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 03, अंक 38, नई दिल्ली । शुक्रवार, 18 अप्रैल 2025, मूल्य ₹ 5, पेज 8

देश का पहला ट्रांसपोर्ट दैनिक समाचार पत्र

आज का सुविचार

सत्य बोलकर मित्र बनाना अच्छा है, परन्तु झूठ बेलकर मित्र बनाने से सत्य बोलकर शत्रु बनाना अधिक अच्छा है, क्योंकि आप संसार में सबको एक साथ प्रसन्न नहीं कर सकते।

03 पर्यावरण पाठशाला: तुम्हारे पास आज शक्ति हो सकती है, लेकिन समय...
06 जैव विविधता बचाने को हो वन्य जीवों का संरक्षण
08 महात्मा ज्योतिबा फुले की जयंती: समानता और शिक्षा का संकल्प दिवस

दिल्ली मेट्रो के फेज चार के तीन कॉरिडोर का अब तक 70 प्रतिशत निर्माण पूरा, इस लाइन पर जल्द शुरू होगा परिचालन

दिल्ली मेट्रो के फेज चार में निर्माणाधीन तीन प्रमुख कॉरिडोर का 70% काम पूरा हो गया है। मजलिस पार्क-मौजपुर मेट्रो लाइन पर मजलिस पार्क से जगतपुर गांव तक का हिस्सा परिचालन के लिए तैयार है। डीएमआरसी को उम्मीद है कि जल्द ही मेट्रो रेल संरक्षा आयुक्त से स्वीकृति मिलने के बाद इस 4.6 किलोमीटर खंड पर संशोधित परिचालन शुरू हो जाएगा।

संजय बाटला

नई दिल्ली। फेज चार में निर्माणाधीन तीन प्रमुखता वाले कॉरिडोर का अब तक 70 प्रतिशत निर्माण पूरा हो चुका है। बाकी 30 प्रतिशत काम अगले वर्ष के अंत तक चरणबद्ध तरीके से पूरा करने का लक्ष्य निर्धारित किया गया है।

इसी क्रम में इन तीन प्रमुखता वाले कॉरिडोर में शामिल मजलिस पार्क-मौजपुर मेट्रो लाइन पर मजलिस पार्क से जगतपुर गांव तक कॉरिडोर मेट्रो परिचालन के लिए तैयार है। डीएमआरसी (दिल्ली मेट्रो रेल निगम) का कहना है मेट्रो रेल संरक्षा आयुक्त (सीएमआरएस) से स्वीकृति मिलने के बाद इस 4.6 किलोमीटर हिस्से पर मेट्रो का परिचालन शुरू हो जाएगा।

फेज चार में छह मेट्रो कॉरिडोर का निर्माण होना है

डीएमआरसी के अनुसार मजलिस पार्क से जगतपुर गांव के बीच मेट्रो का ट्रायल गत दिसंबर के अंत में शुरू हुआ था। इस कॉरिडोर पर बुराड़ी, झड़ोदा माजरा व जगतपुर गांव तीन मेट्रो स्टेशन बनाए गए हैं। फेज चार में कुल 112 किलोमीटर के छह मेट्रो कॉरिडोर का निर्माण होना है। तीन प्रमुखता वाले कॉरिडोर का निर्माण दिसंबर 2019 में शुरू हुआ था। इसमें जनकपुरी पश्चिम-आरके आश्रम, तुगलकाबाद-एरोसिटी और मजलिस पार्क-मौजपुर कॉरिडोर शामिल है। इसकी कुल लंबाई 65.202 किलोमीटर होगी।

मजलिस पार्क-मौजपुर कॉरिडोर पर जल्द शुरू होगा परिचालन

वर्ष 2023 तक ये परियोजनाएं पूरी होनी थी लेकिन कोरोना, पेड़ काटने की स्वीकृति मिलने व जमीन अधिग्रहण में देरी के कारण निर्माण में देरी हुई। डीएमआरसी का कहना है कि अभी तीनों कॉरिडोर का काम तेजी से चल रहा है। गत पांच जनवरी को जनकपुरी पश्चिम-आरके आश्रम कॉरिडोर पर जनकपुरी पश्चिम से कृष्णा पार्क एक्सटेंशन के बीच मेट्रो का परिचालन शुरू हुआ था। अब 12.318 मजलिस पार्क-मौजपुर कॉरिडोर के 4.6 किलोमीटर हिस्से पर जल्द परिचालन शुरू होगा।

भजनपूरा से यमुना विहार तक बन रहा डबल डेकर कॉरिडोर

बताया जा रहा है कि इस कॉरिडोर के बाकी हिस्से का भी ज्यादातर काम पूरा हो चुका है और वर्ष के अंत तक बाकी हिस्से पर भी परिचालन शुरू होने की उम्मीद है। इस कॉरिडोर पर भजनपूरा से यमुना विहार तक 1.4 किलोमीटर का डबल डेकर कॉरिडोर भी बन रहा है। एक अन्य कॉरिडोर तुगलकाबाद-एरोसिटी मेट्रो लाइन का ज्यादातर हिस्सा भूमिगत होगा। दो माह के भीतर इस कॉरिडोर के लिए छतरपुर मंदिर से इग्नू के बीच दोनों तरफ से मेट्रो के परिचालन के लिए दो सुरंग का निर्माण पूरा हुआ है।

किशनगढ़ से वसंत कुंज के बीच 1550 मीटर लंबी सुरंग बनी

इसमें एक सुरंग की लंबाई 1475 मीटर और दूसरे की लंबाई 1460 मीटर है। इसके अलावा किशनगढ़ से वसंत कुंज के बीच 1550 मीटर लंबी सुरंग बनी है। तुगलकाबाद-एरोसिटी और जनकपुरी पश्चिम-आरके आश्रम कॉरिडोर का निर्माण अगले वर्ष अंत तक पूरा करने का लक्ष्य है।

इस वर्ष दिल्ली विधानसभा चुनाव से पहले फेज चार के तीन अन्य कॉरिडोर के निर्माण की स्वीकृति मिली थी। जिसमें रिठाला-कोंडली, इंद्रप्रस्थ-इंद्रलोक और लाजपत नगर-साकेत जी ब्लॉक कॉरिडोर शामिल है। जिसकी कुल लंबाई करीब 47 किलोमीटर होगी।

अति विशेष सूचना

"परिवहन विशेष" हिन्दी दैनिक समाचार पत्र आर.एन.आई. द्वारा मान्यता प्राप्त करने के बाद से आपके द्वारा प्राप्त भरपूर सहयोग से मार्च में अपने 2 साल पूरे कर चुका है। इन दो सालों में समाचार पत्र को निष्पक्ष रूप से चलाने में आप सभी का भरपूर सहयोग रहा हैं जिसके लिए प्रशासनिक विभाग परिवहन विशेष आप सभी का दिल से आभार व्यक्त करता है और आशा करता है की भविष्य में भी आपका सहयोग हमारे साथ ऐसे ही बना रहेगा। इन दो सालों में समाचार पत्र को राष्ट्रीय स्तर पर सभी शहरों और जिलों तक पहुंचाने और वहां की सही और सच्ची खबरें हम तक पहुंचाने वाले रिपोर्टर्स का दिल से धन्यवाद।

आप सभी को यह जान कर खुशी होगी की "परिवहन विशेष हिन्दी दैनिक समाचार पत्र" का द्वितीय वार्षिकी समारोह अप्रैल माह के अंतिम सप्ताह में सम्पन्न किया जा रहा है। इस कार्यक्रम में मुख्य रूप से सड़को को जाम और दुर्घटनाओं से मुक्त करवाने के साथ दिल्ली को प्रदूषण मुक्त राज्य का उद्देश्य रखा गया है। इस समारोह में निम्नलिखित मुद्दों पर वाद- विवाद प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा

1. लेन ड्राइविंग कितनी अनिवार्य?"
2. "सड़क दुर्घटना से कैसे हो सकता हैं बचाव ?"
3. "दिल्ली को कैसे प्रदूषण मुक्त राज्य बनाया जा सकता है?"

वाद- विवाद प्रतियोगिता में हिस्सेदारी लेने वाले वक्ताओं के वक्तव्य के साथ परामर्शदाताओं से चर्चा भी इस समारोह में रखी जा रही है। इसके साथ इस आयोजन में भारत देश में निर्मित ई वाहनो, वींएलटीडी संयंत्र, एवम अन्य उपयोगी स्टाल भी सब को आकृषित करने के लिए उपलब्ध होंगे। इस समारोह में

1. सबसे अच्छा विचार / तर्क और समाधान प्रदान करने वाले वक्ता को पुरस्कार से सम्मानित किया जाएगा,
2. परिवहन क्षेत्र में अच्छा कार्य करने वाले संगठनों को पुरस्कार से सम्मानित किया जाएगा,
3. सड़क सुरक्षा के प्रति कार्य करने वाले संगठनों के पदाधिकारियों को पुरस्कार से सम्मानित किया जाएगा,
4. परिवहन विशेषज्ञों को पुरस्कार से सम्मानित किया जाएगा,
5. समाचार पत्र से अलग अलग राज्यों से जुड़े एंकर, वीडियो ग्राफर, रिपोर्टर्स, लेखक, ज्योताचार्य, कवि एवम सहायकों को सम्मानित किया जाएगा।

संजय कुमार बाटला
संपादक

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, मेंन बवाना रोड, नियर बैंक ऑफ़ बड़ौदा दिल्ली 110042

पूरा हुआ सराय काले खां स्टेशन पर एफओबी का निर्माण कार्य, हजरत निजामुद्दीन स्टेशन से जुड़ेगा नमो भारत

परिवहन विशेष

नई दिल्ली। सराय काले खां नमो भारत स्टेशन को हजरत निजामुद्दीन रेलवे स्टेशन से जोड़ने वाले फुट ओवर ब्रिज (एफओबी) का निर्माण कार्य पूरा कर लिया गया है। 280 मीटर लंबे इस एफओबी पर राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र परिवहन निगम (एनसीआरटीसी) ने छह ट्रैवलेटर लगाए हैं। इनका कार्य भी पूरा कर लिया गया है। यह एफओबी इन दोनों परिवहन साधनों के बीच यात्रियों की सुगम और सहज आवाजाही को सक्षम बनाएगा।

सराय काले खां नमो भारत स्टेशन और हजरत निजामुद्दीन रेलवे स्टेशन के बीच की दूरी करीब 300 मीटर है। इस दूरी को देखते हुए पैदल यात्रियों के लिए एक फुट ओवर ब्रिज की आवश्यकता महसूस की गई ताकि यात्री इन दोनों परिवहन साधनों के बीच सुगमता से यात्रा कर सकें। इसके अलावा, यह भी महसूस किया गया कि हजरत निजामुद्दीन स्टेशन से आने-जाने वाले महिलाओं, बुजुर्गों, बच्चों और विशेष रूप से दिव्यांगों सहित उन यात्रियों के लिए इस तरह की सुविधा बेहद फायदेमंद होगी, जो भारी सामान के साथ यात्रा कर रहे हों।

इसका दीर्घकालिक समाधान प्रस्तुत करने का एक प्रयास

अक्सर देखा जाता है कि सार्वजनिक साधनों के बीच उचित कनेक्टिविटी की कमी के कारण लोगों को एक माध्यम से दूसरे माध्यम आने-जाने के लिए भारी ट्रैफिक वाली सड़कें पार करनी पड़ती हैं। अति व्यस्त यातायात के बीच जब गाड़ियां तेज गति से आ-जा रही हों, उनका यह कदम जान को जोखिम में डालने वाला होता है। यह यातायात में भी बाधा उत्पन्न करता है और इसके कारण अक्सर जाम जैसी स्थिति उत्पन्न हो जाती है। यह एफओबी इस समस्या को संबोधित कर इसका दीर्घकालिक समाधान प्रस्तुत करने का एक प्रयास है।

बैरिकेडिंग हटाकर पूरी सड़क को जनता के लिए खोल दिया गया

इस एफओबी के निर्माण के पूरा होने के साथ ही एनसीआरटीसी ने रेलवे स्टेशन की ओर जाने वाली सड़क से बैरिकेडिंग हटाकर पूरी सड़क को जनता के लिए खोल दिया गया है। इसके अलावा, लोगों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए एनसीआरटीसी ने इस सड़क पर तारकोल का ब्लैक टाप लगाकर सड़क को अपग्रेड भी किया है। सराय काले खां का यह इलाका बेहद भीड़भाड़ वाला है और इस सड़क पर यातायात का आवागमन बहुत ज़्यादा रहता है। एनसीआरटीसी की इस पहल से इस सड़क की लाइफ साइकल बढ़ जाएगी।

वीर हकीकत राय आईएसबीटी के साथ निर्बाध कनेक्टिविटी

दिल्ली-गाज़ियाबाद-मेरठ नमो भारत कॉरिडोर के सबसे बड़े स्टेशनों में से एक, सराय काले खां स्टेशन परिवहन का एक प्रमुख केंद्र बनने की दिशा में अग्रसर है क्योंकि जल्द ही यह डीएमआरसी की पिंक लाइन, हजरत निजामुद्दीन रेलवे स्टेशन और वीर हकीकत राय आईएसबीटी के साथ निर्बाध कनेक्टिविटी प्रदान करेगा।

15,000 किलोमीटर की भारत महा ई.वी रैली अगस्त से शुरू

देशभर में 100 दिनों की इलेक्ट्रिक वाहन यात्रा से फैलेगा हरित जागरूकता का संदेश

परिवहन विशेष

नई दिल्ली। भारत में इलेक्ट्रिक मोबिलिटी को लेकर एक बड़ा कदम उठाया जा रहा है। इंटरनेशनल फेडरेशन ऑफ इलेक्ट्रिक व्हीकल एसोसिएशन (IFEVA) की पहल पर आगामी *अगस्त 2025 से 'भारत महा EV रैली'* की शुरुआत होगी। यह रैली *15,000 किलोमीटर* की दूरी तय करेगी और *100 दिनों* तक देशभर में इलेक्ट्रिक वाहनों के प्रति जागरूकता फैलाएगी।

रैली की शुरुआत दिल्ली से होगी और इसका समापन भी दिल्ली में ही होगा। इस दौरान यह लेह, अरुणाचल प्रदेश, कन्याकुमारी और गुजरात समेत देश के चारों दिशाओं में स्थित प्रमुख क्षेत्रों से होकर गुजरेगी। यह अब तक की *भारत की सबसे लंबी इलेक्ट्रिक वाहन रैली* होगी।

EV रैली के मुख्य उद्देश्य

- स्वच्छ और सतत परिवहन को बढ़ावा देना
- इलेक्ट्रिक वाहनों की लंबी दूरी की यात्रा को संभव दिखाना
- जन-मानस में इलेक्ट्रिक वाहनों के प्रति विश्वास पैदा करना
- प्रदूषण को कम कर पर्यावरण सुरक्षा में योगदान
- रोजगार और उद्यमिता के नए अवसर पैदा करना

प्रदूषण मुक्त भारत की दिशा में पहल

रैली के माध्यम से देश के *100 से अधिक शहरों और कस्बों* को कवर किया जाएगा। इस दौरान शहरों और गांवों में EV प्रदर्शनियां, टेस्ट ड्राइव, वर्कशॉप्स, स्कूल-कॉलेजों में युवा संवाद, और हरे-भरे गांव अभियान भी चलाए जाएंगे।

'1 करोड़ पौधे' लगाने का भी लक्ष्य रखा गया है, जिसमें नगरपालिकाओं, स्कूलों और सामाजिक संगठनों की भागीदारी सुनिश्चित की जाएगी।

सरकारी और औद्योगिक सहभागिता

इस रैली को 'पब्लिक-प्राइवेट पार्टनरशिप मॉडल' में आयोजित किया जा रहा है। इसमें केंद्र और राज्य सरकारों, मंत्रालयों, पीएसयू और EV उद्योग से जुड़ी प्रमुख कंपनियों का सहयोग लिया जा रहा है।

ईवी निर्माताओं, बैटरी उत्पादकों, चार्जिंग इंफ्रास्ट्रक्चर कंपनियों और हरित स्टार्टअप्स की भी इस रैली में सक्रिय भागीदारी रहेगी।

मीडिया से व्यापक सहयोग की अपील

IFEVA ने प्रिंट मीडिया, टेलीविजन, रेडियो, डिजिटल और सोशल मीडिया से इस ऐतिहासिक आयोजन को अधिक से अधिक लोगों तक पहुँचाने के लिए सहयोग की अपील की है।

IFEVA ने कहा है कि यह केवल एक रैली नहीं, बल्कि ''एक पृथ्वी, एक विश्व, एक परिवार'' की सोच के साथ देश को EV और पर्यावरणीय दिशा में एकजुट करने का प्रयास है।

युवाओं और शैक्षणिक संस्थानों की महत्वपूर्ण भूमिका

स्कूलों और कॉलेजों में EV जागरूकता सत्र, विचार गोष्ठियाँ, और हरित नवाचार के लिए प्रोत्साहन कार्यक्रम भी रैली का हिस्सा होंगे।

रैली में ये प्रमुख गतिविधियाँ होंगी:

- 'उद्घाटन और समापन समारोह' (सरकारी प्रतिनिधित्व के साथ)

- 'नीति संवाद राउंडटेबल्स' (मेट्रो शहरों में)
- 'ग्रामीण ईवी जागरूकता अभियान'
- 'पौधारोपण और हरा-भरा गांव अभियान'
- 'डिजिटल और ऑन-ग्राउंड मीडिया कवरेज'

IFEVA के बारे में:

'इंटरनेशनल फेडरेशन ऑफ इलेक्ट्रिक व्हीकल एसोसिएशंस (IFEVA)' एक वैश्विक संगठन है, जो स्वच्छ गतिशीलता, हरित नवाचार और अंतरराष्ट्रीय EV सहयोग को बढ़ावा देने के लिए कार्यरत है। इसका सक्रिय संचालन भारत, मध्य पूर्व और अफ्रीका में हो रहा है।

यह रैली न केवल इलेक्ट्रिक वाहनों की क्षमता का प्रमाण है, बल्कि यह हर भारतीय को स्वच्छ भारत, आत्मनिर्भर भारत और जलवायु के प्रति जागरूक भारत के निर्माण में भागीदार बनने का आमंत्रण भी है।

हवा की बिगड़ी चाल से उड़ानें प्रभावित, करीब 200 फ्लाइट में हुई देरी; डायल को जारी करनी पड़ी एडवाइजरी

परिवहन विशेष

नई दिल्ली। मंगलवार को चेक-इन प्रणाली में हुई गड़बड़ी से उड़ानों की बिगड़ी समयसारिणी बुधवार को सुधर ही रही थी कि शाम के समय हवा की चाल बिगड़ गई। एयरपोर्ट व आसपास शाम के समय हवा के रुख में हुए बदलाव के बीच कई उड़ानों के आगमन और प्रस्थान में जबरदस्त असर पड़ा। बाद में जब स्थिति सुधरी, तो फिर दूसरी समस्या एयर ट्रैफिक कंजेशन के तौर पर सामने आई।

आलम यह रहा कि देर रात तक कई उड़ानों के प्रस्थान और आगमन में एक से दो या तीन घंटे के देरी की स्थिति रही। शाम पांच बजे से रात 10 बजे के बीच करीब 200 उड़ानों पर प्रभाव पड़ा। इस दौरान यात्री अपनी परेशानी बयां करते रहे। सामान्य मौसम में आगमन की उड़ानें विलंबित नहीं होती हैं, लेकिन बुधवार को आगमन की कई उड़ानों में एक से तीन घंटे की देरी दर्ज की गई।

चार घंटे देरी से पहुंची एअर इंडिया की फ्लाइट

सूत्रों का कहना है कि स्थिति बिगड़ने पर देश के अलग-अलग हिस्सों से नई दिल्ली आने के लिए एयरपोर्ट पर तैयार उड़ानों को होल्डिंग पर कर दिया गया। बाद में जब उन्होंने उड़ान भरी और दिल्ली के आसपास पहुंचे, तो सामना ट्रैफिक कंजेशन से होने लगा।

शाम पांच के बाद आगमन की काफी उड़ानें विलंबित रहीं। अहमदाबाद से आ रही एअर इंडिया की उड़ान तो चार घंटे की देरी से पहुंची। गोरखपुर से नई दिल्ली आ रही इंडिगो की उड़ान की लैंडिंग में भी एक घंटे की देरी हुई। शाम को प्रस्थान से जुड़ी उड़ानें भी प्रभावित होने लगीं।

चार की जगह तीन ही रनवे चालू होने से गंभीर हुई समस्या

अभी आईजीआई एयरपोर्ट पर तीन रनवे ही चालू हैं, एक को बंद रखा गया है। रनवे पर उड़ानों का संचालन हवा के रुख पर निर्भर करता है।

कोशिश रहती है कि विमानों का उल्टी दिशा में बह रही हवाओं से सामना न हो। विपरीत स्थिति में तीन या दो रनवे ही चालू रहते हैं, लेकिन इस स्थिति में हवा के रुख में बदलाव से उड़ानों का संचालन प्रभावित हो जाता है।

डायल को जारी करनी पड़ी एडवाइजरी

आईजीआई एयरपोर्ट संचालन एजेंसी डायल ने जब देखा कि हवा के बदल रहे मिजाज के कारण स्थिति सुधर नहीं रही है, तो उसे एडवाइजरी जारी करनी पड़ी। एडवाइजरी में डायल ने यात्रियों को बताया कि हवा के बदल रहे रुख के कारण कुछ एयरलाइंस के ऑपरेशन पर असर पड़ रहा है।

एयर ट्रैफिक फ्लो मैनेजमेंट प्रोटोकाल के हिसाब से काम करने में जुटा है। डायल ने यात्रियों से आग्रह किया है कि वे संबंधित एयरलाइंस से अपने यात्रा को लेकर अपडेट लेते रहें।

धूम्रपान करना स्वास्थ्य के लिए बहुत नुकसान धूम्रपान से हो सकता है कैंसर डॉ हृदयेश कुमार

फरीदाबाद के सैक्टर 3 जाट भवन में शिक्षा और स्वास्थ्य संबंधी जागरूक करते हुए अखिल भारतीय मानव कल्याण ट्रस्ट के संस्थापक डॉ हृदयेश कुमार ने समाज के शिक्षा स्वास्थ्य जैसे अन्य विषयों पर अधिक चिंतित करते हुए कहा कि यदि आप दिन भर में एक पैकेट सिगरेट पीते हैं तो उससे निकलने वाला रेडिएशन आपके छाती के 215 एक्सरे के बराबर होता है। धूम्रपान बीमारी और विकलांगता को जन्म देता है और शरीर के लगभग सभी अंगों के लिए हानिकारक होता है।

ज्यादातर लोग नशीले पदार्थों का सेवन खुशी और उत्तेजना को जाहिर करने के लिए करते हैं। कुछ लोग रिलैक्स मूड के लिए भी नशा करते हैं। वहीं कुछ लोग एंग्जाइटी, तनाव, डिप्रेशन या कोई अंदरूनी कारण की वजह से भी नशा करते हैं। बहुत लोग काम पर फोकस बढ़ाने के लिए भी नशा करते हैं। एक या दो बार नशीले पदार्थों का सेवन करने से धूम्रपान की लत नहीं लगती है, बल्की जब खुशी या गम के लिए, फोकस के लिए या दुख की वजह से लोग नशीली चीजों का सेवन करने लगते हैं, तब इसकी लत लगती है और इसे सब्सटेंस अब्यूज़ डिसऑर्डर भी कह सकते हैं।

धूम्रपान करने के लिए सिगरेट, सिगार या पाइप का उपयोग सबसे ज्यादा किया जाता है। निकोटिन तम्बाकू में पाया जाने वाला एक नशीला रसायन होता है जो गंभीर बीमारियों का कारण बनता है। बीड़ी या सिगरेट के धुएं में सबसे हानिकारक रसायनों में से कुछ निकोटिन, आर्सेनिक, टार, हाइड्रोजन साइनाइड, फॉर्मलाडीहाइड, कार्बन मोनोऑक्साइड, सीसा, अमोनिया, बेंजीन, ब्यूटेन, हेक्सामाइन, कैडमियम आदि हैं। ये रसायन बीड़ी-सिगरेट पीने वालों और उनके आसपास वालों के लिए हानिकारक होते हैं। चलीए जानते हैं, धूम्रपान से होने वाले नुकसान क्या है, स्मोकिंग छोड़ने के फायदे, इत्यादि।

धूम्रपान करने के कारण बहुत नुकसान क्या होते हैं

सिगरेट का धुआं अत्यधिक नशीला होता है और इसमें सैकड़ों केमिकल्स होते हैं, जो कि स्वास्थ्य के लिए हानिकारक होते हैं। सभी सिगरेटों में निकोटीन होता है, जो कि धूम्रपान करने वालों को क्षणिक राहत देता है। सिगरेट में मौजूद 70 प्रतिशत रसायन कैंसर का कारण बनते हैं।

निकोटीन के अलावा, सिगरेट के धुएँ में कार्बन मोनोऑक्साइड भी होता है और स्वास्थ्य पर इसके परिणाम गंभीर और तत्काल होते हैं। यह आसानी से फेफड़ों से बाहर निकलता है और ब्लड सर्कुलेशन में जाकर हीमोग्लोबिन(लाल रक्त कोशिकाओं में पाया जाने वाला अणु जो पूरे शरीर में ऑक्सीजन पहुंचाता है) से जुड़ जाता है। हीमोग्लोबिन अणु पर, कार्बन मोनोऑक्साइड ऑक्सीजन की जगह लेता है और फिर धीरे-धीरे समाप्त होता है। इसका परिणाम यह होता है कि धूम्रपान करने वालों में आमतौर पर कार्बन मोनोऑक्साइड का स्तर बढ़ जाता है। ऐसा होने पर, शरीर में ऑक्सीजन की कमी हो जाती है और हृदय प्रणाली गंभीर रूप से प्रभावित होती है।

धूम्रपान बंद करके, एक व्यक्ति अपने स्वास्थ्य को बेहतर बना सकता है। उनकी उम्र क्या है या वे कबसे धूम्रपान कर रहे हैं, इस इतिहास के बावजूद भी धूम्रपान छोड़ना हितकारी है।

धूम्रपान बंद करने के 6 घंटे बादः ब्लड प्रेशर स्थिर हो जाता है और हृदय गति भी नार्मल हो जाती है।

धूम्रपान बंद करने के 1 दिन बादः रक्त में मौजूद कार्बन मोनोऑक्साइड की मात्रा कम हो जाती है और हृदय व मांसपेशियों तक ऑक्सीजन आसानी से पहुंच पाती है।

धूम्रपान बंद करने के 1 हफ्ते बादः स्वाद और सूंघने की क्षमता में सुधार हो सकता है। रक्त में एंटीऑक्सीडेंट की मात्रा बढ़ जाती है, जैसे कि विटामिन सी।

धूम्रपान बंद करने के 1 महीने बादः गले की घरघराहट और खांसी बंद हो जाती है। प्राकृतिक सफाई प्रणाली ठीक और मजबूत हो जाती है। जिससे व्यायाम करने से फेफड़ों को बलगम, टार और धूल साफ करने में मदद मिलती है। प्रतिरक्षा प्रणाली ठीक होने लगती है और शरीर संक्रमण से बचाव करने में अधिक कुशल हो जाता है। हाथों और पैरों में रक्त प्रवाह में सुधार होता है।

धूम्रपान बंद करने के 2-5 साल बादः दिल का दौरा या स्ट्रोक होने की संभावना काफी कम हो जाती है। महिलाओं में, सर्वाइकल कैंसर विकसित होने की संभावना भी बहुत कम हो जाती है।

कैंसर, हृदय रोग, स्ट्रोक, फेफड़ों की बीमारियाँ, मधुमेह और क्रॉनिक ऑब्सट्रक्टिव पल्मोनरी डिजीज पैदा करने के अलावा, सिगरेट पीने से शरीर के लगभग हर अंग को नुकसान पहुँचता है। इसके अतिरिक्त, निष्क्रिय धूम्रपान भी घातक हो सकता है।

धूम्रपान करने के बाद फल, सब्जियाँ और लीन मीट जैसे पोषक तत्वों से भरपूर खाद्य पदार्थों का चयन करें। चिकने, मीठे और प्रसंस्कृत स्नैक्स से दूर रहें क्योंकि ये आपके मेटाबोलिज्म की गति को धीमा कर देंगे। अपने शरीर को ठीक करने और साफ़ करने में मदद के लिए खूब पानी पियें। अपने मस्तिष्क को मजबूत करने और सूजन को कम करने के लिए, अपने आहार में नट्स, एवोकाडो और जैतून का तेल जैसे स्वस्थ वसा को शामिल करने का प्रयास करें।

जब आप निकोटीन लेना बंद कर देते हैं तो आपके शरीर और मस्तिष्क को निकोटीन के बिना जीवन को समायोजित करने के लिए समय की आवश्यकता होती है। निकोटीन से छुटकारा पाना मुश्किल हो सकता है, लेकिन आपको हार नहीं माननी है और धूम्रपान नहीं करना है। कुछ विथड्रावल सिम्पटम्स नीचे दिए गए हैं:

ध्यान केंद्रित करने में कठिनाई

सोने में कठिनाई

भूख बढ़ना या वजन बढ़ना

अत्यधिक चिंता, उदासी या अवसाद

धूम्रपान की आवश्यकता महसूस होना या इसकी इच्छा होना

चिड़चिड़ापन या क्रोध का अनुभव होना

घबराहट, बेचैनी की भावना होना

धूम्रपान छोड़ने के लिए एक दिन चुनें और धूम्रपान न करने की ठान लें।

धूम्रपान छोड़ने की अपनी रणनीति बनाएं।

अपने डॉक्टर से सलाह लें कि धूम्रपान को प्रभावी ढंग से रोकने के लिए आपको दवा या अतिरिक्त सहायता की आवश्यकता है या नहीं।

अपने धूम्रपान छोड़ने के दिन और उसके बाद के दिनों की योजना बनाएं।

अंत में, धूम्रपान छोड़ने के दिन, वास्तव में धूम्रपान छोड़ दें!

सिगरेट पीने से शरीर के लगभग हर अंग को नुकसान पहुंचता है, जिससे धूम्रपान करने वालों का पूरा स्वास्थ्य भी खराब हो जाता है और कई विकार पैदा होते हैं।

धूम्रपान न करने वालों की तुलना में धूम्रपान करने वालों में फेफड़ों के कैंसर, हृदय रोग और स्ट्रोक का खतरा अधिक होता है।

दुनिया भर में, सिगरेट पीना मृत्यु दर का सबसे बड़ा कारण है जिसे टाला जा सकता है।

धूम्रपान, वायुमार्ग और फेफड़ों में छोटी वायु थैलियों (एल्वियोली) को नुकसान पहुंचाता है, जिससे फेफड़ों की बीमारी हो सकती है।

धूम्रपान करने वालों में, हृदय और रक्त वाहिका रोग, जैसे हृदय रोग अधिक आम हैं।

धूम्रपान के कारण, पूरे शरीर में किसी भी हिस्से में कैंसर हो सकता है।

स्वप्न ज्योतिष स्वप्न क्या है ?

स्वप्न, मानव-जीवन को ईश्वर का सर्वश्रेष्ठ एवं सर्वोत्तम वरदान है। यह दैवी वरदान चराचर जगत्में केवल मनुष्य को ही मिला है जो कि उसके मानव-जीवन की सर्वोत्तम निधि कही जा सकती है। कोई मनुष्य बिना स्वप्नों के जीवित नहीं रह सकता। यदि वह जीवित है, सक्रिय है, तो यह निश्चित है कि वह स्वप्न देखता है। अंग्रेजी में यह कहावत ही है कि 'A man who does not dream does not live.' शेक्सपियर ने भी एक स्थान पर कहा है कि 'Dreams are such stuff as we are made of.'

हम स्वस्थ हों तो स्वप्न में हम उसी प्रकार भाग लेते हैं। जिस प्रकार से वास्तविक जीवन में हमारा क्रियाकलाप होता है। स्वप्न मुख्यतः दो प्रकार के होते हैं

१. जाग्रतावस्था स्वप्न और

2. २. निद्रा-वस्था स्वप्न।

पहले प्रकार का स्वप्न कवियों, दार्शनिकों एवं प्रेमी-प्रेमिकाओं का होता है। प्रेमी जाग्रतावस्था में अपनी प्रेमिका के बारे में सोचता है और फिर कुछ क्षणों में वह उसके सामने साकार-सी हो जाती है। तन्मयता के उन क्षणों में वह उसके एक-एक हाव-भाव, एक-एक चेष्टा को देखता है; वह कब आँख झपकाती है, कब श्वास लेती है या निःश्वास छोड़ती है, उसे स्पष्ट दिखाई देता है। लगभग इसी प्रकार के स्वप्न कॉलेज के छात्र-छात्राओं के होते हैं- जीवन में मैं क्या बनूंगा, निश्चय ही मैं ऐसा बनूंगा, यह करूँगा, ऐसे करूँगा आदि-आदि। ऐसा ही स्वप्न अविवाहिता का होता है कि ऐसा सुन्दर पति होगा, घर को इस प्रकार सजाऊँगी, उनके दफ्तर से आने का समय होगा, तब मैं इस प्रकार प्रतीक्षा करूंगी, वे मुझे यह कहेंगे, मैं यह जवाब दूंगी और ऐसे मधुर स्वप्न उसके सामने जाग्रतावस्था में भी साकार होते चले जाते हैं। लेखकों, कवियों दार्शनिकों आदि को भी इसी श्रेणी में गिना जा सकता है।

दूसरे प्रकार का स्वप्न है निद्रावस्था स्वप्न। जब हम शरीर को शिथिल छोड़कर पूर्ण विश्राम की स्थिति में होते हैं तब भी स्वप्न आते हैं। कभी तो वे स्वप्न हमारे साकार जगत्के होते हैं। कभी वे अद्भुत और अनोखे होते हैं। इन स्वप्नों को भी मुख्यतः तीन भागों में बाँट सकते हैं।

स्वप्न के भेद :

१- वास्तविक जीवन के स्वप्न

२- अद्भुत अपूर्व स्वप्न

- भविष्यसूचक स्वप्न

यहाँ कुछ स्वप्नों के संकेत दिए जा रहे हैं:

अभिसारिका यदि स्वप्न में रात्रि को निर्जन पथ पर प्रिय-मिलन को उत्कंठित कोई सुन्दरी जाती दिखाई दे तो स्वप्नद्रष्टा की मनोवांछित इच्छा पूर्ण होगी। उसका प्रणय-सम्बन्ध दृढ़ होगा या किसी से प्रेम होगा। अष्टभुजा यदि स्वप्न में अष्टभुजा देवी या दुर्गा के दर्शन हों तो शुभ संकेत है तथा शीघ्र ही घर में मांगलिक कृत्य सम्पन्न होगा।

अस्त्र-शस्त्र यदि स्वप्न में अस्त्र-शस्त्र का ढेर दिखाई दे या एकाध शस्त्र दिखाई दे तो समझना चाहिए कि इतने दिनों से जो विपत्ति सिर पर मंडरा रही थी या आप जिस परेशानी से ग्रस्त थे वह शीघ्र ही दूर होगी और आप चैन की साँस ले सकेंगे।

आकाशगामी यदि व्यक्ति स्वयं आकाश में उड़े तथा मकानों की छतों से ऊपर होता हुआ आगे-ही-आगे उड़ता चला जाय तो यह उसकी लालसा, इच्छा और आकांक्षाओं का प्रतीक है। व्यक्ति के हृदय में सैकड़ों इच्छाएँ हैं जो पूर्ण होती दृष्टिगोचर नहीं होतीं।

आशीर्वचन यदि स्वप्न में कोई साधु, ब्राह्मण या तपस्वी आशीर्वाद दे या आशीर्वचन कहे तो यह शुभ एवं कल्याणकारी संकेत है।

आश्रम यदि कोई साधु या संन्यासी का आश्रम स्वप्न में दिखाई दे तो यह जीवन में स्थिरता का संकेत है।

अश्वारोही स्वप्न में यदि घुड़सवार दृष्टिगोचर हो तो शीघ्र ही शुभकार्य के लिए यात्रा करनी पड़ेगी या व्यापार-व्यवसाय हेतु विदेश जाना होगा तथा मनोरथ-सिद्धि होगी।

अन्न अन्न के ढेर या हरी-भरी कृषि के फार्म दिखाई दें तो शीघ्र ही शुभ समाचार प्राप्त होंगे। यह अवश्यम्भावी है।

अपमान स्वप्न में यदि किसी के द्वारा अपमान हो या वह भरे बाजार में गाली दे अथवा थप्पड़ मार दे या बुरा-भला कह दे तथा आप अपने को अपमानित अनुभव करें तो यह स्पष्ट है कि मुकद्दमे में (यदि कोई हो तो) आपकी विजय होगी और पुरानी चिन्ता मिट जायगी।

अपराधी यदि स्वप्न में जेल में खड़े कैदी अथवा अपराधी दिखें अथवा अपराधी द्वारा वार्तालाप हो तो अनिष्ट आने की सम्भावना समझी जानी चाहिए। इन्कमटैक्स का छापा भी हो सकता है।

अभिनन्दन स्वप्न में अभिनन्दन होना अशुभ का प्रतीक है। मुकद्दमे में हार जाना, युद्ध में परास्त होना, चुनाव में असफल रहना आदि इससे सम्बन्धित है। सन्१६७२ की घटना है। मैं एक एम.एल.ए. के घर पर ठहरा हुआ था। एक दिन का प्रवास था। वह चुनाव में व्यस्त थे और जीतने की शत-प्रतिशत उम्मीद लेकर प्रयत्न कर रहे थे। प्रातः उठते ही अपने हाथों से चाय लेकर मेरे कमरे में उपस्थित हुए और बोले- पंडित जी ! शुभ सन्देश दूँ। आज प्रातः ही मुझे स्वप्न आया है कि मैं जीत गया हूँ चारों ओर जय-जय-कार हो रहा है और नगरपालिका मेरा अभिनन्दन कर रही है। प्रातः का स्वप्न तो सच होता है ना? वह चहक रहे थे, श्रह्लादित थे। वह स्वप्न को शुभ समझ रहे थे। मैं स्वप्न के फलितार्थों पर विचार कर रहा था। सप्ताह-भर में चुनाव परिणाम भी निकलने

वाला था। यह कह देता कि स्वप्न अनुकूल नहीं है तो उनका हृदय टूट जाता, उत्साह मारा जाता, और यदि वास्तविकता नहीं बताता तो मैं अपने कर्तव्य से च्युत होता। अजीब दुविधा में पड़ गया। फिर भी कर्तव्य ने भावनाओं पर विजय पाई। मैंने चुनाव में असफल होने की बात कागज पर जल्दी-जल्दी लिख लिफाफे में बंद करके उन्हें दे दी और कह दिया चुनाव-परिणाम निकलने से पहले नहीं खोलें। परिणाम निकला उनकी जमानत जब्त हो गई। हार्ट अटैक ऐसा हुआ कि लगभग महीना-भर अस्पताल में रहे।

अभिषेक इसका फल भी 'अभिनन्दन' की ही तरह समझना चाहिए।

अवतार यदि स्वप्न में ईश्वर का अवतार होता दिखाई दे या जमीन में से शिलिंग प्रकट होता दृष्टिगोचर हो तो यह धन-प्राप्ति का संकेत है। शीघ्र ही श्रेष्ठ लाभ होगा।

इन्द्रधनुष यदि स्वप्न में ऊदी घटाएँ घिरी हुई हों तथा बीच में सुनहरा इन्द्रधनुष दिखाई दे तो यह जीवन में प्रसन्नता, आह्लाद एवं पुलकता का प्रतीक है।

उच्च न्यायालय स्वप्न में उच्च न्यायालय या न्यायाधीश दिखाई दे तो निश्चय ही मुकद्दमे में विजय होगी तथा कार्यसिद्धि होगी।

उत्तीर्ण यदि स्वप्न में किसी परीक्षा में उत्तीर्ण होने का समाचार मिले तो निकट भविष्य में मनोरथ-सिद्धि समझनी चाहिए।

ऊँट स्वप्न में ऊंट का दिखाई देना अशुभ, अपघात या एक्सीडेंट का सूचक है।

ऋषि यदि स्वप्न में ऋषि, महात्मा या साधु दिखाई दे, तो यह शुभ है। शीघ्र ही हर्ष वर्धक समाचार प्राप्त होंगे।

कंगन स्वप्न में कंगन या चूड़ीघर अथवा कंगन-स्टोर का दिखाई देना अशुभता सूचक है।

कंगाल स्वप्न में कंगाल या भिखमंगा नजर आता है या वह स्वप्न-द्रष्टा से याचना करता दिखाई दे तो शीघ्र ही कोई अनिष्ट आएगा या घर में बीमारी होगी ऐसा समझना चाहिए।

कंजूस कंजूस दिखाई देने का फल भी 'कंगाल' वत्ही समझना चाहिए।

कथा यदि स्वप्न में कथा-श्रवण हो या मन्दिर में कीर्तन सुने अथवा पंडितजी द्वारा रामायण, भागवत कथा-श्रवण हो तो यह घर में शुभदायक, सुखवर्धक एवं मंगलमय कार्यों का प्रतीक है।

कदम्ब स्वप्न में हरा-भरा कदम्ब का पेड़ दिखाई दे तो शीघ्र ही घर में नववधू आएगी, या पुत्र-पौत्र का जन्म होगा, ऐसा समझना चाहिए।

कन्याग्रहण यदि स्वप्न में विवाह हो या कन्यादान हो अथवा कन्याग्रहण हो या मंगलमय गीत-वाद्य सुनाई दे तो अशुभ है एवं घर में किसी सदस्य की दुःखद मृत्यु होगी ऐसा समझना चाहिए।

कपि यदि बन्दर या बन्दरों का झुण्ड स्वप्न में दिखाई दे तो यह इच्छित कार्य की पूर्ति का शुभ संकेत है; शीघ्र ही मनोरथ-सिद्धि होगी।

कपोत कपोत या कबूतरों का जोड़ा उड़ता हुआ दिखाई देना नीरो-गिता का चिह्न है; यदि आप या आपके परिवार का कोई सदस्य रोगग्रस्त है तो शीघ्र ही वह रोगमुक्त होगा, इसमें सन्देह नहीं। कब्रिस्तान स्वप्न में कब्रिस्तान का दिखना अत्यन्त शुभ है। स्वप्न में कब्रिस्तान से निकलकर मुर्दा जो कुछ भी कहे, वह घटित होकर रहता है। इस संबंध में एक आश्चर्यजनक घटना, आप भी जानेः- सन् १६७० के उत्तरार्द्ध की बात है, एक दिन एक श्रीमन्त की पत्नी बोली- पंडित जी ! आज रात एक अत्यन्त अशुभ स्वप्न देखा है। मैं अपनी कार से घूमने के लिए जा रही थी और सड़क किनारे के कब्रिस्तान से एक मुर्दा निकला और मेरी कार के सामने आकर खड़ा हो गया। विवशतावश मुझे कार रोक देनी पड़ी। कार रुकते ही उसने झपटकर मुझे कार से बाहर खींच लिया और बुरी तरह से झकझोरा। फिर मेरे सिर पर तीन स्वर्ण की ईंटें, दाहिने हाथ पर पाँच, बाएँ हाथ पर चार, पीठ पर सात, कूल्हों पर दो, तथा पैरों पर एक ईंट बाँध दी, साथ ही एक डिब्बा भी दिया और खदेड़कर मेरे घर पैदल पहुँचाया और साथ ही कार मेरे पीछे-पीछे बिना ड्राइवर के चल रही थी। ज्यों ही मैं घर में घुसी कि कार स्वतः ही गैरेज में चली गई और मैं चीखकर गिर पड़ी। आँख खुली तो चारों ओर घर के सदस्य खड़े थे। मैं पसीने से तरवतर थी। ईश्वर जाने क्या होगा ? आप बताइए न पण्डित जी, मेरे परिवार पर या मुझ पर क्या अनिष्ट आनेवाला है? मैंने एक क्षण विचार किया और बोला मेरी राय में 'ए' सीरीज का ५४७२१ लॉटरी टिकट खरीद लें हो सकता है तुम्हारा भाग्योदय हो जाय। वह आश्वस्त-सी चली गई। बाद में इन्हीं नम्बरों पर उसे पुरस्कार भी मिला। तात्पर्य यह कि इस प्रकार के दृश्य श्रेष्ठ धनदायक कहे गए हैं।

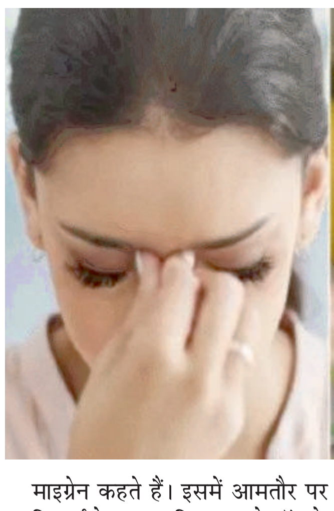
कमल स्वप्न में कमल का दिखाई देना नीरोगिता एवं आरोग्यता का प्रतीक है।

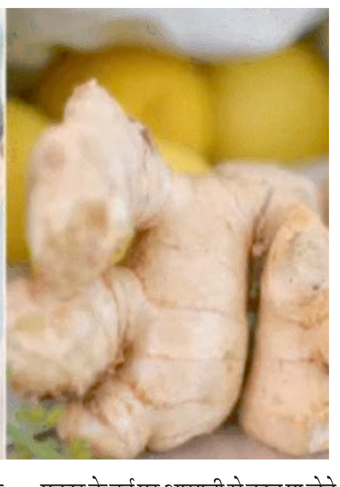
कमला यदि स्वप्न में कमला या साक्षात लक्ष्मी दिखाई दे तो श्रेष्ठ धन लाभ, नूतन व्यापार अथवा नौकरी में प्रोमोशन समझना चाहिए।

गुप्त गोदावरी के एक बार शुभ दर्शन अवश्य करें

यह एक छोटी सी नदी है जो एक भूमिगत गुफा में बहती है। इस नदी का स्रोत अथाह है। गुफा में दो प्राकृतिक सिंहासन रुपी चट्टानें हैं, मान्यता है कि भगवान राम और उनके भाई लक्ष्मण ने यहां दरबार लगाया था।हिंदू पौराणिक महाकाव्य, रामायण में बताया गया कि भगवान राम और भगवान लक्ष्मण 14 साल के वनवास के दौरान कुछ समय के लिए इस गुफा में रुके थे। और एक दरबार भी लगाया था। इतिहासकारों के अनुसार, गुफा के भीतर की चट्टानों से गहरी नदी के रूप में उभरती हुई गोदावरी नदी नीचे एक और गुफा में बहती है और फिर पहाड़ो में जाकर गायब हो जाती है। बाद में पानी को विशाल चट्टान की छत से बाहर निकलते हुए देखा जाता है। कहा जाता है कि जहां से पानी निकलता है, वह दानव मयंक का अवशेष है। पुरानी कथाओं में कहा जाता है कि जब माता सीता नहा रही थी तब इसी राक्षस ने सीता माँ के कपडे चुराने की कोशिश की थी तब दानव मयंक द्वारा किए गए इस हीन काम के लिए लक्ष्मण ने दानव को मौत के घाट उतार दिया था।

अदरक की चाय माइग्रेन में लाभकारी





अदरक की चाय कुदरती रूप से माइग्रेन दूर भगा देती है। माइग्रेन का दर्द असहनीय होता है और इसे बर्दाश्त करना बहुत मुश्किल खासकर सुबह के वक्त दर्द और तेज हो जाता है। माइग्रेन के कारण उल्टी और नौसा की समस्या हो सकती है। इस दर्द को दूर करने के लिए अदरक की चाय पियें। अदरक की चाय पीने से माइग्रेन का दर्द प्राकृतिक रूप से दूर होता है। सामान्यतया अस्वस्थ जीवनशैली और खानपान में पौष्टिक तत्वों के अभाव के कारण तनाव और सिरदर्द की समस्या आम होती जा रही है। तनाव और सिरदर्द अधिक दिनों तक रहे तो यह माइग्रेन का रूप ले लेता है। माइग्रेन का दर्द कुछ घंटे से लेकर कई दिनों तक रह सकता है। इस लेख में विस्तार से जानिये कैसे अदरक की चाय प्राकृतिक रूप से माइग्रेन को दूर करने में मददगार है। क्या है माइग्रेन पहले माना जाता था कि माइग्रेन मस्तिष्क की रक्त नलिकाओं के फैलने और सिकुड़ने के कारण होता है, लेकिन कई अनुसंधानों में यह बात सामने आई है कि माइग्रेन केंद्रीय तंत्रिका तंत्र की गड़बड़ी के कारण होता है, जिससे न्यूरोट्रांसमीटर्स का संचरण प्रभावित होता है, विशेष रूप से सेरोटोनिन हार्मोन में असंतुलन उत्पन्न हो जाता है और यह माइग्रेन बन जाता है। माइग्रेन के दो प्रकार होते हैं - क्लासिकल और नॉन क्लासिकल। जब माइग्रेन का दर्द ऑरा यानी दृष्टि संबंधी गड़बड़ी के बाद शुरू होता है, तब इसे क्लासिकल माइग्रेन कहते हैं। इसमें आमतौर पर सिरदर्द के 10-15 मिनट पहले ऑरा के लक्षण दिखाई देने लगते हैं। जब सिरदर्द बिना 'ऑरा' और दूसरे लक्षणों के साथ शुरू होता है, तब इसे नॉन क्लासिकल या सामान्य माइग्रेन कहते हैं। सामान्य माइग्रेन बच्चों और किशोरों में अधिक होता है। माइग्रेन के जो कुल मामले देखे जाते हैं, उनमें से 70 से 85 प्रतिशत सामान्य माइग्रेन और 15 से 30 प्रतिशत क्लासिकल माइग्रेन वाले होते हैं। छोटे बच्चों में माइग्रेन के दौरे शाम को पड़ते हैं। अदरक की चाय है फायदेमंद माइग्रेन के दर्द पर काबू पाने के लिए अदरक की चया का सेवन करना फायदेमंद माना जाता है। अदरक एक बेहतरीन नैचुरल पेन किलर है। अदरक में एंटी-इन्फ्लेमेटरी तत्व होते हैं जो किसी भी प्रकार के दर्द पर आसानी से काबू पा लेते हैं। यानी अगर आपको सिरदर्द, तनाव, माइग्रेन की समस्या हो तो उसे दूर करने के लिए अदरक की चाय का सेवन कीजिए। इसके अलावा अदरक में ऐसे तत्व भी पाये जाते हैं जो पाचन क्रिया को सुचारु करते हैं। यानी माइग्रेन के कारण होने वाली मतली और उल्टी की शिकायत भी दूर होती है। कैसे करें प्रयोग अदरक की चाय बनाने के लिए अदरक का एक छोटा टकड़ा लेकर उसे अच्छे से छील लीजिए। फिर उसे छोटे-छोटे टुकड़ों में काट लें, उबलते पानी में इन टुकड़ों को डाल लीजिए। फिर इसे 10-15 मिनट तक उबालिये। उसके बाद इसे छानकर पीजिए। इसमें चीनी या शुगर की बजाय इसका अधिक फायदा उठाने के लिए शहद या नींबू का रस मिलायें।

लोटा और गिलास के पानी में अंतर

भारत में हजारों साल की पानी पीने की जो सभ्यता है वो गिलास नही है गिलास विदेशी है। गिलास भारत का नही यूरोप से आया और यूरोप में पुर्तगाल से आया था। पुर्तगाली जब से भारत देश में घुसे थे तब से गिलास में हम फंस गये। गिलास अपना नही है अपना लौटा है और लौटा कभी भी एक रेखीय नही होता। वागभट्ट जी कहते हैं कि जो बर्तन एक रेखीय हैं उनका त्याग कीजिये। इसलिए गिलास का पानी पीना अच्छा नही माना जाता, लौटे का पानी पीना अच्छा माना जाता है। हम गिलास और लोटा के पानी पर चर्चा करेंगे और दोनों में अंतर बताएँगे फर्क सीधा सा यह है कि पानी को जहाँ धारण किया जाए, उसमे वैसे ही गुण आते है। पानी के अपने कोई गुण नहीं हैं जिसमें डाल दो उसी के गुण आ जाते हैं। दही में मिला दो तो छाछ बन गया दूध में मिलाया तो दूध का गुण। लौटे में पानी अगर रखा तो बर्तन का गुण आयेगा। अब लौटा गोल है तो वो उसी का गुण धारण कर लेगा और अगर थोडा भी गणित आप समझते हैं तो हर गोल चीज का सरफेस टेंशन कम रहता है। क्योंकि सरफेस एरिया कम होता है तो सरफेस टेंशन कम होगा तो सरफेस टेंशन कम हैं तो हर उस चीज का सरफेस टेंशन कम होगा और स्वास्थ्य की दष्टि से कम सरफेस टेंशन वाली चीज ही आपके लिए लाभदायक है। अगर ज्यादा सरफेस टेंशन वाली चीज आप पियेंगे तो बहुत तकलीफ देने वाला है। क्योंकि उसमें शरीर को तकलीफ देने वाला एक्स्ट्रा प्रेशर आता है।

गिलास और लोटा के पानी में अंतर गिलास के पानी और लौटे के पानी में जमीं आसमान का अंतर है। इसी तरह कुंए का पानी, कुंआ गोल है इसलिए सबसे अच्छा है। आपने थोड़े समय पहले देखा होगा कि सभी साधू संत कुए का ही पानी पीते है ना मिले तो प्यास सहन कर जाते हैं और जहाँ मिलेगा वहीं पीयेंगे। वो कुंए का पानी इसीलिए पीते है क्यूंकि कुआ गोल है, और उसका सरफेस एरिया कम है, सरफेस टेंशन कम है और साधू संत अपने साथ जो केतली की तरह पानी पीने के लिए रखते है वो भी लोटे की तरह ही आकार वाली होती है। सरफेस टेंशन कम होने से पानी का गुण लम्बे समय तक जीवित रहता है। पानी का सबसे बड़ा गुण है सफाई करना। वो गुण कैसे काम करता है वो आपको बताते है. आपकी बड़ी आंत है और छोटी आंत है, आप जानते हैं कि उसमें मेम्ब्रेन है और कचरा उसी में जाके फंसता है. पेट की सफाई के लिए इसको बाहर लाना पड़ता है यह तभी संभव है जब कम सरफेस टेंशन वाला पानी आप पी रहे हो। अगर ज्यादा सरफेस टेंशन वाला पानी है तो ये कचरा बाहर नही आएगा, मेम्ब्रेन में ही फंसा रह जाता है। दुसरे तरीके से समझें, आप एक एक्सपेरिमेंट कीजिये. थोडा सा दूध ले और उसे चेहरे पे लगाइए, 5 मिनट बाद रुई से पोंछिये. तो वो रुई काली हो जाएगी. स्किन के अन्दर का कचरा और गन्दगी बाहर आ जाएगी. इसे दूध बाहर लेकर आया. अब आप पूछेंगे कि दूध कैसे बाहर लाया तो आप को बता दें कि दूध का सरफेस टेंशन सभी वस्तुओं से कम है तो जैसे ही दूध चेहरे पर लगाया दूध ने चेहरे के सरफेस टेंशन को कम कर दिया क्योंकि जब किसी वस्तु को दूसरी वस्तु के सम्पर्क में लाते है तो वो दूसरी वस्तु के गुण ले लेता है। इस एक्सपेरिमेंट में दूध ने स्किन का सरफेस टेंशन कम किया और त्वचा थोड़ी सी खुल गयी और त्वचा खुली तो अंदर का कचरा बाहर निकल गया। यही क्रिया लोटे का पानी पेट में करता है। आपने पेट में पानी डाला तो बड़ी आंत और छोटी आंत का सरफेस टेंशन कम हुआ और वो खुल गयी और खुली तो सारा कचरा उसमें से बाहर आ गया। जिससे आपकी आंत बिल्कुल साफ़ हो गई। अब इसके विपरीत अगर आप गिलास का हाई सरफेस टेंशन का पानी पीयेंगे तो आंते सिकुडेंगी क्यूंकि तनाव बढेगा। तनाव बढते समय चीज सिकुड़ती है और तनाव कम होते समय चीज खुलती है। अब तनाव बढेगा तो सारा कचरा अंदर जमा हो जायेगा और वो ही कचरा भगन्दर, बवासीर, मुल्व्याद जैसी सेंकडो पेट की बीमारियाँ उत्पन्न करेगा इसलिए कम सरफेस टेंशन वाला ही पानी पीना चाहिए। इसलिए लौटे का पानी पीना सबसे अच्छा माना जाता है। गोल कुए का पानी है तो बहुत अच्छा है। गोल तालाब का पानी, पोखर अगर खोल हो तो उसका पानी बहुत अच्छा. नदियों के पानी से कुंए का पानी अधिक अच्छा होता है क्योंकि नदी में गोल कुछ भी नही है वो सिर्फ लम्बी है उसमे पानी का फ्लो होता रहता है। नदी का पानी हाई सरफेस टेंशन वाला होता है और नदी से भी ज्यादा ख़राब पानी समुन्द्र का होता है उसका सरफेस टेंशन सबसे अधिक होता है। अगर प्रकृति में देखेंगे तो बारिश का पानी गोल होकर धरती पर आता है। मतलब सभी बूंदे गोल होती है क्यूंकि उसका सरफेस टेंशन बहुत कम होता है तो गिलास की बजाय पानी लौटे में पीयें तो लौटे ही घर में लायें। गिलास का प्रयोग बंद कर दें। जब से आपने लोटे को छोड़ा है तब से भारत में लौटे बनाने वाले कारीगरों की रोजी रोटी ख़त्म हो गयी। गाँव गाँव में कसेरे कम हो गये। वो पीतल और कांसे के लौटे बनाते थे सब इस गिलास के चक्कर में भूखे मर गये तो वागभट्ट जी की बात मानिये और लौटे वापिस लाइए।

दिल्ली में प्राइवेट स्कूलों के फीस बढ़ोतरी पर सरकार का एक्शन, 11 निजी विद्यालयों को भेजा नोटिस

द्वारका के शीर्ष निजी स्कूल के बारे में बात करते हुए मंत्री आशीष सूद ने कहा कि अदालत ने जिला मजिस्ट्रेट को द्वारका में स्कूल की मनमानी रोकने का निर्देश दिया है। उन्होंने दावा किया कि डीएम द्वारा दी गई रिपोर्ट के आधार कोर्ट ने यहां तक कहा है कि कथित गलत कामों के लिए द्वारका स्कूल को सरकार को अपने अधीन कर लेना चाहिए।

नई दिल्ली। दिल्ली के शिक्षा मंत्री आशीष सूद ने गुरुवार को कहा कि राजधानी में निजी स्कूलों के निरीक्षण के लिए जिलाधिकारियों और उप-मंडल मजिस्ट्रेटों की एक समिति गठित की गई थी और उनकी रिपोर्ट के आधार पर दिल्ली हाईकोर्ट ने द्वारका के एक निजी स्कूल की खिंचाई की थी।

आशीष सूद ने कहा कि उप-विभागीय मजिस्ट्रेट (एसडीएम) द्वारा फीस बढ़ोतरी और स्कूलों के खातों का निरीक्षण करने के बाद 11 स्कूलों को नोटिस जारी किए गए थे और प्रथम दृष्टया कुप्रबंधन के संकेत मिले थे। उन्होंने कहा, 'हम यह घोषणा करके सनसनी नहीं पैदा करना चाहते कि उनके खिलाफ क्या कार्रवाई की जाएगी, लेकिन मैं यह कह सकता हूं कि रेखा गुप्ता सरकार छात्रों और अभिभावकों के हितों की रक्षा के लिए प्रतिबद्ध है।'

इन स्कूलों को जारी किए गए थे नोटिस

इन 11 स्कूलों में ग्रीन लैंड पब्लिक स्कूल, राजगढ़ कॉलोनी; गीता बाल भारती सीनियर सेकेंडरी स्कूल, राजगढ़ कॉलोनी; सरोज मोंटेसरी पब्लिक स्कूल, विवेक विहार; पुनीत पब्लिक स्कूल, विश्वास नगर; अर्वाचिन भारती भवन स्कूल, विवेक विहार; लांसर कॉन्वेंट, प्रशांत विहार; सृजन स्कूल, मॉडल टाउन; क्वीन मैरी स्कूल; गुरु तेग बहादुर स्कूल, मीरा मॉडल स्कूल, जनकपुरी और सेंट ग्रेगोरियस स्कूल शामिल हैं।

द्वारका स्कूल की मनमानी रोकने के निर्देश

द्वारका के शीर्ष निजी स्कूल के बारे में बात करते हुए उन्होंने कहा कि अदालत ने जिला मजिस्ट्रेट को द्वारका में स्कूल की मनमानी रोकने का निर्देश दिया है और हमने उसे कारण बताओ नोटिस जारी किया है।' उन्होंने दावा किया कि डीएम द्वारा दी गई रिपोर्ट के आधार कोर्ट ने यहां तक कहा है कि कथित गलत कामों के लिए द्वारका स्कूल को सरकार को अपने अधीन कर लेना चाहिए।

कोर्ट ने शिक्षा निदेशक को स्कूल का दौरा करने को कहा

मंत्री ने कहा कि दिल्ली सरकार के प्रयासों के कारण, कोर्ट ने शिक्षा निदेशक और उनकी टीम को द्वारका स्कूल का दौरा करने और यह सुनिश्चित करने का निर्देश दिया है कि संस्थान में दिल्ली स्कूल शिक्षा अधिनियम, 1973 का कोई उल्लंघन न हो। उन्होंने कहा, 'इस तरह से हम स्कूल से संबंधित पांच साल पुराने विरासत के मुद्दे को सुलझाने में कामयाब रहे हैं।'

रेखा गुप्ता सरकार ने 650 स्कूलों के खातों का कराया ऑडिट

उन्होंने पिछली आप सरकार और उसके पूर्व मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल पर स्कूल को अनुशासित करने के लिए कुछ नहीं करने और केवल सनसनीखेज सुर्खियां बनाने के लिए इसका इस्तेमाल करने का आरोप लगाया। सूद ने घोषणा की कि एसडीएम की मदद से रेखा गुप्ता सरकार ने 650 स्कूलों के खातों का ऑडिट करवाया है, जबकि पिछली आप सरकार ने 10 वर्षों में 750 स्कूलों के खातों का ऑडिट करवाया था।

अमेरिका में खत्म होगी इमिग्रेशन और कस्टम की टेंशन! यात्रियों को सिर्फ इंदिरा गांधी अंतरराष्ट्रीय एयरपोर्ट से मिलेगी ये सुविधा

दिल्ली के आईजीआई एयरपोर्ट पर अमेरिका की कस्टम्स एंड बॉर्डर प्रोटेक्शन प्री-क्लियरेंस सुविधा शुरू करने की तैयारी है। इससे अमेरिका जाने वाले यात्रियों की कस्टम्स और इमिग्रेशन जांच दिल्ली में ही हो जाएगी। यात्री अमेरिका पहुंचने पर सीधे अपना सामान लेकर बाहर निकल सकेंगे। इस सुविधा से आईजीआई एयरपोर्ट एक ग्लोबल हब बन सकेगा और उड़ानों की संख्या बढ़ने की उम्मीद है।

नई दिल्ली। कल्पना कीजिए कि आप आईजीआई एयरपोर्ट से न्यूयार्क की उड़ान ली और वहां लैंडिंग के बाद आप बिना किसी तामझाम के बिल्कुल घरेलू यात्री के जैसे एयरपोर्ट से सीधे बाहर निकल गए। आपको न तो इमिग्रेशन और न ही कस्टम क्लियरेंस का सामना करना पड़ा। अभी यह बात आपको भले ही अटपटी लग रही हो लेकिन आने वाले समय में ऐसा संभव हो सकता है।

फिलहाल असंभव सी लगने वाली यह बात संभव हो सके इसकी कवायद शुरू की जा चुकी है। आईजीआई एयरपोर्ट संचालन एजेंसी डायल ने केंद्र सरकार से अनुरोध किया है कि आईजीआई एयरपोर्ट पर अमेरिका की कस्टम्स एंड बार्डर प्रोटेक्शन प्री-क्लियरेंस सुविधा शुरू की जाए। इस सुविधा में अमेरिका जाने वाले यात्रियों की कस्टम्स और इमिग्रेशन जांच दिल्ली में ही हो जाएगी। इससे यात्री अमेरिका पहुंचने पर सीधे अपना सामान लेकर बाहर निकल सकेंगे।

क्यों पड़ी इसकी जरूरत

डायल की कोशिश है कि आईजीआई एयरपोर्ट को ग्लोबल हब बनाया जाए। ऐसा तभी संभव है जब यात्रियों को यहां ऐसी सुविधाएं मिलें, जिसके आधार पर उनकी यात्रा के पूरे प्लान में आईजीआई एयरपोर्ट शामिल हो। खासकर विदेश यात्रा से जुड़े प्लान में तो हो ही।

अभी भारत से यदि कोई यात्री अमेरिका की यात्रा करता है तो वहां के एयरपोर्ट पर उसे सामान्य सुरक्षा प्रोटोकाल की प्रक्रिया से गुजरना होता है। इसमें इमिग्रेशन व कस्टम से जुड़ी जांच शामिल है। लेकिन कई ऐसे एयरपोर्ट हैं जिनका अमेरिका की कस्टम्स एंड बार्डर प्रोटेक्शन एजेंसी से समझौता है।

एयरपोर्ट पर प्री-क्लियरेंस सुविधा उपलब्ध

समझौते के तहत सीबीपी एजेंसी संबंधित एयरपोर्ट पर प्री-क्लियरेंस सुविधा उपलब्ध कराता है। इसके तहत जांच की जो प्रक्रिया अमेरिका में उतरने के बाद होनी होती है, वह यात्रा के आरंभ बिंदू पर ही हो जाता है। इससे यात्रियों को अमेरिका की एयरपोर्ट पर लगने वाली लंबी कतार से मुक्ति मिल जाती है। यात्री विमान से उतरने के बाद आसानी से एयरपोर्ट से बाहर निकल जाता है।

इस सुविधा का लाभ लेने के लिए कई यात्री अमेरिका की यात्रा के लिए विदेश के उस एयरपोर्ट को चुनते हैं जहां सीबीपी प्री-क्लियरेंस सुविधा उपलब्ध करा रही है। यदि आईजीआई एयरपोर्ट पर यह सुविधा शुरू हो जाए तो न केवल घरेलू बल्कि विदेशी यात्री भी आईजीआई एयरपोर्ट से अमेरिका की उड़ान लेना पसंद करेंगे।

बढ़ जाएंगी उड़ानों की संख्या

डायल का मानना है कि यदि ऐसा हुआ तो संभव है कि एयरलाइंस अमेरिका की उड़ानों की संख्या बढ़ा दें। अभी एअर इंडिया दिल्ली से अमेरिका के लिए हर हफ्ते 33 से ज्यादा सीधी उड़ानें संचालित करती हैं। इसके अलावा, यूनाइटेड एयरलाइंस और अमेरिकन एयरलाइंस भी अमेरिका के लिए उड़ानें संचालित करती हैं।

दुर्गेश पाठक ने अपनी लूट और भ्रष्टाचार को छुपाते हुए एक और झूठ दिल्ली की जनता से छुपाने की कोशिश की है : वीरेन्द्र सचदेवा

सुषमा रानी

नई दिल्ली, दिल्ली भाजपा अध्यक्ष वीरेन्द्र सचदेवा ने कहा है कि आम आदमी पार्टी भी अजीब पार्टी है। आज से पहले हमने चंदाचोर पार्टी तो सुना ही था लेकिन अब यह चंदाखोर पार्टी बन गई है। दुर्गेश पाठक वह व्यक्ति हैं जिसने अपने ही पार्टी के चंदे को चुराने का काम किया है।

वीरेन्द्र सचदेवा ने कहा कि अरविंद केजरीवाल सहित आम आदमी पार्टी और उनके नेताओं का चरित्र ही लूट, भ्रष्टाचार और झूठ है।

इसी कड़ी को आगे बढाते हुए दुर्गेश पाठक ने अपने लूट और भ्रष्टाचार को छुपाते हुए एक और झूठ दिल्ली की जनता से छुपाने की कोशिश की है। उन्होंने कहा कि जब दिल्ली में शराब घोटाले के माध्यम से पैसे इकट्ठा किया गया तो उस वक्त वह सारे पैसा गोवा चुनाव में लगाया गया था और उस वक्त दुर्गेश पाठक ही गोवा चुनाव में आम आदमी पार्टी के प्रभारी बने थे।

सचदेवा ने कहा कि दुर्गेश पाठक ने अपनी ही पार्टी का चंदा खाने का काम किया है, अगर जांच एजेंसी अपना कम कर रही है तो उनको इसमें परेशानी क्या है? अपनी ही पार्टी के चंदे को खाने वाले यह चंदाखोर लालू यादव से भी ज्यादा भ्रष्ट निकले।

उन्होंने कहा कि जांच एजेंसी अपना काम कर रही है एक बार पूरी रिपोर्ट सामने आ जाए फिर इस पूरे मामले में अन्य लोगों के भी नाम सामने आएगा।

दिल्ली भाजपा अध्यक्ष ने कहा कि गोवा चुनाव में जो पैसा लगाया गया था वह शराब नीति का पैसा था और उसे पार्टी फंड में प्रयोग किया गया था लेकिन दुर्गेश पाठक ने वही शराब नीति से मिले हुए पार्टी के चंदे को हड़पने का काम किया है।

उन्होंने कहा कि आम आदमी पार्टी ने चाहे दिल्ली हो या फिर पंजाब सिर्फ सरकार के खजाने को खाली करने का काम किया है क्योंकि इनके पास एक ही ऐसा नेता बचा है जो स्टेज तो चला सकता है लेकिन स्टेट नहीं।

गुजरात की जनता को आम आदमी पार्टी से बहुत उम्मीद है, इसको और मजबूत करने का काम दुर्गेश पाठक कर रहे हैं- संजय सिंह

सुषमा रानी

गुजरात में आम आदमी पार्टी की सफलता को देखकर भाजपा बौखला गई है। इसलिए मोदी जी और भाजपा ने गुजरात के सह प्रभारी दुर्गेश पाठक को डराने के लिए उनके घर गुरुवार को सीबीआई भेज दी। जब से दुर्गेश पाठक को गुजरात का सह प्रभारी बनाया गया है और वह संगठन को मजबूत करने में जुटे हैं, तब से मोदी काफी परेशान हैं। गुजरात में भाजपा की हालत बहुत पतली है और उसकी सरकार से वहां की जनता परेशान है। इसलिए मोदी जी को अपने गढ़ में करारी हार का डर सता रहा है। गुजरात की जनता को आम आदमी पार्टी से बहुत उम्मीदें है। दुर्गेश पाठक इस उम्मीद को और मजबूत करने का काम कर रहे हैं। भाजपा ने पहले फर्जी मुकदमें करके ''आप'' के तमाम नेताओं को जेल में डाला। इसके बाद भी हम लड़ते रहे और आगे भी लड़ते रहेंगे।

गुरुवार को पार्टी मुख्यालय पर प्रेसवार्ता कर आम आदमी पार्टी के वरिष्ठ नेता व राज्यसभा सांसद संजय सिंह ने कहा कि भाजपा और मोदी सरकार का गंदा खेल फिर शुरू हो गया है। पहले भी आम आदमी पार्टी को खत्म करने के हर प्रयास प्रधानमंत्री मोदी और भाजपा ने करके देख लिया। आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक को जेल में डाला, पार्टी के तमाम शीर्ष नेताओं को जेल में डाला, विधायकों व सांसदों पर फर्जी मुकदमे किए, पंजाब और दिल्ली में छापे मरवाए। इसके बावजूद हर हाल में आम आदमी पार्टी लड़ती रही है और लड़ती रहेगी।

संजय सिंह ने कहा कि आज फिर उसी तरह की एक नापाक, गंदी, घटिया कोशिश भाजपा द्वारा की गई है। पीएम मोदी ने आम आदमी पार्टी के पॉलिटिकल अफेयर्स कमेटी (पीएसी) सदस्य और गुजरात के सह-प्रभारी दुर्गेश पाठक को धमकाने के लिए उनके घर सीबीआई को भेज दिया। इसके पीछे सिर्फ एक वजह है कि आम आदमी पार्टी ने दुर्गेश पाठक को गुजरात की जिम्मेदारी दे दी है। क्योंकि अरविंद केजरीवाल ने दुर्गेश पाठक से गुजरात में जाकर संगठन को मजबूत करने को कहा। पिछले गुजरात विधानसभा चुनाव में आम आदमी पार्टी को करीब 14 फीसद वोट मिले थे और पांच विधायक आम आदमी पार्टी के हैं।

उन्होंने कहा कि गुजरात जाकर जैसे ही दुर्गेश पाठक ''आप'' संगठन की बैठक करते हैं, कार्यकर्ताओं के साथ चर्चा करते हैं, गांव-गांव में संगठन को मजबूत करने की कोशिश करते हैं, वैसे ही मोदी जी ने उनको धमकाने के लिए सीबीआई भेज दी। क्या यही इनका राजनीति करने का तरीका है? यह इनकी लोकतंत्र में एक राजनीतिक दल को खत्म करने की कोशिश है। ऐसे ये लोग देश को चलाना चाहते हैं। गुजरात में भाजपा की हालत पतली है। गुजरात की जनता भाजपा की सरकार से असंतुष्ट है। वहां की जनता को एक ऐसी नई पार्टी से उम्मीद है, जो इस देश में बदलाव की राजनीति की बात करती है। उस आम आदमी पार्टी के संगठन को मजबूत करने के लिए दुर्गेश पाठक को जिम्मेदारी दी गई है और इन्होंने धमकाने के लिए सीबीआई भेज दी।

संजय सिंह ने कहा कि दुर्गेश पाठक के घर सीबीआई भेजना पीएम मोदी की बौखलाहट को दर्शाता है। यह दर्शाता है कि मोदी का गढ़ गुजरात सुरक्षित नहीं है। वहां उन्हें भाजपा की हार की संभावना दिख रही है। पीएम मोदी ने पहले भी बहुत कोशिशें कर लीं, आगे भी जितना दम लगाना है, लगाएं। जितनी यातनाएं देनी हैं, दें। जितने फर्जी मुकदमे बनाना है, बनाएं। जितने मनगढ़ंत मामले गढ़ना है, गढ़ें। आम आदमी पार्टी न झुकी है, न झुकेगी। आम आदमी पार्टी लड़ती रही हं, लड़ती रहेगी। हम न रुकने वाले हैं, न थमने वाले हैं। भाजपा के खिलाफ मजबूती से अपनी आवाज उठाते रहेंगे।

उन्होंने कहा कि दुर्गेश पाठक के खिलाफ यह मामला राजनीति और दुर्भावना से प्रेरित है। यह पूरा मामला झूठा और मनगढ़ंत है। इसका एकमात्र कारण उन्हें गुजरात का सह-प्रभारी बनाया जाना है। आम आदमी पार्टी पूरी मजबूती से दुर्गेश पाठक और उनके परिवार के साथ खड़ी है। हमने भाजपा के हर जुल्म और अत्याचार का सामना किया है, आगे भी करते रहेंगे।

सीबीआई की छापेमारी के बीच दिल्ली में गर्म हुआ सियासी माहौल, आप के कई नेता और पार्षद भाजपा के संपर्क में

परिवहन विशेष न्यूज

दिल्ली में विधानसभा चुनाव के बाद भी सियासी माहौल गर्म है। आप के कई नेता और पार्षद भाजपा के संपर्क में हैं जिससे निगम में भाजपा की स्थिति मजबूत हो सकती है। सौरभ भारद्वाज को प्रदेश संयोजक बनाने से कुछ नेता नाराज हैं और पार्टी छोड़ने की तैयारी में हैं। आने वाले महापौर चुनाव में इसका असर दिख सकता है।

नई दिल्ली। विधानसभा चुनाव समाप्त होने के बाद भी दिल्ली की राजनीति में आस्था बदलने व बदलवाने का प्रयास जारी है। आम आदमी पार्टी के कई नेता व पार्षद इन दिनों भाजपा के वरिष्ठ नेताओं के संपर्क में हैं। शीघ्र ही इनमें से कई पार्षद भाजपा की सदस्यता लेंगे। इससे नगर निगम में भाजपा की स्थिति और मजबूत होगी। 25 अप्रैल को होने वाले महापौर चुनाव में इसका लाभ मिलेगा।

विधानसभा चुनाव से पहले आप के कई विधायक व पार्षद भाजपा में शामिल हो गए थे। उम्मीद थी कि चुनाव के बाद पार्टी में बगावत थम जाएगा, लेकिन स्थिति नहीं सुधर रही है। बताते हैं कि आप में संगठनात्मक फेरबदल के बाद नेताओं में असंतोष बढ़ा है।

भारद्वाज को प्रदेश संयोजक बनाये जाने से कई नेता नाराज

सौरभ भारद्वाज को प्रदेश संयोजक बनाये जाने से कई नेता नाराज हैं। वह पार्टी छोड़ने की तैयारी कर रहे हैं। विधानसभा चुानव से पहले आप छोड़कर भाजपा में शामिल हुए नेताओं के माध्यम से वह भाजपा सांसदों व विधायकों के साथ ही प्रदेश पदाधिकारियों से संपर्क साध रहे हैं।

भाजपा के एक नेता ने बताया कि दिल्ली के अलग-अलग क्षेत्रों से आप नेता संपर्क कर रहे हैं। क्षेत्र में उनकी छवि और भाजपा में उपयोगिता को ध्यान में रखकर कोई भी निर्णय लिया जाएगा। पिछले दिनों इसे लेकर कुछ विधायकों के साथ प्रदेश पदाधिकारियों की बैठक हुई जिसमें 15 पार्षदों को पार्टी में शामिल करने पर सहमति बनी है।

अगले कुछ दिनों में कई नेता लेंगे BJP की सदस्यता

ग्रेटर कैलाश, महरौली, मालवीय नगर विधानसभा सहित दक्षिणी दिल्ली से छह, रोहिणी तीन, करोल बाग व पश्चिमी जोन से दो-दो और अन्य क्षेत्रों से दो और पार्षदों के आप छोड़ने की संभावना है। अगले कुछ दिनों में इन्हें पार्टी में शामिल किया जा सकता है। इससे 25 अप्रैल को होने वाले महापौर चुनाव से पहले निगम में पार्टी के पार्षदों की संख्या बढ़ेगी। इस समय निगम में कुल 238 पार्षद हैं। पार्षदों के सांसद व विधायक चुन लिए जाने के कारण 12 वार्ड खाली हैं।

नगर निगम चुनाव में 134 वार्डों में जीत प्राप्त करने वाली आप के पार्षदों की संख्या अब मात्र 113 रह गई है, क्योंकि कई भाजपा में शामिल हो गए। इससे 104 वार्ड जीतने वाली भाजपा के 117 पार्षद हो गए हैं। यदि आप के और पार्षद बगावत करते हैं तो उसकी स्थिति और कमजोर हो जाएगी।

आंकड़ों के हिसाब से महापौर चुनाव में भाजपा की स्थिति मजबूत

महापौर चुनाव में 238 पार्षदों के साथ ही 14 मनोनीत विधायक, 10 सांसद (सात लोकसभा सदस्य व तीन राज्य सभा सदस्य) मतदान करेंगे। बहुमत के लिए 132 वोट चाहिए। वर्तमान स्थिति में भाजपा के पास 117 निर्वाचित पार्षद, 11 मनोनीत विधायक व सात सांसद यानी 135 वोट हैं।

इसकी तुलना में आप के पास 113 निर्वाचित पार्षद, तीन मनोनीत विधायक और तीन राज्य सभा सदस्य यानी 119 वोट हैं। इसमें से भी राज्यसभा सदस्य स्वाति मालीवाल आप से नाराज चल रही हैं। कांग्रेस के आठ पार्षद हैं। यदि आप को कांग्रेस पार्षदों का भी साथ मिल जाए तो वह बहुमत का आंकड़ा प्राप्त करने की स्थिति में नहीं है। आने वाले दिनों में उसके आंकड़े और कम हो सकते हैं।

सरायकेला राज महल के श्रीकलापीठ की रौनक आज भी यथावत, छऊ देख गदगद हुए विदेशी

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड झारखंड

सरायकेला, भला सरायकेला में गांव गांव में छऊ नृत्य आयोजन हो पर उसकी जन्मस्थली मां पाउडी का ऐतिहासिक आंगन श्री कलापीठ में ढोल, नगाड़ा, शहनाई न बजे ऐसा कभी संभव हुआ है न होगा !

संभवतः यही कारण रहा कि तीनों छऊ की जन्म माटी सरायकेला रियासत की राजधानी में नृत्य तो हुआ साथ ही

विदेशी मेहमान गण इस पर अध्ययन करने सुदूर कोरिया से चले आये ठीक उस प्रकार जैसे दर्जनाधिक शैलानी तीस-चालीस वर्ष पहले आया करते थे।

याहां के युद्ध अखाड़ों में ऐसे वीर रक्षक रहे जिनकी ढाल तलवारों से इस कला की आरंभ हुई, अंग्रेज तो क्या मुगल भी नहीं टपके यहां। आदि पाईक (पदातिक) अखाड़ों से जहां आधुनिक कलात्मक छऊ नृत्य ने जन्म लिया। यही वजह है कि सांकेतिक आठ नृत्य अखाड़ों से आज भी छऊ होने का प्रमाण मिलता है।

गत मंगलवार को कोरिया से आए शोधकर्ता टीमों के साथ राजा सरायकेला प्रताप आदित्य सिंहदेव स्वयं उपस्थित रहे एवं विदेशियों का उन्होंने जोरदार स्वागत किया।

आजादी के पहले से छऊ के लिए विख्यात रियासत की संस्था श्री कलापीठ में ये विदेशी पहूंचकर पांच नृत्य देख मंत्रमुग्ध हो गये। गांधी एवं सुभाष देखें उस प्राचीन श्रृगार नृत्य जड़ित राधा-कृष्ण देखा जिसके नर्तक रहे प्रसन्न षाड़ंगी एवं कपिल महतो, फिर शबर में निवारण महतो, मयूर में विजय सरदार, हंस प्रदीप बसा द्वारा पेश हुआ, जबकि राधानाथ राय की कालजई ओडिया खंड काव्य आधारित चंद्रभागा में वरीय कलाकार तरूण भोल एवं काली प्रसन्न षाड़ंगी ने अद्वितीय पेशकश दी। जहां कोरिया युनिवर्सिटी के कोरियन भाषाविद प्रोफेसर यंग हुक जोन, चो सुयोहु लोक कला संग्रहालय, कोरिया तथा पार्क सोहुवान्-शोधकर्ता, संग्रहालय अध्यक्ष कोरिया ने इसे देख तारिफ के पुल बांधे। उनके साथ भाषानुवादक के रूप में दिल्ली के सन्तोष गुप्ता सामिल थे।

एक संपन्न राज घराने से उपजे छऊ कहानी बड़ा ही मार्मिक है, 1947 में इस देशी ओड़िआ राज्य का विधिवत विलय ओडिशा के साथ हुआ था। जिसमें सरदार पटेल के समक्ष विलय दस्तावेज में हस्ताक्षर करने वाले अन्तिम शासक राजा सरायकेला आदित्य प्रताप सिंहदेव तथा पटेल के सचिव जो भारतीय गवर्नर जनरल की तरफ से भी पी मेनन ने हस्ताक्षरित किया। इस कला को बचाए रखने हेतु एक कल्चर शब्द का भी प्रावधान किया गया उस दस्तावेज में। परन्तु जैसे ही राजनीतिक कारण वश इसे ऐन केन प्रकारेण बिहार में लाया जाता है, बिहार ने छऊ को ओडिया भाषा की तरह समाप्त करने की भरपुर कौशिश कर दी। कालान्तर में बिहार विधानसभा में तत्कालीन सरायकेला के स्थानीय ओड़िया विधायक गणों के अलावा ओडिशा के ओड़िया नेताओं इस पर दबाव बनाते हुए लोकसभा एवं तत्कालीन प्रधानमंत्री तक का ध्यानाकर्षण किया था। इंदिरा गांधी हो या जवाहरलाल नेहरू सभी छऊ को भली भाती जानते थे। जिसकी वजह से बिहार सरकार ने साठ दशक में एक छऊ सेन्टर तो खोला पर यथोचित देखभाल अस्सी नब्बे के दशक से कम कर दिया था। यही हाल भाषा को लेकर हुई थी। कारण 1977 के बाद सरायकेला विधानसभा सीट आरक्षित कर दिया गया। उधर 1985 तक राजघराने का श्री कलापीठ की बर्चस्व बनी रही इस उत्कलीय कला के संरक्षण की दिशा में अद्वितीय योगदान के साथ। तब मानभूम छऊ का कहीं रूतबा नहीं पर था सरायकेला माटी में।

अमिताभ घोष एवं तपन पट्टनायक के कारण वह चरम पर है। जिसके पीछे पटकथा लेखक पूर्व जिलाधिकारी सजल चक्रवर्ती जैसे अधिकारी रहे। सरायकेला छउ की मुल पदस्थापना अखाड़ा श्री कलापीठ घोर उपेक्षा का शिकार है आज। ओडिया कला संस्कृति को तहस नहस कर समाप्त किये जाने का पुख्ता प्रमाण प्रस्तुत करता है। इस सांस्कृतिक विरासत को आज संरक्षण की दरकार है कारण यह ओडिया जाति की वीर गाथा गंगा से गोदावरी की शान कहलाता है।

अब 500 एकड़ में विकसित होगा एमडीपी, जून में होने वाले मेडटेक एक्सपो से मिलेगी रफ्तार

परिवहन विशेष न्यूज

ग्रेटर नोएडा में मेडिकल डिवाइस पार्क का विस्तार अब 350 से 500 एकड़ में होगा जिससे अधिक कंपनियों को जमीन मिल सके। जून में इंडिया मेडटेक एक्सपो 2025 में इसका प्रचार होगा जिसमें 200 कंपनियों के भाग लेने की संभावना है। एक्सपोर्ट प्रमोशन काउंसिल विदेश में निवेश बढ़ाने के लिए दौरा करेगी। इस विस्तार से अब पांच सौ एकड़ में विकसित होगा एमडीपी और चिकित्सा उपकरणों का हब बनेगा।

ग्रेटर नोएडा। मेडिकल डिवाइस पार्क को चिकित्सा उपकरणों का हब बनाने के लिए उसका विस्तार किया जाएगा। साढ़े तीन सौ एकड़ से बढ़ाकर 500 एकड़ में इसे विकसित किया जाएगा। इससे अधिक से अधिक कंपनियों को इकाई लगने के लिए मेडिकल पार्क में भूखंड आवंटन होगा।

ग्रेटर नोएडा के इंडिया एक्सपो मार्ट में जून में आयोजित होने वाले इंडिया मेडटेक एक्सपो 2025 में मेडिकल डिवाइस पार्क का प्रचार प्रसार होगा। इसमें दो सौ कंपनियों की भागीदारी होने की संभावना है। इसके साथ ही देश में मेडिकल डिवाइस पार्क में निवेश बढ़ाने के लिए एक्सपोर्ट प्रमोशन काउंसिल फाड मेडिकल डिवाइस का प्रतिनिधि मंडल जून में आबूधाबी, कतर और दुबई का दौरा करेगा।

चिकित्सा उपकरणों का विदेश में भी निर्यात होगा

चिकित्सा उपकरणों के लिए विदेश पर निर्भरता समाप्त करने के लिए देश में मेडिकल डिवाइस पार्क विकसित हो रहे हैं। भारत में बने चिकित्सा उपकरणों का विदेश में भी निर्यात होगा। मेडिकल डिवाइस पार्क में निवेश बढ़ाने और निर्यात को प्रोत्साहन देने के लिए केंद्र सरकार ने एक्सपोर्ट प्रमोशन काउंसिल फार मेडिकल डिवाइस का गठन किया है।

40 कंपनियां हो चुकी पंजीकृत

इसका मुख्यालय गौतमबुद्ध नगर में अस्थाई तौर पर यीडा कार्यालय में संचालित हो रहा है, जल्द ही इसे सेक्टर 28 में बने प्रशासनिक भवन में शिफ्ट कर दिया जाएगा। प्रमोशन काउंसिल को आर्थिक रूप से मजबूत करने के लिए कंपनियों को सदस्यता दी जा रही है। अभी चार तक कंपनियों को आजीवन व चालीस कंपनियां पंजीकृत हो चुकी हैं।

मेडिकल डिवाइस पार्क के विस्तार के लिए डेढ़ सौ एकड़ अतिरिक्त क्षेत्र शामिल किया गया है। यीडा ने मेडिकल डिवाइस पार्क में अभी तक 90 कंपनियों को भूखंड आवंटन किया है। एक इकाई क्रियाशील होने को तैयार है, जबकि 11 इकाई निर्माणाधीन हैं।

यीडा के मुख्य कार्यपालक अधिकारी डा. अरुणवीर सिंह का कहना है कि मेडिकल डिवाइस पार्क में निवेश के लिए कंपनियों का बढ़ा रुझान देखते हुए इसे साढ़े तीन सौ एकड़ से बढ़ाकर पांच सौ एकड़ में विकसित किया जाएगा।

जून में ग्रेटर नोएडा में इंडिया मेडटेक एक्सपो 2025 भारत हेल्थ का आयोजन होने जा रहा है। इसमें दो सौ कंपनियां हिस्सा ले रही हैं। जून में एक्सपोर्ट प्रमोशन काउंसिल का प्रतिनिधिमंडल निवेश जुटाने के लिए तीन देशों का दौरा करेगा।

वहीं, सितंबर में चार से छह तारीख तक दिल्ली के भारत मंडपम में इंडिया मेडटेक का आयोजन होगा। इसमें पांच सौ प्रदर्शन कंपनियां और खरीदार हिस्सा लेंगे। प्रदर्शनी में शामिल 45 कंपनियों के प्रतिनिधि यीडा में विकसित हो रहे मेडिकल डिवाइस पार्क का निरीक्षण करेंगे।

पीएम आवास योजना पर आया बड़ा अपडेट, यूपी के इन परिवारों को मिलेगा पक्का घर; इस तारीख तक करें आवेदन

उत्तर प्रदेश में ग्रामीण परिवारों के लिए एक बड़ी खुशखबरी है। प्रधानमंत्री आवास योजना के तहत गरीब परिवारों को पक्का घर मिलेगा। चयनित परिवारों को आयुष्मान कार्ड बिजली कनेक्शन और गैस सिलेंडर भी मिलेंगे। इच्छुक परिवार इस महत्वाकांक्षी योजना का लाभ उठाने के लिए 15 अप्रैल तक आवेदन कर सकते हैं। यह योजना गौतम बुद्ध नगर जिले में लागू है।

ग्रेटर नोएडा। जिले के पात्र ग्रामीण परिवारों को जल्द ही पक्का घर मिलेगा। प्रधानमंत्री आवास योजना ग्रामीण का इन्हें लाभ दिया जाएगा। योजना के तहत चयनित पात्र परिवारों को आवास के अलावा आयुष्मान कार्ड, बिजली कनेक्शन और गैस सिलिंडर भी मिलेंगे। इच्छुक परिवार योजना का लाभ लेने के लिए 15 अप्रैल तक आवेदन कर सकते हैं।

ग्राम विकास विभाग की तरफ से जिले में प्रधानमंत्री आवास योजना ग्रामीण का क्रियान्वयन शुरू किया गया है। इसमें गांवों के बेघर गरीब परिवारों को योजना का लाभ दिया जाना है। विभागीय अधिकारी के मुताबिक, पिछले माह से जिले में योजना लागू है। अभी तक 171 आवेदन मिले हैं। इनका सर्वे कराया गया है। जबकि सत्यापन समेत अन्य प्रक्रिया जारी है।

30 अप्रैल तक ऑनलाइन आवेदन लिए जाएंगे

योजना के तहत 30 अप्रैल तक ऑनलाइन माध्यम से आवेदन लिए जाएंगे। पात्र इच्छुक परिवार योजना का लाभ लेने के लिए आवेदन कर सकते हैं। पात्र आवेदकों को घर बनाने के लिए सरकार की तरफ से 1.20 लाख रुपये दिए जाएंगे। इसके अलावा यदि पहले से उनके घर में शौचालय नहीं है तो अतिरिक्त राशि दी जाएगी। योजना में चयनित लाभार्थियों का आयुष्मान कार्ड, गैस सिलिंडर और बिजली का कनेक्शन का भी लाभ दिया जाएगा।

कानपुर में तड़पती मां ,24 घंटे बाद भी नहीं मिला नहर में डूबा मासूम, तलाश जारी का है मामला

सुनील बाजपेई, कानपुर। मौत किसी ना किसी बहाने से संबंधित व्यक्ति को अपने साथ ले ही जाती है। वह चाहे कोई बुजुर्ग हो ,जवान हो या फिर बच्चा। साथ मौत के रूप में किसी से भी बिछुड़ने का गम भी जीवन भर के लिए असह्य पीड़ा के साथ खून के आंसू रुलाने से नहीं चूकता। खास कर मां बेटे के संबंधों में बिछुड़ने की पीड़ा किसी मां के लिए और भी ज्यादा दुखदाई होती है।

कुछ इसी तरह की असह्य पीड़ा का शिकार गोविंद नगर थाना क्षेत्र में रहने वाली रेनू भी है ,जिसकी वजह है। उसके 2 साल के बेटे साहिल का नहर में डूब जाना, जिसकी लाश बहुत प्रयास के बाद अब तक बरामद नहीं की जा सकी है।

दादानगर फैक्टरी एरिया में रहने वाले पिता नीलकमल के मुताबिक उनका दो साल का मासूम साहिल बाबा सुरेश के पीछे-पीछे घर आ रहा था। मुरारी गैस प्लांट के पास खारजा नहर पार करने के दौरान साहिल तेज बहाव में बह गया।

सूचना देने पर मौके पर पुलिस और गोताखोर पहुंचे थे, लेकिन देर रात के चलते पानी में नहीं उतरे। सुबह गोताखोरों ने तलाशी अभियान शुरू किया है। पिता ने बताया कि पानी का भाव बहुत तेज था, जिसके कारण बच्चा डूब गया और अभी तक नहीं मिला है।

बच्चे को बचाने के लिए पत्नी भी नहर में उतर गई थी। लोगों ने कूदकर बचा लिया था, वरना वह भी डूब जाती। आज पानी ढाई फीट कम कर दिया गया है। सुबह देर से पहुंचे गोताखोरों ने तलाश शुरू की है। लेकिन समाचार लिखे जाने तक उसका शव बरामद नहीं किया जा सका। इस घटना से मां और अन्य परिजनों का रो रो कर बहुत बुरा हाल है। पुलिस ने बताया कि बच्चों की तलाश लगातार की जा रही है।

अब सरकारी अस्पताल में मिलेगी प्राइवेट रूम की सुविधा, कितना लगेगा चार्ज?

पलवल के जिला नागरिक अस्पताल में जल्द ही प्राइवेट नर्सिंग होम की तरह प्राइवेट रूम मिलेंगे। अस्पताल प्रबंधन एसएमओ कार्यालय के ऊपर पांच वीआईपी कमरे बना रहा है। मरीजों को मात्र 250 रुपये में प्राइवेट जैसी सुविधा मिलेगी। मई के पहले सप्ताह तक कमरे शुरू हो जाएंगे। आगे विस्तार से पढ़िए पूरी डिटेल।

पलवल। पलवल में जल्द ही जिला नागरिक अस्पताल में लोगों को प्राइवेट नर्सिंग होम की तर्ज पर प्राइवेट रूम की सुविधा मिलेगी। इसके लिए अस्पताल प्रबंधन की ओर से एसएमओ कार्यालय के ऊपर अस्पताल की पहली मंजिल पर पांच वीआइपी कमरे तैयार किए जा रहे हैं।

वहीं, इनके बनने से मरीजों का काफी राहत मिलेगी और हजारों रुपए खर्च करके प्राइवेट में जो सुविधा मिलती है, वह अब मात्र 250 रुपये देकर जिला अस्पताल में मुहैया हो सकेगी। इसके लिए अस्पताल प्रबंधन ने प्लानिंग कर ली है। मई के पहले सप्ताह तक कमरों को शुरू कर दिया जाएगा।

जिला सिविल सर्जन डा. जय भगवान जाटान ने जानकारी देते हुए बताया कि आम धारणा रही है कि सरकारी अस्पताल में गरीब तबके के लोग इलाज के लिए अधिक आते हैं। ऐसे में इस धारणा को हटाने के लिए अस्पताल प्रबंधन ने यह खास रणनीति बनाई है। जो लोग अपने लिए विशेष सुविधाएं चाहते है वह इन वार्डों का उपयोग कर सकेंगे। इसके लिए उन्हें निर्धारित शुल्क चुकाना होगा।उनको मामूली खर्च पर अच्छी सुविधाएं मिलेगी। विदित हो कि जिला अस्पताल में लंबे समय से प्राइवेट रूम की मांग की जा रही थी।

डा. जाटान ने क्या बताया?

डा. जाटान ने बताया कि इसमें उनके अटेंडेंट के ठहरने व खाने-पीने का सामान बनाने के लिए किचन सुविधा भी रहेगी। आने-जाने के लिए यहां

पर लिफ्ट की सुविधा भी मिलेगी। इसके अलावा सुबह-शाम को डाक्टर व स्टाफ भी विजिट करेंगे। इन कमरों में एसी, शौचालय, अलमारी, ड्रेसिंग टेबल बेड-साइड टेबल की सुविधा उपलब्ध होगी। इसके अलावा जिला नागरिक अस्पताल में इस समय डाक्टरों की तथा स्टाफ नर्स संख्या पर्याप्त है। इसलिए प्राइवेट वार्ड में किसी मरीज को इलाज कराने में कोई परेशानी नहीं होगी।

उन्होंने बताया कि जिला नागरिक अस्पताल में सीटी स्केन तथा एक्सरे की सुविधा जिला अस्पताल में 24 घंटे एक्स-रे की सुविधा पहले से ही मरीजों को मिल रही है। वहीं जल्द ही अस्पताल में कैंटीन की सुविधा भी शुरू की जाएगी।जल्द ही अस्पताल परिसर में एमआई तथा कैथ लैब भी शुरू की जाएगी।

गाजियाबाद में चला जीडीए का बुलडोजर, विरोध के बीच निर्माणाधीन कमर्शियल कॉम्प्लेक्स किया ध्वस्त

परिवहन विशेष न्यूज

गाजियाबाद विकास प्राधिकरण (जीडीए) की टीम ने मेहरौली में एक निर्माणाधीन कमर्शियल कॉम्प्लेक्स को अवैध घोषित करते हुए ध्वस्त कर दिया। जीडीए ने पहले निर्माणकर्ता मनोज राठी को नोटिस जारी किया था लेकिन निर्माण जारी रहने पर कार्रवाई की गई। पुलिस की मौजूदगी में विरोध के बावजूद ध्वस्तीकरण किया गया। महरौली में जीडीए ने निर्माणाधीन कमर्शियल कांप्लेक्स ध्वस्त कर दिया।

गाजियाबाद। महरौली में जीडीए टीम ने निर्माणाधीन कमर्शियल कॉम्प्लेक्स पर बुलडोजर चलाकर ध्वस्तीकरण की कार्यवाही की। इस दौरान प्राधिकरण टीम का निर्माणकर्ता के साथ उसके साथियों ने विरोध किया, लेकिन पुलिसबल की मौजूदगी में विरोध करने वालों को मौके से खदेड़ते हुए कार्यवाही जारी रखी गई।

बृहस्पतिवार को जीडीए जोन पांच की प्रवर्तन टीम महरौली गांव में अवैध रूप से निर्माणाधीन कमर्शियल कॉम्प्लेक्स पर बुलडोजर से ध्वस्तीकरण की कार्यवाही के लिए पहुंची। यहां एनएच 58 स्थित खसरा संख्या 974 पर निर्माण किया जा रहा था। इसे लेकर जीडीए की ओर से कई बार निर्माणकर्ता मनोज राठी को अवैध निर्माण बंद कर इसे ध्वस्त करने के लिए नोटिस जारी किया गया, लेकिन निर्माण कार्य जारी रहा।

बुलडोजर से ध्वस्तीकरण की कार्यवाही आरंभ की

जीडीए की ओर से अंतिम चेतावनी के बाद कार्यवाही को लेकर प्रवर्तन टीम मौके पर पहुंची और बुलडोजर से ध्वस्तीकरण की कार्यवाही आरंभ की। इस दौरान निर्माणकर्ता के साथ मिलकर उसके साथियों ने विरोध जताया, लेकिन पुलिसबल की मौजूदगी में निर्माणाधीन कॉम्प्लेक्स को ध्वस्त कर दिया गया।

वैदिक रीति रिवाज से कालका गढ़ी गांव का मना जन्मोत्सव ,उपस्थित लोगों ने धर्मवीर सिंह को सराहा

स्वतंत्र सिंह भुल्लर

नई दिल्ली। ललित कला अकादमी के स्वच्छ एवं मनोरम प्रकृति गोद में कालका गढ़ी गांव का 283 वाँ स्थापना दिवस आगंतुकों के आकर्षण एवं कौतूहलता का केंद्र रहा। कालका गढ़ी विकास परिषद के अध्यक्ष धर्मवीर सिंह का प्रकृति एवं अपने ऐतिहासिक धरोहरों के प्रति गहरे लगाव का यह एक अनुकरणीय उदाहरण है। वर्ष 2000 से वह लगातार कालका गढ़ी गांव का स्थापना दिवस हवन, वृक्षारोपण एवं प्रसाद वितरण के रूप में करते आ रहे हैं। इस अवसर पर नई दिल्ली की संसद बांसुरी स्वराज, कस्तूरबा नगर के विधायक नीरज बसोया,पूर्व विधायक मदनलाल, आईपीएस उदय सहाय आईआरएस सुनीता बैसला के अलावा अनेक गणमान्य लोगों ने उपस्थित होकर इस स्थापना दिवस की शोभा बढ़ाई। लोगों ने परिषद के अध्यक्ष धर्मवीर सिंह की भूरि भूरि प्रशंसा की जिन्हें प्राकृतिक पर्यावरण एवं अपने गांव के इतिहास से इतना गहरा लगाव है। धर्मवीर सिंह का यह प्रयास सिर्फ कालका गढ़ी गांव की स्थापना की परिधि को पार कर उन गांव के लिए भी अनुकरणीय एवं प्रेरणादाई बन गया है जहां स्थापना दिवस नहीं मनाई जाते। यह विचार अपने आप में लोगों के लिए कोतुहलता का विषय बना रहा जिसमें धर्मवीर सिंह जैसे समाजसेवी,प्रकृति प्रेमी और अपने पौराणिक इतिहास के प्रति इतना अनुराग देखने को मिल रहा है। इस स्थापना दिवस पर कालका गढ़ी गांव एवं अन्य कई जगह से गणमान्य लोग उपस्थित हुए तथा इन्होंने इस कार्यक्रम में अपनी पूरी अभिरुचि दिखाई यह

अपने आप में एक अलग तरह का अवसर था जिसमें लोगों ने धर्मवीर सिंह के प्रयासों को अन्य गांव में प्रचारित प्रसारित करने पर जोर दिया

चॉक से चुभता शोषण: प्राइवेट स्कूल का मास्टर और उसकी गूंगी पीड़ा। "प्राइवेट स्कूल का मास्टर: सम्मान से दूर, सिस्टम का मज़दूर"

प्राइवेट स्कूलों में शिक्षकों से उम्मीदें तो आसमान छूती हैं, लेकिन उन्हें न तो उचित वेतन मिलता है, न सम्मान, न छुट्टी और न ही सुरक्षा। महिला शिक्षक दोहरी ज़िम्मेदारियाँ उठाती हैं, वहीं शिक्षक दिवस के दिन सिर्फ प्रतीकात्मक सम्मान मिलता है जबकि सालभर उनका शोषण जारी रहता है।
अभिभावक, स्कूल प्रबंधन और सरकार तीनों ही इस शोषण को नजरअंदाज़ करते हैं। शिक्षक के अधिकारों की कोई बात नहीं करता, न ही कोई नियामक संस्था है जो उनके हितों की रक्षा करे। शिक्षकों को कानूनी संरक्षण, संगठित मंच और सामाजिक सम्मान मिलना चाहिए ताकि शिक्षा प्रणाली सच में समावेशी और न्यायपूर्ण बन सके। यदि राष्ट्र को शिक्षित और सशक्त बनाना है, तो सबसे पहले शिक्षक को शोषण से मुक्त करना होगा—क्योंकि चॉक से लिखा हर अक्षर, देश का भविष्य गढ़ता है।

-प्रियंका सौरभ

एक समय था जब "गुरु गोविंद दोऊ खड़े, काके लागूं पाय" जैसे दोहे बच्चों की जुबान पर होते थे। आज हाल ये है कि अगर मास्टर जी मोबाइल पकड़ लें तो कहा जाता है—₹इतनी फुर्सत है तो बच्चों को क्यों नहीं संभालते?₹ ज़माना बदल गया है, अब 'शिक्षक' शब्द पवित्रता नहीं, सहनशीलता का प्रतीक बन गया है। और इस सहनशीलता का सबसे क्रूर रूप दिखता है—प्राइवेट स्कूल के शिक्षकों की दुनिया में।

दिखावे का महल, भीतर हताशा का दलदल

बाहर से देखिए तो प्राइवेट स्कूल किसी फाइव स्टार होटल से कम नहीं लगता—एसी क्लासरूम, हाईटेक बोर्ड, इंग्लिश बोलते बच्चे और व्हाइट-ग्लव्स पहने बस अटेंडेंट्स। लेकिन अंदर झाँकिए, वहाँ एक मास्टर साब बैठा है, जो न वक्त पर चाय पी सकता है, न लंच कर सकता है। जो बच्चा होमवर्क न करे, उसकी शिकायत आए तो मास्टर की क्लास लगती है। जो बच्चा एग्ज़ाम में फेल हो जाए, तो मैनेजमेंट पूछता है—₹क्यों पढ़ाया नहीं ढंग से?₹

तनख्वाह: जो कागज़ पर है, जेब में नहीं

प्राइवेट स्कूलों में सैलरी का सिस्टम इतना गोपनीय है कि सीक्रेट एजेंसियाँ भी शर्मा जाएं। अपॉइंटमेंट लेटर पर 25,000 लिखा होता है, लेकिन बैंक में 8,000 ट्रांसफर होते हैं। बाकी कैश में मिलते हैं या कभी नहीं मिलते। और मज़ा देखिए—टीचर से सैलरी का हिसाब माँगा जाए तो जवाब होता है: "बोलिए, नौकरी चाहिए या नहीं?"

महिला शिक्षकों का 'दोहरा शोषण'

घर में बहू, माँ और पत्नी। स्कूल में मैडम, टीचर और दीदी। महिला शिक्षकों को दोहरी ज़िम्मेदारी के साथ जीना पड़ता है। सुबह 5 बजे से घर संभालो, फिर स्कूल जाओ और वहाँ 40 बच्चों की जिम्मेदारी उठाओ। ऊपर से अगर पति भी प्राइवेट सेक्टर में हो, तो महीने की सैलरी से पहले ही घर का बजट गिरवी रख देना पड़ता है।

छुट्टी? वो तो सपना है!

सरकारी कैलेंडर कहता है—15 अगस्त छुट्टी है, 26 जनवरी छुट्टी है, लेकिन प्राइवेट स्कूल कहता है—"आओ, झंडा फहराओ, भाषण दो, फिर हाजिरी लगाओ और जाओ।" छुट्टी के दिन भी हाज़िरी की मजबूरी। अगर बीमार पड़ गए, तो HR कहेगा—₹छुट्टी नहीं है, डिडक्शन लगेगा।₹ शिक्षक का गला बैठ जाए, तब भी कहा जाता है—"क्लास तो लेनी होगी, और कोई नहीं है।"

काम का बोझ और भावनात्मक शोषण

आज शिक्षक सिर्फ पढ़ाता नहीं है, वो क्लास टीचर है, परीक्षा नियंत्रक है, अभिभावक संवाद अधिकारी है, व्हाट्सएप ग्रुप एडमिन है, स्पोर्ट्स डे का आयोजक है और हर हफ्ते सेल्फी वाले वीडियो

का संपादक भी। लेकिन जब सैलरी की बात आए, तो कहा जाता है—"आप तो सिर्फ दो पीरियड पढ़ाते हैं।"

मास्टर के आंसू और प्रिंसिपल का प्रेस कॉन्फ्रेंस

बच्चा अगर टॉप करे तो प्रिंसिपल प्रेस कॉन्फ्रेंस करता है—"हमारे स्कूल का वातावरण ही ऐसा है।" और अगर बच्चा फेल हो जाए तो मास्टर की जवाबदेही तय होती है—"आपने ठीक से पढ़ाया नहीं।" जीत स्कूल की, हार शिक्षक की। फोटो बैनर पर प्रिंसिपल की, मेहनत मास्टर की।

पैरेंट्स की उम्मीदें: टीचर या जादूगर?

आजकल अभिभावक चाहते हैं कि शिक्षक 3 महीने में उनके बच्चे को आईएएस बना दे, और अगर ऐसा न हो पाए तो कहते हैं—"हम तो सरकारी स्कूल में डाल देते तो भी क्या फर्क पड़ता!" बच्चे की गलती भी अब मास्टर की जिम्मेदारी है। पैरेंट्स मीटिंग में सबसे ज़्यादा डांट मास्टर खाता है।

शिक्षक दिवस: एक दिन की इज़्ज़त, साल भर की जिल्लत

5 सितंबर को बच्चों से ₹हैप्पी टीचर्स डे₹ के फूल मिलते हैं। बच्चे गाना गाते हैं—₹सर आप महान हैं₹ और अगले ही दिन वही बच्चा होमवर्क न करने पर कहता है—₹टीचर का क्या है, कुछ भी बोल देते हैं।₹ साल भर की जिल्लत को एक दिन की इज़्ज़त से ढकना, अब आदत बन गई है।

कानून कहां है? शिक्षा नीति सिर्फ कागज़ पर

नई शिक्षा नीति 2020 कहती है कि शिक्षक की स्थिति मज़बूत होनी चाहिए। लेकिन ज़मीनी हकीकत ये है कि न कोई रेगुलेशन है, न कोई निगरानी। जिला शिक्षा अधिकारी सिर्फ सरकारी स्कूलों की जांच करता है, प्राइवेट स्कूलों को छूट मिली हुई है—₹अपना नियम खुद बनाओ, खुद चलाओ।₹

छात्र और शिक्षक: एकतरफा रिश्ता

आज छात्र अधिकारों की बात करता है—मार नहीं खाना, होमवर्क कम मिलना, रिजल्ट अच्छा आना। लेकिन शिक्षक के अधिकारों की बात कौन करे? क्या कोई RTI लगा सकता है कि मास्टर को कितनी सैलरी मिल रही है? नहीं। क्योंकि शिक्षक अधिकारों की बात करना आज भी ₹असहनीय₹ माना जाता है।

समाधान: मौन नहीं, आंदोलन चाहिए

अब वक्त आ गया है कि शिक्षक चुप्पी तोड़े। सरकार को चाहिए कि एक रेगुलेटरी बॉडी बनाए जो प्राइवेट स्कूलों की सैलरी, काम के घंटे, छुट्टियाँ और काम का बोझ तय करे।

हर जिले में निजी शिक्षकों की यूनियन बने जो एक स्वर में बोले। अभिभावकों को भी समझना होगा कि शिक्षक सिर्फ एक वेतनभोगी कर्मचारी नहीं, बल्कि उनके बच्चे के भविष्य का निर्माता है।

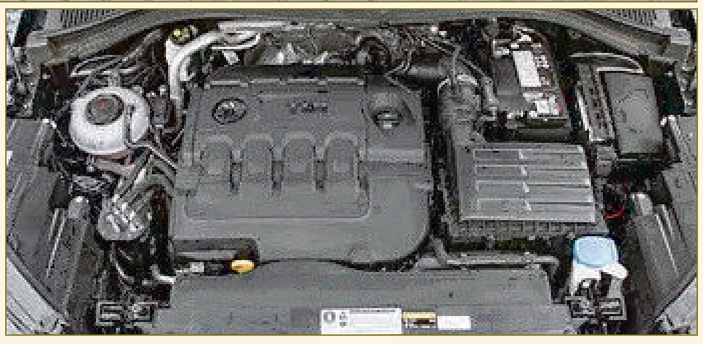
थोड़ा सम्मान, थोड़ा अधिकार—इतनी सी बात

देश अगर आगे बढ़ना चाहता है तो सबसे पहले उस हाथ को संभालना होगा जो ब्लैकबोर्ड पर चॉक से भविष्य रचता है। उस आवाज़ को सुनना होगा जो हर दिन ₹गुड मॉर्निंग₹ कहकर बच्चे को दिन की शुरुआत सिखाता है। शिक्षक की मुस्कान में देश की मुस्कान छिपी है, लेकिन उस मुस्कान के पीछे कितना दर्द है, ये जानने वाला कोई नहीं।

अंत में बस इतना ही—

"बच्चा फेल हो जाए तो शिक्षक जिम्मेदार। बच्चा टॉप कर जाए तो स्कूल का नाम।" ये संतुलन तोड़ना होगा। अगर प्राइवेट स्कूलों को सचमुच शिक्षा का मंदिर बनाना है, तो पहले उसमें शिक्षक की पूजा होनी चाहिए—कम से कम उसका शोषण तो बंद हो।

2025 स्कोडा कोडियाक भारत में लॉन्च; बहुत ज्यादा फीचर्स, नया इंटीरियर और मिला पावरफुल इंजन



परिवहन विशेष न्यूज

भारतीय बाजार में 2025 Skoda Kodiaq को लॉन्च कर दिया गया है। इसे दो ट्रिम में लेकर आया गया है जो स्पोर्ट लाइन और लॉरिन एंड क्लेमेंट (LK) ट्रिम है। भारत में इसे 46.89 लाख रुपये से लेकर 48.69 लाख रुपये तक की एक्स-शोरूम कीमत में लॉन्च किया गया है। इसका एक्सटीरियर भले ही काफी हद तक पहले जैसा है लेकिन इंटिरयर पूरा नया दिया गया है।

नई दिल्ली। दूसरी जनरेशन की 2025 Skoda Kodiaq भारत में लॉन्च हो गई है। पहले की तरह ही नई Skoda Kodiaq को पूरी तरह से भारत में असेंबल किया गया गया है। इसमें एक इवोल्यूशनरी स्टाइलिंग, बहुत ज्यादा फीचर के साथ एक बिल्कुल नया इंटीरियर और पहले से ज्यादा पावरफुल इंजन दिया गया है। आइए जानते हैं कि 2025 Skoda Kodiaq में क्या कुछ नया दिया गया है?

कीमत

दूसरी जनरेशन की 2025 Skoda Kodiaq को दो वेरिएंट में लॉन्च किया गया है। इसके स्पोर्टलाइन ट्रिम की एक्स-शोरूम कीमत 46.89 लाख रुपये और लॉरिन एंड क्लेमेंट (L&K) ट्रिम की एक्स-शोरूम कीमत 48.69 लाख रुपये तक है।

एक्सटीरियर

2025 Skoda Kodiaq पिछली जनरेशन की तुलना में ज्यादा गोल दिखाई देती है। इसमें पहले की तरह स्प्लिट हेडलैंप को बरकरार रखा गया है। इसमें नया LED डेटाइम रनिंग लैंप सिग्नेचर मिलता है, जो ग्रिल तक फैले हुए हैं। इसके बम्पर पर फंक्शनल एयर वेंट दिए गए हैं, जो बोनट पर भी अच्छे पावर बल्ज हैं।

इसका व्हीलबेस पहले की तरह ही रखा गया है, लेकिन यह थोड़ा लंबा है। इसके L&K ट्रिम में 8-इंच के अलॉय व्हील्स के लिए एक नया एयरो-ऑप्टिमाइज्ड लुक और D-पिलर के लिए एक कंट्रास्टिंग फिनिश दी गई है।

स्पोर्टलाइन ट्रिम में ग्रिल, विंग मिरर, डी-पिलर गार्निश और रियर बम्पर के लिए ब्लैक-आउट फिनिश दी गई है। इसमें भी 18-इंच के अलॉय दिए गए हैं, जिसे स्पोर्टियर डिजाइन दिया गया है।

इंटीरियर

2025 Skoda Kodiaq के इंटीरियर को एकदम नया लुक दिया गया है। इसमें 13-इंच फ्लोटिंग टचस्क्रीन इंफोटेनमेंट सिस्टम, HVAC कंट्रोल के लिए तीन फीजिकल डायल, नेविगेशन फीड के साथ एक नया 10-इंच डिजिटल ड्राइवर डिस्प्ले, दो-स्पोक स्टीयरिंग व्हील को शामिल किया गया है। इसकी पीछे की सीटों को आगे और पीछे खिसकाया जा सकता है और उनमें रिक्लाइन फंक्शन भी मिलता है।

सुविधाएं

नई Skoda Kodiaq में पैनोरमिक सनरूफ, वायरलेस एप्पल कारप्ले और एंड्रॉयड ऑटो, एक 13-स्पीकर कैंटन साउंड सिस्टम, 3-जोन क्लाइमेट कंट्रोल, मेमोरी फंक्शन के साथ पावर-एडजस्टेबल फ्रंट सीटें, मसाज फंक्शन (एलएंडके) के साथ हीटेड/वेंटिलेटेड फ्रंट सीटें, हीटिंग के साथ स्पोर्ट्स सीटें (स्पोर्टलाइन), जेस्चर कंट्रोल के साथ एक इलेक्ट्रिक टेलगेट, 360-डिग्री कैमरा और पार्क असिस्ट जैसे फीचर्स दिए गए हैं।

सेफ्टी फीचर्स

नई Skoda Kodiaq में पैसेंजर्स की सेफ्टी के लिए 9 एयरबैग, ईएससी, फ्रंट और रियर पार्किंग सेंसर, इलेक्ट्रॉनिक डिफरेंशियल लॉक, मल्टी-कोलिजन ब्रेक, ड्राइवर अटेंशन और नींद मॉनिटर, और डिसेंट कंट्रोल के साथ हिल स्टार्ट असिस्ट जैसे बेहतरीन सुरक्षा तकनीक दी गई है।

इंजन

2025 Skoda Kodiaq में 2.0-लीटर टर्बो-पेट्रोल इंजन का इस्तेमाल किया गया है, जो 204 hp की पावर और 320 Nm का टॉर्क जनरेट करता है। यह इंजन पहले की तुलना में 14 hp ज्यादा पावर देता है। इसके इंजन को 7-स्पीड DCT गियरबॉक्स से जोड़ा गया है। नई Skoda Kodiaq को लेकर कंपनी दावा करती है कि यह ARAI-रेटेड 14.86kpl का माइलेज देती है।

भारत एनसीएपी क्रैश टेस्ट के मुताबिक किस एसयूवी में मिलेगी ज्यादा सेफ्टी

परिवहन विशेष न्यूज

हाल में Kia Syros का BNCAP क्रैश टेस्ट हुआ है। इसमें इस नई SUV को 5-स्टार सेफ्टी रेटिंग मिली है। भारतीय बाजार में इसका मुकाबला Tata Nexon से देखने के लिए मिलेगा जिसका भारत और ग्लोबल NCAP दोनों क्रैश टेस्ट हुआ है और इसने दोनों में 5-स्टार सेफ्टी रेटिंग मिली है। आइए जानते हैं कि दोनों (Kia Syros Vs Tata Nexon BNCAP) में से कौन-सी SUV ज्यादा सुरक्षित है?

नई दिल्ली। Kia Syros को हाल ही में BNCAP क्रैश टेस्ट किया गया है। इसमें इसे वयस्क और बच्चे की सुरक्षा के लिए पूरी 5-स्टार रेटिंग हासिल की है। भारतीय बाजार में इसका मुकाबला Skoda Kylak और Mahindra XUV 3XO से देखने के लिए मिलने वाला है। इसके साथ ही यह Tata Nexon की भी प्रतिद्वंदी है। टाटा नेक्सन को भारत और ग्लोबल NCAP दोनों क्रैश टेस्ट में 5-स्टार सेफ्टी रेटिंग मिली है। हम यहां पर आपको इन दोनों की तुलना करते हुए बता रहे हैं कि दोनों में से कौन-सी ज्यादा सुरक्षित कार है।

भारत NCAP क्रैश टेस्ट के रिजल्ट और स्कोर

Kia Syros, Tata Nexon की तुलना में ज्यादा सुरक्षित कार है। इसने नेक्सन की तुलना में AOP और COP में बेहतर स्कोर मिला है। यह नेक्सन की तुलना में फ्रंट ऑफसेट डिफॉर्मेबल बैरियर टेस्ट में पीछे है। वहीं, दोनों को CRS इंस्टॉलेशन और वाहन मूल्यांकन स्कोर के लिए समान पॉइंट मिले हैं।

Kia Syros Bharat NCAP

किआ सिरोस को फ्रंटल ऑफसेट डिफॉर्मेबल बैरियर क्रैश टेस्ट में ड्राइवर को सिर, गर्दन, पेल्विस, जांघों और पैरों के लिए अच्छी सुरक्षा मिली है, जबकि चेस्ट और दोनों टिबियास को भी पर्याप्त सुरक्षा मिलती है। को-ड्राइवर को राइट टिबिया को छोड़कर शरीर के सभी पार्ट्स को अच्छी सेफ्टी मिलती है।

Tata Nexon Bharat NCAP

टाटा नेक्सन में दोनों सामने बैठने वाले पैसेंजर की जांघों और सिर के लिए अच्छी सुरक्षा मिलती है। ड्राइवर को चेस्ट के लिए पर्याप्त सुरक्षा मिलती है, जबकि दोनों पैसेंजर के लिए टिबिया को भी पर्याप्त सुरक्षा मिलती है। इसके साइड मूवमेंट में चेस्ट के लिए सेफ्टी मिली है और बाकी अंगों की सुरक्षा के लिए भी अच्छा माना गया है। साइड पोल इम्पैक्ट टेस्ट में सभी बॉडी पार्ट्स को अच्छी सेफ्टी मिलती है।

किस नंबर पर चलाएं कार का ए.सी, जबरदस्त कूलिंग के साथ मिले ज्यादा माइलेज?

परिवहन विशेष न्यूज

एसी वाली कार के माइलेज के टिप्स देशभर में कई हिस्सों में चिलचिलाती गर्मी पड़ने लगी है। इससे बचने के लिए लोग अपनी कार में एसी का इस्तेमाल फुल मोड में करते हैं। लेकिन क्या आपको पता है कि कार की एसी माइलेज पर कितना असर डालती है? हम यहां पर आपको इसी सवाल का जवाब दे रहे हैं और बता रहे हैं किस मोड में एसी का इस्तेमाल करना चाहिए?

नई दिल्ली। गर्मी का मौसम आते ही कार में AC (एयर कंडीशनर) का इस्तेमाल शुरू हो जाता है। लोग गर्मी से राहत पाने के लिए इसका इस्तेमाल करते हैं। कई लोग तो कार के एसी को फुल पर चलाते हैं, जिससे कार के अंदर का माहौल तो कूल-कूल हो जाता है, लेकिन माइलेज उस तापमान की तरह की कम होने लगता है। जिसे देखते हुए हम यहां पर आपको बता रहे हैं कि गर्मी के मौसम में कार के एसी का किस नंबर पर चलाने से आपकी के अंदर का माहौल कूल रहने के साथ ही माइलेज भी अच्छी मिलेगी। आइए इसके बारे में विस्तार से जानते हैं।

1. कार AC का बेसिक फंडा

कार में मिलने वाला एसी कंप्रेसर के जरिए काम करता है, जो इंजन से पावर लेकर रेफ्रिजरेंट को सर्कुलेट करता है। जब आप कार के एसी को ऑन करते हैं, तो इंजन पर लोड बढ़ता है। चाहे आप लो-स्पीड पर हैं या फिर ट्रैफिक में हो। ऐसे में कार के एसी को सही मोड में चलाने पर आपकी कार के इंजन पर ज्यादा प्रेशर नहीं पड़ेगा और न ही ज्यादा फ्यूल की खपत होगी।

2. किस नंबर पर AC चलाएं?

कार AC के नॉब पर आपको जो नंबर दिखाई देते हैं, वह फैन स्पीड को दर्शाते हैं, न कि कूलिंग लेवल को। यह ही कूलिंग कंट्रोल (temperature control) से आप कार को ठंडक का लेवल तय करते हैं। बहुत सी गाड़ियों में यह सिस्टम मैनुअल मिलता है।

फैन स्पीड: इसे 2 या 3 नंबर पर रखें।

टेम्परेचर कंट्रोल: अगर डिजिटल है, तो 22°C से 24°C के बीच रखें। मैनुअल सिस्टम में मिड-लेवल या थोड़ा कम रखें।

AC मोड: कार में Recirculation mode ऑन रखें, ताकि कार के अंदर की हवा बार-बार कूल होती रहे और और कंप्रेसर पर कम लोड पड़े।

3. कुछ जरूरी उपाय

अगर आपकी कार काफी देर से खड़ी है तो आपको तुरंत एसी ऑन करने के बजाय कुछ मिनट के लिए विंडो को डाइउ कर दें। इससे गर्म हवा बाहर निकल जाती है और सिस्टम पर लोड कम पड़ता है।

कभी बी एसी को फुल ब्लास्ट यानी 4 नंबर पर लंबे समय तक न चलाएं। इससे कंप्रेसर ज्यादा काम करता है और फिर आपकी कार माइलेज कम देती है।

कार के एसी फिल्टर को समय-समय पर बदलें। अगर फिल्टर गंदा है, तो यह एयरफ्लो को रोकता है, जिससे सिस्टम पर दबाव बढ़ता है।

अगर आपकी कार में ऑटोमेटिक एसी दिया गया है, जो AUTO मोड का चुनाव करें। यह कार के तापमान और फैन स्पीड को खुद ही बैलेंस करता है।

होंडा एलिवेट ने कर दिया कमाल, जापान एनसीएपी में हासिल की 5-स्टार सेफ्टी रेटिंग

परिवहन विशेष न्यूज

भारत में बनी Honda Elevate ने कमाल कर दिखाया है। इसका हाल ही में जापान NCAP क्रैश टेस्ट किया गया है। इसमें Elevate ने पूरे 5 स्टार सेफ्टी रेटिंग हासिल की है। इसमे जापान NCAP क्रैश टेस्ट में 193 .8 में से 176 .23 पॉइंट हासिल किया है। यह सेफ्टी रेटिंग मिलना भारतीय ऑटोमोटिव इंडस्ट्री के लिए एक बड़ा मील का पत्थर है।

नई दिल्ली। हाल ही में Honda Elevate का जापान NCAP में क्रैश टेस्ट हुआ है। इसमें इसने पूरे 5 स्टार सेफ्टी रेटिंग हासिल की है। इसमें सबसे बड़ी बात यह है कि जिस मॉडल का क्रैश टेस्ट जापान में किया गया है, उसे भारत में बनाया गया है। जापान में इसे WR-V के रूप में बेचा जाता है, इसने JNCAP के 2024 क्रैश टेस्ट के प्रोटोकॉल के तहत 193.8 में से 176.23 पॉइंट हासिल किया है। आइए जानते हैं कि Honda Elevate को किस टेस्ट में कितना पॉइंट मिला है।

Japan NCAP क्रैश टेस्ट के हाइलाइट्स

निवारक सुरक्षा: 85.8 में से 82.22 पॉइंट के साथ 95% की रेटिंग मिली है।

टक्कर सुरक्षा: 100 में से 86.01 अंकों के साथ 86% की रेटिंग मिली है।

स्वचालित आपातकालीन कॉल सिस्टम: 8 में से पूरे 8 स्कोर हासिल किया है।

स्वायत्त आपातकालीन ब्रेकिंग (AEB): इसमें भी इसे 5 में से 5 स्कोर मिले हैं।

ऑफसेट फ्रंटल और साइड क्रैश प्रोटेक्शन: इसमें 5 में से 5 स्कोर हासिल किया।

रियर इम्पैक्ट नेक प्रोटेक्शन (फ्रंट और रियर सीट): 5 में से 4 स्कोर मिला है।

पैदल यात्री सिर और पैर सुरक्षा: इसमें क्रमशः स्तर 4/5 और 5/5 स्कोर मिला है।

Honda Elevate (WR-V) ने जापान NCAP क्रैश टेस्ट में 90% की सेफ्टी रेटिंग को हासिल किया है। इस क्रैश टेस्ट में इसके Z+ वैरिएंट का इस्तेमाल किया गया है। इसने 193.8 में से 176.23 पॉइंट हासिल किया है, जो कुल 90% और सुरक्षा रेटिंग 5-स्टार है। इसके साथ ही ऊपर बताए गए सभी टेस्ट में इसने तकरीबन सभी में पूरे पॉइंट हासिल किए है, जिसके बाद यह एक सुरक्षित कार बन गई है।

दिखा एडवांस सेफ्टी टेक्नोलॉजी का शानदार प्रदर्शन

Elevate में दी गई सेफ्टी तकनीक ने जापान क्रैश टैस्ट में कमाल कर दिखाया है। इसका 10 किमी/घंटा, 20 किमी/घंटा और 45 किमी/घंटा की रफ्तार पर फुल-स्पीड कोलिजन अवॉइडेंस टेस्ट किया गया, जिसमें इसने शानदार प्रदर्शन किया है। इसने लेन डिपार्चर प्रिवेंशन सिस्टम ने टेस्ट में 100% की रेटिंग हासिल की है। इसमें मोनोकुलर कैमरा दिया गया है, जो फॉरवर्ड कोलिजन वार्निंग (FCWS) और लेन डिपार्चर वार्निंग (LDW) जैसे सिस्टम को सपोर्ट करता है।

भारत में बनी गाड़ी का ग्लोबल में डंका

Honda Elevate को जापान क्रैश टेस्ट में पूरे 5 स्टार हासिल करना भारतीय ऑटोमोटिव इंडस्ट्री के लिए एक बड़ा मील का पत्थर है। इसे राजस्थान के टपुकड़ा प्लांट में बनाया जाता है और जापान में निर्यात किया जाता है। जापान क्रैश टेस्ट में मिलनी यह रेटिंग भारतीय खरीदारों में एलिवेट की डिमांड को बढ़ा सकती है।

भारत में Honda Elevate के फीचर्स

भारत में Honda Elevate को 1.5-लीटर नैचुरली एस्पिरेटेड पेट्रोल इंजन के साथ ऑफर किया जाता है, जो 119 bhp की पावर और 145 Nm का टॉर्क जनरेट करता है। इसके इंजन को 6-स्पीड मैनुअल और CVT गियरबॉक्स के साथ जोड़ा गया है। इसमें पैसेंजर्स की सेफ्टी के लिए 6 एयरबैग्स, होंडा सेंसिंग ADAS सुइट (कोलिजन मिटिगेशन ब्रेकिंग, लेन कीप असिस्ट, एडाप्टिव क्रूज़ कंट्रोल), 458-लीटर बूट स्पेस और 10.25-इंच इंफोटेनमेंट सिस्टम जैसे फीचर्स के साथ लैस किया गया है। भारत में इसकी एक्स-शोरूम कीमत 11.91 लाख रुपये से शुरू होती है।

यूपीएससी की तैयारी के लिए समाचार पत्र पढ़ने का महत्व

विजय गर्ग

संघ लोक सेवा आयोग (यूपीएससी) सिविल सेवा परीक्षा (सीएसई) भारत की सबसे प्रतिष्ठित और चुनौतीपूर्ण परीक्षाओं में से एक है। यूपीएससी की तैयारी का एक प्रमुख पहलू करंट अफेयर्स के साथ अपडेट रहना है, और अखबार पढ़ना इस संबंध में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। इस ब्लॉग पोस्ट में, हम यूपीएससी की तैयारी के लिए अखबार पढ़ने के महत्व पर चर्चा करेंगे और यह आपकी सफलता की संभावनाओं को कैसे बढ़ा सकता है।

यूपीएससी की तैयारी के लिए अखबार पढ़ना महत्वपूर्ण क्यों है 1.। करंट अफेयर्स का व्यापक कवरेज समाचार पत्र वर्तमान घटनाओं का व्यापक कवरेज प्रदान करते हैं, जो यूपीएससी पाठ्यक्रम के अभिन्न अंग हैं:

दैनिक अपडेटः समाचार पत्र राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय समाचार, राजनीति, अर्थव्यवस्था, पर्यावरण, विज्ञान और प्रौद्योगिकी पर दैनिक अपडेट प्रदान करते हैं। गहराई से विश्लेषणः वे महत्वपूर्ण मुद्दों पर गहराई से विश्लेषण और विविध दृष्टिकोण प्रदान करते हैं, जिससे उम्मीदवारों को व्यापक संदर्भ को समझने में मदद मिलती है। 2.। मुद्दों की समझ बढ़ाता है समाचार पत्र पढ़ने से उम्मीदवारों को विभिन्न मुद्दों की बारीक समझ विकसित करने में मदद मिलती है:

एकाधिक परिप्रेक्ष्यः समाचार पत्र विवादास्पद मुद्दों पर कई दृष्टिकोण प्रस्तुत करते हैं, संतुलित और महत्वपूर्ण सोच में सहायता करते हैं। प्रासंगिक ज्ञानः वे व्यापक समझ के लिए आवश्यक ऐतिहासिक संदर्भ और पृष्ठभूमि की जानकारी प्रदान करते हैं। 3। विश्लेषणात्मक और लेखन कौशल में सुधार करता है यूपीएससी परीक्षा के लिए महत्वपूर्ण समाचार पत्र पढ़ने से विश्लेषणात्मक और लेखन कौशल में काफी वृद्धि होती है:

संपादकीय और राय टुकड़ेः संपादकीय और राय टुकड़ों का विश्लेषण महत्वपूर्ण सोच और तर्क कौशल में सुधार करता है। भाषा प्रवीणताः नियमित रूप से पढ़ने से शब्दावली, व्याकरण और समग्र भाषा प्रवीणता में सुधार होता है। यूपीएससी की तैयारी के लिए समाचार पत्र पढ़ने का महत्व संघ लोक सेवा आयोग (यूपीएससी) सिविल सेवा परीक्षा (सीएई) भारत की सबसे प्रतिष्ठित और चुनौतीपूर्ण परीक्षाओं में से एक है। यूपीएससी की तैयारी का एक प्रमुख पहलू करंट अफेयर्स के साथ अपडेट रहना है, और अखबार पढ़ना इस संबंध में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। इस ब्लॉग पोस्ट में, हम यूपीएससी की तैयारी के लिए अखबार पढ़ने के महत्व पर चर्चा करेंगे और यह आपकी सफलता की संभावनाओं को कैसे बढ़ा सकता है।

यूपीएससी की तैयारी के लिए अखबार पढ़ना महत्वपूर्ण क्यों है

यूपीएससी की तैयारी के लिए अखबार पढ़ना महत्वपूर्ण क्यों है 1.। करंट अफेयर्स का व्यापक कवरेज समाचार पत्र वर्तमान घटनाओं का व्यापक कवरेज प्रदान करते हैं, जो यूपीएससी पाठ्यक्रम के अभिन्न अंग हैं:

दैनिक अपडेटः समाचार पत्र राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय समाचार, राजनीति, अर्थव्यवस्था, पर्यावरण, विज्ञान और प्रौद्योगिकी पर दैनिक अपडेट प्रदान करते हैं। गहराई से विश्लेषणः वे महत्वपूर्ण मुद्दों पर गहराई से विश्लेषण और विविध दृष्टिकोण प्रदान करते हैं, जिससे उम्मीदवारों को व्यापक संदर्भ को समझने में मदद मिलती है। 2.। मुद्दों की समझ बढ़ाता है समाचार पत्र पढ़ने से उम्मीदवारों को विभिन्न मुद्दों की बारीक समझ विकसित करने में मदद मिलती है:

एकाधिक परिप्रेक्ष्यः समाचार पत्र विवादास्पद मुद्दों पर कई दृष्टिकोण प्रस्तुत करते हैं, संतुलित और महत्वपूर्ण सोच में सहायता करते हैं। प्रासंगिक ज्ञानः वे व्यापक समझ के लिए आवश्यक ऐतिहासिक संदर्भ और पृष्ठभूमि की जानकारी प्रदान करते हैं। 3। विश्लेषणात्मक और लेखन कौशल में सुधार करता है यूपीएससी परीक्षा के लिए महत्वपूर्ण समाचार पत्र पढ़ने से विश्लेषणात्मक और लेखन कौशल में काफी वृद्धि होती है:

संपादकीय और राय टुकड़ेः संपादकीय और राय टुकड़ों का विश्लेषण महत्वपूर्ण सोच और तर्क कौशल में सुधार करता है। भाषा प्रवीणताः नियमित रूप से पढ़ने से शब्दावली, व्याकरण और समग्र भाषा प्रवीणता में सुधार होता है। 4। निबंध और उत्तर लेखन में एड्स समाचार पत्र निबंध और उत्तर लेखन अभ्यास के लिए एक अमूल्य संसाधन हैं:

प्रासंगिक उदाहरणः वे प्रासंगिक उदाहरण, केस स्टडी और कोटेशन प्रदान करते हैं जिनका उपयोग तर्कों को प्रमाणित करने के लिए किया जा सकता है। संरचित तर्कः अच्छी तरह से संरचित लेख पढ़ने से उम्मीदवारों को यह सीखने में मदद मिलती है कि वे अपने तर्कों को सुसंगत रूप से कैसे प्रस्तुत करें। 5.। आपको सरकारी नीतियों और योजनाओं के साथ अपडेट रखता है यूपीएससी की तैयारी के लिए

सरकारी नीतियों और योजनाओं के बारे में सूचित रहना आवश्यक है:

नीति घोषणाएँः समाचार पत्र नई सरकारी नीतियों, संशोधनों और उनके निहितार्थ पर रिपोर्ट करते हैं। योजना विवरणः वे विभिन्न सरकारी योजनाओं, उनके उद्देश्यों और प्रभाव के बारे में विवरण प्रदान करते हैं। यूपीएससी के लिए प्रभावी ढंग से समाचार पत्र कैसे पढ़ें 1.। सही समाचार पत्र चुनें प्रभावी तैयारी के लिए सही समाचार पत्रों का चयन करना महत्वपूर्ण है:

द हिंदूः अपने व्यापक कवरेज और गहन विश्लेषण के लिए जाना जाता है। इंडियन एक्सप्रेसः विस्तृत रिपोर्टिंग और व्यावहारिक संपादकीय प्रदान करता है। बिजनेस स्टैंडर्डः आर्थिक और व्यावसायिक समाचारों के लिए अच्छा है। 2.। प्रासंगिक अनुभागों पर ध्यान दें यूपीएससी की तैयारी के लिए अखबार के सभी वर्ग समान रूप से महत्वपूर्ण नहीं हैं:

फ्रंट पेजः प्रमुख राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय समाचार। संपादकीय और रायः वर्तमान मुद्दों पर महत्वपूर्ण विश्लेषण और विविध दृष्टिकोण। राष्ट्रीय समाचारः देश के भीतर महत्वपूर्ण घटनाक्रम। अंतर्राष्ट्रीय समाचारः प्रमुख वैश्विक घटनाएं और उनके निहितार्थ। अर्थव्यवस्थाः आर्थिक नीतियां, बजट और आर्थिक रुझान। विज्ञान और प्रौद्योगिकीः नवाचार, खोज और तकनीकी प्रगति। पर्यावरणः पर्यावरण के मुद्दे, नीतियां और संरक्षण के प्रयास। 3। नोट्स बनाओ संशोधन के लिए संक्षिप्त और प्रासंगिक नोट्स बनाना आवश्यक है:

लेख संक्षेपः महत्वपूर्ण लेखों के प्रमुख बिंदुओं और तर्कों को संक्षेप में बताएं। तथ्यों और आंकड़ों को हाइलाइट करेंः महत्वपूर्ण तथ्यों, आंकड़ों और आंकड़ों पर ध्यान दें। विषय द्वारा व्यवस्थित करेंः संशोधन के दौरान आसान संदर्भ के लिए नोट्स विषयवार व्यवस्थित करें। 4। नियमित संशोधन नोटों का नियमित संशोधन यह सुनिश्चित करता है कि जानकारी को बनाए रखा जाए और आसानी से प्राप्त किया जा सके:

साप्ताहिक संशोधनः अपने नोट्स को संशोधित करने के लिए प्रत्येक सप्ताह अलग समय निर्धारित करें। मासिक संकलनः परीक्षा से पहले व्यापक संशोधन के लिए मासिक नोट्स संकलित करें।

डिजिटल अर्थव्यवस्था के खतरे

विजय गर्ग

समय, काल और परिस्थितियों के अनुरूप जो परिवर्तन आते हैं, उनमें अर्थव्यवस्था से जुड़े विभिन्न आयामों में आने वाले परिवर्तन भी स्वाभाविक हैं। आज डिजिटलीकरण के दौर में अर्थव्यवस्था भी डिजिटल हो रही है। डिजिटल अर्थव्यवस्था में डिजिटल तकनीक के जरिए संचालित होने वाली आर्थिक गतिविधियां जैसे आनलाइन लेन-देन, ई-कामर्स, ई-बिजनेस और डिजिटल मार्केटिंग जैसी कई गतिविधियां शामिल हैं। इनमें अर्थव्यवस्था में इंटरनेट, मोबाइल, डेटा रखरखाव की प्रणाली और सूचना और संचार प्रौद्योगिकी से जुड़ी क्रियाओं का भी समावेश होता है। डिजिटल अर्थव्यवस्था के माध्यम दूरदराज के क्षेत्रों में इंटरनेट और डिजिटल सेवाओं द्वारा व्यावसायिक के क्रिया संचालन सुगमता से संभव हो जाता है। इससे व्यवसायों के लिए नए आर्थिक अवसर उपलब्ध होते हैं। इसके माध्यम से शिक्षा और स्वास्थ्य सेवाओं को भी आनलाइन उपलब्ध कराने का अवसर मिला है। ई-गवर्नेस की व्यवस्था भी इसी के कारण संभव हुई है। डिजिटल अर्थव्यवस्था का लाभ ग्रामीण क्षेत्रों तक पहुंचाने के लिए भारत सरकार द्वारा शुरू की गई 'भारतनेट' परियोजना का उद्देश्य भी प्रत्येक ग्राम पंचायत को किफायती 'हाई स्पीड इंटरनेट' की पहुंच प्रदान करना है। दुनिया भर के देश डिजिटल अर्थव्यवस्था समझौतों द्वारा अपने आपसी व्यापार को विनियमित करने में लगे हैं।

भारत की डिजिटल अर्थव्यवस्था का 'आकलन और माप' शीर्षक रपट से पता चलता है कि वर्ष 2022-23 में डिजिटल क्षेत्र की राष्ट्रीय आय में लगभग 11.74 फीसद हिस्सेदारी है, जो देश के सकल घरेलू उत्पाद में लगभग 31.64 लाख करोड़ रुपए का योगदान करती है। वर्ष 2024-25 तक यह 13.42 फीसद होने का अनुमान है। संभावना है कि वर्ष 2029-30 तक यह देश की कुल अर्थव्यवस्था में लगभग पांचवें हिस्से के बराबर योगदान देगी। डिजिटल अर्थव्यवस्था ने रोजगार के नए अवसर भी उपलब्ध कराए हैं। इस अर्थव्यवस्था के विभिन्न क्षेत्रों में वर्ष 2022-23 में एक करोड़ चालीस लाख 67 हजार कर्मचारी कार्यरत थे। डिजिटल साक्षरता में भी वृद्धि हो रही है। बैंक और वित्तीय संस्थाओं ने डिजिटल लेन-देन और अन्य गतिविधियों को बढ़ावा देने के लिए अपने ऐप भी विकसित कर लिए हैं, जिनसे एक व्यक्ति घर बैठे इनसे जुड़ी सेवाओं और सुविधाओं का लाभ लेने लगे हैं। अलग-अलग भुगतान ऐप भी विकसित हो गए हैं, जो एक व्यक्ति को दूसरे व्यक्ति के साथ अपने बैंकों के माध्यम से लेन-देन को सुगम बना रहे हैं।

भारत सरकार के वित्त मंत्रालय का वित्तीय सेवा विभाग (डीएफएस) देश में डिजिटल भुगतान को बढ़ावा देने में अहम भूमिका निभा रहा है। 'यूनिफाइड पेमेंट्स इंटरफेस' (यूपीआइ) जैसी तेज भुगतान प्रणाली को बढ़ावा देने के प्रयासों के कारण वित्तीय लेन-देन के तरीके में क्रांति आ रही है। इससे लाखों लोगों के लिए वास्तविक समय में सुरक्षित और निर्बाध भुगतान संभव हो गया है। डिजिटल लेन-देन की कुल संख्या वित्तवर्ष 2017-18 के 2,071 करोड़ रुपए से बढ़ कर वित्तवर्ष 2023-24 में 18,737 करोड़ रुपए हो गई है। इसके अतिरिक्त मौजूदा वित्तवर्ष 2024-25 के अंतिम पांच महीने अप्रैल से अगस्त के दौरान लेन-देन की मात्रा 8,659 करोड़ रुपए तक पहुंच गई।

डिजिटल अर्थव्यवस्था की आपसी साझेदारी बढ़ाने के लिए विभिन्न देश समझौते भी कर रहे हैं। चिली, न्यूजीलैंड और सिंगापुर के बीच डिजिटल अर्थव्यवस्था भागीदारी समझौता सभी डब्लूटीओ सदस्यों के लिए खुला पहला डिजिटल व्यापार समझौता है, जो जून 2020 में इलेक्ट्रानिक रूप से हस्ताक्षरित होने वाला पहला समझौता है। इसे एपीईसी और ओईसीडी जैसे अन्य अंतरराष्ट्रीय मंचों के भीतर चल रहे ई-कामर्स और डिजिटल अर्थव्यवस्था के लिए डब्लूटीओ वार्ता के पूरक के रूप में तैयार किया गया था। पारंपरिक आर्थिक जुड़ाव की सीमाओं को आगे बढ़ा कर यह अपनी तरह का पहला समझौता व्यापार नीति में एक नया आयाम है। इसने पहले ही दुनिया की कुछ सबसे बड़ी अर्थव्यवस्थाओं का ध्यान अपनी ओर आकर्षित किया है। इनमें कनाडा, चीन और दक्षिण कोरिया शामिल होने का प्रयास कर रहे हैं। इसी प्रकार ब्रिटेन और सिंगापुर डिजिटल इकोनामी एग्रीमेंट जून 2022 में लागू हो चुका है। इस समझौते के तीन मुख्य लक्ष्य हैं- अधिक सुरक्षित डिजिटल वातावरण की सुविधा देना, विश्वसनीय डेटा प्रवाह को सुनिश्चित करना और डिजिटल व्यापार में सहयोग करना अर्थव्यवस्था में डिजिटल भुगतान, डेटा प्रवाह और डिजिटल सेवाओं का महत्त्व तेजी से बढ़ रहा है।

डिजिटल व्यापार के समक्ष कई चुनौतियां और खतरे भी हैं। डिजिटल संरक्षणवाद बढ़ रहा है। इससे खासकर छोटे और मध्यम आकार के उद्यमों (एसएमई) सहित अन्य क्षेत्रों के लिए व्यवसाय के अवसरों पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ सकता है। इसके अलावा, वैश्विक डिजिटल व्यापार समझौते की अनुपस्थिति डिजिटल अर्थव्यवस्थाओं के बीच समन्वय की समस्या चुनौतियों को और बढ़ाती है। डिजिटल अर्थव्यवस्था में कई अन्य समस्याएं और चुनौतियां भी हैं, जिनमें अभी डिजिटल साक्षरता की कमी, साइबर सुरक्षा के खतरे, साइबर आर्थिक अपराध, खराब डिजिटल बुनियादी ढांचा डेटा गोपनीयता जैसी समस्याएं शामिल हैं। इनमें सबसे बड़ा खतरा साइबर सुरक्षा का है। डिजिटल अर्थव्यवस्था में साइबर हमले का खतरा बढ़ गया है, इसके कई उदाहरण हमारे सामने आते रहते हैं।

भारत में साइबर आर्थिक अपराध तेजी से बढ़ रहे हैं। वर्ष 2022 में 65,893 मामले दर्ज हुए जो 2021 की तुलना में 24.4 फीसद अधिक हैं। इसके कारण वित्तीय नुकसान भी 2022 में 1,935.51 करोड़ रुपए तक पहुंच गया। पंजीकृत मामलों में साइबर धोखाधड़ी के मामले सबसे अधिक 64.8 फीसद थे। इसके बाद जबरन वसूली 5.5 फीसद और यौन शोषण 5.2 फीसद था। आर्थिक धोखाधड़ी के सर्वाधिक शिकार वरिष्ठ नागरिक होते हैं। उनको तकनीक की पर्याप्त जानकारी नहीं होती। सेवानिवृत्ति पर मिली एकमुश्त राशि पर साइबर अपराधियों की नजर रहती है, वे उनको अधिक ब्याज और अन्य लाभ देने जैसी कथित योजनाओं के जाल में फंसा कर जमा राशि हड़पने का प्रयास करते हैं। यदि उन अपराधियों की कोई शिकायत कर देता है, तो कई बार उनके जाल में फंसे लोगों के लाखों रुपए जमा वाले बैंक खाते 'निष्क्रिय' हो जाते हैं, इस कारण वे अपनी सामान्य जरूरतों का लेन-देन भी नहीं कर पाते।

कई ग्रामीण और दूरदराज के क्षेत्रों में अभी डिजिटल बुनियादी ढांचे तक पहुंच का अभाव है जो डिजिटल अर्थव्यवस्था के विकास बाधा डालता है। इसके लिए एक सशक्त, उपयुक्त नियामक और कानूनी ढांचे की आवश्यकता है, जो उपभोक्ताओं की डिजिटल सुरक्षा सुरक्षा सुनिश्चित कर सके और वित्तीय समावेशन को बढ़ावा दे सके। यह सुनिश्चित करना भी जरूरी है कि सभी की डिजिटल सेवाओं तक सुरक्षित और सस्ती पहुंच हो। इस क्षेत्र में कई अवसर हैं, लेकिन इन चुनौतियों से निपटने के लिए एक समग्र दृष्टिकोण की आवश्यकता है। इसके लिए डिजिटल साक्षरता को बढ़ावा देना, साइबर सुरक्षा को मजबूत करना, सशक्त 'एंटीवायरस' विकसित करना समय-समय पर उनको अद्यतन करना, डिजिटल बुनियादी ढांचे में सुधार करना, डेटा गोपनीयता की रक्षा और डिजिटल विभाजन को कम करने जैसी गतिविधियों के माध्यम से डिजिटल अर्थव्यवस्था के समग्र विकास को संभव बना सके।

बेहाल बुजुर्ग

केरल की गिनती देश के सबसे शिक्षित राज्यों में होती है। लेकिन आज 94 फीसदी साक्षरता वाले इस राज्य में बुजुर्ग शिक्षित युवाओं के पलायन का संत्रास झेल रहे हैं। राज्य के करीब 21 लाख घरों में युवाओं के पलायन करने के कारण सिर्फ बुजुर्ग बचे हैं। गांव के गांव पलायन का दंश झेलते हुए वीरान हो चुके हैं। लाखों घरों में सिर्फ ताले लटके नजर आते हैं। दरअसल, समुद्र तट से लगे इस राज्य में खाड़ी के देशों में जाकर सुनहरा भविष्य तलाशने की होड़ लगी रही है। शिक्षा ने जहां प्रगतिशील सोच दी है, वहीं अंतहीन भौतिक लिप्साओं को भी जगाया है। यह होड़ हाल के वर्षों में पंजाब-हरियाणा में भी नजर आ रही है। वैसे तो यह हमारे नीति-नियंताओं की नाकामी का भी परिणाम है कि हम युवाओं को उनकी योग्यता-आकांक्षाओं के अनुरूप रोजगार देश में नहीं दे पाए। उन्हें न अपनी जन्मभूमि का सम्मोहन रोकता है और न ही यह फिक्र कि उनके जाने के बाद बुजुर्ग माता-पिता का क्या होगा। एकाकीपन का त्रास झेलते केरल के इन गांवों में बुजुर्गों के पास पैसा तो है मगर समाधान नहीं है। सामाजिक सुरक्षा की वह छांव कहां, जिसमें बुजुर्ग खुद को सुरक्षित महसूस कर सकें। केरल के कई गांवों में लोग एक दिन हर बुजुर्ग का हाल पूछते हैं कि क्या वे सुरक्षित हैं। वे चर्च व पंचायतों में बैठकें करते हैं ताकि एक-दूसरे के हाल-चाल जान सकें। निश्चय ही ऐसे वैकल्पिक प्रयासों से सामाजिक सुरक्षा को संबल मिलेगा।

बताते हैं कि मार्च माह के अंत में बुजुर्गों के इस एकाकीपन के संकट को महसूस करते हुए केरल सरकार ने एक वरिष्ठ नागरिक आयोग बनाने की घोषणा की है। यह वक्त बताएगा कि लाल-फीताशाही व घुन लगी व्यवस्था में ये आयोग कब तक कारगर भूमिका निभाना शुरू करेगा। लेकिन फिर भी जिस राज्य में हर पांचवें घर से एक व्यक्ति विदेश चला गया है, वहां ऐसा आयोग एक सीमा तक तो सहायक ही हो सकता है। देखना होगा कि सरकारी अधिकारी कितनी संवेदनशीलता से बुजुर्गों की समस्याओं का समाधान करते हैं। सरकार का दावा है कि यह आयोग एकाकीपन का त्रास झेल रहे बुजुर्गों के अधिकार, कल्याण और पुनर्वास के लिये काम करेगा। निस्संदेह, बुजुर्गों की आवश्यकताएं सीमित होती हैं। लेकिन उनका मनोबल बढ़ाने की जरूरत है। सबसे ज्यादा जरूरी उनकी स्वास्थ्य से जुड़ी समस्याएं दूर करना है। बेहतर चिकित्सा सेवा व घर-घर उपचार की सहज उपलब्धता समस्या का समाधान दे सकती है। लेकिन देखना यह होगा कि भ्रष्टाचार के घुन से खोखली होती व्यवस्था में वरिष्ठ नागरिक आयोग ऐसे संकट का कारगर समाधान उपलब्ध कराने में किस हद तक सफल हो पाता है। वैसे अकेले रह रहे बुजुर्गों को भी इस दिशा में पहल करनी होगी। सामाजिक सक्रियता इसमें सहायक बनेगी। नीति-नियंताओं को सोचना होगा कि अगले दशकों में युवा भारत बुजुर्गों का भारत बनने वाला है। वर्ष 2050 तक भारत में साठ साल से अधिक उम्र के 34.7 करोड़ बुजुर्ग होंगे। क्या इस चुनौती से निपटने को हम तैयार हैं?

विजय गर्ग सेवानिवृत्त प्रिंसिपल मलोट पंजाब

बाजारीकरण के चंगुल में फंसी शिक्षा

विजय गर्ग

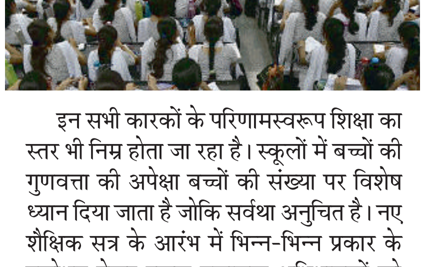
आज के संदर्भ में हमारा व्यवहार और आचरण ही हमारी शिक्षा और परवरिश का आधार तय करता है। शिक्षा एक माध्यम है जो जीवन को एक नई विचारधारा प्रदान करता है। यदि शिक्षा का उद्देश्य सही दिशा में हो तो आज का युवा मात्र सामाजिक रूप से ही नहीं बल्कि वैचारिक रूप से भी स्वतंत्र और देश का कर्णधार बन सकता है।

मैकाले की संस्कार विहीन शिक्षा प्रणाली ने हमारी भावी पीढियों को अंग्रेजी का खोखला शाब्दिक ज्ञान देकर अंग्रेजों के लिए कर्मचारी तो तैयार किए परन्तु हमें हमारी पुरातन दैनिक संस्कृति मान्यताओं से पूरी तरह काटकर खोखला कर दिया। यही कारण था कि इस शिक्षा प्रणाली से निकले छात्र अपनी संस्कृति की जड़ों से कटकर रह गए। शिक्षा के बिना विद्यार्थी का सर्वांगीण विकास संभव नहीं है।

प्राचीन समय में छात्र गुरुकुल में रहकर शिक्षा ग्रहण करते थे। वहां गुरु छात्र को संस्कारित बनाता था लेकिन आधुनिक जीवन में लोगों के पास शायद विकल्प कम रह गए हैं और ये कोचिंग संस्थान इसी का फायदा उठाते हैं। शिक्षा को व्यवसाय बनाकर उसका बाजारीकरण किया जा रहा है। निजी कोचिंग सैंटर हर गली, मोहल्ले और सोसायटी में सभी को झूठे प्रलोभन देकर अपने जाल में फंसा रहे हैं और खुल्लम-खुल्ला शिक्षा के नाम पर सौदेबाजी कर रहे हैं। मजबूर और असहाय अभिभावक विकल्प खोजते-खोजते उनकी चिकनी-चुपड़ी बातों में फंस जाते हैं जिसका निजी संस्थान भरपूर लाभ उठा रहे हैं।

कई तो ऐसे पूंजीपति लोग देखने में आते हैं जिनका शिक्षा से कोसों तक कोई नाता नहीं होता लेकिन उन्होंने अपने धन और ऐश्वर्य के बल पर इन विद्या मंदिरों को सिर्फ और सिर्फ पैसा कमाने का साधन बना डाला है। आज यह शिक्षा का व्यापारीकरण नहीं तो और क्या है? कई बार तो जहन में यह भी सवाल उठता है कि आखिरकार इसका उत्तरदायी कौन है? हम स्वयं, सरकार या हमारी शिक्षण पद्धति। इस बात का उत्तर शायद किसी के पास नहीं है।

शिक्षा के बाजारीकरण का अर्थ है शिक्षा को बाजार में बेचने-खरीदने की वस्तु में बदल देना अर्थात शिक्षा आज समाज में मात्र एक वस्तु बन कर रह गई है और स्कूलों को मुनाफे की दृष्टि से चलाने वाले दुकानदार बन चुके हैं तथा इस प्रकार की दुकानें ही छात्रों के भविष्य को बर्बाद कर रही हैं। अभिभावक भी शिक्षा की इन दुकानों की चकाचौंध को देख कर उनमें फंसते जा रहे हैं परन्तु अंत में जब तक अभिभावकों को इन दुकानों की वास्तविकता का पता चलता है तब तक वे अपना धन और समय गंवा चुके होते हैं।



इन सभी कारकों के परिणामस्वरूप शिक्षा का स्तर भी निम्न होता जा रहा है। स्कूलों में बच्चों की गुणवत्ता की अपेक्षा बच्चों की संख्या पर विशेष ध्यान दिया जाता है जोकि सर्वथा अनुचित है। नए शैक्षिक सत्र के आरंभ में भिन्न-भिन्न प्रकार के प्रलोभन देकर स्कूल प्रशासक अभिभावकों को अपनी ओर आकर्षित करते हैं लेकिन कुछ समय के पश्चात जब वास्तविकता सामने आती है तो वे मजबूरन कुछ नहीं कर सकते और अपने बच्चों के लिए स्कूल प्रशासन की उचित-अनुचित मांगों को पूरा करने के लिए बाध्य हो जाते हैं।

कई बार देखने में आया है कि प्रतिस्पर्धा या ईर्ष्या के कारण भी निजी स्कूल अपनी गुणवत्ता का प्रदर्शन करते हैं और इसके लिए सभी उचित-अनुचित तरीकों को अपनाते हैं जोकि सर्वथा अनुचित है। ये संस्थाएं शिक्षा की गुणवत्ता को नजरअंदाज कर देती हैं। इनका मुख्य उद्देश्य होता है धन अर्जन करना, चाहे वह कमाई पुस्तकों के माध्यम से हो या यूनीफार्म के द्वारा हो, यहां तक कि ये अध्यापकों का शोषण करने से भी नहीं चूकते।

एक अच्छा तथा सुशिक्षित अध्यापक भी बेरोजगारी के डर से सात-आठ हजार में नौकरी करने को तैयार हो जाता है लेकिन वह इतने कम वेतन का हकदार नहीं होता। इस संबंध में आम जनता को जागरूक होकर अपने अधिकारों के लिए लडना होगा तथा शिक्षा के ऐसे ठेकेदारों से बचना होगा।

आज यह बिल्कुल सत्य है कि शिक्षा के गिरते स्तर के कारण किसी भी तरह की परीक्षा पास करना और प्रमाण पत्र हासिल करना ही शिक्षा का मुख्य उद्देश्य मान लिया गया है, फिर वह प्रमाण पत्र छल-कपट, बेईमानी या रिश्वत आदि अनैतिक तरीकों से ही क्यों न हासिल किया हो। मनुष्य जीवन का विकास उत्तम शिक्षा से संभव है वह शिक्षा जो उसे स्वविवेक, बौद्धिक जागृति और रचनात्मक दृष्टिकोण की स्पष्टता दे सके।

आज शिक्षा की आड़ में पैसा कमाना ही मूल उद्देश्य बन कर रह गया है। महंगाई और बाजारीकरण के मौजूदा दौर में छात्र इस असमंजस में फंसा हुआ है कि वह कमाने के लिए पढ़े या पढने के लिए कमाए। बाजारीकरण की दीमक पूरी शिक्षा व्यवस्था को खोखला करती जा रही है। आज आवश्यकता है कि इस विषय में सरकार कुछ ठोस कदम उठाए तथा शैक्षिक संस्थानों में प्रवेश की प्रक्रिया में अधिक से अधिक पारदृशता लाने का प्रयास करे क्योंकि किसी भी राष्ट्र का विकास तभी संभव हो सकता है जब वहां की अधिकतम जनसंख्या शिक्षित और अपने कत्र्तव्यों के प्रति जागरूक हो।

यह वही भारत है जो अपनी संस्कृति के कारण विश्व भर में विख्यात है और जहां दूसरे देशों से भी विद्यार्थी शिक्षा ग्रहण करने आते हैं लेकिन भारतीय संस्कृति की पहचान हमारी शिक्षा का नैतिक मूल्य स्तर दिन-प्रतिदिन कम होता जा रहा है।

ऐसे समय में आवश्यकता है उचित मार्गदर्शन और सही निर्देशन की जोकि एक जिम्मेदार और कुशल शिक्षक ही दे सकता है। शिक्षक का दृष्टिकोण संकुचित न होकर व्यापक होना चाहिए जो विद्यार्थियों को शिक्षा के वास्तविक आयामों से परिचित करवा उचित ज्ञान से सम्पन्न बना सके।

एक श्रेष्ठ अध्यापक वही है जो बच्चों के भविष्य के साथ खिलवाड़ न करे तथा जिसका उद्देश्य मात्र धन अर्जन करना नहीं अपितु ज्ञान का प्रकाश चारों ओर फैला कर मानव मात्र की सेवा करना हो तभी हम राम-राज्य जैसे सु समाज की कल्पना कर सकते हैं।

सक्रियता और सफलता

दुनिया में लगभग सभी लोग अपनी आजीविका के लिए या नाम कमाने के लिए कुछ न कुछ काम करते हैं। मगर कुछ लोग ज्यादातर लोगों से बहुत आगे निकलकर अपने क्षेत्र में, कुछ अपने जिले या राज्य में कुछ लोग इससे भी आगे बढ़कर देश और दुनिया में अपनी एक अलग पहचान बना लेते हैं। उनके पास नाम, शोहरत, पैसा, सुकून, सफलता- सब कुछ होता है। यह इसलिए कि ऐसे कुछ लोग उन ज्यादातर लोगों में से नहीं होते जो बेमन या मजबूरी से अपने काम करते हैं। ये उन चंद लोगों में से होते हैं जो अपने काम में पूरी तरह पूरी तन्मयता से डूबे रहते हैं, दिन-रात उल्लास और उमंग से मेहनत करते हैं और धैर्यपूर्वक अच्छे नतीजे का इंतजार करते हैं। ऐसे लोगों का जीवन मंत्र है- कर्म ही पूजा है।

आज के समय में ऐसे दर्जनों लोग दुनिया में हैं जो विश्वविख्यात हैं और सफलता के चरम पर हैं। हर कोई जानता है कि उनकी जिंदगी, काम और राह आसान कभी नहीं थे। उन्होंने अपने जीवन में अभूतपूर्व कठिन और जटिल परिस्थितियों का सामना किया है। हार-जीत और आशा-निराशा के भंवर से न जाने कितनी बार जूझे हैं। उनका जीवन भी किसी उड़नझूले जैसा रहा है। कई बार उन्होंने खुद को उल्लास, उमंग, प्रशंसा और सफलता के शिखर पर महसूस किया और कई बार ऐसा भी महसूस किया कि मानो सब कुछ समाप्त हो चुका है और आगे कुछ भी नहीं बचा। लेकिन उन्होंने कभी यह नहीं कहा कि मुझे यह सब अच्छा नहीं लगता या काम में मेरा मन नहीं लगता। ऐसा इसलिए कि उन्हें पता है कि सफलता कोई पेड़ पर लटका पका हुआ आम नहीं है, जो इनकी झोली में आ टपकेगा। उन्होंने अपने काम से जी भर कर प्यार किया, उसे ही अपना सब कुछ समझा और हमेशा धैर्य बनाए रखा।

हाल ही अंतरिक्ष में करीब नौ महीने तक विषम परिस्थितियों में अटक कर लौटी सुनीता विलियम्स ने कहा कि अगर आप मन लगाएं, दृढ़ संकल्प रखें और कोई रास्ता खोजें तो आप जो करना चाहें कर सकते हैं। आप कभी खुद को किसी चीज में कड़ा हुआ महसूस न करें। कुछ ऐसा खोजें जो आपको पसंद है। जैसे ही वह मिल जाए, आप उसे पूरे मन से अच्छी तरह करें, बस यही महत्त्वपूर्ण है। वास्तव में संतुष्ट होने का एकमात्र तरीका यही है कि आप वह करें, जिसे आप महान मानते हैं। महान काम करने का एकमात्र तरीका यही है कि आप जो करते हैं उसे प्यार करें।

सफलता और सुकून सकारात्मकता से ही मिलते हैं। सकारात्मक दृष्टिकोण वाले व्यक्ति अगर सफलता के शिखर पर हैं और समस्याओं का बेहतर तरीके से समाधान कर पाते हैं तो यह कोई जादू नहीं है, बल्कि सीधा सरल विज्ञान है। इसका संबंध हमारे मस्तिष्क की क्षमताओं और भावनात्मक बुद्धिमत्ता से है। अध्ययन बताते हैं कि सकारात्मक लोगों के मस्तिष्क का वेंट्रल टैगमैंटल' क्षेत्र अधिक सक्रिय होता है जो उन्हें आशावादी बनाता है। सकारात्मक लोगों के मस्तिष्क की तंत्रिकाएं उन्हें नए विचारों के लिए खुला बनाती हैं। हमारा सामाजिक व्यवहार कैसा होगा, इससे लेकर हम समस्याओं को कैसे सुलझाते हैं, यह सब 'ब्रेन सर्किट' से ही तय होता है।

अपने मस्तिष्क को सकारात्मकता के लिए अधिक सक्षम बनाने के लिए हम क्या कर सकते हैं? इसके लिए निरंतर सकारात्मक दृष्टिकोण वाली भाषा का इस्तेमाल करना, चीजों के उजले पहलुओं को देखना और ऐसे सवाल पूछना जरूरी है जो किसी भी परिस्थिति में सर्वश्रेष्ठ हल खोज कर उन्हें बेहतर बनाने पर केंद्रित हों। किसी ने बिल्कुल सही कहा है, परिस्थिति से सोच नहीं बनती, बल्कि सोच से परिस्थिति बनती है। हमारा काम अक्सर चुनौतियों और समस्याओं से भरा होता है, लेकिन अंतत यही काम हमें खुशी देता है। लाखों लोगों के लिए उनका काम दुख का कारण है। कई लोगों के लिए काम पैसे कमाने का जरिया मात्र है। जरूरी नहीं कि हमारा काम अनोखा या असाधारण हो, लेकिन कोई भी काम जो जीवन में मूल्य जोड़ता है, वह महत्त्वपूर्ण है।

हावर्ड विश्वविद्यालय का एक अध्ययन बताता है कि सफलता में पंद्रह फीसद भूमिका तथ्यों की और पचासी फीसद भूमिका हमारी सोच और नजरिए की होती है। मगर हमारा पूरा ध्यान सिर्फ तथ्यों पर ही रहता। ज्यादातर लोग अपने कार्य के प्रति नहीं, बल्कि अपने प्रति केंद्रित रहते हैं। नतीजतन, वे एक औसत जीवन जीते हैं। जिन लोगों ने इस दुनिया में शोहरत पाई है, उन्होंने अपने काम को जी जान से चाहा है। उस्ताद बिस्मिल्लाह खान हो या अल्बर्ट आइंस्टीन, रतन टाटा हों या स्टीव जाब्स, हर कोई अपने काम को दीवानगी की हद तक चाहता रहा। यह मान कर चलना चाहिए कि हमारी प्रतिभा और हमारा जीवन कुदरत का अनमोल उपहार है। संपूर्णता और अच्छा नतीजा निरंतर कार्य, सक्रियता और समर्पण से आता है। जब हम अपने काम से संतुष्ट या खुश नहीं होते चिड़चिड़ापन, उदासी और संशय हम पर हावी हो जाते हैं। हम अंतर्मुखी हो जाते हैं और चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों से डरने लगते हैं। हमें अपने डर का सामना करना चाहिए, तभी हम एक व्यक्ति के रूप में सफल हो पाते हैं। हमें अपनी प्राथमिकताओं की परख जरूर होनी चाहिए। अपने काम को मजेदार बनाने के लिए आप छोटे-छोटे बदलाव कर सकते हैं और काम में मनोरंजन खोज सकते हैं। सफलता का रास्ता असफलताओं से होकर ही जाता है, इसलिए असफल होने पर खुद को कोसना नहीं चाहिए। निराश होकर प्रयास कभी नहीं छोड़ना चाहिए। पूर्ण संकल्प, साहस और आत्मविश्वास से निरंतर प्रयत्नशील रहना चाहिए।

-विजय गर्ग

भगवान शंकर जैसी बारात कभी किसी की नहीं निकली

प्यारे विष्णु भगवान के इन अति प्रिय वचनों को सुनकर शिवजी ने भी भृंगी को भेजकर अपने सब गणों को बुलवा लिया। भगवान शंकर की आज्ञा सुनते ही सब चले आए, और उन्होंने स्वामी की चरण कमलों में सिर नवाया। तरह-तरह की सवारियों और तरह-तरह के वेष वाले अपने समाज को देखकर शिवजी हँसे।

भगवान शंकर का श्रृंगार हो रहा हो, और उस पर हम यह कह दें, कि 'बस अब श्रृंगार पूर्ण हुआ!' तो निश्चित ही, ऐसा कहकर, हम प्रभु के दिव्य स्वरुप के साथ न्याय नहीं कर पा रहे हैं। कारण कि सृष्टि का कण-कण इस इच्छा से सरोबार है, कि हमें जब प्रभु ने इतने प्यार से निर्मित किया है, हमारा गहन प्रीति से श्रृंगार किया है, तो ऐसा कैसे हो सकता है, कि प्रभु के श्रृंगार में सबका योगदान हो रहा हो, और हमें यह शुभअवसर प्राप्त ही न हो। संपूर्ण सृष्टि के समग्र प्रयास होने के बाद भी, क्या यह वास्तव में संभव है, कि प्रभु का श्रृंगार पूर्ण हो सकता है? नहीं! कदापि नहीं। किंतु प्रभु ऐसे निरमल व प्रेम के धनी हैं, कि वे सभी पर अपना प्रेम लुटाते हैं।

खैर! अब श्रृंगार रस लीला से आगे बारात को लेकर चलना था। सभी देवता दानव अपने अपने वाहनों पर सवार होकर तैयार हो खड़े हुए। आज तक के इतिहास में ऐसी बारात कभी किसी की नहीं निकली थी, जो आज भोलेबाबा की निकलने लगी थी। तीनों त्रिदेव एक ही वैवाहिक समारोह में एकत्र हों, ऐसा संयोग दुर्लभ था। भोलेबाबा बैल पर सवार हो चुके थे। भगवान विष्णु ने ठिठोली करते हुए भगवान शंकर को इंगित करते हुए कहा-

'बर अनुहारि बरात न भाई।
हँसी करैहहु पर पुर जाई।।
बिष्नु बचन सुनि सुर मुसुकाने।
निज निज सहित बिलगाने।।'

अर्थात हे भाई! हम लोगों की यह बारात वर के योग्य नहीं है। क्या पराए नगर में जाकर आप सब अपनी हँसी कराओगे? सभी देवताओं ने भगवान विष्णु की यह बात सुनी तो वे सभी अपने-अपने वाहनों को अलग कर, अलग दल बना कर खड़े हो गए। महादेव जी यह देखकर मन ही मन मुस्कराते हैं, कि विष्णु भगवान के व्यंग्य वचन नहीं छूटते हैं। अपने प्यारे विष्णु भगवान के इन अति प्रिय वचनों को सुनकर शिवजी ने भी भृंगी को भेजकर अपने सब गणों को बुलवा लिया। भगवान शंकर की आज्ञा सुनते ही सब चले आए, और उन्होंने स्वामी की चरण कमलों में सिर नवाया। तरह-तरह की सवारियों और तरह-तरह के वेष वाले अपने समाज को देखकर शिवजी हँसे। कारण कि उनके दल में जितने भी बाराती थे, वे कोई बाराती प्रतीत न होकर, निरे भूत पिशाच ही थे-

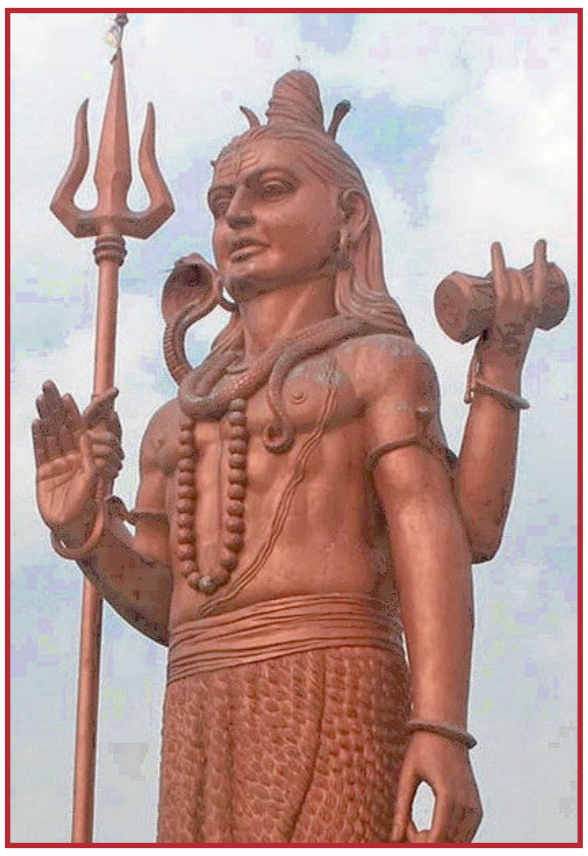
'कोउ मुख हीन बिपुल मुख काहू।
बिनु पद कर कोउ बहु पद बाहू।।
बिपुल नयन कोउ नयन बिहीना।
रिष्टपुष्ट कोउ अति तनखीना।।'

कोउ बिना मुख का है, तो किसी के बहुत से मुख हैं। किसी की दशा तो ऐसी है, कि उसके हाथ पैर ही नहीं थे, तो किसी के अनेकों हाथ पैर थे। बात जब नेत्रें की आई, तो किसी के मुख पर बहुत से नेत्र हैं, और कोई एक भी नेत्र को तरस गया था। कोई शिव बाराती बहुत मोटा ताजा है, तो कोई इतना पतला है, कि कहा न जाये।

'तन कीन कोउ अति पीन पावन कोउ अपावन गति धरें।
भूषन कराल कपाल कर सब सद्य सोनित तन भरें।।
खर स्वान सुअर सृकाल मुख गन बेष अगनित को गनै।
बहु जिनस प्रेत पिसाच जोगि जमात बरनत नहिं बनै।।'

अर्थात कोई बहुत दुबला, तो कोई भयंकर मोटा था। कोई पवित्र और कोई अपवित्र वेष धारण किए हुए है। भयंकर गहने पहने हाथ में कपाल लिए हैं, और सब के सब शरीर में ताजा खून लपेटे हुए हैं। गधे, कुत्ते, सुअर और सियार के से उनके मुख हैं। गणों के अनगिनत वेषों को कौन गिने? बहुत प्रकार के प्रेत, पिशाच आरे योगिनियों की जमातें हैं। यह मानों कि उनका वर्णन करते नहीं बनता।

भगवान शंकर की ऐसी अनोखी बारात क्यों है? इसके पीछे अनेकों सामाजिक, आध्यात्मिक व दैवीय कारण हैं। क्या थे वे कारण, जानेंगे अगले अंक में।



ऐतिहासिक मंदिरों, खूबसूरत समुद्र तटों और सांस्कृतिक धरोहर के लिए प्रसिद्ध है पुरी

पुरी का प्रमुख आकर्षण है, जगन्नाथ मंदिर। यह मंदिर भगवान श्री कृष्ण के अवतार, जगन्नाथ जी को समर्पित है। यहाँ हर साल विशाल रथ यात्रा (Rath Yatra) का आयोजन होता है, जिसमें लाखों श्रद्धालु भाग लेते हैं। यह रथ यात्रा पूरे विश्व में प्रसिद्ध है और हर साल जुलाई महीने में आयोजित होती है।

पुरी, भारत के ओडिशा राज्य में स्थित एक प्रमुख धार्मिक और पर्यटन स्थल है। यह स्थान खासकर अपने ऐतिहासिक मंदिरों, खूबसूरत समुद्र तटों और सांस्कृतिक धरोहर के लिए प्रसिद्ध है। पुरी को 'जगन्नाथ की नगरी' के नाम से भी जाना जाता है, क्योंकि यहां स्थित जगन्नाथ मंदिर हिन्दू धर्म के प्रमुख तीर्थ स्थलों में से एक है। पुरी न केवल धार्मिक दृष्टिकोण से महत्वपूर्ण है, बल्कि यह प्राकृतिक सौंदर्य और समृद्ध संस्कृति का भी संगम है।

जगन्नाथ मंदिर

पुरी का प्रमुख आकर्षण है, जगन्नाथ मंदिर। यह मंदिर भगवान श्री कृष्ण के अवतार, जगन्नाथ जी को समर्पित है। यहाँ हर साल विशाल रथ यात्रा (Rath Yatra) का आयोजन होता है, जिसमें लाखों श्रद्धालु भाग लेते हैं। यह रथ यात्रा पूरे विश्व में प्रसिद्ध है और हर साल जुलाई महीने में आयोजित होती है। जगन्नाथ मंदिर का इतिहास बहुत पुराना है, और यह हिंदू धर्म के चार प्रमुख धामों (बद्रीनाथ, द्वारका, ऋषिकेश और पुरी) में से एक माना जाता है।

पुरी समुद्र तट

पुरी के समुद्र तट (Puri Beach) को भारत के सबसे सुंदर समुद्र तटों में गिना जाता है। यहां का नीला पानी, सफेद रेत और ठंडी हवा पर्यटकों को अपनी ओर आकर्षित करती है। आप यहां सूर्योदय और सूर्यास्त का अद्भुत दृश्य देख सकते हैं। समुद्र में तैरने के साथ-साथ, पर्यटक बीच पर आकर सुखद समय बिता सकते हैं और विभिन्न जल क्रीड़ाओं का आनंद ले सकते हैं।

सुन्दरगढ़ और चिलिका झील

पुरी के पास स्थित सुन्दरगढ़ (Sudarghar) और चिलिका झील (Chilika Lake) पर्यटकों के लिए एक और आकर्षण का केंद्र है। चिलिका झील एशिया की सबसे बड़ी ताजे पानी की झीलों में से एक है। यहाँ विभिन्न प्रजातियों के पक्षी रहते हैं और सर्दियों में यह एक प्रमुख पक्षी अभयारण्य बन जाता है। यहां बोटिंग का अनुभव भी बहुत रोमांचक होता है, खासकर जब आप झील के बीचो-बीच स्थित छोटे द्वीपों को देख सकते हैं।

सांस्कृतिक और ऐतिहासिक धरोहर

पुरी के आसपास कई महत्वपूर्ण सांस्कृतिक और ऐतिहासिक स्थल हैं, जैसे कि कोणार्क सूर्य मंदिर, जो यूनेस्को विश्व धरोहर स्थल है। यह मंदिर अपनी वास्तुकला और इतिहास के लिए प्रसिद्ध है। पुरी में अन्य मंदिर जैसे कि लिंगराज मंदिर, सुभद्रा मंदिर और गुंडिचा मंदिर भी दर्शनीय हैं। इन मंदिरों का अद्भुत स्थापत्य और धार्मिक महत्व पर्यटकों को आकर्षित करता है।

स्वादिष्ट भोजन

पुरी का भोजन भी खास है। यहां के लोकल व्यंजन, खासकर समुद्री भोजन, पर्यटकों के बीच लोकप्रिय हैं। पुरी के खास पकवानों में 'चूड़ा-घांटी', 'पानी पुरी', 'पिठा' और 'भाजी' शामिल हैं। इसके अलावा, 'जगन्नाथ महाप्रसाद' (प्रसाद) भी यहां का प्रमुख आकर्षण है, जिसे श्रद्धालु बड़े श्रद्धा भाव से ग्रहण करते हैं।

शॉपिंग और हस्तशिल्प

पुरी में शॉपिंग भी एक महत्वपूर्ण गतिविधि है। यहां के हस्तशिल्प, खासकर कटक की साड़ी, पीतल के बर्तन, और चांदी के आभूषण पर्यटकों द्वारा खरीदी जाती है। इसके अलावा, पुरी के बाजारों में लकड़ी के भगवान के छोटे-छोटे मूर्तियां और हस्तनिर्मित शिल्प कला के अन्य सामान भी मिलते हैं।

यात्रा के लिए सबसे अच्छा समय

पुरी जाने का सबसे अच्छा समय अक्टूबर से मार्च तक है, जब मौसम ठंडा और आरामदायक होता है। गर्मी में यहां का तापमान काफी बढ़ सकता है, जिससे यात्रा में असुविधा हो सकती है।

पुरी न केवल एक धार्मिक स्थल है, बल्कि यह एक पर्यटन स्थल भी है, जो अपनी प्राचीन धरोहर, सांस्कृतिक महत्व, समुद्र तट, झीलों और स्वादिष्ट भोजन के लिए प्रसिद्ध है। यह स्थान हर किसी के लिए कुछ न कुछ खास पेश करता है, चाहे वह धार्मिक तीर्थ यात्री हो या एक साहसी यात्री जो प्राकृतिक सौंदर्य का आनंद लेना चाहता हो। पुरी की यात्रा निश्चित रूप से हर पर्यटक के दिल में एक अमिट छाप छोड़ जाती है।

गर्मियों में परिवार और दोस्तों के साथ तरबूज आइसक्रीम का आनंद लें

तरबूज की आइसक्रीम एक अनोखा और ताजा स्वाद है जो आपको बाहर शायद ही मिले। घर पर आइसक्रीम बनाने से आप अपनी पसंद के अनुसार फ्लेवर और सामग्री चुन सकते हैं और इसे और भी स्वादिष्ट बना सकते हैं। तो देर किस बात की? घर पर आइसक्रीम बनाना शुरू करें और गर्मियों का आनंद लें।

गर्मी का मौसम आ गया है, और आइसक्रीम खाने का समय भी। अब आप अपने शरीर को ठंडी आइसक्रीम से ठंडा कर सकते हैं। बाजार से आइसक्रीम मंगवाना एक अच्छा विकल्प है, लेकिन घर पर आइसक्रीम बनाना और भी बेहतर है। आप अपनी पसंद के अनुसार सामग्री चुन सकते हैं और स्वस्थ आइसक्रीम बना सकते हैं। बस कच्चा माल मंगवाएं और आइसक्रीम बनाने की तैयारी करें।

तरबूज की आइसक्रीम एक अनोखा और ताजा स्वाद है जो आपको बाहर शायद ही मिले। घर पर आइसक्रीम बनाने से आप अपनी पसंद के अनुसार फ्लेवर और सामग्री चुन सकते हैं और इसे और भी स्वादिष्ट बना सकते हैं। तो देर किस बात की? घर पर आइसक्रीम बनाना शुरू करें और गर्मियों का आनंद लें।

तरबूज की आइसक्रीम बनाने के लिए क्या चाहिए?

- 3 कप कटे हुए तरबूज (बिना बीज वाले)
- 1 कप दानेदार चीनी
- 1 कप क्रीम
- 1 बडा चम्मच नींबू का रस
- एक चुटकी नमक

तरबूज की आइसक्रीम बनाने का तरीका

1. कटे हुए तरबूज को ब्लेंडर में डालकर चिकना होने तक ब्लेंड करें। प्यूरी को बारीक छलनी से छान लें ताकि अतिरिक्त गूदा और रेशे निकल जाएं।

2. एक बडे कटोरे में, तरबूज की प्यूरी को दानेदार चीनी और नींबू के रस के साथ तब तक मिलाएं जब तक कि चीनी घुल न जाए।

3. फ्लेवर को घुलने देने के लिए मिश्रण को कम से कम 2 घंटे या रात भर के लिए फ्रिज में रख दें।

4. एक अलग कटोरे में, भारी क्रीम को तब तक फेंटें जब तक कि यह सख्त न हो जाए। व्हीप्ड क्रीम को ठंडे तरबूज के मिश्रण में मिलाएं।

5. मिश्रण को उथले धातु के पैन या बेकिंग डिश में डालें। प्लास्टिक रैप या एल्युमिनियम फॉयल से ढकें और फ्रीजर में रखें।

6. हर 30 मिनट में, मिश्रण को फ्रीजर से निकालें और किसी भी बर्फ के क्रिस्टल को तोडने के लिए इसे कांटे से खुरचें। इस प्रक्रिया को 2-3 घंटे तक दोहराएं।

7. जब आइसक्रीम वांछित स्थिरता तक पहुंच जाए, तो इसे एक एयरटाइट कंटेनर में डालें और कम से कम 1 घंटे के लिए जमने दें।

प्रेस की आजादी पर प्रहार: ट्रंप का नया नियम और लोकतंत्र का संकट

अमेरिकी संविधान बनाम सत्ता: प्रेस स्वतंत्रता की जंग का नया अध्याय

अमेरिकी लोकतंत्र, जो दशकों से स्वतंत्रता और पारदर्शिता का स्वर्णिम प्रतीक रहा है, आज एक ऐसे मोड़ पर खड़ा है, जहाँ उसकी नींव हिलती नजर आ रही है। व्हाइट हाउस की प्रेस ब्रीफिंग्स, जो 111 सालों से पत्रकारों को बिना भेदभाव सवाल पूछने का मंच देती रही हैं, अब एक नए और चौंकाने वाले नियम की गिरफ्त में हैं। डोनाल्ड ट्रंप के नेतृत्व में लिया गया यह फैसला कि केवल वही पत्रकार सवाल पूछ सकेंगे जिन्हें वे स्वयं चुनेंगे, न केवल प्रेस की स्वतंत्रता पर करारा प्रहार है, बल्कि लोकतंत्र के मूलभूत सिद्धांतों को भी तार-तार करता है। यह महज एक प्रशासनिक बदलाव नहीं, बल्कि सत्ता और प्रेस के बीच शक्ति संतुलन को उलटने की सायास कोशिश है। यह क्षण न केवल अमेरिका, बल्कि विश्व भर के लोकतंत्रों के लिए एक चेतावनी है – जब सवाल दबाए जाएँगे, तो सच भी चुप हो जाएगा।

प्रेस की स्वतंत्रता किसी भी लोकतंत्र की प्राणवायु है। इसे चौथा स्तंभ इसलिए कहा जाता है, क्योंकि यह सत्ता को जवाबदेह रखने का सबसे सशक्त हथियार है। जब पत्रकार बिना किसी डर या दबाव के सवाल उठाते हैं, तो वे हर उस नागरिक की आवाज बनते हैं, जो सच्चाई जानना चाहता है। 1913 से शुरू हुई व्हाइट हाउस की प्रेस ब्रीफिंग्स इस सिद्धांत की जीवंत मिसाल रही हैं। इन ब्रीफिंग्स ने न केवल अमेरिकी सरकार को पारदर्शी बनाया, बल्कि विश्व भर के लोकतंत्रों के लिए एक आदर्श स्थापित किया। यह मंच पत्रकारों को सत्ता के गलियारों में असहज सवाल पूछने की आजादी देता था, जिससे सरकार की जवाबदेही सुनिश्चित होती थी। लेकिन अब, जब सवाल पूछने का अधिकार केवल चुनिंदा पत्रकारों तक सीमित हो जाएगा, तो यह संवाद का मंच एकतरफा बयानबाजी का अड्डा बनकर रह जाएगा। कठिन और असहज सवालों को दबाने की यह रणनीति सत्ता को अनियंत्रित शक्ति प्रदान कर सकती है, जो किसी भी लोकतंत्र के लिए घातक है।

डोनाल्ड ट्रंप का प्रेस के साथ रिश्ता हमेशा से तनावपूर्ण रहा है। उनके पहले कार्यकाल में "फेक न्यूज" जैसे शब्द पत्रकारों को बदनाम करने का हथियार बने। उन्होंने कई बार प्रेस कॉन्फ्रेंस में असुविधाजनक सवाल पूछने वाले पत्रकारों को निशाना बनाया, यहाँ तक कि कुछ के प्रेस पास रद्द करने की कोशिश भी की। 2018 में सीएनएन के पत्रकार जिम अकोस्टा का प्रेस पास रद्द करना इसका सबसे ज्वलंत उदाहरण है। हालाँकि, अदालत ने इसे बहाल कर प्रेस की स्वतंत्रता की रक्षा की थी। यह नया नियम उनकी उसी मानसिकता का विस्तार है, जहाँ आलोचना के लिए कोई जगह नहीं। यह व्यक्तिगत पसंद-नापसंद का मामला नहीं, बल्कि प्रेस की स्वतंत्रता को व्यवस्थित रूप से कमजोर करने का सुनियोजित प्रयास है। जब सत्ता यह तय करने लगे कि कौन सवाल पूछ सकता है, तो वह प्रेस को नहीं, बल्कि लोकतंत्र की आत्मा को ही बंधक बना लेती है।

अमेरिकी संविधान का पहला संशोधन प्रेस की आजादी को स्पष्ट रूप से संरक्षण देता है। यह अधिकार सरकार को यह तय करने की अनुमति नहीं देता कि कौन सवाल पूछ सकता है और कौन नहीं। अगर व्हाइट हाउस इस तरह के नियम लागू करता है, तो यह संवैधानिक अधिकारों का सीधा उल्लंघन होगा। प्रेस को केवल सत्ता की प्रशंसा तक सीमित करना, उसे एक प्रचार तंत्र में बदल देगा। इससे न केवल नागरिकों की सच्चाई तक पहुँच सीमित होगी, बल्कि सरकार की जवाबदेही भी कमजोर पड़ेगी। प्रेस का काम सत्ता की तारीफ करना नहीं, बल्कि उसकी कमियों को उजागर करना है। जब यह आवाज दबाई जाएगी, तो नागरिकों का विश्वास भी लोकतांत्रिक संस्थाओं से उठने लगेगा।

यह फैसला केवल अमेरिका तक सीमित नहीं, बल्कि वैश्विक स्तर पर भी गहरी चिंता का विषय है। अमेरिका, जो हमेशा से प्रेस की स्वतंत्रता का झंडाबरदार रहा है, अगर स्वयं इस सिद्धांत से पीछे हटता है, तो यह उन देशों को और प्रोत्साहन देगा, जहाँ प्रेस पहले से ही दबाव में है। भारत जैसे लोकतंत्रों में, जहाँ प्रेस की स्वतंत्रता पर पहले ही सवाल उठ रहे हैं, यह फैसला एक खतरनाक मिसाल बन सकता है। विश्व के कई देशों में, जहाँ पत्रकारों को पहले से ही सेंसरशिप, धमकियों और हिंसा का सामना करना पड़ता है, अमेरिका का यह कदम सत्ताधारी शासनों को और साहस देगा। यह एक ऐसा दौर है, जहाँ लोकतंत्र की रक्षा के लिए प्रेस की स्वतंत्रता को बचाना पहले से कहीं ज्यादा जरूरी हो गया है।

लेकिन इस अंधेरे में भी उम्मीद की किरण है। अमेरिका की न्यायपालिका और प्रेस ने पहले भी ऐसे फैसलों को चुनौती दी है। जिम अकोस्टा के मामले में अदालत का हस्तक्षेप इस बात का सबूत है कि लोकतांत्रिक संस्थाएँ अभी भी मज़बूत हैं। इस बार भी कानूनी और सामाजिक विरोध इस नियम को लागू होने से रोक सकता है। अमेरिकी प्रेस ने बार-बार साबित किया है कि वह आसानी से झुकने वाला नहीं। पत्रकार संगठन, नागरिक समाज और स्वतंत्र मीडिया इस फैसले के खिलाफ एकजुट होकर आवाज उठा सकते हैं। यह केवल प्रेस की लड़ाई नहीं, बल्कि हर उस नागरिक की लड़ाई है, जो सच्चाई और पारदर्शिता में विश्वास रखता है।

यह बदलाव हमें एक गहरे और मौलिक सवाल की ओर ले जाता है – लोकतंत्र का मतलब सिर्फ वोट डालना नहीं, बल्कि सवाल पूछने, जवाब माँगने और सत्ता को चुनौती देने की आजादी है। अगर प्रेस को चुप कराया गया, तो नागरिकों की आवाज भी दब जाएगी। व्हाइट हाउस का यह फैसला केवल एक परंपरा को तोड़ने की बात नहीं, बल्कि लोकतंत्र की आत्मा पर गहरी चोट है। सवाल पूछने का हक किसी की मर्जी पर निर्भर नहीं होना चाहिए – यह हर पत्रकार, हर नागरिक का जन्मसिद्ध अधिकार है। दुनिया के सबसे पुराने लोकतंत्र में इस अधिकार की रक्षा करना न केवल अमेरिका, बल्कि पूरी दुनिया के लिए एक सबक होगा।

इस संकट के बीच हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि प्रेस की स्वतंत्रता केवल पत्रकारों का विशेषाधिकार नहीं, बल्कि हर नागरिक का हक है। जब पत्रकार सवाल पूछते हैं, तो वे सत्ता को नहीं, बल्कि समाज को जवाबदेह बनाते हैं। यह समय है कि हम प्रेस की स्वतंत्रता को केवल एक सिद्धांत के रूप में नहीं, बल्कि लोकतंत्र की रीढ़ के रूप में देखें। व्हाइट हाउस का यह फैसला एक चुनौती है, लेकिन यह एक अवसर भी है – अवसर यह साबित करने का कि लोकतंत्र की ताकत उसकी संस्थाओं में नहीं, बल्कि उसके नागरिकों की जागरूकता और साहस में निहित है। अगर हम आज चुप रहे, तो कल सच्चाई भी चुप हो जाएगी। यह लड़ाई केवल प्रेस की नहीं, बल्कि हर उस व्यक्ति की है, जो स्वतंत्रता और सत्य के पक्ष में खड़ा है।

-प्रो. आरके जैन "अरिजीत", बड़वानी (मप्र)

1857 की आग का नायक तात्या टोपे: जो इतिहास नहीं, चेतना बन गए

1857 की क्रांति की वह आग, जो अंग्रेजी शासन की नींव को झकझोर गई, उसमें तात्या टोपे एक ऐसी चिंगारी थे, जिन्होंने अपने अदम्य साहस और रणकौशल से भारतीय स्वतंत्रता संग्राम को नई दिशा दी। तात्या टोपे—एक नाम, जो वीरता, बलिदान और देशभक्ति का पर्याय बन चुका है। उनका असली नाम रामचंद्र पांडुरंग येवलकर था, पर इतिहास ने उन्हें तात्या टोपे के रूप में अमर कर दिया। उनकी पुण्यतिथि पर, जब हम उनके जीवन और योगदान को याद करते हैं, तो हृदय में देशभक्ति की ज्वाला और प्रबल होती है। तात्या टोपे न केवल एक योद्धा थे, बल्कि एक दूरदर्शी रणनीतिकार और स्वतंत्रता के स्वप्नदृष्टा थे, जिन्होंने अपने प्राणों की आहुति देकर मातृभूमि की रक्षा का संदेश दिया।

तात्या टोपे का जन्म 1814 में महाराष्ट्र के एक सम्मानित ब्राह्मण परिवार में हुआ। उनके पिता, पांडुरंग राव, पेशवा बाजीराव द्वितीय के दरबार में उच्च पद पर आसीन थे। मराठा परंपराओं और सैन्य प्रशिक्षण ने तात्या के भीतर बचपन से ही वीरता और नेतृत्व के बीज बो दिए। युद्धकला, घुड़सवारी और रणनीति में उनकी प्रवीणता ने उन्हें कम उम्र में ही एक कुशल योद्धा बना दिया। पेशवा नाना साहब के साथ उनकी गहरी मित्रता और निष्ठा ने उनके जीवन को स्वतंत्रता संग्राम की ओर मोड़ दिया। जब अंग्रेजों ने नाना साहब को उनकी वंशानुगत पेंशन से वंचित किया, तो तात्या के भीतर अन्याय के खिलाफ विद्रोह की ज्वाला भड़क उठी। यह ज्वाला 1857 की क्रांति में एक प्रचंड अग्नि बनकर उभरी।

1857 का प्रथम स्वतंत्रता संग्राम केवल एक विद्रोह नहीं था; यह अंग्रेजी हुकूमत के खिलाफ भारतीय जनमानस का सुनियोजित और संगठित प्रतिरोध था। तात्या टोपे इस क्रांति के सबसे प्रखर सैन्य नेताओं में से एक थे। नाना साहब के सैन्य सलाहकार और सेनापति के रूप में, उन्होंने अपनी रणनीतियों और युद्धकौशल से अंग्रेजी सेना को बार-बार परास्त किया। कानपुर की लड़ाई में उनकी वीरता ने इतिहास रच दिया। तात्या के नेतृत्व में क्रांतिकारियों ने कानपुर पर कब्जा कर लिया और अंग्रेजों को वहां से खदेड़ दिया। जब अंग्रेजों ने पलटवार किया, तो तात्या ने अपनी सूझबूझ और साहस से उनका डटकर मुकाबला किया। उनकी रणनीतियां इतनी प्रभावी थीं कि अंग्रेजी सेना के अनुभवी जनरल भी उनके सामने असहाय नजर आए।

तात्या टोपे की सबसे बड़ी विशेषता थी उनकी छापामार युद्ध शैली। सीमित संसाधनों और छोटी सेना के बावजूद, वे अचानक हमला कर अंग्रेजी सेना को तहस-नहस कर देते और पलक झपकते ही गायब हो जाते। मध्य भारत, बुंदेलखंड, राजस्थान और ग्वालियर के जंगलों और पहाड़ियों में उनकी यह रणनीति अंग्रेजों के लिए सिरदर्द बन गई। झांसी की रानी लक्ष्मीबाई और राव साहब के साथ मिलकर उन्होंने कई ऐतिहासिक अभियानों का नेतृत्व किया। ग्वालियर की लड़ाई में तात्या की रणनीति ने अंग्रेजों को घुटने टेकने पर मजबूर कर दिया। उनकी सेना भले ही संख्या में कम थी, लेकिन उनके नेतृत्व और उत्साह ने उसे अजेय बना दिया।

तात्या का विश्वास था कि स्वतंत्रता की लड़ाई केवल युद्धक्षेत्र तक सीमित नहीं है; यह जनमानस के हृदय में भी लड़ी जानी चाहिए। उन्होंने न केवल सैनिकों को प्रेरित किया, बल्कि आम लोगों में भी देशभक्ति की भावना जगाई। उनकी वीरता की कहानियां गांव-गांव में गूंजने लगीं, जिसने क्रांति की आग को और भड़काया। विषम परिस्थितियों में भी तात्या ने कभी हिम्मत नहीं हारी। जब क्रांति की प्रारंभिक सफलताओं के बाद अंग्रेजों ने दमनकारी नीतियां अपनाईं, तब भी तात्या ने हार नहीं मानी। वे अपनी छोटी-सी सेना के साथ जंगलों में भटकते रहे, नए सहयोगी जोड़ते रहे और अंग्रेजों को लगातार चुनौती देते रहे।

दुर्भाग्यवश, तात्या टोपे को युद्ध में कभी परास्त नहीं किया जा सका, लेकिन विश्वासघात ने उनकी राह रोक दी। उनके विश्वासपात्र माने जाने वाले मंत्री मानसिंह ने गद्दारी की और उन्हें अंग्रेजों के हवाले कर दिया। 18 अप्रैल 1859 को मध्य प्रदेश के शिवपुरी में अंग्रेजों ने तात्या को फांसी दे दी। फांसी के फंदे पर चढ़ने से पहले उन्होंने जो शब्द कहे, वे आज भी हर भारतीय के हृदय में गूंजते हैं: "मैंने मातृभूमि की स्वतंत्रता के लिए लड़ाई लड़ी। यदि मुझे फिर जन्म मिला, तो मैं फिर से यही करूंगा।" यह उनके अटूट संकल्प और देशभक्ति का अमर संदेश है।

तात्या टोपे का बलिदान एक ऐसी चिंगारी था, जिसने स्वतंत्रता की ज्वाला को कभी बुझने नहीं दिया। 1857 की क्रांति में उनकी दूरदर्शी रणनीति और अदम्य साहस ने न केवल अंग्रेजों को हक्का-बक्का कर दिया, बल्कि भावी स्वतंत्रता संग्रामों के लिए एक अमर प्रेरणा रची। उनकी छापामार युद्ध शैली ने साबित किया कि सीमित संसाधनों के बावजूद, जुनून और बुद्धिमत्ता से विशाल साम्राज्य को घुटनों पर लाया जा सकता है। तात्या ने दिखाया कि स्वतंत्रता की लड़ाई तलवारों से उतनी ही लड़ी जाती है, जितनी रणनीति, जन-जागरण और अटल विश्वास से। उनका नेतृत्व और युद्धकौशल आज भी सैन्य रणनीतियों का स्वर्णिम अध्याय है, जो हर भारतीय को गर्व और प्रेरणा से भर देता है।

तात्या टोपे का जीवन और बलिदान भारतीय युवाओं के लिए एक ऐसी प्रेरणा है, जो रक्त में देशभक्ति की आग जला देती है। उन्होंने हमें सिखाया कि सच्चा जीवन वही है, जो राष्ट्र के लिए जिया जाए और जरूरत पड़े तो हंसते-हंसते न्योछावर कर दिया जाए। उनकी गाथा महज इतिहास की पंक्तियों में नहीं, बल्कि हर उस भारतीय के दिल में धड़कती है, जो स्वतंत्रता और स्वाभिमान की कीमत समझता है। तात्या टोपे उन साहसी स्वप्नदृष्टाओं में अग्रणी थे, जिन्होंने आजाद भारत का सपना बुना और उसे हकीकत बनाने के लिए अपने प्राणों का बलिदान दे दिया। उनकी यह अमर कहानी हमें आज भी पुकारती है—उठो, जागो, और राष्ट्र के लिए जीओ।

आज, जब हम उनकी पुण्यतिथि पर उन्हें नमन करते हैं, तो यह केवल एक औपचारिकता नहीं, बल्कि एक संकल्प है। हम उन्हें श्रद्धांजलि नहीं, बल्कि अपने हृदय में उनकी अमर ज्योति प्रज्वलित करते हैं। यह संकल्प है कि हम उनके आदर्शों को अपने जीवन में उतारेंगे। उनका जीवन एक ऐसी प्रेरणा है, जो हमें सिखाता है कि साहस के सामने सबसे बड़ी चुनौतियां भी घुटने टेक देती हैं। तात्या टोपे का बलिदान केवल इतिहास की कहानी नहीं, बल्कि स्वतंत्रता की कीमत और देशभक्ति की ताकत का जीवंत प्रमाण है। उनका नाम एक ऐसी मशाल है, जो हर भारतीय के मन में राष्ट्रप्रेम की लौ को हमेशा रोशन रखेगी। उनकी पुण्यतिथि पर, हम उनके आदर्शों को अपने जीवन का ध्येय बनाएं और राष्ट्र के प्रति अपनी निष्ठा को अटल करें—यह सच्ची श्रद्धांजलि होगी एक अनमोल वीर को।

-प्रो. आरके जैन "अरिजीत", बड़वानी (मप्र)

फोन नंबर नहीं है? जानिए Gmail रिकवरी का आसान तरीका

नई दिल्ली। आज के डिजिटल युग में लगभग हर व्यक्ति के पास एक Gmail अकाउंट जरूर होता है। खासकर अगर आप एंड्रॉइड स्मार्टफोन यूज़ करते हैं, तो गूगल अकाउंट के बिना फोन चलाना मुश्किल हो जाता है। Gmail का इस्तेमाल न सिर्फ ईमेल भेजने या प्राप्त करने के लिए होता है, बल्कि यह हमारी कई ज़रूरी सेवाओं जैसे Google Drive, YouTube, Google Photos आदि से भी जुड़ा होता है। ऐसे में अगर आप अपना Gmail पासवर्ड भूल जाएं और आपके पास रिकवरी के लिए रजिस्टर्ड फोन नंबर न हो, तो चिंता होना स्वाभाविक है। लेकिन घबराने की जरूरत नहीं है क्योंकि कुछ आसान स्टेप्स से आप बिना फोन नंबर के भी Gmail अकाउंट को रिकवर कर सकते हैं।

Gmail अकाउंट रिकवर करने का आसान तरीका

1. गूगल अकाउंट रिकवरी पेज पर जाएं

सबसे पहले आपको अपने ब्राउज़र में Google Account Recovery पेज ओपन करना होगा। यहां पर आपको अपनी Gmail ID या यूज़रनेम डालना है।

इसे भी पढ़ें: डिजाइनर्स और क्रिएटर्स के लिए फ्री AI इमेज जनरेटिंग प्लेटफॉर्म्स

2. फॉरगेट पासवर्ड ऑप्शन पर टैप करें

यूज़रनेम डालने के बाद "Forgot Password" विकल्प पर क्लिक करें।

3. तीन विकल्पों में से सही तरीका चुनें अब स्क्रीन पर तीन ऑप्शन दिखाई देंगे:

- Enter your password
- Get verification email on recovery email
- Try another way to sign in

चूंकि आपके पास फोन नंबर नहीं है और शायद रिकवरी ईमेल भी एक्सेस में नहीं है, तो आपको "Try another way to sign in" पर क्लिक करना होगा।

4. पहले से लॉग इन डिवाइस से करें वेरीफिकेशन

इसके बाद गूगल आपके उस डिवाइस को पहचानेगा, जिसमें आप पहले से Gmail अकाउंट में लॉग इन हैं (जैसे स्मार्टफोन, लैपटॉप आदि)। उस डिवाइस पर आपको एक नोटिफिकेशन मिलेगा।

5. ₹Yes, It's me₹ पर टैप करें

नोटिफिकेशन में दिखे ऑप्शन "Yes, It's me" पर क्लिक करें ताकि गूगल आपकी पहचान वेरीफाई कर सके। अगर वेरीफिकेशन सफल रहता है, तो आप अपने Gmail अकाउंट में वापस लॉग इन कर पाएंगे।

ध्यान रखने योग्य बातें

हालांकि यह तरीका काफी सुविधाजनक है, लेकिन इसमें कुछ शर्तें लागू होती हैं। सबसे जरूरी बात यह है कि आपके पास वह डिवाइस होना चाहिए, जिसमें पहले से आपकी Gmail ID लॉग इन हो। अगर वह डिवाइस खो गया हो या उसमें से अकाउंट लॉग आउट हो चुका हो, तो यह प्रोसेस काम नहीं करेगा।

इसीलिए एक्सपर्ट्स का कहना है कि गूगल अकाउंट बनाते समय एक रिकवरी फोन नंबर या ईमेल ID जरूर जोड़नी चाहिए। इससे भविष्य में अकाउंट रिकवरी की प्रक्रिया और भी आसान हो जाती है।

आधी सच्चाई का लाइव तमाशा: रिश्तों की मौत का नया मंच

आजकल लोग निजी झगड़ों और रिश्तों की परेशानियों को सोशल मीडिया पर लाइव आकर सार्वजनिक करने लगे हैं, जहां आधी-अधूरी सच्चाई दिखाकर सहानुभूति बटोरी जाती है। 'सुट्टा आली' और 'मुक्का वाली' जैसे मामलों में देखा गया कि जब दूसरा पक्ष सामने आया, तो पहले समर्थन करने वाले लोग उलझन में पड़ गए। सोशल मीडिया अब इंसाफ़ का मंच नहीं, तमाशा बनता जा रहा है, जहां रिश्ते कंटेंट बनकर बर्बाद हो रहे हैं। इस डिजिटल दिखावे से बाहर निकलने का रास्ता संवाद, संयम और सच्चाई पर आधारित समझदारी है। रिश्तों को बचाने के लिए पहले उन्हें सार्वजनिक न करें, बल्कि निजी स्तर पर सुलझाने की कोशिश करें। आधी सच्चाई दिखाकर न्याय मांगना रिश्तों की मौत का कारण बन सकता है।

-डॉ सत्यवान सौरभ

घर के अंदर की बातें अब घर के नहीं रहीं। एक वक्त था जब दीवारों के भीतर जो होता था, वही दीवारों में दफ़न होता था। पर अब दीवारें भी वाई-फाई से जुड़ चुकी हैं और रिश्ते डेटा पैक पर टिके हैं। बात-बात पर फेसबुक लाइव, इंस्टा स्टोरी, और यूट्यूब व्लॉग — यही अब नए जमाने का रिश्ता-निपटान मंच बन गए हैं। कोई थोड़ा-बहुत झगड़ा हुआ नहीं, लोग कैमरा ऑन करके "ऑडियंस" के सामने आंसू बहाने लगते हैं। और उस रोते चेहरे के पीछे कितनी सच्चाई है, इसका किसी को अंदाज़ा नहीं होता — क्योंकि कहानी का दूसरा पहलू अक्सर बेमौसम आता है, या कभी आता ही नहीं।

रोते हुए लाइव, और सहानुभूति का सैलाब

आजकल रिश्तों में सहनशीलता नहीं, स्क्रिप्टिंग आई है। जैसे ही किसी झगड़े या मनमुटाव की चिंगारी उठती है, लोग अपने कैमरे चालू कर लेते हैं और "लाइव" आकर खुद को पीड़ित घोषित कर देते हैं। आवाज़ में कंपकंपी, आंखों में आंसू, और शब्दों में दर्द — सब कुछ इतना 'रियल' होता है कि देखने वाला पल भर में 'इमोशनल इन्वेस्ट' कर बैठता है।

पर सवाल ये है कि क्या वो सच्चाई का पूरा चेहरा देख रहा है, या बस आधा?

आज की मिसाल लीजिए — सोशल मीडिया पर पहले 'सुट्टा आली' प्रकरण छाया रहा और अब 'मुक्का वाली' मामला। दोनों में ही एक पक्ष ने पहले सोशल मीडिया पर आकर सहानुभूति बटोरी। लोग टूट पड़े समर्थन में, ट्रोलिंग शुरू हुई, इल्ज़ामों की झड़ी लग गई। लेकिन जब कुछ समय बाद दूसरा पहलू सामने आया, तो वही हमदर्द दोराहे पर खड़े दिखे। कोई खिसियाया, कोई चुप हो गया, और कुछ ने हाथ जोड़ लिए — "हमें तो पूरी बात पता ही नहीं थी।"

सोशल मीडिया: इंसाफ़ का नया अदालत?

अब सवाल उठता है — क्या सोशल मीडिया कोई अदालत है, जहां एकतरफा सबूत पेश करके दूसरे पक्ष को बिना सुने सज़ा सुनाई जा सकती है? क्या हम सब यूज़र्स अब जज बन चुके हैं? और अगर हां, तो हमारी अदालत में अपील की व्यवस्था कहां है?

दिक्कत ये है कि आजकल लोग जज नहीं, जजमेंटल बन चुके हैं। किसी भी मुद्दे को बिना सोचे, बिना समझे, बिना जांचे — बस वायरल होने की स्पीड से नापते हैं। 'कौन सही है' से ज़्यादा अहम हो गया है 'कौन पहले लाइव आया'।

रिश्ते अब रील और रेटिंग का हिस्सा बन गए हैं

जब एक रिश्ते की दरार को सार्वजनिक किया जाता है, तो उसका असर केवल उस रिश्ते पर नहीं, समाज पर भी पड़ता है। यह एक विकृति बनती जा रही है, जहां निजी दर्द सार्वजनिक मनोरंजन बन रहा है। और इसे प्रोत्साहन मिलता है व्यूज़, लाइक्स और फॉलोवर्स की भूख से। एक जमाना था जब लोग अपने रिश्तों को बचाने के लिए कुछ भी कर जाते थे — आज लोग लाइक और शेयर के लिए अपने रिश्ते खुद बर्बाद कर देते हैं। मीडिया से ज़्यादा, मिडियाई मानसिकता दोषी है

यह केवल 'मीडिया ट्रायल' का मुद्दा नहीं है। असली समस्या उस मानसिकता की है जो कैमरा ऑन होते ही खुद को पीड़ित घोषित कर देती है और दर्शकों को जूरी बना देती है। यह 'हाफ ट्रुथ पॉलिटिक्स' अब राजनीति तक सीमित नहीं रही — यह अब हमारे घरों में घुस चुकी है। लोग अपने ग़ुस्से और दुख को शब्दों में नहीं, स्क्रिप्टेड कंटेंट में ढाल रहे हैं। और दर्शक भी, असल में मदद करने के बजाय, तमाशबीन बने रहते हैं — स्क्रीन के उस पार तालियाँ बजाते हुए।

रिश्ते सहारे से ज़्यादा, स्क्रीन पर टिके हैं

इस डिजिटल युग में रिश्ते अब संवाद से नहीं, कंटेंट से चलने लगे हैं। पार्टनर से बात करने की जगह, लोग सोशल मीडिया पर 'इंडीरेक्ट' पोस्ट करते हैं। लड़ाई होती है, तो स्टोरी लगती है — 'सब कुछ सहने की भी एक हद होती है'। और फिर लाइक, कमेंट और शेयर की बाढ़ आती है, जो उस रिश्ते के फटे कपड़े में और कील ठोक देती है। क्या कोई रास्ता है इस 'डिजिटल ड्रामा' से बाहर निकलने का? बिलकुल है। पर शुरुआत हमें ही करनी होगी। किसी भी झगड़े या विवाद को सार्वजनिक करने से पहले, अपने सबसे करीबी से निजी तौर पर बात करें। संवाद हर समस्या का पहला समाधान है। अगर मामला गंभीर है, तो परिवार, मित्र या थैरेपिस्ट की मदद लें। इंस्टाग्राम या यूट्यूब पर वीडियो बनाकर दुनिया से इंसाफ की उम्मीद न करें। अगर आप किसी का वीडियो या पोस्ट देख रहे हैं, तो एकतरफा निर्णय न लें। हर कहानी के दो पहलू होते हैं, और कभी-कभी सच्चाई दोनों के बीच कहीं होती है। हर रिश्ता अपने आप में एक दुनिया होता है। उसे सार्वजनिक चौराहे पर न उधेड़ें। एक दिन वही दुनिया आपके खिलाफ खड़ी हो सकती है।

आज जब हर व्यक्ति अपने हाथ में मीडिया लेकर घूम रहा है, तब सबसे बड़ा ज़िम्मेदार भी वही है। कैमरा ऑन करना आसान है, पर सच्चाई को ईमानदारी से दिखाना मुश्किल। रिश्ते भरोसे से बनते हैं, और भरोसे की बुनियाद संवाद से मजबूत होती है, तमाशे से नहीं। हर बार लाइव आकर रोना-धोना करने से सहानुभूति तो मिल सकती है, लेकिन रिश्ते नहीं बचते। और जब दूसरा पक्ष सामने आता है, तो फिर न सिर्फ़ रिश्ता, बल्कि भरोसा भी मरता है — उस इंसान का भी और उस समाज का भी, जो बस 'लाइव' देखकर न्याय करने को तैयार बैठा था। इसलिए अगली बार जब कोई रोता हुआ वीडियो सामने आए — ज़रा रुकिए। सवाल पूछिए, दोनों पक्षों को सुनिए। क्योंकि असल इंसाफ वही है जो तटस्थ हो, और इंसाफ़ के बिना कोई भी तमाशा बस एक और रिश्ते की मौत होती है — 'डिजिटल स्टेज' पर।

धरोहरें सिर्फ देखने की चीज़ नहीं, जीने का एहसास हैं

किसी भी राष्ट्र की सच्ची शक्ति उसकी सांस्कृतिक और ऐतिहासिक विरासत में समाई होती है। ये विरासतें महज पत्थरों की संरचनाएँ, प्राचीन गुफाएँ या मूर्तियाँ नहीं, बल्कि उस देश की आत्मा, उसकी सभ्यता और संस्कृति की जीवंत गाथाएँ हैं। ताजमहल की संगमरमरी दीवारें प्रेम की अमर कहानी बयाँ करती हैं, तो अजंता-एलोरा की गुफाएँ प्राचीन कला और आध्यात्मिकता का दर्शन कराती हैं। कुतुब मीनार की ऊँचाई ऐतिहासिक गौरव को जीवंत करती है, वहीं काजीरंगा जैसे राष्ट्रीय उद्यान प्रकृति के संरक्षण का संदेश देते हैं। ये धरोहरें न केवल हमारे अतीत की साक्षी हैं, बल्कि हमारे वर्तमान को सशक्त बनाती हैं और भविष्य को प्रेरित करती हैं।

हर साल 18 अप्रैल को विश्व विरासत दिवस हमें हमारी सांस्कृतिक जड़ों से जोड़ता है और हमारी धरोहरों के प्रति कर्तव्य का बोध कराता है। यह दिन केवल पर्यटन स्थलों की सैर नहीं, बल्कि हमारी सभ्यता की पहचान और गौरव को संजोने का आह्वान है। 1983 में यूनेस्को ने इसकी नींव रखी, और तब से यह दिन विश्व भर में धरोहरों के संरक्षण और प्रचार का प्रतीक बन गया है। वर्ष 2025 की थीम—"आपदाओं और संघर्षों से खतरे में पड़ी विरासत"—हमारा ध्यान उन धरोहरों की ओर खींचती है, जो प्राकृतिक आपदाओं और मानवीय संघर्षों की चपेट में आकर खतरे में हैं। यह थीम हमें इन अनमोल धरोहरों को बचाने की तत्काल ज़रूरत को रेखांकित करती है।

विश्व की धरोहरें मानव सभ्यता की लंबी और प्रेरक यात्रा की साक्षी हैं। भारत का ताजमहल, यूनेस्को विश्व धरोहर स्थल, न केवल स्थापत्य कला का बेजोड़ नमूना है, बल्कि शाहजहाँ और मुमताज़ के अमर प्रेम की जीवंत कथा भी है। खजुराहो के मंदिर अपनी उत्कृष्ट मूर्तिकला के माध्यम से भारतीय संस्कृति की उदारता और कला के प्रति गहन समर्पण को उजागर करते हैं। वहीं, काजीरंगा और सुंदरबन जैसे प्राकृतिक धरोहर स्थल जैव-विविधता के संरक्षण का ज़ोरदार आह्वान करते हैं। ये धरोहरें केवल अतीत की कहानियाँ नहीं, बल्कि भविष्य के लिए अमूल्य सबक हैं। उदाहरण के लिए, हम्पी के खंडहर विजयनगर साम्राज्य की भव्यता का बखान करते हैं, साथ ही सभ्यताओं की नश्वरता की मार्मिक याद भी दिलाते हैं। यदि हम इन धरोहरों को संरक्षित नहीं करेंगे, तो न केवल अपनी सांस्कृतिक पहचान गँवा देंगे, बल्कि भावी पीढ़ियों को उनके गौरवशाली इतिहास से वंचित कर देंगे।

आज के युग में शहरीकरण, औद्योगीकरण और जलवायु परिवर्तन जैसी चुनौतियाँ हमारी धरोहरों के लिए गंभीर खतरा बन रही हैं। दिल्ली के हुमायूँ का मकबरा और कुतुब मीनार जैसे ऐतिहासिक स्मारक प्रदूषण और अनियंत्रित पर्यटन के दबाव में जूझ रहे हैं। सुंदरबन जैसे प्राकृतिक धरोहर स्थल जलवायु परिवर्तन की चपेट में हैं, जहाँ समुद्र के बढ़ते स्तर से जैव-विविधता संकट में है। साथ ही, अवैध खुदाई, तोड़फोड़ और स्मारकों पर गंदगी फैलाने की प्रवृत्ति स्थिति को और गंभीर बना रही है। यूनेस्को की एक रिपोर्ट चेतावनी देती है कि विश्व भर के कई धरोहर स्थल खतरे में हैं—उदाहरण के लिए, सीरिया का पालमायरा युद्ध और आतंकवाद की भेंट चढ़ चुका है। भारत में भी, कई छोटे स्मारकों की उपेक्षा हो रही है, क्योंकि स्थानीय समुदायों में उनके ऐतिहासिक और सांस्कृतिक महत्व के प्रति जागरूकता का अभाव है।

आज के डिजिटल युग में प्रौद्योगिकी हमारी सांस्कृतिक धरोहरों को संरक्षित करने और विश्व भर में उनकी गौरवशाली कहानियों को पहुँचाने का एक शक्तिशाली माध्यम बन रही है। 3डी स्कैनिंग और वर्चुअल रियलिटी जैसी तकनीकों ने अजंता-एलोरा जैसी प्राचीन गुफाओं और हम्पी जैसे खंडहरों को डिजिटल रूप में अमर कर दिया है, जिससे उनकी कला और स्थापत्य को बिना भौतिक हस्तक्षेप के अनुभव किया जा सकता है। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस प्रदूषण या प्राकृतिक आपदाओं से क्षतिग्रस्त स्मारकों की मरम्मत के लिए डिजाइन पुनर्जनन में मदद कर रहा है। साथ ही, सोशल मीडिया और डिजिटल प्लेटफॉर्म युवाओं को ताजमहल की प्रेमकथा या काजीरंगा की जैव-विविधता से जोड़कर जागरूकता फैला रहे हैं। उदाहरण के लिए, यूनेस्को की डिजिटल संरक्षण पहल ने सीरिया के क्षतिग्रस्त पालमायरा को वर्चुअल रूप में पुनर्जनन किया, जो भावी पीढ़ियों के लिए इसका वैभव संजो रहा है। प्रौद्योगिकी को अपनाकर हम न केवल अपनी धरोहरों को भौतिक और डिजिटल दोनों रूपों में सुरक्षित रख सकते हैं, बल्कि उन्हें विश्व मंच पर और अधिक गर्व के साथ प्रस्तुत भी कर सकते हैं। यह नवाचार हमारी सांस्कृतिक विरासत को समय की मार से बचाने और इसे वैश्विक पहचान दिलाने का एक प्रेरक मार्ग है।

धरोहरों का संरक्षण केवल सरकार या अंतरराष्ट्रीय संगठनों की जिम्मेदारी नहीं, बल्कि हर नागरिक का नैतिक कर्तव्य है। हमें अपने स्मारकों और प्राकृतिक स्थलों को महज पर्यटन स्थल नहीं, बल्कि हमारी सांस्कृतिक पहचान का अमूल्य खजाना मानना होगा। छोटे-छोटे प्रयास—जैसे स्मारकों पर नाम न उकेरना, कचरा न फैलाना, और क्षति की सूचना देना—विशाल बदलाव ला सकते हैं। स्कूल-कॉलेजों में बच्चों को धरोहरों का महत्व सिखाया जाए, न कि केवल किताबी ज्ञान तक सीमित रखा जाए। इतिहास को जीवंत बनाने के लिए स्थानीय स्मारकों के भ्रमण और कार्यशालाएँ आयोजित की जाएँ। सामाजिक संगठनों को जागरूकता अभियान चलाकर युवा पीढ़ी को उनकी जड़ों से जोड़ना चाहिए, ताकि वे अपनी विरासत को गर्व और जिम्मेदारी के साथ संजो सकें।

विश्व विरासत दिवस 2025 हमें अपनी धरोहरों को संजोने और संवारने का एक प्रेरक अवसर देता है। यह दिन न केवल अतीत की सैर कराता है, बल्कि भविष्य को उज्जवल बनाने का संदेश भी देता है। भारत, जहाँ विविधता हमारी सबसे बड़ी ताकत है, में धरोहरों का संरक्षण हमारी एकता और पहचान को और सशक्त करता है। ये धरोहरें समय की जीवंत साक्षी हैं—इन्हें बचाकर हम अपना इतिहास अमर रख सकते हैं। इस विश्व विरासत दिवस पर संकल्प लें कि हम ताजमहल की चमक, अजंता की कालजयी कला, और सुंदरबन की अनमोल हरियाली को न केवल संरक्षित करेंगे, बल्कि उनकी गौरवशाली कहानियों को अगली पीढ़ियों तक पहुँचाएँगे। ये धरोहरें हमारी पहचान हैं, हमारा गर्व हैं। इन्हें सहेजना हमारा पवित्र कर्तव्य है, ताकि हमारा अतीत हमारे भविष्य को सदा प्रज्वलित करता रहे।

-प्रो. आरके जैन "अरिजीत", बड़वानी (मप्र)

भुवनेश्वर में गडकरी, 841 करोड़ रुपये की लागत से बने दो राष्ट्रीय राजमार्गों का उद्घाटन किया

मनोरंजन सासमल, स्टेट हेड ओड़िशा

भूबनेश्वर : सड़क परिवहन मंत्री नितिन गडकरी भुवनेश्वर पहुंचे। आज का दैनिक ओडिशा का दौरा करेगा और विभिन्न कार्यक्रमों में भाग लेगा। बताया जा रहा है कि इस अवसर पर वह ओडिशा को 4,000 करोड़ रुपये से अधिक की परियोजनाओं की सौगात देंगे।इसमें 2,905 करोड़ रुपये की लागत से निर्मित होने वाले 13 राष्ट्रीय राजमार्गों और 427 करोड़ रुपये की लागत से निर्मित होने वाले 4 सीआरआईएफ पुलों की आधारशिला रखना शामिल है। इसी तरह, 841 करोड़ रुपये की लागत से बने दो राष्ट्रीय राजमार्गों का उद्घाटन नितिन गडकरी द्वारा किया जाएगा, परिवहन मंत्री पृथ्वीराज हरिचंदन ने यह जानकारी दी। ओडिशा वर्तमान में सड़क संपर्क में देश में 8वें स्थान पर है, लेकिन शीर्ष स्थान हासिल करने के लिए वह जल्द ही कुछ बड़ी घोषणाएं कर सकता है। बारामुंडा पोडिया कार्यक्रम से पहले नितिन गडकरी कटक में पूर्व मुख्यमंत्री डॉ. हरेकृष्ण महताब की जयंती समारोह में शामिल होंगे। उनके दौरे को देखते हुए कमिश्नरेट पुलिस ने व्यापक सुरक्षा इंतजाम किए हैं।

केरल के बेहाल बुजुर्ग अविरल...!

इन वीरान गांवों में वृद्धों की मदद को आयोग,
देश के सबसे शिक्षित राज्य में ये कैसा संयोग।
आज 94 फीसदी साक्षरता से हुआ ये सम्पन्न,
शिक्षित युवाओं के पलायन का संत्रास उत्पन्न।
इक्कीस लाख घरों में सिर्फ बुजुर्ग बचे हुए हैं,
गांव-गांव पलायन का दंश झेल वीरान हुए हैं।

इन वीरान गांवों में वृद्धों की मदद को आयोग,
देश के सबसे शिक्षित राज्य में ये कैसा संयोग।
लाखों घरों में सिर्फ ताले लटके नजर आते हैं,
अंतहीन भौतिक लिप्साओं के अवशेष पाते हैं।
उन्हें ही शिक्षा ने जहां दे दी हैं प्रगतिशील सोच,
देखों बुजुर्गो के पैरों में अनजाने ही आई मोच।

इन वीरान गांवों में वृद्धों की मदद को आयोग,
देश के सबसे शिक्षित राज्य में ये कैसा संयोग।
नीति-नियंताओं की नाकामी का ये हैं परिणाम,
युवाओं को योग्यतानुरुप देश न दे रहा हैं काम।
जन्मभूमि का सम्मोहन भी रोक न पाता ध्यान,
एकाकीपन का त्रास झेंल कैसे करें अभिमान।

संजय एम तराणेकर
(कवि, लेखक व समीक्षक)

मुख्यमंत्री सोरेन ने फरियादियों से की मुलाकात, निराकरण का दिया निर्देश

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड झारखंड

सरायकेला, मुख्यमंत्री हेमन्त सोरेन से कांके रोड, रांची स्थित मुख्यमंत्री आवासीय परिसर में बुधवार को राज्य के विभिन्न क्षेत्रों से पहुंचे आम लोगों ने मुलाकात कर, अपनी समस्याओं से उन्हें अवगत कराया। उन्होने एक-एक लोगों से रूबरू होकर, उनकी समस्याओं एवं परेशानियों को जाना तथा उनसे आवेदन प्राप्त किए। मुख्यमंत्री हेमन्त सोरेन ने सभी आवेदनों पर समुचित समाधान एवं निराकरण का भरोसा लोगों को दिलाया। मौके पर मुख्यमंत्री ने संबंधित अधिकारियों को समस्याओं के त्वरित निराकरण हेतु निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि जन समस्याओं के समाधान हेतु उनकी सरकार निरंतर कार्य कर रही है। समस्याओं के त्वरित निराकरण के

लिए राज्य सरकार संकल्पबद्ध है। मौके पर कई विभिन्न संगठनों के लोगों ने भी मुख्यमंत्री से मुलाकात की।

जन सूचना अधिकार अधिनियम 2005 की धारा 6 की उपधारा 1 के तहत मांगे गए लोक सेवकों के दस्तावेज गोपनीय नहीं है.

परिवहन विशेष न्यूज

हिसार, जन सूचना अधिकार अधिनियम-2005 के तहत लोक सेवकों के दस्तावेजों से संबंधित मांगी गई सूचनाएं गोपनीय नहीं है, इस मामले में माननीय उच्च न्यायालय मध्यप्रदेश ने एक ऐतिहासिक फैसला सुनाते हुए केंद्रीय सूचना आयोग कड़ी फटकार लगाते हुए कहा कि यदि कोई व्यक्ति लोक सेवक है या किसी सरकारी नौकरी पर नियुक्त हुआ है तो उसकी शैक्षणिक योग्यता, अनुभव प्रमाण पत्र, चयन प्रक्रिया से संबंधित दस्तावेज, नियुक्ति आदेश आदि निजी जानकारी नहीं माने जाएंगे.

केंद्रीय लोक सूचना अधिकारियों एवं राज्य जन सूचना अधिकारियों द्वारा आरटीआई की धारा 8(1)(जे) का हवाला देकर और यह जानकारी तीसरे पक्ष से संबंधित है इसलिए इसे प्रदान नहीं किया जा सकता है, आम नागरिकों को ऐसे जवाब देते हैं, इससे पता चलता है कि जन सूचना अधिकारियों द्वारा अयोग्य लोक सेवकों को बचाने का कार्य किया जाता हैं तथा आरटीआई में सही सूचना मुहैया करवाने से बचते हैं.

माननीय मध्य प्रदेश हाई कोर्ट के माननीय जस्टिस विवेक अग्रवाल ने एक ऐतिहासिक फैसला सुनाते हुए डॉक्टर जयश्री दुबे बनाम केंद्रीय सूचना आयोग याचिका संख्या-39771/2024 अंतिम निर्णय दिनांक 3 अप्रैल 2025 के तहत उस आदेश को रद्द कर दिया जिसमें एक आवेदक को आरटीआई अधिनियम के तहत सार्वजनिक पद पर नियुक्त उम्मीदवारों की शैक्षणिक योग्यता सहित अनुभव प्रमाण पत्र से संबंधित जानकारी देने से मना कर दिया गया था. माननीय अदालत ने कहा कि इसे निजी जानकारी नहीं कहा जा सकता, यह सभी दस्तावेज जनता के लिए सार्वजनिक सूचना है, इसमें गोपनीयता का झूठा बहाना नहीं चलेगा.

माननीय अदालत ने जन सूचना अधिकार अधिनियम 2005 की धारा 8(1)(एच), 8(1)(जे) एवं 11का हवाला वाला निर्णय को खारिज कर दिया और इस पर माननीय अदालत ने कहा कि बिना ठोस कारण बताए बिना सूचना को रोकना आरटीआई अधिनियम के तहत न्याय संगत नहीं है. माननीय अदालत ने कहा कि जनहित सर्वोपरि है, पारदर्शिता से समझौता कदापि नहीं होगा, अगर किसी नियुक्ति में अनियमितता या भ्रष्टाचार की आशंका है तो आम जनता को यह जानने का स्वतंत्र रूप से मौलिक अधिकार है कि चयन प्रक्रिया निष्पक्ष थी या नहीं. जन सूचना अधिकारियों द्वारा गोपनीयता की आड़ लेकर ऐसे तथ्यों को छिपाया नहीं जा सकता.

माननीय अदालत ने जन सूचना अधिकार अधिनियम की धारा 11 की गलत व्याख्या पर रोक लगाते हुए कहा कि केंद्रीय सूचना आयोग ने तीसरे पक्ष की सहमति के बिना जानकारी देने से मना कर दिया था. इस प्रमाणीय अदालत में स्पष्ट तौर से कहा कि अगर सूचना जनहित में है, और तीसरे व्यक्ति को इससे कोई वास्तविक नुकसान नहीं है तो उसकी सहमति के बिना सूचना देनी होगी. माननीय अदालत ने गलत मंशा से आरटीआई को नकारने पर संबंधित जन सूचना अधिकारी पर 25,000 रुपए का जुर्माना भी लगाया, माननीय अदालत ने सुनवाई के दौरान पाया कि यह आरटीआई जानबूझकर खारिज की गई थी ताकि किसी अयोग्य व्यक्ति को बचाया जा सके.

माननीय अदालत ने आवेदक को निशुल्क सूचना उपलब्ध कराने का आदेश दिया की सभी मांगी गई सूचनाएं 15 दिनों के अंदर-अंदर निशुल्कः मुहैया करवाई जाए.

लीवर: न दिखे, न बोले – फिर भी हर पल तुम्हारे लिए लड़े

क्या आपने कभी सोचा है कि आपके शरीर में एक ऐसा नायक है, जो बिना शोर मचाए, बिना थके, हर पल आपके लिए काम करता है? वह नायक, जो न केवल आपके खाने को ऊर्जा में बदलता है, बल्कि आपके खून को शुद्ध करता है, विषैले तत्वों को बाहर निकालता है, और आपके इम्यून सिस्टम को मजबूती देता है। यह कोई काल्पनिक चरित्र नहीं, बल्कि आपका लीवर है – शरीर का वह गुमनाम योद्धा, जो 500 से अधिक कार्यों को चुपचाप संभालता है। फिर भी, हमारी भागदौड़ भरी जिंदगी में यह अंग अक्सर अनदेखा रह जाता है। हर साल 19 अप्रैल को विश्व लीवर दिवस हमें इस अनमोल अंग की ओर ध्यान खींचता है। यह दिन केवल एक तारीख नहीं, बल्कि एक आंदोलन है – एक स्वस्थ, जागरूक, और सशक्त जीवन की ओर बढ़ने का आह्वान।

आज की दुनिया में, जहां हम हर दिन नई तकनीकों और सुख-सुविधाओं की दौड़ में शामिल हैं, हमारा स्वास्थ्य कहीं पीछे छूटता जा रहा है। जंक फूड की चमक, तनाव की मार, शराब और धूम्रपान की लत, और शारीरिक निष्क्रियता ने हमारे लीवर को सबसे ज्यादा नुकसान पहुंचाया है। विश्व स्वास्थ्य संगठन की एक रिपोर्ट के अनुसार, दुनियाभर में हर साल लाखों लोग हेपेटाइटिस, गैर-अल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज, सिरोसिस, और लिवर कैंसर जैसी बीमारियों के कारण अपनी जान गंवाते हैं। भारत जैसे देशों में यह स्थिति और भी चिंताजनक है, जहां खराब जीवनशैली और सीमित स्वास्थ्य जागरूकता के कारण लीवर की बीमारियां मूक महामारी का रूप ले रही हैं। डरावनी बात यह है कि इनमें से कई बीमारियां शुरुआती दौर में कोई लक्षण नहीं दिखातीं। जब तक हमें पता चलता है, तब तक हालात इतने गंभीर हो चुके होते हैं कि इलाज मुश्किल और खर्चीला हो जाता है।

विश्व लीवर दिवस 2025 की थीम 'भोजन ही औषधि है' हमें एक सशक्त संदेश देती है। यह थीम इस बात पर जोर देती है कि हमारा आहार ही वह पहला कदम है, जो लीवर को स्वस्थ रख सकता है। हरी पत्तेदार सब्जियां, फल, साबुत अनाज, नट्स, और प्रोटीन से भरपूर भोजन न केवल लीवर को पोषण देते हैं, बल्कि उसे विषैले तत्वों से लड़ने की ताकत भी प्रदान करते हैं। लेकिन आज की तेज रफ्तार जिंदगी में हम कितनी बार तले-भुने खाने, चीनी से भरे पेय, या प्रोसेस्ड फूड का सहारा लेते हैं? ये आदतें धीरे-धीरे हमारे लीवर को कमजोर करती हैं, और हम अनजाने में अपने शरीर के इस नायक को खतरे में डाल देते हैं।

लीवर की खासियत यह है कि यह एक मल्टीटास्कर है। यह भोजन को पचाने में मदद करता है, ग्लूकोज को स्टोर करता है, प्रोटीन बनाता है, और शरीर से टॉक्सिन्स को बाहर निकालता है। इतना ही नहीं, यह हमारे इम्यून सिस्टम को भी मजबूत करता है, जिससे हम बीमारियों से लड़ सकें। लेकिन जब हम इसे लगातार गलत खान-पान, अत्यधिक शराब, या तनाव से चुनौती देते हैं, तो यह धीरे-धीरे थकने लगता है। भारत में गैर-अल्कोहलिक फैटी लिवर डिजीज के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं, और यह बीमारी अब केवल शराब पीने वालों तक सीमित नहीं है। मोटापा, डायबिटीज, और शारीरिक निष्क्रियता ने इसे एक आम समस्या बना दिया है। इसी तरह, हेपेटाइटिस बी और सी के कारण हर साल हजारों लोग सिरोसिस और लिवर कैंसर का शिकार हो रहे हैं। ये आंकड़े हमें एक सख्त चेतावनी देते हैं – अगर हमने अभी नहीं संभाला, तो हमारा लीवर हमें जवाब दे सकता है।

विश्व लीवर दिवस का महत्व केवल बीमारियों के बारे में जागरूकता फैलाने तक सीमित नहीं है। यह एक सामाजिक आंदोलन का रूप ले सकता है, जिसमें हर व्यक्ति, संस्था, और सरकार की भागीदारी जरूरी है। स्कूलों में बच्चों को स्वस्थ खान-पान की शिक्षा दी जाए, कॉलेजों में जागरूकता शिविर आयोजित हों, कार्यस्थलों पर तनाव प्रबंधन और शारीरिक गतिविधियों को प्रोत्साहन मिले। सोशल मीडिया, जो आज हमारी जिंदगी का अहम हिस्सा है, वह इस संदेश को लाखों लोगों तक पहुंचाने का सबसे प्रभावी माध्यम बन सकता है। एक छोटा-सा बदलाव – जैसे रोजाना 30 मिनट की सैर, तले हुए खाने से परहेज, या शराब और धूम्रपान से दूरी – लीवर को लंबे समय तक स्वस्थ रख सकता है।

भारत में लीवर की बीमारियों से निपटने के लिए नीतिगत स्तर पर भी बदलाव की जरूरत है। ग्रामीण इलाकों में हेपेटाइटिस बी के टीकाकरण को अनिवार्य करना, प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों में मुफ्त स्क्रीनिंग सुविधाएं उपलब्ध कराना, और लीवर ट्रांसप्लांट जैसी जटिल प्रक्रियाओं को सस्ता और सुलभ बनाना जरूरी है। गरीब और मध्यम वर्ग के लिए निःशुल्क उपचार योजनाएं लागू की जानी चाहिए, ताकि कोई भी व्यक्ति आर्थिक तंगी के कारण इलाज से वंचित न रहे। साथ ही, स्वास्थ्यकर्मियों को प्रशिक्षित करना और जागरूकता अभियानों को छोटे शहरों और गांवों तक ले जाना भी उतना ही महत्वपूर्ण है।

यह दिन हमें यह भी सिखाता है कि स्वास्थ्य केवल शारीरिक नहीं, बल्कि सामाजिक और भावनात्मक जिम्मेदारी भी है। जब हम अपने लीवर का ख्याल रखते हैं, तो हम न केवल खुद को, बल्कि अपने परिवार और समाज को भी एक बेहतर भविष्य देते हैं। एक स्वस्थ व्यक्ति ही अपने बच्चों को बेहतर परवरिश, अपने कार्यस्थल को बेहतर उत्पादकता, और अपने समुदाय को बेहतर योगदान दे सकता है। विश्व लीवर दिवस हमें यह समझाता है कि हमारा शरीर एक मंदिर है, और लीवर उसका सबसे महत्वपूर्ण स्तंभ। इस स्तंभ को मजबूत रखना हमारी जिम्मेदारी है।

इस 19 अप्रैल को हम एक संकल्प लें। हम वादा करें कि हम अपने लीवर के लिए समय निकालेंगे – समय-समय पर जांच करवाएंगे, संतुलित आहार अपनाएंगे, और एक सक्रिय जीवनशैली की ओर बढ़ेंगे। हम यह भी सुनिश्चित करेंगे कि हमारे आसपास के लोग – हमारे दोस्त, परिवार, और समुदाय – भी इस जागरूकता का हिस्सा बनें। क्योंकि जब हम अपने शरीर के इस गुमनाम नायक का सम्मान करते हैं, तो हम एक स्वस्थ, सशक्त, और खुशहाल जीवन की नींव रखते हैं।

विश्व लीवर दिवस केवल एक दिन नहीं, बल्कि एक शुरुआत है। यह वह पल है, जब हम रुककर अपने शरीर को सुन सकते हैं, उसकी जरूरतों को समझ सकते हैं, और उसे वह प्यार और देखभाल दे सकते हैं, जिसका वह हकदार है। इस अवसर को एक उत्सव की तरह मनाएं – एक ऐसे उत्सव की, जो हमें जीवन की सबसे अनमोल चीज, हमारे स्वास्थ्य, की याद दिलाता है। क्योंकि एक स्वस्थ लीवर ही वह चाबी है, जो हमें लंबे, सुखी, और सार्थक जीवन का दरवाजा खोलता है।

प्रो. आरके जैन "अरिजीत", बड़वानी (मप्र)

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