहा, ₹इस आय का इस्तेमाल जब सरकार इंफ्रास्ट्रक्चर के विकास में करेगी, तो इसका सकारात्मक असर समग्र अर्थव्यवस्था पर होगा। महाकुंभ से टूरिज्म को भी विशेष बल मिलेगा, क्योंकि पूरी दुनिया से लोग प्रयागराज आ रहे हैं। इस दौरान, प्रयागराज में 5 स्टार और 7 स्टार होटलों की संख्या में भी वृद्धि हुई है, जो स्थानीय अर्थव्यवस्था को मजबूती देंगे। इन सभी कारकों के परिणामस्वरूप, प्रदेश की जीडीपी में एक प्रतिशत तक वृद्धि होने की संभावना है। साथ ही, जीएसटी कलेक्शन में दिसंबर, जनवरी और फरवरी के दौरान तीन गुना तक वृद्धि हो सकती है, जिससे आर्थिक स्थिति और बेहतर होगी। यह भव्य आयोजन आर्थिक पुनरुत्थान का प्रतीक बनकर राज्य और देश की आर्थिक स्थिति को मजबूत करेगा। इससे देश की अर्थव्यवस्था को नया उत्साह मिलेगा और यह आयोजन देश के आर्थिक पुनरुत्थान में अहम भूमिका निभाएगा।"

बसपा प्रत्याशी वकार चौधरी को अंसार नगर झुग्गी बस्ती, रमेश पार्क में मिला भारी समर्थन

सुषमा रानी

नई दिल्ली। बहुजन समाज पार्टी के प्रत्याशी वकार चौधरी को लक्ष्मी नगर विधानसभा क्षेत्र के अंसार नगर झुग्गी बस्ती, रमेश पार्क इलाके में अपने चुनावी दौरे के दौरान जबरदस्त समर्थन मिला। इस दौरान महिलाओं ने भी आगे बढ़कर उन्हें आशीर्वाद दिया और स्थानीय निवासियों ने अपनी समस्याओं से वकार चौधरी को अवगत कराया।

वकार चौधरी ने निवासियों से बातचीत करते हुए उन्हें आश्वासन दिया कि अगर वह चुनाव जीतते हैं, तो उनका सबसे पहला कदम क्षेत्र के सभी वर्गों की समस्याओं का समाधान करना और क्षेत्र का चहुमुखी विकास करना होगा। उन्होंने कहा हमारी प्राथमिकता समाज के हर वर्ग को समान अवसर प्रदान करना और क्षेत्र के विकास को प्राथमिकता देना है।

जनसमर्थन से उत्साहित वकार चौधरी ने कहा कि बहुजन समाज पार्टी ही एकमात्र पार्टी है जो समाज के हर वर्ग के उत्थान के लिए काम करती है। उन्होंने क्षेत्रवासियों से अपनी पार्टी को वोट देने की अपील की और विश्वास दिलाया कि जीत के बाद लक्ष्मी नगर विधानसभा क्षेत्र एक आदर्श क्षेत्र बनेगा।

प्रवेश वर्मा ने पंजाबियों को गणतंत्र दिवस पर देश की सुरक्षा के लिए खतरा कहा, क्या पंजाबी आतंकवादी और देशद्रोही हैं? : केजरीवाल

मुख्य संवाददाता सुषमा रानी

नई दिल्ली। आम आदमी पार्टी ने भाजपा द्वारा दिल्ली के अंदर पंजाब की गाड़ियों में घूम रहे लोगों को गणतंत्र दिवस पर खतरा बताए जाने पर तीखा पलटवार किया है। ''आप'' के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने कहा कि भाजपा ने सभी पंजाबियों का अपमान किया है। भाजपा नेता प्रवेश वर्मा ने कहा है कि पंजाबी गणतंत्र दिवस पर देश की सुरक्षा के लिए ख़तरा हैं। क्या सारे पंजाबी आतंकवादी और देशद्रोही हैं? दिल्ली में रह रहे लाखों पंजाबियों के परिवारों और उनके पूर्वजों ने देश के लिए न जाने कितनी क़ुर्बानियां दीं और यातनाएं सही हैं। भाजपा के नेता आज जो कह रहे हैं, इससे वो पंजाबियों की शहादत और क़ुर्बानी का अपमान कर रहे हैं। अमित शाह और भाजपा को इसके लिए सभी पंजाबियों से माफ़ी मांगनी चाहिए।

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि मुझे दिल्ली का एक नागरिक व पूर्व सीएम होने के नाते मुझे बहुत दुख हुआ कि प्रवेश वर्मा ने पंजाबियों के योगदान पर प्रश्नचिन्ह लगाया। प्रवेश वर्मा ने कहा है कि पंजाब की गाड़ियां घूम रही हैं, पता नहीं उनमें कौन लोग हैं। 26 जनवरी को गणतंत्र दिवस की सुरक्षा के लिए खतरा है। अरविंद केजरीवाल ने सवाल किया कि क्या सारे पंजाबी आतंकवादी हैं? क्या सारे पंजाबी देशद्रोही हैं? क्या सारे पंजाबी देश के लिए खतरा हैं? पंजाबियों ने दिल्ली को संवारा है। आज जिस स्तर पर दिल्ली है, उसमें पंजाबियों का बहुत बड़ा योगदान है।

पंजाबियों के पूर्वजों ने देश के लिए कुर्बानियां दी थीं। 1947 में जब बंटवारा हुआ था, पाकिस्तान से लाखों रिफ्यूजी दिल्ली आए थे, उन्होंने ना जाने कितनी यातनाएं और दुर्दशा झेलीं। आज यह छोटा सा लड़का दिल्ली और पंजाब के पंजाबियों को चुनौती देने चला है। हम इसका सख्त विरोध करते हैं। हम मांग करते हैं कि इसके लिए केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह को पूरे देश से माफी मांगनी चाहिए। अमित शाह को पंजाबियों से माफी मांगनी चाहिए।

अरविंद केजरीवाल ने एक्स पर कहा कि दिल्ली में लाखों पंजाबी रहते हैं, जिनके परिवारों और उनके पूर्वजों ने देश के लिए न जाने कितनी क़ुर्बानियां दी हैं। दिल्ली में लाखों पंजाबी रिफ़्यूजी भी रहते हैं जो बंटवारे के मुश्किल दौर में सब कुछ छोड़कर दिल्ली आ कर बसे थे। इनके परिवार ने भी अनगिनत यातनाएं सही हैं। भाजपा के नेता आज जो कह रहे हैं, इससे वो उनकी शहादत और क़ुर्बानी का अपमान कर रहे हैं। यह बयान सुनकर मुझे बहुत पीड़ा हुई। दिल्ली को पंजाबियों ने सवारा है। पंजाबियों को देश के लिए ख़तरा बोलकर भाजपा ने दिल्ली में रहने वाले लाखों पंजाबियों को अपमानित किया है। भाजपा को पंजाबियों से माफ़ी मांगनी चाहिए।

उधर, आम आदमी पार्टी के वरिष्ठ नेता एवं राज्यसभा सदस्य संजय सिंह ने पार्टी मुख्यालय में प्रेस वार्ता कर कहा कि मंगलवार को भाजपा नेता प्रवेश वर्मा ने कहा कि दिल्ली के अंदर पंजाब के नंबर प्लेट की गाड़ियां घूम रही हैं, जो 26 जनवरी के गणतंत्र दिवस समारोह के लिए खतरा हैं। यह अपने आप में बहुत गंभीर बात है। भाजपा के नेता सिख समाज के लोगों को आतंकवादी कह रहे हैं। ये लोग शहीद-ए-आजम भगत सिंह के वंशजों को आतंकवादी कह रहे हैं, जिन्होंने अपने प्राणों की आहुति देकर इस देश को आज़ाद करवाया। जिस समाज ने पाकिस्तान के साथ युद्ध में अपनी कुर्बानियां दीं, ये लोग उसी

सिख समाज को गालियां दे रहे हैं और उन्हें गणतंत्र दिवस के लिए खतरा बता रहे हैं।

संजय सिंह ने कहा कि पूरे देश में भाजपाइयों ने बांग्लादेशी घुसपैठियों को बसा रखा है, इन्हें उससे खतरा नहीं है। लेकिन अपने देश के ही एक हिस्से पंजाब की गाड़ियां अगर दिल्ली आ रही हैं, तो वह देश के लिए खतरा है। यह बहुत शर्मनाक बयान है। यह पंजाबियों और सिखों की शहादत और देशभक्ति का अपमान है। बंटवारे के समय लाखों की संख्या में सिख और पंजाबी भाई दिल्ली आए। आज वो दिल्ली में रहते हैं और उनके लाखों रिश्तेदार पंजाब में रहते हैं। भाजपा को आज ये लोग खतरा नजर आ रहे हैं, जबकि इन्हें वो बांग्लादेशी घुसपैठियों खतरा नजर नहीं आते क्योंकि इनके दोस्त अडाणी का व्यापार उससे चल रहा है। और वो बांग्लादेश को हजारों करोड़ों रुपए की बिजली सप्लाई कर रहा है। इसलिए भाजपा नेता प्रवेश वर्मा द्वारा सिख और पंजाबी समाज को दी गई गाली का बदला दिल्ली के लाखों सिख और पंजाबी लोग 5 फरवरी को अपने वोट की ताकत से लेंगे

उन्होंने कहा कि दिल्ली में जिस तरह से चुनाव हो रहे हैं, मंगलवार को नई दिल्ली विधानसभा में हमारे कार्यकर्ताओं को मारा गया और थाने में बंद कर दिया गया। यह हर जगह हो रहा है। दिल्ली देश की राजधानी है, इसलिए यहां हर राज्य के नंबर प्लेट की गाड़ियां होती हैं। दिल्ली के लोगों से मैं यही कहना चाहता हूं कि वो प्रवेश वर्मा के इस बयान को न भूलें और इसे अपने दिलो-दिमाग में याद रखें। और 5 फरवरी को इस अपमान का बदला लें। यह भाजपा में ऊपर से लेकर नीचे तक सबका बयान है। इसके लिए गृह मंत्री अमित शाह को माफी मांगनी चाहिए। अमित शाह को ज़रा भी शर्म है, तो वह प्रवेश वर्मा के बयान पर माफी मांगें।

संजय सिंह ने कहा कि दिल्ली में चुनाव प्रचार करने के लिए हमारे कार्यकर्ता आएंगे। क्या भाजपा ने दिल्ली को गुलाम बना लिया है? यहां हमारे कार्यकर्ता प्रचार के लिए नहीं आएंगे? क्या इसके लिए वो पहले प्रवेश वर्मा से इजाजत लेंगे? चुनाव आयोग को इसमें हस्तक्षेप करना चाहिए। हमारे कार्यकर्ताओं के साथ मारपीट हो रही है और उन्हें थाने में भी बंद किया जा रहा है। खुलेआम गुंडागर्दी चल रही है। प्रवेश वर्मा किस नियम के तहत हमारे कार्यकर्ताओं को रोक लेंगे? क्या प्रवेश वर्मा चुनाव आयोग हैं? हमारे कार्यकर्ता प्रचार के लिए आएंगे और कोई गुंडागर्दी करेगा तो हम कानूनी रूप से भी उसका जवाब देंगे।

अस्थमा / दमा

अस्थमा (दमा) फेफड़ों की एक बीमारी है जिसके कारण सांस लेने में कठिनाई होती है। अस्थमा होने पर श्वास नलियों में सूजन आ जाती है जिस कारण श्वसन मार्ग सिकुड़ जाता है। श्वसन नली में सिकुड़न के चलते रोगी को सांस लेने में परेशानी, सांस लेते समय आवाज आना, सीने में जकड़न, खांसी आदि समस्याएं होने लगती हैं। लक्षणों के आधार अस्थमा के दो प्रकार होते हैं- बाहरी और आंतरिक अस्थमा।

बाहरी अस्थमा बाहरी एलर्जन के प्रति एक प्रतिरक्षा प्रतिक्रिया है, जो कि पराग, जानवरों, धूल जैसे बाहरी एलर्जिक चीजों के कारण होता है।

आंतरिक अस्थमा कुछ रासायनिक तत्वों को श्वसन द्वारा शरीर में प्रवेश होने से होता है जैसे कि सिगरेट का धुआं, पेंट वेपर्स आदि।

अस्थमा के लक्षण

1. बलगम वाली खांसी या सूखी खांसी।
2. सीने में जकड़न जैसा महसूस होना।
3. सांस लेने में कठिनाई।
4. सांस लेते समय घरघराहट की आवाज आना।
5. रात में या सुबह के समय स्थिति और गंभीर हो जाना।
6. ठंडी हवा में सांस लेने से हालत गंभीर होना।
7. व्यायाम के दौरान स्वास्थ्य और ज्यादा खराब होना।
8. जोर-जोर से सांस लेना, जिस कारण से थकान महसूस होना।
9. गंभीर स्थिति में कई बार उल्टी लगने की भी संभावना बढ़ जाती है।

अस्थमा के प्रमुख कारण

1. आज के समय में अस्थमा का सबसे बड़ा कारण है प्रदूषण कल-कारखानों, वाहनों से निकलने वाले धूएं अस्थमा का कारण बन रहे हैं।
2. सर्दी, फ्लू, धूम्रपान, मौसम में बदलाव के कारण भी लोग अस्थमा से ग्रसित हो रहे हैं।
3. कुछ ऐसे एलर्जी वाले फूड्स हैं जिनकी वजह से सांस संबंधी बीमारियां होती हैं।
4. पेट में अम्ल की मात्रा अधिक होने से भी अस्थमा हो सकता है।

अस्थमा का उपचार जबकि दमा का कोई इलाज मौजूद नहीं है, पर हमारे आयुर्वेदिक चिकित्सा में इलाज उपलब्ध हैं जिससे इस रोग को पूरी तरह से ठीक किया जा सकता है। दमा के ज़्यादातर इलाज इनहेलर के उपयोग पर आधारित है। इनहेलर एक छोटा-सा यंत्र होता है, जो साँस लेते हुए आपकी साँस की नली में स्प्रे या पाउडर जैसी एक दवाई को पहुँचाता है।

आज हम आपको पुरानी खांसी सांस फूलना दमा जिसका खांसते खांसते पेशाब निकल जाता हो और मरीज की हालत बहुत बुरी तरह बिगड़ जाती है डॉक्टर लोग उसको पंप देने की सलाह देते हैं पर यहां हम आपको उसके लिए एक बहुत बढ़िया योग दे रहे हैं,

इसको घर पर बनाकर रखें यह बड़ों से लेकर बच्चों तक बहुत ही कारगर दवा है आसानी से मिलने वाली दवाएं हैं जो बाजार से किसी भी पंसारी की दुकान से मिल जाती।

1. काली मिर्च 50 ग्राम
2. सौंठ 50 ग्राम
3. काकड़ सिंगी 50 ग्राम
4. पोकर मूल 50 ग्राम
5. कलौंजी 50 ग्राम

सब को अलग अलग कूट कर बाद में वजन करना है और अच्छी तरह से खरल करें और जंगली बेर के बराबर गोली बना ले और एक गोली सुबह एक गोली शाम अदरक के रस में थोड़ा शहद मिलाकर उसके साथ दें 1 महीने में पूरी तरह आराम होगा और बाद में कभी भी दवाई लेने की जरूरत भी नहीं पड़ेगी।

सभी सुखी और निरोगी रहे

अब लगातार करेंगे, 'आप' के पाप का पर्दाफाश : अजय माकन

सुषमा रानी

नई दिल्ली। दिल्ली प्रदेश कांग्रेस कमेटी कार्यालय राजीव भवन में आयोजित संवाददाता सम्मेलन में कांग्रेस कोषाध्यक्ष अजय माकन, सांसद ने आप के पाप की सीरीज की शुरुआत करते हुए स्वास्थ्य के क्षेत्र में हुए अरविन्द केजरीवाल की फर्जीवाल सरकार के भ्रष्टाचार का खुलासा किया। संवाददाता सम्मेलन को दिल्ली प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष देवेन्द्र यादव ने भी संबोधित किया। केग रिपोर्ट से संबधित जानकारी संलग्न है।

प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष देवेन्द्र यादव ने केजरीवाल सरकार के स्वास्थ्य क्षेत्र की केग रिपोर्ट के उजागर होने पर इसकी जांच एजेंसियों से जांच कराने की मांग की। उपराज्यपाल हस्तक्षेप करके इसकी जांच के आदेश दें।

संवाददाता सम्मेलन में अ0भा0क0कमेटी के सचिव प्रभारी सुखविंदर सिंह डैनी और दानिश अबरार, दिल्ली सरकार के पूर्व मंत्री डा0 नरेन्द्र नाथ, कांग्रेस प्रवक्ता अभय दूबे, कम्युनिकेशन विभाग के डा0 अरुण अग्रवाल, ज्योति सिंह, रश्मि सिंह मिगलानी, आस्मा तस्लीम मौजूद थी।

अजय माकन ने कहा कि अरविन्द केजरीवाल दिल्ली के ऐसे मुख्यमंत्री थे जो भ्रष्टाचार के खिलाफ, भ्रष्टाचार मिटाने के नाम पर सरकार में आए परंतु अपने और अपनी सरकार के भ्रष्टाचार की 14 केग रिपोर्ट कभी विधानसभा पटल पर सार्वजनिक नही होने दी। आज हम 14 रिपोर्ट में से एक स्वास्थ्य के क्षेत्र में इनके भ्रष्टाचार का खुलासा दिल्ली की जनता के सामने कर रहे है। केग रिपोर्ट के अनुसार स्वास्थ्य के क्षेत्र में 382.52 करोड़ का घोटाला हुआ है, जबकि अरविन्द केजरीवाल यह बयान देते है कि हम समय से पहले और पैसे बचाकर काम पूरा करते है।

केजरीवाल ने 10 वर्षों में सिर्फ 3 अस्पताल बनाएं, जिनका काम की शुरुआत कांग्रेस शासन में हुई थी, कुल लागत में से 382.52 करोड़ रुपये की लाग बढ़ गई।

इंदिरा गांधी अस्पताल - पूरा होने में 5 साल की देरी हुई और 314.9 करोड़ अतिरिक्त खर्च

बुराड़ी अस्पताल पूरा होने में 6 साल की देरी हुई व 41.26 करोड़ अतिरिक्त रुपये खर्च

मौलाना आजाद डेंटल अस्पताल फेस-2 में 3 साल की देरी हुई और 26.36 करोड़ रुपये अतिरिक्त खर्च हुए।

केजरीवाल सरकार ने 15 प्लाट अधिग्रहित किए जिन पर अस्पताल और डिस्पेंसरियां बननी थी, मगर एक भी काम शुरु नही किया गया।

2016-2022 के बजट में इन्फ्रास्ट्रक्चर

प्रोजेक्ट का 2623.35 करोड़ लेप्स हो गया।

कोविड महामारी में केन्द्र सरकार से मिले बजट का इस्तेमाल नही कर पाए। केन्द्र सरकार से 635.62 करोड़ बजट मिला, जिसका 56.74 प्रतिशत 360.64 करोड़ खर्च ही नही किया। जबकि कोविड महामारी में लोग दवाई, आक्सीजन, बेड की कमी से दम तोड़ रहे थे।

2016-17 से 2020-21 चार वर्षों के बजट में 32000 बेड बढ़ाने का लक्ष्य रखा लेकिन सिर्फ 3.86 प्रतिशत 1,235 बेड ही बढ़ा पाए।

दिल्ली के 9 सरकारी अस्पतालों में बेड ओक्यूपेंसी का औसत 101-189 प्रतिशत का है, मतलब एक बेड पर दो मरीज। 7 अस्पतालां में 109-160 प्रतिशत है।

चार अस्पताल- एलएनजेपी, चाचा नेहरु बाल चिकित्सालय, राजीव गांधी सुपर स्पेशिलिटी और जनकपुरी स्पेशिलिटी मुख्यत अस्ताल है, जिनमें केग टीम गई और जांच की।

एलएनजेपी में मेजर बर्न सर्जरी का एक ऑपरेशन थिएटर है जो काम नही कर रहा। यहां ऑपरेशन के लिए 12 महीने का वेटिंग है। 12 ईसीजी मशीनों में से 5 काम ही नही कर रही है। चाचा नेहरु बच्चों का अस्पताल है यहां भी बच्चों की सर्जरी के लिए 12 महीनों का वेटिंग है।

इन अस्पतालों में राजीव गांधी अस्पताल और जनकपुरी अस्पताल में 50-74 प्रतिशत डॉक्टरों की की कमी है, 73-96 प्रतिशत नर्सों की कमी, 17-62 प्रतिशत पैरामेडिकल स्टाफ की कमी है।

चाचा नेहरू अस्पताल में एक्सरे की प्रतिदिन क्षमता 330 है जिसमें 109 हो रहे है, अल्ट्रासाउंड 35 है 9 हो रहे है, सीटी स्केन 12 - 3 हो रहे।

राजीव गांधी अस्पताल में एक्सरे की प्रतिदिन क्षमता 70 जिसमें 35 हो रहे है, अल्ट्रासाउंड 50 है 23 हो रहे है, सीटी स्कैन 26 - 14 हो रहे।

जनकपुरी अस्पताल में एक्सरे की प्रतिदिन क्षमता 57 जिसमें 27 हो रहे है, अल्ट्रासाउंड 30 है 1 हो रहा है।

27 अस्पतालों में से आईसीयू 14 में नही है, ब्लड बैंक 16 में नही है, आक्सीजन सुविधा 8 में नही, मोर्चुरी 15 में नही है और एम्बुलेंस सर्विस 12 अस्पतालों में नही है।

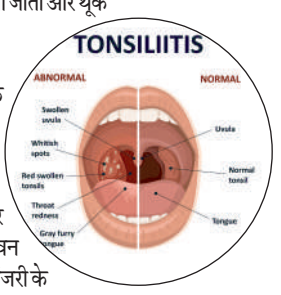
केट एम्बूलेंस में सुविधाओं का अभाव है - सिर्फ शव वाहन बन कर रहे गई है। केग द्वारा 4 अस्पतालों में जांच के बाद पता चला कि सिर्फ एलएनजेपी के पास 2 एम्बुलेंस है।

दिल्ली के अस्पतालों में 21 प्रतिशत नर्सों की कमी है, कुछ अस्पतालों में कमी 34 प्रतिशत है।

30 प्रतिशत कमी पॅरामेडिकल स्टॉफ की है। स्पेशलिस्ट डॉक्टरों की 30 प्रतिशत कमी है, और नॉन स्पेशलिस्ट डाक्टरों की 28 प्रतिशत की कमी है और मेडिकल अधिकारियों की 9 प्रतिशत की कमी है।

टॉन्सिल [Tonsils]

गले के प्रवेश द्वार के दोनों तरफ मांस की गांठ सी होती है जिसे हम टॉन्सिल कहते हैं। इनमें पैदा होने वाली सूजन को टॉन्सिलाइटिस कहा है। इसमें गले में बहुत दर्द होता है तथा खाने का स्वाद भी पता नहीं चलता है। चावल, ज्यादा ठन्डे पेय पदार्थों का सेवन, मैदा तथा ज्यादा खट्टी वस्तुओं का अधिक प्रयोग करना टॉन्सिल बढ़ने का मुख्य कारण है। इन सबसे अम्ल (गैस) बढ़ जाती है जिससे कब्ज़ हो जाती है। सर्दी लगने से, मौसम के अचानक बदल जाने से, जैसे गर्म से अचानक ठंडा हो जाना तथा दूषित वातावरण में रहने से भी कई बार टॉन्सिल बढ़ जाते हैं। इस रोग के होते ही ठण्ड लगने के साथ बुखार भी आ जाता है, गले पर दर्द के मरे हाथ नहीं रखा जाता और थूक निगलने में भी परेशानी होती है।



टॉन्सिलाइटिस के कुछ उपचार ---

1. गर्म (गुनगुने) पानी में एक चम्मच नमक डालकर गरारे करने से गले की सूजन में काफी लाभ होता है।
2. दालचीनी को पीस कर चूर्ण बना लें। इसमें से चुटकी भर चूर्ण लेकर शहद में मिलाकर प्रितिदिन 3 बार चाटने से टॉन्सिल के रोग में सेवन करने से लाभ होता है। इसी प्रकार तुलसी की मंजरी के चूर्ण का उपयोग भी किया जा सकता है।
3. एक गिलास पानी में एक चम्मच अजवायन डालकर उबाल लें। इस पानी को ठंडा करके उससे गरारे और कुल्ला करने से टॉन्सिल में आराम मिलता है।
4. दो चुटकी पिसी हुई हल्दी, आधी चुटकी पिसी हुई कालीमिर्च और एक चम्च अदरक के रस को मिलाकर आग पर गर्म कर लें और फिर शहद में मिलाकर रात को सोते समय लेने से दो दिन में ही टॉन्सिल की सूजन दूर हो जाती है।
5. गले में टॉन्सिल होने पर सिंघाड़े को पानी में उबालकर उसके पानी से कुल्ला करने से आराम होता है।
6. भोजन में बिना नमक की उबली हुई सब्ज़ियाँ खाने से टॉन्सिल में जल्दी आराम आ जाता है।
7. मिर्च-मसाले, ज्यादा तेल की सब्ज़ी, खट्टी व ठंडी वस्तुओं का सेवन नहीं करना चाहिए।
8. गर्म पदार्थों के सेवन के पश्चात ठंडे पदार्थों का सेवन कदापि न करें।

गुरुग्राम में एमजीएफ बिल्डर की 82.29 करोड़ की संपत्ति जब्त, मनी लॉन्ड्रिंग मामले में ईडी की बड़ी कार्रवाई

प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) ने मनी लॉन्ड्रिंग के एक मामले में एमजीएफ डेवलपमेंट्स लिमिटेड की 82.29 करोड़ रुपये मूल्य की अचल संपत्तियों को अस्थायी रूप से जब्त किया है। यह कार्रवाई धन शोधन निरोधक अधिनियम 2002 के तहत की गई है। इस मामले में एमजीएफ डेवलपमेंट्स लिमिटेड के निदेशक श्रवण गुप्ता द्वारा एम्मार इंडिया लिमिटेड के साथ 180 करोड़ रुपये की धोखाधड़ी और अवैध लेन-देन शामिल है।

नया गुरुग्राम। प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) दिल्ली जोनल ऑफिस ने मनी लॉन्ड्रिंग के एक मामले में एमजीएफ डेवलपमेंट्स लिमिटेड की 82.29 करोड़ रुपये मूल्य की अचल संपत्तियों को अस्थायी रूप से जब्त किया है। यह कार्रवाई धन शोधन निरोधक अधिनियम 2002 के तहत की गई है।

यह मामला एमजीएफ डेवलपमेंट्स लिमिटेड के निदेशक श्रवण गुप्ता द्वारा एम्मार इंडिया लिमिटेड के साथ 180 करोड़ रुपये की धोखाधड़ी और अवैध लेन-देन से संबंधित है।

जब्त संपत्तियों में मेट्रोपालिटन मॉल का हिस्सा शामिल

जब्त संपत्तियों में गुरुग्राम के मेट्रोपालिटन मॉल में करीब 50.83 करोड़ मूल्य का 42,364 वर्ग फुट का वाणिज्यिक एरिया और दिल्ली के साकेत स्थित मेट्रोमालिटन मॉल में करीब 31.46 करोड़ का 33,601 वर्ग फुट का वाणिज्यिक एरिया शामिल हैं।

ईडी ने यह जांच दिल्ली पुलिस की आर्थिक अपराध शाखा (ईओडब्ल्यू) द्वारा भारतीय दंड संहिता, 1860 की विभिन्न धाराओं के तहत दर्ज एफआईआर के आधार पर शुरू की।

क्या है पूरा मामला?

जांच में पता चला कि श्रवण गुप्ता ने एम्मार एमजीएफ लैंड लिमिटेड से करीब 180 करोड़ रुपये की धनराशि का दुरुपयोग किया। ईडी ने पाया कि गुरुग्राम सेक्टर 77 स्थित पाल्म हिल्स और सेक्टर 102 स्थित इंपीरियल गार्डन जैसे आवासीय प्रोजेक्ट्स के जरिए धन की हेराफेरी की गई।

जांच में शामिल नहीं हुए थे श्रवण गुप्ता

श्रवण गुप्ता ने एमजीएफ डेवलपमेंट्स लिमिटेड की ओर से नैनी इंफ्रास्ट्रक्चर प्राइवेट लिमिटेड और सौम इंफ्रा प्राइवेट लिमिटेड नामक दो फर्जी कंपनियों को शामिल कर फर्जी और पुरानी तारीखों के समझौतों के माध्यम से धनराशि का दुरुपयोग किया।

जांच के दौरान ईडी ने श्रवण गुप्ता को कई बार समन जारी किया, लेकिन वे जांच में शामिल नहीं हुए। ईडी ने कहा कि मामले की गहन जांच जारी है और आगे भी कार्रवाई की जाएगी।

सोहना तहसील में अतिक्रमण हटाने पहुंची टीम बेरंग लौटी

सोहना तहसील परिसर में सिंचाई विभाग की जमीन पर अवैध रूप से बनाए गए अधिवक्ताओं के टीन शेड को हटाने गई टीम को खाली हाथ लौटना पड़ा। अधिवक्ताओं ने ड्यूटी मजिस्ट्रेट से कुछ दिनों का समय मांगा, जिसके बाद इस कार्यवाही को टाल दिया।

तहसील का अपना न कोई भवन है न कोई कार्यालय, कई वर्षों तक हरियाणा परिवहन विभाग के बस स्टैंड के प्रथम तल पर तहसील कार्यालय था, लेकिन अगस्त में सोहना तहसील बस स्टैंड से पलवल बाईपास स्थित सिंचाई विभाग के रेस्ट हाउस में स्थानांतरित कर दिया गया था।

अधिवक्ताओं ने नोटिस लेने से किया इनकार

सैकड़ों अधिवक्ताओं और नक्शानवीसों ने सिंचाई विभाग की भूमि पर कन्क्रीट डालकर टीन शेड बना लिए थे। सिंचाई विभाग के अधिकारियों का कहना है कि उन्होंने सोहना बार को कई बार नोटिस भेजा था, लेकिन अधिवक्ताओं ने नोटिस लेने से इनकार कर दिया। सोमवार को उपायुक्त के आदेश पर ड्यूटी मजिस्ट्रेट अश्विनी कुमार की मौजूदगी में पुलिस बल और जेसीबी मशीन के साथ टीम मौके पर पहुंचे।

जैसे ही कार्रवाई शुरू हुई बड़ी संख्या में अधिवक्ता इकट्ठे हो गए और उन्होंने ड्यूटी मजिस्ट्रेट से समय की मांग की। सिंचाई विभाग के एसडीओ सुरेश कुमार ने बताया कि टीन शेड बनने के समय से ही विभाग लगातार नोटिस दे रहा है। उन्होंने उपायुक्त से भी शिकायत की थी, लेकिन अधिवक्ताओं द्वारा समय मांगे जाने के बाद फिलहाल कार्रवाई रोक दी गई।

20 हजार रिश्वत लेते एसएसआई गिरफ्तार, धोखाधड़ी के केस में मदद के लिए कर रहा था डील; एंटी करप्शन टीम ने रंगे हाथों दबोचा

परिवहन विशेष न्यूज

लोनी। मेरठ एंटी करप्शन की टीम ने मंगलवार शाम को धोखाधड़ी के एक मामले में आरोपित का नाम निकालने के लिए 20 हजार रुपये रिश्वत लेते अंकुर विहार थाने के एसएसआई मुन्ना लाल सागर को गिरफ्तार किया है। ट्रानिका सिटी थाने में एंटी करप्शन टीम के इंस्पेक्टर की ओर से रिपोर्ट दर्ज कराई गई है। जानकारी के मुताबिक, शिव वाटिका कॉलोनी लोनी के कृपाल सिंह पर धोखाधड़ी की एक रिपोर्ट कोर्ट के आदेश पर दर्ज हुई थी।

50 हजार रुपये में की थी डील

अंकुर विहार थाने पर तैनात एसएसआई उपनिरीक्षक मुन्ना लाल सागर ने नाम निकालने के एवज में 50 हजार रुपये की मांग की थी। उन्होंने कहा कि उनकी आर्थिक स्थिति ठीक नहीं है। वह रुपये नहीं दे सकते। पूरे मामले की जांच करने के लिए कहा। इसके बाद भी रुपये की मांग की। उनसे 20 हजार रुपये मांगने लगे।

एंटी करप्शन ने जाल बिछाकर दबोचा

18 जनवरी को मेरठ के एंटी करप्शन की टीम से शिकायत की। मंगलवार को एंटी करप्शन की 15 सदस्यीय टीम इंस्पेक्टर योगेंद्र कुमार के नेतृत्व में अंकुर विहार थाने पहुंची। कृपाल सिंह ने अंकुर विहार थाने के एसएसआई मुन्ना लाल सागर को रुपये देने के लिए बुलाया। इंस्पेक्टर योगेंद्र कुमार ने बताया कि एसएसआई को थाने के बाहर ही 20 रुपये लेते रंगेहाथ दबोच लिया गया।ट्रानिका सिटी थाने में उनके खिलाफ रिपोर्ट दर्ज कराई जा रही है।

पुलिस उपायुक्त ग्रामीण सुरेंद्र नाथ तिवारी ने बताया कि अंकुर विहार थाने के एसएसआई मुन्ना लाल सागर को एंटी करप्शन की टीम ने पकड़ा है। ट्रानिका सिटी थाने में टीम की तरफ से रिपोर्ट दर्ज कराई गई है।

दो पुलिसकर्मियों पर रिश्वत लेने पर दर्ज हुई थी रिपोर्ट

दो जनवरी को सहायक पुलिस आयुक्त अंकुर विहार की कोर्ट में दो पुलिसकर्मियों का रिश्वत लेने के आरोप में सोशल मीडिया पर एक वीडियो प्रसारित हुआ था। वीडियो पर संज्ञान लेते हुए इंद्रापुरी चौकी प्रभारी की ओर से लोनी बार्डर थाने में भ्रष्टाचार निवारण अधिनियम की धारा सात और 13 के तहत हेड कांस्टेबल विपिन और हेड कॉन्स्टेबल दिनेश कुमार के खिलाफ रिपोर्ट दर्ज कराई थी। हेड कॉन्स्टेबल विपिन को गिरफ्तार कर लिया गया था।

उधर, एक अन्य मामले में भारतीय किसान यूनियन (अजगर) के राष्ट्रीय अध्यक्ष ने तहसील में राजस्व विभाग की टीम के सहायकों पर भ्रष्टाचार का आरोप लगाया है। उन्होंने मंगलवार को जिलाधिकारी के नाम लोनी एसडीएम को ज्ञापन सौंपा है। एसडीएम ने जांच कर कार्रवाई का आश्वासन दिया है।

राष्ट्रीय अध्यक्ष पंडित सचिन शर्मा ने शिकायत करते हुए आरोप लगाया कि पूरी तहसील में हर कार्य की लिस्ट बनाई गई है। जन्म प्रमाण पत्र से लेकर, आय, जाति, ईडब्ल्यूएस, जमीन की नपाई हर कार्य के लिए पैसे लिए जा रहे हैं। सभी राजस्व कर्मचारियों का स्थानांतरण होना चाहिए। साथ ही संपत्ति की जांच होनी चाहिए। इस मौके पर राष्ट्रीय महासचिव प्रवीण शर्मा, नीटू, वेद प्रकाश राणा, राहुल सिंह, सुभाष चौधरी, अशोक सिंह, साहिल, सोहनलाल तोमर आदि मौजूद रहे।

ऑपरेशन त्रिनेत्र अभियान में भी अग्रणी इंस्पेक्टर अरुण द्विवेदी के नेतृत्व में चौकी प्रभारी विकास शर्मा ने लगवाए टीपी नगर में कैमरे

– अपराधियों की जल्द धर पकड़ में अहम भूमिका निभा रहा पुलिस कमिश्नर अखिल कुमार का ऑपरेशन त्रिनेत्र

सुनील बाजपेई

कानपुर। यहां हर तरह के अपराधियों की धर पकड़ में पुलिस का सहयोग करने में अव्वल हाई क्वालिटी के आईपी कैमरे लगवाने का सिलसिला यहां लगातार जारी है। पुलिस कमिश्नर अखिल कुमार द्वारा चलाए जा रहे ऑपरेशन त्रिनेत्र अभियान के इसी क्रम में अपराधियों के खिलाफ लगातार सफल मोर्चा खोले निष्पक्ष और पारदर्शी कार्यशैली के इंस्पेक्टर अरुण द्विवेदी की अगुवाई में बाबू पुरवा थाना क्षेत्र में भी अब तक लगभग 500 से अधिक उच्च गुणवत्ता वाले कैमरे लगवाए जा चुके हैं।

इसी क्रम में हाल में ही इंस्पेक्टर अरुण द्विवेदी के नेतृत्व में ट्रांसपोर्ट नगर की तेजतर्रार और व्यवहार कुशल टीम चौकी प्रभारी विकास शर्मा द्वारा भी ट्रांसपोर्ट नगर में सुरक्षा को दृष्टिगत रखते हुए द्वारा मधु फैक्ट्री से सामंजस्य स्थापित कर पॉपुलर धर्म कांटे को ऑपरेशन त्रिनेत्र अभियान के क्रम में गोद लिया गया है, जिसके तहत अब ट्रांसपोर्ट नगर चौकी क्षेत्र में भी सीपी प्लस कंपनी के चार हाई क्वालिटी के आईपी कैमरे एस एण्ड एन कंप्यूटर कंपनी द्वारा लगवाए गये।

अवगत कराते चलें कि यहां की पुलिस कमिश्नर अखिल कुमार द्वारा ऑपरेशन त्रिनेत्र के तहत अब तक हजारों कैमरे लगवाई जा चुके हैं। और अब हाई क्वालिटी के यही कैमरे वारदात के बाद फरार होने वाले अपराधियों की अति शीघ्र धड़ पकड़ के मामले में बहुत अहम भूमिका निभाने में भी सफल हो रहे हैं। यह पुलिस कमिश्नर अखिल कुमार के लगातार जारी ऑपरेशन त्रिनेत्र का ही कमाल है कि वारदात के बाद फरार होने वाले सभी अपराधी पुलिस के शिकंजे में जल्द से जल्द फंसने से नहीं बच सके। यही नहीं आम जनता के जो भी लोग ऑपरेशन त्रिनेत्र के तहत कैमरे लगवाने में पुलिस की सहायता कर रहे हैं। देश और समाज के लिए उनका यह सहयोग भी सराहना का पात्र है।

12 हजार बकायेदारों की खैर नहीं, संपत्ति कुर्क करेगा विभाग; एक्शन के लिए तैयारी पूरी

परिवहन विशेष न्यूज

बिजली बिल बकाया होने पर साहिबाबाद विद्युत विभाग ने 12 हजार बड़े बकायेदारों के खिलाफ कार्रवाई शुरू कर दी है। 50 हजार से अधिक बकाया होने पर मुकदमा दर्ज कराया जाएगा और संपत्ति कुर्क की जाएगी। अभी तक 325 बकायेदारों का कनेक्शन काटकर उनके खिलाफ मुकदमा दर्ज किया जा चुका है। जानिए आखिर विभाग की पूरी तैयारी क्या है ?

साहिबाबाद। बकायेदारों से राजस्व की वसूली नहीं होने से विद्युत निगम के अधिकारियों को मुख्यालय की कार्रवाई का डर लगातार बढ़ रहा है। अधिकारियों ने खुद को बचाने के लिए 12 हजार बड़े बकायेदारों पर कार्रवाई की तैयारी कर ली है।

मुकदमा करा दिया दर्ज

वहीं, 50 हजार से अधिक के इन बकायेदारों के खिलाफ मुकदमा दर्ज कराने के साथ ही संपत्ति कुर्क कर राजस्व की वसूली की जाएगी। निगम ने अब तक 325 का स्थायी रूप से कनेक्शन काटते हुए सेक्शन 138बी के तहत मुकदमा दर्ज करा दिया है।

कड़ी कार्रवाई की तैयारी

जिले में विद्युत निगम के तीनों जोन में वर्तमान में करीब 2.48 लाख बकाएदार हैं। इनमें से 50 हजार से अधिक के 12142 बकाएदार हैं। इन बकायेदारों पर कुल बकाए का करीब 80 प्रतिशत बकाया है। नोटिस के बाद भी बकाया जमा नहीं होने पर निगम ने इनके खिलाफ कड़ी कार्रवाई की तैयारी कर ली है।

जारी करेंगे कुर्की का नोटिस

स्थायी कनेक्शन काटने के साथ ही बकायेदारों पर वसुंधरा सेक्टर आठ के विजिलेंस थाने में मुकदमे दर्ज कराए जा रहे हैं। इसके बाद शमन भेजकर बकाया जमा करने का समय दिया जाएगा। फिर भी बकाया जमा नहीं करने पर सभी अधिशासी अभियंता धारा-पांच के अंतर्गत रिकवरी चालान (आरसी) कुर्की का नोटिस जारी करेंगे। जिलाधिकारी अपर जिलाधिकारी (भू एवं राजस्व) को आदेश जारी करेंगे।

इसके बाद तहसील प्रशासन कुर्की की कार्रवाई करते हुए भू-राजस्व के रूप में वसूली करेगा। दरअसल उम्मीद के अनुसार बकाया नहीं आने से पश्चिमांचल विद्युत निगम लिमिटेड के प्रबंध निदेशक द्वारा अधिकारियों को कार्रवाई की चेतावनी देते हुए लगातार फटकार लगाई जा रही है। विद्युत निगम का अभी ढ़ाई लाख बकायेदारों पर करीब 350 करोड़ बकाया है।

चार बार नोटिस किए जा चुके हैं जारी

विद्युत निगम के अधिकारियों का कहना है कि बकायेदारों को अभी तक चार बार नोटिस जारी किए जा चुके हैं। इसके बाद भी एकमुश्त समाधान योजना (ओटीएस) के दूसरे चरण में इक्का-दुक्का बकाएदार ही बकाए बिल की राशि जमा करने के लिए पहुंच रहे हैं। यानी नोटिसों का बकायेदारों पर कोई असर नहीं हो रहा है।

छह अवर अभियंताओं को किया जा चुका निलंबित

मुख्यालय के आदेश के बाद भी एकमुश्त समाधान योजना का लाभ बकायेदारों तक पहुंचाने में लापरवाही बरती जा रही थी। इस पर कार्रवाई करते हुए अब तक जोन-एक, दो व तीन के दो-दो अवर अभियंताओं को निलंबित किया जा चुका है। इसके बाद भी कुछ खास राजस्व नहीं आया है।

ओटीएस का तीसरा चरण आज से शुरू

एकमुश्त समाधान योजना का दूसरा चरण 15 जनवरी को खत्म हो गया था। राजस्व की उम्मीद से मुख्यालय ने तिथि बढ़ाकर 22 जनवरी कर दी गई थी। आज बृहस्पतिवार से योजना का तीसरा चरण लागू हो जाएगा। इसके अंतर्गत बकायेदारों को ब्याज में अधिकतम 70 व न्यूनतम 30 प्रतिशत की छूट मिलेगी।

50 हजार से एक लाख वाले कुल बकाएदार

जोन -एक 525
जोन -दो 7471
जोन -तीन 576
एक लाख से अधिक वाले बकाएदार
जोन -एक 322

ट्रंप के फ़ैसलों से दुनियाँ दंग-बाईडेन क़े 78 फैसले भंग- क्या रुकेगी रूस यूक्रेन जंग?

अवैध प्रवासियों, घुसपैठियों की पहचान कर उन्हें बाहर करने का स्वतःसंज्ञान अमेरिका की तर्ज़ पर भारत को भी लेना समय की मांग-एडवोकेट किशन सनमुखदास भावनानीं गोंदिया महाराष्ट्र

गोंदिया - दुनियाँ का हर देश हैरत भरी नजरों से देख रहा है कि जिस तरह शपथ ग्रहण के बाद अपने पहले ही संबोधन में दनादन फ़ैसलों की की घोषणा कर पदभार ग्रहण कर उनपर हस्ताक्षर भी कर दिए गए,जिसमें बाईडेन प्रशासन के 78 फ़ैसलों को तुरंत भंग कर दिया, टिकटाक पर फिलहाल बैन पर रोक लगा, कनाडा मैक्सिको पर 25 पेर्सेंट टैरिफ लगा दी, विश्व स्वास्थ्य संगठन व पेरिस जलवायु संगठन से बाहर होने की घोषणा की, जिसमें अमेरिका एक बहुत बड़ा सहयोगी था जिससे उनकी वैश्विक योजनाओं पर असर पड़ने की संभावना है। इन सबसे महत्वपूर्ण अब अवैध प्रवासियों की एंट्री बंद करने के अलावा अब जन्मजात नागरिकता याने बर्थ राइट सिटीजनशिप कानून को समाप्त करने को लेकर भी एग्जीक्यूटिव ऑर्डर्स जारी कर दिए गए हैं, जिससे भारत सहित अनेक देशों पर फर्क पढ़ने की संभावना से इनकार नहीं किया जा सकता, हम नीचे पैरा में जिसकी चर्चा करेंगे। चूँकि अमेरिका में शपथ लेते ही ट्रंप का दे दनादन, पहले ही दिन 100 से अधिक महत्वपूर्ण फैसले, इसलिए आज हम मीडिया में उपलब्ध जानकारी के सहयोग से इस आर्टिकल के माध्यम से चर्चा करेंगे, ट्रंप के फ़ैसलों से दुनियाँ दंग, बाईडेन प्रशासन के 78 फैसले भंग, क्या रुकेगी रूस यूक्रेन जंग? जन्मजात नागरिकता कानून भंग!

साथियों बात अगर हम ट्रंप द्वारा बर्थ राइट सिटीजनशिप एक्ट को निरस्त करने की करें तो, अमेरिका में 150 साल से जन्मजात नागरिकता कानून अमेरिकी संविधान का 14 वां संशोधन बच्चों को जन्मजात नागरिकता की गारंटी देता है। अमेरिका में यह कानून 150 साल से लागू है। ट्रम्प ने जन्मजात नागरिकता को खत्म करने का फैसला किया है। ट्रम्प ने उन माता-पिता के बच्चों को जन्मजात नागरिकता देने से इनकार करने का आदेश दिया है जो अमेरिका में अवैध रूप से रह रहे हैं या फिर अस्थायी वीजा लेकर रह रहे हैं। ट्रम्प ने इस आदेश को लागू करने के लिए 30 दिन का समय दिया है।प्यू रिसर्च सेंटर की 2022 की रिपोर्ट के मुताबिक 16 लाख भारतीय बच्चों को अमेरिका में जन्म लेने की वजह से नागरिकता मिली है।हालांकि ट्रम्प के आदेश में कहा गया है कि यह केवल उन लोगों पर लागू होगा जो इस आदेश की तारीख से 30 दिनों के बाद अमेरिका में जन्मे हैंइसका मतलब है कि अमेरिका में भारतीयों की आने वाली पीढ़ी इसके दायरे में होगी। इसका मतलब ये है कि अब जिन लोगों के पास अमेरिकी नागरिकता के वैध डॉक्यूमेंट नहीं हैं और इस दौरान अगर वे अमेरिका में अपने बच्चे को जन्म देते हैं तो उन बच्चों को स्वतः अमेरिकी नागरिकता नहीं मिलेगी। डोनाल्ड ट्रंप के इस कार्यकारी आदेश का नागरिकता संबंधी फैसले का सबसे ज्यादा प्रभाव प्रवासी भारतीयों पर पड़ेगा।प्यू रिसर्च की रिपोर्ट के मुताबिक, अमेरिका 48 लाख भारतीय मूल के निवासी बसे हुए हैं, इनमें से 16 लाख को जन्म के आधार पर ही नागरिकता मिली है।

साथियों बात अगर हम बर्थराइट सिटीजनशिप एक्ट को समाप्त करने की चुनौतियों की करें तो,ट्रंप ने कार्यकारी आदेश पर हस्ताक्षर किए हैं, लेकिन इसकी वैधता सवालों के घेरे में है।14 वां संशोधन अमेरिकी संविधान का हिस्सा है, और इसके प्रावधानों को बदलने के लिए आम तौर पर एक संवैधानिक संशोधन की आवश्यकता होती है। एक ऐसी प्रक्रिया जो लंबी और कठिन होती है। आज तक किसी भी राष्ट्रपति ने कार्यकारी आदेश का उपयोग करके एकतरफा रूप से जन्मसिद्ध नागरिकता को समाप्त नहीं किया है। कानूनी विशेषज्ञ पहले से ही संघीय न्यायालयों में आदेश के लिए महत्वपूर्ण चुनौतियों की भविष्यवाणी कर रहे हैं। यूएस सुप्रीम कोर्ट ने जन्मसिद्ध नागरिकता को बरकरार रखा है, जिसमें यूनाइटेड स्टेट्स बनाम वोंग किम आर्क (1898) का ऐतिहासिक मामला भी शामिल है। इस मामले में न्यायालय ने फैसला सुनाया था कि गैर- नागरिक माता-पिता से यूएस में पैदा हुआ बच्चा अभी भी यूएस का नागरिक है। ट्रंप के कार्यकारी आदेश के खिलाफ तर्क यह है कि यह संशोधन प्रक्रिया का पालन किए बिना संवैधानिक गारंटी को रद्द नहीं कर सकता है, जिसके लिए कांग्रेस में बहुमत और राज्यों में दो-तिहाई वोट की आवश्यकता होगी। फिर भी इस आदेश से कानूनी लड़ाई भड़कने की संभावना है जो सालों तक चल सकती है, जिससे प्रभावित लाखों लोगों के लिए अनिश्चितता पैदा हो सकती है।

साथियों बात अगर हम अमेरिकी आबादि में भारतीय अमेरिकी समुदाय की करें तो, भारतीय-अमेरिकी समुदाय, जो अमेरिका में सबसे तेजी से बढ़ने वाली अप्रवासी आबादी में से एक है, इस बदलाव से बहुत प्रभावित होगा। अमेरिकी जनगणना के अनुसार अमेरिका में 4.8 मिलियन से अधिक भारतीय- अमेरिकी रहते हैं। इनमें से लाखों जन्मसिद्ध अधिकार के आधार पर अमेरिकी नागरिकता रखता है। यदि नीति कार्यकारी आदेश के अनुसार बदलती है, तो अस्थायी कार्य वीजा (जैसे एच -1बी वीजा) पर रहने वाले या ग्रीन कार्ड की प्रतीक्षा कर रहे भारतीय नागरिकों के बच्चों को अब ऑटोमैटिक रूप से अमेरिकी नागरिकता प्राप्त नहीं होगी। इससे हर साल अमेरिका में भारतीय अप्रवासियों के हज़ारों बच्चे प्रभावित हो सकते हैं।वर्तमान में भारतीय माता-पिता के अमेरिका में जन्मे बच्चे, (चाहे वे एच -1बी वीजा पर हों, ग्रीन कार्ड पर हों या बिना किसी दस्तावेज़ के हों) को अमेरिकी नागरिकता प्राप्त होती है। हालांकि नए आदेश के तहत केवल कम से कम एक अमेरिकी नागरिक या स्थायी निवासी माता-पिता से पैदा हुए बच्चों को ही नागरिकता मिलेगी। यह उन परिवारों के लिए एक महत्वपूर्ण बदलाव होगा जो स्थायी निवास और अंततः खुद नागरिकता के लिए अपने बच्चों की नागरिकता की स्थिति पर निर्भर हैं। कई भारतीय माता-पिता, विशेष रूप से एच-1बी वीजा पर काम करने वाले लोगों के लिए, अमेरिका में बच्चे का जन्म उनके बच्चों के लिए अमेरिकी नागरिकता हासिल करने का एक रास्ता रहा है। जन्मसिद्ध नागरिकता के बिना, इन बच्चों को या तो खुद ही प्रक्रिया से गुजरना होगा या अपनी कानूनी स्थिति में अनिश्चितता का सामना करना होगा।भारतीय-अमेरिकी आबादी का एक बड़ा हिस्सा यूएस ग्रीन कार्ड बैकलॉग में फंसा हुआ है, जिसमें से कई लोग स्थायी निवास प्राप्त करने के लिए दशकों से इंतजार कर रहे हैं। वर्तमान में एच -1बी या अन्य अस्थायी वीज़ा पर भारतीय नागरिकों के जन्मे बच्चे ऑटोमैटिक रूप से यूएस नागरिकता प्राप्त कर लेते हैं, जो उन्हें परिपक्व होने पर अधिक सरल कानूनी विकल्प प्रदान करता है। यदि यह नीति रद्द कर दी जाती है, तो यूएस में भारतीय नागरिकों के जन्मे बच्चों को बहुत लंबी और अधिक जटिल प्रक्रिया के माध्यम से नागरिकता प्राप्त करने की आवश्यकता होगी, इसके कारण यूएस नागरिकता प्राप्त करने के उनके मार्ग में कई साल और लग सकते हैं।इसके अलावा अस्थायी वीज़ा पर यूएस में रहने वाले भारतीय अप्रवासियों को अपने बच्चों के लिए निवास सुरक्षित करने का प्रयास करते समय अतिरिक्त बाधाओं का सामना करना पड़ सकता है। इससे संभवतःअधिक पारिवारिक अलगाव हो सकते हैं, क्योंकि माता-पिता को अधिक कठिन और लंबी इमिग्रेशन प्रक्रिया से गुजरना पड़ सकता है।भारतीय छात्र यूएस में अंतर्राष्ट्रीय छात्रों के सबसे बड़े समूहों में से एक हैं। विशेष रूप से प्रौद्योगिकी और इंजीनियरिंग के क्षेत्रों में इनकी संख्या काफी अधिक है। यदि जन्मसिद्ध नागरिकता नीति में बदलाव होता है, तो एफ -1 वीजा या अन्य गैर-आप्रवासी वीजा श्रेणियों पर भारतीय छात्रों के जन्मे बच्चों को ऑटोमैटिक रूप से यूएस नागरिकता नहीं मिलेगी, जिससे छात्रों और उनके परिवारों के लिए और अधिक कठिनाइयां पैदा होंगी क्योंकि वे ग्रेजुएट होने के बाद यूएस में रहने का प्रयास करते हैं।जन्मसिद्ध नागरिकता को समाप्त करने के कार्यकारी आदेश के यूएस में रहने वाले भारतीय परिवारों के लिए दूरगामी परिणाम होंगे। कानून में बदलाव की संभावना कानूनी रूप से अस्पष्टता पैदा करेगी, खासकर उन भारतीय अप्रवासियों के बच्चों के लिए जो अस्थायी कार्य वीजा पर हैं या ग्रीन कार्ड की कतार में प्रतीक्षा कर रहे हैं। ट्रंप का आदेश, अगर लागू होता है, तो इसका मतलब है कि अमेरिका में वर्क वीजा पर रहने वाले भारतीय अब अपने बच्चों को जन्म के समय अमेरिकी नागरिक बनते नहीं देख पाएंगे, इससे हर साल लाखों बच्चे प्रभावित हो सकते हैं, इससे ग्रीन कार्ड का इंतजार करने वालों को और भी ज्यादा देरी का सामना करना पड़ सकता है।10 लाख से ज्यादा भारतीय सालों से रोजगार से जुड़ा ग्रीन कार्ड पाने का इंतजार कर रहे हैं।

अतः अगर हम अपनी बहन का अध्ययन कर इसका विश्लेषण करें तो हम पाएंगे कि ट्रंप के फ़ैसलों से दुनियाँ दंग-बाईडेन क़े 78 फैसले भंग- क्या रुकेगी रूस यूक्रेन जंग?- अमेरिकी बर्थ राइट सिटीजनशिप कानून भंग! अमेरिका में शपथ लेते ही ट्रंप का दे दनादन- पहले ही दिन 100 से अधिक महत्वपूर्ण फैसले।अवैध प्रवासियों, घुसपैठियों कीपहचान कर उन्हें बाहर करने का स्वतः संज्ञान अमेरिका की तर्ज़ पर भारत को भी लेना समय की मांग।

ऑटो एक्सपो 2025 में यामाहा ने पेश की दो फ्यूल टैंक वाली बाइक, कई एडवांस फीचर्स से भी है लैस

परिवहन विशेष न्यूज

ऑटो एक्सपो 2025 में Yamaha ने Tenere 700 को पेश किया। इस बाइक में डबल फ्यूल टैंक दिया गया है। इसमें 689 cc CP2 पैरेलल-ट्विन इंजन दिया गया है। इसे हार्ड और सॉफ्ट लगेज अपग्रेडेड स्किड प्लेट्स क्रैश बार्स और रैली सीट से लैस किया गया है। इसकी टॉप स्पीड 180 किमी प्रति घंटा है। आइए जानते हैं कि Yamaha Tenere 700 किन बेहतरीन फीचर्स के साथ आती है।

नई दिल्ली। ऑटो एक्सपो 2025 में Yamaha ने एक ऐसी बाइक को पेश किया, जिसमें दो फ्यूल टैंक दिया गया है। यह बाइक न केवल डुअल फ्यूल टैंक के साथ आती है, बल्कि इसमें कई बेहतरीन फीचर्स भी दिए गए हैं। ऐसा पहली बार है जब किसी बाइक सेगमेंट में डबल पेट्रोल टैंक देखने के लिए मिला है। यामाहा की इस बाइक का नाम Tenere 700 है। यह बाइक बेहद शानदार है। आइए जानते हैं कि Yamaha Tenere 700 किन बेहतरीन फीचर्स के साथ आती है।

इंजन

Tenere 700 में Yamaha का 689 cc CP2 पैरेलल-ट्विन इंजन का इस्तेमाल किया गया है। इसके इंजन को MT-07 और XSR700 जैसे मॉडलों के साथ शेयर किया गया है। इसमें लगा हुआ इंजन 72 HP पावर और 68 NM टॉर्क जनरेट करता है।

एंटी लॉक ब्रेकिंग सिस्टम

इस बाइक में स्विचेबल ABS (एंटी लॉक ब्रेकिंग सिस्टम) दिया गया है। इसकी वजह से ऑफ-रोड राइडिंग के दौरान राइडर को रियर व्हील का ABS बंद करने में आसानी रहती है। यह एक एडवेंचर बाइक है।

डबल फ्यूल टैंक

Yamaha ने Tenere 700 कई बेहतरीन फीचर्स से लैस है। यह लोगों को अपनी तरफ ध्यान डबल फ्यूल टैंक की वजह से ज्यादा खींचती है। इसमें 23 लीटर की दो फ्यूल टैंक (Dual Fuel Tank Bike) का इस्तेमाल किया गया है, जिसकी वजह से इसकी फ्यूल कैपेसिटी को और भी बढ़ जाती है। इसमें हार्ड और सॉफ्ट लगेज, अपग्रेडेड स्किड प्लेट्स, क्रैश बार्स और रैली सीटें दी गई है। इसकी टॉप स्पीड 185 किमी प्रति घंटा है। वहीं, कंपनी की तरफ से दावा किया जाता है कि यह एक लीटर पेट्रोल में 20 किलोमीटर का माइलेज देती है। यामाहा इसे कई बेहतरीन एक्सेसरीज के साथ पेश करती है।

ऑफ-रोड राइडिंग के लिए बेस्ट

Tenere 700 ऑफ-रोड राइडिंग के लिए तैयार की गई है। इसमें 43 मिमी की पूरी तरह से एडजस्टेबल KYB फ्रंट फोर्क्स दिया गया हैं। वहीं, इसके फ्रंट में 200 मिमी ट्रैवल के साथ रिमोट प्रीलोड एडजस्टेबिलिटी और रिबाउंड डंपिंग के साथ केवाईबी मोनोशॉक सस्पेंशन दिया गया है। इसमें 239 मिमी का ग्राउंड क्लीयरेंस और 203 किलोग्राम कर्ब वेट है। इसमें 21 इंच का फ्रंट और 18 इंच का रियर व्हील दिय गया है, जो कठिन रास्तों पर आसानी से चलने में काफी मददगार होते हैं। बाइक में 62.8 इंच का व्हीलबेस दिया गया है।

देश के पहले सीएनजी स्कूटर टीवीएस जुपिटर में क्या है खास, कितनी होगी रेंज, कब तक हो सकता है लॉन्च, पढ़ें खबर

परिवहन विशेष न्यूज

ऑटो एक्सपो में टीवीएस जुपिटर सीएनजी स्कूटर 2025 भारत की प्रमुख दो पहिया वाहन निर्माता TVS Motors की ओर से Auto Expo 2025 में देश के पहले CNG Scooter के तौर पर TVS Jupiter CNG Scooter को शोकेस किया है। कंपनी की ओर से इस स्कूटर में किस तरह की खासियत को दिया गया है। कब तक इसे लॉन्च किया जा सकता है। आइए जानते हैं।

नई दिल्ली। दिल्ली के प्रगति मैदान में Bharat Mobility 2025 के तहत Auto Expo 2025 का आयोजन किया गया। इस दौरान देश की प्रमुख दो पहिया निर्माता TVS Motors की ओर से पहले CNG Scooter के तौर पर TVS Jupiter CNG Scooter को शोकेस (India's First CNG Scooter) किया गया। कंपनी ने इसमें किस तरह की खासियत दी हैं। इसे कब तक और किस कीमत पर लॉन्च किया जा सकता है। हम आपको इस खबर में बता रहे हैं।

शोकेस हुआ देश का पहला CNG Scooter TVS Jupiter

TVS मोटर्स की ओर से Auto Expo 2025 में देश के पहले CNG Scooter के तौर पर TVS Jupiter को शोकेस किया। इस स्कूटर में सीएनजी तकनीक के साथ ही कुछ और खासियतों को भी दिया गया है।

TVS Jupiter CNG Scooter Engine

कंपनी की ओर से स्कूटर में 124.8 सीसी की क्षमता का सिंगल सिलेंडर इंजन दिया है। जिससे स्कूटर को 5.3 किलोवाट की पावर और 9.4 न्यूटन मीटर का टॉर्क मिलता है। इसके साथ ही स्कूटर को पेट्रोल और सीएनजी के साथ 226 किलोमीटर तक चलाया जा सकता है। स्कूटर के इंजन से इसे 80.5 किलोमीटर की टॉप स्पीड तक चलाया जा सकता है और इसे एक किलोग्राम सीएनजी में 84 किलोमीटर तक चलाया (TVS scooter specifications) जा सकता है।

TVS Jupiter CNG Scooter Features

टीवीएस की ओर से इसमें अपने सेगमेंट की सबसे बड़ी सीट दी गई है। इसके साथ ही इसमें मैक्स मेटल बॉडी, एक्सटरनल फ्यूल लिड, फ्रंट में मोबाइल चार्जर, सेमी डिजिटल स्पीडोमीटर, बॉडी बैलेंस तकनीक, ज्यादा लेग स्पेस, इटीएफआई तकनीक, इंटेलीगो तकनीक, ऑल इन वन लॉक, साइड स्टैंड इंडीकेटर के साथ इंजन इनहिबिटर दिया गया है।

TVS Jupiter CNG Scooter Expected Launch Time

कंपनी की ओर से अभी इसके लॉन्च को लेकर किसी भी तरह की जानकारी को सार्वजनिक नहीं किया गया है। लेकिन उम्मीद की जा रही है कि इस स्कूटर को अगले तीन से छह महीनों के बीच लॉन्च (TVS Jupiter launch Date) किया जा सकता है।

TVS Jupiter CNG Scooter Expected Price

TVS की ओर से अभी इस स्कूटर को सिर्फ शोकेस किया गया है। कुछ महीनों में जब इसे लॉन्च किया जाएगा तब इस स्कूटर की एक्स शोरूम कीमत की सही जानकारी दी जाएगी। लेकिन इसकी संभावित एक्स शोरूम कीमत एक लाख रुपये के आस-पास हो सकती है।

किनसे मिलेगी चुनौती

टीवीएस की ओर से सीएनजी तकनीक के साथ Jupiter CNG को लाया गया है। बाजार में यह पहला स्कूटर है जिसे सीएनजी तकनीक के साथ लाया गया है। ऐसे में इस स्कूटर का सीधा मुकाबला किसी भी स्कूटर के साथ नहीं होगा। लेकिन बजाज की सीएनजी बाइक से इसे चुनौती मिल सकती है।

इसुजु ने पेश किया डी-मैक्स ईवी कॉन्सेप्ट, सिंगल चार्ज में देगी 300 किमी तक की रेंज

ऑटो एक्सपो 2025 में इसुजु डी-मैक्स ईवी कॉन्सेप्ट मॉडल पेश किया गया। इसमें 66.9 kWh बैटरी पैक दी गई है जो 175 bhp की पावर और 325 Nm का टॉर्क जनरेट करते हैं। इस बैटरी को दो मोटर से कनेक्ट किया गया है। इसमें लगी हुई बैटरी एक बार चार्ज होने के बाद 300 किमी से ज्यादा की रेज दे सकेगी।

नई दिल्ली। भारत मोबिलिटी ग्लोबल एक्सपो 2025 में Isuzu ने D-Max पिकअप ट्रक का इलेक्ट्रिक वर्शन D-Max EV कॉन्सेप्ट के रूप में पेश किया। कंपनी की तरफ से बताया गया कि अभी तक उनका मॉडल डेवलप स्टेज पर है, इसे जल्द ही उत्पादन में लाया जा सकता है। इसमें बड़ी बैटरी के साथ ही ज्यादा रेंज मिलेगी। आइए जानते हैं कि Isuzu D-Max EV Concept किन बेहतरीन फीचर्स के साथ आ सकती है।

बैटरी पैक और ड्राइविंग रेंज

Isuzu D-Max EV Concept में 66.9 kWh बैटरी पैक का इस्तेमाल किया गया है। यह बैटरी दो इलेक्ट्रिक मोटर्स के जरिए पहियों तक पावर पहुंचाती है। एक मोटर हर एक्सल पर लगाया गया है। यह दोनों मोटर मिलकर 175 bhp की पावर और 325 Nm का टॉर्क जनरेट करते हैं। कंपनी की तरफ से दावा किया गया है कि इस पिकअप ट्रक में लगी हुई बैटरी एक बार चार्ज होने के बाद 300 किमी तक की रेंज प्रदान कर सकता है। अभी यह डेवलप स्टेज पर है तो यह रेंज 300 किमी की रेंज से ज्यादा हो सकती है, जो रोजाना इस्तेमाल के लिए काफी उपयोगी हो सकता है।

Isuzu D-Max EV Concept में 1,000 किलोग्राम का पेलोड कैपेसिटी और 3.5 टन तक की टोइंग कैपेसिटी दी गई है, जो इसे एक स्ट्रोंग और फंक्शनल पिकअप बनाता है।

एक्सटीरियर

D-Max EV में ICE की तुलना में बाहरी डिजाइन में कुछ जरूरी बदलाव किए गए हैं, जिसकी वजह से यह और भी ज्यादा अट्रैक्टिव लगती है। इस पिकअप ट्रक में नई ग्रिल दी गई है, जिसमें ब्लू इंसर्ट दिए गए हैं। फ्रंट और रियर बंपर को भी ट्वीक किया गया है, जिसकी वजह से यह और भी स्टाइलिश नजर आती है। इसमें नया सेट एलॉय व्हील्स और रीडिज़ाइन हेडलाइट क्लस्टर भी शामिल किया गया है। ट्रक के टेल लाइट्स में भी बदलाव किए गए हैं, जो इसे और ज्यादा प्रीमियम लुक देते हैं।

इंटीरियर

Isuzu के D-Max EV कॉन्सेप्ट मॉडल के इंटीरियर की ज्यादा जानकारी शेयर नहीं की गई है, लेकिन अनुमान लगाया जा रहा है कि इसमें बाहरी बदलावों के साथ ही अंदर में भी हल्के बदलाव देखने के लिए मिल सकते हैं। इसमें नए अपहोल्स्ट्री और ब्लू इंसर्ट्स भी हो सकते हैं जैसा इसके बाहरी डिजाइन में देखने के लिए मिला है।

भारत मोबिलिटी 2025 का आज आखिरी दिन, ऑटो एक्सपो 2025 में लगा कारें और बाइक का मेला

परिवहन विशेष न्यूज

ऑटो एक्सपो 2025 दिल्ली के प्रगति मैदान के साथ ही द्वारका और ग्रेटर नोएडा में आयोजित किया गया Bharat Mobility Global Expo 2025 का आज आखिरी दिन है।

नई दिल्ली। भारत मोबिलिटी 2025 का आज आखिरी दिन है। इसके तहत होने वाले Auto Expo 2025 में कितने प्रमुख वाहन निर्माताओं की ओर से हिस्सा लिया गया। कब से कब तक इसका आयोजन किया गया। कहां कहां पर इसका आयोजन हुआ। हम आपको इस खबर में बता रहे हैं।

Bharat Mobility 2025 का आज आखिरी दिन

भारत मोबिलिटी 2025 का आज आखिरी दिन है। इसके साथ ही आयोजित किए जा रहे Auto Expo 2025 का भी आज समापन हो जाएगा। मोबिलिटी एक्सपो का आयोजन दिल्ली के प्रगति मैदान के साथ ही द्वारका और ग्रेटर नोएडा के एक्सपो सेंटर में हो रहा है।

कब तक देख सकते हैं एक्सपो

भारत मोबिलिटी 2025 के तहत आयोजित किए जा रहे Auto Expo 2025 में आखिरी दिन भी सुबह 10 बजे से कारों को देखा जा सकता है। इस कार्यक्रम का समापन शाम को छह बजे हो जाएगा।

कब शुरू हुआ था एक्सपो

Bharat Mobility 2025 का आयोजन 17 जनवरी 2025 से किया गया था। इसमें पहले दिन सिर्फ मीडिया के लिए रिजर्व रखा गया था। दूसरे दिन डीलर्स डे और मीडिया के लिए रिजर्व किया गया था। इसके बाद 19 जनवरी 2025 से 22 जनवरी 2025 के बीच इसे जनता के लिए खोल दिया गया था।

किन निर्माताओं ने लिया हिस्सा

Bharat Mobility 2025 के तहत आयोजित किए गए Auto Expo 2025 में देश और दुनिया की कई प्रमुख वाहन निर्माताओं की ओर से हिस्सा लिया गया था। इस दौरान Maruti Suzuki, Hyundai, Tata, Mahindra, JSW MG, Mercedes Benz, BMW, BYD, Porsche, Skoda, Vinfast, Hero Motocorp, Honda Two Wheeler, Suzuki Two Wheeler, TVS, VECV, Ashok Leyland, Ola, Ather, Bajaj सहित कई प्रमुख वाहन निर्माताओं ने कई बेहतरीन उत्पादों को शोकेस किया और कई कारों और दो पहिया वाहनों को लॉन्च भी किया गया।

कब हुई थी शुरुआत

देश में Bharat Mobility Global Expo की शुरुआत जनवरी 2024 में हुई थी। तब इसके पहले संस्करण का आयोजन किया गया था। जिसके बाद अब 2025 में भी इसके दूसरे संस्करण का आयोजन किया गया। ऐसे में उम्मीद की जा रही है कि 2026 में भी इसके तीसरे संस्करण का आयोजन किया जा सकता है।

क्या है उद्देश्य

देश में Bharat Mobility Global Expo का आयोजन करने का उद्देश्य कॉन्सेप्ट के तौर पर भविष्य के वाहनों, तकनीक, डिजाइन की झलक को दिखाने के साथ ही नए वाहनों को पेश और लॉन्च करना है। जिसे जनता आसानी से देख सकती है।

मारुति ने शोकेस किए सात कारें और एसयूवी के संकल्पना संस्करण, स्विफ्ट से लेकर जिम्नी तक हैं शामिल

परिवहन विशेष न्यूज

मारुति सुजुकी की ओर से Bharat Mobility 2025 के तहत आयोजित किए जा रहे Auto Expo 2025 में कई बेहतरीन Cars and SUVs को शोकेस किया जा रहा है। इस दौरान कंपनी की ओर से कुछ मौजूदा कारों के Concept Version पेश किए गए हैं। जिनको लोग काफी पसंद कर रहे हैं। कंपनी ने किस गाड़ी का कौन सा वर्जन शोकेस किया है। आइए जानते हैं।

नई दिल्ली। देश की प्रमुख वाहन निर्माता Maruti Suzuki की ओर से Bharat Mobility 2025 के तहत आयोजित किए जा रहे Auto Expo 2025 में कई बेहतरीन Cars and SUVs को दिखाया गया है। कंपनी ने कुछ मौजदा कारों के Concept Version भी इस दौरान पेश किए हैं, जिनको लोग काफी पसंद कर रहे हैं। मारुति की ओर से किस गाड़ी को किस तरह के कॉन्सेप्ट वर्जन के साथ शोकेस किया जा रहा है। हम आपको इस खबर में बता रहे हैं।

Maruti Swift का Champions Concept वर्जन पेश हुआ

Maruti की ओर से Hatchback सेगमेंट में Swift को ऑफर किया जाता है। कंपनी की ओर से Auto Expo 2025 के दौरान इस गाड़ी के Champions concept वर्जन को पेश किया है। इस वर्जन को सामान्य कार से अलग बनाने के लिए बेहतरीन ग्राफिक्स का उपयोग बोनट, साइड प्रोफाइल पर किया गया है। साथ ही इसमें रियर स्पॉयलर को भी जोड़ा गया है। गाड़ी के टायर्स पर भी सफेद रंग से हाइलाइट किया गया है। रियर में भी ग्राफिक्स का उपयोग किया गया है।

Maruti Dzire का Urban Luxe Edition किया शोकेस

कंपनी की ओर से नवंबर 2024 में लॉन्च की गई Dzire की नई जेनरेशन को भी Urban Luxe Edition के साथ शोकेस किया गया है। जिसमें कई पार्ट्स पर क्रोम का उपयोग किया गया है। जिससे गाड़ी का लुक काफी प्रीमियम लगता है।

Maruti Grand Vitara का Adventure Concept हुआ पेश

मिड साइज एसयूवी के तौर पर ऑफर की जाने वाली Maruti Grand Vitara को भी Adventure Concept के तौर पर शोकेस किया गया है। इसमें एसयूवी को लाइट ग्रीन रंग के साथ बेहतरीन ग्राफिक्स दिए गए हैं। रूफ पर रूफ रेल के साथ साइकिल को रखा गया है। वहीं साइड प्रोफाइल में गाड़ी पर 4X4 Allgrip के साथ पहाड़ों के ग्राफिक्स दिए गए हैं।

Maruti Jimny का Conqueror concept हुआ शोकेस

कंपनी की ओर से ऑफ रोडिंग एसयूवी के तौर पर जिम्नी को ऑफर किया जाता है। Auto Expo 2025 के दौरान इस गाड़ी के Conqueror Concept को शोकेस किया गया है। जिसमें गाड़ी को रेगिस्तान की रेत जैसे रंग वाले एक्सटीरियर के साथ लाया गया है। इसके फ्रंट में दूसरी गाड़ी से टो करवाने के लिए सेट-अप दिया गया है और साइड प्रोफाइल में ब्लैक रंग के साथ जिम्नी और 4X4 को लिखा गया है। टायर्स पर भी सफेद रंग से हाइलाइट्स दिए गए हैं। साइड प्रोफाइल के रियर में स्टैंड के साथ जैरी कैन लगाई गई हैं और छत पर स्टैंड के साथ सामान रखने की जगह बनाई गई है।

Maruti Brezza का Powerplay Concept हुआ पेश

मारुति की ओर से सब फोर मीटर एसयूवी के तौर पर ऑफर की जाने वाली ब्रेजा का पावर प्ले कॉन्सेप्ट शोकेस किया गया है। जिसमें क्रोम का उपयोग फ्रंट में किया गया है और साइड प्रोफाइल पर ब्लैक रंग के ग्राफिक्स के साथ सफेद रंग में ब्रेजा की बैजिंग दी गई है।

क्यों किए शोकेस

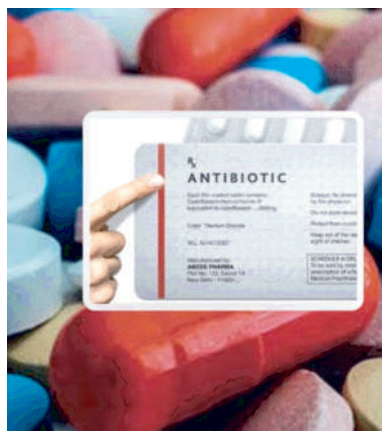
कंपनी ने ऑटो एक्सपो 2025 में इन कारों के कॉन्सेप्ट को इसलिए शोकेस किया है, जिससे लोग प्रेरणा ले सके और अपनी कार के लुक्स को और बेहतर कर पाएं। कंपनी की ओर से यह सब एक्सेसरीज के तौर पर दिखाया गया है।

दवा बाजार में एंटीबायोटिक की अप्रभावीता

विजय गर्ग

किसी के भी घर चले जाइए, आपको रसोई में खाने-पीने की चीजों की तरह दवाइयों का डिब्बा मिल जाएगा। इससे अंदाजा लगाया जा सकता है कि जहां घर के मासिक बजट में रसोई शामिल है, वहीं आम बजट में अन्य सब्जियां या बिजली बिल, दवाइयां भी शामिल हो गई हैं। ये दवाएँ वे नहीं हैं जिन्हें मधुमेह और रक्तचाप जैसी पुरानी बीमारियों के लिए रोजाना इस्तेमाल करना पड़ता है, ये सामान्य बीमारियों जैसे बुखार, सिरदर्द, मतली, पेट खराब या जोड़ों के दर्द आदि के लिए हैं; मेरा मतलब है, हमहम नशीली दवाओं पर निर्भर समाज में रह रहे हैं। समाज में औषधियों का प्रयोग उस समय से होता आ रहा है जब मनुष्य ने स्वयं को धरती पर अवतरित किया। जहां पेट की भूख के लिए इंसान पेड़ों और फलों पर निर्भर रहता था, वहीं दर्द जैसी किसी भी समस्या के लिए वह पेड़-पौधों पर निर्भर रहता था। हमारी अपनी आयुर्वेदिक पद्धति पेड़-पौधों से उत्पन्न हुई है। आज भी आयुर्वेदिक और आधुनिक विज्ञान द्वारा प्रचलित अधिकांश औषधियाँ इन्हीं पेड़-पौधों, फलों और फूलों के रस से तैयार की जाती हैं।. आधुनिक विज्ञान ने अनेक औषधियाँ प्रयोगशाला में ही तैयार की हैं। प्रयोगशालाओं में तैयार किये गये रसायन अनेक प्रयोगों से औषधियों को लाभ भी पहुंचा रहे हैं और हानि भी उठा रहे हैं। दवाइयों ने इंसान की तकलीफों को कम या पूरी तरह खत्म करने की शुरुआत तो की, लेकिन कब यह बाजार और दैनिक उपयोग की वस्तु बन गई, पता ही नहीं चला। औषधियों का प्रयोग हमें स्वस्थ बनाता है और जीवन को सही राह पर ले जाता है।

दरअसल, बात यहीं है कि कब हमारे जीवन में सामंजस्य खत्म हो गया और हम दौड़ने-कूदने और नाचने-गाने की जिंदगी में पहुंच गए। समाज कारफ्तार इतनी तेज हो गई कि एक मिनट की भी फुर्सत हमें चुभने लगी। पूंजीवादी व्यवस्था में दौड़ एक महत्वपूर्ण पहलू है। पूंजीपति हमेशा लाभ के लिए दौड़ता रहता है और अपने लिए काम करने वाले लोगों को सोने नहीं देता। वह हर जड़ी-बूटी का उपयोग लाभ के लिए करता है; चाहे वह भाईचारा हो, दोस्ती और प्यार हो या पारिवारिक सुख-सुविधा हो। इन बातों को हम दवाइयों के बढ़ते विस्तार में देख सकते हैं। दवाओं पर छपी एक्सपायरी डेट को लेकर सवाल उठते रहे हैं कि इसे जानबूझकर कम रखा जाता है ताकि पुरानी



दवा का इस्तेमाल तय सीमा से पहले किया जा सके।जाना इस तरह लाखों रुपये की दवाएं बर्बाद हो जाती हैं। आप खुद सोचिए, तय तारीख पर एक ही दवा का इस्तेमाल किया जा रहा है और फिर अचानक वही दवा बेकार हो जाती है। यहीं से लोगों की मानसिकता बन गई है कि उन्हें तारीख देखकर दवा खरीदनी है और उसी के अनुसार उसे कूड़ेदान में डालना है। ये दवाएं आमतौर पर पहली बार डॉक्टरों को दिखाने के बाद अधिक मात्रा में ली जाती हैं ताकि बार-बार डॉक्टर के पास जाने और फीस देने से बचा जा सके। इसका दूसरा पहलू केमिस्ट से दवा का पर्चा दिखाकर दवा लेने का रिवाज है।कोई भी दवा किसी केमिस्ट से प्रिसक्रिप्शन के बिना प्राप्त की जा सकती है, भले ही उसके पास प्रिसक्रिप्शन हो। इसी तरह एक और पहलू - सैकड़ों ऐसी दवाएं जो विदेशों में प्रतिबंधित हैं लेकिन हमारे देश में व्यापक रूप से उपलब्ध हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन के मानकों के अनुसार भारत में डॉक्टरों की संख्या बहुत कम है। लगभग हर गाँव में कई गैर-मान्यता प्राप्त लोग स्वतंत्र रूप से चिकित्सा का अभ्यास कर रहे हैं। उनकी सफलता के पीछे राजनीतिक मकसद भी है और बड़े पैमाने पर डॉक्टरों की कमी भी. यह बात सामने आई है कि अगर इन लोगों पर प्रतिबंध लगाया जाए तो पेंडऔर क्षेत्र की स्वास्थ्य व्यवस्था हिल जायेगी. यह नशीली दवाओं के दुरुपयोग का एक प्रमुख कारण है। देश की स्वास्थ्य व्यवस्था और चिकित्सा व्यवस्था धीरे-धीरे महंगी होती जा रही है और कॉरपोरेट घरानों के हाथों में जा रही है। यह भी एक कारण है कि लोग स्व-उपचार को प्राथमिकता दे रहे हैं। ऐसे में घर पर दवाइयां रखने का चलन बढ़ता जा रहा है। दवाइयों की बढ़ती बिक्री के कारण दवाइयों का बाजार काफी तेज है। देखा गया है कि नकली दवाओं का कारोबार बढ़ता जा रहा है। आज, युद्ध के सामान के बाद दवा बाजार सबसे अधिक लाभदायक है। पचासकुछ वर्ष पहले, बुद्धिमान डॉक्टर नवोदित डॉक्टरों से कहा करते थे कि जो डॉक्टर किसी मरीज की जांच करता है और दवा लिखता है, इसका मतलब है कि उसने बीमारी को समझ लिया है। जो डॉक्टर दो दवाएँ लिखता है, इसका मतलब है कि वह अभी भी संदेह में है और जो तीन या चार या अधिक दवाएँ लिखता है, तो समझ लें कि वह किसी दवा कंपनी का एजेंट है। इसे ध्यान में रखते हुए, आज के नुस्खों पर एक नज़र डालें। किसी भी नुस्खे में सात या आठ से कम दवाएँ नहीं होंगी। कुछ दवाएँ निश्चित हैं, जैसे एंटासिड, बी कॉम्प्लेक्स और हाफ-रेटकी नुस्खे में जो खास है वो है एंटीबायोटिक. लोगों के लिए एंटीबायोटिक दवाओं तक पहुंच पाना मुश्किल हो गया है। जैसा कि आपने देखा होगा, एंटीबायोटिक दवाओं के बारे में एक बात दवा की मात्रा है; खाने का दूसरा तरीका. इस प्रकार, रोगी स्वेच्छा से भोजन की मात्रा कम कर देता है या खाने का समय स्थगित कर देता है। अगर डॉक्टर ने पांच दिन की दवा लिखी है तो तीन दिन और सात दिन की दवा पांच दिन तक लेना आम बात है। इससे पूरे स्वास्थ्य विज्ञान को नुकसान उठाना पड़ रहा है, यानी दिन-ब-दिन एंटीबायोटिक बेअसर होती जा रही है। उस समयवह दिन दूर नहीं जब हमारे पास कीटाणुओं को मारने के लिए कोई एंटीबायोटिक नहीं बचेगा। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने इस स्थिति को गंभीर और खतरनाक बताया है और कई बार चेतावनी दी है कि एंटीबायोटिक दवाओं का इस्तेमाल सोच-समझकर करना चाहिए। ऐसी स्थिति न आये कि हम स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ उठायें और नुकसान उठायें। इसमें बड़ी संख्या में स्वास्थ्य कार्यकर्ता शामिल हैं जो दवाओं का विवेकपूर्ण तरीके से उपयोग नहीं करते हैं; खासकर वो जो गांवों में बैठे हैं. इन तथाकथित डॉक्टरों के साथ एक और समस्या है जो हर बीमारी के लिए गोलियाँ देते हैं, कैप्सूल के बजाय इंजेक्शन को प्राथमिकता दें। वे इस भ्रम में हैं कि टीकाकरण से बीमारी जल्दी ठीक हो जाएगी। टीके के भ्रम के बारे में असली बात यह है कि स्वास्थ्य विज्ञान ने टीकों का आविष्कार उस समय किया था जब मुंह से ली गई दवा पेट में पहुंचते ही पेट के एसिड द्वारा नष्ट हो जाती थी। सच तो यह है कि मरीज़ जो कुछ भी खा या पी सकता है, उसे मुँह से इंजेक्ट करना अवैज्ञानिक है। फिर टीकों के अपने नुकसान और चुनौतियाँ हैं। अब यह तरीका शहर और पढ़े-लिखे डॉक्टर भी अपनाने लगे हैं क्योंकि उन्हें मरीज से ज्यादा पैसा चाहिएले जाना है जब दवा बाजार के विस्तार और बाजार में बढ़ते पूंजीवादी प्रभाव की बात आती है, तो हर कोई इसमें शामिल हो रहा है। दवा कंपनियाँ, दवा विक्रेता, दवा विक्रेता, यहाँ तक कि डॉक्टर भी इसका हिस्सा बन रहे हैं। अस्पतालों में दवाइयों के साथ चिकित्सा प्रतिनिधियों का आना आम बात है। उनके हाथों में महंगे उपहार भी थे. बाकी छुपे छुपे क्या होगा इसका अंदाजा लगाया जा सकता है. लब्बोलुआब यह है कि जिस दवा से हमें राहत मिली, वह धीरे-धीरे गरीबों, यहां तक कि मध्यमवर्गीय परिवारों से भी दूर होती जा रही है।

बोर्ड परीक्षा-2025 में परीक्षा की चिंता को दूर करने के टिप्स

विजय गर्ग

केंद्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, सीबीएसई, कक्षा 10 और कक्षा 12 की बोर्ड परीक्षा 2025 15 फरवरी से शुरू करेगा। सीबीएसई बोर्ड परीक्षा के लिए केवल एक महीना बचा है, उम्मीदवारों को अपनी तैयारी पर ध्यान देना चाहिए और अनावश्यक तनाव से बचना चाहिए।

तनाव महसूस होना स्वाभाविक है. इसका अत्यधिक होना जरूरी नहीं है. अच्छा प्रदर्शन करने का दबाव चिंता का कारण बन सकता है, जो परीक्षा के दौरान एकाग्रता और याददाश्त में बाधा उत्पन्न कर सकता है।

सही रणनीतियों के साथ, आप परीक्षा के तनाव को प्रबंधित कर सकते हैं और अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन कर सकते हैं।

प्रभावी ढंग से तैयारी करने में आपकी सहायता करें:

1. प्रमुख विषयों को प्राथमिकता दें

उन प्रमुख अध्यायों और विषयों पर ध्यान केंद्रित करें जिनका पाठ्यक्रम में अधिक महत्व है। उन क्षेत्रों को हाइलाइट करें जिनमें अतिरिक्त अभ्यास की आवश्यकता है और अपना शेष समय इन अवधारणाओं की समीक्षा करने में व्यतीत करें। रटने के बजाय सामान्य प्रश्नों और आवश्यक विचारों को दोहराने पर ध्यान केंद्रित करें।

2. यथार्थवादी अध्ययन पैटर्न बनाए रखें

अपने दिन को अध्ययन खंडों में विभाजित करें, प्रत्येक खंड को एक अलग विषय के लिए समर्पित करें। नई सामग्री का अध्ययन करने और पुरानी अवधारणाओं को दोहराने के बीच समय को संतुलित करें। बर्नआउट को रोकने के लिए छोटे ब्रेक शामिल करें। 25-30 मिनट के लिए पोमोडोरो विधि जैसी तकनीकों का उपयोग करें, फिर 5 मिनट का ब्रेक लें। ऐसे चार सत्र पूरे करने के बाद एक लंबा ब्रेक लें।

3. पिछले वर्ष के पेपर हल करें

परीक्षा प्रारूप और प्रश्न प्रकारों से परिचित होने के लिए पिछले वर्षों के प्रश्न पत्रों का अभ्यास करें। स्वयं समय निर्धारित करके परीक्षा स्थितियों का अनुकरण करें। यह अभ्यास न केवल आपके आत्मविश्वास में सुधार करता है बल्कि आपकी गति और सटीकता को भी बढ़ाता है।

4. रिवीजन पर ध्यान दें

इस स्तर पर, जब तक आवश्यक न हो, पूरी तरह से नए विषयों को शुरू करने से बचें। इसके बजाय, उस सामग्री पर दोबारा गौर करें जिसका आप पहले ही अध्ययन कर चुके हैं। प्रमुख सूत्रों, परिभाषाओं और बिंदुओं के लिए संक्षिप्त सारांश, नोट्स या फ्लैशकार्ड बनाएं। ये परीक्षा से पहले के दिनों में त्वरित पुनरीक्षण उपकरण के रूप में काम कर सकते हैं।

5. विश्राम तकनीकों से तनाव कम करें

इष्टतम प्रदर्शन के लिए चिंता का प्रबंधन करना महत्वपूर्ण है। इन सरल विश्राम विधियों को आज़माएँ:

गहरी साँस लेना: अपनी नाक से गहरी साँस लें, कुछ सेकंड के लिए अपनी सांस रोकें और अपने मुँह से धीरे-धीरे साँस छोड़ें। शांत महसूस करने के लिए 1-2 मिनट तक दोहराएं।

सकारात्मक दृश्य: कल्पना करें कि आप परीक्षा हॉल में आत्मविश्वास से बैठे हैं और आसानी से प्रश्नों का उत्तर दे रहे हैं। इससे आपका आत्म-विश्वास बढ़ सकता है।

याद रखें, थोड़ी सी घबराहट सामान्य है और यह दर्शाती है कि आपको परिणाम की परवाह है। मुख्य बात यह है कि इसे नियंत्रण में न लेने दिया जाए।

6. अच्छी नींद लें और अच्छा खाएं

जैसे-जैसे परीक्षाएं नजदीक आती हैं, देर तक जागकर पढ़ाई करने के प्रलोभन से बचें। याददाश्त बनाए रखने और ध्यान केंद्रित करने के लिए उचित नींद (रात में 6-7 घंटे) महत्वपूर्ण है। पौष्टिक भोजन खाएं जिसमें फल, सब्जियां और मेवे शामिल हों, जो मस्तिष्क के कार्य को समर्थन देने के लिए जाने जाते हैं। हाइड्रेटेड रहें और कैफीन से बचें, क्योंकि यह चिंता बढ़ा सकता है।

7. तुलना न करें और सकारात्मक रहें

अपने साथियों से अपनी तुलना करने से बचें, क्योंकि हर किसी की सीखने की अपनी गति और तरीके होते हैं। अपनी प्रगति पर ध्यान दें और अपनी तैयारी पर भरोसा रखें। अपने आप को याद दिलाएं कि आपने कड़ी मेहनत से पढ़ाई की है और अच्छा प्रदर्शन करने के लिए तैयार हैं।

लगातार बने रहें, खुद पर विश्वास रखें और आगामी बोर्ड परीक्षा 2025 में अपना सर्वश्रेष्ठ प्रयास करें!

प्रतिफल की आस

विजय गर्ग

इस संसार में बिना प्रतिफल की आस के कोई भी मानवीय क्रिया संभव नहीं होती । इस तथ्य को वैज्ञानिक नजरिये से भी समझा जा सकता है कि हर क्रिया की प्रतिक्रिया होती है। इसी तर्ज पर अगर वैश्विक परिदृश्य में अलग-अलग कानून और व्यवस्था के उल्लंघन पर दंडित होने का डर नहीं होता, यानी अनुशासित रहकर निर्बाध जिंदगी बसर करने का आश्वासन नहीं होता, तो निश्चित ही फिर इंसान में इंसानियत के कहीं लक्षण दिखाई नहीं देते। उसकी मनमर्जी के चलते यह संसार ही जीने लायक नहीं रहता। चहुंओर अराजकता का बोलबाला होता। इस बात कुछ यों कहा जाए कि भैंस उसी की होती, जिसके हाथ में लाठी होती । जहां तक भारतीय संदर्भों का सवाल है, तो हमारे यहां धार्मिक क्रियाकलाप भी किसी न किसी प्रत्याशा के चलते ही मूर्त रूप लिया करते हैं। अगर धर्म ग्रंथों में स्वर्ग या नर्क की अवधारणा का उल्लेख नहीं होता, सांसारिक भवसागर से पार जाकर जनम-मरण के झंझट से मुक्त होने का आधार नहीं होता और पाप और पुण्य की अवधारणा पर जोर नहीं दिया गया होता, तो समाज का आज जितना कुछ उज्ज्वल स्वरूप दिखाई देता है, शायद ऐसा नहीं हो पाता। वैसे पाप और पुण्य कर्म की समझ के चलते कुछ हद तक कानून और व्यवस्था का परिपालन स्वयं ही होता नजर आता है।

सामाजिक जनजीवन में भी तथाकथित निस्वार्थ भाव से परोपकार के चलते भी कहीं न कहीं किसी न किसी अंश में श्रेय लेने की प्रतिस्पर्धा दिखाई देती है। कभी-कभी तो धन शक्ति की प्रबलता के चलते उमड़ रही श्रद्धा का मूल्यांकन भी अर्थ त्याग करने के आधार पर ही किया जाता है। इसमें भी परलोक सुधारने के भाव दिखाई देते हैं। वैसे जाहिर तौर पर विशुद्ध रूप से बिना किसी प्रचार-प्रसार के परोपकार की दृष्टि से काम किया जाता है, जिसका प्रत्यक्ष रूप से तो कोई सीधा प्रतिफल नहीं मिलता, लेकिन दाता या कर्ता के अंतर्मन में असीम आनंद की दिव्य अनुभूति अवश्य होती है। काफी संख्या में ऐसे ही किसी आनंद की अनुभूति के निमित्त दाता या कर्ता भाव रखते हैं। सरल शब्दों मे इसे तोहफे के बदले तोहफा पाने के रूप में लिया जा सकता है।

पारिवारिक जीवन में तमाम संबोधन के रिश्ते-नातों का परिपालन अपनत्व की भावना से जरूर किया जाता है, लेकिन इसमें भी काफी हद तक एक को दूसरे का संबल माना जाता है। वैसे वंशानुगत रिश्ते भावनाओं से भरे होते हैं, जिसमें लोकलाज और लोक व्यवहार के पालन की भी भावना होती है। इसके चलते पारिवारिक परंपरा के परिपालन के साथ-साथ पारिवारिक सुरक्षा का भाव भी विद्यमान होता है। गरज यह कि अंतर्मन की भावनाओं के वेग के वशीभूत पारिवारिक रिश्तों का परिपालन किया जाता है। आजकल कहीं-कहीं कुछ अंशों में 'लोग क्या कहेंगे' उक्ति की आशंका के चलते भी मन ही मन बोझ समझे जाने वाले रिश्ते का परिपालन मन मारकर कर लिया जाता है। यह दिखावा समाज की नजरों में गिरने नहीं देता ।

दरअसल, आजकल समय ही ऐसा आ गया है कि कई रिश्ते स्वार्थ प्रेरित होने लगे हैं। व्यवहार में देखा गया है कि कई बार रिश्तों में 'इस हाथ दे और उस हाथ ले' का गणित काम करता दिखाई देता है। रहा सवाल व्यक्तिगत रिश्ते-नातों का, तो इन दिनों व्यावसायिक रिश्ते काफी हद तक पारिवारिक रिश्तों पर भारी पड़ते दिखाई देते हैं। वास्तव में ज्यादातर रिश्ते को निहित स्वार्थ की दृष्टि से देखा जाने लगा है। एक प्रकार से कोई न कोई प्रतिफल की अपेक्षा के साथ परस्पर संबंधों का निर्वहन किया जाने लगा है। जरूरी नहीं कि यह प्रतिफल आर्थिक ही हो । प्रतिफल का स्वरूप सामने वाले द्वारा पूर्व में किए गए उपकार के बदले भी हो सकता है और हम जिस पर उपकार कर रहे हैं, उसका भावी प्रतिफल मिलने की आशा से भी हो सकता है ।

जहां तक निहायत व्यक्तिगत संबंधों की बात है, इन संबंधों का आधार एक दूसरे की जरूरत पर निर्भर रहता है। जाहिर है कि यह आधार शारीरिक और मानसिक, दोनों ही प्रकार का होता है। आमतौर पर पति - पत्नी को हमारी धर्म संस्कृति में सात जन्मों के साथ के रूप में निरूपित किया जाता है। हालांकि इसमें भावनाओं का सहारा लेकर कुल की मर्यादा के अनुरूप आचरण और व्यवहार का दोनों ही पक्ष शिद्दत से पालन करते दिखाई देते हैं, लेकिन ऐसा रिश्ता भी कहीं न कहीं दोनों हाथों से ताली बजने वाली मानसिकता लिए हुए होता है। एक के संकट में दूसरे का साथ, यह आश्वासन ऐसे रिश्ते में अघोषित रूप से रहता ही है। जीवनसाथी से एक दूसरे का जीवन भर का साथ निभाने का समझौता होता है । यह आश्वस्ति प्रतिफल ही तो है ।

आवरण चाहे जो चढ़ाया जाए, लेकिन सच यही है कि लगभग हर रिश्ता किसी न किसी रूप में प्रतिफल की आस लिए होता है। यही कारण है कि भारतीय परिवेश में तमाम तरह के रिश्तों को कुटुंब या परिवार के अभिन्न अंग के रूप में स्वीकार किया जाता है। दरअसल, जमाने का दस्तूर है कि आप किसी के लिए कुछ करेंगे तो सामने वाले आपके लिए कुछ करेंगे । और सामने वाले ने हमारे लिए कुछ किया है तो हमें सामने वाले के लिए कुछ करना होगा। इस संसार में एकतरफा कभी कुछ नहीं होता । इन तमाम बातों का लब्बोलुआब यही है कि इस संसार में एक हाथ से कभी ताली नहीं बजा करती।

ड्रोन से बदलेगा कृषि का स्वरूप

विजय गर्ग

भारत जैसे देश में कृषि अर्थव्यवस्था का एक महत्वपूर्ण स्तंभ है। ड्रोन तकनीक कृषि क्षेत्र में एक गेम चेंजर साबित हो रही है। ड्रोन तकनीक न केवल किसानों के लिए, बल्कि पूरे कृषि क्षेत्र के लिए अपार संभावनाएं प्रदान करती है। यह किसानों को अधिक कुशल, टिकाऊ और लाभदायक तरीके से खेती करने में मदद कर रही है। सरकार निजी क्षेत्र, अनुसंधान संस्थानों और किसानों के संयुक्त प्रयासों से ड्रोन तकनीक का उपयोग और बढ़ेगा। यह भारतीय कृषि को नई ऊंचाइयों पर ले जाएगी, जिससे खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित होगी और किसानों की आय में वृद्धि होगी।

ड्रोन को मानवरहित हवाई वाहन भी कहा जाता है। आधुनिक सेंसर, कैमरों, जीपीएस और अन्य तकनीकों से लैस होते हैं। ये कृषि कार्यों में विभिन्न तरीकों से उपयोगी साबित हो रहे हैं। वे रोगग्रस्त पौधों, कीटों के प्रकोप, खरपतवारों की उपस्थिति और पोषक तत्वों की कमी वाले क्षेत्रों की सटीक पहचान कर सकते हैं।

इससे किसानों को समय पर उचित कदम उठाने, जैसे कि लक्षित कीटनाशक या उर्वरक का उपयोग करने और नुकसान को कम करने में मदद मिलती है। ड्रोन द्वारा एकत्रित डाटा से उपज का अनुमान भी लगाया जा सकता है, जिससे किसानों को फसल की कटाई और विपणन की योजना बनाने में मदद मिलती है। ड्रोन पारंपरिक तरीकों की तुलना में बहुत कम समय में एक बड़े क्षेत्र में कीटनाशक और उर्वरक का सटीक छिड़काव कर सकते हैं। यह न केवल समय और श्रम बचाता है, बल्कि रसायनों के उपयोग को भी अनुकूलित करता है, जिससे पर्यावरण पर नकारात्मक प्रभाव कम होता है। ड्रोन द्वारा सटीक छिड़काव से रसायनों की बर्बादी भी कम होती है और लागत में कमी आती है। ड्रोन भूमि सर्वेक्षण और मानचित्रण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। यह जानकारी किसानों को खेत की सीमाओं को परिभाषित करने, ढलान और जल निकासी का विश्लेषण करने, सिंचाई प्रणालियों को डिजाइन करने और अन्य कृषि गतिविधियों को प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने में मदद करती है। कुछ विशेष रूप से डिजाइन किए गए ड्रोन बीजों को फैलाने और पौधरोपण करने में भी सक्षम हैं, जिससे बोआई और पौधारोपण की प्रक्रिया को तेज और अधिक कुशल बनाया जा सकता है। ड्रोन का उपयोग मवेशियों की गतिविधियों की निगरानी के लिए भी किया जा सकता है। ड्रोन खेतों में नमी के स्तर का आकलन भी कर सकते हैं, जिससे किसानों को सिंचाई की योजना बनाने और पानी के उपयोग को अनुकूलित करने में मदद मिलती है। इससे पानी की बचत होती है। और फसल की उपज में सुधार होता है। कुल मिलाकर एआइ, मशीन लर्निंग और इंटरनेट आफ थिंग्स जैसी तकनीकों के साथ ड्रोन का एकीकरण कृषि को और भी अधिक कुशल और टिकाऊ बना देगा।

वैज्ञानिक प्रगति के दौर में समाज तेजी से बदलाव की ओर बढ़ रहे हैं

विजय गर्ग

वैज्ञानिक प्रगति के दौर में समाज तेजी से बदलाव का सामना कर रहा है। विज्ञान और तकनीक ने न केवल मानव जीवन को सरल बनाया है, बल्कि समाज के हर क्षेत्र में गहरा प्रभाव डाला है। इसके प्रभाव को निम्नलिखित पहलुओं में समझा जा सकता है:

1. संचार और सूचना का प्रसार

इंटरनेट और मोबाइल तकनीक ने समाज को वैश्विक रूप से जोड़ा है। लोग अब किसी भी कोने में बैठकर जानकारी प्राप्त कर सकते हैं और साझा कर सकते हैं।

सोशल मीडिया ने समाज के विचारों और संवाद के तरीके को बदल दिया है।

2. शिक्षा और ज्ञान का विस्तार

ऑनलाइन शिक्षा और डिजिटल प्लेटफ़ॉर्म ने शिक्षा को अधिक सुलभ बनाया है। ग्रामीण और शहरी दोनों क्षेत्रों के लोग उच्च गुणवत्ता की शिक्षा प्राप्त कर सकते हैं।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और डेटा एनालिटिक्स के उपयोग से शिक्षा में व्यक्तिगत अनुकूलन संभव हुआ है।

3. स्वास्थ्य और चिकित्सा में सुधार

वैज्ञानिक प्रगति ने नई दवाओं, उपचारों और तकनीकों को विकसित किया है, जिससे कई बीमारियों का इलाज संभव हुआ है।

टेलीमेडिसिन और स्वास्थ्य तकनीकों ने स्वास्थ्य सेवाओं को दूरस्थ क्षेत्रों तक पहुँचाया है।

4. औद्योगिक और आर्थिक विकास

ऑटोमेशन और मशीन लर्निंग ने उत्पादन प्रक्रिया को तेज और सटीक बनाया है। इससे आर्थिक विकास को बढ़ावा मिला है।

ई-कॉमर्स और डिजिटल भुगतान प्रणालियों ने व्यापार और उपभोक्ता व्यवहार को नया आयाम दिया है।

5. पर्यावरण और चुनौतियाँ

जबकि विज्ञान ने विकास को गति दी है, पर्यावरणीय समस्याओं जैसे जलवायु परिवर्तन, प्रदूषण और प्राकृतिक संसाधनों की कमी का सामना करना पड़ रहा है।

नवीकरणीय ऊर्जा और हरित प्रौद्योगिकी जैसी नई पहलें इस समस्या का समाधान देने की कोशिश कर रही हैं।

6. सामाजिक संरचना में बदलाव

विज्ञान और तकनीक ने पारंपरिक सामाजिक ढाँचों को चुनौती दी है। महिलाओं, युवाओं और अल्पसंख्यकों को नई संभावनाएँ मिली हैं।

हालांकि, डिजिटल डिवाइड और नैतिक मुद्दे नई समस्याएँ पैदा कर रहे हैं।

निष्कर्ष:

वैज्ञानिक प्रगति ने समाज को नई ऊँचाइयों पर पहुँचाया है, लेकिन इसके साथ सामाजिक, नैतिक और पर्यावरणीय जिम्मेदारियाँ भी बढ़ी हैं। यदि इस प्रगति का सही उपयोग किया जाए, तो यह समाज के लिए असीम संभावनाएँ प्रस्तुत कर सकती है।

महाकुंभ: आध्यात्मिक उत्साह आर्थिक पुनरुद्धार से मिलता है

विजय गर्ग

महाकुंभ का यह संस्करण न केवल दुनिया का सबसे बड़ा धार्मिक समागम है, बल्कि उत्तर प्रदेश की विकसित होती आर्थिक शक्ति और सांस्कृतिक भव्यता का प्रदर्शन भी है। प्रयागराज में महाकुंभ के पहले दिन 3 करोड़ से अधिक राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय श्रद्धालुओं ने पवित्र डुबकी लगाकर उस बात की पुष्टि की है जो हम पिछले कई महीनों से कहते आ रहे हैं। पैमाने और भव्यता के मामले में, महाकुंभ का यह संस्करण न केवल ग्रह पर सबसे बड़ा धार्मिक समागम होगा। लेकिन यह बहुत लंबे समय तक बेजोड़ भी रहेगा. हमारा अनुमान है कि अंततः इसके लगभग 400 मिलियन आगंतुक होंगे (पिछले संस्करण के दोगुने से भी अधिक)। लेकिन अगर वास्तविक संख्या मामूली अंतर से हमारी उम्मीदों से अधिक हो तो आश्चर्य नहीं होगा। विस्तृत व्यवस्थाएँ कम ही होंगी। एक अधिक उपयुक्त शब्द महाकाव्य-स्तर की तैयारी होगी। हां, इस भव्य आयोजन में यही बात कही गई जिसे हम हमेशा याद रखना चाहेंगे। यूपी सरकार ने लगभग 7,000 करोड़ रुपये के अनुमानित व्यय पर विश्व स्तरीय सुविधाएं बनाने के लिए 540 से अधिक परियोजनाओं को मंजूरी दी थी। आप साइट पर जाएं और आप देखेंगे कि एक विशाल नया शहर (4,000 हेक्टेयर को कवर करते हुए) बसाया गया है, जिसमें 1.5 लाख से अधिक तंबू और उन्नत चिकित्सा केंद्रों और व्यवसायों के लिए अलग-अलग जगहों सहित सभी बुनियादी सुविधाएं हैं। उपभोक्ता-सामना वाले व्यवसाय में शायद ही कोई नाम (बड़ा या छोटा) हो जो आपको पवित्र स्थल पर भक्तों को उनके प्रसाद की सेवा करने में गायब मिलेगा। संचयी आधार पर, हम 2 लाख करोड़ रुपये या 24 बिलियन डॉलर से अधिक की आर्थिक गतिविधियों की उम्मीद कर रहे हैं जो कि आश्चर्यजनक है। इस मेगा इवेंट के लिए बनाया गया सुरक्षा आर्किटेक्चर कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) द्वारा संचालित है, जो एक अतिरिक्त सुविधा है। हमारा उद्देश्य सरल रहा है. हम एक ऐसी साइट बनाना चाहते थे जिसमें उच्चतम स्तर के धार्मिक उत्साह और सर्वोत्तम श्रेणी की आधुनिक सुविधाओं का सर्वोत्तम संभव मिश्रण हो। और आगंतुकों की प्रारंभिक प्रतिक्रिया से, हम काफी हद तक सफल होते दिख रहे हैं। यह कहना कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी कि हमने यह सुनिश्चित करने में कोई कसर नहीं छोड़ी कि यह भव्य धार्मिक आयोजन एक अद्वितीय स्वरूप धारण करे। योजना चरण के पहले दिन से ही हमारा मुख्य ध्यान इसी पर था क्योंकि हम जानते थे कि इस बार का महाकुंभ दुनिया के लिए कई महत्वपूर्ण संदेश भी छोड़ेगा। प्रतीकात्मक रूप से, ऐसे समय में जब भू-राजनीतिक उथल-पुथल काफी स्पष्ट है और दुनिया के कई कोनों में धार्मिक असहिष्णुता अपना सिर उठा रही है, प्रयागराज में महाकुंभ हमारी सनातनी विरासत की समृद्धि को साबित करने का एक और अवसर है जो इसमें निहित है। सह-अस्तित्व और मानवता के कल्याण का दर्शन। हजारों विदेशी भक्तों (न केवल एनआरआई बल्कि अन्य राष्ट्रीयताओं और धर्मों के भक्त भी) के पवित्र स्थल पर पहुंचने और भारत की धार्मिक ताकत की भव्यता का अनुभव करने की उम्मीद है, शो में उन्हें दुनिया के प्राचीन समाज की एक झलक भी पेश करनी है। एक गंभीर पुनरुत्थान मोड. इस आयोजन को कई क्षेत्रों में वैश्विक नेतृत्व के हमारे सूक्ष्म दावे को आंतरिक रूप से मान्य करना होगा। एक और महत्वपूर्ण संदेश है जो हम इस बार महाकुंभ से देना चाहते हैं। और इसका संबंध उत्तर प्रदेश की बढ़ती आर्थिक ताकत से है। हाल के दशक तक अपमानजनक 'बीमारू' राज्य क्लब में रहने से, राज्य के आर्थिक भाग्य में बदलाव उस स्थान पर काफी स्पष्ट होगा जिसके लिए हमनेकोई कसर नहीं छोड़ी. यह वास्तव में एक उद्देश्य है कि लाखों आगंतुक एक आधुनिक और संपन्न अर्थव्यवस्था की छाप लेकर आएं। हम 2017 से राज्य की अर्थव्यवस्था को पुनर्जीवित करने के लिए काफी मेहनत कर रहे हैं और इसे देश में लीडर्स क्लब (राज्यों के बीच) में लाने की कोशिश कर रहे हैं। कई नीतिगत और विनियामक हस्तक्षेप हुए हैं जिनके सकारात्मक परिणाम आए हैं। हम तीसरी सबसे बड़ी अर्थव्यवस्था (राज्यवार) हैं जिसकी राष्ट्रीय सकल घरेलू उत्पाद में 8 प्रतिशत से अधिक की प्रभावशाली हिस्सेदारी है। पिछले सात-आठ वर्षों में राज्य की अर्थव्यवस्था की वार्षिक वृद्धि 11 प्रतिशत रही है, जो देश में सबसे अधिक है। भूमि से घिरा राज्य होने के बावजूद, राष्ट्रीय निर्यात में हमारी हिस्सेदारी लगभग 5 प्रतिशत है, जिसने हमारी परिभाषित विपणन विकास सहायता योजना को सुविधाजनक बनाया है। इस वर्ष, हम एक नई निर्यात नीति की घोषणा करेंगे जो कहीं बेहतर बुनियादी ढांचे से उभरने वाले नए व्यापार अवसरों (अगले पांच वर्षों के लिए) को ध्यान में रखेगी। आज हमारे पास देश का सबसे बड़ा रेल नेटवर्क, राष्ट्रीय हिस्से में एक्सप्रेसवे का 38 प्रतिशत हिस्सा, चार अंतरराष्ट्रीय और नौ घरेलू हवाई अड्डे हैं। इसके अलावा, विश्व स्तरीय जेवर हवाई अड्डे सहित सात नए हवाई अड्डे निर्माणाधीन हैं, जिनका जल्द ही अनावरण किया जाएगा। जमीनी स्तर की अर्थव्यवस्थाओं को सक्रिय करने के लिए, हमारी प्रमुख पहलों में से एक रही है: एक-जिला-एक-उत्पाद योजना। 2018 में शुरू की गई, यह योजना 75 जिलों के विशिष्ट यूएसपी उत्पाद की पहचान करना और स्थानीय हितधारकों को सरकारी एजेंसियों से चौतरफा समर्थन (विपणन के लिए प्रशिक्षण) के साथ उस व्यवसाय को अगले स्तर तक ले जाने में मदद करना है। योजना की शुरुआत के बाद से, हमने राज्य भर में 1,33,472 से अधिक कारीगरों को समर्थन दिया है। राज्य की अर्थव्यवस्था में निर्णायक बदलाव लाने के प्रयासों से काफी लाभ हुआ है, जिससे हमें अपनी विकास गति को और आगे बढ़ाने और 1 ट्रिलियन डॉलर बनने के लिए प्रतिबद्ध होने के लिए प्रेरित किया गया है। निकट भविष्य में अर्थव्यवस्था। यह हमारे आर्थिक मुक्ति मार्ग का मूल उद्देश्य है, जिसे हम काफी समय से अपना रहे हैं। और मुझे पूरा विश्वास है, इस बार महाकुंभ में आने वालों को इसके पर्याप्त दर्शन भी होंगे।

बजट में होगा सस्ते इलाज का उपाय? क्या हैं हेल्थ सेक्टर की वित्त मंत्री से उम्मीदें

परिवहन विशेष न्यूज

हेल्थ सेक्टर आगामी बजट में टैक्स सुधार की भी उम्मीद कर रहा है। इस सेक्टर से जुड़े एक्सपर्ट स्वास्थ्य सेवाओं पर जीएसटी को शून्य करने या इसे 5 फीसदी वाले स्लैब में लाने की वकालत कर रहे हैं। इससे अस्पतालों और नर्सिंग होम की लागत में काफी कमी आ सकती है। हेल्थ सेक्टर अस्पतालों को बुनियादी ढांचे के निवेश के रूप में Reclassified करने की भी मांग कर रही है।

नई दिल्ली। वित्तमंत्री निर्मला सीतारमण वित्त वर्ष 2025-26 के लिए केंद्रीय बजट 1 फरवरी को पेश करेंगी। सरकार हेल्थ सेक्टर पर फोकस लगातार बढ़ा रही है। ऐसे में जानकारों का मानना है कि इस बार बजट में हेल्थ जैसे प्रमुख सेक्टर के लिए आवंटन करीब 10 फीसदी तक बढ़ाया जा सकता है। साथ ही, मेडिकल डिवाइसेज पर एक समान जीएसटी की भी मांग हो रही है। पिछले साल आम बजट में वित्त मंत्री ने हेल्थ के लिए 90,958 करोड़ रुपये दिए थे।

राष्ट्रीय स्वास्थ्य लेखा अनुमानों के अनुसार, भारत में स्वास्थ्य सेवा पर होने वाला खर्च 2013-14 में 64.2 फीसदी से घटकर 2021-22 में 39.4 फीसदी हो गया है, लेकिन यूनिवर्सल हेल्थ कवरेज (UHC) की ओर यात्रा चुनौतीपूर्ण बनी हुई है। इसी अवधि में सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवा व्यय जीडीपी के 1.13 फीसदी से बढ़कर 1.84 फीसदी हो गया है। हालांकि, एक्सपर्ट का मानना है कि यह 2030 तक 3 फीसदी के लक्ष्य से बहुत दूर है।

हेल्थ सेक्टर के लिए रोडमैप की जरूरत

फोर्टिस हॉस्पिटल में न्यूरोलॉजी विभाग के प्रमुख और निदेशक डॉ. प्रवीण गुप्ता ने कहा, 'हमें पब्लिक सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवा खर्च बढ़ाने के लिए एक स्पष्ट रोडमैप की उम्मीद है। रणनीतिक निवेश और सहायक नीतियों से ग्रामीण-शहरी विभाजन को पाटा जा सकता है और विशेष रूप से वंचित क्षेत्रों में महत्वपूर्ण देखभाल तक पहुंच सुनिश्चित की जा सकती है।' उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि देश के हर कोने तक स्वास्थ्य सेवा पहुंचाने के लिए सभी हितधारकों को शामिल करते हुए एक समग्र दृष्टिकोण जरूरी है।

टैक्स में भी सुधार चाहता है सेक्टर

हेल्थ सेक्टर आगामी बजट में टैक्स सुधार की भी उम्मीद कर रहा है। इस सेक्टर से जुड़े एक्सपर्ट स्वास्थ्य सेवाओं पर जीएसटी को शून्य करने या इसे 5 फीसदी वाले स्लैब में लाने की वकालत कर रहे हैं। इससे अस्पतालों और नर्सिंग होम की लागत में काफी कमी आ सकती है।

आकाश हेल्थकेयर के प्रबंध निदेशक डॉ. आशीष चौधरी ने कहा, ₹नई स्वास्थ्य सेवा परियोजनाओं के लिए आयकर अधिनियम की धारा 35AD के तहत 150 फीसदी कटौती को बहाल करना और नए प्रोजेक्ट के लिए न्यूनतम 15 साल के लिए टैक्स छूट देना, साथ ही मौजूदा सुविधाओं के लिए 10 साल की टैक्स राहत भी प्रमुख मांगें हैं।

निजी क्षेत्र की भागीदारी बढ़ाने की मांग

हेल्थ सेक्टर अस्पतालों को बुनियादी ढांचे के निवेश के रूप में पुनर्वर्गीकृत (Reclassified) करने की भी मांग कर रही है। इससे निजी क्षेत्र की भागीदारी को आकर्षित करने में आसानी हो सकती है। यह अत्याधुनिक स्वास्थ्य सुविधाओं के निर्माण के लिए जरूरी है। चिकित्सा उपकरणों के लिए ब्याज दर में छूट के साथ, ये सुधार भारत के स्वास्थ्य सेवा क्षेत्र को आधुनिक बनाने के लिए आवश्यक वित्तीय प्रोत्साहन प्रदान कर सकते हैं।

पीएसआरआई अस्पताल में डीजीएम फाइनेंस अनूप मेहरा ने बताया, ₹अस्पतालों को बुनियादी ढांचे के रूप में पुनर्वर्गीकृत करने से दीर्घकालिक निवेश के रास्ते खुल सकते हैं,

जिससे इस क्षेत्र को क्षमता का विस्तार करने और सेवा वितरण में सुधार करने में मदद मिलेगी।₹

आयुष्मान भारत के बारे में भी सुझाव

भारत के टियर II और टियर III शहर स्वास्थ्य सेवा के बुनियादी ढांचे के मामले में कम सेवा वाले हैं। हेल्थ इंडस्ट्री इन क्षेत्रों में निजी स्वास्थ्य सुविधाओं को बढ़ाने की तत्काल जरूरत पर जोर दे रही है। स्वास्थ्य सेवा पहुंच में सुधार के उद्देश्य से आयुष्मान भारत-पीएमजेएवाई योजना ने छोटे शहरों में मांग में वृद्धि की है। हालांकि, हेल्थ सेक्टर का दावा है कि इस योजना के मौजूदा मूल्य निर्धारण मॉडल सेवा वितरण की वास्तविक लागत को दर्शाने में विफल रहते हैं। इससे हेल्थ सर्विस प्रोवाइडर वित्तीय रूप से मुश्किल में पड़ जाते हैं।

बानेर पुणे में जुपिटर अस्पताल के सीईओ डॉ. राजेंद्र पाटनकर ने कहा, ₹पैकेज मूल्य निर्धारण को तर्कसंगत बनाना और बिजली और उपयोगिताओं के लिए परिचालन सब्सिडी प्रदान करना, जो सरकारी अस्पतालों को दी जाती है, इस बोझ को कम कर सकता है। न्यायसंगत मूल्य निर्धारण मॉडल और परिचालन लागत पर राहत के बिना, स्वास्थ्य सेवा प्रदाता इन क्षेत्रों में परिचालन को बनाए नहीं रख सकते हैं,₹।

एनसीडी से भारत को $6 ट्रिलियन का नुकसान

गैर-संचारी रोगों (एनसीडी) में वृद्धि एक और महत्वपूर्ण चुनौती है। 2030 तक, एनसीडी से भारत को $6 ट्रिलियन का नुकसान होने का अनुमान है। इससे व्यापक जांच और निदान कार्यक्रम तत्काल प्राथमिकता बन गए हैं। सिटी एक्स-रे के सीईओ डॉ. आकार कपूर ने इन कार्यक्रमों के महत्व पर जोर देते हुए कहा, 'जल्दी पता लगाने से दीर्घकालिक स्वास्थ्य सेवा लागत कम हो सकती है और रोगी के परिणाम बेहतर हो सकते हैं। इस दृष्टिकोण को वास्तविकता बनाने के लिए डायग्नोस्टिक केंद्रों के लिए कर छूट और उपकरणों पर कम आयात शुल्क जैसे प्रोत्साहन आवश्यक हैं।'

भारत में मेडिकल वैल्यू ट्रैवल (एमवीटी) की भी जबरदस्त संभावनाएं हैं, लेकिन मौजूदा नीतियां इस उभरते क्षेत्र का पूरा समर्थन नहीं करती हैं। एशियन हॉस्पिटल के चेयरमैन और प्रबंध निदेशक डॉ. एन. के. पांडे ने जोर देकर कहा, ₹मेडिकल टूरिज्म से होने वाली आय पर कर छूट और अंतरराष्ट्रीय मरीजों के लिए वीजा प्रक्रिया को सरल बनाने से भारत स्वास्थ्य सेवाओं के लिए वैश्विक केंद्र बन सकता है। भारत की चिकित्सा विशेषज्ञता और लागत लाभ बेजोड़ हैं, लेकिन ज्यादा से ज्यादा मरीजों को आकर्षित करने के लिए मेडिकल वीजा में नीतिगत सुधार और शुल्क को तर्कसंगत बनाना आवश्यक है।"

इन्फ्रास्ट्रक्चर बढ़ाने में फंडिंग की दिक्कत

स्वास्थ्य सेवा के बुनियादी ढांचे को बढ़ाने में फंडिंग एक महत्वपूर्ण बाधा बनी हुई है। विशेषज्ञ "फंड ऑफ फंड्स", सार्वजनिक-निजी भागीदारी (पीपीपी) मॉडल और रियल एस्टेट इन्वेस्टमेंट ट्रस्ट (आरईआईटी) जैसे स्वास्थ्य सेवा-विशिष्ट व्यवसाय ट्रस्टों के निर्माण जैसे अभिनव वित्तपोषण तंत्र की सलाह देते हैं। डॉ. गुप्ता ने कहा, "अनुकूलित फंडिंग तंत्र नवाचार को बढ़ावा दे सकते हैं और हमारी आबादी की बढ़ती मांगों को पूरा करने के लिए बुनियादी ढांचे का विस्तार कर सकते हैं।"

यह क्षेत्र ग्रामीण और अर्ध-शहरी क्षेत्रों में स्वास्थ्य सेवा पेशेवरों और महत्वपूर्ण देखभाल सुविधाओं की तीव्र कमी को दूर करने के लिए सरकारी सहायता भी चाहता है। जबकि 70 फीसदी आबादी ग्रामीण भारत में रहती है, 80 फीसदी विशेषज्ञ शहरी केंद्रों में केंद्रित हैं। यह असमानता, छोटे शहरों में उन्नत चिकित्सा उपकरणों की कमी के साथ मिलकर, गुणवत्तापूर्ण देखभाल प्रदान करने में एक महत्वपूर्ण बाधा है। इस अंतर को पाटने के लिए सार्वजनिक और निजी क्षेत्रों के बीच सहयोगात्मक प्रयासों की आवश्यकता है। अनूप मेहरा, के अनुसार, 'सरकार को कम सेवा वाले क्षेत्रों में कुशल पेशेवरों को आकर्षित करने और व्यापक स्वास्थ्य सेवा पारिस्थितिकी तंत्र के निर्माण में निवेश करने के लिए प्रोत्साहन बनाना चाहिए।'

बीमा सुधारों की भी है जरूरत

स्वास्थ्य सेवा के क्षेत्र में अग्रणी और विशेषज्ञों ने बीमा सुधारों के महत्व पर भी जोर दिया। आयुष्मान भारत जैसी योजनाओं के बावजूद, बीमा की पहुंच कम है, जिससे कई परिवार भयावह स्वास्थ्य खर्चों के प्रति संवेदनशील हैं। सभी नागरिकों के लिए अनिवार्य स्वास्थ्य बीमा लागू करना और धीरे-धीरे स्व-नियोजित पेशेवरों को कवरेज प्रदान करना स्वास्थ्य सेवा को अधिक न्यायसंगत बना सकता है।

भारत का स्वास्थ्य सेवा क्षेत्र एक चौराहे पर खड़ा है, जिसमें इसके वितरण प्रणालियों को बदलने की अपार संभावनाएं हैं। बुनियादी ढांचे में महत्वपूर्ण निवेश, तर्कसंगत नीतियां और हितधारकों के बीच बढ़ता सहयोग 2030 तक सभी के लिए स्वास्थ्य सेवा के महत्वाकांक्षी लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए महत्वपूर्ण हैं। स्वास्थ्य क्षेत्र के विशेषज्ञों का माननाहै कि केंद्रीय बजट इन चुनौतियों का समाधान करने और एक स्थायी और समावेशी स्वास्थ्य सेवा प्रणाली के लिए आधार तैयार करने का एक अनूठा अवसर प्रदान करता है।

डॉ. चौधरी ने कहा, "यह निर्णायक कार्रवाई का समय है। फंडिंग, पहुंच और नवाचार को प्राथमिकता देकर, सरकार सभी नागरिकों के लिए स्वास्थ्य सेवा को सुलभ, सस्ती और न्यायसंगत बना सकती है।"

खाने के रिफाइंड तेल पर बढ़ाया जाए आयात शुल्क, उद्योग संगठनों ने वित्त मंत्री से की अपील

बजट 2025 एसईए ने वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण से अपील की है कि खाने के रिफाइंड तेल पर आयात शुल्क बढ़ाया जाए। उद्योग संगठनों ने इस संबंध में वित्त मंत्री को बजट ज्ञापन भेजा है। एसईए ने तैयार उत्पादों के शुल्क-मुक्त आयात पर प्रतिबंध की मांग की है। एसईए ने कहा है कि रिफाइंड पाम तेल के आयात पर शुल्क को मौजूदा 12.5 प्रतिशत से बढ़ाकर 15 प्रतिशत किया जाए।

नई दिल्ली। उद्योग संगठन सॉल्वेंट एक्सट्रैक्टर्स एसोसिएशन ऑफ इंडिया (एसईए) ने सरकार से आगामी बजट में रिफाइंड खाद्य तेल के आयात पर शुल्क बढ़ाने, साबुन और नूडल्स जैसे तैयार उत्पादों के शुल्क-मुक्त आयात पर प्रतिबंध लगाने और तेल रहित चावल की भूसी पर पांच प्रतिशत जीएसटी लगाने की मांग की है।

वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण को भेजे बजट ज्ञापन में एसईए ने तिलहन उत्पादन को बढ़ावा देने और आयात पर निर्भरता कम करने के लिए राष्ट्रीय खाद्य तेल मिशन शुरू में वित्तीय प्रोत्साहन बढ़ाने की आवश्यकता पर जोर दिया है।

अगले पांच साल में 25 हजार करोड़ रुपये की होगी जरूरत

एसईए का कहना है कि राष्ट्रीय खाद्य तेल मिशन के तहत वित्त वर्ष 2029-30 तक खाद्य तेल आयात पर निर्भरता 25-30 प्रतिशत पर लाने के लिए अगले पांच वर्षों में 25 हजार करोड़ रुपये की आवश्यकता होगी।

पाम तेल का बढ़ता आयात चिंता का विषय

अभी इस मिशन के लिए 10 हजार करोड़ रुपये का प्रविधान किया गया है और खाद्य तेल आयात पर निर्भरता 65 प्रतिशत है। रिफाइंड पाम तेल के बढ़ते आयात पर चिंता व्यक्त करते हुए एसईए ने कहा कि भारतीय पाम रिफाइनिंग उद्योग बहुत कम क्षमता उपयोग से जूझ रहा है और इंडोनेशिया व मलेशिया से रिफाइंड पाम तेल के सस्ते आयात के कारण केवल पैकर्स में तब्दील हो रहा है।

पाम तेल पर ढाई प्रतिशत बढ़ाया जाए आयात शुल्क

ऐसे में रिफाइंड पाम तेल के आयात पर शुल्क को मौजूदा 12.5 प्रतिशत से बढ़ाकर 15 प्रतिशत किया जाए। वहीं, एफएमसीजी और खुदरा उद्योग ने खपत को बढ़ावा देने के लिए आगामी बजट में डिजिटल इन्फ्रा में निवेश, कौशल विकास और एमएसएमई को प्रोत्साहित करने पर ध्यान केंद्रित करने के लिए कहा है।

इंडोनेशिया और मलेशिया से भारत आयात करता है रिफाइंड तेल

इंडोनेशिया और मलेशिया भारत से भारत रिफाइंड पामोलिन और सीपीओ के प्रमुखतौर पर आयात करता है। वहीं मुख्य रूप से अर्जेंटीना और ब्राजील से सोया तेल और रूस, रोमानिया, यूक्रेन और अर्जेंटीना से सूरजमुखी तेल का आयात किया जाता है।

भारत इंडोनेशिया, मलेशिया और थाईलैंड से पाम तेल मंगाता है। आंकड़ों के लिहाज से देखा जाए तो साल 2023-2024 के पहले नौ महीनों में भारत ने 6,84,50,97 टन पाम ऑयल का आयात किया। इससे पहले 2022-2024 में भारत ने करीब नौ मिलियन मीट्रिक टन पाम ऑयल का आयात किया।

भारत दुनिया की तेजी से बढ़ती अर्थव्यवस्था, गोपीनाथ बोलीं- 10 ट्रिलियन डॉलर की इकोनॉमी बनने के लिए करने होंगे जतन

परिवहन विशेष न्यूज

नई दिल्ली। अंतरराष्ट्रीय मुद्रा कोष की उप-प्रबंध निदेशक गीता गोपीनाथ ने कहा कि भारत दुनिया की सबसे तेजी से बढ़ती प्रमुख अर्थव्यवस्था बना हुआ है। लेकिन, 2047 तक 10 ट्रिलियन डॉलर की विकसित अर्थव्यवस्था बनने के लक्ष्य को प्राप्त करने के उद्देश्य से विकास को और तेज करने के लिए पिछले दशक के मुकाबले कहीं अधिक बड़े संरचनात्मक सुधारों की आवश्यकता होगी।

वे यहां वर्ल्ड इकोनॉमिक फोरम की सालाना बैठख में बोल रही थीं। बैठक की शुरुआत दिग्गज फुटबॉलर डेविड बेकहम और दो अन्य को प्रतिष्ठित क्रिस्टल पुरस्कार से सम्मानित करके की। व्यवसाय जगत के दिग्गजों, उद्योपतियों, शिक्षा, कला और संस्कृति तक के क्षेत्रों के शीर्ष वैश्विक नेताओं के सबसे बड़े संगम में भाग लेने के लिए कई भारतीय नेता भी यहां पहुंचे हैं।

चीन अपनी समस्याओं का सामना कर रहा है

गोपीनाथ ने कहा कि विश्व अर्थव्यवस्था 3.3 प्रतिशत की स्थिर गति से बढ़ रही है, लेकिन प्रमुख अर्थव्यवस्थाओं के बीच मतभेद हैं। अमेरिकी अर्थव्यवस्था मजबूत है, जबकि यूरोप चुनौतियों का सामना कर रहा है। चीन अपनी समस्याओं का सामना कर रहा है और उसे अपने संपत्ति क्षेत्र को संबोधित करने और घरेलू मांग को बढ़ावा देने की आवश्यकता है।

इस मौके पर वर्ल्ड इकोनॉमिक फोरम के अध्यक्ष और सीईओ बोर्ज ब्रेंस ने कहा कि यह बैठक हमारे दौर के सबसे अनिश्चित क्षणों में हो रही है क्योंकि नई भू-आर्थिक, भू-राजनीतिक और तकनीकी ताकतें हमारे समाजों को नया रूप दे रही हैं।

भारत में रोजगार बाजार को बढ़ावा देने की जरूरत

आरबीआइ के पूर्व गवर्नर रघुराम राजन ने बुनियादी ढांचे के मोर्चे पर बहुत अच्छा काम करने के लिए मोदी सरकार की सराहना की और उम्मीद जताई कि आगामी बजट में रोजगार बाजार को बढ़ावा देने के लिए कुछ ठोस कदम उठाए जाएंगे।

अमेरिकी डॉलर के मुकाबले रुपये का 85 के स्तर तक पहुंचना किसी घरेलू कारक की बजाय अमेरिकी मुद्रा के मजबूत होने की वजह से है। भारत छह प्रतिशत की दर से बढ़ रहा है जो वास्तव में बहुत अच्छा है। लेकिन, जब हम प्रति व्यक्ति आंकड़ों को देखते हैं तो इसे और अधिक तेजी से बढ़ने की जरूरत है।

निराशावाद या नकारात्मकता के लिए कोई जगह नहीं

वर्ल्ड इकोनॉमिक फोरम के संस्थापक एवं अध्यक्ष क्लास श्वाब ने कहा कि हमारे समाज पर भरोसा बहाल किया जाना चाहिए, जबकि निराशावाद और नकारात्मकता को व्यावहारिक कदमों से बदला जाना चाहिए। विश्व के नेता ऐसे समय में एक साथ आ रहे हैं, जब दुनिया गंभीर चुनौतियों का सामना कर रही है। बेहतर भविष्य के लिए सहयोग जरूरी है।

दुनिया को तार्किक युग के लिए तैयार करने के लिए एक मजबूत वैश्विक साझेदारी भी नितांत आवश्यक है। इस अवसर पर विश्व आर्थिक मंच ने भारत सहित 13 देशों के 15 संगठनों के 18 सामाजिक उद्यमियों और नवप्रवर्तकों के लिए श्वाब फाउंडेशन पुरस्कारों की घोषणा की। अवंती फेलो के अक्षय सक्सेना, आरसीआरसी के वेद आर्य श्वाब फाउंडेशन पुरस्कार प्राप्तकर्ताओं में शामिल हैं।

दावोस के विश्व आर्थिक मंच पर भारतीय नेताओं का जमावड़ा

तेलंगाना के मुख्यमंत्री ए रेवंत रेड्डी, केंद्रीय खाद्य प्रसंस्करण उद्योग मंत्री चिराग पासवान, केंद्रीय राज्य मंत्री जयंत चौधरी, केरल के उद्योग मंत्री पी राजीव, आंध्र प्रदेश के मुख्यमंत्री एन चंद्रबाबू नायडू ने भी इस वैश्विक आयोजन में शिरकत की है। नायडू ने कहा कि भारत को प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के रूप में सही समय पर सही नेता मिला है और वह देश को विभिन्न आर्थिक और सामाजिक मापदंडों पर शीर्ष पर ले जाएंगे। भारत मंडप, तेलंगाना मंडप और 'स्वर्ण आंध्र 2047' आकर्षण का केंद्र बने हुए हैं।

जलवायु परिवर्तन के खिलाफ विरोध प्रदर्शन

पासवान ने कहा कि भारतीय प्रसंस्कृत खाद्य क्षेत्र में अंतरराष्ट्रीय बाजारों में विकास की अपार संभावनाएं हैं। जयंत चौधरी ने कहा कि भारतीय, श्रमिक नेतृत्व की भूमिकाओं सहित हर जगह अपनी योग्यता साबित करते हैं। सफलता की यह कहानी वैश्विक मंच पर और आगे बढ़ेगी। आधिकारिक उद्घाटन समारोह से कुछ समय पहले ग्रीनपीस कार्यकर्ताओं ने बैठक के मुख्य हॉल के बाहर जलवायु परिवर्तन के खिलाफ विरोध प्रदर्शन किया।

घर खरीदारों को टैक्स के बोझ से मिलेगी राहत? क्या डिमांड कर रहा रियल एस्टेट सेक्टर

परिवहन विशेष न्यूज

बजट 2025 वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण 1 फरवरी 2025 को केंद्रीय बजट पेश करेंगी। इस बजट से रियल एस्टेट सेक्टर को काफी उम्मीदें हैं। यह क्षेत्र खासतौर पर इंडस्ट्री का दर्जा और टैक्स से जुड़ी रियायतें चाहता है। रियल एस्टेट सेक्टर का कहना है कि टैक्स छूट मिलने से घर खरीदारों को बड़ी राहत मिलेगी और इससे डिमांड में उछाल आएगा।

नई दिल्ली। भारतीय अर्थव्यवस्था की रफ्तार सुस्त पड़ रही है। इसका असर सभी क्षेत्रों पर देखने को मिल रहा है। खासकर, रियल एस्टेट सेक्टर पर, जो देश में सबसे अधिक रोजगार देने वाले क्षेत्रों में से एक है। इसीलिए इंडस्ट्री उम्मीद कर रही है कि वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण 1 फरवरी 2025 को पेश किए जाने वाले केंद्रीय बजट में रियल एस्टेट सेक्टर में डिमांड बढ़ाने के लिए खास उपाय करेंगी और टैक्स से जुड़े मोर्चों पर भी कुछ राहत देंगी। इससे इकोनॉमिक ग्रोथ को भी बढ़ावा मिलेगा। आइए जानते हैं कि रियल एस्टेट सेक्टर की वित्त मंत्री से क्या उम्मीदें हैं।

घर खरीदारों को मिले राहत

बेसिक होम लोन के फाउंडर और सीईओ अतुल मोंगा का कहना है कि केंद्रीय बजट में होम लोन की EMI चुकाने वालों को टैक्स में छूट दी जानी चाहिए- जैसे सेक्शन 80 सी के तहत। प्रिंसिपल रीपेमेंट में रु 1.5 लाख के कैप को बढ़ाना और सेक्शन 24 बी के तहत ब्याज पर 2 लाख रुपये की छूट को बढ़ाना अच्छी पहल हो सकती है।

उन्होंने कहा कि इससे घर खरीदने वालों को प्रॉपर्टी की बढ़ती कीमतों और महंगाई से कुछ राहत मिलेगी। कन्स्ट्रशन मैटेरियल जैसे सीमेंट पर अभी 28 फीसदी टैक्स लगाया जाता है, इसमें कटौती कर लागत को काफी कम किया जा सकता है। इससे घर खरीदने वालों का सीधा फायदा होगा।

टैक्स का बोझ घटाने की मांग

निम्बस ग्रुप के सीईओ साहिल अग्रवाल का भी मानना है कि घर खरीदने वालों को टैक्स में अधिक राहत मिलनी चाहिए। उन्होंने कहा, 'घर खरीदारों पर लगाए जाने वाले करों और शुल्कों को युक्तिसंगत बनाना चाहिए। यह कई राज्यों में संपत्ति के मूल्य का 12 फीसदी से अधिक है। पिछले बजट में वित्त मंत्री ने राज्य सरकारों से इस मुद्दे को सुलझाने की अपील की थी, लेकिन अभी तक महत्वपूर्ण प्रगति नहीं हुई है। साथ ही, हम सरकार से रियल एस्टेट पर लॉन्ग टर्म कैपिटल गेन (LTCG) टैक्स पर फिर से विचार करने और राहत देने की गुजारिश करते हैं।'

सिग्नेचर ग्लोबल (इंडिया) लिमिटेड के फाउंडर और चेयरमैन प्रदीप अग्रवाल का भी सुझाव है कि टैक्स छूट से रियल एस्टेट सेक्टर को काफी फायदा हो सकता है। उन्होंने कहा, 'पिछले कुछ समय में प्रॉपर्टी की कीमत और निर्माण लागत बढ़ी है। इसलिए होम लोन पर टैक्स छूट की लिमिट को बढ़ाकर 5 लाख करने से घर खरीदारों को काफी राहत मिल सकती है। रियल एस्टेट सेक्टर को इंडस्ट्री का दर्जा देने और जीएसटी इनपुट टैक्स क्रेडिट से जुड़े सुधार भी मांग को बढ़ावा देने में अहम भूमिका निभा सकते हैं।'

इंडस्ट्री का दर्जा मिलने से बदलेगी सूरत

हाउसिंगडॉटकॉम और प्रॉपटाइगरडॉटकॉम के ग्रुप सीईओ ध्रुव अग्रवाला भी रियल एस्टेट सेक्टर को इंडस्ट्री का दर्जा देने की वकालत करते हैं। उनका कहना हैं, 'रियल एस्टेट सेक्टर लंबे समय से इंडस्ट्री के दर्जे का इंतजार कर रही है। अगर इसे इंडस्ट्री का दर्जा मिलता है, तो डेवलपर्स के लिए फंड जुटाना आसान हो जाएगा। इससे उन्हें बढ़ती इनपुट और लैंड कॉस्ट के बीच उधारी खर्च को कम करने में मदद मिलेगी।'

अग्रवाला का कहना है कि जीएसटी दरों को सरल बनाना और इनपुट टैक्स क्रेडिट तंत्र को सुव्यवस्थित करना भी अच्छी पहल हो सकती है। इससे खरीदारों के लिए आवास को अधिक सुलभ और किफायती बनाने में मदद मिलेगी। उन्होंने कहा कि तेजी से हो रहे शहरीकरण के चलते, नई ग्रीनफील्ड सिटी विकसित करने और मौजूदा शहरी केंद्रों के बुनियादी ढांचे को अपग्रेड करने को प्राथमिकता देने वाली नीतियों को लागू करना भी जरूरी है, ताकि बढ़ती मांग को पूरा किया जा सके।

मोदी सरकार ने किसानों को दिया बड़ा तोहफा, रॉ जूट की बढ़ाई एमएसपी; जानें पूरी डिटेल

परिवहन विशेष न्यूज

कच्चे जूट की एमएसपी 2014-15 में 2400 रुपये प्रति क्विंटल थी। यह 2025-26 मार्केटिंग सीजन के लिए 5650 रुपये प्रति क्विंटल हो गई है। इसका मतलब कि एक दशक के दौरान सरकार ने रॉ जूट की एमएसपी 2.35 गुना बढ़ाई है। रॉ जूट की एमएसपी बढ़ाने का असर जूट कंपनियों के शेयरों में भी दिख रहा है। Ludlow Jute के शेयरों में 4 फीसदी से अधिक का उछाल आया है।

नई दिल्ली। पीएम नरेंद्र मोदी की अगुआई में केंद्रीय मंत्रिमंडल ने बुधवार को जूट किसानों को बड़ा तोहफा दिया। उसने मार्केटिंग सीजन 2025-26 के लिए रॉ जूट का मिनिमम सपोर्ट प्राइस (MSP) 6 फीसदी यानी 315 रुपये बढ़ा दी है। अब किसानों को एक क्विंटल रॉ जूट के बदले 5650 रुपये मिलेंगे। केंद्रीय वाणिज्य और उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने मंत्रिमंडल की बैठक की बाद यह जानकारी दी है।

पीयूष गोयल ने कहा कि नया एमएसपी अखिल भारतीय भारित औसत उत्पादन लागत पर 66.8 फीसदी का रिटर्न सुनिश्चित करता है। इससे किसानों को काफी फायदा होगा। कच्चे जूट की एमएसपी 2014-15 में 2,400 रुपये प्रति क्विंटल थी। यह 2025-26 मार्केटिंग सीजन के लिए 5,650 रुपये प्रति क्विंटल हो गई है। इसका मतलब है कि एक दशक के दौरान सरकार ने रॉ जूट की एमएसपी 2.35 गुना बढ़ाई है।

जूट कंपनी के शेयरों में एक्शन

रॉ जूट की एमएसपी बढ़ाने का असर जूट कंपनियों के शेयरों में भी दिख रहा है। Ludlow Jute & Specialities Ltd के शेयरों में 4 फीसदी से अधिक का उछाल आया है। यह एनएसई पर 4.64 फीसदी उछाल के साथ 238.90 रुपये पर ट्रेड कर रहा था। Cheviot Co Ltd भी जूट इंडस्ट्री से जुड़ी हुई है। इसके शेयरों में भी 1 फीसदी से अधिक का उछाल आया है।

गंभीर चिंता का विषय: आत्महत्या करते छात्र

डॉ. सत्यवान सौरभ

वैसे तो इस दौर में पूरी युवा पीढ़ी ही भयावह मानसिक व्याधि से विचलित है, इनमें विशेषतः छात्र विचलन गंभीर चिंता का विषय बन चुका है। हमारे देश में प्रति 100 में 15 से अधिक छात्र आत्महत्या से प्रभावित हो रहे हैं। वे अवसाद, चिंता और आत्मघात से पीड़ित पाए जा रहे हैं। कठिन प्रतिस्पर्धा और पढ़ाई-लिखाई में अनुशासन आदि को लेकर तनाव बढ़ रहा है, उससे न सिर्फ़ शिक्षा व्यवस्था से जुड़े लोगों, बल्कि पूरे समाज की चिंता बढ़ती गई है। पारिवारिक दबाव, शैक्षिक तनाव और पढ़ाई में अव्वल आने की महत्त्वाकांक्षा ने छात्रों के एक बड़े वर्ग को गहरे मानसिक अवसाद में डाल दिया है। अभिभावकों के सपनों की उड़ान न भर पाने वाले, परीक्षा में खराब प्रदर्शन करने वाले बच्चों को घर पर पिटना पड़ता है। परीक्षा और नतीजों के दबाव में छात्रों की आत्महत्याएँ अब आम घटनाएँ बनती जा रही हैं। छात्र आत्महत्याओं में बेतहाशा वृद्धि के पीछे मानसिक तनाव सबसे आम कारक बन चुका है। तनावग्रस्त छात्रों की आत्महत्याओं का ग्राफ बढ़ता ही जा रहा है। जैसे-जैसे परीक्षा के दिन निकट आते हैं, छात्रों का तनाव हद से गुजरने लगता है। पूरी युवा पीढ़ी का परीक्षा के दिनों में ऐसे हालात से दो-चार होना देश और समाज, अभिभावकों और शिक्षाविदों, सभी के लिए अब गंभीर चिंता का विषय हो चला है। शिक्षा क्षेत्र में दशकों से व्याप्त कई बुनियादी गंभीर समस्याओं और चुनौतियों पर अभी तक पार पाने में कतई कामयाब नहीं हो पा रहा है।

व्यावसायिक पाठ्यक्रमों में प्रवेश के लिए प्रतियोगी परीक्षाओं को अनिवार्य कर दिए जाने के बाद से भारतीय छात्रों को प्रतिस्पर्धा करने और प्रदर्शन करने के लिए भारी तनाव का सामना करना पड़ता है। प्रदर्शन के दबाव को संभालने, माता-पिता की अपेक्षाओं को पूरा करने और आकांक्षाओं को प्राप्त करने में असमर्थता मनोवैज्ञानिक संकट और बाद में अवसाद का कारण बन सकती है। आधुनिक शिक्षा प्रणाली में अकादमिक उत्कृष्टता की निरंतर खोज ने अनजाने में छात्रों के बीच तीव्र दबाव और प्रतिस्पर्धा का माहौल पैदा कर दिया है। शैक्षणिक उपलब्धियों पर अत्यधिक ध्यान देने के साथ-साथ सामाजिक अपेक्षाओं और असफलता के डर ने छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य पर महत्त्वपूर्ण प्रभाव डाला है। इसने चिंता, अवसाद और तनाव जैसे मानसिक स्वास्थ्य मुद्दों में वृद्धि में योगदान दिया है। बढ़ती प्रतिस्पर्धा को देखते हुए कई बार छात्रों पर अच्छा प्रदर्शन करने का लगातार दबाव रहता है। वे अपनी तुलना दूसरों से करते हैं और आक्रामकतापूर्वक पूर्णता के लिए प्रयास करते हैं। यह अंतर्निहित दबाव मानसिक परेशानी के विभिन्न रूपों में प्रकट हो सकता है, जिसमें चिंता, विफलता का डर और कम आत्मसम्मान शामिल है। गंभीर मामलों में, मानसिक स्वास्थ्य सम्बंधी समस्याएँ आत्म-नुकसान का कारण बन सकती हैं और यहाँ तक कि आत्महत्या के प्रयासों के विचार को भी जन्म दे सकती हैं।

प्रतियोगी पाठ्यक्रम के भारी भरकम बोझ से बच्चों का मानसिक विकास अवरुद्ध हो रहा है। इससे बच्चों को भारी नुक़सान झेलना पड़ रहा है। बच्चों के जीवन में तनाव के पौध की बड़ी वज़ह यह भी है कि लंबे समय तक स्कूल के घंटों के बाद बच्चे घर लौटते ही होमवर्क निपटाने में जुट जाते हैं। इसके बाद ट्यूशन के लिए दौड़ पड़ते हैं। खाना-पीना, सोना, खेलकूद, सब हराम हो जाता है। आराम करने और अन्य पाठ्येतर गतिविधियाँ करने का उन्हें समय ही नहीं मिलता है। ऐसे में छात्रों के लिए कम नींद और अवसाद की स्थिति या गंभीर तनाव का सबब बनी रहती है। वर्तमान प्रतियोगी दौर में छात्रों की आत्महत्या के मामले लगातार बढ़ रहे हैं। परीक्षा केंद्रित शिक्षा से भारत में छात्रों की आत्महत्याओं में अंक, अध्ययन और प्रदर्शन के दबाव के साथ अकादमिक

उत्कृष्टता की तुलना करना इस अवसाद के पीछे महत्त्वपूर्ण कारक हैं। भारत में किसी भी प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी कर रहे किसी भी छात्र के साथ एक साधारण साक्षात्कार, चाहे वह जेईई, एनईईटी या सीएलएटी हो, यह प्रकट करेगा कि छात्रों के बीच मानसिक संकट का प्रमुख स्रोत उन पर दबाव की असहनीय मात्रा है जो लगभग हर एक द्वारा डाला जाता है। हर शिक्षक, हर रिश्तेदार कठिन अध्ययन और एक अच्छे कॉलेज में प्रवेश पाने के महत्त्व को दोहराते हैं। जबकि छात्र स्कूल से स्नातक होने के बाद क्या करने की आकांक्षा रखता है, या जहाँ उसकी रुचियाँ हैं, उसके बारे में सहज पूछताछ बहुत कम की जाती है।

इन सभी परीक्षाओं की अत्यधिक जटिल प्रकृति (सभी नहीं) का अनिवार्य रूप से मतलब है कि उन्हें पास करने के लिए माता-पिता को अपने बच्चों को प्रतिष्ठित कोचिंग सेंटरों में दाखिला दिलाने का सपना पूरा करना होगा, इससे छात्र के लिए एक से अधिक तरीकों से समस्या बढ़ जाती है क्योंकि वह कोचिंग पर माता-पिता द्वारा ख़र्च किए गए पैसे को चुकाने के लिए अब परीक्षा को पास करने का दबाव बढ़ गया है और उसे कोचिंग संस्थान के अतिरिक्त दबावों का भी सामना करना पड़ता है। जब तक देश की परीक्षा संस्कृति से इस कुत्सित व्यवस्था को समाप्त नहीं किया जाता है, तब तक छात्रों में आत्महत्या की दर को रोकने के मामले में कोई प्रत्यक्ष परिवर्तन नहीं देखा जाएगा। सरकार को इस मुद्दे पर संज्ञान लेना चाहिए, अगर वास्तव में हम सोचते है कि ₹ आज के बच्चे कल के भविष्य हैं। जबरन करियर विकल्प देने से कई छात्र बहुत अधिक मात्रा में दबाव के आगे झुक जाते हैं, खासकर उनके परिवार और शिक्षकों से उनके करियर विकल्पों और पढ़ाई के मामले में। शैक्षिक संस्थानों से समर्थन की कमी के चलते बच्चों और किशोरों के मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों से निपटने के लिए सुसज्जित नहीं है और मार्गदर्शन और परामर्श के लिए केंद्रों और प्रशिक्षित मानव संसाधन की कमी है।

ऐसे कठिन दौर में, आज छात्रों में आत्महत्या की प्रकृति और प्रवृत्ति का नए सिरे से अध्ययन करने की भी बहुत ज़रूरत है, क्योंकि देश की पूरी युवा बौद्धिक संपदा दांव पर लगी हुई है, जिसके दूरगामी गंभीर नतीजे पूरे राष्ट्र के माथे पर गहरा सिकन ला सकते हैं। युवाओं के कंधे पर स्थापित विकासशील प्रगति का पूरा ढांचा ही भरभरा कर गिर सकता है। छात्रों को इसे चुनौती के रूप में लेते हुए पूरी क्षमता के साथ इसका सामना करना चाहिए। परीक्षा जीवन-मृत्यु का प्रश्न नहीं है। परीक्षा परिणामों को जीवन का अंतिम आधार न मानकर अपनी सफलता की राह स्वयं बनानी होती है। बिना श्रम के जीवन के किसी भी क्षेत्र में सफलता नहीं मिलती। अभिभावकों को यह समझना है कि उन्हें अपने बच्चों के साथ कैसा घरेलू बर्ताव करना है। छात्रों के बीच मानसिक स्वास्थ्य के मुद्दों की बढ़ती व्यापकता से निपटने के लिए एक बहुआयामी दृष्टिकोण की आवश्यकता है जिसमें व्यक्ति, संस्थान और समग्र रूप से समाज शामिल हो। सफलता को फिर से परिभाषित करना और छात्रों को अपने जुनून और रुचियों को आगे बढ़ाने के लिए प्रोत्साहित करना उनके मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा देने के लिए आवश्यक है। केवल शैक्षणिक उपलब्धियों पर आधारित सफलता की संकीर्ण परिभाषा से आगे बढ़ने से छात्रों को अपनी अद्वितीय प्रतिभा का पता लगाने और अपने चुने हुए रास्ते में पूर्णता पाने का मौका मिलता है।

आत्महत्या के जोखिम कारकों को कम करने के लिए शिक्षकों को द्वारपाल के रूप में प्रशिक्षित करना और परीक्षा के नवीन तरीकों को अपनाया जाना चाहिए। छात्रों की सराहना करने की आवश्यकता है और यह बदलना महत्त्वपूर्ण है कि भारतीय समाज शिक्षा को कैसे देखता है। यह प्रयासों का उत्सव होना चाहिए न कि अंकों का। छात्रों की चिंताओं, अवसाद और अन्य मानसिक स्वास्थ्य मुद्दों को दूर करने के लिए सभी स्कूलों / कॉलेजों / कोचिंग केंद्रों में प्रभावी परामर्श केंद्र स्थापित किए जाने चाहिए। बढ़ते संकट को दूर करने के लिए अतीत की विफलताओं से सीखना और छात्रों, अभिभावकों, शिक्षकों, संस्थानों और नीति निर्माताओं सभी हितधारकों को शामिल करने वाले तत्काल क़दम उठाने की आवश्यकता है।

भोपाल: आईजी बंगला चौराहा पर पिछले 40 साल से मूत्रालय की कमी, व्यापारी और ग्राहकों को हो रही परेशानी

परिवहन विशेष न्यूज

भोपाल। सरकार द्वारा स्वक्षता अभियान के तहत शहरों को कचरा और गंदगी मुक्त करने के प्रयासों के बीच, राजधानी भोपाल के पुराने शहर आईजी बंगला चौराहा पर आज भी लोग मूत्रालय के लिए परेशान है।

यह स्थित 18 निजी अस्पतालों, 11 निजी सहित एक शासकीय स्कूल , एक शासकीय अस्पताल, गवर्नमेंट गर्ल्स कॉलेज, 22 कोचिंग संस्थानों, कई दुकानों और होटलों के साथ-साथ यहां आने-जाने वाले लोगों को अब तक सुलभ कॉम्प्लेक्स या मूत्रालय की सुविधा नहीं मिली है।

व्यापारी और स्थानीय लोग इस समस्या से खासी परेशान हैं। बीते 35 वर्षों से चौराहे पर पान की दुकान चलाने वाले प्रेम नारायण ने बताया कि ₹पेशाब करने के लिए कोई भी सुलभ कॉम्प्लेक्स नहीं है। पेशाब आने पर दुकान से बहुत दूर जाना पड़ता है और खुले में जाना पड़ता है। यह न केवल असुविधाजनक है बल्कि स्वास्थ्य के लिए भी हानिकारक है।"

यहां आने वाले ग्राहक आम जन और व्यापारियो की मानें तो, खुले में पेशाब करने से बीमारियों का खतरा बढ़ता है। साथ ही, यह भी एक सामाजिक समस्या बनती जा रही है, क्योंकि दिनभर यहां बड़ी संख्या में लोग आते-जाते हैं, जो इस स्थिति को अव्यवस्थित बनाते हैं। ऐसे में स्थानीय लोगों ने प्रशासन से इस दिशा में ठोस कदम उठाने का आग्रह किया है।

स्थानीय समाजसेवियों और व्यापारियों ने इस समस्या को उठाते हुए कहा है कि भोपाल जैसे बड़े शहर में सुविधा जनक मूत्रालय की कमी बेहद चिंता का विषय है। उन्होंने अधिकारियों से जल्द कार्रवाई करने की मांग की है ताकि लोगों को इस समस्या से निजात मिले।

इस मामले में समझदारी के साथ समाधान की आवश्यकता है ताकि शहर की सफाई और स्वास्थ्य की दिशा में उठाए गए कदम सफल हो सकें। प्रशासन को ये ध्यान में रखना होगा कि नागरिकों की बेसिक जरूरतों को पूरा किए बिना, स्वच्छता कार्यक्रमों का सफल होना कठिन होगा।

"कौन सा भारत हमारा है: विकास का सपना या धर्म की राजनीति?": आशीष कुमार

भारत, जो विविधता में एकता का प्रतीक है, आज ऐसे मोड़ पर खड़ा है जहां विकास के सपनों को धर्म और जाति की राजनीति ने धुंधला कर दिया है। यह विडंबना है कि जिस देश को शिक्षा, विज्ञान और तकनीकी विकास के क्षेत्र में विश्वगुरु बनना था, वह आज धर्म और जाति के नाम पर विवादों में उलझा हुआ है।

दुनिया के अन्य देश रोज़ नई खोजें कर रहे हैं, समाज में वैज्ञानिक सोच को बढ़ावा दे रहे हैं। वहीं, भारत में बहस का विषय यह बन गया है कि भगवान राम को कौन ₹लायाश्र? यह सवाल खुद में हास्यास्पद और सोचने योग्य है। आखिर भगवान को लाने की जरूरत क्यों पड़ रही है? क्या यह उन भगवान की महत्ता को छोटा नहीं करता, जो सर्वव्यापी और सर्वशक्तिमान हैं?

युवाओं को धर्म और जाति की राजनीति के जाल में उलझाया जा रहा है। सोशल मीडिया आज ट्रोलिंग और नफरत फैलाने का एक साधन बन गया है। जहां दुनिया के युवा नवाचार और तकनीकी विकास में व्यस्त हैं, वहीं हमारे देश के युवा ₹स्क्रॉल और ट्रोल₹ की दुनिया में फंसे हुए हैं।

शिक्षा और रोजगार: असमानता की गहरी खाई

शिक्षा, जो समाज के विकास की नींव है, आज गरीबों की पहुंच से दूर

होती जा रही है। उच्च शिक्षा की बढ़ती लागत, कोचिंग की भारी फीस, और सीमित संसाधन गरीब तबके को शिक्षा से वंचित कर रहे हैं। यह शर्मनाक है कि एक ऐसा देश, जहां 80 करोड़ लोग सरकारी अनाज पर निर्भर हैं, वहां शिक्षा एक विशेष वर्ग तक सीमित हो गई है।

हाल ही में हमने देखा कि बिहार के बीपीएससी अभ्यर्थी अपनी जायज मांगों के लिए सड़कों पर उतरे। उनके आंदोलन को कुचलने के लिए सर्द मौसम में पानी की बौछारें की गईं और लाठियां बरसाई गईं। क्या यही वह लोकतंत्र है, जहां हर व्यक्ति को अपनी बात कहने का अधिकार है?

दूसरी तरफ, जब धार्मिक आयोजन होते हैं, तो उन पर करोड़ों रुपये खर्च किए जाते हैं। सरकारें फूलों की वर्षा करती हैं और युवाओं को धर्म के कार्यों में उलझा कर उनका शोषण करती हैं।

युवा वह शक्ति है, जो देश का भविष्य तय करती है। लेकिन जब यह शक्ति धर्म और जाति की राजनीति में फंसी हो, तो देश का विकास रुक जाता है। क्या यह विडंबना नहीं है कि जहां देश के किसान अपनी आवाज दिल्ली तक पहुंचाना चाहते हैं, वहां उन्हें बॉर्डर पर रोका जाता है, और दूसरी तरफ धार्मिक आयोजनों में हेलीकॉप्टर से फूल बरसाए जाते हैं?

यह स्पष्ट है कि देश की प्राथमिकताएं गलत दिशा में जा रही हैं। धर्म और जाति के नाम पर राजनीति देश को उस आधुनिक युग से पीछे खींच रही है, जहां उसे होना चाहिए।

दलित समाज की दुर्दशा: समानता का सपना अधूरा

देश में एक ऐसा वर्ग भी है जो आज भी समाज के हाशिए पर है। दलित समाज को शादी में घोड़ी पर चढ़ने, डीजे बजाने या पटाखे फोड़ने पर विरोध का सामना करना पड़ता है। यह हमारे समाज की सोच और संवैधानिक मूल्यों की अवहेलना को दर्शाता है।

क्या यह वही भारत है जिसका सपना बाबा साहेब अंबेडकर ने देखा था? उन्होंने एक ऐसे समाज की कल्पना की थी जहां सब बराबर हों और सबको समान अधिकार मिले। लेकिन हकीकत यह है कि दलितों को आज भी उनके मौलिक अधिकारों से वंचित रखा जा रहा है।

सिर्फ दलित ही नहीं, बल्कि गरीब, किसान और मध्यम वर्ग भी इस राजनीति का शिकार बन गए हैं। धर्म और जाति की राजनीति ने समाज के मूलभूत मुद्दों जैसे शिक्षा, स्वास्थ्य और रोजगार को पीछे छोड़ दिया है।

आज जरूरत है सोचने की, समझने की और जागरूक होने की। अगर हम आज भी नहीं जागे, तो देश एक ऐसी दिशा में चला जाएगा जहां से लौटना मुश्किल होगा। हमें खुद से यह सवाल पूछना चाहिए: ₹क्या यह वही भारत है जिसका सपना हमारे पूर्वजों ने देखा था?"

घर बैठे उतार देंगे चश्मा, बढ़ जाएगी आंखों की रोशनी

कमजोर आंखों की रोशनी और आंखों पर चढ़ा चश्मा अक्सर आपको परेशान करता ही होगा। बार बार डॉक्टर के चक्कर लगाने से अच्छा है घर बैठे ही ये उपाय अपना लें, जिनसे आपकी आंखों की रोशनी भी बढ़ेगी और इन्हें नियमित रूप से करने से चश्मा भी उतर सकता है।

1. बादाम, सौंफ और मिश्री को बराबर मात्रा में लेकर उसे पीस लें। इस मिश्रण का 10 ग्राम हिस्सा 250 मिली दूध के साथ रात में सोने से पहले लें। 40 दिन तक लगातार इसे इस्तेमाल करने से आप महसूस करेंगे कि आंखों की रोशनी बढ़ी है। याद रहे इसे लेने के दो घंटे बाद तक पानी न पिएं।

2. आंवला में विटामिन सी की मात्रा ज्यादा होने से यह आंखों के लिए बहुत फायदेमंद होता है।

आंवला का सेवन पाउडर, कैप्सूल, जैम या जूस की तरह किया जा सकता है। हर सुबह शहद के साथ ताजा आमले का रस पीने से या रात में सोने से पहले पानी के साथ एक चम्मच आमला पाउडर खाने से भी फायदा मिलता है।

3. एक चम्मच त्रिफला पाउडर को पानी में जाल कर रात भर के लिए छोड दें। अगली सुबह इस पानी को छान कर इसी से आंखें धुलें। साथ ही अगर आंखें धुलते वक्त मुंह में ताजा पानी भरे रखेंगे तो और भी फायदा मिलेगा। एक ही महीने में आपको फर्क महसूस होगा।

4. गाजर में फॉसफोरस, विटामिन ए, विटामिन सी और आयरन की मात्रा काफी होती है जो इसे आंखों के लिए असरदार बनाते हैं। नियमत रूप से कच्ची गाजर को सलाद की तरह खा कर या उसका रस पी कर आप अपनी आंखों की रोशनी तेज कर सकते हैं।

5. बिलबेरी एक तरह का बेर है जो शरीर में खून के बहाव को बढ़ाता है। ताजी बिलबेरी खाने से रात में कम दिखने की बीमारी और कमजोर रोशनी की समस्या दूर हो जाती है।

6. याद रहे आपके खाने में सभी पोषक तत्व मौजूद हों। संतुलित आहार सिर्फ आंखों के लिए ही नहीं, पूरे शरीर के लिए जरूरी है। गाजर का रस, अंडे, दूध, हरी सब्जियां, फल, मेवे, गोभी और नींबू इसका हिस्सा हो सकते हैं।

7. हरी घास पर सुबह सुबह नंगे पांव चलना आंखों को बहुत फायदा पहुंचाता है। इसे अपनी दिनचर्या का हिस्सा बना लें।

8. सुबह उठने पर अपनी हथेलियों को आपस में रगड़े। जब हथेलियां गर्म हो जाएं तो उन्हें अपनी आंखों पर रख कर सिकाई करें। ऐसा 4-5 बार करें तो आंखों को बहुत फायदा पहुंचेगा।

श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर एवं नंदिशाला का शिलान्यास कार्यक्रम सम्पन्न

मेड़चल यल्मपेट स्थित श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर प्रांगण में उत्तराखंड की प्रवासी संस्था के लोग श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर ट्रस्ट देवभूमि उत्तराखंड सेवा संस्थान के माध्यम से श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर का शिलान्यास बुधवार 22 जनवरी विद्वान ब्राह्मणों के अनुसार कुम्भ लगन और शुभ मुहूर्त में प्रातः 8.34 से 10 बजे सम्पन्न हुआ है। जगदीश सीरवी द्वारा जारी प्रेस विज्ञप्ति में चेयरमैन जयपाल सिंह नयाल सनातनी एवं शिलान्यास स्वागत समिति के अध्यक्ष राम भाटी ने बताया कि भाग्यनगर की पावन धरा पर श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर ट्रस्ट द्वारा शिलान्यास व आरती व पुजा अर्चना कार्यक्रम सम्पन्नश्र हुआ ।मुख्य अतिथि मल्काजगरी सांसद ईटला राजेन्द्र व कांग्रेस पूर्व विधायक हनुमंत राव व चेयरमैन, समस्त गणमान्य नेता व सर्व समाज गणमान्य पदाधिकारी रामजी भाटी, राजेश कुमार अग्रवाल, धनजी भाई पटेल, गोपाल अग्रवाल , जयदयाल , कोटी हनुमंत राव, चेनाराम सीरवी, राजेश परिहार, सोहनलाल हाम्बड़, मोतीलाल मादावत, भोलाराम पंवार, जयदयाल , जयराम, जगदीश परिहार , कानाराम, पाप्सा, समस्त हैदराबाद उत्तराखंड के समाज जन के माध्य उत्तराखंड के प्रवासी बाल और वयस्क कलाकार द्वारा बहुत शानदार रंगारंग कार्यक्रम प्रस्तुत किया गया।श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर ट्रस्ट एवं देवभूमि उत्तराखंड सेवा संस्थान द्वारा पधारे भक्तों के लिए अल्पाहार प्रसादी की सुंदर व्यवस्था थी है । लाईव प्रसारण बी आर एस राजस्थानी चैनल ने भगवानराम राठौड़ किया है ।पूजा-अर्चना के पश्चात प्रसादी सभी भक्तों ने लाभ लिया। कवरेज पत्रकार जगदीश सीरवी द्वारा किया। समस्त श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर ट्रस्ट कमेटी व पंच श्री दक्षिणेश्वर केदार नाथ मंदिर चेयरमैन जयपाल सिंह नयाल द्वारा धन्यवाद ज्ञापित किया।

देश पर मर मिटाने वाला।

'वह भारत का नायक,
वीर सपूत वीर सैनानी
आजादी का मतवाला,
देश पर मर मिटने वाला।

जिसने कभी भी नहीं,
झुकने दिया भारत का मान
गांधी-नेहरू का साथ जिसने दिया,
देश के दुश्मनों को सबक सिखाया
देश पर मर मिटने वाला ।

अपनी युवा फौज का वह नायक,
आजाद हिंद का सैनानी बन
जिसने युवाओं को हिन्दुस्तान से
जोड़ा,
देश पर मर मिटने वाला ।

मातृभूमि की वंदना में तन-मन,
देश को समर्पित करने वाला।
आजादी की लड़ाई का वह वीर
सैनानी,
नेताजी सुभाषचंद्र बोस,
देश पर मर मिटाने वाला॥

हरिहर सिंह चौहान

अर्थराइटिस

उम्र बढ़ने के साथ अक्सर लोगो को घुटनों और जोड़ों का दर्द होने लगता है जो गठिया का लक्षण भी हो सकता है। गठिया की वजह यूरिक एसिड को माना जाता है, शरीर में यूरिक एसिड की मात्रा बढ़ जाने पर इसके कण घुटनों और अन्य जोड़ों में जमा होने लगते है जिस वजह से जोड़ो में दर्द होने लगता है। कई बार ये दर्द इतना असहनीय होता है की व्यक्ति का बुरा हाल हो जाता है। गठिया की बीमारी हो तो रात के समय जोड़ो का दर्द बढ़ जाता है और सुबह अकड़न होती है। अगर आपके घुटनो में दर्द रहता है तो सही समय पर इसकी जाँच करवाना जरुरी है, अगर ये गठिया का रोग है तो तुरंत इसका इलाज करना चाहिए नही तो इससे जोड़ो को नुकसान भी हो सकता है। इसके लिए आप कुछ घरेलू उपचार कर आराम पा सकते है। आइए जानते है।

गठिया, जोड़ों के दर्द और घुटनों के दर्द के सरल घरेलू उपाय

अखरोट एक महीने तक लगातार रात को 15 से 20 गिरी अखरोट की भिगो कर सुबह खाली पेट खाने से घुटनो के दर्द में आराम मिलता है। दो महीने लगातार इस उपाय को करने से गठिया का रोग जड़ से ठीक हो जाता है।

लहसुन और दूध दस कलियां लहसुन की 100 ग्राम पानी या दूध में मिला कर पीने से दर्द में जल्दी आराम मिलता है।

बथुआ बथुआ के ताज़ा पत्तों का रस आधा कप सुबह शाम खाली पेट पीने से गठिया ठीक हो जाता है। इसके सेवन के 2 घंटे बाद तक कुछ भी खाये पिये नहीं।

अमरूद की पत्तियाँ अमरूद की 4 से 5 नई कोमल पत्तियों को पीस ले और उसमें थोड़ा काला नमक मिला कर खाने से जोड़ो के दर्द में राहत मिलती है।

पानी गठिया के मरीज को 4 से 6 लीटर पानी हर रोज पीना चाहिये। इससे पेशाब अधिक आएगा और युरिक ऐसिड बाहर निकलेगा। सरसों और लहसुन तेल एक चम्मच सरसों के तेल में 3 से 4 कलियाँ लहसुन की पीस कर डाले और लहसुन के ठीक से पकने तक गरम करे। इस तेल से जोड़ो की मालिश करने पर दर्द से जल्दी आराम मिलेगा।

गुग्गुल और सोंठ का चूर्ण गुग्गुल और सोंठ का चूर्ण समान मात्रा में लेकर चूर्ण बना लें और इसे घी में मिलाकर लेप बना लें। इस लेप को जोड़ों पर लगानें से आराम मिलता है। 3 ग्राम शुद्ध की हुई गुग्गुल को 10 ग्राम घी और 3 ग्राम शहद के साथ सेवन करने से जोड़ा के दर्द से आराम मिलता है। 240 से 960 मिलीग्राम की मात्रा में गुग्गुल को शिलाजीत के साथ मिलाकर दिन में 2 से 3 सेवन करें इससे गठिया के दर्द में आराम मिलता है। 10 ग्राम गुग्गुल लेकर इसे 20 ग्राम गुड़ में मिलाकर पीसकर इसकी छोटी-छोटी गोलिया बना लें। सुबह-शाम कुछ दिनों तक 1-1 गोली घी के साथ लेने से घुटने का दर्द दूर हो जाता है।

हारसिंगार (पारिजात) अगर घुटनों की चिकनाई (Smoothness) हो गई हो और जोड़ो के दर्द में किसी भी प्रकार की दवा से आराम ना मिलता हो तो ऐसे लोग हारसिंगार (पारिजात) पेड़ के 10-12 पत्तों को पत्थर पे कूटकर एक गिलास पानी में उबालें-जब पानी एक चौथाई बच जाए तो बिना छाने ही ठंडा करके पी लें- इस प्रकार 90 दिन में चिकनाई पूरी तरह वापिस बन जाएगी। अगर कुछ कमी रह जाए तो फिर एक माह का अंतर देकर फिर से 90 दिन तक इसी क्रम को दोहराएँ निश्चित लाभ की प्राप्ति होती है।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक एवं संपादक संजय कुमार बाटला द्वारा इम्प्रेशंस प्रिंटिंग एंड पैकेजिंग लिमिटेड, सी-18,19,20 सेक्टर 59, नोएडा (उत्तर प्रदेश) से मुद्रित एवं 3, प्रियदर्शनी अपार्टमेंट ए-4, पश्चिमी विहार, नई दिल्ली- 110063 से प्रकाशित। सम्पर्क : 9212122095, 9811902095 . newstransportvishesh@gmail.com
(इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं संपादन पी .आर .बी . एक्ट के अंतर्गत उत्तरदायी) किसी भी कानूनी विवाद की स्थिति में निपटारा दिल्ली के न्यायालय के अधीन होंगे। **RNI No :- DELHIN/2023/86499. DCP Licensing Number F.2 (P-2) Press/2023**