



03 दिल्लीवासियों को प्रदूषण से राहत, ग्रेप एक की पाबंदियां हटी

06 कैसे पानी हरे क्रेडिट आगे बातचीत कर सकते हैं

08 भुवनेश्वर हवाई अड्डे से सांप जब

कैग रिपोर्ट द्वारा आया सार्वजनिक बस सेवा का सत्य और डीटीसी के विनाश का कारण, पर क्या भाजपा दिल्ली सरकार सुधारेंगे डीटीसी की सेवा बड़ा सवाल?



संजय बाटला

नई दिल्ली। दिल्ली की परिवहन व्यवस्था को बर्बादी की असंख्यत कैग रिपोर्ट के सार्वजनिक होने के बाद सबके सामने आ गई है। कैग रिपोर्ट में खुलासा हुआ है कि पूर्व सरकार ने डीटीसी को ₹7471 करोड़ के कर्मचारी घाटे और ₹14198 करोड़ के ऑपरेशनल घाटे तक पहुंचाया था। यह घाटा घोर लापरवाही का नतीजा है। डीटीसी के 814 बस रूटों में से 468 रूटों पर ही बसें चलाई गई हैं, लेकिन बढ़ने की जगह 2023 में घटकर 3937 ही रह गई जब की 2010 में सुप्रीम कोर्ट ने दिल्ली में 11,000 बसों की जरूरत बताई थी फिर भी बसें नहीं खरीदी गईं और जनता को असुविधा पहुंचाने के साथ डीटीसी को बर्बादी के कगार पर लाकर खड़ा कर दिया। दिल्ली की जनता से क्या विश्वासपात्र। कैग सरकार द्वारा बसें खरीदने के लिए ₹233 करोड़ की केंद्र सहायता बस खरीदने के लिए दिल्ली सरकार को दी गई थी, लेकिन उन्हें भी डीटीसी के लिए बसें खरीदने में खर्च नहीं किया। इसका मतलब साफ नजर आता है कि पूर्व सरकार की पब्लिक ट्रांसपोर्ट सुधारने की कोई मंशा नहीं थी।

डिप्टस जो दिल्ली सरकार की तरफ से

कलस्टर बसों का मैनेजमेंट संभालती हैं में दिल्ली सरकार के 50% और 50% आईडीएफसी के शेयर की हिस्सेदारी थी और आईडीएफसी ने अपना शेयर बेचना चाहा तो पूर्व की सरकार ने 2 साल तक निर्णय नहीं लिया जिसका नतीजा— ₹95 करोड़ के शेयर मात्र ₹10 करोड़ में एक प्राइवेट कंपनी को बेच दिए गए। यह सिर्फ लापरवाही नहीं, बल्कि सोची-समझी साजिश थी जिससे दिल्ली की परिवहन व्यवस्था को प्राइवेट हाथों में बेचा जा सके। अब डिप्टस कम्पनी की 50% हिस्सा एक निजी कंपनी के पास है जिसमें 70% हिस्सेदारी एक रूसी कंपनी की है। कैग रिपोर्ट के अनुसार दिल्ली में 4000 बस ड्राइवर बिना काम के बैठे हैं और सरकारी वेतन ले रहे हैं, क्योंकि जिन बसों को चलाने के लिए उन्हें डीटीसी ने रखा वह बसें तो अब हैं ही नहीं क्योंकि पुरानी बसों की लाइफ खत्म के लिए उन्हें डीटीसी ने रखा वह बसें तो अब हैं ही नहीं क्योंकि पुरानी बसों की लाइफ खत्म के कगार पर लाकर खड़ा कर दिया। दिल्ली की जनता से क्या विश्वासपात्र। कैग सरकार द्वारा बसें खरीदने के लिए ₹233 करोड़ की केंद्र सहायता बस खरीदने के लिए दिल्ली सरकार को दी गई थी, लेकिन उन्हें भी डीटीसी के लिए बसें खरीदने में खर्च नहीं किया। इसका मतलब साफ नजर आता है कि पूर्व सरकार की पब्लिक ट्रांसपोर्ट सुधारने की कोई मंशा नहीं थी।

कैग रिपोर्ट के मुताबिक प्रती बस सेवा का सच। दिल्ली के मुफ्त यात्रा देने की आड़ में टिकटिंग का पूरा डेटा ही गायब कर दिया गया। कोई नहीं जानता कि कितनी महिलाएं बसों में सफर कर रही हैं। इससे सिर्फ भ्रष्टाचार बढ़ा और पारदर्शिता खत्म हुई।

डीटीसी कर्मचारी एकता मंच का

कहना है बसों की कमी लगातार दिल्ली में होती जा रही है दिल्ली की जनता बसों का इंतजार बस स्टैंड पर कर रही है कि कब बस आएगी। यह कैसा कानून है यह कैसी सरकार जो सामान्य जनता के वाहनों को जिनका समय पुरा हो गया है घर से उठाकर ले जा रहे हैं लेकिन डीटीसी की बसों को घर से क्या रोड से भी नहीं उठा पा रहे। यह कैसे नियम है जो पब्लिक के लिए अलग और सरकार के लिए अलग। जनता बसों की कमी से जूझ रही है डीटीसी की बसें लगभग खत्म हो गई हैं बची हुई बसें भी 1 अप्रैल 2025 तक खत्म हो रही हैं। 10 वर्ष से भी अधिक हो गए डीटीसी की एक भी बस नहीं लाई गई है जो बस लाई गई है वह प्राइवेट मालिक, पूंजीपतियों की है उनमें उनके प्राइवेट ड्राइवर लाये जा रहे हैं डीटीसी के अनुभवी ड्राइवर बेरोजगार होने की कगार पर हैं क्योंकि डीटीसी की बसें नहीं लाई गई हैं दिल्ली की जनता को, डीटीसी के कर्मचारियों को भारतीय जनता पार्टी से बहुत सी उम्मीदें हैं कि डीटीसी की अपनी बसें होंगी डीटीसी को इंटरस्टेट पर चलाकर डीटीसी का घाटा पूरा किया जाएगा डीटीसी के अनुभवी ड्राइवरों को अपना रोजगार नहीं खोना पड़ेगा, दिल्ली की जनता को सुरक्षित और सुगम यातायात व्यवस्था मिलेगी सरकारी बसों की कमी के कारण ही पब्लिक प्राइवेट वाहनों में सफर करने में मजबूर होती है और फिर निर्भया जैसे कांड होते हैं यादव ट्रेवल्स कि

प्राइवेट बस में ही यह कांड हुआ था यदि डीटीसी की पर्याप्त बसें होती तो निर्भया कांड दिल्ली में नहीं होता। सरकारी ड्राइवर व सरकारी कंडक्टर हो तो महिलायें असुरक्षा महसूस नहीं करती प्राइवेट व सरकारी बस के बारे में सर्वे कराकर देखा जा सकता है महिलायें किसमें अपने आप को सुरक्षित मानती हैं।

अब सवाल यह उठता है की क्या ?

1. दिल्ली की तस्वीर बदलेगी !
2. क्या भाजपा दिल्ली सरकार डीटीसी को घाटे से निकालकर मुनाफे में लाने का प्रयास करेगी।
3. क्या डीटीसी के नाम पर अपनी इलेक्ट्रिक बसें और चांजिंग स्टेशन होंगे।
4. क्या सिर्फ राजस्व में इजाफा करने के उद्देश्य से पूर्व सरकार की तर्ज पर ही आईएसबीटी को मल्टी-स्टोरी कर्मशियल हब के रूप में विकसित किया जाएगा या जनता को मिलेगी वहां से सुगम और सुरक्षित सार्वजनिक सवारी सेवा

सवाल तो जनता के दिमाग में बहूत है पर उठाए कहा, नहीं जानते। क्योंकि पूर्व की सरकार सुनती नहीं थी और नई सरकार और परिवहन विभाग के पास सुनने का समय ही नहीं, अब बताए कहा जाए और इस क्या करे जनता सुगम, सुरक्षित और समानुसार सार्वजनिक सवारी बस सेवा पाने के लिए ?

नवरात्रि का पहला दिन माता का पहला स्वरूप "माँ शैलपुत्री"



देवी शैलपुत्री का वर्णन हमें ब्रह्म पुराण में मिलता है। पुराण के अनुसार चैत्र प्रतिपदा के प्रथम सूर्योदय पर ब्रह्मा ने संसार की रचना की थी। माना जाता है कि इसी दिन श्रीराम का राज्यभिषेक हुआ था। नवरात्र की प्रथम देवी शैलपुत्री मानव मन पर अपनी सत्ता रखती हैं। उनका चंद्रमा पर भी आधिपत्य माना जाता है। शैलपुत्री पार्वती का ही रूप हैं। पर्वतराज हिमालय के घर में जन्म लेने के कारण इन्हें शैलपुत्री कहा जाता है। कथा है कि देवी पार्वती शिव से विवाह के पश्चात हर साल नौ दिन अपने मायके यानी पृथ्वी पर आती थीं। नवरात्र के पहले दिन पर्वतराज अपनी पुत्री का स्वागत करके उनकी पूजा करते थे, इसलिए नवरात्र के पहले दिन मां को शैलपुत्री रूप की पूजा की जाती है। श्वेतवर्ण शैलपुत्री के सर पर सोने के मुकुट में त्रिशूल सुशोभित है। इनके दाएं हाथ में त्रिशूल, बाएं हाथ में कमल सुशोभित है। मान्यता है कि शैलपुत्री की पूजा से व्यक्ति को सुख, सुविधा, माता, घर, संपत्ति, में लाभ मिलता है। मनोविकार दूर होते हैं। इन्हें सफेद फूल चढ़ाएँ, गाय के धी का दीपक जलाएँ। दूध-शहद और खोए की मिठाई का भाग लगाएँ। जय माता दी

दिल्ली परिवहन आयुक्त द्वारा भी लिया गया वापिस अपना पूर्व मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल की तरह बिना जांच के किया आदेश

परिवहन विशेष न्यूज

नई दिल्ली। दिल्ली परिवहन आयुक्त द्वारा बिना पूर्ण जांच के जारी किए गए आदेश से व्यवसायिक वाहनों की जांच में आ रही परेशानी का आज हल निकल आया और वह भी वहीं हल जो पूर्व में मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल द्वारा दिए गए आदेश पर हुआ था। तब मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने स्वयं ही इसे वापिस के आदेश जारी कर दिए थे पर इस बार एमसीडी को करोड़ों रुपयों का चूना लगवाने और जनता को सड़कों पर असुरक्षा के माहौल के साथ व्यवसायिक वाहन मालिकों को बड़ा परेशानी में डालने के बाद जारी हुआ आदेश। *आपकी जानकारी हेतु आदेश का हिन्दी रूपांतर प्रस्तुत है।

राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र दिल्ली सरकार परिवहन विभाग (वाहन निरीक्षण इकाई) 5/9, अंडर हिल रोड, दिल्ली-110054

क्रमांक:- एफ.सं. डीसी/ओपीएस/टीपीटी/सीडी सं. 075791409/2025/14702
दिनांक: 20/03/2025
आदेश

राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र दिल्ली में वाहन फिटनेस परीक्षण के लिए स्वचालित परीक्षण स्टेशनों की तीव्र कमी को दूर करने के लिए, यह निर्णय लिया गया है कि एक अस्थायी व्यवस्था के रूप में, सभी सरकारी स्वामित्व वाले वाहनों और सरकारी उपक्रम नागरिक एजेंसियों द्वारा आवश्यक सार्वजनिक सेवाओं के निर्वहन के लिए उपयोग किए जाने वाले वाहनों, जैसे कि नागरपालिका अपशिष्ट ट्रांसपोर्ट, पानी के टैंकर, अग्निशमन दल और सार्वजनिक परिवहन बसें, और जो प्रारंभिक पंजीकरण की तारीख से 8 वर्ष से कम पुराने हैं, का फिटनेस प्रमाण पत्र (सीओएफ) प्रदान करने के उद्देश्य से वीआईयू-बुराड़ी में निरीक्षण किया जाएगा।

यह सक्षम प्राधिकारी के पूर्व अनुमोदन से जारी किया जाता है।
एमआई (संजय ऐलावादी) उप. आयुक्त (वीआईयू)



सूचनार्थ प्रति

1. डीटीओ (वाहन निरीक्षण इकाई), बुराड़ी, परिवहन विभाग, जीएनसीटीडी
2. डीटीओ (वाहन निरीक्षण इकाई), बुलशुली, परिवहन विभाग, जीएनसीटीडी
3. आईटी शाखा परिवहन विभाग को निर्देश दिया जाता है कि VIU-बुरान में उपरोक्त वाहनों की नियुक्ति हेतु प्रावधान किया जाए।

एफ.सं. डीसी/ओपीएस/टीपीटी/सीडी सं. 075791409/2025/14702 दिनांक: 29/03/2025
जानकारी के लिए कॉपी करें।

1. संयुक्त आयुक्त (प्रथम टी.), परिवहन विभाग, जीएनसीटीडी
2. निजी सचिव, माननीय मंत्री (परिवहन), परिवहन विभाग, जीएनसीटीडी
3. निजी सचिव, अतिरिक्त मुख्य सचिव-सह-आयुक्त (परिवहन), परिवहन विभाग, जीएनसीटीडी
4. गार्ड फाइल और
5. (संजय अलीलावादी) उप. आयुक्त (वीआईयू)

टॉल्स 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

कॉर्पोरेट कार्यालय :- 529, समग्रपुर, मैन बवाना रोड,

नियर बैंक बड़ीदा दिल्ली 110042

एक अप्रैल से प्रस्तावित टोल कर में सालाना बढ़ोतरी एवं अनिश्चितकालीन वसूली के विरोध में देश भर की सड़क परिवहन बिरादरी में रोष : डॉ. हरीश सभरवाल

परिवहन विशेष न्यूज

नई दिल्ली। टोल वसूली से देश भर के ट्रांसपोर्टों का हो रहा आर्थिक उत्पीड़न। सड़क मूल्य लागत पूरी होने पर सरकार से टोल वसूली बन्द करने की मांग।

राष्ट्रीय राजमार्ग पर टोल शुल्क की वार्षिक वृद्धि के कारण देश के परिवहन समुदाय में नाराजगी जा रही है और वित्तीय संकट गहरे जा रहे हैं। आक्रामक टोल वसूली नीतियों और अनिश्चितकाल तक टोल संग्रह के चलते परिवहन संचालन अस्थिर और अव्यवहारिक होते जा रहे हैं, जिससे लॉजिस्टिक्स क्षेत्र पर भारी बोझ पड़ रहा है और अंततः संपूर्ण अर्थव्यवस्था प्रभावित हो रही है। सरकार द्वारा जो सड़क के पूर्व में बनाई गई हैं और जिनकी लागत पूरी प्राप्त हो चुकी है उन सड़कों से टोल वसूली बन्द कर देनी चाहिए।

माननीय केन्द्रीय मंत्री नितिन गडकरी जी द्वारा हाल ही में किए गए उस बयान, जिसमें उन्होंने टोल कर की निरंतर टोल वसूली के बारे में कहा गया है, उस पर देश भर की सड़क परिवहन बिरादरी ने अपनी गहरी आपत्ति और कड़ा विरोध व्यक्त करती है। यह न तो जनहित में है, न नैतिक और न ही न्यायसंगत।

यह कहना कि राजमार्ग निर्माण की लागत की वसूली के बाद भी टोल कर अनिश्चितकाल तक जारी रहेगा, अत्यंत चिंताजनक है। यह एक तानाशाही दृष्टिकोण को दर्शाता है जो सड़क उपयोगकर्ताओं और परिवहन क्षेत्र की कठिनाइयों की अनदेखी है। यह नीति टोल टेकेदारों और उनके राजनीतिक संरक्षकों के हितों के हक में है और सामान्य नागरिकों और परिवहन समुदाय के हित में बिल्कुल नहीं है।

इस संदर्भ में आल इंडिया मोटर ट्रांसपोर्ट कॉंग्रेस में माननीय प्रधान मंत्री जी को हस्तक्षेप कर टोल कर में बढ़ोतरी को रोकने और न्यायसंगत नीति लागू



करने की गुहार लगाई है। देश में 70 प्रतिशत छोटे, मझोले वाहन स्वामियों की माल ढुलाई में आर्थिक बोझ पड़ने से लॉजिस्टिक्स सेक्टर पर गहरा असर पड़ रहा है। संयुक्त बयान में बताया गया कि सरकार जब सड़क निर्माण करती है उस समय लगातार मूल्य निश्चित अर्थात् तक प्राप्ति होने के बाद टोल वसूली करना गलत है। टोल प्लाजा जिन पर निर्माण लागत मिल चुकी हो तब उन्हें बन्द करके वाहन स्वामियों को राहत प्रदान करें ताकि वाहन स्वामियों पर पड़ रहा आर्थिक बोझ कम हो सके।

टोल कर को मूल रूप से राजमार्गों के निर्माण और रखरखाव की लागत की भरपाई के लिए लगाया गया था। लेकिन जब इन लागतों की वसूली के बाद भी टोल वसूली जारी रखने की बात होती है, तो यह गंभीर नैतिक और आर्थिक विषमताओं को बढ़ाती है। यह टोल कर प्रणाली सड़क उपयोगकर्ताओं एवं परिवहन व्यवसायों पर अनुचित वित्तीय बोझ डालती है, जो पहले से ही बढ़ती ईंधन की दौड़ों और अन्य आर्थिक चुनौतियों से जूझ रहे हैं।

टोल संग्रह में पारदर्शिता की कमी है। देश में इसे कमाई का जरिया बना लिया गया है जिसका असर समस्त वाहन स्वामियों पर पड़ रहा है। कई टोल प्लाजा अपनी प्रारंभिक लागत की भरपाई के बावजूद अत्यधिक शुल्क वसूल रहे हैं। ऑडिट और जवाबदेही तंत्र की अनुपस्थिति के कारण जनता में टोल प्रणाली के प्रति अविश्वास बढ़ रहा है। हर साल

वाहनों की संख्या बढ़ रही है और टोल दरों में वार्षिक वृद्धि भी होती है, लेकिन सड़क उपयोगकर्ताओं और परिवहन क्षेत्र से अधिक से अधिक पैसा वसूलने की लालसा कभी समाप्त नहीं होती। परिवहन क्षेत्र, जो भारत की अर्थव्यवस्था की रीढ़ है, इस नीति से सबसे अधिक प्रभावित हो रहा है। अनिश्चितकालीन टोल संग्रह से लॉजिस्टिक्स की लागत बढ़ रही है, जिससे भारतीय वस्तु वैश्विक बाजार में कम प्रतिस्पर्धी हो रही है। इसके अलावा, यह परिवहन ऑपरेटर्स, विशेष रूप से छोटे व्यवसाय मालिकों पर अतिरिक्त वित्तीय दबाव डालता है, जो पहले से ही कठिनाइयों का सामना कर रहे हैं।

AIMTC, जो लाखों ट्रक मालिकों, बस ऑपरेटर्स और अन्य हितधारकों का प्रतिनिधित्व करता है, इस नीति का कड़ा विरोध करता है। हम मानते हैं कि सरकार की नैतिक जिम्मेदारी है कि वह निजी टेकेदारों के बजाय अपने नागरिकों के हितों को प्राथमिकता दे।

राष्ट्रीय राजमार्ग शुल्क (दर निर्धारण और संग्रह) नियम 2008; दिनांक 12 जनवरी 2012 को भारत सरकार के सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्रालय द्वारा जारी अधिसूचना सं. GSR 15 (E) और 24 जनवरी 2013 को जारी कार्यालय ज्ञापन में स्पष्ट रूप से टोल का 40% केवल रखरखाव के उद्देश्य के लिए निर्धारित किया गया था। उपरोक्त नीति को अचानक सड़क एवं राजमार्ग

मंत्रालय की अधिसूचना सं. GSR 725 (E), दिनांक 6 अक्टूबर 2023 के तहत बदल दिया गया।

सरकार की यह नीति भारत के परिवहन समुदाय में असंतोष और आक्रोश का कारण बन रही है। अधिकारियों और श्री गडकरी जी की उदासीन प्रतिक्रिया के कारण गुजरत के परिवहन समुदाय को कानूनी कदम उठाने के लिए मजबूर होना पड़ा, और टोल की अनिश्चितकालीन वसूली के खिलाफ गुजरत उच्च न्यायालय में एक मामला दायर किया गया है।

हम माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी से अनुरोध करते हैं कि वे इस जनहित में टोल नीति की समीक्षा के लिए हस्तक्षेप करें और इसे नैतिक शासन के सिद्धांतों के अनुरूप बनाएं, क्योंकि यह जनहित में नहीं है और इससे सरकार की छवि भी धूमिल हो रही है।

सरकार को तुरंत निम्नलिखित कदम उठाने चाहिए:

1. एक अप्रैल से प्रस्तावित टोल कर में बढ़ोतरी को रद्द किया जाए।
2. पी. पी. टोल पर लागत भरपाई पूरी होने पर और भी ओ. टी. टोल के अभाव के पूरा होने के बाद केवल टोल रोड के रखरखाव के लिए 40% टोल शुल्क लागू किया जाए।
3. सभी टोल प्लाजा का स्वतंत्र ऑडिट किया जाए ताकि पारदर्शिता और जवाबदेही सुनिश्चित की जा सके। और यह भी सुनिश्चित किया जा सके कि टोल राजस्व उचित है।
4. AIMTC परिवहन क्षेत्र के अधिकारों और हितों की रक्षा के लिए प्रतिबद्ध है। हम सरकार से अनुरोध करते हैं कि इस मुद्दे को गंभीरता से लें और इसे सर्वोच्च प्राथमिकता दें और ऐसी प्रणाली बनाएं जो सभी के लिए न्यायसंगत हो।

डॉ. हरीश सभरवाल
राष्ट्रीय अध्यक्ष - एआईएमटीसी

घट स्थापना (कलश स्थापना) का शुभ मुहूर्त



नवरात्रि के पहले दिन घट स्थापना का विशेष महत्व है। इस वर्ष घट स्थापना के लिए दो शुभ मुहूर्त उपलब्ध हैं:

1. प्रातःकाल मुहूर्त: सुबह 6:13 बजे से 10:22 बजे तक (अवधि: 4 घंटे 8 मिनट)।
2. अभिजीत मुहूर्त: दोपहर 12:01 बजे से 12:50 बजे तक (अवधि: 50 मिनट)।

प्रतिपदा तिथि 29 मार्च 2025 को शाम 4:27 बजे से प्रारंभ होकर 30 मार्च 2025 को दोपहर 12:49 बजे तक रहेगी।

घट स्थापना की विधि

1. स्नान और शुद्धिकरण: प्रातः स्नान कर स्वच्छ वस्त्र धारण करें और पूजा स्थल की सफाई करें।

चैत्र नवरात्रि 2025 का शुभारंभ 30 मार्च से हो रहा है और इसका समापन 6 अप्रैल को राम नवमी के साथ होगा। इन नौ दिनों में मां दुर्गा के नौ स्वरूपों की पूजा-अर्चना की जाती है। नवरात्रि की तैयारियों, पूजन समय, विधि-विधान, व्रत विधि आदि की संपूर्ण जानकारी निम्नलिखित है:

2. मिट्टी की तैयारी: एक मिट्टी के पात्र में शुद्ध मिट्टी डालकर उसमें जौ के बीज बाँपें।
3. कलश की स्थापना: मिट्टी के ऊपर तांबे या मिट्टी के कलश में जल भरें, उसमें गंगाजल, सुपारी, दूर्वा, सिक्का और अक्षत डालें। कलश के मुख पर आम या अशोक के पत्ते रखें और उसके ऊपर नारियल स्थापित करें।
4. पूजन सामग्री अर्पण: कलश पर लाल वस्त्र बांधें और स्वास्तिक का चिह्न बनाएं। इसके पश्चात देवी दुर्गा की मूर्ति या चित्र स्थापित करें।
5. पूजन और आरती: धोका दीपक जलाकर दुर्गा सप्तशती या दुर्गा चालीसा का पाठ करें और अंत में आरती करें।

नौ देवियों की पूजा विधि

नवरात्रि के नौ दिनों में मां दुर्गा के नौ रूपों की पूजा की जाती है:

1. पहला दिन - मां शैलपुत्री: सफेद फूल और गाय के घी का भोग अर्पित करें।
2. दूसरा दिन - मां ब्रह्मचरिणी: शक्कर या मिश्री का भोग लगाएं।
3. तीसरा दिन - मां चंद्रघंटा: दूध से बनी मिठाई का भोग दें।
4. चौथा दिन - मां कूर्मपांडा: मालपुए का भोग अर्पित करें।
5. पांचवां दिन - मां स्कंदमता: केले का भोग लगाएं।
6. छठा दिन - मां कात्यायनी: शहद का भोग दें।
7. सातवां दिन - मां कालरात्रि: गुड़ का भोग अर्पित करें।
8. आठवां दिन - मां महागौरी: नारियल का भोग लगाएं।
9. नवां दिन - मां सिद्धिदात्री: तिल का भोग दें।

- व्रत का विज्ञान और महत्व
- नवरात्रि व्रत आत्मशुद्धि और आत्मसंयम का प्रतीक है। व्रत के दौरान सार्विक आहार ग्रहण करने से शरीर और मन की शुद्धि होती है, जिससे आध्यात्मिक उन्नति में सहायता मिलती है। व्रत रखने से आत्मनिग्रहण की भावना विकसित होती है और मनोबल बढ़ता है।
- पूजन सामग्री की सूची
- X रुई/बत्ती
 - X धूप
 - X घी और दीपक
 - X फूल
 - X दूर्वा
 - X पंच पल्लव
 - X 5 तरह के फल
 - X पान का पत्ता

- X लौंग
 - X इलायची
 - X अक्षत
 - X सुपारी
 - X नारियल
 - X पंचमेव
 - X जायफल
 - X जौ
 - X कलावा
 - X माता की लाल चुनरी
 - X माता के लाल वस्त्र
 - X माता की लस्वीर या अष्टधातु की मूर्ति
 - X माता के श्रृंगार का सामान
 - X लाल रंग का आसन
 - X मिट्टी का बर्तन
- नवरात्रि के दौरान विधिपूर्वक पूजा और व्रत करने से मां दुर्गा की कृपा प्राप्त होती है और जीवन में सुख, शांति एवं समृद्धि वन्ती है।

सिंधी समुदाय का मुख्य त्योहार चैतीचंड

विधवा में एकता का प्रतीक भारत एक अद्भुत जगह है, जहाँ अनगिनत संस्कृतियाँ एकाकार होती हैं, यहाँ अनेकों धर्मों और मतों को मानने वाले लोग रहते हैं। सिंधी समुदाय का त्योहार चैतीचंड भी एक ऐसा ही त्योहार है। यह वरुण देव (जल देवता) साईं झुलैलाल (जिनका एक नाम उदरोलाल भी है) का जन्मदिन समारोह है। सिंधियों में इसे एक अत्यंत शुभ दिन माना जाता है और यह बड़ी धूमधाम से मनाया जाता है। सिंधियों के लिए, चैतीचंड नए साल की शुरुआत का प्रतीक है। मराठी नव वर्ष में आने वाले गुड़ी पड़वा के समान ही, चैतीचंड सिंधी समुदाय के नववर्ष की शुरुआत माना गया है। इस दिन जल के देवता वरुणदेव की पूजा की जाती है। बहुत से लोग पूर्णिमा के दिन किसी झील या नदी के किनारे दूध और आटे में चावल मिलाकर 'अखो' चढ़ाने जाते हैं। यदि कोई नदी या ऐसा जलाशय पास में नहीं है, तो वे किसी कुएं पर इस रिवाज को निभाते हैं।

चैतीचंड का क्या महत्व है? सिंधी इस त्योहार को भगवान झुलैलाल के जन्मदिन समारोह के रूप में मनाते हैं, जिन्हें उदरोलाल के नाम से भी जाना जाता है। उन्हें उनके संरक्षक संत के रूप में जाना जाता है। इस दिन वरुण देव झुलैलाल के रूप में अवतरित हुए थे। उन्होंने सिंधी संस्कृति और हिंदू धर्म को होने से बचाने के लिए अवतार लिया था। अतः इस दिन जल देवता की पूजा कर उनका आभार जताया जाता है। हिंदू पंचांग के चैत्र माह को एक महत्वपूर्ण महीना माना जाता है जिसे सिंधी समुदाय द्वारा 'चैत' कहा जाता है। इसके अलावा, उनके पंचांग के अनुसार प्रत्येक नया महीना अमावस्या यानी 'अखो' से शुरू होता है। इसलिए, उत्सव पूरे उत्साह के साथ मनाया जाता है और इस दिन को चैतीचंड नाम दिया गया है।



सिंधी नव वर्ष - चैतीचंड की तिथि और शुभ मुहूर्त चैतीचंड आम तौर पर चैत्र शुक्ल पक्ष के पहले दिन, यानी हिंदू कैलेंडर के अनुसार चैत्र (सिंधी महीने) महीने की शुरुआत में पड़ता है। यह कभी-कभी दूसरे दिन भी हो सकता है। यह ग्रेगरियन कैलेंडर के अनुसार मार्च और अप्रैल में आ सकता है। इस वर्ष सिंधी नव वर्ष निम्न तिथि और मुहूर्त के अनुसार मनाया जाएगा:

चैतीचंड - रविवार, 30 मार्च 2025
चैतीचंड मुहूर्त - सायं 06:10 बजे से सायं 07:08 बजे तक
अवधि - 00 घण्टे 58 मिनट्स
प्रतिपदा तिथि शुरुआत - मार्च 29, 2025 को 16:27 बजे
प्रतिपदा तिथि समाप्ति - मार्च 30, 2025 को 12:49 बजे

इस दिन सिंधी समुदाय के लोग विभिन्न अनुष्ठान करते हैं और लगातार चालीस दिनों तक प्रार्थना करते हैं। इस भेंट को चालिहो के नाम से जाना जाता है। इसके बाद वे चैतीचंड का भव्य उत्सव मनाते हैं। उनमें से कई लोग इस दिन उपवास भी रखते हैं और व्रत पूर्ण होने पर फलों को ग्रहण कर अपना व्रत तोड़ते हैं। अनुष्ठान निम्नानुसार किया जा सकता है:

बहराना साहिब (जिसे भेंट भी कहा जाता है) बनाते हैं, इसमें तेल का दीया, इलायची, चीनी, फल और अखो रखा जाता है और इसे झील या नदी में ले जाते हैं। साथ ही भगवान झुलैलाल की प्रतिमा भी होती है। गौह के आटे का दीपक बना कर उसमें पांच बाती वाली बत्ती जलाई जाती है, जिसे ज्योति जगान कहते हैं। फिर बहराना साहिब को पानी में विसर्जित कर भगवान को प्रसन्न करने तथा आशीर्वाद प्राप्त करने के लिए पल्लव गाए जाते हैं और प्रसाद बांटे जाते हैं। इस दिन जरूरतमंदों को भोजन तथा कपड़े देने जैसे धार्मिक कार्य किए जाते हैं।

दस महा विद्याओं का अद्भुत ज्ञान - शक्ति, साधना और सिद्धि का संगम!

दस महाविद्याएँ सिर्फ देवी नहीं, बल्कि संपूर्ण ब्रह्मांड की दिव्य ऊर्जाएँ हैं, जो हमें अलग-अलग रूपों में शक्ति, ज्ञान और आत्मसाक्षात्कार प्रदान करती हैं।

काली * - काल पर विजय की प्रतीक
तारा * - करुणा और ज्ञान की देवी
त्रिपुरसुंदरी (ललिता) * - सौंदर्य और इच्छा शक्ति भुवनेश्वरी * - विश्व की

अधीश्वरी
छिन्ममस्ता * - आत्म-बलिदान और जागृति
भैरवी * - अदम्य साहस और शक्ति
धूम्रवती * - त्याग और तपस्या की देवी
बगलामुखी * - शत्रु नाशिनी और वाणी की अधिष्ठात्री
मातंगी * - कला, संगीत और विद्या की

देवी
कमला * - समृद्धि और वैभव की देवी
"इन दस महाशक्तियों की साधना से जीवन में ज्ञान, समृद्धि और अपराजेय शक्ति प्राप्त होती है!"
भक्ति + साधना = आत्मिक जागरण!
शक्ति को पहचानो, साधना को अपनाओ और सफलता प्राप्त करो!



1. गले का इन्फेक्शन (Throat Infection in Hindi) या गलसुआ होने पर गरम पानी और नमक की सिकाई करना फायदेमंद होता है। इसके अलावा गरम पानी में नमक डालकर गरारे करने से भी लाभ होता है।
2. मेथी के दानों को पीसकर पाउडर बना लें और इसका लेप बनाकर गलसुए वाली जगह पर लगाएं। इसमें एक चुटकी नमक डालकर इसे बेहद हल्का गुनगुना करके लगाने से ज्यादा फायदा होगा।
3. पके हुए चावल के गुनगुने मांड़ में एक चुटकी नमक डालकर इसका सेवन करना फायदेमंद होता है। इससे शरीर को पोषण भी मिलेगा, पेट भी भरेगा और गलसुआ में भी लाभ होगा।
4. ताजे अदरक को टुकड़ों में काट लें और उन टुकड़ों को सुखा लें। अब इसे काले नमक में लपेटकर चूसें। इसके अलावा कच्चे अदरक को भी काले नमक के साथ चूसने पर लाभ होता है।
5. नमक को एक कपड़े में बांधकर इसे गरम तवे पर हल्का सेंक कर गले को सिकाई करें, इससे सूजन उतरेगी और दर्द भी कम होगा।

बुढ़ापे में भी बिना बीमारी और दर्द के रहना है फिट तो आज से ही डाल लें ये 4 आदतें...

सालों-सालों एक्टिव रहेगा शरीर, डेली रूटीन की एक्टिविटी में कुछ जरूरी आदतों को शामिल करने से बुढ़ापे में भी शरीर बीमारी मुक्त और एक्टिव रहेगा। आजकल की भागदौड़ भरी जिंदगी में कम उम्र में बहुत सी स्वास्थ्य संबंधी समस्या आम हो गई है। खराब खानपान और लाइफस्टाइल के चलते सेहत पर सबसे ज्यादा असर पड़ रहा, जो कम लोगों को भी प्रभावित कर रहा है। हमारे डेली रूटीन की एक्टिविटी हमारे जीवन को निर्धारित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है, लेकिन कुछ जैनेटिक चीजों में भी सेहत को प्रभावित कर सकती है, लेकिन अपने लाइफस्टाइल में कुछ आदतों को शामिल करने से जेनेटिक चीजों से बचाव के साथ-साथ बुढ़ापे को भी हेल्दी बनाया जा सकता है।

दशप्रसल, हर कोई बुढ़ापे में शारीरिक और हेलदी रहते हुए अपनी जीवन बिताना चाहता है, लेकिन ऐसा सिर्फ सोचना ही पर्याप्त नहीं है। इसके लिए छोटे-छोटे व्यायाम, स्वास्थ्य और आहार का ध्यान रखना बहुत जरूरी है। ये आदतें आपको एक निश्चित उम्र तक पहुंचने के बाद भी किसी और प्रोब्लम से बचाव कर सकते हैं, स्वतंत्र रूप से जीने में सक्षम बनाएंगी। दुनिया भर में 100 वर्ष से अधिक आयु वाले लोगों पर अध्ययन करने वाले शोधकर्तों ने बुढ़ापे में भी हेलदी और फिट रहने के लिए के कुछ टिप्स बताई हैं।

ज्यादा नमक खाने से बचें

यह करने की आवश्यकता नहीं कि अधिक रेशेय खाद्यपान महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। एक्सपर्ट्स के मुताबिक, कम नमक खाने से जीवन की गुणवत्ता बेहतर होती है और अत्यधिक नमक का सेवन समय से पहले बुढ़ापे का एक मुख्य कारण है। कई अध्ययनों से पता चला है कि ज्यादा नमक खाने से शरीर पर असर पड़ता है और इससे रक्तचाप भी कमजोर होती है।

नौद का खास ध्यान रखना

कुछ लोग चाहे किटनी भी कोशिश कर लें, वे सो नहीं पाते। लेकिन, विशेषज्ञों का कहना है कि जो लोग लंबे

समय तक जीना चाहते हैं, उन्हें नौद की समस्या से घुटकार पाना चाहिए। विशेषज्ञों का कहना है कि जो लोग अजिंदा से पीड़ित होते हैं, उनमें बुढ़ापे के लक्षण जल्दी दिखने की संभावना अधिक होती है। ऐसे में कोई भी व्यक्ति तभी स्वस्थ रह सकता है जब वह प्रतिदिन कम से कम 8 से 9 घंटे की अच्छी नींद ले।

अधिक दवाओं से सेवन से बचें

जो लोग दर्द या सर्दी जैसे छोटी-मोटी समस्याओं के लिए भी तुरंत दवा ले लेते हैं, उनमें भी बुढ़ापे के लक्षण जल्दी विकसित होने की संभावना अधिक होती है। विशेषज्ञों का कहना है कि जितना संभव हो उतना कम दवाइयाँ लें। दवाओं का प्रयोग कम करने से स्वाभाविक रूप से शरीर की प्रतिरक्षा क्षमता बढ़ जाएगी और बीमारियों से बचाव होता है।

लाइफस्टाइल में बदलाव

शरीर में जो लाइफस्टाइल की तुलना में बागीची क्षेत्रों का लाइफस्टाइल ज्यादा अच्छा होता है। रिसर्च से पता चला है कि बागीची लाइफस्टाइल लंबी उम्र में महत्वपूर्ण योगदान देती है। शोध से पता चला है कि पैदल चलने और प्रकृति में अधिक समय बिताने से जीवन बढ़ने की संभावना भी बढ़ जाती है।

वजन कंट्रोल में रखना

सालों-साल हेलदी और फिट रहने के लिए वजन कंट्रोल में रखना बहुत ही आवश्यक है। वजन बढ़ने से शरीर समय से पहले बुढ़ा हो जाता है और बीमारियाँ होने लगती हैं। शाकाहारी भोजन खाना बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि यह मांस आधारित भोजन के बराबर शक्ति प्रदान करता है। इसके अलावा कम कैलोरी वाला भोजन भी खाना चाहिए। इससे वजन कंट्रोल में रहता है।

फिजिकल एक्टिविटी और एक्सरसाइज

हेल्दी और फिट रहने के लिए फिजिकल एक्टिविटी और नियमित रूप से एक्सरसाइज बहुत ही आवश्यक है। डेली रूटीन में एक्सरसाइज करने से शरीर एक्टिव और मांसपेशियाँ मजबूत होती हैं। ऐसा करने से बीमारियों से बचाव होता है और शरीर मजबूत बनता है।

अमावस्या और पूर्णिमा का रहस्य



हिन्दू धर्म में पूर्णिमा, अमावस्या और ग्रहण के रहस्य को उजागर किया गया है। इसमें अलावा वर्ष में ऐसे कई महत्वपूर्ण दिन और रात हैं जिनका धरती और मानव मन पर गहरा प्रभाव पड़ता है। उनमें से ही माह में पड़ने वाले 2 दिन सबसे महत्वपूर्ण हैं- पूर्णिमा और अमावस्या। पूर्णिमा और अमावस्या के प्रति बहुत से लोगों में डर है। खासकर अमावस्या के प्रति बहुत से लोगों में डर है। 12 पूर्णिमा और 12 अमावस्या होती हैं। सभी का अलग-अलग महत्व है। हिन्दू पंचांग के अनुसार माह के 30 दिनों को चन्द्र कला के आधार पर 15-15 दिन के 2 पक्षों में बांटा गया है- शुक्ल पक्ष और कृष्ण पक्ष। शुक्ल पक्ष के अंतिम दिन को पूर्णिमा कहते हैं और कृष्ण पक्ष के अंतिम दिन को अमावस्या।

30 पंचांग की अवधारणा यदि शुरुआत से गिनें तो 12 तिथियों का नाम रहता है- पूर्णिमा (पूर्वमासी), प्रतिपदा (पड़वा), द्वितीया (दूज), तृतीया (तीज), चतुर्थी (चौथ), पंचमी (पंचमी), षष्ठी (छठ), सप्तमी (सातम), अष्टमी (आठम), नवमी (नौमी), दशमी (दसम), एकादशी (ग्यारस), द्वादशी (बारस), त्रयोदशी (तेरस), चतुर्दशी (चौदस) और अमावस्या (अमावस)। अमावस्या पंचांग के अनुसार माह की 30वीं और कृष्ण पक्ष की अंतिम तिथि है जिस दिन चंद्रमा आकाश में दिखाई नहीं देता। हर माह की पूर्णिमा और अमावस्या को कोई न कोई पर्व अवश्य मनाया जाता ताकि इन दिनों व्यक्ति का ध्यान धर्म को ओर लगा रहे। लेकिन इसके पीछे आखिर रहस्य क्या है?

नकारात्मक और सकारात्मक शक्तियाँ शक्तियाँ- धरती के मान से 2 तरह की शक्तियाँ होती हैं- सकारात्मक और नकारात्मक, दिन और रात, अच्छा और बुरा आदि। हिन्दू धर्म के अनुसार धरती पर उक्त दोनों तरह की शक्तियों का वर्चस्व सदा से रहता आया है। हालांकि कुछ मिश्रित शक्तियाँ भी होती हैं, जैसे संध्या होती है तथा जो दिन और रात के बीच होती है। उसमें दिन के गुण भी होते हैं और रात के गुण भी। इन प्राकृतिक और देवीय शक्तियों के कारण ही धरती पर भाँति-भाँति के जीव-जंतु, पशु-पक्षी और पेड़-पौधों, निशाचरों आदि का जन्म और विकास हुआ है। इन शक्तियों के कारण ही मनुष्यों में देवगुण और दैत्य गुण होते हैं। हिन्दुओं ने सूर्य और चन्द्र की गति और कला को जानकर वर्ष का निर्धारण किया गया। 1 वर्ष में सूर्य पर आधारित 2 अयन होते हैं- पहला उत्तरायण और दूसरा दक्षिणायन। इसी तरह चंद्र पर आधारित 1 माह के 2 पक्ष होते हैं- शुक्ल पक्ष और

कृष्ण पक्ष। इनमें से वर्ष के मान से उत्तरायण में और माह के मान से शुक्ल पक्ष में देव आत्माएं सक्रिय रहती हैं, तो दक्षिणायन और कृष्ण पक्ष में दैत्य और पितर आत्माएं ज्यादा सक्रिय रहती हैं। अच्छे लोग किसी भी प्रकार का धार्मिक और मांगलिक कार्य रात में नहीं करते जबकि दूसरे लोग अपने सभी धार्मिक और मांगलिक कार्य सहित सभी सांसारिक कार्य रात में ही करते हैं।

पूर्णिमा का विज्ञान :- पूर्णिमा की रात मन ज्यादा बेचैन रहता है और नींद कम ही आती है। कमजोर दिमाग वाले लोगों के मन में आत्महत्या या हत्या करने के विचार बढ़ जाते हैं। चांद का धरती के जल से संबंध है। जब पूर्णिमा आती है तो समुद्र में ज्वार-भाटा उत्पन्न होता है, क्योंकि चंद्रमा समुद्र के जल को ऊपर की ओर खींचता है। मानव के शरीर में भी लगभग 85 प्रतिशत जल रहता है। पूर्णिमा के दिन इस जल की गति और गुण बदल जाते हैं। वैज्ञानिकों के अनुसार इस दिन चन्द्रमा का प्रभाव काफी तेज होता है इन कारणों से शरीर के अंदर रक्त में न्यूरोन सेल्स क्रियाशील हो जाते हैं और ऐसी स्थिति में इंसान ज्यादा उत्तेजित या भावुक रहता है। एक बार नहीं, प्रत्येक पूर्णिमा को ऐसा होता रहता है तो व्यक्ति का भविष्य भी उसी अनुसार बनता और बिगड़ता रहता है। जिन्हें मंदगिन रोग होता है या जिनके पेट में चय-उपचय की क्रिया शिथिल होती है, तब अक्सर सुनने में आता है कि ऐसे व्यक्ति भोजन करने के बाद नशा जैसा महसूस करते हैं और नशे में न्यूरोन सेल्स शिथिल हो जाते हैं जिससे दिमाग का नियंत्रण शरीर पर कम, भावनाओं पर ज्यादा केंद्रित हो जाता है। ऐसे व्यक्तियों पर चन्द्रमा का प्रभाव गलत दिशा लेने लगता है। इस कारण पूर्णिमा व्रत का पालन रखने की सलाह दी जाती है।

कुछ मुख्य पूर्णिमा :- कार्तिक पूर्णिमा, माघ पूर्णिमा, शरद पूर्णिमा, गुरु पूर्णिमा, बुद्ध पूर्णिमा आदि।

चेतावनी :- इस दिन किसी भी प्रकार की तामसिक वस्तुओं का सेवन नहीं करना चाहिए। इस दिन शराब आदि नशे से भी दूर रहना चाहिए। इसके शरीर पर ही नहीं, आपके भविष्य पर भी दुष्परिणाम हो सकते हैं। जानकार लोग तो यह कहते हैं कि चौदस, पूर्णिमा और प्रतिपदा उक्त 3 दिन पवित्र बने रहने में ही भलाई है।

अमावस्या :- वर्ष के मान से उत्तरायण में और माह के मान से शुक्ल पक्ष में देव आत्माएं सक्रिय रहती हैं तो दक्षिणायन और कृष्ण पक्ष में दैत्य आत्माएं ज्यादा सक्रिय रहती हैं। जब दानवी आत्माएं ज्यादा सक्रिय

रहती हैं, तब मनुष्यों में भी दानवी प्रवृत्ति का असर बढ़ जाता है इसलिए उक्त दिनों के महत्वपूर्ण दिन में व्यक्ति के मन-मस्तिष्क को धर्म की ओर मोड़ दिया जाता है। अमावस्या के दिन भूत-प्रेत, पितृ, पिशाच, निशाचर जीव-जंतु और दैत्य ज्यादा सक्रिय और उन्मुक्त रहते हैं। ऐसे दिनों की प्रकृति को जानकर विशेष सावधानी रखनी चाहिए। प्रेत के शरीर की रचना में 25 प्रतिशत फिजिकल एटम और 75 प्रतिशत इथेरिक एटम होता है। इसी प्रकार पितृ शरीर के निर्माण में 25 प्रतिशत इथेरिक एटम और 75 प्रतिशत एस्ट्रल एटम होता है। अगर इथेरिक एटम सघन हो जाए तो प्रेतों का छायाचित्र लिया जा सकता है और इसी प्रकार यदि एस्ट्रल एटम सघन हो जाए तो पितरों का भी छायाचित्र लिया जा सकता है। ज्योतिष में चन्द्र को मन का देवता माना गया है। अमावस्या के दिन चन्द्रमा दिखाई नहीं देता। ऐसे में जो लोग अति भावुक होते हैं, उन पर इस बात का सर्वाधिक प्रभाव पड़ता है। लड़कियों में मन से बहुत ही भावुक होती हैं। इस दिन चन्द्रमा नहीं दिखाई देता तो ऐसे में हमारे शरीर में हलचल अधिक बढ़ जाती है। जो व्यक्ति नकारात्मक सोच वाला होता है उसे नकारात्मक शक्ति अपने प्रभाव में ले लेती है। धर्मग्रंथों में चन्द्रमा की 16वीं कला को 'अमा' कहा गया है। चन्द्रमंडल की 'अमा' नाम की महाकला है जिसमें चन्द्रमा की 16 कलाओं की शक्ति शामिल है। शास्त्रों में अमा के अनेक नाम आए हैं, जैसे अमावस्या, सूर्य-चन्द्र संगम, पंचदशी, अमावसी, अमावसी या अमामासी। अमावस्या के दिन चन्द्र नहीं दिखाई देता अर्थात् जिसका क्षय और उदय नहीं होता है उसे अमावस्या कहा गया है, तब इसे 'कुहू अमावस्या' भी कहा जाता है। अमावस्या माह में एक बार ही आती है। शास्त्रों में अमावस्या तिथि का स्वामी पितृदेव को माना जाता है। अमावस्या सूर्य और चन्द्र के मिलन का काल है। इस दिन दोनों ही एक ही राशि में रहते हैं। कुछ मुख्य अमावस्या - भौमदती अमावस्या, मौनी अमावस्या, शनि अमावस्या, हरियाली अमावस्या, दिवाली अमावस्या, सोमवती अमावस्या, सर्वपितृ अमावस्या।

चेतावनी :- इस दिन किसी भी प्रकार की तामसिक वस्तुओं का सेवन नहीं करना चाहिए। इस दिन शराब आदि नशे से भी दूर रहना चाहिए। इसके शरीर पर ही नहीं, आपके भविष्य पर भी दुष्परिणाम हो सकते हैं। जानकार लोग तो यह कहते हैं कि चौदस, अमावस्या और प्रतिपदा उक्त 3 दिन पवित्र बने रहने में ही भलाई है।

स्वस्थ और काले बालों को बनाए रखने के उपाय

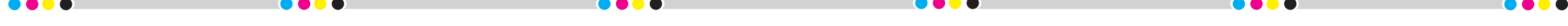
अपने आहार में ये चीज जरूर शामिल करें

प्रोटीन: अंडा, मछली, दालें, सोयाबीन, और पनीर।
आयर्न: पालक, बीन्स, और नट्स।
विटामिन A: गाजर, और हरी सब्जियाँ।
विटामिन C: खट्टे फल, जैसे संतरा और नींबू।
विटामिन E: बादाम, और अन्य नट्स।
विटामिन B-कॉम्प्लेक्स:

अंकुरित अनाज, दालें, आलू, गाजर, और ब्रोकली।
ओमेगा-3 फैटी एसिड: मछली, अलसी के बीज, और अखरोट।
बालों की देखभाल
1. तेल लगाना बालों को नियमित रूप से तेल से मालिश करें, जैसे कि नारियल तेल, बादाम तेल, या जैतून तेल।
2. शैम्पू और कंडीशनर अपने बालों के प्रकार के अनुसार शैम्पू और कंडीशनर का इस्तेमाल करें।

3. गर्म उपकरणों से बचाव बालों को गर्म उपकरणों, जैसे कि हेयर ड्रायर और स्ट्रेटर से बचाएं।
4. नियमित रूप से बाल धोना हफ्ते में 2-3 बार बाल धोना चाहिए।
5. हाइड्रेटेड रहना पर्याप्त मात्रा में पानी पीना चाहिए।
6. स्ट्रेस कम करना स्ट्रेस बालों के लिए हानिकारक हो सकता है, इसलिए स्ट्रेस कम करने के तरीके अपनाएं, जैसे कि योग या ध्यान।

7. नियमित रूप से बाल कटवाना दोमूँहे बालों से बचने के लिए नियमित रूप से बाल कटवाएं।
8. प्राकृतिक हेयर मास्क घर पर बने प्राकृतिक हेयर मास्क, जैसे अंडे, दही, मैथी, और आंवला का इस्तेमाल करें।
9. कंधी करना बालों को रोज कंधी करना चाहिए, इससे बाल कम टूटते हैं और हेल्दी रहते हैं।
10. नौद पर्याप्त नौद लेना भी बालों के लिए जरूरी है।



दिल्लीवासियों को प्रदूषण से राहत, ग्रेप एक की पाबंदियां हटी; आनेवाले दिनों में कैसा रहेगा एक्व्यूआई

राजधानी दिल्ली में तेज हवा चलने से शनिवार को प्रदूषण के स्तर में सुधार हुआ है। एयर इंडेक्स 200 से नीचे आने से हवा की गुणवत्ता मध्यम श्रेणी में आ गई है। इसके बाद वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग (सीएक्व्यूएम) ने ग्रेडेड रिस्पॉन्स एक्शन प्लान (ग्रेप) से संबंधित सब कमेटी की सिफारिश पर एनसीआर से ग्रेप-एक के पाबंदियों को हटा दिया है।

नई दिल्ली। राजधानी में तेज हवा चलने के कारण शनिवार को प्रदूषण के स्तर में सुधार हुआ। इस वजह से पांच दिन बाद एयर इंडेक्स खराब श्रेणी से घटकर 200 से नीचे आ गया। इससे शनिवार को दिल्ली में हवा की गुणवत्ता मध्यम श्रेणी रही।

इसके बाद वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग (सीएक्व्यूएम) ने ग्रेडेड रिस्पॉन्स एक्शन प्लान (ग्रेप) से संबंधित सब कमेटी की सिफारिश पर एनसीआर से ग्रेप-एक के पाबंदियों को हटा दिया है।

दिल्ली में हवा की गुणवत्ता मध्यम श्रेणी में रहेगी

सीएक्व्यूएम का कहना है कि मौसम विभाग और केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड (सीपीसीबी) से मिली जानकारी के अनुसार अगले कुछ दिनों तक दिल्ली में हवा की गुणवत्ता मध्यम श्रेणी में रहेगी। इसलिए ग्रेप एक की पाबंदियां हटाई गई हैं।



सख्ती से निगरानी करने के निर्देश दिए साथ ही सीएक्व्यूएम ने कहा है कि आने वाले दिनों में निर्माण व विध्वंस से संबंधित कार्य व सड़कों पर मौजूद धूल उड़ने से वातावरण में प्रदूषण बढ़ सकता है, इसलिए सीएक्व्यूएम ने संबंधित एजेंसियों को इसकी सख्ती से निगरानी करने के निर्देश दिए हैं।

ग्रेप एक के तहत पेट्रोल और डीजल के वाहनों पर रोक

ग्रेप एक के तहत समयवधि पूरी कर चुके पेट्रोल और डीजल के वाहनों पर रोक थी। साथ ही टाबो, रेस्टोरेंट, होटल इत्यादि में कोयला और लकड़ी जलाने पर भी रोक थी। ग्रेप एक हटने से इन रोक से राहत मिलेगी। सीपीसीबी के अनुसार दिल्ली का एयर इंडेक्स 153, फरीदाबाद का 103, गाजियाबाद का 182, ग्रेटर नोएडा का 118, गुरुग्राम 159 व नोएडा का 104 रहा।

क्या है दिल्ली में प्रदूषण की वजह
राजधानी में वायु प्रदूषण का प्रमुख कारण सड़कों पर वाहनों की भीड़ व धूल की समस्या है। सार्वजनिक परिवहन प्रणाली को मजबूत कर निजी वाहनों की संख्या कम की जा सकती है। धूल की समस्या हल करने के लिए सड़कों की दशा सुधारने के साथ ही निर्माण कार्यों में प्रदूषण रोकथाम के नियम को सख्ती से लागू करना होगा।

दिल्ली दंगों से जुड़े मनी लॉन्ड्रिंग मामले में ताहिर हुसैन को मिली जमानत, मुस्तफाबाद से लड़ा था विधानसभा चुनाव

उत्तर पूर्वी दिल्ली दंगों से जुड़े मनी लॉन्ड्रिंग मामले में मुख्य आरोपी और पूर्व पार्षद ताहिर हुसैन को शनिवार को जमानत मिल गई। अतिरिक्त सत्र न्यायाधीश समीर बाजपेयी की अदालत ने उन्हें यह राहत दी है। ताहिर पर आरोप है कि उन्होंने तीन डमी कंपनियां बनाकर 1.59 करोड़ रुपये जुटाए थे और उस पैसे को दंगों में इस्तेमाल किया था।

दिल्ली। उत्तर पूर्वी दिल्ली दंगों से जुड़े मनी लॉन्ड्रिंग मामले में मुख्य आरोपित एवं पूर्व पार्षद ताहिर हुसैन को शनिवार को कड़क-कड़मा स्थिति कोर्ट ने जमानत दे दी। अतिरिक्त सत्र न्यायाधीश समीर बाजपेयी के कोर्ट ने दंड प्रक्रिया संहिता की धारा 436-ए के प्रविधान के तहत उसे यह राहत दी है। कोर्ट ने आदेश में कहा कि ताहिर पर जो आरोप हैं, उनमें निर्धारित कारावास की अधिकतम अवधि का आधा हिस्सा वह पूरा कर चुका है। लिहाजा वह जमानत का हकदार है। कोर्ट ने उसे 50 हजार रुपये के दो जमानती और इतनी ही राशि का निजी मुचलका जमा करने को कहा है। हालांकि वह अभी बाहर नहीं आ



पाएंगे। दंगों को साजिश के मामले में वह न्यायिक हिरासत में है। **मनी लॉन्ड्रिंग एक्ट के तहत दर्ज की थी प्राथमिकी**
फरवरी 2020 में उत्तर-पूर्वी दिल्ली में हुए दंगों में 53 लोग मारे गए थे। इसे लेकर इंडी ने ताहिर हुसैन के खिलाफ प्रोवोकेशन आफ मनी लॉन्ड्रिंग एक्ट (पीएमएएए) के तहत प्राथमिकी की थी। उसमें आरोप लगाया था कि ताहिर हुसैन ने तीन डमी कंपनियां बनाकर अवैध तरीके से 1.59 करोड़ रुपये जुटाए थे। उस धन को उसने उत्तर पूर्वी दिल्ली में दंगा भड़काने के लिए लोगों में बांटा था।

अधिकतम सात वर्ष की सजा का प्रावधान
इस मामले में मार्च 2022 में ताहिर के खिलाफ आरोप तय हुए थे।

अब इस मामले का ट्रायल चल रहा है। इस मामले में ताहिर ने वैधानिक जमानत के लिए लगाई अर्जी में कहा था कि उस पर लगे मनी लॉन्ड्रिंग के आरोप में अधिकतम सात वर्ष की कैद का प्रावधान है। वह इस केस में चार वर्ष से अधिक कैद में बिता चुका है। इसलिए दंड प्रक्रिया संहिता की धारा 436-ए के तहत उसे जमानत प्रदान की जाए।

AIMIM की टिकट पर लड़ा था मुस्तफाबाद से चुनाव
इस पर कोर्ट ने उसे राहत दे दी। बता दें कि दंगों में नाम आने के बाद ताहिर को आप ने निर्लंबित कर दिया था। इसी वर्ष उसने आल इंडिया मजलिस-ए-इत्तेहादुल मुस्लिमीन (एआइएमआइएम) ज्वाइन कर मुस्तफाबाद विधानसभा क्षेत्र से चुनाव लड़ा था।

महाराजा अग्रसेन के जीवन पर बनेगी प्रेरणादायक फिल्म, समाज कल्याण के लिए समर्पित होगी कमाई

प्रसिद्ध फिल्म निर्माता श्री डी.एन. जोशी जी और इन्दौर संस्था अग्रमंच के संस्थापक श्री आशीष गोयल जी मिलकर महाराजा अग्रसेन के जीवन पर एक भव्य और प्रेरणादायक फिल्म बनाने जा रहे हैं जिसका शीर्षक रघुगुरु अग्रसेन रखा गया है। यह फिल्म देशवासियों को महाराजा अग्रसेन के आदर्शों, उनके समाज सुधार के कार्यों और उनके अद्वितीय नेतृत्व से परिचित कराएगी। साथ ही, यह लोगों को नेक राह पर चलकर समाज कल्याण में सक्रिय भूमिका निभाने के लिए भी प्रेरित करेगी।

इस फिल्म की पटकथा लेखन का कार्य शुरू हो चुका है और कलाकारों के चयन की प्रक्रिया भी जारी है। निर्माताओं का कहना है कि यह फिल्म न केवल ऐतिहासिक दृष्टि से महत्वपूर्ण होगी, बल्कि युवाओं के लिए एक प्रेरणास्रोत भी बनेगी। फिल्म का निर्माण पूरी भव्यता और ऐतिहासिक प्रमाणिकता के साथ किया जाएगा, ताकि दर्शकों को महाराजा अग्रसेन के युग की सजीव अनुभूति हो सके।

सबसे विशेष बात यह है कि इस फिल्म से होने वाली पूरी कमाई समाज सेवा और लोकहित के कार्यों में लगाई जाएगी। यह फिल्म स्वर्गीय श्री ओ.पी. गोयल जी को समर्पित होगी, जिन्होंने



हमेशा समाजसेवा को प्राथमिकता दी।

इस ऐतिहासिक और पुनीत कार्य में भागीदार बनने के लिए जो भी स्वेच्छा से आर्थिक सहयोग करना चाहते हैं, वे निम्नलिखित संपर्क सूत्रों पर संपर्क कर सकते हैं—

श्री आशीष गोयल : इन्दौर 9893029600

श्री डी.एन. जोशी : 9769862941
जो भी मित्राण इस विशेष फिल्म में अपना योगदान देंगे उनका नाम फिल्म में शामिल किया जाएगा।

आइए, इस ऐतिहासिक पहल का हिस्सा बनें और महाराजा अग्रसेन के आदर्शों को जीवंत रखने के इस महायज्ञ में अपनी आहुति दें!

गुरुग्राम-दिल्ली हाइवे पर इंटरचेंज का निर्माण कार्य जल्द होगा पूरा, प्रदूषण-ट्रैफिक जाम से मिलेगी निजात

गुरुग्राम दिल्ली हाईवे दिल्ली की लाइफलाइन है और इसे स्वच्छ और विकसित बनाने के लिए पर्यावरण मंत्री मनजिंदर सिंह सिरसा ने शनिवार को इसका निरीक्षण किया। उन्होंने प्रदूषण पर विशेष ध्यान दिया। निर्माण स्थलों पर धूल नियंत्रण के उपायों की कमी देखी गई और अधिकारियों को सख्त कार्रवाई के निर्देश दिए गए।

दिल्ली। दिल्ली को स्वच्छ और विकसित बनाने के संकल्प के तहत पर्यावरण, वन एवं वन्यजीव मंत्री मनजिंदर सिंह सिरसा ने शनिवार को गुरुग्राम-दिल्ली हाईवे पर धौला कुआं से शिव मूर्ति इंटरचेंज तक चल रहे निर्माण कार्य, ट्रैफिक जाम और हरे क्षेत्रों का निरीक्षण किया।

मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता के निर्देश पर किए गए इस दौर में मंत्री ने प्रदूषण और जाम की समस्या से निपटने के लिए अधिकारियों को तत्काल कदम उठाने के आदेश दिए। मनजिंदर सिंह सिरसा ने कहा, 'गुरुग्राम-दिल्ली हाईवे दिल्ली की लाइफलाइन है।' यहां प्रदूषण नियंत्रण हमारी पहली प्राथमिकता है।

दिल्ली ट्रैफिक पुलिस के वरिष्ठ अधिकारी मौजूद रहे
मंत्री के साथ दिल्ली प्रदूषण नियंत्रण समिति, लोक निर्माण विभाग (पीडब्ल्यूडी), नेशनल हाईवे



अथॉरिटी ऑफ इंडिया (एनएचएआइ), एयरपोर्ट अथॉरिटी ऑफ इंडिया और दिल्ली ट्रैफिक पुलिस के वरिष्ठ अधिकारी मौजूद रहे। उन्होंने महापालपुर फ्लाईओवर, रोहतक/चंडीगढ़ फ्लाईओवर, शिव मूर्ति इंटरचेंज और एयरपोर्ट अंडरपास का दौरा कर ट्रैफिक प्रवाह और प्रदूषण नियंत्रण मानकों की समीक्षा की।

निर्माण स्थलों पर धूल नियंत्रण के उपाय नाकाफी
निरीक्षण के दौरान पाया गया कि कई निर्माण स्थलों पर धूल नियंत्रण के उपाय नाकाफी हैं। निर्माण सामग्री खुले में पड़ी थी और नियमित पानी का छिड़काव नहीं हो रहा था, जिससे धूल प्रदूषण बढ़ रहा था। मंत्री ने डीपीसीसी को ऐसे डेवलपर्स और कान्ट्रैक्टर्स के खिलाफ सख्त कार्रवाई करने को कहा। साथ ही, एनएचएआइ और पीडब्ल्यूडी को डायवर्जन

के जरिए ट्रैफिक को सुगम बनाने और बुनियादी ढांचे की खामियों को दूर करने के निर्देश दिए।

मंत्री ने कहा, 'ट्रैफिक जाम और वायु प्रदूषण आपस में जुड़े हैं। रोजकरी क्रासिंग और द्वारका-चंडीगढ़ बाईपास पर जाम के कारण ट्रैफिक जैम-जैम चलता है। सही डायवर्जन योजना से इसे सुधारा जा सकता है, जिससे धूल नियंत्रण और हरे क्षेत्रों का विकास संभव होगा।'

जाम से होने वाले प्रदूषण को कम करना जरूरी: मंत्री

शिव मूर्ति इंटरचेंज पर एनएचएआइ और पीडब्ल्यूडी को इसकी क्षमता का आकलन कर रिपोर्ट तैयार करने को कहा गया, ताकि यह अनुमान लगाया जा सके कि प्रस्तावित कॉरिडोर से ट्रैफिक का दबाव कितना बढ़ेगा। मंत्री ने जोर दिया कि यह मार्ग पहले से ही भीड़भाड़ वाला है और जाम से होने वाले प्रदूषण को कम करना जरूरी है।

पेड़-पौधों के रखरखाव को सुनिश्चित करने का भी निर्देश

उन्होंने एनएचएआइ और एमसीडी को समन्वय से काम कर रहे कवर को बढ़ाने और पेड़-पौधों के रखरखाव को सुनिश्चित करने का भी निर्देश दिया। यह दौरा दिल्ली सरकार की उस प्रतिबद्धता को दर्शाता है, जिसमें प्रदूषण कम करने, ट्रैफिक प्रबंधन को बेहतर करने और शहर को स्वच्छ बनाने के लिए ठोस कदम उठाए जा रहे हैं।

पति-पत्नी दोनों मिल खूब कमाते हैं तीस लाख का पैकेज दोनों ही पाते हैं

सुबह आठ बजे नौकरियों पर जाते हैं

शाम - रात तक ही वापिस आते हैं

अपने परिवारिक रिश्तों से कतराते हैं अकेले रह कर वह कैरियर बनाते हैं

कोई कुछ मांग न ले वो मुंह छुपाते हैं भीड़ में रहकर भी अकेले रह जाते हैं

मोटे वेतन की नौकरी छोड़ नहीं पाते हैं अपने नन्हे मुन्हे को पाल नहीं पाते हैं

फुल टाइम की मेड एजेंसी से लाते हैं उसी के जिम्मे वो बच्चा छोड़ जाते हैं

परिवार को उनका बच्चा नहीं जानता है केवल आया'आंटी' को ही पहचानता है

दादा-दादी, नाना-नानी कौन होते हैं ? अनजान है सबसे किसी को न मानता है

आया ही नहलाती है आया ही खिलती है टिफिन भी रोज रोज आया ही बनाती है

युनिफार्म पहना के स्कूल केब में बिटाती है छुट्टी के बाद केब से आया ही घर लाती है

नींद जब आती है तो आया ही सुलाती है जैसी भी उसको आती है लोरी सुनाती है

उसे सुलाने में अक्सर वो भी सो जाती है कभी जब मचलता है तो टीवी दिखाती है

जो टीचर मैम बताती है वही वो मानता है देसी खाना छोड़ कर पीजा बर्गर खाता है

वीक एन्ड पर मॉल में पिकनिक मनाता है संडे की छुट्टी मीम-डेड के संग बिताता है

वक्त नहीं रुकता है तेजी से गुजर जाता है वह स्कूल से निकल के कालेज में आता है

काचेन्ट में पढ़ने पर इंडिया कहाँ भाता है

आगे पढ़ाई करने वह विदेश चला जाता है

वहाँ नये दोस्त बनते हैं उनमें रम जाता है माँ-बाप के पैसों से ही खर्चा चलाता है

धीरे-धीरे वहाँ की संस्कृति में रंग जाता है मौम डेड से रिश्ता पैसों का रह जाता है

कुछ दिन में उसे काम वहीं मिल जाता है जीवन साथी शीघ्र ढूँढ़ वहीं बस जाता है

माँ बाप ने जो देखा खाबा वो टूट जाता है बेटे के दिमाग में भी कैरियर रह जाता है

बुढ़ापे में माँ-बाप अब अकेले रह जाते हैं जिनकी अनदेखी की उनसे आँखें चुराते हैं

क्यों इतना कमाया ये सोच के पछाताते हैं घुट घुट कर जीते हैं खुद से भी शरमाते हैं

हाथ पैर ढीले हो जाते, चलने में दुख पाते हैं दाढ़-दँत गिर जाते, मोटे चश्मे लग जाते हैं

कमर भी झुक जाती, कान नहीं सुन पाते हैं वृद्धाश्रम में दाखिल हो, जिंदा ही मर जाते हैं :

सोचना की बच्चे अपने लिए पैदा कर रहे हो या विदेश की सेवा के लिए।

बेटा एडिलेड में, बेटे है न्यूयार्क। ब्राइट बच्चों के लिए, हुआ बुढ़ापा डार्क।

बेटा डालर में बंधा, सात समन्दर पार। चिता जलाने बाप की, गए पड़ोसी चार।

ऑन लाईन पर हो गए, सारे लाइ दुलार। दुनियाँ छोटी हो गई, रिश्ते हैं बीमार।

बूढ़ा-बूढ़ी आँख में, भरते खारा नीर। हरिद्वार के घाट की, सिडनी में तकदीर।

तेरे डालर से भला, मेरा इक कलदार। रूखी-सूखी में सुखी, अपना घर संसार

प्रस्तुतकर्ता :- जसपाल सिंह

प्रसंगवश – 31 मार्च: डॉ. आनंदीबाई जोशी (भारत की पहली महिला डॉक्टर) जयंती

आनंदीबाई जोशी: भारत की पहली महिला डॉक्टर की प्रेरक गाथा [महिला सशक्तिकरण की प्रथम किरण: 19वीं सदी की नायिका डॉ. आनंदीबाई जोशी]

भारत के इतिहास में कुछ ऐसे नाम हैं जो समय की धूल में दबे नहीं, बल्कि हर कण में चमकते हैं, और उनमें से एक हैं डॉ. आनंदीबाई जोशी। एक ऐसी महिला, जिसने 19वीं सदी के उस दौर में, जब समाज की रूढ़ियाँ महिलाओं को घर की चारदीवारी तक सीमित रखती थीं, न केवल अपने सपनों को पंख दिए, बल्कि उन्हें उड़ान देकर इतिहास रच दिया। उनकी कहानी सिर्फ एक व्यक्तिगत विजय नहीं, बल्कि हर उस महिला के लिए प्रेरणा है जो अपने रास्ते की बाधाओं को चुनौती देना चाहती है। जब हम उनके जीवन की ओर देखते हैं, तो यह महसूस होता है कि साहस और संकल्प के आगे कोई भी दीवार स्थायी नहीं रह सकती।

आनंदीबाई का जन्म 31 मार्च 1865 को महाराष्ट्र के ठाणे जिले में एक साधारण परिवार में हुआ था। उस समय का समाज महिलाओं की शिक्षा को लेकर उदासीन था, और उनकी भूमिका सिर्फ घर-गृहस्थी तक सीमित मानी जाती थी। लेकिन आनंदीबाई का जीवन एक अलग कहानी लिखने को तैयार था। नौ साल की छोटी उम्र में उनकी शादी गोपालराव जोशी से हुई, जो उस समय के हिसाब से असाधारण रूप से प्रगतिशील थे। गोपालराव ने न सिर्फ आनंदीबाई को पढ़ने के लिए प्रोत्साहित किया, बल्कि उनके सपनों को साकार करने के लिए हर कदम पर

उनका साथ दिया। यह रिश्ता सिर्फ एक विवाह नहीं था, बल्कि एक साझेदारी थी जो आने वाली पीढ़ियों के लिए मिसाल बन गई। लेकिन उनकी जिंदगी में एक ऐसा मोड़ आया जिसने उनके संकल्प को और मजबूत किया। 14 साल की उम्र में माँ बनने के बाद उनके नवजात बेटे की मृत्यु हो गई, सिर्फ इसलिए क्योंकि समय पर चिकित्सा सुविधा उपलब्ध नहीं थी। इस दुख ने उनके भीतर एक आग जलाई—एक ऐसी आग जो समाज में बदलाव लाने की चाहत बन गई।

इस दुखद घटना के बाद आनंदीबाई ने ठान लिया कि वे डॉक्टर बनेंगी और दूसरी महिलाओं को ऐसी त्रासदी से बचाएंगी। लेकिन उस समय भारत में महिलाओं के लिए चिकित्सा शिक्षा का कोई रास्ता नहीं था। यहाँ तक कि शिक्षा तक पहुँचना भी एक सपना ही था। फिर भी, गोपालराव के अटूट समर्थन के साथ, आनंदीबाई ने हार नहीं मानी। 1883 में उन्होंने एक साहसिक कदम उठाया और अमेरिका के पेंसिल्वेनिया में स्थित फिलाडेल्फिया महिला मेडिकल कॉलेज में दाखिला ले लिया। यह निर्णय अपने आप में क्रांतिकारी था। एक भारतीय महिला, जो उस समय समुद्र पार करने की बात तो दूर, घर से बाहर कदम रखने में भी संकोच करती थी, वह विदेश जाकर पढ़ाई करने का साहस कर रही थी। वहाँ की उँडी जलवायु, अलग संस्कृति और भाषा की बाधाओं के बावजूद, उन्होंने अपनी मेहनत से 1886 में एम.डी. की डिग्री हासिल की। इस उपलब्धि ने उन्हें भारत की पहली महिला डॉक्टर बनाया और दुनिया को दिखाया कि दृढ़ इच्छाशक्ति के आगे कोई बंधन टिक



नहीं सकता। हालाँकि, उनकी यह यात्रा आसान नहीं थी। विदेश में पढ़ाई के दौरान उनकी सेहत पर बुरा असर पड़ा। उँडी जलवायु और कठिन परिस्थितियों ने उनके शरीर को कमजोर कर दिया। डिग्री हासिल करने के बाद जब वे भारत लौटीं, तो कोल्हापुर के अल्बर्ट एडवर्ड अस्पताल में बतौर महिला डॉक्टर अपनी सेवाएँ शुरू कीं। लेकिन नियति को कुछ और ही मंजूर था। 122 साल की छोटी उम्र में, 26 फरवरी 1887 को, टीबी जैसी जानलेवा बीमारी ने उन्हें हमसे छीन लिया। उनकी मृत्यु ने एक उदीयमान सितारे को तो बुझा दिया, लेकिन उनकी चमक आज भी बरकरार है। इतनी कम उम्र में उन्होंने जो हासिल किया, वह किसी चमत्कार से कम नहीं था। उनकी कहानी हमें सिखाती है कि समय की कमी कोई बहाना नहीं होती, असल में मायने रखता है कि उस समय को कैसे जीया जाए।



आनंदीबाई जोशी की विरासत सिर्फ एक नाम या उपाधि नहीं है, बल्कि एक विचार है—शिक्षा और साहस का विचार। उनकी मृत्यु के बाद भी उनका प्रभाव कम नहीं हुआ। भारतीय डाक विभाग ने 1992 में उनकी स्मृति में एक डाक टिकट जारी किया, जो उनके योगदान को सम्मान देने का एक छोटा सा प्रयास था। आज भी कई संस्थान उनके नाम पर चिकित्सा और शिक्षा के क्षेत्र में काम कर रहे हैं। उनकी जयंती, 31 मार्च, हमें याद दिलाती है कि एक महिला की हिम्मत कितना कुछ बदल सकती है। उन्होंने न सिर्फ अपने लिए, बल्कि आने वाली पीढ़ियों को महिलाओं के लिए रास्ता बनाया। आज जब हम भारत में महिला डॉक्टरों, वैज्ञानिकों और शिक्षिकाओं को देखते हैं, तो उनकी सफलता में आनंदीबाई की प्रेरणा की झलक दिखती है।

आनंदीबाई जोशी का जीवन हमें एक गहरी सीख देता है—कि सपने वो

नहीं जो सोते वक्त देखे जाते हैं, बल्कि वो हैं जो आपको सोने न दें। उन्होंने अपने छोटे से जीवन में जो हासिल किया, वह किसी लंबी सदी से कम नहीं। उनकी कहानी हमें चुनौतियों से लड़ने, बाधाओं को तोड़ने और अपने लक्ष्य की ओर बढ़ने की प्रेरणा देती है। जब हम उनकी जयंती पर उनके जीवन को याद करते हैं, तो यह सिर्फ एक स्मरण नहीं, बल्कि एक संकल्प बन जाता है—शिक्षा को हर महिला तक पहुँचाने का, स्वास्थ्य को हर घर तक ले जाने का, और हर उस सपने को सच करने का जो किसी के दिल में चल रहा हो। आनंदीबाई ने कहा था कि शिक्षा और साहस से हर बाधा को पार किया जा सकता है, और उनका जीवन इस बात का जीता-जागता सबूत है। उनकी यह चिंगारी आज भी जल रही है, जो हमें रास्ता दिखाती है, हमें प्रेरित करती है, और कहती है कि अस्मंभव कुछ भी नहीं।

प्रो. आरके जैन "अरिजीत",

नए रंगरूप में यामाहा XSR125 और XSR900 लॉन्च, एडवांस फीचर्स समेत डिजाइन में मिला बड़ा अपडेट

परिवहन विशेष न्यूज

2025 Yamaha XSR125 और XSR900 दोनों मोटरसाइकिल को नई टेकनोलॉजी और डिजाइन के साथ जापानी बाजार में उतारी है। इन दोनों को ही नए कलर ऑप्शन और लो सीट किट जैसे अपडेट्स दिए गए हैं। इन दोनों बाइक को ही दमदार और एडवांस फीचर्स से लेस किया गया है जिसमें स्मार्टफोन कनेक्टिविटी और बेहतर सस्पेंशन तक शामिल है। यह दोनों ही दमदार इंजन और रेट्रो स्टाइल में आती है।

नई दिल्ली। यामाहा ने हाल ही में कई मोटरसाइकिल को लॉन्च किया है। जिसमें से दो नियो-रेट्रो कैटेगरी की बाइक भी शामिल है। इन दोनों में से एक कम्प्यूटर और लाइटवेट स्टीट बाइक है, तो दूसरी मिडिलवेट नेकेड स्टीट फाइटर मोटरसाइकिल है। इनका नाम 2025 Yamaha XSR125 और XSR900 है। इन दोनों मोटरसाइकिल को ही नए कलर ऑप्शन, तकनीक और डिजाइन अपडेट्स के साथ लॉन्च किया गया है। आइए इन दोनों के बारे में विस्तार

में जानते हैं कि इनमें क्या नए अपडेट मिले हैं।

2025 Yamaha XSR125

यह एक नियो-रेट्रो स्टाइल की मोटरसाइकिल है, जिसमें गोल आकार के LED हेडलाइट, TFT डिस्प्ले और LED टेललाइट दिए गए हैं। इसमें क्विक्ट्रेड डिजाइन की सीट दी गई है, जो बाइक को और भी रेट्रो लुक देती है। इसको दो नए कलर ऑप्शन सिल्वर और ब्राउन को दिया गया है, जबकि ब्लैक में यह पहले से ही आती है।

2025 Yamaha XSR125

इस बाइक में एक नया लो सीट एक्ससेसरी किट को भी लॉन्च किया गया है, जो बाइक की सीट की ऊंचाई को 30 मिमी तक कम कर देता है। इसकी सीट की ऊंचाई अब 810 मिमी से घटकर 780 मिमी हो गई है।

2025 Yamaha XSR125 में 124cc, सिंगल-सिलेंडर, लिक्विड-कूलड इंजन का इस्तेमाल किया गया है, जो 15 PS की पावर और 12 Nm का टॉर्क जनरेट करता है। इसके इंजन को -स्पीड गियरबॉक्स और स्लिप-एंड-असिस्ट क्लच के साथ जोड़ा गया है। बाइक में



टेलिस्कोपिक फॉर्क और मोनोशॉक सस्पेंशन, 17-इंच अलॉय व्हील्स दिए गए हैं। कंपनी दावा करती है कि यह मोटरसाइकिल एक लीटर

पेट्रोल में 60.3 किमी/लीटर का माइलेज देती है।

2025 Yamaha XSR125

इसमें मिलने वाले फीचर्स की बात करें, तो मोटरसाइकिल में LCD इंस्ट्रूमेंट क्लस्टर, एलईडी हेडलाइट और टेललाइट, और बल्ब-टाइप इंडिकेटर्स मिलते हैं।

2025 Yamaha XSR900

यह एक नियो-रेट्रो नगरेट बाइक है, जिसमें गोल्डन कलर की फॉर्क, बार-एंड मिरर्स, सिंगल-पीस सीट और यूनिफ कलर स्कीम्स दी गई हैं। इस बाइक को Cyberpunk 2077 गेम से इंस्पायर्ड है और इसका डिजाइन भी काफी अट्रैक्टिव है।

2025 Yamaha XSR900

2025 XSR900 में नया नया TFT डिस्प्ले दिया गया है, जो स्मार्टफोन कनेक्टिविटी को सपोर्ट करता है। मोटरसाइकिल में 6-एक्सिस IMU (Inertial Measurement Unit) दिया गया है, जो बाइक को बेहतर कंट्रोल और सेफ्टी फीचर्स देता है। मोटरसाइकिल में KYB फुली-एडजस्टेबल

रियर सस्पेंशन, रिवाइज्ड हैंडलबार शेष, नया सीट कशनिंग, नया 4-वे जॉयस्टिक और एडजस्टेबल लीवर्स जैसे अपडेट्स दिए गए हैं।

2025 Yamaha XSR900 में वहीं पुराने 888cc, तीन-सिलेंडर, लिक्विड-कूलड इंजन का इस्तेमाल किया गया है, जो 120 PS की पावर और 93 Nm का टॉर्क जनरेट करता है। इसके इंजन को 6-स्पीड गियरबॉक्स और बायडायरेक्शनल क्विकशिफ्टर के साथ जोड़ा गया है। बाइक में फुली-एडजस्टेबल सस्पेंशन, फ्रंट में ड्यूल डिस्क ब्रेक्स और रियर में सिंगल डिस्क ब्रेक और 17-इंच के अलॉय व्हील्स दिए गए हैं।

2025 Yamaha XSR900

इसमें चार राइडिंग मोड्स (रेन, स्टीट, स्पोर्ट और कस्टम) दिए गए हैं, जिसकी मदद से पावर आउटपुट, ABS और ट्रैक्शन कंट्रोल लेवल को एडजस्ट कर सकते हैं। वहीं, मोटरसाइकिल में स्लाइड कंट्रोल, व्हीली कंट्रोल, क्रूज कंट्रोल, स्पीड लिमिटर, सॉपी-एलईडी लाइटिंग और USB-C चार्जिंग पोर्ट जैसे फीचर्स भी दिए गए हैं।

नए कलर में लॉन्च हुई स्पोर्ट्स बाइक होंडा CBR150R, पावरफुल इंजन के साथ देती है शानदार परफॉर्मेंस

2025 Honda CBR150R एक बेहतरीन स्पोर्ट्स बाइक है जिसे मलेशिया में नए कलर बेहतरीन डिजाइन और शानदार पावरट्रेन के साथ लॉन्च किया गया है। इसे स्पोर्टी लुक देने के साथ ही शानदार परफॉर्मेंस भी मिलता है। मोटरसाइकिल को नए नए कलर के रूप में Honda Tricolor और Silver दिया गया है। नए कलर ऑप्शन जोड़ने के साथ ही कीमत में RM100 (लगभग 2000 रुपये) की बढ़ावा गया है।

नई दिल्ली। 2025 Honda CBR150R को नए कलर में लॉन्च किया गया है। इसे पहले से ज्यादा बेहतरीन डिजाइन दिया गया है। इसमें नए कलर के रूप में Honda Tricolor और Silver को शामिल किया गया है। बाइक में नए अपडेट देने के साथ ही कीमत में मामूली बढ़ाव भी की गई है, जो RM100 (लगभग 2000 रुपये) है। आइए जानते हैं कि 2025 Honda CBR150R में क्या नया दिया गया है।

क्या मिला नया
2025 Honda CBR150R को दो नए कलर ऑप्शन के साथ पेश किया गया है। इसके सबसे ज्यादा आकर्षक Honda Tricolor है। इसमें भी लाल रंग को प्रमुखता दी गई है। बाइक में सफेद और नीले रंग के कंट्रास्टिंग शेड्स भी दिए गए हैं, जो साइड फेयरिंग और फ्यूल टैंक पर दिए गए हैं। इसके लुक को बेहतर बनाने के लिए USD forks को गोल्ड फिनिश दिया गया है।

इसे दिया गया दूसरा कलर Silver है, जो Honda Tricolor से ज्यादा सादा है। इसमें चमकीले पीले रंग के एक्सेस दिए गए हैं, जो



2025 HONDA CBR150R

फ्रंट फेसिया, साइड फेयरिंग, फ्यूल टैंक और सीट सेक्शन पर दिया गया है।

डिजाइन

2025 Honda CBR150R इसके डिजाइन को पहले की तरह ही रखा गया है, लेकिन इसके बार कलर में कुछ बदलाव किए गए हैं। इसका डिजाइन CBR1000RR-R, CBR650R, और CBR250RR से इंस्पायर्ड है। इसमें आक्रामक फ्रंट फेसिया, ड्यूल LED हेडलाइट्स और शार्प DRLs, फ्रंट काउल-माउंटेड स्टाइलिश रियर-व्यू मिरर, कम्पैक्ट विंडस्क्रीन, स्कलपेटेड फ्यूल टैंक, स्पोर्टी फेयरिंग और सप्लिट सीट्स और अपरवेट एग्जॉस्ट सिस्टम दिया गया है।

फीचर्स

2025 Honda CBR150R इसमें कई बेहतरीन फीचर्स दिए जाते हैं, जो इमरजेंसी स्टॉप सिग्नल (ESS), MyMAP Program के तहत इसे 5-स्टार रेटिंग, फुल डिजिटल कलर इंस्ट्रूमेंट पैनल दिया गया है। इसके इंस्ट्रूमेंट पैनल में कई तरह की जानकारी मिलती है।

पावर और परफॉर्मेंस

2025 Honda CBR150R के इंजन में भी किसी तरह का बदलाव नहीं किया गया है। इसमें वहीं, पुराने 149.2 cc, सिंगल सिलेंडर, लिक्विड कूलड, DOHC इंजन का इस्तेमाल किया गया है, जो 16.09 hp की पावर और 13.7 Nm का टॉर्क जनरेट करता है। इसके इंजन को 6-स्पीड गियरबॉक्स और असिस्ट

और स्लिपर क्लच के साथ जोड़ा गया है। इसमें मिलने वाले लिक्विड कूलिंग सिस्टम की वजह से इसका इंजन ओवरहीट होने से बचा रहता है।

अंडरनिफिंग

2025 Honda CBR150R को डायमंड फ्रेम पर बनाया गया है, जो SD forks पर सस्पेंड किया गया है। इसके पीछे की तरफ स्विंग आर्म और मोनोशॉक (Pro-Link) सिस्टम दिया गया है। बाइक में 17-इंच के व्हील्स दिए गए हैं, जिन पर 100/80 फ्रंट और 130/70 रियर ट्यूबलेस टायर दिए गए हैं। दोनों ही तरफ डिस्क ब्रेक्स दिया गया है और ड्यूल-चैनल ABS सिस्टम भी मिलता है। बाइक की सीट की ऊंचाई 788 मिमी और कब्र वेट 137 किलोग्राम है।

एस्टॉन मार्टिन वैनक्विश लॉन्च; शानदार लुक, पावरफुल इंजन और प्रीमियम फीचर्स से है लैस

एस्टॉन मार्टिन वैनक्विश भारतीय बाजार में 8.85 करोड़ रुपये की एक्स-शोरूम कीमत में लॉन्च हुई। इसमें बेहतरीन डिजाइन शानदार इंटीरियर्स और जबरदस्त पावरट्रेन दिया गया है। इसमें दिया गया लुक पावर और प्रीमियम फीचर्स इसे एक अलग ही लेवल पर ले जाते हैं। यह महज 3.3 सेकंड में 0 से 100 किमी/घंटा की स्पीड पकड़ सकती है और इसकी इसे आप 345 किमी/घंटा की रफ्तार पर चला सकते हैं।

नई दिल्ली। प्रीमियम और लज्जरी गाड़ियां बनाने वाली कंपनी Aston Martin ने भारतीय बाजार में अपनी एक कार को लॉन्च किया है। कंपनी ने भारत में Aston Martin Vanquish को 8.85 करोड़ रुपये की एक्स-शोरूम कीमत में लॉन्च किया है। इसे कई बेहतरीन फीचर्स, दमदार पावर और शानदार डिजाइन के साथ-साथ बेहद शानदार इंटीरियर्स भी दिए गए हैं। आइए इसके बारे में विस्तार में जानते हैं।

डिजाइन

Aston Martin Vanquish को शार्प और स्लीक बॉडी दी गई है, जो सड़क पर चलने पर सभी का ध्यान अपनी तरफ खींचेगी। इसमें बड़े सिग्नेचर ग्रिल और आकर्षक एलईडी हेडलाइट्स भी दिए गए हैं। इसके बम्पर में एक कार्बन-फाइबर सफ्टलर दिया गया है, इसे काफी अट्रैक्टिव लुक देते हैं।

इसके साइड प्रोफाइल की बात करें तो इसमें स्वान डोर, 21-इंच गोल्ड व्हील्स, और कार्बन-फाइबर ट्रिम दिया गया है।

इसके पीछे की तरफ वर्टिकली-स्टैकड एलईडी टेल लाइट्स और उनके बीच एक ग्लॉस ब्लैक एलिमेंट दिया गया है। इसके टेलगेट पर ज्यादा कार्बन फाइबर का इस्तेमाल किया गया है और बम्पर में क्वाड एग्जॉस्ट सिस्टम और एक आक्रामक डिफ्यूजर दिया गया है, जो इसे एक स्पोर्टी लुक देते हैं।

इंटीरियर

Aston Martin Vanquish एक 2-सीटर कार है। इसमें ड्यूल-टोन डैशबोर्ड दिया गया है।

इसके डैशबोर्ड में दो डिजिटल स्क्रीन और एक 3-स्पोक स्टीयरिंग व्हील दी गई है, जिसे भी ड्यूल-टोन थीम दी गई है।

इसमें स्पोर्ट सीट्स दी गई हैं, जो लेदरटेड अपहोल्स्ट्री से ढकी हुई हैं। इसके सेंटर कंसोल में कई बटन और रोटीरी डायल दिए गए हैं, जो पुरा-बटन स्टाइल से लेकर सीट वेंटिलेशन और एसी तक को कंट्रोल किया जा सकता है। इस कंसोल को फ्रंट आर्मरेस्ट तक दिया गया है, जिसमें कपहोल्डर्स और अतिरिक्त स्टोरेज स्पेस दिया गया है।

फीचर्स

Aston Martin Vanquish में 10.25 इंच की डिजिटल इंड्रॉवर डिस्प्ले, 10.25 इंच की टचस्क्रीन और 15-स्पीकर Bowers & Wilkins साउंड सिस्टम दिया गया है। इसमें ड्यूल-ग्लान ऑटो एसी, वायरलेस फोन चार्जर, पैनोरमिक ग्लोस रूफ, 16-वे इलेक्ट्रिकली एडजस्टेबल सीट्स, पावर-एडजस्टेबल स्टीयरिंग व्हील, ऑटोमेटिक हेडलाइट्स और वाइपर्स दिया गया है। इसमें हीटेड स्टीयरिंग व्हील और वेंटिलेटेड सीट्स भी दी जाती है।

सेफ्टी फीचर्स

इसमें पैसेंजर की सुरक्षा के लिए कई एयरबैग्स, 360-डिग्री केमरा और इलेक्ट्रॉनिक पार्किंग ब्रेक दिया गया है। इसमें एडवांस ड्राइवर असिस्टेड सिस्टम्स का पूरा सेट दिया गया है, जिसमें फॉरवर्ड कोलिजन वार्निंग और एडिप्टिव क्रूज कंट्रोल जैसे फीचर्स शामिल हैं।

इंजन

Aston Martin Vanquish का लुक जितना दमदार है, उतना ही पावरफुल में इंजन दिया गया है। इसमें 5.2-लीटर ट्विन-टर्बो V12 इंजन का इस्तेमाल किया गया है, जो 835 PS की पावर और 1000 Nm का टॉर्क जनरेट करता है। इसके इंजन को 8-स्पीड ZF ऑटोमेटिक गियरबॉक्स के साथ जोड़ा गया है। कंपनी दावा करती है कि उनकी यह कार 3.3 सेकंड में 0 से 100 किमी/घंटा की रफ्तार पकड़ सकती है और इसकी टॉप स्पीड 345 किमी/घंटा है।

टीवीएस जुपिटर वर्सेज होंडा एक्टिवा : इंजन, परफॉर्मेंस और फीचर्स के मामले में कौन बेहतर

टीवीएस जुपिटर और होंडा एक्टिवा दोनों ही अपने-अपने तरीके से शानदार हैं। अगर आपको मॉडर्न डिजाइन ज्यादा स्टोरेज डिस्क ब्रेक और बेहतर फीचर्स चाहते हैं तो जुपिटर ले सकते हैं। अगर आप रिफाइंड इंजन स्मूथ राइड चाहते हैं तो होंडा एक्टिवा को घर ला सकते हैं। आइए जानते हैं कि दोनों (टीवीएस जुपिटर वर्सेज होंडा एक्टिवा) में से कौन इंजन परफॉर्मेंस और फीचर्स के मामले में बेहतर है।

परिवहन विशेष न्यूज

नई दिल्ली। टीवीएस जुपिटर और होंडा एक्टिवा भारतीय बाजार में बिकने वाले सबसे पॉपुलर स्कूटर हैं। दोनों ही स्कूटर किफायती डिजाइन और पावरफुल इंजन के साथ आते हैं। ये दोनों ही स्कूटर अपने-अपने फायदे और सुविधाओं के साथ आते हैं। जिसे देखते हुए हम यहां पर आपको इन दोनों (TVS Jupiter Vs Honda Activa) की तुलना करते हुए बता रहे हैं कि इंजन, परफॉर्मेंस और फीचर्स के मामले में कौन बेहतर है।

डिजाइन

TVS Jupiter: इसे हाल ही में बड़े अपडेट के साथ लॉन्च किया है, जिसकी वजह से इसका डिजाइन पहले के मुकाबले ज्यादा मॉडर्न और अट्रैक्टिव लगाने लगा है। इसके बॉडी पैनल्स को अच्छे से डिजाइन किया गया है।

Honda Activa: इसके डिजाइन में पिछले कुछ वर्षों में वैसा ही है। हालांकि, इसके डिजाइन में समय-समय पर हल्के अपडेट्स जरूर हुए हैं, इसके बावजूद इसने भारतीय बाजार में अपनी पकड़ को पहले की तरह ही बनाए रखा है।

इंजन

TVS Jupiter: इसमें 113.3cc का सिंगल-सिलेंडर, एयर-कूलड इंजन दिया गया है, जो OBD-2B मानकों को पूरा करता है। इसका इंजन 8.02PS की पावर और 9.2Nm का टॉर्क जनरेट करता है। इसमें TVS iGo Assist फीचर दिया गया है, जो एक्सट्रा 0.6Nm टॉर्क जनरेट करता है।

Honda Activa: इसमें 109.51cc का सिंगल-सिलेंडर, एयर-कूलड इंजन दिया गया है, जो OBD-2B मानकों को पूरा करता है। इसका इंजन 7.8PS की पावर और 9.5Nm का टॉर्क जनरेट करता है। इसका इंजन काफी स्मूथ और



TVS JUPITER

HONDA ACTIVA

रिफाइंड है।

सस्पेंशन और ब्रेकिंग सिस्टम

TVS Jupiter: इसमें काफी अच्छी तरह से ट्यून किया गया टेलीस्कोपिक फॉर्क और रियर मोनोशॉक सस्पेंशन सिस्टम दिया गया है। इसके फ्रंट टायर में डिस्क और रियर ड्रम ब्रेक दिया गया है। जुपिटर का कब्र वेट 106 किलोग्राम और सीट की ऊंचाई 765mm है।

Honda Activa: इसमें टेलीस्कोपिक फॉर्क और रियर मोनोशॉक सस्पेंशन दिया गया है। इसके दोनों टायर में केवल ड्रम ब्रेक्स ही दिए गए हैं। एक्टिवा का कब्र वजन 105 किलोग्राम और सीट

की ऊंचाई 765mm है।

स्टोरेज

TVS Jupiter: इसमें 33-लीटर का अंडरसीट स्टोरेज दिया गया है, जिसमें आप अपने सामान को रख कर सफर कर सकते हैं। इसके अलावा फ्रंट माउंटेड फ्यूल फिलर कैप, टिवन हुक्स और पर्याप्त फुटबोर्ड स्पेस भी दिया गया है।

Honda Activa: इसमें एलईडी हेडलाइट के साथ हालेजन इंडिकेटर्स और टेल लाइट दिया गया है। इसमें OBD-2B अनुपालन वाला 4.2-इंच TFT डिस्प्ले मिलता है, जो टर्न-बाय-टर्न नेविगेशन और कॉल/एसएमएस अलर्ट जैसी सुविधाएं देता है।

फीचर्स

TVS Jupiter: इसमें एलईडी लाइटिंग और एक एलसीडी इंस्ट्रूमेंट कंसोल दिया गया है। इसमें आपको स्मार्टफोन कनेक्टिविटी का फीचर भी मिलता है, जो ब्ल्यूटूथ के जरिए टर्न-बाय-टर्न नेविगेशन और कॉल/एसएमएस अलर्ट जैसी सुविधाएं देता है।

Honda Activa: इसमें एलईडी हेडलाइट के साथ हालेजन इंडिकेटर्स और टेल लाइट दिया गया है। इसमें OBD-2B अनुपालन वाला 4.2-इंच TFT डिस्प्ले मिलता है, जो टर्न-बाय-टर्न नेविगेशन और कॉल/एसएमएस अलर्ट सपोर्ट करता है।

गर्मियों में कार की बैटरी दे न दे धोखा, अपनाए ये 5 आसान टिप्स

गर्मियों में कार की बैटरी का खयाल रखना बहुत जरूरी होता है क्योंकि तेज धूप और गर्मी की वजह से बैटरी की उम्र और परफॉर्मेंस पर असर पड़ सकता है। इतना ही नहीं यह खराब भी हो सकती है। जिसे देखते हुए हम यहां पर आपको गर्मियों में बैटरी की देखभाल करने के तरीके के बारे में बता रहे हैं।

नई दिल्ली। गर्मी का मौसम न केवल इंसान पर बुरा असर डालता है, बल्कि हमारी कार की बैटरी भी खराब कर सकता है। ज्यादा तापमान की वजह से बैटरी के परफॉर्मेंस को प्रभावित कर सकता है, बल्कि उसकी लाइफ की कम कर सकता है। इसलिए, गर्मियों में कार की बैटरी का खयाल रखना बहुत जरूरी हो जाता है। जिसे देखते हुए हम यहां पर आपको बता रहे हैं कि आप किस तरह से गर्मियों में बैटरी का खयाल रख सकते हैं।

1. बैटरी की नियमित जांच करें

गर्मियों में बैटरी सही से काम करें, इसके लिए आप इसकी नियमित रूप से जांच करें। बैटरी के टर्मिनल पर किसी तरह की गंदगी या जंग को न रहने दें। बैटरी पर लगी जंग से उसकी परफॉर्मेंस खराब हो सकती है और इसे समय-समय पर साफ करने से बैटरी की लाइफ बढ़ा सकते हैं।

2. बैटरी को ठीक से टाइट करें

बैटरी के टर्मिनल को कभी ढीला नहीं छोड़ें। गर्मी की वजह से इसका टर्मिनल फैल सकता है और कनेक्शन कमजोर हो सकता है। इसलिए हमेशा सुनिश्चित करें कि बैटरी के टर्मिनल सही से जुड़े हुए हों।



गर्मियों में कैसे रखें

कार की बैटरी का खयाल

3. कवर का इस्तेमाल करें

गर्मी में मौसम में बैटरी को लोग बचाने के लिए उसे सही से ढकते नहीं हैं, जिसकी वजह से उसका परफॉर्मेंस जल्दी कम हो जाता है। वहीं, बैटरी पर एक कवर लगाने से गर्मी का प्रभाव कम होने के साथ ही यह उसे ज्यादा गर्म होने से भी बचाता है और उसकी लाइफ बढ़ती है।

4. सही बैटरी का चयन करें

अगर आपके कार की बैटरी खराब हो गई है और उसे बदलने की जरूरत पड़ रही है, तो यह सुनिश्चित करें कि वह अपनी कार के मॉडल और स्पेसिफिकेशन के अनुरूप हो। गर्मियों में हाई क्वालिटी वाली बैटरी बेहतर से काम करने के साथ ही लंबे समय तक चलती भी है।

5. AC का सही इस्तेमाल करें

गर्मी में गाड़ियों में एयर कंडीशनर का इस्तेमाल बाकी मौसम के मुकाबले बढ़ जाता है। AC का ज्यादा इस्तेमाल करने से बैटरी पर ज्यादा प्रेशर पड़ सकता है। इसलिए एसी का इस्तेमाल लिमिट में करें। वहीं, ज्यादा एसी का इस्तेमाल करने पर इंजन पर भी ज्यादा लोड पड़ता है और उसे ज्यादा काम करना पड़ता है। इसकी वजह से माइलेज पर भी असर पड़ता है।

नया प्लास्टिक रात भर समुद्र में घुल जाता है, जिससे कोई माइक्रोप्लास्टिक नहीं निकलता है

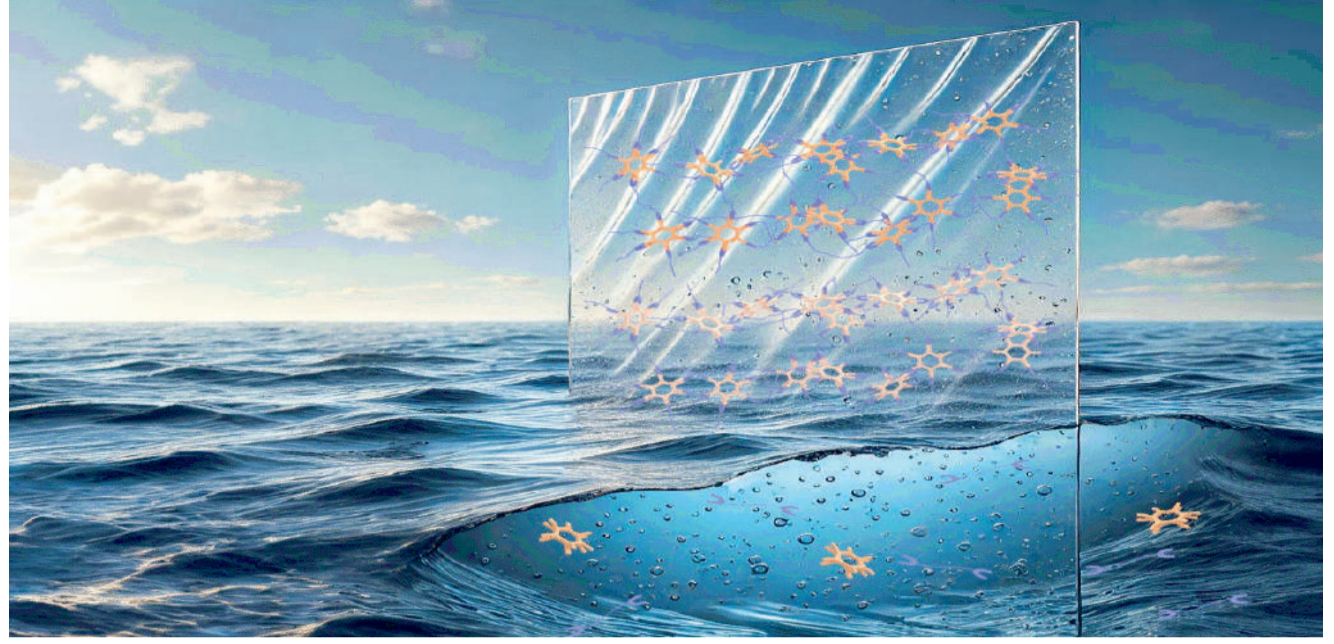


विजय गर्ग

प्लास्टिक का लाभ यह है कि वे मजबूत सहसंयोजक बंधों के साथ बने होते हैं जो उनके अणुओं को एक साथ रखते हैं, जिसका अर्थ है कि वे तोड़ने के लिए बहुत अधिक ऊर्जा लेते हैं। यही कारण है कि वे पैकेजिंग से लेकर खिलौनों तक हर चीज के लिए इतने मजबूत, लंबे समय तक चलने वाले और परिपूर्ण हैं।

प्लास्टिक टिकाऊ और मजबूत होते हैं, जो पर्यावरण में समाप्त होने पर उपयोग किए जाने के दौरान बहुत अच्छा होता है लेकिन निराशा होती है। जापान में रिकनी के वैज्ञानिकों ने एक नए प्रकार का प्लास्टिक विकसित किया है जो रोजमर्रा के उपयोग में स्थिर है लेकिन सुरक्षित योगियों को पीछे छोड़ते हुए खारे पानी में जल्दी घुल जाता है। प्लास्टिक का लाभ यह है कि वे मजबूत सहसंयोजक बंधों के साथ बने होते हैं जो उनके अणुओं को एक साथ रखते हैं, जिसका अर्थ है कि वे तोड़ने के लिए बहुत अधिक ऊर्जा लेते हैं। यही कारण है कि वे पैकेजिंग से लेकर खिलौनों तक हर चीज के लिए इतने मजबूत, लंबे समय तक चलने वाले और परिपूर्ण हैं। लेकिन प्लास्टिक उत्पाद के उपयोगी जीवन के खत्म होने के बाद वही मजबूत बंधन एक समस्या बन जाते हैं। उस कप को आपने एक बार इस्तेमाल किया और फेंक दिया, इससे पहले कि यह पूरी तरह से टूट जाए, दशकों तक लैंडफिल में बैठेगा। और जब ऐसा होता है, तो यह माइक्रोप्लास्टिक के टुकड़े बनाता है जो प्राकृतिक दुनिया के सभी कोनों में बदल रहे हैं, जिसमें हमारे अपने शरीर भी शामिल हैं, जहां वे हमारे स्वास्थ्य पर कहर बरपाते हैं, जिस तरह से हम केवल समझने लगे हैं। शोधकर्ताओं ने अब एक नए प्रकार का प्लास्टिक विकसित किया है जो

जरूरत पड़ने पर नियमित सामान के साथ-साथ काम कर सकता है, और जब यह नहीं होता है तो सुरक्षित योगियों में आसानी से टूट जाता है। यह सुपरमोलेक्यूलर पॉलिमर के रूप में जाना जाता है, जिसमें प्रतिवर्ती बांड होते हैं जो चिपचिपा नोटों की तरह कार्य करते हैं जिन्हें टीम के अनुसार संलग्न, हटाया और फिर से जोड़ा जा सकता है। टीम एक विशिष्ट प्रकार का सुपरमोलेक्यूलर बहुलक बनाना चाहती थी जो प्लास्टिक के सामान्य उपयोगों के लिए पर्याप्त मजबूत होगा, लेकिन आवश्यकता पड़ने पर हल्के परिस्थितियों में और केवल गैर विषैले योगियों को छोड़ने के लिए जल्दी से नीचे टूटने के लिए भी बनाया जा सकता है। अणुओं की एक श्रृंखला की स्क्रॉनिंग के बाद, शोधकर्ताओं ने एक विशेष संयोजन की पहचान की, जिसमें सही गुण प्रतीत होते हैं - सोडियम हेक्सामेटाफॉस्फेट, जो एक सामान्य खाद्य योजक है, और ग्वार्निडिनियम आयनों के आधार पर मोनोमर्स, जो उर्वरकों में उपयोग किए जाते हैं। जब इन दोनों योगियों को पानी में एक साथ मिलाया जाता है, तो वे एक चिपचिपा पदार्थ बनाते हैं जिसे प्लास्टिक बनाने के लिए सुखाया जा सकता है। दो अवयवों के बीच एक प्रतिक्रिया अणुओं के बीच रनमक पुलर बनाती है जो सामग्री को पारंपरिक प्लास्टिक की तरह मजबूत और लचीला बनाते हैं। हालांकि, जब वे खारे पानी में भिगोए



जाते हैं, तो इलेक्ट्रोलाइट्स उन बांडों को अनलॉक करते हैं, और सामग्री घुल जाती है। नए प्लास्टिक के बारे में एक कलाकार की छाप, पानी के ऊपर मजबूत बंधन दिखाती है और खारे पानी में डूबने पर वे कैसे टूट जाते हैं नए प्लास्टिक के बारे में एक कलाकार की छाप, पानी के ऊपर मजबूत बंधन दिखाती है और खारे पानी में डूबने पर वे कैसे टूट जाते हैं व्यवहार में, टीम ने पाया कि सामग्री उपयोग के दौरान सामान्य प्लास्टिक की तरह ही मजबूत थी, और गैर-ज्वलनशील, रंगहीन और पारदर्शी थी।

हालांकि खारे पानी में डूबा हुआ प्लास्टिक लगभग साढ़े आठ घंटे में पूरी तरह से घुल गया। बेशक किसी भी डिग्रेडेबल प्लास्टिक सामग्री के साथ एक बड़ी बाधा है: क्या होगा अगर यह अपने विनाश के लिए उत्प्रेरक के संपर्क में आता है इससे पहले कि आप इसे चाहते हैं? एक प्लास्टिक कप अच्छा नहीं है अगर कुछ तरल पदार्थ इसे भंग कर सकते हैं, आखिरकार। इस मामले में, टीम ने पाया कि हाइड्रोफोबिक कोटिंग्स को लागू करने से सामग्री के किसी भी जल्दी टूटने से

रोका गया। जब आप अंततः इसे निपटाना चाहते हैं, तो सतह पर एक साधारण खरोंच खारे पानी को वापस जाने के लिए पर्याप्त थी, जिससे सामग्री को गैर-लेपित चादरों के रूप में जल्दी से भंग करने की अनुमति मिली। जबकि कुछ बायोडिग्रेडेबल प्लास्टिक अभी भी हानिकारक माइक्रोप्लास्टिक को पीछे छोड़ सकते हैं, यह सामग्री नाइट्रोजन और फास्फोरस में टूट जाती है, जो पौधों और रोगाणुओं के लिए उपयोगी पोषक तत्व हैं। उस ने कहा, इनमें से बहुत अधिक पर्यावरण के लिए विघटनकारी हो सकता है, इसलिए

टीम का सुझाव है कि विशेष पौधों में रीसाइक्लिंग के थोक को करने के लिए साधारण खरोंच खारे पानी को वापस जाने के लिए पर्याप्त थी, जिससे सामग्री को गैर-लेपित चादरों के रूप में जल्दी से भंग करने की अनुमति मिली। लेकिन अगर इसमें से कुछ समुद्र में खत्म हो जाता है, तो यह वर्तमान प्लास्टिक कचरे की तुलना में कहीं कम हानिकारक और संभवतः फायदेमंद भी होगा।

सेवानिवृत्त प्राचार्य शैक्षिक स्तंभकार गली कौर चंद एमएचआर मलोट पंजाब

आधी-अधूरी खुशी

विजय गर्ग



हाल में जारी 'हेपीनेस इंडेक्स' में भारत की स्थिति में कुछ सुधार की बात तो जरूर सामने आयी है, लेकिन हमारी खुशी के सूचकांक को यूक्रेन, फिलीपीन्स, नेपाल व पाक से पीछे बताना गले नहीं उतरता। खुशी के मानक निर्धारण के जो पैमाने पश्चिमी देशों द्वारा इस्तेमाल किये जाते हैं, उनकी विश्वसनीयता व तार्किकता को लेकर हमेशा सवाल उठते रहे हैं। निस्संदेह, हमारा देश दुनिया की सबसे बड़ी आबादी वाला देश है। हमारी प्रगति की राह पर सदियों की गुलामी के दंश अभी पूरी तरह मिटे नहीं हैं। निस्संदेह, देश में गरीबी है, बेरोजगारी बढ़ी है, महंगाई है, सामाजिक सुरक्षा में पर्याप्त प्रगति नहीं हुई है। लेकिन तबवाह हो चुका फिलीपीन्स, युद्ध में बर्बाद यूक्रेन व दुनिया में मदद मांगता फिरता पाकिस्तान खुशी के मामले में हम से आगे नहीं हो सकता है। हमारे देश में आर्थिक विषमता हो, पूंजी का केंद्रीकरण चंद हाथों में हो, लेकिन इसके बावजूद हम दुनिया की पांचवीं बड़ी अर्थव्यवस्था हैं। हम दुनिया की सबसे तेज गति से बढ़ती आर्थिकी हैं। लेकिन इसके बावजूद दशांश खुशी के सूचकांक सरकारों को आईना दिखाते हैं कि हर नागरिक की मूलभूत आवश्यकताओं की पूर्ति हो, उन्हें सुरक्षित वातावरण उपलब्ध हो,

सामाजिक सुरक्षा मिले, काम के अवसर मिलें। मंथन हो कि हमारी रीति-नीतियों में कहाँ खोह गयी कि हम कथित खुशी के सूचकांक में गरीब मुल्कों के पीछे दशांश जा रहे हैं। हर राष्ट्रवादी व्यक्ति को ये बात चुभती है कि उसका देश खुशी के मानकों में पिछड़े देशों से भी क्यों पिछड़ रहा है। उल्लेखनीय है कि फिनलैंड को दुनिया का सबसे खुश देश बताया जा रहा है। इसी कड़ी में डेनमार्क व स्वीडन भी हैं। ये विकसित देश भारत के एक शहर जितनी आबादी वाले देश हैं। इनके यहां साक्षरता दर ऊंची है व समृद्ध संसाधन उपलब्ध हैं। कहते भी हैं छोटा परिवार सुखी परिवार होता है। हमारे देश में प्रांतीय, जातीय व धार्मिक अस्थिरता के नाम पर जनसंख्या बढ़ाने की दलीलें दी जा रही हैं। दुहाई दी जाती है कि हमारा धर्म इजाजत नहीं देता कि परिवार नियोजन अपनाया जाए। संसाधन सीमित हैं और खाने वाले मुंह लगातार बढ़ते जा रहे हैं। फिर भी

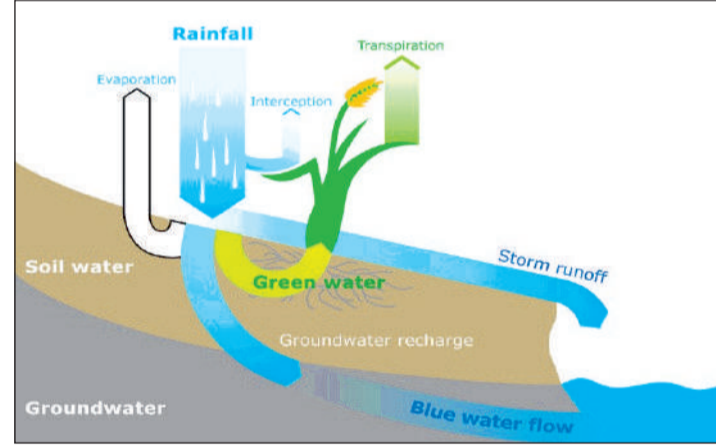
शासन-प्रशासन में व्याप्त भ्रष्टाचार एक हकीकत है, जिसको लेकर तमाम राष्ट्रीय-अंतर्राष्ट्रीय आंकड़े संशय-संशय पर आते रहते हैं। भ्रष्टाचार का मतलब है कि किसी के जांचक हक का मारा जाना। शिक्षा, स्वास्थ्य व सामाजिक सुरक्षा के क्षेत्र में हम यदि पिछड़े हैं तो कहीं न कहीं ये हमारे नीति-नियंत्रणों की विफलता भी है। यह हमारे लोकतंत्र की भी विडंबना है कि मतदान का अधिकार रखने वाले चुनाव के दौरान योग्य प्रतिनिधियों के चयन से चूकते हैं। यही वजह कि जनप्रतिनिधि संस्थाओं में दागदार नुमाइंदों की उपस्थिति बढ़ती जा रही है। जब ऐसे तत्व हमारे भाग्य-विधाता बनेंगे तो खुशी कहां से आएगी? स्पष्ट है कि यदि हम खुशी के मानकों में खरे नहीं उतरते हैं तो नीतियां बनाने वालों को आत्ममंथन करना होगा। जागरूक नागरिक व जिम्मेदार राजनीतिक नेतृत्व तसवीर बदल सकता है।

कैसे पानी हरे क्रेडिट आगे बातचीत कर सकते हैं

विजय गर्ग

वाटर ग्रीन क्रेडिट एक बाजार-आधारित तंत्र है जिसे जल संरक्षण, सतत जल प्रबंधन और पारिस्थितिकी तंत्र बहाली को प्रोत्साहित करने के लिए डिज़ाइन किया गया है। वे कार्बन क्रेडिट के समान कार्य करते हैं लेकिन पानी से संबंधित लाभों पर ध्यान केंद्रित करते हैं। यहां बताया गया है कि डब्ल्यूजीसी संरक्षण के प्रयासों को कैसे आगे बढ़ा सकते हैं:

1. सतत जल उपयोग को प्रोत्साहित करना बड़ी मात्रा में पानी का उपयोग करने वाली कंपनियों और उद्योग अपने पानी के पदचिह्न को ऑफसेट करने के लिए डब्ल्यूजीसी खरीद सकते हैं। यह जल-बचत के क्षेत्र में हम यदि पिछड़े हैं तो कहीं न कहीं ये हमारे नीति-नियंत्रणों की विफलता भी है। यह हमारे लोकतंत्र की भी विडंबना है कि मतदान का अधिकार रखने वाले चुनाव के दौरान योग्य प्रतिनिधियों के चयन से चूकते हैं। यही वजह कि जनप्रतिनिधि संस्थाओं में दागदार नुमाइंदों की उपस्थिति बढ़ती जा रही है। जब ऐसे तत्व हमारे भाग्य-विधाता बनेंगे तो खुशी कहां से आएगी? स्पष्ट है कि यदि हम खुशी के मानकों में खरे नहीं उतरते हैं तो नीतियां बनाने वालों को आत्ममंथन करना होगा। जागरूक नागरिक व जिम्मेदार राजनीतिक नेतृत्व तसवीर बदल सकता है।



15. कॉर्पोरेट जिम्मेदारी को बढ़ावा देना डब्ल्यूजीसी कार्यक्रमों में भाग लेने वाले व्यवसाय पर्यावरण के प्रति जागरूक निवेशकों और ग्राहकों को आकर्षित करते हुए अपनी स्थिरता साख बढ़ा सकते हैं। वाटर ग्रीन क्रेडिट में लागू करने या निवेश करने में एक संरचित बाजार बनाना शामिल है जहां जल संरक्षण, बहाली और स्थायी प्रबंधन प्रयासों का मुद्रिकरण किया जाता है। यहां बताया गया है कि आप इसे कैसे देख सकते हैं:

1. वाटर ग्रीन क्रेडिट सिस्टम को लागू करना। क्रेडिट सिस्टम को परिभाषित करें वाटर ग्रीन क्रेडिट (जैसे, पानी का उपयोग अपशिष्ट जल का निर्वहन करने वाले उद्योग, पानी की गुणवत्ता में सुधार) के रूप में अर्हता प्राप्त करने के लिए स्पष्ट मानदंड

साथ काम करें। डी उद्योगों और सरकारों के साथ भागीदार अपने जल पदचिह्न को ऑफसेट करने के लिए डब्ल्यूजीसी को उपनाने के लिए उद्योगों (कृषि, विनिर्माण, ऊर्जा) को प्रोत्साहित करें। क्रेडिट की मांग को चलाने के लिए नियामक सहायता और प्रोत्साहन के लिए अधिवक्ता। ई. स्थानीय समुदायों को संलग्न करें स्थानीय किसानों, व्यवसायों और नागरपालिकाओं के सहयोग से जल संरक्षण परियोजनाओं का विकास करना। सुनिश्चित करें कि लाभ पानी की कमी या प्रदूषण से सीधे प्रभावित लोगों तक पहुंचें। 2. वाटर ग्रीन क्रेडिट में निवेश करना। उच्च प्रभाव परियोजनाओं की पहचान करें स्थायी सिंचाई, आर्द्रभूमि बहाली और स्वच्छ जल पहुंच पर केंद्रित परियोजनाओं की तलाश करें। दीर्घकालिक पर्यावरणीय और वित्तीय लाभों का आकलन करें। वी विश्वसनीय प्लेटफॉर्म या फंड चुनें प्रमाणित कार्बन और जल क्रेडिट एक्सचेंजों (पर्यावरण, सामाजिक और शासन) प्रतिबद्धताओं के साथ कंपनियों का समर्थन करें। सी। मॉनिटरिंग और प्रभाव पानी की बचत, पारिस्थितिकी तंत्र में सुधार और सामुदायिक लाभ को ट्रैक करें। आगे के निवेश को आकर्षित करने के लिए स्थिरता उद्यमिता पर रिपोर्ट करें। डी निवेश में विविधता लाएं संतुलित स्थिरता पोर्टफोलियो के लिए जल संरक्षण क्रेडिट, कार्बन क्रेडिट और जैव विविधता ऑफसेट के मिश्रण पर विचार करें।

सेहत के लिए हानिकारक बोतल बंद पानी उच्च जोखिम में शामिल

विजय गर्ग

एफएसएसआई ने बोतलबंद पानी को हाई रिस्क फूड कैटेगरी में शामिल किया है। अब सभी बोतलबंद पानी बचने वाली कंपनियों की साल में एक बार जांच होगी। एक्सपर्ट्स बताते हैं कि बोतलबंद पानी में माइक्रो प्लास्टिक होते हैं, जो सेहत को नुकसान पहुंचाते हैं। भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरणों ने पैकेज्ड ड्रिंकिंग वाटर (बोतलबंद पानी) को हाई रिस्क हाई रिस्क फूड कैटेगरी में शामिल किया है। एफएसएसआई ने नए नियम जारी किए हैं। इसके मुताबिक, अब सभी बोतलबंद पानी बचने वाली कंपनियों की साल में एक बार जांच होगी। पानी की क्वालिटी चेक के लिए यह काम किया जाएगा। अब सवाल यह है कि एफएसएसआई ने बोतलबंद पानी को हाई रिस्क कैटेगरी में शामिल क्यों किया है। इस बारे में एक्सपर्ट्स से जानते हैं। डॉ. कहते हैं कि बहुत देर के बाद यह कदम उठाया गया है। बहुत समय से लोग प्लास्टिक की पानी की बोतल से पानी पी रहे हैं, जिससे



माइक्रो प्लास्टिक शरीर के अंदर जा रहा है। माइक्रो प्लास्टिक लोगों के ब्रेन में भी जा रहा है। इसलिए एफएसएसआई ने जो भी नए नियम बनाए हैं इसको तुरंत लागू करने की जरूरत है। धर के पानी को उबालकर पीएं डॉ वली कहते हैं कि कुछ बड़े होटलों ने शीशे की बोतलों में पानी देना बहुत पहले से ही शुरू कर दिया है, क्योंकि उन्हें पता था कि बोतलबंद पानी में माइक्रो प्लास्टिक शरीर को नुकसान कर रहा है। डॉ वली कहते हैं कि पहले लोग लोग मटके का पानी पीते थे। लेकिन अब ना तो घर में मटका है और न ही

सुरई है। अब इनकी जगह प्लास्टिक की बोतलों में ले ली है। इन बोतलों में प्लास्टिक के अलावा भी इसमें बहुत सारी दूसरी खतरनाक चीजें हैं जो शरीर को नुकसान पहुंचा रहे हैं। डॉ वली कहते हैं कि आजकल पानी ही नहीं दूध भी प्लास्टिक की बोतल में आता है जिससे माइक्रो प्लास्टिक इंसान के शरीर में जाता है। हर चीज से माइक्रो प्लास्टिक अंदर जा रहा है इसलिए यह अच्छा कदम उठाया गया है। इस कदम को सख्ती से लागू करना चाहिए। अब लोगों को सलाह है कि प्लास्टिक की बोतल की जगह आपके पास जो पानी घर में आता है उसको ही उबालकर पी लें। इससे

कोई नुकसान नहीं होता है। माइक्रो प्लास्टिक से कई बीमारियां का खतरा डॉ वली कहते हैं कि इस ओर भी ध्यान देना चाहिए कि खाद्य पदार्थों की पैकेजिंग कैसे हो कि सेहत को इससे नुकसान न हो। आने वाले कुछ समय बाद इसके इफेक्ट्स पता चलेंगे अभी भी लोगों की याददाश्त कमजोर हो रही है। कई तरह की बीमारियां हो रही हैं। इससे हार्ट डिजीज, कैंसर जैसी बड़ी बीमारियां होती हैं। माइक्रो प्लास्टिक के सेहत पर पड़ने वाले असर को लेकर भी कई तरह की रिसर्च हुई है। इनमें बताया गया है कि माइक्रोप्लास्टिक ब्रेन तक को नुकसान पहुंचाता है।

खेल प्रशासन में बढ़ानी चाहिए महिलाओं की हिस्सेदारी

विजय गर्ग

खेल प्रशासन में महिलाओं की हिस्सेदारी बढ़ाने से न केवल खेल संगठनों में संतुलन आएगा, बल्कि निर्णय-निर्माण की गुणवत्ता भी बेहतर होगी। यहाँ कुछ प्रमुख कारण और उपाय दिए गए हैं जो महिलाओं की भागीदारी को बढ़ा सकते हैं:

महत्व क्यों है? समावेशिता और समानता - खेल संगठनों में लैंगिक समानता से निष्पक्ष नीतियां बनेंगी। बेहतर नेतृत्व और विविधता - महिलाओं के दृष्टिकोण से खेल प्रशासन में नई रणनीतियां विकसित हो सकती हैं। रोल मॉडल तैयार करना - जब अधिक महिलाएँ प्रशासनिक भूमिकाओं में होंगी, तो युवा लड़कियों को प्रेरणा मिलेगी। महिला खिलाड़ियों की जरूरतों को समझना - महिला खेल आयोजनों और सुविधाओं में सुधार होगा। महिलाओं की भागीदारी कैसे बढ़ाई जाए? आरक्षण और कोटा प्रणाली - खेल संगठनों में महिलाओं के लिए न्यूनतम प्रतिनिधित्व तय किया जाए। प्रशिक्षण और नेतृत्व कार्यक्रम - खेल प्रबंधन में महिलाओं को प्रशिक्षित करने के लिए विशेष कोर्स और वर्कशॉप चलाई जाएँ। सशक्तिकरण और प्रोत्साहन - महिला खिलाड़ियों को सेवानिवृत्ति के बाद खेल प्रशासन में



आने के लिए प्रेरित किया जाए। नीतिगत सुधार - सरकार और खेल संस्थाओं को ऐसे नियम बनाने चाहिए जो महिलाओं के लिए अधिक अवसर सुनिश्चित करें। सकारात्मक जागरूकता अभियान - खेल संगठनों में महिलाओं की भागीदारी बढ़ाने के लिए

मौडिया और सामाजिक संगठनों की भागीदारी बढ़ाई जाए। यदि महिलाओं को समान अवसर दिए जाएँ तो वे खेल प्रशासन में महत्वपूर्ण योगदान दे सकती हैं। क्या आप किसी विशेष खेल संगठन या क्षेत्र पर ध्यान केंद्रित करना चाहते हैं?

खरीफ फसल के लिए मिलता रहेगा सस्ता फर्टिलाइजर, 37 हजार करोड़ की सब्सिडी को हरी झंडी

सरकार ने खरीफ फसल के लिए फार्सेटिक और पोटासिक (पीएंडके) उर्वरकों पर 37216 करोड़ रुपये की सब्सिडी को मंजूरी दी है। इससे अंतरराष्ट्रीय बाजार में बढ़ती कीमतों का असर किसानों पर नहीं पड़ेगा। सरकार 28 ग्रेड के उर्वरकों को सब्सिडी दरों पर उपलब्ध कराएगी जिससे किसानों को राहत मिलेगी। मोदी सरकार ने उर्वरक कंपनियों को भी अधिसूचित दरों पर सब्सिडी देने की योजना बनाई है।

नई दिल्ली। आगामी खरीफ फसल के लिए भी किसानों को सस्ता उर्वरक मिलता रहेगा। केंद्रीय मंत्रिमंडल ने फार्सेटिक और पोटासिक (पीएंडके) उर्वरकों पर खरीफ सीजन के लिए 37,216 करोड़ रुपये की सब्सिडी पर मुहर लगा दी। इससे उर्वरकों और अन्य तत्वों की अंतरराष्ट्रीय बाजार में बढ़ रही कीमतों का किसानों पर असर नहीं होगा।

सूचना और प्रसारण मंत्री अश्विनी वैष्णव के अनुसार एनपीकेएस ग्रेड सहित पीएंडके उर्वरकों पर सब्सिडी खरीफ सीजन 2025 के लिए अनुमोदित दरों के आधार पर प्रदान की जाएगी ताकि किसानों को सस्ती कीमतों पर इन उर्वरकों की सुचारु उपलब्धता सुनिश्चित की जा सके।

सरकार पीएंडके उर्वरकों को 28 ग्रेड उपलब्ध करा रही है।



दरअसल सरकार उर्वरक निर्माताओं/आयातकों के जरिए किसानों को सब्सिडी वाले मूल्यों पर पीएंडके उर्वरकों को 28 ग्रेड उपलब्ध करा रही है।

उन्होंने कहा कि मोदी सरकार अपने किसान हैतैषी दृष्टिकोण के अनुसार किसानों को सस्ती

कीमतों पर पीएंडके उर्वरकों की उपलब्धता सुनिश्चित करने के लिए प्रतिबद्ध है। उनके अनुसार उर्वरक कंपनियों को स्वीकृत और अधिसूचित दरों के अनुसार सब्सिडी प्रदान की जाएगी ताकि किसानों को सस्ती कीमतों पर उर्वरक उपलब्ध कराए जा सकें।

आरबीआई ने दिया झटका, अब कैश निकालने पर देना होगा ज्यादा चार्ज

पीटीआई की रिपोर्ट के मुताबिक देश की केंद्रीय बैंक आरबीआई ने कैश विड्रॉल में लगने वाले चार्ज को बढ़ा दिया है। पहले एटीएम से कैश निकालने पर 21 रुपये चार्ज देना होता है। जिससे अब 2 रुपये तक बढ़ा दिया जाएगा। ये नया चार्ज 1 मई 2025 से लागू होगा। चलिए इसके बारे में डिटेल में जानते हैं।

नई दिल्ली। एटीएम से कैश निकालने पर एक लिमिट तक आपको कोई भी शुल्क नहीं देना पड़ता है। लेकिन लिमिट पूरी होने के बाद आपके अकाउंट से एक निश्चित चार्ज काटा जाता है।

पीटीआई के मुताबिक अब यहाँ चार्ज बढ़ने वाला है। 1 मई 2025 से कैश विड्रॉल चार्जिस को 2 रुपये तक बढ़ा दिया जाएगा। जिसका मतलब हुआ कि एटीएम से कैश निकालना और भी महंगा पड़ेगा। मोडिया रिपोर्ट के मुताबिक शुल्क बढ़ाने का ये फैसला एटीएम ऑपरेशन कॉस्ट को देखकर लिया गया है।

अभी कितना लगता है चार्ज इस बारे में मिली जानकारी के मुताबिक अभी हर व्यक्ति को लिमिट से ज्यादा कैश विड्रॉल करने पर 21 रुपये प्रति ट्रांजेक्शन चार्ज देना होता है। हालांकि 1 मई से ये चार्ज 23 रुपये प्रति ट्रांजेक्शन हो जाएगा। मोडिया रिपोर्ट की माने तो ये बदलाव देश की केंद्रीय बैंक, आरबीआई और एनपीसीआई



(national payments corporation of india) दोनों ने मिलकर किया है। इस बदलाव के तहत 1 मई 2025 से एटीएम मशीन से कैश निकालने पर लगने वाला चार्ज बढ़ जाएगा।

क्या होता है ATM Interchange fees ?

देश का हर एक व्यक्ति एक लिमिट तक ही एटीएम से कैश फ्री में निकाल सकता है। लेकिन लिमिट पूरी होने के बाद आपके इंटरचेंज फीस देनी होती है। इंटरचेंज फीस वहीं है, जो एक बैंक दूसरे बैंक को उसके ग्राहकों द्वारा एटीएम इस्तेमाल करने

पर देता है। लिमिट पूरी होने पर यहाँ चार्ज बैंक अपने ग्राहकों से शुल्क के नाम पर वसूलता है। अभी ज्यादातर बैंक अपने ग्राहकों से लगभग 21 रुपये प्रति ट्रांजेक्शन चार्ज ले रहे हैं।

इतनी बार कर सकते हैं मुफ्त ट्रांजेक्शन ? देश की केंद्रीय बैंक, आरबीआई के अनुसार सभी ग्राहक एक तय लिमिट तक ही फ्री में पैसा निकाल सकते हैं। मेट्रोसिटी जैसे मुंबई, कोलकाता, चेन्नई, हैदराबाद, बैंगलुरु) में हर महीने व्यक्ति तीन ट्रांजेक्शन शुल्क फ्री कर सकता है।

केंद्रीय कर्मचारियों को तोहफा, मोदी सरकार ने 2 फीसदी बढ़ाया महंगाई भत्ता

परिवहन विशेष न्यूज

सरकार ने केंद्रीय कर्मचारियों को बड़ा तोहफा दिया है। बहुत पहले से ही ये सुर्खियों थी कि सरकारी कर्मचारियों का महंगाई भत्ता 2 फीसदी तक बढ़ सकता है। अब सरकार ने इसे लेकर मंजूरी दे दी है। कर्मचारियों को पहले 53 फीसदी तक महंगाई भत्ता मिलता था। लेकिन अब सरकार ने इसे बढ़कर 55 फीसदी तक कर दिया है।

नई दिल्ली। केंद्रीय कर्मचारियों का इंतजार अब खत्म हो गया है। काफी समय से ये सुर्खियों थी सरकार केंद्रीय कर्मचारियों के महंगाई भत्ता को लेकर फैसला ले सकती है। केंद्रीय कर्मचारियों को मिलने वाला महंगाई भत्ता अब 55 फीसदी हो चुका है। इससे पहले सभी कर्मचारियों को 53 फीसदी तक महंगाई भत्ता मिलता था।

सरकार ने इससे पहले जुलाई 2024 के दौरान महंगाई भत्ते में इजाफा किया था। उस समय महंगाई भत्ते को 50 फीसदी से बढ़ाकर



केंद्रीय कर्मचारियों को मोदी सरकार का बड़ा तोहफा

53 फीसदी तक किया गया था। महंगाई भत्ते में हुए इजाफे से 1 करोड़ से अधिक केंद्रीय कर्मचारियों को फायदा मिलने वाला है। केंद्रीय सरकारी कर्मचारियों की लंबे समय से ये मांग रही है कि उन्हें मिलने वाले महंगाई भत्ते में 3 फीसदी का इजाफा किया जाए। हालांकि पहले से ही ये अनुमान लगाया जा रहा था कि महंगाई भत्ते में 2 फीसदी तक इजाफा किया जाएगा।

केंद्रीय रेलवे मंत्री ने किया ऐलान

केंद्रीय रेलवे मंत्री अश्विनी वैष्णव ने इस बात की पुष्टि की है। उन्होंने बताया कि केंद्रीय कर्मचारियों के महंगाई भत्ते में 2 फीसदी का इजाफा किया है। इसके साथ ही उन्होंने बताया कि ये उनकी सैलरी में 1 जनवरी से प्रभावित होना शुरू हो जाएगा।

कितना बढ़ा है महंगाई भत्ता ? सरकारी आंकड़ों की मानें तो, आमतौर पर महंगाई भत्ते में 3 से 4 फीसदी तक इजाफा

किया जाता है। इससे पहले भी सरकार ने 3 फीसदी तक डीप में बढ़ोतरी की थी। हालांकि इस बार महंगाई भत्ते में 3 फीसदी तक ही इजाफा किया गया है।

एक ऐसा समय जब नहीं मिला कोई महंगाई भत्ता

इस बारे में मिली जानकारी के मुताबिक कोविड-19 महामारी के समय सरकार ने सभी कर्मचारियों के महंगाई भत्ते में रोक लगा दी थी। सरकार ने जनवरी 2020 से जून 2021 तक 18 महीनों तक केंद्रीय कर्मचारियों को कोई भी महंगाई भत्ता नहीं दिया था।

वहीं कर्मचारी बहुत समय से इस पीरियड के एरियर की मांग कर रहे हैं। सरकार हर साल में दो बार महंगाई भत्ता में बढ़ोतरी करती है। ये बढ़ोतरी एक बार जनवरी से जून के लिए और दूसरी बार जुलाई से दिसंबर के लिए की जाती है।

क्या होता है महंगाई भत्ता ?

सरकारी कर्मचारियों को सैलरी के साथ-साथ की तरह के बेनिफिट मिलते हैं। उन्हें कई तरह के भत्ते (Allowance) दिए जाते हैं। इनमें से ही एक महंगाई भत्ता भी है। महंगाई भत्ता कर्मचारियों को बढ़ती महंगाई को देखते हुए दिया जाता है। ताकि इन्फ्लेशन का उन पर कोई असर ना हो।

एनएससी, पीपीएफ और सुकन्या समृद्धि समेत इन बचत योजनाओं में बदली ब्याज की दरें? सरकार ने किया ऐलान

पोस्ट ऑफिस योजनाओं की ब्याज दरों में आखिरी बार वित्त वर्ष 2023-24 की आखिरी तिमाही यानी जनवरी से मार्च 2024 के बीच बदलाव किया गया था। उस समय सरकार ने 3 साल की सावधि जमा और सुकन्या समृद्धि योजना (SSY) की ब्याज दरों में बढ़ोतरी की थी। 3 साल की सावधि जमा के लिए ब्याज दर 7% से बढ़ाकर 7.1% कर दी गई थी।

नई दिल्ली। सरकार ने वित्त वर्ष 2025-26 की पहली तिमाही (एक अप्रैल से 30 जून) के लिए पीपीएफ और एनएससी सहित विभिन्न लघु बचत योजनाओं पर ब्याज दरों में कोई बदलाव नहीं किया है। यह लगातार पांचवीं तिमाही है, जब ब्याज दरों में कोई बदलाव नहीं किया गया है। इस संबंध में जारी अधिसूचना के अनुसार, सुकन्या समृद्धि योजना के तहत जमा पर 8.2 प्रतिशत का ब्याज मिलता रहेगा।

डाकघर बचत पर भी वही ब्याज दर

तीन साल की सावधि जमा पर दर मौजूदा तिमाही की तरह 7.1 प्रतिशत पर बनी रहेगी। लोकप्रिय सार्वजनिक भविष्य निधि (पीपीएफ) और डाकघर बचत जमा योजनाओं की ब्याज दरें भी क्रमशः 7.1 प्रतिशत और चार प्रतिशत पर बरकरार रखी गई हैं।

किसान विकास पत्र पर ब्याज दर 7.5 प्रतिशत होगी और निवेश 115 महीनों में परिपक्व होगा। राष्ट्रीय बचत प्रमाणपत्र (एनएससी) पर ब्याज दर अप्रैल-जून 2025 की अवधि के लिए 7.7 प्रतिशत पर बनी रहेगी। चालू तिमाही की तरह, मासिक आय योजना निवेशकों के लिए, भी ब्याज दर 7.4 प्रतिशत पर अपरिवर्तित रहेगी। सरकारी न पिछली बार 2023-24 की चौथी तिमाही में कुछ योजनाओं की ब्याज दरों में बदलाव किया था। सरकार हर तिमाही छोटी बचत योजनाओं पर ब्याज दरों को अधिसूचित करती है।

जीवन का आधार

भाई अगर निभा रहा, फर्ज सभी हर बार। समझो उसकी सिंगिनी, पूजन की हकदार।

जो नारी ससुराल को, देती मान अपार। उसका गौरव गूंजता, फैले सुख संसार।

संबल पति का जो बने, दे सबको अधिकार। ऐसी नारी पूज्य है, सदा करे उदार।

बाँधे जो परिवार को, स्नेह सुधा से लीप। सौरभ ऐसी नारियाँ, कुल को रखे समीप।

जो ना रोके धर्म पथ, करे नहीं व्यवधान। ऐसी देवी सिंगिनी, वंदन उसको मान।

स्वार्थ बिना जो साथ दे, रखे स्नेह संवार। ऐसी नारी धन्य है, जीवन का आधार।

सँग पति जो बाँट ले, सुख-दुःख का हर घाव। ऐसी देवी के बिना, लगे अधूरे चाव।

जो नारी हर दुख सहे, रखे सदा संतोष। उसका जीवन फूल सा, भरते सुख के कोष।

दे पति को हौसला, सास-ससुर को मान। ऐसी नारी पूज्य है, सबका करे कल्याण।

जो अपने कर्तव्य को, समझें धर्म महान। ऐसी नारी से बने, रोशन ये जहान।

जो ससुराल संवारी, रिशतों को दे जान। ऐसी नारी से बदे, कुल का गौरव गान।

-प्रियंका सौरभ

वयोवृद्ध वरिष्ठ जैन पत्रकार दिगंबर जैन समाज इन्दौर के एक विराट व्यक्तित्व थे : पंडित जयसेन जैन बाबू जी



वयोवृद्ध वरिष्ठ जैन पत्रकार दिगंबर जैन समाज इन्दौर के एक विराट व्यक्तित्व थे - पंडित जयसेन जैन बाबू जी।

'धर्म व समाज में जब समन्वय एकजुटता के साथ विद्वान ज्ञानी और राष्ट्र भक्त व्यक्ति मिलता है। तो उस समाज के लिए गर्व की बात होती है। इन्दौर में दिगंबर जैन समाज में एक समय था जब न्याय सूर्य पंडित नाथूनाल शास्त्री जो जैसे वरिष्ठ विद्यावान गुनी व्यक्ति थे। जिनसे पूरे भारत में इन्दौर का समाज उनके नाम से जाना जाता था। उन्हीं पुत्र्य पंडित जी के आशीर्वाद व शिक्षा से उसी विरासत से भालने हेतु महावीर ट्रस्ट व देवकुमार सिंह कासलीवाल जैसे समाज रत्न के साथ मिलकर पूरे भारत में दिगंबर जैन समाज के दिव्य व आलोकित रोशनी से दिगंबर जैन समाज का नाम रोशन करने वाले वरिष्ठ कलमकार लेखक विचारक चिंतक वरिष्ठ जैन पत्रकार व वरिष्ठ शिक्षक और दिगंबर जैन समाज के विद्यावान पंडित जयसेन जैन का विराट व्यक्तित्व का चला जाना बहुत दुःख है। ऐसे तो

बाबू जी जयसेन जैन जी के कार्यों का गुणगान करना मेरे लिए छोटा मूँह बड़ी बात होगी। पर मेने उनके विराट व्यक्तित्व को जितना देखा उसे ही बता रहा हूँ। जब महावीर ट्रस्ट हो या कुंदकुंद ज्ञानपीठ का ऑफिस जहाँ देवकुमार सिंह कासलीवाल, अनुपम जैन, प्रदीप कासलीवाल, और वीर निकलक के संपादक रमेश कासलीवाल के साथ पंडित जी जयसेन बाबू जी का वह सौम्य व्यवहार मेने देखा है। और जब भी वह श्री पार्श्वनाथ दिगंबर जैन मंदिर जबरी बाबा नसिया जी इन्दौर में आते थे तो पारस प्रभु के अतिशय से रह नहीं पाते थे। सभी से बात करना पुराने दिनों के बारे में अपने छोटे को बताना जब सेंट हुकुमचंद के बारे में व पंडित नाथूलाल शास्त्री जी धर्मचंद जैन, ताराचंद जैन छात्रावास में संस्कृत महाविद्यालय नसिया में पढ़ते थे उन दिनों की बात किया करते थे। ऐसे तो छावनी दिगंबर जैन समाज और अनंतनाथ जिनालय को जो ऊंचाईयां बाबूजी ने दी उसे भूला देना सम्भव नहीं है। बढ़ती उम्र के बाद भी वह भजन आरती व भक्तमार पाठ शान्तिधारा में शामिल

होते थे। समाज सेवा में आप हमेशा लगे रहे। वर्तमान पीढ़ी को उनके व्यक्तित्व से सीख लेनी चाहिए। बुजुर्गों को लेकर एक ओल्ड सोशल ग्रुप में पंडित जयसेन जैन बाबू जी भी जुड़े रहे मेने खुद देखा जब इन्दौर रेलवे स्टेशन पर हर साल दिगंबर जैन समाज ओल्ड सोशल ग्रुप के दादा दादी नाना नानी अम्मा यात्रीगण को शीतल जल सेवा करते थे। और यह सभी सदस्य तीर्थ यात्रा, प्रभातफेरी, भक्तमार पाठ आदि कार्यक्रम करते रहते थे। पूरे भारत के दिगंबर जैन समाज में पंडित जयसेन जैन जी की अपनी अलग पहचान थी। संत आचार्य मुनि महाराज आर्थिका माता जी दीदी भैया जी सभी उनके प्रति विनम्र व उदारता के भाव रखते थे। पंडित जी उनके ज्ञान व धर्म सम्बन्धी गुणों के ज्ञान के वैचारिक मंथन करते रहते थे। यह उनके सम्पादकीय लेखों में दिखता था। महावीर ट्रस्ट से निकलने वाली मासिक पत्रिका सम्वित वाणी में पंडित जयसेन जैन के सम्पादकीय समाज जागरण की मुख्य धरोहर है। उनकी कलम हमेशा सचाई का साथ देती थी। उनके काटभर पाठ शान्तिधारा में शामिल

जिम्मेदारी व धर्म सम्बन्धी लेखों में नये संकल्पों को साकार करती रही। आज बाबूजी जयसेन जैन जी हमारे बीच नहीं हैं पर उनके यहाँ तीर्थकरों भगवान आदिनाथ से महावीर तक की बातों को युवा पीढ़ी तक पहुंचती रहेगी। अनेक संतों आचार्य का आशीष उन्हें हमेशा मिलता रहा। वरिष्ठ वयोवृद्ध जैन पत्रकार पंडित जयसेन जैन बाबू जी को निश्चया जी दिगंबर जैन समाज इन्दौर की और से भावभीनी श्रद्धांजलि व शत शत नमन। आप की कलम हमारी विरासत है जैन धर्म की ताकत है आप का मार्गदर्शन हमारे लिए प्रेरणास्रोत है आप हमारे और आप ही हमारी ताकत हो। ऐसे परम विद्वान ज्ञानी व्यक्तित्व को शत शत नमन। स्वतंत्र लेखक हरिहर सिंह चौहान

किसी भी इमरजेंसी के लिए कैसे बनाएं फंड, कितनी होनी चाहिए रकम

परिवहन विशेष न्यूज

भविष्य में कभी भी इमरजेंसी आ सकती है। इमरजेंसी के लिए हमेशा हमारे पास कुछ सेविंग रहनी ही चाहिए। ताकि हमें पैसों की कोई दिक्कत ना हो। ये इमरजेंसी शादी गंधीर बीमारी और बच्चे की उच्च शिक्षा इत्यादि हो सकता है। आइए जानते हैं कि इमरजेंसी के लिए कैसे फंड तैयार कर सकते हैं और कितनी रकम होना जरूरी है।

नई दिल्ली। कोई भी इमरजेंसी बताकर नहीं आती। हमें भविष्य में किसी भी तरह की इमरजेंसी का सामना करना पड़ सकता है। ऐसे में हमें इमरजेंसी जैसी स्थिति के लिए पूरी तरह से तैयार होना पड़ेगा। इमरजेंसी में पैसों की कमी ना हो इसके लिए हमें एक मोटा फंड तैयार करना होगा।

कैसे तैयार करें इमरजेंसी फंड तैयार ?

इमरजेंसी फंड (Emergency Fund) बनाने के लिए आपका सेविंग करना बेहद जरूरी है। अगर आप इमरजेंसी फंड तैयार करना चाहते हैं, तो नीचे बताए गए तरीकों को जरूर अपनाएं। सबसे पहले आपको हर महीने मिलने वाली इनकम और खर्च का एक बजट तैयार करना होगा। इसके जरिए पता लगाया जा सकता है कि आप कितना पैसा बचा पाएंगे।

इसके जरिए पता लगाया जा सकता है कि आप कितना पैसा बचा पाएंगे।



इसी बचत से आपको एक फंड इमरजेंसी के लिए रचना होगा। आप इन पैसों को कहीं निवेश भी कर सकते हैं। हालांकि इस बात का ध्यान दें कि निवेश प्लेटफॉर्म ऐसा हो, जहां से आप बिना किसी परेशानी के पैसा निकाल सकें।

कितनी रकम होना है जरूरी ?

इमरजेंसी के लिए तय कई रकम आपको सैलरी पर निर्भर करती है। इसके साथ ही इस बात पर भी कि सैलरी से कितना पैसा बचता है। ऐसा कहा जाता है कि व्यक्ति को 3 से 6 महीने के खर्च के बराबर इमरजेंसी फंड रखना चाहिए।

उदाहरण के लिए अगर आप हर महीने 30 हजार रुपये खर्च करते हैं, तो आपको कम से कम 90 हजार रुपये इमरजेंसी के लिए रखने चाहिए। ऐसे ही अगर सैलरी 50 हजार रुपये है और 20 हजार रुपये

खर्च हो जाते हैं। तो कम से कम इमरजेंसी के लिए 60 हजार रुपये जरूर रखें। सरल शब्दों में कहें तो आपको एक महीने के खर्च को 3 या 6 से गुणा करना होगा। इमरजेंसी फंड = एक महीने में कितना खर्च x 3 या 6 महीने का खर्च x 6 इमरजेंसी फंड कितना है जरूरी ?

भविष्य कभी भी हमें किसी भी तरह की इमरजेंसी का सामना करना पड़ सकता है। ऐसे समय के लिए हमेशा तैयार रहना जरूरी है। इमरजेंसी फंड हमें भविष्य में होने वाली किसी भी आर्थिक समस्या से निपटने के लिए सक्षम बनाता है। आप छोटी रकम से भी इमरजेंसी फंड तैयार कर सकते हैं। ये फंड आपकी सैलरी पर निर्भर करता है। लेकिन हमेशा ही अपनी सैलरी का कुछ हिस्सा इमरजेंसी के समय के लिए जरूर रखें।

भुवनेश्वर हवाई अड्डे से सांप जब्त



मनोरंजन सासमल, स्टेट हेड ओडिशा

भुवनेश्वर: बीजू पटनायक अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे पर सीमा शुल्क अधिकारियों ने एक अंतर्राष्ट्रीय वन्यजीव तस्करी रैकेट का भंडाफोड़ किया है और थाईलैंड से आए एक यात्री से नौ सांप, दस कछुए और 12 मॉनिटर छिपकलियां जब्त की हैं। वह व्यक्ति

बैंकॉक से भुवनेश्वर आया था। मुझे भारत से घरेलू उड़ान से जाना था हवाई अड्डे पर सीमा शुल्क के प्रभारी रंजीत मोहंती ने कहा कि संदिग्ध तस्करी वाले वन्यजीवों के स्रोत और उद्देश्य का पता लगाने के लिए यात्रियों से पूछताछ की जा रही है। उन्होंने कहा, जब की गई देशी प्रजातियों के बारे में विस्तृत जानकारी की

पुष्टि की जा रही है। उन्होंने बताया कि यात्रियों से जब्त किए गए सरीसृपों में कैलिफोर्निया किंग स्नेक, नाइल मॉनिटर छिपकलियां और कछुए शामिल थे। सूत्रों के अनुसार तीन छिपकलियां मृत पाई गईं। अधिकारियों को संदेह है कि यह घटना किसी बड़े वन्यजीव तस्करी नेटवर्क से जुड़ी हुई है। आगे की जांच जारी है।

गौतम अदानी ने मुख्यमंत्री हेमंत के साथ की बैठक

कार्तिक कुमार परिच्छ, स्टेट हेड झारखंड

रांची। झारखंड के सीएम आवास में मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन एवं अदानी समूह के अध्यक्ष व देश के जाने-माने उद्योगपति गौतम अदानी ने एक अहम बैठक की है। यद्यपि मुख्यमंत्री के साथ इस मुलाकात को सीएम सचिवालय द्वारा प्रेस विज्ञापित जारी कर इसे औपचारिक मुलाकात बताया गया और कहा गया कि बैठक के दौरान झारखंड में निवेश से संबंधित कई विषयों पर चर्चा हुई है।

गौतम अदानी शुक्रवार की शाम लगभग साढ़े सात बजे विशेष विमान से रांची पहुंचे और मुख्यमंत्री के साथ उनकी दो घंटे से ज्यादा समय तक बैठक चली तथा अदानी रात 10 बजे के बाद सीएम आवास से निकले। इस दौरान मुख्यसचिव अलका तिवारी भी बैठक में मौजूद रहीं।

मिली जानकारी के अनुसार गौतम अदानी ने मुख्यमंत्री से झारखंड में नये निवेश के साथ-साथ गोंडडाम में स्थापित अदानी पावर प्लांट व कोयला खदान को लेकर भी बातचीत की गई है। ज्ञात हों कि गोंडडाम में स्थापित अदानी पावर प्लांट को लेकर कई तरह की विवाद हैं। कांग्रेस विधायक दल के नेता प्रदीप यादव ने बजट सत्र के दौरान



विधानसभा में गोंडडाम के पावर प्लांट की विसंगतियों को लेकर गंभीर सवाल उठाया था और अदानी के साथ की गई समझौते को रद्द की मांग की थी। इसके बाद सदन में राज्य सरकार की ओर से मुख्यसचिव की अध्यक्षता में एक उच्चस्तरीय कमेटी गठित करने का आश्वासन दिया गया है। उक्त कमेटी अदानी ग्रुप के साथ हुए समझौते की शर्तों की समीक्षा करेगी।

प्रदीप यादव ने आरोप लगाया है कि अदानी समूह द्वारा भूमि अधिग्रहण करके समुचित मुआवजा नहीं दी गई है। मुआवजे की राशि भी

काफी कम की गई है। जबकि एसपीटी एक्ट से आच्छादित भूमि का भी अधिग्रहण किया गया है। शर्तों के मुताबिक प्लांट से 25 प्रतिशत बिजली भी झारखंड को नहीं दी जा रही है और सारी बिजली बांग्लादेश को आपूर्ति की जा रही है। यादव ने कहा कि शर्तों में अदानी समूह द्वारा ऑस्ट्रेलिया से कोयला मंगाकर प्लांट में उपयोग करने की बात कही गई थी। लेकिन कंपनी द्वारा स्थानीय कोयले का ही उपयोग कर रही है। जिसे प्रदूषण की मात्रा बढ़ रही है। इसके अलावा कंपनी द्वारा अन्य कई तरह से शर्तों का उल्लंघन किया जा रहा है।

अमानवीय था आकलन....!

क्या? लिखू 4 महीने का चिंतन-मनन, संवेदनहीन व अमानवीय था आकलन। यूँ पीड़िता के स्तनों-अंगों को पकड़ना, ये सुनो फिर पायजामे का नाड़ा तोड़ना। दुष्कर्म या दुष्कर्म का ही था ये प्रयास, क्या? यहाँ तक ही सीमित होते कयास।

क्या? लिखू 4 महीने का चिंतन-मनन, संवेदनहीन व अमानवीय था आकलन। मामला नाबालिग से दुष्कर्म का गंभीर, मैं भी पूछ रहा लाज बचाओ हे! रघुवीर। लड़की को 'पुलिया' के नीचे ही ले जाना? इन सभी हरकतों में दुष्कर्म था टिकाना।

क्या? लिखू 4 महीने का चिंतन-मनन, संवेदनहीन व अमानवीय था आकलन। दुष्कर्म की नीयत अथवा मंशा साफ थी, न्याय के नाम यह अनैतिकता राख थी। इस गलत फैसले से तराजू में साख थी, 'न्यायिक सिद्धांतों' से परे यह बात थी।

क्या? लिखू 4 महीने का चिंतन-मनन, संवेदनहीन व अमानवीय था आकलन। ये 'वी द वूमन ऑफ इंडिया' की अर्जी, अब न चलेगी इन दुराचारियों की मर्जी, सर्वोच्च अदालत ने स्वतः लिया सज्जान, आज हम करते प्रशंसा न्याय है 'महान'। (संदर्भ: सुप्रीम कोर्ट-रेप पर हाई कोर्ट की टिप्पणी असंवेदनशील)

संजय एम तराणकर

कभी तो समझ बैठ थी तन्हाई में। हमें तुझसे आज भी मोहब्बत है। मेरे वो एहसास आज भी जिंदा है। पास क्यों नहीं आते आ जाओ न। यादों के वर्क किताबों में जिंदा है। कभी तो समझ बैठ थी तन्हाई में। सोच, वादे तेरे मर गए कि जिंदा है। तुझको पा जाना मुकद्दर नहीं मेरा। तेरे अल्फाज़ इन आंखों में जिंदा है। क्यों चढ़ाते हो फुल अब क्रम पर मेरी। मर चुके हैं हम कहां अब हम जिंदा हैं कफन में लिपटी मेरी जिंदगी मुश्ताक। लोग कहते हैं, घड़कन ने अभी जिंदा है।

डॉ. मुश्ताक अहमद शाह सलज

कानपुर में रफ्तार से जारी मौत का सिलसिला, ट्रक ने ली फेरी वाले छात्र की जान



सुनील बाजपेई

कानपुर। यहाँ तेज रफ्तार से वाहन चलाने की आदत के फलस्वरूप लोगों की असमय मौत का सिलसिला लगातार जारी है, जिसके क्रम में कपड़ों की फेरी लगाकर परिवार का गुनाह करने वाले एक छात्र की भी जान चली गई। यह घटना सचौड़ी थाना क्षेत्र में हुई। इस घटना में बाइक पर बैठा उसका चचेरा भाई भी गंभीर रूप से घायल हो गया। सूचना पर पहुंचे पुलिस ने मृतक के शव को पोस्टमार्टम भिजवा दिया है। इस

घटना के बाद से परिवार का रो-रोकर बुरा हाल है। प्राप्त जानकारी के मुताबिक कला पुखरांया कानपुर देहात मूल निवासी विनोद कुमार कपड़े की फेरी लगाता है। यहाँ पर वो बर्रा में रह रहे हैं। विनोद कुमार के मुताबिक, उनके भाई का बेटा पीयूष कुमार (16) आया हुआ था। उसी को लेकर बेटा लकी गौतम (18) मोटरसाइकिल से छोड़ने जा रहा था। विनोद कुमार ने बताया कि दोनों कपड़ों के बंडल भी लिए हुए थे। पिता

विनोद कुमार के मुताबिक, वो पहले निकल गए थे और उन्होंने दोनों बच्चों को बंडल लाने के लिए कहा था। दोनों बाइक से निकले। चकरपुर मंडी के पास एक तेज रफ्तार गाड़ी ने उनकी बाइक पर टक्कर मार दी। वहीं आगे एक ट्रक चल रहा था। बाइक लेकर बेटा ट्रक के नीचे आ गया और ट्रक उसके ऊपर से निकल गया। जिसके कारण बेटे की मौके पर मौत हो गई। वहीं भतीजा पीयूष चुटहिल हुआ है। घटना में पुलिस फरार ट्रक चालक की तलाश कर रही है।

संतुलित और सामंजस्यपूर्ण तरीके से ही इंटरनेट मोबाइल का उपयोग बेहतर

इंटरनेट, मोबाइल और कंप्यूटर के लगातार इस्तेमाल से कई नुकसान हो सकते हैं, जैसे कि आंखों की समस्या, मानसिक तनाव, शारीरिक निष्क्रियता और सामाजिक अलगाव।

लेकिन इसके फायदे भी हैं। इंटरनेट और मोबाइल ने हमारे जीवन को बहुत आसान बना दिया है। हम अब घर बैठे ही ऑनलाइन शॉपिंग कर सकते हैं, बैंकिंग और भुगतान कर सकते हैं, शिक्षा और जानकारी प्राप्त कर सकते हैं, और दुनिया भर के लोगों से जुड़ सकते हैं।

यह सच है कि अब इंटरनेट और मोबाइल हमारी जरूरत की वस्तु बन गए हैं। हमारे जीवन के कई पहलुओं में इनका इस्तेमाल अनिवार्य हो गया है। इसलिए, मुझे लगता है कि हमें इंटरनेट और

मोबाइल के इस्तेमाल के बारे में संतुलित दृष्टिकोण अपनाना चाहिए। हमें इनके फायदों का लाभ उठाना चाहिए, लेकिन साथ ही साथ इनके नुकसानों से भी बचना चाहिए।

इंटरनेट, मोबाइल और कंप्यूटर के इस्तेमाल से जुड़ी कुछ और जानकारी, फायदे,,,,, इंटरनेट ने हमें दुनिया भर की जानकारी की पहुंच प्रदान की है।

मोबाइल और इंटरनेट ने हमें दुनिया भर के लोगों से संचार करने की सुविधा प्रदान की है। इंटरनेट ने ऑनलाइन शिक्षा की सुविधा प्रदान की है, जिससे हम घर बैठे ही शिक्षा प्राप्त कर सकते हैं। इंटरनेट ने व्यवसायिक अवसरों की एक नई

दुनिया खोली है, जिससे हम ऑनलाइन व्यवसाय शुरू कर सकते हैं। नुकसान,,,,, लंबे समय तक कंप्यूटर या मोबाइल की स्क्रीन देखने से आंखों की समस्या हो सकती है।

इंटरनेट और मोबाइल के अत्यधिक इस्तेमाल से मानसिक तनाव हो सकता है। लंबे समय तक बैठकर कंप्यूटर या मोबाइल का इस्तेमाल करने से शारीरिक निष्क्रियता हो सकती है। इंटरनेट और मोबाइल के अत्यधिक इस्तेमाल से सामाजिक अलगाव हो सकता है, जिससे हम अपने परिवार और मित्रों से दूर हो सकते हैं।

संतुलित इस्तेमाल करना ही बेहतर है। इंटरनेट और मोबाइल के इस्तेमाल के लिए समय

सीमा निर्धारित करें।

नियमित विश्राम लें और अपनी आंखों को आराम दें।

नियमित शारीरिक गतिविधि करें और अपने शारीरिक सक्रिय रहें।

अपने परिवार और मित्रों के साथ सामाजिक संपर्क बनाए रखें।

जल्द ही के वक्त ही तकनीक का इस्तेमाल करने से हम अपने समय, ऊर्जा और संसाधनों का सही तरीके से उपयोग कर सकते हैं। इससे हम अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने में भी मदद मिल सकती है।

संतुलित और सामंजस्यपूर्ण तरीके से तकनीक का इस्तेमाल करना ही बेहतर है। डॉ. मुश्ताक अहमद शाह



(घोर कलयुग की दस्तक) नैतिक पतन के चलते खतरे में इंसानी रिश्ते...

डॉ. संत्यवन सौरभ

आज के समय में जब हम समाचार पत्रों और सोशल मीडिया पर नजर डालते हैं, तो चारों ओर अपराध, धोखा, हिंसा और नैतिक पतन की खबरें देखने को मिलती हैं। ऐसा प्रतीत होता है कि समाज घोर कलयुग के प्रभाव में प्रवेश कर चुका है। पारिवारिक सम्बंधों में विश्वास की कमी, नैतिक मूल्यों का ह्रास और भौतिक सुखों की अंधी दौड़ ने मानवीय संवेदनशीलताओं को कमजोर कर दिया है। समाज में नैतिकता, रिश्तों की अहमियत और मानवीय संवेदनशील धीरे-धीरे कमजोर होती जा रही है। हत्या, विश्वासघात, स्वार्थ, लालच और नैतिक पतन की घटनाएँ लगातार बढ़ रही हैं। यह देखकर ऐसा लगता है कि समाज एक अंधकारमय दौर की ओर बढ़ रहा है। यह सुनकर दिल दहल जाता है कि कोई बेटा अपने ही माता-पिता की इतनी निर्ममता से हत्या कर सकता है। ऐसे अपराध यह दिखाते हैं कि समाज में मानसिक संतुलन, नैतिकता और पारिवारिक मूल्यों में कितनी गिरावट आ चुकी है। यह सुनकर दिल दहल जाता है कि कोई बेटा अपने ही माता-पिता की इतनी निर्ममता से हत्या कर सकता है। ऐसे अपराध यह दिखाते हैं कि समाज में मानसिक संतुलन, नैतिकता और पारिवारिक मूल्यों में कितनी गिरावट आ चुकी है। समाज में जिस तरह से नैतिक पतन बढ़ रहा है, वह

केवल अपराधों की संख्या नहीं बल्कि पारिवारिक और सामाजिक ताने-बाने के टूटने का संकेत भी देता है।

समाज में रिश्तों की अहमियत धीरे-धीरे कम होती जा रही है और इसके कई कारण हो सकते हैं। पहले जहाँ रिश्तों में अपनापन, विश्वास और त्याग होता था, वहीं अब स्वार्थ, लालच और दिखावे ने उनकी जगह ले ली है। माता-पिता, भाई-बहन, पति-पत्नी और दोस्तों के बीच भी आजकल स्वार्थ और लालच हावी होता जा रहा है। परिवार, जो पहले प्रेम और सहयोग का केंद्र हुआ करता था, अब झगड़ों और आपसी मतभेदों का शिकार बनता जा रहा है। छोटी-छोटी बातों पर हत्या, बलात्कार, लूटपाट और धोखाधड़ी जैसी घटनाएँ बढ़ रही हैं। परिवार के सदस्य तक एक-दूसरे के जीवन को खतरे में डाल रहे हैं। लोग नैतिकता और ईमानदारी को छोड़कर किसी भी तरह से धन और सफलता प्राप्त करने की कोशिश कर रहे हैं, चाहे उसके लिए उन्हें किसी का शोषण ही क्यों न करना पड़े। पहले लोग जीवन में धैर्य रखते थे, कठिनाइयों को सहन करते थे, लेकिन आजकल गुस्सा और अधीरता लोगों पर हावी हो गई है। छोटे-छोटे विवाद हिंसक रूप लेने लगे हैं। धर्म केवल दिखावे का साधन बनता जा रहा है, जबकि नैतिकता और ईमानदारी की क्रीम घटती जा रही है। लोग दूसरों को नैतिकता का पाठ पढ़ाते हैं लेकिन खुद सही राह पर नहीं चलते। पहले संयुक्त परिवार होते थे,

समाज में कितना पतन बाकी है? यह सुनकर दिल दहल जाता है कि कोई बेटा अपने ही माता-पिता की इतनी निर्ममता से हत्या कर सकता है? महिला ने जेट के साथ मिलकर अपने दो वर्ष के बेटे को मरवा दिया। पत्नी ने प्रेमी सैंग मिलकर मर्चेंट नेवी में अफसर पति के टुकड़े-टुकड़े किये। पिता ने नौकर से अपने बेटे की हत्या करवायी। माँ, बाप, भाई, दोस्त, पार्टनर को मारने की खबरें आम हैं। ऐसे अपराध यह दिखाते हैं कि समाज में मानसिक संतुलन, नैतिकता और पारिवारिक मूल्यों में कितनी गिरावट आ चुकी है। अपराध और नैतिक पतन की ये घटनाएँ यह दर्शाती हैं कि कहीं न कहीं हमारी सामाजिक संरचना, पारिवारिक मूल्य और मानसिक स्वास्थ्य पर गंभीर संकट है। लेकिन यह भी ध्यान देने की बात है कि नकारात्मक घटनाएँ समाचारों में ज्यादा दिखाई देती हैं, क्योंकि वे लोगों का ध्यान आकर्षित करती हैं। समाज में आज भी बहुत से लोग हैं जो प्रेम, सहयोग और नैतिकता से भरे हुए हैं। हमें जरूरत है कि हम अच्छाई को भी उतना ही महत्व दें और समाज को बेहतर बनाने की दिशा में काम करें। इस पतन के कारणों को समझकर समाधान निकालना जरूरी है— परिवारों में संवाद बढ़ाना, मानसिक स्वास्थ्य पर ध्यान देना, नैतिक शिक्षा को मजबूत करना और अपराध रोकने के लिए प्रत्यक्ष कदम उठाना। हमें यह भी सोचना होगा कि हम किस तरह के मूल्यों को बढ़ावा दे रहे हैं और आने वाली पीढ़ियों के लिए कैसा समाज बना रहे हैं। समाज के पतन को पूरी तरह रोकना कठिन हो सकता है, लेकिन हम सब मिलकर इसे धीमा कर सकते हैं और सही दिशा में मोड़ सकते हैं।



जहाँ वजुर्गों का मार्गदर्शन रहता था। लेकिन अब व्यक्तिगत स्वतंत्रता और आधुनिकता के नाम पर पारिवारिक मूल्यों में कमी आ रही है। आर्थिक दबाव, रिश्तों में तनाव और व्यक्तिगत इच्छाओं के टकराव से लोग मानसिक रूप से अस्थिर हो रहे हैं, जिससे वे गलत फैसले लेते हैं। इंटरनेट पर हिंसा, अपराध और अनैतिकता को कहीं न कहीं सामान्य बना दिया गया है। लोग बिना सोचे-समझे चरम कदम उठा लेते हैं।

स्कूलों और परिवारों में बच्चों को सही और गलत का फर्क कम सिखाया जा रहा है। लालच, ईर्ष्या और व्यक्तिगत स्वार्थ बढ़ रहे हैं। अपराधी जानते हैं कि सजा मिलने में देरी होगी या बचने का रास्ता मिल जाएगा, जिससे अपराधों की संख्या बढ़ रही है। समाज में जो घटनाएँ हो रही हैं, उन्हें देखकर यही लगता है कि हम घोर कलयुग के दौर में प्रवेश कर चुके हैं। जहाँ पहले रिश्ते, प्रेम, सम्मान और नैतिकता

को महत्व दिया जाता था, वहीं अब स्वार्थ, लालच, क्रोध और हिंसा हावी होते जा रहे हैं। समाज में बढ़ते अपराधों को देखकर ऐसा लगता है कि ईसाणियत, सहनशीलता और प्रेम धीरे-धीरे खत्म होते जा रहे हैं। लेकिन अगर परिवार, समाज और सरकार मिलकर सही कदम उठाएँ, तो इस गिरावट को रोकना संभव है। पारिवारिक मूल्यों को पुनर्जीवित करने के लिए माता-पिता को बच्चों के साथ समय बिताना चाहिए,

उन्हें नैतिक शिक्षा देनी चाहिए और सही-गलत का फर्क समझाना चाहिए। तनाव, अवसाद और गुस्से से जुड़ी समस्याओं को नजरअंदाज न किया जाए। जरूरत हो तो थेरेपी और काउंसिलिंग को अपनाया जाए। अपराधियों को कड़ी सजा मिले और कानूनी प्रक्रिया तेज हो, ताकि अपराधियों में डर बना रहे। सकारात्मक कहानियों और नैतिकता से जुड़े कंटेंट को बढ़ावा देना चाहिए, जिससे समाज में अच्छे मूल्यों की प्रेरणा मिले। स्कूलों में नैतिक शिक्षा, सहानुभूति और सामाजिक मूल्यों पर जोर दिया जाए। समाज में नैतिकता और ईसाणियत बनाए रखने के लिए हम सबको अपनी जिम्मेदारी निभानी होगी। यह केवल सरकार या कानून का काम नहीं है, बल्कि हर व्यक्ति को अपने स्तर पर बदलाव लाने की जरूरत है। घोर कलयुग के इस समय में भी अगर हम अपने कर्मों को सही दिशा में रखें, तो यह अंधकार थोड़ा कम हो सकता है। समाज में नैतिकता और ईसाणियत बनाए रखने के लिए हमें खुद से शुरूआत करनी होगी। हम केवल सरकार और कानून व्यवस्था को दोष नहीं दे सकते, बल्कि हमें अपने व्यक्तिगत और सामाजिक जीवन में बदलाव लाने होंगे। घोर कलयुग के इस समय में भी यदि हम अपने कर्मों को सही दिशा में रखें, तो समाज में अच्छाई का पुनर्जागरण संभव है। हमें यह तय करना होगा कि हम इस अंधकार में खो जाना चाहते हैं, या फिर अपने प्रयासों से रोशनी की एक नई किरण लाना चाहते हैं।