" दीप हैं जलते रहेंगे, हम प्रलय की आँधियों से अन्त तक लड़ते रहेंगे।"

पूर्वोत्तर भारत शिलचर (असम) से प्रकाशित लोकप्रिय हिन्दी दैनिक

प्रेरणा भारती

www.preranabharati.com Email: preranabharati@gmail.com

हरिदर्शन HARIDARSHAN

हमारे यहाँ धार्मिक पुस्तक के साथ पूजा-पाठ, हवन-पूजन की सामग्री उचित मूल्य पर प्राप्त करें

मेहरपुर, शिलचर, असम-788015
मो.नं. 9435213512,

Postal Registration No.RN-SC-36/2023-25 (RNI No.) ASSHIN/2016/69550 अंक - 152 वर्ष -11 अधिक ज्येष्ठ कृ.नवमी 2082 मंगलवार (9 जून 2026) मूल्य-5 रुपये, पृष्ठ-6, preranabharati@gmail.com

असम मंत्रिमंडल के विभागों का हुआ आवंटन, मुख्यमंत्री के पास गृह, लोक निर्माण, ऊर्जा

गुवाहाटी, ०८ जून (हि.स.)। असम के मुख्यमंत्री डॉ. हिमंत बिस्व सरमा ने सोमवार को राज्य मंत्रिमंडल के सदस्यों के बीच विभागों का आवंटन कर दिया। हाल में हुए मंत्रिमंडल विस्तार के बाद सभी कैबिनेट मंत्रियों को उनके-उनके विभागों की जिम्मेदारी सौंपी गई है।मुख्यमंत्री डॉ. हिमंत बिस्व सरमा अपने पास गृह एवं राजनीतिक, लोक निर्माण (भवन एवं राष्ट्रीय राजमार्ग, सडक़), ऊर्जा तथा जनसंपर्क विभाग रखेंगे। जयंत मल्लबरुवा को वित्त, पर्यावरण एवं वन तथा खान एवं खनिज विभागों की जिम्मेदारी दी गई है। वहीं, केशव महंत को राजस्व एवं आपदा प्रबंधन, विज्ञान, प्रौद्योगिकी एवं जलवायु परिवर्तन तथा सामान्य प्रशासन विभाग सौंपे गए हैं।अशोक सिंघल को स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण तथा चिकित्सा शिक्षा एवं अनुसंधान विभाग का दायित्व दिया गया है। पीयूष हजारिका कृषि, सिंचाई एवं संसदीय कार्य विभाग संभालेंगे, जबकि डॉ. रणोज पेगु विद्यालयी शिक्षा, उच्च शिक्षा, जनजातीय कार्य (मैदानी क्षेत्र) तथा सूचना प्रौद्योगिकी विभाग का नेतृत्व करेंगे।अश्विनी राय सरकार को सामाजिक न्याय एवं सशक्तिकरण, भूमि संरक्षण तथा अल्पसंख्यक कल्याण विभाग दिए गए हैं। बिमल बोरा को सांस्कृतिक कार्य, उद्योग, वाणिज्य एवं सार्वजनिक उपक्रम तथा एक्ट ईस्ट नीति विभाग सौंपा गया है। विश्वजीत दैमारी को हथकरघा, वस्त्र एवं रेशम उद्योग, कौशल, रोजगार एवं उद्यमिता, स्वदेशी एवं जनजातीय आस्था एवं संस्कृति तथा खेल विभागों की जिम्मेदारी मिली है।कौशिक राय खाद्य, सार्वजनिक वितरण एवं उपभोक्ता मामले तथा आवास एवं शहरी कार्य विभाग संभालेंगे। कृष्णेंदु पाल को जनस्वास्थ्य अभियांत्रिकी, पर्वतीय क्षेत्र एवं बराक घाटी विकास विभाग दिया गया है। नीलिमा देवी पशुपालन, पशु चिकित्सा एवं मत्स्य विभाग की जिम्मेदारी निभाएंगी, जबकि सुशांत बरगोहाई को जल संसाधन एवं न्यायिक विभाग सौंपे गए हैं।मंत्रिमंडल विस्तार के बाद विभागों के इस आवंटन के साथ राज्य सरकार ने प्रशासनिक कार्यों को गति देने और विकास योजनाओं के प्रभावी क्रियान्वयन की दिशा में कदम बढाया है। मुख्यमंत्री ने सभी नवदायित्व प्राप्त कैबिनेट मंत्रियों को शुभकामनाएं और बधाई दी है।

देश के पास ६० दिनों का तेल-गैस रिजर्व भंडार, हरदीप पुरी ने बताया संकट से बचने का 'मेगा प्लान'

नई दिल्ली (एजें) ८ जून : मिडिल ईस्ट में तनाव और संघर्ष की स्थिति लगातार बनी हुई है. बीते लगभग १०० दिनों से स्ट्रेट ऑफ होर्मुज बंद होने की वजह से दुनिया के कई देशों में कच्चे तेल और गैस की सप्लाई प्रभावित हुई है. इसका असर अंतरराष्ट्रीय बाजार में तेल की कीमतों पर भी देखने को मिल रहा है. भारत भी इस स्थिति से पूरी तरह अछूता नहीं है, क्योंकि देश अपनी जरूरत का बडा हिस्सा विदेशों से आयात करता है.देश में बढती ईंधन कीमतों और तेल-गैस की उपलब्धता को लेकर केंद्रीय पेट्रोलियम एवं प्राकृतिक गैस मंत्री हरदीप सिंह पुरी एबीपी न्यूज के साथ एक्सक्लूसिव इंटरव्यू में भारत का लगभग ९० प्रतिशत कच्चा तेल स्ट्रेट ऑफ होर्मुज के रास्ते आता है. इसके अलावा देश अपनी करीब ६० प्रतिशत एलपीजी गैस भी इसी मार्ग से आयात करता है. उन्होंने कहा कि इतनी बडी निर्भरता के बावजूद भारत उन देशों में शामिल है जहां पेट्रोल, डीजल और एलपीजी की कीमतों में अपेक्षाकृत कम बढोतरी हुई है. उन्होंने दावा किया कि जापान के बाद भारत दुनिया का एकमात्र ऐसा देश है, जिसने गैस, पेट्रोल-डीजल के दाम सबसे कम बढाए हैं. तेल और गैस के भंडार को लेकर पूछे गए सवाल के जवाब में केंद्रीय मंत्री ने कहा कि भारत पूरी तरह तैयार है और किसी तरह की घबराहट की जरूरत नहीं है. उन्होंने बताया कि देश के पास फिलहाल लगभग ६० दिनों के लिए तेल और गैस का रिजर्व मौजूद है. अगर सप्लाई में किसी प्रकार की रुकावट आती है, तब भी यह भंडार देश की जरूरतों को पूरा करने में मदद करेगा और आवश्यक सेवाओं पर कोई बडा असर नहीं पडेगा. हरदीप सिंह पुरी ने कहा कि फरवरी २०२२ से लेकर अब तक भारत ने अंतरराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल की कीमतों में हुए उतार-चढाव के बावजूद घरेलू बाजार में स्थिति को काफी हद तक संतुलित रखा है. सरकार ने सप्लाई चेन को मजबूत बनाए रखा और ईंधन की उपलब्धता में कोई बडी कमी नहीं आने दी. उन्होंने कहा कि वैश्विक बाजार की परिस्थितियों के अनुसार प्रतिक्रिया देना जरूरी होता है, लेकिन मौजूदा समय में घबराने जैसी कोई स्थिति नहीं है और हालात नियंत्रण में हैं. हरदीप सिंह पुरी ने कहा कि मौजूदा वक्त में देश में घरेलू स्तर पर एलपीजी गैस की प्रोडक्शन बढा दी गई है. पहले ३२००० मेट्रिक टन प्रोडक्शन होता था, जो अब बढक़र ५४ हजार पहुंच गया है. उन्होंने आगे कहा कि इस साल से भारत अमेरिका से एलपीजी गैस खरीद रहा है. इसके अलावा और भी कई देश हैं, जहां से गैस को खरीदा जा रहा है.

जुबीन हत्याकांड की सुनवाई फास्ट ट्रैक कोर्ट में आज से

गुवाहाटी, ०८ जून, (हि.स.)। बहुचर्चित जुबीन हत्याकांड की सुनवाई आज से विशेष फास्ट ट्रैक अदालत में शुरू होने जा रही है। मामले की न्यायिक प्रक्रिया के तहत आज पहले ही दिन अदालत चार गवाहों के बयान और साक्ष्यों का मूल्यांकन करेगी। अदालत ने इस मामले में गवाही के लिए मोरीगांव के तत्कालीन पुलिस अधीक्षक हेमंत कुमार दास तथा प्राथमिकी दर्ज कराने वाले रातुल बोरा को तलब किया है।इसके अलावा मोरीगांव सदर थाना के तत्कालीन प्रभारी (ओसी) प्रणव सैकिया और उपनिरीक्षक (एसआई) भास्कर बर्मन को भी अदालत में उपस्थित होकर गवाही देने के लिए बुलाया गया है।मामले की सुनवाई शुरू होने के साथ ही आज से हत्याकांड से जुड़े तथ्यों और साक्ष्यों की न्यायिक जांच का महत्वपूर्ण चरण आरंभ हो जाएगा।

डीएचआर ने मई २०२६ में ३९५.६ लाख रुपये मासिक रेवेन्यू हासिल कर रचा इतिहास

गुवाहाटी, ०८ जून (हि.स.)। पूर्वोत्तर सीमांत रेलवे (पूसीरे) के अधीन यूनेस्को विश्व धरोहर पर्वतीय रेलवे-दार्जिलिंग हिमालयन रेलवे (डीएचआर) ने अपनी सेवा के शुरुआत के बाद से एक महीने में अब तक का सर्वाधिक आय कर ऐतिहासिक रिकॉर्ड स्थापित किया है। मई २०२६ में, डीएचआर ने ३९५.६० लाख रुपये की अभूतपूर्व आय हासिल की, जो मई २०२५ में हासिल किए गए रिकॉर्ड ३५८.६० लाख रुपये आय से अधिक है। यह उपलब्धि देश-विदेश के पर्यटकों और रेलवे के शौकीनों के बीच इस हेरिटेज रेलवे की बढ़ती लोकप्रियता को दर्शाती है।पूसीरे के सीपीआरओ कपिंजल किशोर शर्मा ने सोमवार को बताया कि पर्यटकों के लिए सबसे व्यस्त मौसम में यात्रियों की भारी संख्या के कारण रिकॉर्ड-तोड़ आय हुई है। यह आय खास तौर पर मशहूर हेरिटेज जॉय राइड्स और दार्जिलिंग की खूबसूरत पहाड़ियों में चलने वाली नियमित पैसेंजर सर्विस से हुई। बढ़ती मांग दुनिया भर में रेलवे की इस मशहूर छोटी लाइन के प्रति लोगों के निरंतर बढ़ते आकर्षण और यात्रियों की सुविधाओं को बेहतर बनाने व हेरिटेज टूरिज़्म को बढ़ावा देने में ⇨ शेषांश पृष्ठ ३ पर

कछार पुलिस अधीक्षक की पहल से 'श्रद्धांजलि' योजना के तहत हैदराबाद से घर पहुंचा युवक का पार्थिव शरीर

प्रे.सं. शिलचर, ८ जून। असम सरकार की जनकल्याणकारी 'श्रद्धांजलि' योजना और कछार जिला पुलिस अधीक्षक के विशेष प्रयासों से हैदराबाद में सडक़ दुर्घटना में मृत कछार निवासी युवक साहाब उद्दीन लस्कर का पार्थिव शरीर रविवार को उसके पैतृक गांव पहुंचाया गया। पूरी प्रक्रिया सरकारी खर्च पर संपन्न होने से आर्थिक संकट से जूझ रहे परिवार को बडी राहत मिली। जानकारी के अनुसार, आरकटीपुर निवासी साहाब उद्दीन लस्कर की ६ जून को हैदराबाद में एक दर्दनाक सडक़ दुर्घटना में मृत्यु हो गई थी। घटना की खबर मिलते ही परिवार पर दुखों का पहाड़ टूट पडा। परिवार की आर्थिक स्थिति ऐसी नहीं थी कि वे हैदराबाद से पार्थिव शरीर को असम तक ला सकें। ऐसे कठिन समय में कछार जिला पुलिस और राज्य प्रशासन ने मानवीय संवेदनशीलता का परिचय देते हुए सहायता का हाथ बढाया। कछार के पुलिस अधीक्षक की सक्रिय पहल पर असम सरकार की 'श्रद्धांजलि' योजना के अंतर्गत मृतक का पार्थिव शरीर पूरी तरह नि:शुल्क उसके घर तक पहुंचाने की व्यवस्था की गई। रविवार सुबह जब ताबूत में बंद पार्थिव शरीर गांव पहुंचा, तो परिजनों और ग्रामीणों का रो-रोकर बुरा हाल हो गया। पूरे क्षेत्र में शोक की लहर दौड. ⇨ शेषांश पृष्ठ ३ पर

गैस बुकिंग - डिलीवरी के बदले नियम, अब बिना OTP नहीं मिलेगा सिलिंडर

नई दिल्ली (एजें) ८ जून : यदि आपके घर में भी रसोई गैस (LPG) सिलेंडर का इस्तेमाल होता है, तो यह खबर आपके लिए बेहद महत्वपूर्ण है। घरेलू गैस वितरण प्रणाली को अधिक पारदर्शी, सुरक्षित और धोखाधड़ी से मुक्त बनाने के लिए सरकार और तेल कंपनियों ने मिलकर कई नए विधिक नियम लागू कर दिए हैं। इन नए कड़ा नियमों का मुख्य उद्देश्य फर्जी गैस कनेक्शन, कालाबाजारी और डुप्लीकेट उपभोक्ताओं पर पूरी तरह से नकेल कसना है। कंपनियों ने साफ चेतावनी दी है कि यदि उपभोक्ता इन नियमों का कड़ाई से पालन नहीं करते हैं, तो भविष्य में उनकी गैस बुकिंग रोकी जा सकती है और सिलेंडर की डिलीवरी में भारी विधिक दिक्कतों का सामना करना पड़.सकता है। आइए जानते हैं एलपीजी वितरण से जुड़े.वे ७ कूट नियम जो अब हर उपभोक्ता के लिए जानना विधिक रूप से अनिवार्य हैं। रिकॉर्ड में मोबाइल नंबर का कूट अपडेशन: चूंकि बुकिंग से लेकर डिलीवरी तक की पूरी सूचना और ओटीपी रूप से मोबाइल पर ही आते हैं, इसलिए आपका सक्रिय नंबर गैस एजेंसी के विधिक रिकॉर्ड में दर्ज होना चाहिए। यदि आपने अपना पुराना नंबर बदल लिया है, तो उसे तुरंत गैस एजेंसी जाकर सुधरवा लें। शहरी क्षेत्रों में दूसरी बुकिंग पर २५ दिन का कड़ा प्रतिबंध: शहरों में गैस की फिजूलखर्ची और जमाखोरी रोकने के लिए एक कूट समय-सीमा तय की गई है। नए नियम के तहत, एक सिलेंडर डिलीवर होने के बाद उपभोक्ता २५ दिन की अवधि पूरी होने से पहले दूसरा LPG सिलेंडर बुक विधिक रूप से नहीं कर सकेंगे। ई-केवाईसी और बायोमेट्रिक अपडेट: सरकार और तेल विपणन कंपनियों ने सभी वैध ग्राहकों के लिए ई-केवाईसी (e-KYC) करवाना आवश्यक कर दिया है। कई क्षेत्रों में इसके लिए बायोमेट्रिक वेरिफिकेशन का भी शुरूकिया गया है। जिन उपभोक्ताओं का केवाईसी रिकॉर्ड अपडेट नहीं होगा, उनकी गैस सेवाएं विधिक रूप से प्रभावित हो सकती हैं। ग्रामीण इलाकों के लिए ४५ दिन का चक्र: गांवों में वितरण व्यवस्था को सुदृढ़.करने और फर्जी बुकिंग के जरिए होने वाली गैस की कालाबाजारी को रोकने के लिए दो सिलेंडरों की बुकिंग के बीच न्यूनतम ४५ दिनों का कड़ा अंतर अनिवार्य ⇨ शेषांश पृष्ठ ३ पर

उधारबंद के लाटीग्राम में जर्जर हाफलांग रोड पर जलभराव, दुर्घटना की आशंका बढ़ी

प्रे.सं. उधारबंद, ८ जून: उधारबंद के लाटीग्राम स्थित पुरानी हाफलांग रोड की बदहाल स्थिति को लेकर स्थानीय लोगों में भारी नाराजगी व्याप्त है। सडक़ पर बने बडे-बडे.गड्ढों में बारिश का पानी जमा होने से पूरी सडक़ तालाब जैसी नजर आ रही है, जिससे यातायात और जनसुरक्षा पर गंभीर खतरा मंडरा रहा है।स्थानीय निवासियों के अनुसार, पूर्व विधायक मिहिर कांति सोम के कार्यकाल में लगभग दो वर्ष पूर्व इस सडक़ का निर्माण किया गया था। हालांकि, निर्माण के एक वर्ष के भीतर ही सडक़ पर गड्ढे उभरने लगे। वर्तमान में हल्की बारिश होते ही सडक़ जलमग्न हो जाती है और गड्ढे दिखाई नहीं देने के कारण वाहन चालकों को भारी जोखिम उठाना पडता है।अभिभावकों और क्षेत्रवासियों ने बताया कि सडक़ की खराब हालत के कारण स्कूली छात्रों को आवागमन में काफी कठिनाइयों का सामना करना पड.रहा है। सडक़ के किनारे समुचित जल निकासी व्यवस्था नहीं होने से वर्षा का पानी सडक़ पर बहता रहता है, जिससे फिसलन और दुर्घटनाओं की संभावना लगातार बनी हुई है।सोमवार को स्थानीय लोगों ने जिला प्रशासन तथा राज्य सरकार से तत्काल हस्तक्षेप की मांग करते हुए सडक़ की शीघ्र मरम्मत और उचित नाली निर्माण की व्यवस्था करने का आग्रह किया। उनका कहना है कि यदि समय रहते आवश्यक कदम नहीं उठाए गए, तो किसी भी समय कोई बडा हादसा हो सकता है।

लव जिहाद : पहचान छिपाकर छात्रा को ब्लैकमेल करने के आरोप में युवक गिरफ्तार

धुबडी (असम), ०८ जून (हि.स.)। असम के धुबडी जिले के गोलकगंज क्षेत्र में कथित 'लव जिहाद' से जुडे.एक मामले को लेकर पुलिस ने कार्रवाई करते हुए एक युवक को गिरफ्तार किया है। पुलिस सूत्रों द्वारा आज दी गई जानकारी के अनुसार, आरोपित की पहचान सफिकुल इस्लाम के रूप में हुई है। आरोप है कि उसने हिंदू पहचान का इस्तेमाल कर एक छात्रा के साथ प्रेम संबंध स्थापित किया और बाद में लंबे समय तक उसे ब्लैकमेल करता रहा।छात्रा के परिजनों द्वारा दर्ज कराई गई शिकायत के आधार पर पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू की। प्रारंभिक जांच के बाद आरोपित सफिकुल इस्लाम को गिरफ्तार कर लिया गया।पुलिस मामले की विस्तृत जांच कर रही है तथा घटना से जुडे.सभी पहलुओं की पडताल की जा रही है।

मां के बिना तीन बच्चों की परवरिश का संघर्ष: पत्नी की अनुपस्थिति में अकेले जिम्मेदारी निभा रहे नृपेन्द्र सरकार

प्रे.सं. शिलचर, प्रतिनिधि, ८ जून। दूधपटिल स्थित सुभाष नगर क्षेत्र के निवासी नृपेन्द्र सरकार पिछले लगभग दो वर्षों से अपनी पत्नी अनिमा रानी सरकार की अनुपस्थिति में तीन छोटे बच्चों और अस्वस्थ सास की जिम्मेदारी अकेले संभाल रहे हैं। इस परिस्थिति ने परिवार को गंभीर आर्थिक और मानसिक संकट के दौर में ला खडा किया है।स्थानीय लोगों के अनुसार, अनिमा रानी सरकार सोशल मीडिया पर नियमित रूप से वीडियो और रील साझा करती हैं, जबकि परिवार और बच्चों की देखभाल से दूर हैं। हालांकि, इस संबंध में उनकी ओर से कोई आधिकारिक प्रतिक्रिया सामने नहीं आई है।नृपेन्द्र सरकार का कहना है कि उन्होंने मामले को लेकर मालुग्राम पुलिस चौकी में शिकायत दर्ज कराने का प्रयास किया था, लेकिन उनकी शिकायत स्वीकार नहीं की गई। उनका आरोप है कि पत्नी के घर छोडऩे के बाद से बच्चों के भोजन, शिक्षा, स्वास्थ्य और दैनिक जरूरतों की पूरी जिम्मेदारी उन्हीं के कंधों पर आ गई है।उन्होंने बताया कि सुबह से देर रात तक बच्चों की देखभाल और घरेलू जिम्मेदारियां निभाने के कारण उनके लिए नियमित रोजगार और आय का प्रबंधन भी कठिन हो गया है, जिससे परिवार आर्थिक तंगी से जूझ रहा है।

सबसे मार्मिक पक्ष यह है कि तीनों बच्चे अक्सर अपनी मां के बारे में पूछते हैं और जानना चाहते हैं कि वह कब लौटेंगी। नृपेन्द्र के अनुसार, उनके पास इस प्रश्न का कोई संतोषजनक उत्तर नहीं होता, जिससे वे स्वयं भी भावनात्मक रूप से टूट जाते हैं।इस घटना को लेकर क्षेत्र में सामाजिक और नैतिक जिम्मेदारियों पर चर्चा तेज हो गई है। स्थानीय लोगों का मानना है कि बच्चों के हितों को सर्वोच्च प्राथमिकता मिलनी चाहिए तथा संबंधित पक्षों को मानवीय दृष्टिकोण अपनाकर समस्या के समाधान की दिशा में आगे बढऩा चाहिए।

(नोट: समाचार में लगाए गए आरोप संबंधित पक्षों के कथनों और स्थानीय लोगों की जानकारी पर आधारित हैं। मामले में दूसरे पक्ष का पक्ष प्राप्त होने पर उसे भी प्रमुखता से प्रकाशित किया जाएगा।)

NEET-UG री-एग्जाम के लिए सिटी इंटिमेशन स्लिप जारी, २१ जून को दोबारा होगी परीक्षा

नई दिल्ली. (एजें: ८ जून : राष्ट्रीय परीक्षा एजेंसी (एनटीए) ने रविवार को NEET-UG 2026 री-एग्जाम के लिए एग्जाम सिटी इंटिमेशन स्लिप जारी कर दी है. मेडिकल प्रवेश परीक्षा में शामिल होने वाले अभ्यर्थी अब आधिकारिक वेबसाइट के माध्यम से अपनी परीक्षा नगरी (एग्जाम सिटी) की जानकारी प्राप्त कर सकते हैं. पेपर लीक विवाद के बाद रद्द की गई परीक्षा के पुनः आयोजन की दिशा में यह महत्वपूर्ण कदम माना जा रहा है.गौरतलब है कि छएएढ-णऋ२०२६ परीक्षा का आयोजन ३ मई को किया गया था, जिसमें देशभर से २२ लाख से अधिक विद्यार्थियों ने भाग लिया ⇨ शेषांश पृष्ठ ३ पर

दिगंबर जैन आर्यिका माताजी का ससंघ शोभायात्रा के बाद जैन भवन में प्रवेश

प्रे.सं.शिलचर, ८ जून : दिगम्बर जैन आर्यिका रत्न पुज्य श्री १०५ गरिमामती,गंभीरमती माताजी का ससंघ दिनांक ०७/०६/ २६ को मेहरपुर स्थित श्री शांतिनाथ जैन मन्दिर से विहार कर सिलचर के मुख्य मार्ग से होते हुए विशाल शोभायात्रा गाजा बाजा व जयकारों के साथ जैन मन्दिर में भव्य मंगल प्रवेश हुआ। दिनांक ०८/०६/२६ को जैन भवन में जैन समिति,सिलचर के तत्वावधान में स्वागत अभिनन्दन कार्यक्रम आयोजित हुआ जिसमें दिगम्बर जैन समाज के साथ श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ सभा,श्री साधुमार्गी जैन संघ, श्री जैन ज्ञान श्रावक संघ, श्री श्वेताम्बर मूर्तिपूजक संघ के पदाधिकारियों के साथ काफी संख्या में श्रावक श्राविकाओं की उपस्थिति रही।दीप प्रज्वलन व मंगलाचरण के साथ कार्यक्रम की शुरुआत हुई,माताजी को सभी संस्थाओं की ओर से जैन धार्मिक साहित्य व शास्त्र की किताब भेंट की गई। जैन समिति के अध्यक्ष मुल चन्द बैद ने माताजी ससंघ का हार्दिक स्वागत व अभिनंदन किया,उसके बाद जैन समाज के अन्य सभी सम्प्रदाय के पदाधिकारीगणों ने अपना वक्तव्य रखा।सभी ने माताजी से ज्यादा से ज्यादा जैन भवन में विराजने की विनती की।दिगम्बर जैन समाज के अध्यक्ष पवन जैन ने सभी से माताजी के पावन प्रवास का ज्यादा से ज्यादा धार्मिक लाभ लेने का निवेदन किया। धन्यवाद भाषण जैन समिति के मंत्री विजय कुमार सांड ने रखा।माताजी के प्रवचन पश्चात आज का समारोह सम्पन्न हुआ।

!! नकारात्मक विचारों का आना तय है, परन्तु यह आप पर निर्भर करता है कि आप उन्हे कितना महत्व देते हैं। !!

सम्पादकीय.....

जनगणना के बुनियादी सवाल

यह परेशान करने वाली बात है कि राजस्थान और उत्तर प्रदेश जैसे राज्यों में 'जनगणना २०२७' के कुछ प्रगणकों को बेहद असामान्य कारणों से समस्याओं का सामना करना पड.रहा है। इन दो राज्यों में जहां जनगणना का पहला चरण - मकान सूचीकरण और मकान गणना (एचएलओ) - चल रहा है, प्रगणकों को ङ्कपरिवारों के पास दोबारा जाने और आंकडों में असंगतियों को ठीक करनेङ्क और ङ्कसरकार की छवि खराब दिखा सकने वाले विकल्प नहीं चुननेङ्क की सलाह दी गयी है। पुनर्सत्यापन किसी भी अध्ययन या सर्वेक्षण का एक जायज हिस्सा है लेकिन यह सच्चाई को सटीक ढंग से प्रतिबिंबित करने के लिए होना चाहिए, न कि धारणाओं को प्रबंधित करने के लिए। राजस्थान में, यह मसला जिला-स्तरीय अधिकारियों को जनगणना कार्य निदेशक के उस परिपत्र से उपजा है जो क्षेत्र के आंकडों (फील्ड डेटा) में चिह्नित की गयी असंगतियों से संबंधित है। जैसा कि ऊपर से दिख रहा है, इसका मकसद यह सुनिश्चित करना है कि प्रश्नावली में उपयुक्त विकल्पों का इस्तेमाल करके आंकडे.सटीकता के साथ दर्ज किये जाएं। हालांकि, कुछ मामलों में प्रगणकों को पूर्व-धारणाओं के आधार पर आंकडे.दर्ज करने को कहा गया है। मसलन, अगर किसी परिवार के पास शौचालय नहीं है, तो प्रगणक को यह देखने को कहा गया है कि क्या नजदीक में शौचालय उपलब्ध है, जिसके आधार पर प्रविष्टि को 'खुले में शौच' से बदलकर 'शौचालय तक पहुंच हैं' किया जा सकता है। उत्तर प्रदेश में, संदेश यह प्रतीत होता है कि तथ्यों को जस का तस न पेश किया जाए, जिससे एक बेहद अहम और संवेदनशील कवायद के लिए आंकडों की सत्यता और विश्वसनीयता के बारे में चिंता खडी हो रही है।

खुले में शौच के खिलाफ देश में लंबे समय से चल रहे अभियान जैसे कार्यक्रम कितने कारगर साबित हुए हैं, यह प्रकरण इसे सामने लाता है। कई राज्यों ने ठोस प्रगति की है, लेकिन यह निष्कर्ष निकालना कि समस्या खत्म हो गयी है, हकीकत से मुंह मोडना होगा। धन मुहैया कराने समेत प्रशासनिक उद्देश्यों के लिए, शहरों और गांवों को निश्चित मानदंडों के आधार पर खुले में शौच से मुक्त (ओडीएफ), ओडीएफ प्लस और ओडीएफ प्लस मॉडल जैसी श्रेणियों में बांटना वाजिब है। लेकिन सबसे अहम सवाल यह है कि क्या इस तरह का वर्गीकरण हकीकत को दर्शाता है या फिर प्रगणकों के काम के साथ विरोधाभास को जन्म देता है। यह सुनिश्चित करना नीति-निर्माताओं की जिम्मेदारी है कि जनगणना के आंकडे.सटीक और भरोसेमंद हों। उन्हें लोगों को सही सूचनाएं मुहैया कराने के लिए जागरूक भी बनाना होगा, क्योंकि सार्वजनिक नीतियां और कल्याणकारी योजनाएं इन आंकडों के आधार पर बनायी जाती हैं और अंतत: उन्हें ही फायदा पहुंचाती हैं। अधिकारियों को प्रगणकों द्वारा सामना की जा रही जायज कठिनाइयों को स्वीकार करना चाहिए और उनका समाधान निकालना चाहिए। चूंकि जनगणना के महत्व को दोहराने की शायद ही कोई जरूरत है, केंद्र सरकार को दक्ष और समयबद्ध काम सुनिश्चित करने के लिए प्रगणकों के भत्ते बढाने में काफी उदार होना चाहिए। उसे न केवल इसमें शामिल वित्तीय परिव्यय - पूरे देश के लिए लगभग ११,७१८ करोड.रुपये - के प्रति, बल्कि लक्षित और समावेशी नीति-निर्माण जैसे उद्देश्यों के लिए भरोसेमंद आंकडे.सार्वजनिक रूप से उपलब्ध कराने की जरूरत के प्रति भी सचेत रहना चाहिए। सरकार को यह साफ संदेश भेजना चाहिए कि पुनर्सत्यापन की आड.में आंकडों की साफ-सफाई कतई न की जाए।

आदि कैलाश-ओम पर्वत यात्रा के लिए एक माह में २७,९११ इनरलाइन परमिट हुए जारी

सीमांत जनपद पिथौरागढ.में आदि कैलाश और ओम पर्वत यात्रा को लेकर श्रद्धालुओं एवं पर्यटकों का उत्साह लगातार बढ.रहा है। यात्रा सीजन के दौरान देशभर से बडी संख्या में श्रद्धालु और पर्यटक यहां पहुंच रहे हैं। इसका अंदाजा इस बात से लगाया जा सकता है कि यात्रा शुरू होने के मात्र एक माह के भीतर २७,९११ इनरलाइन परमिट जारी किए जा चुके हैं।सोमवार को जिला प्रशासन ने आदि कैलाश और ओम पर्वत यात्रा पर आने वालों आंकडे.जारी किए। उन्होंने बताया कि ३१ मई २०२६ तक कुल २७,९११ इनरलाइन परमिट जारी हुए हैं। जिला प्रशासन ने यात्रा पर आने वाले श्रद्धालुओं और पर्यटकों से अपील की है कि वे यात्रा से पूर्व सभी आवश्यक दस्तावेज साथ रखें, मौसम संबंधी जानकारी प्राप्त करें तथा प्रशासन के दिशा-निर्देशों का पालन करते हुए सुरक्षित यात्रा करें। उन्होंने कहा कि आदि कैलाश एवं ओम पर्वत यात्रा न केवल धार्मिक और आध्यात्मिक दृष्टि से महत्वपूर्ण है, बल्कि क्षेत्रीय पर्यटन, स्थानीय अर्थव्यवस्था और रोजगार सृजन को भी नई गति प्रदान कर रही है। इससे सीमांत क्षेत्रों के विकास को भी बल मिल रहा है।

उल्लेखनीय है कि आदि कैलाश-ओम पर्वत दर्शन यात्रा का शुभारंभ १ मई २०२६ को जोलीकोंग स्थित पार्वती कुंड के निकट शिव मंदिर के कपाट खुलने के साथ हुआ था। मात्र एक माह में इतने बडे.स्तर पर परमिट जारी होना यात्रा के प्रति श्रद्धालुओं की बढती आस्था और आकर्षण को दर्शाता है। पिछले वर्षों के आंकडों पर नजर डालें तो वर्ष २०२४ में कुल २९,३५२ तथा वर्ष २०२५ में ३६,५२६ इनरलाइन परमिट जारी किए गए थे। ऐसे में चालू वर्ष के पहले ही माह में जारी परमिटों की संख्या यह संकेत दे रही है कि इस बार यात्रा नए रिकॉर्ड की ओर बढ. सकती है।

'लोकमाता' अहिल्याबाई होल्करः नारी शक्ति, सुशासन और धर्म-संरक्षण की अद्वितीय प्रेरणा

हर्षवर्धन पान्डे

भारत अपनी गौरवशाली संस्कृति, इतिहास और परंपराओं के लिए दुनिया में जाना जाता है। यहाँ अनेक ऐसे योद्धा, शासक, शासिकाओं और वीरांगनाओं ने जन्म लिया है जिनका नाम लोककल्याण जैसे अनेक कार्यों में आज भी गर्व के साथ लिया जाता है। इनमें से अहिल्याबाई होल्कर का नाम विशेष रूप से उल्लेखनीय है। देश में जब भी किसी महिला का जीवन आदर्श, वीरता, त्याग , राष्ट्रभक्ति के लिए सदा याद किया जाता है, उनमें रानी अहिल्याबाई होल्कर अग्रणी हैं। वे १८वीं शताब्दी की एक ऐसी प्रेरणादायक महिला थी जिनका पूरा जीवन आज समाज के लिए बड़ी प्रेरणा का स्रोत है। होल्कर राजवंश का इतिहास जितना समृद्ध रहा है, उतनी ही अहिल्याबाई होल्कर की विरासत लोककल्याण के कार्यों के लिए जानी जाती है।

कुशल प्रशासन एवं कर्तव्यपरायणता जैसे अपने अनेक मानवीय गुणों के कारण अहिल्याबाई होल्कर द्वारा कराये गए अनेक कार्य देश में आज भी बड़े गर्व और आदर के साथ याद किये जाते हैं। उन्होंने अपने जीवनकाल में कभी कहीं कोई समझौता नहीं किया। पूरी कर्तव्यनिष्ठा व अनुशासन के साथ अपने दायित्वों का निर्वहन करते हुए लोककल्याण एवं सामाजिक सरोकारों के प्रति संकल्पबद्ध होकर हर पल का सदुपयोग ही किया। शायद यही वजह थी कि समाज के बीच उनकी एक अलग ही विशिष्ट पहचान और प्रतिष्ठा थी। भारतीय संस्कृति एवं लोककल्याण के कार्यों के प्रति उन उनका सम्मान का भाव उनके द्वारा किए गए अनेकानेक कार्यों में देखा जा सकता था। हमारी संस्कृति के संरक्षण, संवर्धन हेतु जन -जन को प्रेरित व प्रोत्साहित करना उनका स्वाभाविक गुण था। सचमुच उनका जीवन आज समाज के लिए प्रेरणा व प्रोत्साहन का अविरल स्रोत है। ऐसी महान धर्म प्रेमी, संस्कृति प्रेमी व मानवता प्रेमी कर्मयोगी शासिका के जीवन से आज हर किसी को प्रेरणा लेने की जरूरत है।

अहिल्याबाई होलकर का जन्म ३१ मई, १७२५ को अहमदनगर, महाराष्ट्र के गाँव छौंदी में एक साधारण किसान परिवार में हुआ था। एक साधारण से किसान परिवार में जन्मी अहिल्याबाई होलकर छोटी उम्र से ही अपनी संस्कृति पर गर्व करती थी, साथ ही प्रजा में रह रहे आमजनों की पीडा की अनुभूति भी करती थी। इनके पिता मनकोजी राव शिन्दे शिवभक्त थे। पिता के संस्कार बालिका अहिल्या पर भी पडे। उनके पिता मानकोजी शिंदे खुद धनगर समाज से थे, जो गांव के पाटिल की भूमिका निभाते थे। अहिल्याबाई का जीवन भी बहुत साधारण तरीके से गुजर रहा था लेकिन एकाएक किस्मत ने पलटी खाई और वह १८वीं सदी में मालवा प्रांत की रानी बन गई। अहिल्याबाई होल्कर ने मालवा प्रांत की महारानी बनकर राजमाता के रूप में बड़ी लकीर खींची।

युवा अहिल्यादेवी का चरित्र और सरलता ने मल्हार राव होल्कर को भी प्रभावित किया। वे पेशवा बाजीराव की सेना में एक कमांडर के तौर पर काम करते थे। उन्हें अहिल्या इतनी अच्छी लगी कि उन्होंने उनकी शादी अपने बेटे खांडे राव से करवा दी। इस तरह अहिल्या बाई एक दुल्हन के तौर पर मराठा समुदाय के होल्कर राजघराने में पहुंची। उनके पति की मौत १७५४ में कुंभेर की लडाई में हो गई थी। ऐसे में अहिल्यादेवी पर जिम्मेदारी आ गई। उन्होंने अपने ससुर के कहने पर न केवल सैन्य मामलों में बल्कि प्रशासनिक मामलों में भी रुचि दिखाई और प्रभावी तरीके से उन्हें अंजाम दिया। शादी के बाद उनका एक पुत्र और एक पुत्री हुई। वहीं कुछ सालों बाद ही अहिल्याबाई के पति का देहांत हो गया। इसके कुछ समय बाद ही १७६६ में उनके ससुर मल्हारराव होल्कर की भी मृत्यु हो गई। जिसके बाद उन्होंने सत्ता को संभालने का भार अपने ऊपर ले लिया। शासन संभालने के कुछ दिनों बाद ही साल १७६७ में उनके जवान पुत्र मालेराव की भी मृत्यु हो गई। पति, पुत्र , पुत्री , पुत्रवधू और पिता समान ससुर को खोने के बाद भी उन्होंने जिस तरह साहस और धैर्य से अपने कर्तव्यों का निर्वहन किया, वो सराहनीय है। इस संकटकाल में एक तपस्विनी की तरह से श्वेत वस्त्र धारण कर राजकाज चलाया और परिवार पर भीषण वज्रघात के बाद भी रानी अविचलित रहते हुए अपने कर्तव्यपथ पर हमेशा डटी रही।

अहिल्याबाई एक विनम्र एवं उदार वीरांगना थी जिनके अंदर गरीबों और असहाय व्यक्ति के लिए दया और परोपकार की भावना भरी हुई थी। उन्होंने अपना पूरा जीवन समाज सेवा के लिए समर्पित कर दिया था। मल्हारराव के निधन के बाद उन्होंने पेशवाओं की गद्दी से आग्रह किया कि उन्हें क्षेत्र की प्रशासनिक बागडोर सौंपी जाए। मंजूरी मिलने के बाद १७६६ में रानी अहिल्यादेवी मालवा की शासक बन गई। उन्होंने तुकोजी होल्कर को सैन्य कमांडर बनाया। उन्हें उनकी राजसी सेना का पूरा सहयोग मिला। अहिल्याबाई ने कई युद्ध का कुशल नेतृत्व भी किया। वे एक साहसी योद्धा के साथ ही एक कुशल तीरंदाज भी थी जो हाथी की पीठ पर चढकर लडती थी। हमेशा आक्रमण करने को तत्पर भील और गोंड्स से उन्होंने कई बरसों तक अपने राज्य को सुरक्षित भी रखा। पडोसी राजा पेशवा राघोबा ने इन्दौर के दीवान गंगाधर यशवन्त चन्द्रचूड.से मिलकर अचानक हमला बोल दिया। रानी ने धैर्य न खोते हुए पेशवा को एक मार्मिक पत्र लिखा।

रानी ने लिखा कि यदि युद्ध में आप जीतते हैं, तो एक विधवा को जीतकर आपकी कीर्ति नहीं बढेगी और यदि हार गये, तो आपके मुख पर सदा को कालिख पुत जाएगी। मैं मृत्यु या युद्ध से नहीं डरती। मुझे राज्य का लोभ नहीं है, फिर भी मैं अन्तिम क्षण तक युद्ध करूंगी। इस पत्र को पाकर पेशवा राघोबा चकित रह गया। इसमें जहां एक ओर रानी अहल्याबाई ने उस पर कूटनीतिक चोट की थी, वहीं दूसरी ओर अपनी कठोर संकल्पशक्ति का परिचय भी दिया था। रानी ने देशभक्ति का परिचय देते हुए उन्हें अंग्रेजों के षड्यन्त्र से भी सावधान किया था। अतः उसका मस्तक रानी के प्रति श्रद्धा से झुक गया और वह बिना युद्ध किये ही पीछे हट गया। रानी के जीवन का लक्ष्य राज्यभोग नहीं था। वे प्रजा को अपनी सन्तान समझती थी। वे घोडे.पर सवार होकर स्वयं जनता से मिलती थी। उन्होंने जीवन का प्रत्येक क्षण राज्य और धर्म के उत्थान में लगाया। एक बार गलती करने पर उन्होंने अपने एकमात्र पुत्र को भी हाथी के पैरों से कुचलने का आदेश दे दिया था पर फिर जनता के अनुरोध पर उसे कोडे. मार कर ही छोड.दिया।

अहिल्याबाई हमेशा अपनी प्रजा और गरीबों की भलाई के बारे में सोचती रहती थी। उन्होंने समाज में विधवा महिलाओं की स्थिति, महिलाओं की शिक्षा पर बेहतरीन काम किया किया। अपने जीवन में तमाम परेशानियां झेलने के बाद जिस तरह अहिल्याबाई ने अपनी नारी शक्ति का इस्तेमाल किया था, वो काफी प्रशंसनीय है। आज भी अपने कार्यों और शासन के लिए अहिल्याबाई को लोग याद करते हैं । रानी अहिल्याबाई अपनी राजधानी महेश्वर भी ले गई जहाँ पर उन्होंने १८वीं सदी का बेहतरीन और आलीशान अहिल्या महल बनवाया। पवित्र नर्मदा नदी के किनारे बनाए गए इस महल की नक्काशी हर किसी को प्रभावित करती थी। उस दौर में महेश्वर साहित्य, मूर्तिकला, संगीत और कला के क्षेत्र में एक गढ.बन चुका था। मराठी कवि मोरोपंत, शाहिर अनंतफंडी और संस्कृत विद्वान खुलासी राम उनके कालखंड के महान व्यक्तित्व थे।

अहिल्याबाई हर दिन वह अपनी प्रजा से बात करती थी। उनकी समस्याएं सुनती थी। १७६७-१७९५ के कालखंड में रानी अहिल्याबाई ने ऐसे कई काम किए कि लोग आज भी उनका नाम बड़े गर्व के साथ लेते हैं। वो एक ऐसी रानी थी जिन्होंने सत्ता का लोभ नहीं बल्कि समृद्धि को चुना। वो एक ऐसी महिला थीं जो १७०० की सदी में भी पढ-लिखकर आत्मनिर्भरता का पाठ पढाती थी। अपने साम्राज्य को उन्होंने समृद्ध बनाने में कोई कसर नहीं छोड़ी । उन्होंने राजकोष का धन बड़े पैमाने पर कई किले, विश्राम गृह, कुएं और सडकें बनवाने पर खर्च किया। वह लोगों क बीच जाना पसंद करती थी और मंदिरों को दान भी देती थी। एक महिला होने के नाते उन्होंने विधवा महिलाओं को अपने पति की संपत्ति को हासिल करने और बेटे को गोद लेने में भी मदद की। इंदौर को एक छोटे-से गांव से समृद्ध और सजीव शहर बनाने में उनकी भूमिका को नहीं नकारा जा सकता। उन्होनें हिमालय से लेकर दक्षिण भारत के कोने-कोने तक मंदिरों के निर्माण में बड़ा धन खर्च किया साथ ही काशी, गया, सोमनाथ, अयोध्या, मथुरा, हरिद्वार, द्वारका, बद्रीनारायण, रामेश्वर और जगन्नाथ पुरी के ख्यात मंदिरों में उन्होंने अनेक काम करवाए जो आज भी बड़ी शान के साथ याद किये जाते हैं । धर्मपरायण होने के कारण रानी ने अपने राज्य के साथ-साथ देश के अन्य तीर्थों में भी मंदिर, कुएं, बावडी, धर्मशालाएं आदि बनवाई। एक तरफ काशी का वर्तमान काशी विश्वनाथ मंदिर १७८० में उन्होंने ही बनवाया वहीँ त्र्यंबकेश्वर ज्योतिर्लिंग में तीर्थयात्रियों के लिए विश्रामगृह बनवाया। अयोध्या और नासिक में भगवान राम के मंदिर का निर्माण हो या उज्जयिनी में चिंतामणि गणपति मंदिर का निर्माण यह सब अहिल्याबाई के कार्यों की आज भी जीती जागती मिसाल हैं। सोमनाथ के प्रसिद्ध मंदिर का पुनर्निर्माण भी उन्हीं की बड़ी देन है जिसे १०२४ में गजनी ने आक्रमण कर लूट लिया था।

१३ अगस्त, १७९५ ई० को ७० वर्ष की आयु में उनका देहान्त हुआ। उनका जीवन धैर्य, साहस, सेवा, त्याग और कर्तव्यपालन का प्रेरक उदाहरण है। उनके राज्य में कला, संस्कृति, शिक्षा, व्यापार, कृषि आदि सभी क्षेत्रों का भरपूर विकास हुआ। सही मायनों में अहिल्याबाई व्यक्तित्व की धनी हैं, जिनका जीवन मानवता की सेवा और मानवीय मूल्यों के संरक्षण को समर्पित रहा है। किसी भी तरह की मुश्किल में उन्होनें कभी धैर्य नहीं खोया और जनसेवा और लोककल्याण के काम करना उनके जीवन का मुख्य लक्ष्य रहा। मानवीय मूल्य आधारित संकल्पना को धरातल में उतारना ही उनका हर समय उद्देश्य रहता था। अहिल्याबाई होल्कर ने अपने जीवन और कार्यों से अनेक प्रेरणादायी शिक्षाएं समाज को प्रदान की हैं जिनसे सामज के हर व्यक्ति को प्रेरणा लेने की जरूरत है। अहिल्याबाई होल्कर की जयंती भारतीय इतिहास में नारी शक्ति, सुशासन और धर्म-संरक्षण का अद्वितीय प्रतीक है।

(लेखक वरिष्ठ पत्रकार हैं)

अन्नामलाई की नई पाटी 'इधु नम्मा इयक्कम के राजनीतिक मायने

सौरभ वार्ष्णेय

भाजपा प्रदेश पूर्व अध्यक्ष के अन्नामलाई ने भाजपा से इस्तीफा देकर एक नए राजनीतिक आंदोलन की शुरुआत की है यानी अपनी नई पाटी का शुरुआज कर दी है जिसका नाम उन्होंने इधु नम्मा इयक्कम रखा है जिसका शाब्दिक अर्थ है यह हमारा आंदोलन है या यह हमारा जन-आंदोलन है । तमिलनाडु की राजनीति एक बार फिर बडे.बदलाव के दौर से गुजर रही है।

तमिलनाडु इस समय बडे ऊहापोह की स्थिति से गुजर रहा है। भाजपा के प्रदेश पूर्व अध्यक्ष के अन्नामलाई ने भाजपा से इस्तीफा देकर एक नए राजनीतिक आंदोलन की शुरुआत की है, जिसे विभिन्न रिपोर्टों में वी द लीडर्स तथा तमिल पहचान आधारित नए जनआंदोलन के रूप में प्रस्तुत किया गया है। अन्नामलाई ने स्पष्ट संकेत दिए हैं कि यह आंदोलन आगे चलकर एक पूर्ण राजनीतिक दल का रूप ले सकता है और भविष्य के विधानसभा चुनावों में भागीदारी करेगा।

अन्नामलाई पिछले कुछ वर्षों में तमिलनाडु में भाजपा का सबसे चर्चित चेहरा बनकर उभरे थे। पूर्व आईपीएस अधिकारी होने के कारण उनकी छवि एक ईमानदार, आक्रामक और जमीनी नेता की रही है। भाजपा छोडक़र अलग राजनीतिक राह चुनना केवल व्यक्तिगत निर्णय नहीं, बल्कि तमिलनाडु की राजनीति में एक नए विकल्प की तलाश का संकेत माना जा रहा है। उनका दावा है कि तमिलनाडु को वंशवाद, व्यक्तिपूजा और पारंपरिक राजनीतिक ध्रुवीकरण से बाहर निकालने की आवश्यकता है। इसी उद्देश्य से उन्होंने नए आंदोलन की शुरुआत की है।

के अन्नामलाई के इस्तीफे के बाद तमिलनाडु भाजपा में कई नेताओं के त्यागपत्र सामने आए हैं। इससे यह स्पष्ट होता है कि उनके पास व्यक्तिगत समर्थन का एक मजबूत आधार मौजूद है। यदि यह समर्थन संगठित राजनीतिक शक्ति में बदलता है, तो भाजपा को राज्य में अपनी स्थिति बनाए रखने के लिए अतिरिक्त प्रयास करने पड.सकते हैं।हालांकि भाजपा राष्ट्रीय स्तर पर मजबूत संगठन है, फिर भी तमिलनाडु जैसे राज्य में करिश्माई क्षेत्रीय नेतृत्व का अलग महत्व होता है। अन्नामलाई का बाहर जाना पार्टी के लिए राजनीतिक और मनोवैज्ञानिक दोनों दृष्टि से चुनौतीपूर्ण माना जा रहा है।

तमिलनाडु की राजनीति लंबे समय से द्रविड.मुनेत्र कडग़म औरऑल इंडिया अन्ना द्रविड.मुनेत्र कडग़म के इर्द-गिर्द घूमती रही है। हाल के वर्षों में अभिनेता विजय की पार्टी तमिलगा वेट्री कजग़म ने भी नई राजनीतिक संभावनाओं को जन्म दिया है। ऐसे में अन्नामलाई का नया मंच राज्य में तीसरे या चौथे विकल्प के रूप में उभरने की कोशिश करेगा। लेकिन केवल लोकप्रियता से राजनीतिक सफलता नहीं मिलती। मजबूत संगठन, वित्तीय संसाधन, स्थानीय नेतृत्व और स्पष्ट वैचारिक दिशा किसी भी नई पार्टी की सफलता के लिए आवश्यक हैं। अन्नामलाई को इन सभी मोर्चों पर स्वयं को साबित करना होगा।

के अन्नामलाई के सामने सबसे बडा अवसर युवाओं, पेशेवरों और पारंपरिक राजनीति से निराश मतदाताओं को जोड? का है। यदि वे अपने आंदोलन को केवल व्यक्तित्व-आधारित मंच न बनाकर वैचारिक और संगठनात्मक शक्ति में बदल पाते हैं, तो तमिलनाडु की राजनीति में नया समीकरण बन सकता है।दूसरी ओर चुनौती यह है कि तमिलनाडु में क्षेत्रीय दलों की जडें.बेहद मजबूत हैं। नए राजनीतिक दलों को अक्सर शुरुआती उत्साह तो मिलता है, लेकिन उसे वोटों और सीटों में बदलना कठिन साबित होता है।

के अन्नामलाई का नया आंदोलन केवल एक नेता के दल-बदल की घटना नहीं है, बल्कि तमिलनाडु की राजनीति में नए प्रयोग का प्रयास है। यदि यह आंदोलन जनता की आकांक्षाओं, सुशासन और क्षेत्रीय स्वाभिमान को प्रभावी ढंग से जोड.पाता है, तो आने वाले वर्षों में राज्य की राजनीति का महत्वपूर्ण खिलाडी बन सकता है। फिलहाल यह कहना जल्दबाजी होगी कि यह पहल सत्ता परिवर्तन का माध्यम बनेगी या नहीं, लेकिन इतना निश्चित है कि अन्नामलाई ने तमिलनाडु की राजनीति में नई बहस और नई संभावनाओं का द्वार खोल दिया है। के अन्नामलाई ने पिछले कुछ वर्षों में तमिल राजनीति में अपनी अलग पहचान बनाई है। एक पूर्व आईपीएस अधिकारी के रूप में राजनीति में आने के बाद उन्होंने खुद को पारंपरिक द्रविड.राजनीति के विकल्प के रूप में प्रस्तुत करने का प्रयास किया। तमिल राजनीति में उनके प्रमुख योगदान हैं जिन्हें ऐसे समझ सकते हैं कि तमिलनाडु में भाजपा लंबे समय तक सीमित प्रभाव वाली पार्टी रही, लेकिन अन्नामलाई के नेतृत्व में पार्टी की दृश्यता और जनसंपर्क बढा। उन्होंने राज्यभर में यात्राएँ, जनसभाएँ और आक्रामक राजनीतिक अभियान चलाए।

भ्रष्टाचार और सुशासन का मुद्दा उठाना : अन्नामलाई ने विभिन्न सरकारी नीतियों और कथित भ्रष्टाचार के मामलों को प्रमुखता से उठाया। उन्होंने राजनीति में पारदर्शिता, जवाबदेही और प्रशासनिक सुधारों की बात की।

युवाओं को राजनीति से जोड? का प्रयास : उनकी शिक्षा, आईपीएस पृष्ठभूमि और स्पष्ट वक्तव्य शैली ने युवाओं तथा पेशेवर वर्ग के बीच उन्हें लोकप्रिय बनाया। कई राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि उन्होंने राजनीति में नए मतदाताओं को आकर्षित किया।

द्रविड.राजनीति के विकल्प की चर्चा :अन्नामलाई ने बार-बार कहा कि तमिलनाडु को व्यक्तिपूजा और वंशवादी राजनीति से आगे बढ?ा चाहिए। उन्होंने वैचारिक राजनीति और नेतृत्व विकास पर जोर दिया।

'इधु नम्मा इयक्कम की शुरुआत : जून २०२६ में भाजपा छोड? के बाद उन्होंने इधु नम्मा इयक्कम (यह हमारा आंदोलन है) नामक नया राजनीतिक आंदोलन शुरू किया। उनका दावा है कि यह आंदोलन भविष्य में एक राजनीतिक दल का रूप ले सकता है और तमिलनाडु में नई राजनीतिक संस्कृति स्थापित करेगा। लॉन्च के कुछ घंटों के भीतर लाखों लोगों के पंजीकरण का दावा किया गया।

लेखक वरिष्ठ पत्रकार, चिंतक, राजनीतिक विचारक है।

प्रथम पृष्ठ का शेषांश.....

डीएचआर ने मई २०२६ में ३९५.६ लाख रुपये ....

पूर्सीरे की उपलब्धि को प्रदर्शित करती है।पिछले पांच वर्षों में मई माह में आय का ग्राफ डीएचआर की जबरदस्त ग्रोथ को दिखाता है। वर्ष २०२२ में ?३१९.६४ लाख, २०२३ में ?३५८.१८ लाख, २०२४ में ?२८८.५८ लाख, २०२५ में ?३५८.६० लाख और इस बार २०२६ में रिकॉर्ड ?३९५.६० लाख रही।यात्रियों की मांग काफी अधिक बढी है, इसलिए उम्मीद है कि डीएचआर इस महीने भी यही तेजी बनाए रखेगा। मौजूदा बुकिंग ट्रेंड और ट्रैफिक पैटर्न के आधार पर जून, २०२६ में रेवेन्यू के ३७० लाख रुपये से ज़्यादा होने का अनुमान है। अगर ऐसा होता है, तो यह रेलवे जून माह के इतिहास में भी सर्वाधिक राजस्व देने वाले में से एक होगा।यह ऐतिहासिक उपलब्धि यह दिखाती है कि दार्जिलिंग हिमालयन रेलवे भारत के सबसे मशहूर हेरिटेज आकर्षणों में से एक के तौर पर कितना लोकप्रिय हो रहा है। पूर्सीरे इस यूनेस्को विश्व धरोहर रेलवे की अनोखी विरासत को बचाने के साथ-साथ सर्विस की क्वालिटी, संरक्षा के मानकों और आगुंतकों के अनुभव को निरंतर बेहतर बनाने के लिए प्रतिबद्ध है। राजस्व में यह जबरदस्त प्रदर्शन दार्जिलिंग इलाके में पर्यटन को बढावा देने और वहां के आर्थिक विकास में डीएचआर की अहम भूमिका को भी दिखाता है। -

कछार पुलिस अधीक्षक की पहल से 'श्रद्धांजलि' योजना....

गई। इस कठिन घडी में सरकार और प्रशासन द्वारा दिखाई गई संवेदनशीलता तथा त्वरित कार्रवाई की स्थानीय लोगों ने सराहना की। मृतक के परिजनों और क्षेत्रवासियों ने असम सरकार, कछार जिला पुलिस प्रशासन, मुख्यमंत्री हिमंत विश्वशर्मा तथा विधायक राजदीप ग्वाला के प्रति आभार व्यक्त किया है। स्थानीय लोगों का कहना है कि 'श्रद्धांजलि' योजना जरूरतमंद परिवारों के लिए संकट की घडी में एक बडी सहायता साबित हो रही है, जिससे दूर-दराज राज्यों में दिवंगत हुए लोगों के पार्थिव शरीर को सम्मानपूर्वक उनके घर तक पहुंचाया जा रहा है।

गैस बुकिंग - डिलीवरी के बदले नियम, अब बिना OTP ....

किया गया है। एक ही पते पर संचालित बहु-कनेक्शन की जांच: तेल कंपनियां अब कूट डेटाबेस के माध्यम से उन आवासों या पतों की विधिक स्कूटनी कर रही हैं, जहां एक ही पते पर एक से अधिक एलपीजी कनेक्शन जारी हैं। जांच में यदि कोई भी कनेक्शन फर्जी या तय नियमों के कूट खिलाफ पाया जाता है, तो उसे तुरंत ब्लॉक कर विधिक कार्रवाई की जाएगी। अनिवार्य OTP वेरिफिकेशन: अब रसोई गैस सिलेंडर की डिलीवरी की प्रक्रिया को पूरी तरह सुरक्षित करने के लिए ओटीपी (OTP) वेरिफिकेशन विधिक रूप से अनिवार्य कर दिया गया है। जब आप सिलेंडर बुक करेंगे, तो आपके रजिस्टर्ड मोबाइल नंबर पर एक कोड भेजा जाएगा। डिलीवरी बॉय को वह ओटीपी बताने के बाद ही आपको सिलेंडर हैंडओवर किया जाएगा, ताकि सही ग्राहक तक ही माल पहुंचे।

NEET-UG री-एग्जाम के लिए सिटी इंटिमेशन स्लिप जारी,...

था. परीक्षा के बाद पेपर लीक के आरोप सामने आने पर व्यापक विवाद खडा हो गया था. मामले की गंभीरता को देखते हुए परीक्षा रद्द कर दी गई थी और दोबारा परीक्षा कराने का निर्णय लिया गया. वर्तमान में कथित पेपर लीक मामले की जांच केंद्रीय अन्वेषण ब्यूरो (सीबीआई) द्वारा की जा रही है.राष्ट्रीय परीक्षा एजेंसी और केंद्रीय शिक्षा मंत्री धर्मेंद्र प्रधान की घोषणा के अनुसार NEET-UG 2026 की पुनर्परीक्षा २१ जून को आयोजित की जाएगी. परीक्षा देशभर के ५५१ शहरों और विदेश के १४ शहरों में निर्धारित परीक्षा केंद्रों पर आयोजित होगी. एनटीए ने स्पष्ट किया है कि परीक्षा पूर्व निर्धारित व्यवस्था के अनुसार पेन और पेपर मोड में होगी. परीक्षा दोपहर २ बजे से शाम ५:१५ बजे तक आयोजित की जाएगी.एनटीए द्वारा जारी सिटी इंटिमेशन स्लिप के माध्यम से अभ्यर्थियों को यह जानकारी मिलेगी कि उनकी परीक्षा किस शहर में आयोजित की जाएगी. हालांकि यह दस्तावेज प्रवेश पत्र नहीं है. परीक्षा केंद्र का पूरा पता और अन्य आवश्यक विवरण अभ्यर्थियों को जारी किए जाने वाले एडमिट कार्ड में उपलब्ध कराया जाएगा. एजेंसी ने बताया है कि प्रवेश पत्र बाद में अलग से जारी किए जाएंगे.सिटी इंटिमेशन स्लिप डाउनलोड करने के लिए अभ्यर्थियों को एनटीए की आधिकारिक वेबसाइट पर जाना होगा. वहां उपलब्ध लिंक पर क्लिक कर आवेदन संख्या, पासवर्ड और कैप्चा कोड दर्ज करने के बाद अभ्यथी अपनी परीक्षा नगरी की जानकारी देख सकते हैं. इसके बाद वे स्लिप डाउनलोड कर उसका प्रिंटआउट भी सुरक्षित रख सकते हैं.एनटीए ने अपने नोटिस में कहा है कि परीक्षा केंद्रों के निर्धारण में अभ्यर्थियों की प्राथमिकता का विशेष ध्यान रखा गया है. अधिकतम छात्रों को उनकी पहली पसंद के शहर में परीक्षा केंद्र उपलब्ध कराने का प्रयास किया गया है. एजेंसी का मानना है कि इससे अभ्यर्थियों को यात्रा और अन्य व्यवस्थाओं में सुविधा मिलेगी. पेपर लीक विवाद के बाद होने वाली इस पुनर्परीक्षा पर देशभर के लाखों विद्यार्थियों और अभिभावकों की नजरें टिकी हुई हैं. परीक्षा की पारदर्शिता और निष्पक्षता सुनिश्चित करने के लिए केंद्र और राज्य स्तर पर अतिरिक्त सुरक्षा इंतजाम किए जा रहे हैं. वहीं अभ्यर्थियों को सलाह दी गई है कि वे नियमित रूप से एनटीए की आधिकारिक वेबसाइट पर नजर बनाए रखें ताकि एडमिट कार्ड और अन्य महत्वपूर्ण सूचनाओं की जानकारी समय पर प्राप्त हो सके.

असम राज्य सफाई कर्मचारी आयोग के अध्यक्ष वैजनाथ बासफोर का लखीमपुर जिला दौरा

लखीमपुर, ८ जून : सफाई कर्मचारियों और उनके परिवारों के सामाजिक-आर्थिक विकास तथा उन्हें मिल रही सुविधाओं, अभाव-अभियोगों की समीक्षा के लिए सामाजिक न्याय और सशक्तिकरण मंत्रालय के अधीन असम राज्य सफाई कर्मचारी आयोग के अध्यक्ष वैजनाथ बासफोर दो दिवसीय कार्यक्रम के तहत आज लखीमपुर पहुंचे। यहां उन्होंने सफाई कर्मचारियों सहित उनके आर्थिक-सामाजिक विकास से जुडे.जिले के विभिन्न विभागों के प्रमुख अधिकारियों के साथ एक समीक्षा बैठक की।बैठक की शुरुआत में उन्होंने अगस्त २०२४ में हुई समीक्षा बैठक के कार्य विवरण के क्रियान्वयन की प्रगति की समीक्षा की और विभिन्न विभागों को सफाई कर्मचारियों के कल्याण हेतु न्यूनतम मजदूरी, नियमित स्वास्थ्य जांच, सामाजिक सुरक्षा, बीमा आदि को लेकर कुछ निर्देश दिए। बैठक में जिले के अंतर्गत ४ नगरपालिकाओं, विभिन्न विभागों, बैंकों आदि में कार्यरत सफाई कर्मचारियों को मिल रही सुविधाओं तथा सामाजिक, आर्थिक, स्वास्थ्य आदि क्षेत्रों में मिलने वाली सुविधाओं की भी विस्तार से समीक्षा की गई। बैठक में सफाई कर्मचारियों के प्रतिनिधियों ने भी अपनी ओर से मिलने वाली सुविधाओं आदि पर अपनी बात रखी।बैठक की अध्यक्षता करते हुए अध्यक्ष महोदय ने अपने संबोधन में सफाई कर्मचारियों को समाज का एक महत्वपूर्ण अंग बताया और न्यूनतम मजदूरी, सामाजिक सुरक्षा सहित किसी भी क्षेत्र में वे अपने हक से वंचित न रहें, इसके लिए संबंधित विभागों को नियमानुसार सभी आवश्यक कदम उठाने के निर्देश दिए।बैठक में जिला आयुक्त प्रणवजीत काकति ने कहा कि सफाई कर्मचारी हमारे सभी के दैनिक जीवन को सुचारू रूप से चलाने में अथक मेहनत कर रहे हैं। उन्होंने विभागीय अधिकारियों को आज की समीक्षा बैठक में अध्यक्ष महोदय द्वारा दिए गए निर्देशों का अक्षरशः पालन करने का निर्देश दिया।बैठक में लखीमपुर जिले के वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक गुर्नीद्र डेका, अतिरिक्त आयुक्त, नगर निकायों के नगराध्यक्ष, कार्यपालक अधिकारी, खंड विकास अधिकारी, समाज कल्याण, श्रम, स्वास्थ्य, परिवहन, शिक्षा आदि विभिन्न विभागों के प्रमुख अधिकारी तथा सफाई कर्मचारियों के प्रतिनिधि उपस्थित थे।उल्लेखनीय है कि दो दिवसीय कार्यक्रम के तहत लखीमपुर आए असम राज्य सफाई कर्मचारी आयोग के अध्यक्ष ने इस बैठक से पहले लखीमपुर मेडिकल कॉलेज जाकर वहां कार्यरत सफाई कर्मचारियों से बातचीत कर उनकी समस्याएं सुनीं। दोपहर में उन्होंने जिले के निजी शैक्षणिक संस्थानों के संचालकों, निजी क्षेत्र के अस्पतालों, नर्सिंग होम के संचालकों के साथ बैठक कर इन संस्थानों में लगे सफाई कर्मचारियों की सामाजिक-आर्थिक स्थिति की समीक्षा की। कल अध्यक्ष महोदय सफाई कर्मचारी कॉलोनी का निरीक्षण कर उनकी समस्याओं का जायजा लेंगे।

सामगुडी के शिवस्थान में भीषण आगजनी, छह दुकानें जलकर राख

नगांव (असम), ०८ जून (हि.स.)। सामगुडी के शिवस्थान बाजार में रविवार देर रात भीषण आग लगने से छह दुकानें पूरी तरह जलकर राख हो गईं। इस हादसे में लगभग ५० लाख मूल्य की संपत्ति और सामान नष्ट हो गया। घटना के बाद पूरे इलाके में अफरा-तफरी का माहौल बन गया।स्थानीय सूत्रों के अनुसार, आधी रात के आसपास अचानक बाजार में आग लग गई। देखते ही देखते आग ने विकराल रूप धारण कर लिया और आसपास की कई दुकानों को अपनी चपेट में ले लिया। आग की तेज लपटों के कारण दुकानों में रखा लाखों रुपये का सामान जलकर खाक हो गया। हालांकि आग लगने के वास्तविक कारणों का अभी तक पता नहीं चल पाया है।घटना की सूचना मिलते ही स्थानीय लोग मौके पर पहुंचे और आग बुझाने का प्रयास किया, लेकिन आग की तीव्रता के कारण उसे नियंत्रित करना संभव नहीं हो सका। प्रभावित दुकानदारों का कहना है कि वर्षों की मेहनत और पूंजी कुछ ही मिनटों में नष्ट हो गई। नुकसान से कई व्यापारी गहरे सदमे में हैं।स्थानीय लोगों ने आरोप लगाया कि सूचना दिए जाने के बावजूद निकटवर्ती सोनाइबाली अग्निशमन केंद्र की टीम घटनास्थल पर देर से पहुंची। लोगों का कहना है कि यदि दमकल विभाग समय पर पहुंचता तो नुकसान को काफी हद तक कम किया जा सकता था।

गुवाहाटी में मेधावी विद्यार्थियों का सम्मान

गुवाहाटी। (एजें) ८ जून : भारतीय विकास परिषद, मध्य गुवाहाटी शाखा द्वारा विष्णुपुर निजी सेवा केंद्र में मेधावी छात्र-छात्राओं के सम्मान में अभिनंदन समारोह आयोजित किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ भारत माता के चित्र पर दीप प्रज्ज्वलन, पुष्पांजलि एवं सामूहिक वंदे मातरम् गान से हुआ। सम्मानित विद्यार्थियों को मेडल, प्रमाण-पत्र, पेन सेट तथा मिठाई का पैकेट प्रदान किया गया।मुख्य अतिथि श्रीमती रश्मि रेखा मलिक एवं डॉ. राधेश्याम तिवारी ने विद्यार्थियों को राष्ट्रसेवा और सामाजिक उत्तरदायित्व का संदेश दिया। परिषद के प्रभारी संतलाल मित्तल ने कहा कि विद्यार्थियों को समर्पण और सेवा भाव के साथ देशहित में कार्य करने का संकल्प लेना चाहिए।कार्यक्रम में परिषद के अध्यक्ष श्रीचंद पारीक, सचिव अभय घोषाल सहित अनेक पदाधिकारी एवं कार्यकर्ता उपस्थित रहे। कार्यक्रम का संचालन राजीव राय ने किया तथा राष्ट्रगान के साथ समारोह का समापन हुआ।

सलाकाटी में विशेष कैंसर जागरूकता कार्यक्रम आयोजित, ३०० से अधिक लोगों ने लिया भाग

कोकराझार, ८ जून: कैंसर के प्रति समुदाय को जागरूक करने और इससे बचाव के महत्व को समझाने के उद्देश्य से कोकराझार जिले के सलाकाटी में एक 'विशेष कैंसर जागरूकता कार्यक्रम' का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में कैंसर की रोकथाम, शुरुआती दौर में स्क्रीनिंग (जांच) और सर्वाइकल कैंसर के टीकाकरण पर विशेष जोर दिया गया।इस कार्यक्रम की शुरुआत बीटीसी (BTC) के स्वास्थ्य कार्यकारी सदस्य (Executive Member) देरहासातबसुमतारी द्वारा की गई। यह पहल असम कैंसर केयर फाउंडेशन और जिला स्वास्थ्य सोसाइटी, कोकराझार के सहयोग से आयोजित की गई थी।कार्यक्रम में स्थानीय समुदाय ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। इसमें ३०० से अधिक लोगों ने भाग लिया, जिसमें सलाकाटी निर्वाचन क्षेत्र के विभिन्न गांवों के प्रतिनिधि, १२ वीसीडीसी (तउऊ) के चेयरमैन और १४ स्कूलों के प्रधानाध्यापक प्रमुख रूप से शामिल रहे।?आयोजकों ने बताया कि कैंसर के खिलाफ जंग में 'जागरूकता ही सबसे बडा बचाव' है। कार्यक्रम के दौरान विशेषज्ञों ने समय रहते लक्षणों की पहचान करने और नियमित स्वास्थ्य जांच कराने की सलाह दी, ताकि कैंसर को गंभीर स्थिति में पहुंचने से पहले ही नियंत्रित किया जा सके।

फकीराग्राम में बीजेपी माइनॉरिटी मोर्चा द्वारा स्वच्छता अभियान का आयोजन

कोकराझार ८ जून : भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के कार्यकाल के १२ वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में, आज कोकराझार जिला बीजेपी माइनॉरिटी मोर्चा की ओर से फकीराग्राम शहर में एक विशेष 'स्वच्छता अभियान' का आयोजन किया गया।?इस स्वच्छता अभियान के दौरान प्रधानमंत्री के नेतृत्व में चल रहे 'स्वच्छ भारत मिशन' के संदेश को जन-जन तक पहुँचाने का प्रयास किया गया। कार्यक्रम में क्षेत्र के कई गणमान्य व्यक्तियों और पार्टी कार्यकर्ताओं ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और फकीराग्राम शहर के विभिन्न स्थानों पर साफ-सफाई की।इस अवसर पर बीटीसी के पूर्व ईएम सजल कुमार सिंह, बीजेपी मंडल अध्यक्ष चानमोहन राय, फकीराग्राम नगरपालिका के चेयरमैन सुलतान आलम और माइनॉरिटी मोर्चा के कोकराझार जिला अध्यक्ष आसान अली विशेष रूप से उपस्थित थे। इनके साथ ही बीजेपी के विभिन्न मोर्चों के पदाधिकारी और बडी संख्या में कार्यकर्ता भी मौजूद रहे।?आयोजकों ने इस कार्यक्रम के माध्यम से स्वच्छता के प्रति लोगों को जागरूक करने और प्रधानमंत्री मोदी के १२ वर्षों के सफल कार्यकाल का जश्न मनाने की बात कही।

५०० एनसीसी कैडेटों को असम राइफल्स ने कराया आधुनिक सैन्य तकनीकों से परिचित

प्रे.सं. श्रीभूमि, ८ जून। युवाओं को आधुनिक सैन्य तकनीकों से अवगत कराने तथा उनमें नेतृत्व क्षमता और राष्ट्रसेवा की भावना विकसित करने के उद्देश्य से असम राइफल्स द्वारा जवाहर नवोदय विद्यालय (जेएनवी), हरिनगर, श्रीभूमि में हथियार प्रदर्शन एवं ड्रोन जागरूकता-सह-प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया।इस कार्यक्रम में कुल ५०० एनसीसी कैडेटों ने भाग लिया। असम राइफल्स के अधिकारियों ने कैडेटों को सुरक्षा बलों द्वारा उपयोग किए जाने वाले विभिन्न आधुनिक हथियारों एवं उपकरणों की जानकारी दी। साथ ही ड्रोन तकनीक के बारे में विस्तार से बताया गया तथा निगरानी, टोही अभियान, आपदा प्रबंधन और आधुनिक सैन्य अभियानों में इसकी बढती भूमिका से परिचित कराया गया।कार्यक्रम के दौरान कैडेटों ने अत्याधुनिक सैन्य उपकरणों और तकनीकों को नजदीक से देखा तथा उनके संचालन संबंधी महत्वपूर्ण जानकारियां प्राप्त कीं। इस संवादात्मक सत्र ने कैडेटों में विशेष उत्साह पैदा किया और उन्हें सशस्त्र बलों की कार्यप्रणाली तथा राष्ट्र की सुरक्षा में उनकी महत्वपूर्ण भूमिका को समझने का अवसर मिला।असम राइफल्स के इस प्रयास को विद्यार्थियों और शिक्षकों ने सराहा तथा इसे युवाओं को देश सेवा और नेतृत्व के लिए प्रेरित करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल बताया।

नगांव लोस उपचुनाव को लेकर राजीव भवन में समीक्षा बैठक, महंगाई पर बरसे गौरव गोगोई

गुवाहाटी, ०७ जून, (हि.स.)। असम प्रदेश कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष एवं सांसद गौरव गोगोई ने कहा कि जनता द्वारा भारी समर्थन दिए जाने के बावजूद भाजपा सरकार आम लोगों की अपेक्षाओं पर खरी उतरने में विफल रही है। उन्होंने आरोप लगाया कि आवश्यक वस्तुओं और ईंधन की बढती कीमतों को नियंत्रित करने के लिए सरकार ने कोई प्रभावी कदम नहीं उठाया, जिससे आम जनता महंगाई की मार झेल रही है।रविवार को राजीव भवन में आयोजित संवाददाता सम्मेलन को संबोधित करते हुए गोगोई ने कहा कि मुख्यमंत्री और उनके मंत्री वर्तमान में सत्ता तथा मंत्रिमंडल से जुडे.राजनीतिक समीकरणों में व्यस्त हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि असंतुष्ट विधायकों को संतुष्ट करने की कोशिशों के बीच सरकार महंगाई और अनियंत्रित बाजार व्यवस्था से परेशान जनता की समस्याओं को भूल गई है।गोगोई ने कहा कि कांग्रेस ने नए सिरे से योजना बनाकर जनता के बीच जाने का निर्णय लिया है और लोगों की अपेक्षाओं के अनुरूप एक नई कांग्रेस के निर्माण का प्रयास किया जा रहा है। उन्होंने बताया कि विधानसभा चुनाव में पार्टी के खराब प्रदर्शन के कारणों की समीक्षा की जा रही है, ताकि आगामी उपचुनावों में कांग्रेस जनता के पक्ष में अधिक मजबूती से काम कर सके।उन्होंने कहा कि कांग्रेस ने राज्य की सभी १२६ विधानसभा सीटों पर पर्यवेक्षक नियुक्त कर रिपोर्ट तैयार की है, जिस पर केंद्रीय नेतृत्व के साथ चर्चा जारी है। इसी क्रम में रविवार को राजीव भवन में नगांव लोकसभा क्षेत्र के संभावित उपचुनाव को लेकर पार्टी की रणनीति और संगठनात्मक तैयारियों की समीक्षा के लिए बैठक आयोजित की गई।गौरव गोगोई की अध्यक्षता में हुई इस बैठक में सांसद रकीबुल हुसैन, पूर्व नेता प्रतिपक्ष देवव्रत सैकिया, उपनेता प्रतिपक्ष जयप्रकाश दास, पूर्व मंत्री प्रणति फुकन, पार्टी के विधायकगण, महिला कांग्रेस की प्रदेश अध्यक्ष मीरा बरठाकुर, कांग्रेस नेत्री रोजलीना तिर्की सहित नगांव लोकसभा क्षेत्र के लिए गठित समिति के अधिकांश सदस्य उपस्थित रहे। बैठक में उपचुनाव को लेकर संगठनात्मक रणनीति और जनसंपर्क अभियान पर विस्तार से चर्चा की गई।

असम राइफल्स ने JNV हरि नगर, श्रीभूमि में ५०० NCC कैडेट्स को आधुनिक सैन्य क्षमताएं दिखाईं*

प्रे.सं.शिलचर ८ जून : असम राइफल्स ने जवाहर नवोदय विद्यालय (JNV), हरि नगर, श्रीभूमि में NCC कैडेट्स के लिए हथियारों की प्रदर्शनी और ड्रोन के बारे में जागरूकता और ट्रेनिंग प्रोग्राम आयोजित किया। इसका मकसद युवाओं को आज की सैन्य टेक्नोलॉजी से परिचित कराना और भविष्य के लीडर्स को प्रेरित करना था।इस कार्यक्रम में कुल ५०० NCC कैडेट्स ने हिस्सा लिया, जहाँ उन्हें सुरक्षा बलों द्वारा इस्तेमाल किए जाने वाले कई तरह के हथियारों और उपकरणों के बारे में जानकारी दी गई। कैडेट्स को ड्रोन टेक्नोलॉजी और निगरानी, ??टोह लेने, आपदा के समय मदद और आधुनिक सैन्य अभियानों में इसकी बढती भूमिका के बारे में भी बताया गया।इस इंटरैक्टिव सेशन ने कैडेट्स में बहुत उत्साह पैदा किया। उन्हें अत्याधुनिक टेक्नोलॉजी को देखने और देश की सुरक्षा में सशस्त्र बलों की भूमिका को बेहतर ढंग से समझने का एक अनोखा मौका मिला।

शुक्रवार को जुमे की नमाज के लिए शिक्षकों की अनुपस्थिति के आरोप में हिंदू रक्षी दल ने विद्यालय निरीक्षक को सौंपा ज्ञापन

प्रीतम दास हाइलाकांदी, ८ जून : जिले के विभिन्न सरकारी एवं प्रांतीयकृत विद्यालयों में शुक्रवार को निर्धारित विद्यालय समय के दौरान कुछ शिक्षकों की अनधिकृत अनुपस्थिति का आरोप लगाते हुए हिंदू रक्षी दल हाइलाकांदी जिला इकाई ने विद्यालय निरीक्षक को एक ज्ञापन सौंपा।संगठन की ओर से बताया गया कि लंबे समय से विभिन्न अभिभावकों एवं स्थानीय नागरिकों से शिकायतें प्राप्त हो रही हैं कि जिले के अनेक विद्यालयों में कुछ शिक्षक जुमे की नमाज अदा करने के लिए कार्यालयीन कार्यकाल के दौरान ही विद्यालय छोड़कर चले जाते हैं। ज्ञापन में कहा गया है कि इसके कारण कक्षाओं में शिक्षण कार्य बाधित होता है विद्यार्थी नियमित अध्ययन से वंचित हो जाते हैं तथा विद्यालयों का सामान्य शैक्षणिक वातावरण प्रभावित होता है।ज्ञापन में आगे कहा गया है कि बच्चों को निःशुल्क एवं अनिवार्य शिक्षा का अधिकार अधिनियम २००९ के अनुसार शिक्षकों की नियमित उपस्थिति एवं समयपालन अनिवार्य है। साथ ही सरकारी कर्मचारियों के आचरण नियमों के अनुसार बिना उचित अनुमति के कार्यस्थल छोड़ना कर्तव्य की उपेक्षा की श्रेणी में आ सकता है।हिंदू रक्षी दल का कहना है कि विद्यालयों का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्रदान करना है। निर्धारित शिक्षण समय में शिक्षकों की अनुपस्थिति से विद्यार्थियों की पढ़ाई पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है तथा पाठ्यक्रम को समय पर पूरा करने में भी कठिनाइयाँ उत्पन्न होती हैं। संगठन के जिला अध्यक्ष मोंटू दुसाद द्वारा हस्ताक्षरित ज्ञापन में मामले की निष्पक्ष जांच कर आवश्यक प्रशासनिक कार्रवाई करने की मांग की गई है। साथ ही विद्यार्थियों के हित में जिले के विद्यालयों में शैक्षणिक अनुशासन एवं नियमित शिक्षण कार्य सुनिश्चित करने हेतु विद्यालय निरीक्षक से शीघ्र हस्तक्षेप का अनुरोध किया गया है।ज्ञापन सौंपने के समय संगठन के प्रांत संपादक मनोज कुमार नाथ, प्रांत प्रशासन प्रमुख मनोज विश्वास सहित संगठन के अन्य सदस्य उपस्थित थे।

सास की खूबसूरती देख दिल दे बैठा दामाद, फिर दोनों ने कोर्ट में जाकर कर ली शादी, कानपुर का अजीबोगरीब केस

कानपुरः(एजें) ८ जून : उत्तर प्रदेश के कानपुर जिले से रिश्तों को शर्मसार कर देने वाला मामला प्रकाश में आया है, जहां एक सास ने अपने दामाद को अपना जीवनसाथी चुन लिया. यह पूरा मामला कानपुर जिले के अकबरपुर थाना क्षेत्र का है. इस घटना को लेकर सोशल मीडिया पर खूब चर्चा हो रही है. दामाद अपनी ही सास को लेकर घर से चला गया और दोनों ने कोर्ट मैरिज कर ली. शादी के बाद दोनों का एक वीडियो भी सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है. जिसमें वे दोनों अपने नए रिश्ते को स्वीकार करने और आशीर्वाद देने की अपील करते हुए नजर आ रहे हैं. प्राप्त जानकारी के मुताबिक दामाद और सास के बीच लंबे समय से प्रेम संबंध था. दोनों ने परिवार और समाज की परवाह किए बिना साथ रहने का फैसला किया और कानूनी रूप से विवाह कर लिया. वायरल वीडियो में दोनों ने कहा कि उन्होंने अपनी मर्जी से शादी की है और अब वे एक-दूसरे के साथ जीवन बिताना चाहते हैं. वहीं इस खबर को लेकर लोग सोशल मीडिया पर अपनी राय दे रहे हैं.बता दें कि इससे पहले अलीगढ़ जिले से एक खबर सामने आई थी, जिसमें एक महिला ने अपनी बेटी के होने वाले पति से शादी कर ली. इधर बेटी की शादी का कार्ड बंट चुका था. सारी तैयारियां हो गई थीं. उधर बेटी की मां अपने होने वाले दामाद के साथ फरार हो गई और कई दिनों तक लापता रही. फिर इसके बाद दोनों वापस सीधा पुलिस स्टेशन लौटे. इसके बाद सास अपने दामाद के साथ रहने लगी. हालांकि करीब एक साल बाद दोनों में विवाद शुरू हो गया और मामला थानेतक पहुंच गया था.

अखिलेश यादव ठीक नहीं कर रहे...राम मंदिर दानपात्र विवाद पर रामभद्राचार्य

नई दिल्ली (एजें) ८ जून :

समाजवादी पार्टी (सपा) के राष्ट्रीय अध्यक्ष अखिलेश यादव ने रविवार को दावा किया कि अयोध्या स्थित राम मंदिर के चढ़ावे में आए करोड़ों रुपये गायब हो गये. अखिलेश यादव ने इस मामले में अदालत से स्वतः संज्ञान लेने का अनुरोध किया. उन्होंने रविवार को 'एक्स' पर एक पोस्ट में कहा, ङ्कसमस्त विश्व में भगवान राम के उपासकों के लिए ये एक बेहद संवेदनशील समाचार है कि 'राम मंदिर' के चढ़ावे की करोड़ों की रकम गायब पायी गई है.ङ्क अखिलेश यादव ने पोस्ट में कहा, ङ्कये मंदिर ट्रस्ट के लिए अत्यंत शर्मनाक स्थिति है. कोई भी सफाई देने के लिए सामने नहीं आना चाहता है.ङ्क पूर्व मुख्यमंत्री ने कहा, ङ्कअदालत से स्वतः संज्ञान लेने की मांग है. क्योंकि इसका सीधा संबंध वैश्विक स्तर पर समस्त सनातनी समाज की प्रभु राम में गहरी आस्था से जुड़ा है. सरकार की चुप्पी संदिग्ध है.ङ्क

दुमदुमा के सेंट मैरीज स्कूल में तंबाकू विरोधी जागरूकता कार्यक्रम और वाद-विवाद प्रतियोगिता आयोजित ।

दुमदुमा प्रेरणा भारती ८ जून :- नई पीढ़ी को नशीले पदार्थों के दुष्प्रभावों से दूर रखने के उद्देश्य से आज दुमदुमा के सेंट मैरीज उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में एक तंबाकू विरोधी जागरूकता अभियान आयोजित किया गया। विद्यालय के तत्वावधान में आयोजित इस कार्यक्रम में छात्रों को एक स्वस्थ और नशामुक्त समाज के निर्माण के लिए प्रेरित किया गया। कार्यक्रम के उद्घाटन भाषण में विद्यालय की प्रधानाचार्या सिस्टर रोज मैरी आंगामिलु ने तंबाकू के सेवन से मानव शरीर में होने वाली घातक बीमारियों के बारे में विस्तार से बताया। उन्होंने छात्रों से इन हानिकारक आदतों से खुद को दूर रखने और एक स्वस्थ जीवन शैली अपनाने का आह्वान किया। इसके बाद, दसवीं कक्षा के छात्र सुबास मोरान ने तंबाकू के दुष्प्रभावों पर प्रकाश डाला और उपस्थित छात्रों से तंबाकू के खिलाफ जागरूक रहने की अपील की। कार्यक्रम में छात्रों के साथ-साथ स्कूल के राष्ट्रीय शिक्षार्थी वाहिनी (छउउ) और स्काउट एंड गाइड के सदस्यों ने विभिन्न तख्तियां (प्ले-कार्ड) प्रदर्शित कर छात्रों को तंबाकू के दुष्प्रभावों के बारे में जागरूक करने का प्रयास किया।? दिनभर चलने वाले इस कार्यक्रम के हिस्से के रूप में 'किशोर-किशोरियों में तंबाकू का बढ़ता उपयोग समाज के लिए एक खतरा है' विषय पर एक वाद-विवाद प्रतियोगिता आयोजित की गई। शिक्षक अभिजीत खाटनियार की अध्यक्षता में आयोजित इस प्रतियोगिता में कुल ३० छात्रों ने भाग लिया और पक्ष तथा विपक्ष में अपने तर्कपूर्ण विचार प्रस्तुत किए।विद्यालय के शिक्षक राजेश सेन, अनिर्बान देव, रुक्मिणि मोरान और इलोरा देवी गोगोई की निर्णायक मंडली ने प्रतियोगिता का संचालन किया। प्रतियोगिता में दसवीं कक्षा की इशिता छेत्री ने प्रथम और आनंदिता दे ने द्वितीय सर्वश्रेष्ठ वक्ता का स्थान हासिल करने में सक्षम हुए । विद्यालय के इस प्रयास की स्थानीय जागरूक समाज द्वारा काफी सराहना की जा रही है ।

अमर शहीद श्रद्धांजलि कार्यक्रम में राज्यपाल ने असम के वीर सपूतों को दी श्रद्धांजलि

गुवाहाटी, ०८ जून, (हि.स.)। असम के राज्यपाल लक्ष्मण प्रसाद आचार्य ने सोमवार को असम राज्य युद्ध स्मारक, दिघलीपुखुरी तथा डॉन बॉस्को हाई स्कूल, पानबाजार में सैनिक कल्याण निदेशालय, असम द्वारा आयोजित ङ्कअमर शहीद श्रद्धांजलिङ्क कार्यक्रम में भाग लिया। इस अवसर पर उन्होंने राष्ट्र की सेवा में सर्वोच्च बलिदान देने वाले असम के वीर सैनिकों को श्रद्धांजलि अर्पित की।शहीदों का नमन करते हुए राज्यपाल ने कहा कि देश अपने उन वीर सपूतों और बेटियों का सदैव ऋणी रहेगा जिन्होंने राष्ट्र की संप्रभुता और अखंडता की रक्षा करते हुए अपने प्राण न्यौछावर कर दिए। उन्होंने कहा कि भारतीय सशस्त्र बल कठिन और विविध परिस्थितियों में भी साहस, अनुशासन और समर्पण की सर्वोच्च परंपराओं का निर्वहन करते हुए देश की सुरक्षा कर रहे हैं।

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के उस विचार का उल्लेख करते हुए कि सशस्त्र बल केवल सीमाओं की ही नहीं बल्कि देशवासियों की आकांक्षाओं और भविष्य की भी रक्षा करते हैं, राज्यपाल ने कहा कि भारतीय सैनिक राष्ट्र की शक्ति, चरित्र और अटूट संकल्प के प्रतीक हैं।कार्यक्रम के दौरान छह वीर नारियों ने अपने शहीद पतियों को पुष्पांजलि अर्पित की। राज्यपाल ने उनसे संवाद कर उनके साहस, धैर्य और त्याग के प्रति राष्ट्र की कृतज्ञता व्यक्त की। उन्होंने कहा कि वीर नारियों का समर्पण और दृढ़ता समाज के लिए प्रेरणा का स्रोत है।

इस कार्यक्रम में पूर्व सैनिकों, सेवारत रक्षा कर्मियों, एनसीसी कैडेटों तथा विद्यार्थियों ने भाग लेकर असम के वीर शहीदों को श्रद्धांजलि दी। राज्यपाल ने नागरिकों से राष्ट्रीय एकता को सुदृढ़ करने तथा शहीद परिवारों के सम्मान और कल्याण के प्रति प्रतिबद्ध रहने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि यही राष्ट्र के अमर वीरों के प्रति सच्ची श्रद्धांजलि होगी।कार्यक्रम में पूर्व जनरल ऑफिसर कमांडिंग-इन-चीफ, ईस्टर्न कमांड लेफ्टिनेंट जनरल राणा प्रताप कलिता (सेवानिवृत्त), मेजर जनरल अजय कुमार शर्मा, वीएसएम, जीओसी मुख्यालय ५१ सब एरिया, सैनिक कल्याण निदेशक ब्रिगेडियर पलाश चौधरी, डॉन बॉस्को हाई स्कूल के प्राचार्य फादर एलेक्स मैथ्यू सहित कई गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे। बाद में राज्यपाल ने डॉन बॉस्को हाई स्कूल के विद्यार्थियों से संवाद किया और उन्हें देशभक्ति, अनुशासन तथा राष्ट्रसेवा के मूल्यों को जीवन में अपनाने के लिए प्रेरित किया।

इंडिया गठबंधन की अहम बैठक आयोजित राहुल, अखिलेश और ममता रहे मौजूद, आप, डीएमके ने बनाई दूरी

नई दिल्ली. (एजें) ८ जून : लोकसभा चुनाव २०२४ के बाद पहली बार विपक्षी गठबंधन इंडिया के प्रमुख नेताओं ने दिल्ली में एक साझा मंच पर बैठक की. संविधान क्लब में हुई इस बैठक में कांग्रेस, तृणमूल कांग्रेस, समाजवादी पार्टी, राष्ट्रीय जनता दल और कई अन्य दलों के वरिष्ठ नेता शामिल हुए. बैठक ऐसे समय में हुई जब हालिया विधानसभा चुनावों के नतीजों ने विपक्ष के सामने नई चुनौतियां खडी कर दी हैं. इस दौरान कई राष्ट्रीय और राजनीतिक मुद्दों पर रणनीति बनाने को लेकर चर्चा की गई.

दिल्ली में हुई यह बैठक तृणमूल कांग्रेस प्रमुख ममता बनर्जी के आग्रह पर बुलाई गई थी. पश्चिम बंगाल विधानसभा चुनाव में सत्ता गंवाने के बाद टीएमसी नए राजनीतिक समीकरणों पर विचार कर रही है. लंबे समय तक राज्य की सत्ता में रहने के बाद मिली हार ने पार्टी को आत्ममंथन के लिए मजबूर किया है. इसी पृष्ठभूमि में विपक्षी दलों को एक मंच पर लाने की कोशिश की गई. बैठक में मौजूद नेताओं ने गठबंधन की मजबूती और भविष्य की रणनीति पर विचार-विमर्श किया. इसके साथ ही विभिन्न राज्यों में बदलते राजनीतिक हालात पर भी चर्चा की गई.

बैठक की शुरुआत कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे के संबोधन से हुई. उन्होंने नेताओं का स्वागत करते हुए चर्चा का एजेंडा सामने रखा. बैठक में मतदाता सूची के विशेष पुनरीक्षण, महंगाई, बेरोजगारी, निजीकरण और पेपर लीक जैसे मुद्दों को प्रमुखता से उठाया गया. इसके अलावा विपक्षी दलों ने केंद्र सरकार पर जांच एजेंसियों के कथित दुरुपयोग और गैर-बीजेपी शासित राज्यों के साथ भेदभाव के आरोपों पर भी चर्चा की. विदेश नीति को लेकर भी कई नेताओं ने अपनी राय रखी और राष्ट्रीय स्तर पर साझा राजनीतिक रुख तैयार करने पर जोर दिया.

इस बैठक में इंडिया गठबंधन से जुडे.२३ राजनीतिक दलों ने भाग लिया. कांग्रेस की ओर से सोनिया गांधी, राहुल गांधी और मल्लिकार्जुन खरगे मौजूद रहे. वहीं तृणमूल कांग्रेस की ममता बनर्जी, समाजवादी पार्टी के अखिलेश यादव, राष्ट्रीय जनता दल के तेजस्वी यादव, नेशनल कॉन्फ्रेंस के उमर अब्दुल्ला और पीडीपी प्रमुख महबूबा मुफ्ती भी शामिल हुई. वामपंथी दलों के नेताओं ने भी बैठक में भाग लिया. शिवसेना प्रमुख उद्धव ठाकरे ने वर्चुअल माध्यम से अपनी उपस्थिति दर्ज कराई. नेताओं ने संयुक्त प्रेस कॉन्फ्रेंस के जरिए बैठक के संदेश को जनता तक पहुंचाने की कोशिश की.

जहां कई दलों की मौजूदगी ने विपक्षी एकता का संदेश दिया, वहीं कुछ प्रमुख सहयोगियों की गैरमौजूदगी चर्चा का विषय बनी रही. डीएमके ने पहले ही बैठक से दूरी बनाने की घोषणा कर दी थी. पार्टी ने कांग्रेस के साथ अपने मतभेदों को इसका कारण बताया. तमिलनाडु चुनावों के बाद बदले राजनीतिक समीकरणों ने दोनों दलों के रिश्तों में तनाव पैदा किया है. दूसरी ओर आम आदमी पार्टी भी इस बैठक में शामिल नहीं हुई. बैठक से पहले राहुल गांधी को निशाना बनाते हुए लगाए गए पोस्टरों ने भी राजनीतिक माहौल को गर्म रखा. इन घटनाओं ने यह संकेत दिया कि विपक्षी गठबंधन के सामने एकजुटता बनाए रखना अभी भी बडी चुनौती बना हुआ है.

आंधी-बारिश का कहर, दिल्ली में आईजीआई एयरपोर्ट पर ग्राउंड इक्विपमेंट टकराने से एयर इंडिया के ३ विमान क्षतिग्रस्त

नई दिल्ली.(एजें) ८ जून : एक अप्रत्याशित हादसा सामने आया है. यहाँ अचानक आई तेज आंधी और मूसलाधार बारिश के चलते रनवे पर खडे.एयर इंडिया के तीन नैरोबॉडी विमान गंभीर रूप से क्षतिग्रस्त हो गए. हवाई अड्डा संचालक के अनुसार, तूफान के तेज वेग के कारण टार्मक पर मौजूद बिना एंकर वाले ग्राउंड सपोर्ट इक्विपमेंट (हवाई पट्टी पर इस्तेमाल होने वाले भारी उपकरण) अपनी जगह से खिसक गए और सीधे खडे.विमानों से जा टकराए. सुरक्षा नियमों को ध्यान में रखते हुए तीनों प्रभावित विमानों को तुरंत सक्रिय परिचालन से बाहर कर दिया गया है. विमानन अधिकारियों द्वारा जारी आधिकारिक बयानों के मुताबिक, यह दुर्घटना उस समय हुई जब एयर इंडिया इंजीनियरिंग और इंडिगो एयरलाइंस से संबंधित भारी ग्राउंड मशीनरी अचानक चली उच्च वेग की हवाओं के दबाव को झेल नहीं पाई. हवा के तेज झोंकों के कारण ये फ्री-मूविंग उपकरण अपने निर्धारित पार्किंग स्थानों से हट गए और अनियंत्रित होकर टर्मिनल २ के टार्मक पर खडे.शांत विमानों से टकराते चले गए.हवाई अड्डा संचालक ने स्पष्ट किया कि मौसम में आया यह बदलाव पूरी तरह से अचानक और अप्रत्याशित था. प्रशासनिक अधिकारियों ने बताया कि एयर ट्रैफिक कंट्रोल (एटीसी) द्वारा इस आसन्न आंधी-तूफान या मौसम के बिगड? को लेकर हवाई अड्डा प्रशासन या परिचालन करने वाली एयरलाइंस को पहले से कोई अग्रिम चेतावनी या मौसम अलर्ट जारी नहीं किया गया था। इस पूरे घटनाक्रम पर एयर इंडिया प्रबंधन ने अभी तक कोई भी आधिकारिक टिप्पणी करने से इनकार कर दिया है.हालांकि एयर इंडिया ने इस मामले पर कोई औपचारिक सार्वजनिक बयान जारी नहीं किया है, लेकिन एयरलाइन के एक आंतरिक सूत्र ने नाम न छापने की शर्त पर बताया कि प्रतिकूल मौसम के कारण हुआ यह नुकसान केवल एक ही कैरियर तक सीमित नहीं था. सूत्र के अनुसार, हॉस्टाइल वेदर (खराब मौसम) की स्थिति के कारण एयर इंडिया के तीन विमानों के साथ-साथ कुछ अन्य ऑपरेटरों के विमान भी आंशिक रूप से प्रभावित हुए हैं. घटना के तुरंत बाद एयरलाइन की विशेष इंजीनियरिंग टीमों को काम पर लगा दिया गया है, जिन्होंने विमानों को पहुंचे नुकसान का प्रारंभिक तकनीकी मूल्यांकन पूरा कर लिया है.इंजीनियरिंग टीम की शुरुआती रिपोर्ट के मुताबिक, प्रभावित हुए एयर इंडिया के तीन विमानों में से दो को केवल मामूली सतही नुकसान पहुंचा है. तकनीकी शुद्धिकरण और आवश्यक मरम्मत के बाद इन दोनों विमानों को बहुत जल्द व्यावसायिक उडानों के लिए वापस सेवा में शामिल कर लिया जाएगा.

पीएम मोदी तोडेंगे नेहरू का रिकॉर्ड, देखें सत्ता में सबसे ज्यादा दिनों तक रहने वाले टॉप-३ प्रधानमंत्री की लिस्ट

नई दिल्ली (एजें) ८ जून : भारत के राजनीतिक इतिहास में कुछ मोड. ऐसे आते हैं जो आने वाले कई दशकों की दिशा और दशा को हमेशा के लिए बदल देते हैं. जून २०२६ का यह महीना देश की लोकतांत्रिक व्यवस्था में एक ऐसा ही अभूतपूर्व बदलाव देखने जा रहा है, जो सत्ता के स्थायित्व की नई परिभाषा लिखेगा. देश के वर्तमान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी एक ऐसा ऐतिहासिक कीर्तिमान अपने नाम करने जा रहे हैं, जो भारतीय राजनीति के सबसे बडे.गढ.माने जाने वाले रिकॉर्ड को ध्वस्त कर देगा. यह महज एक संख्या या दिनों का जोड. नहीं है, बल्कि यह स्वतंत्र भारत के उस राजनीतिक संक्रमण की गाथा है जो नेहरूयुग के बाद अब सीधे मोदी युग को स्थापित करने की गवाही दे रही है.

आगामी १० जून २०२६ को देश की राजनीति में एक नया इतिहास रचने जा रहा है. इस दिन प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी भारत के पहले प्रधानमंत्री पंडित जवाहरलाल नेहरू के लगातार निर्वाचित प्रधानमंत्री रहने के सबसे बडे. और पुराने रिकॉर्ड को हमेशा के लिए पार कर जाएंगे. इस तारीख को पीएम मोदी देश के शीर्ष पद पर लगातार बने रहते हुए पूरे ४३९९ दिन का सफर पूरा कर लेंगे. इसके साथ ही वह नेहरूके लगातार निर्वाचित कार्यकाल के कुल ४३९८ दिनों के आंकडे.को पीछे छोडते हुए भारतीय लोकतंत्र के शीर्ष पुरुष के रूप में उभरेंगे, जो सीधे तौर पर एक बडा राजनीतिक मील का पत्थर साबित होने जा रहा है.

इस रिकॉर्ड की गहराई को समझने के लिए देश के इतिहास के कुछ पन्नों को पलटना बेहद जरूरी है. पंडित जवाहरलाल नेहरू ने १५ अगस्त १९४७ को देश की आजादी के ठीक बाद से ही भारत के प्रधानमंत्री का पद संभाल लिया था. हालांकि, वह उनका सीधे तौर पर जनता द्वारा चुना हुआ कार्यकाल नहीं था, बल्कि वह एक अंतरिम सरकार के मुखिया के रूप में देश का शासन देख रहे थे. भारत में संविधान लागू होने के बाद देश का पहला आम चुनाव साल १९५१-१९५२ में संपन्न हुआ था. उस लोकतांत्रिक चुनाव के बाद पहली लोकसभा का गठन हुआ था और देश को उसकी पहली निर्वाचित सरकार मिली थी.

ऐतिहासिक दस्तावेजों के मुताबिक, भारत के पहले आम चुनाव के बाद पहली लोकसभा का आधिकारिक गठन १७ अप्रैल १९५२ को किया गया था. इसके बाद इस नवनिर्वाचित लोकसभा की सबसे पहली ऐतिहासिक बैठक १३ मई १९५२ को बुलाई गई थी. इसी गौरवशाली दिन पंडित जवाहरलाल नेहरू ने पहली बार लोकतांत्रिक रूप से पूरी तरह निर्वाचित प्रधानमंत्री के तौर पर अपने पद की गोपनीयता की शपथ ली थी. इसलिए राजनीतिक विश्लेषक और इतिहासकार हमेशा १३ मई १९५२ से ही नेहरू के वास्तविक चुने हुए लोकतांत्रिक कार्यकाल की गणना करते हैं, जिसकी अवधि लगातार ४३९८ दिनों तक चली थी.

नरेंद्र मोदी का सफर

इस महा-रिकॉर्ड की सबसे बडी खूबी यह है कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का अब तक का पूरा कार्यकाल शत-प्रतिशत सीधे जनता के भारी जनादेश और लोकतांत्रिक जीत पर ही आधारित रहा है. उन्होंने २६ मई २०१४ को पहली बार देश के प्रधानमंत्री के तौर पर कमान संभाली थी और तब से लेकर अब तक वह देश के प्रधान सेवक के रूप में निरंतर देश का नेतृत्व कर रहे हैं. साल २०१४ के बाद २०१९ और फिर २०२४ के लोकसभा चुनावों में उनकी अगुवाई में सरकार ने लगातार जीत हासिल की और वर्तमान में भी वह अपने लगातार तीसरे कार्यकाल को पूरी मजबूती के साथ आगे बढा रहे हैं.

भारत के लोकतांत्रिक इतिहास में लगातार सबसे लंबे समय तक सरकार चलाने वाले कुल तीन प्रधानमंत्रियों की सूची बेहद दिलचस्प है. इस सूची में सबसे शीर्ष स्थान पर अब तक पंडित जवाहरलाल नेहरू का नाम दर्ज रहा है, जिन्होंने पहले आम चुनाव के बाद लगातार ४३९८ दिनों तक देश की सत्ता की बागडोर संभाली थी. इस सूची में दूसरे पायदान पर वर्तमान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का नाम आता है, जो १० जून को ४३९९ दिन पूरे कर पहले स्थान पर पहुंच जाएंगे. वहीं, इस ऐतिहासिक सूची में तीसरे नंबर पर पूर्व प्रधानमंत्री डॉ. मनमोहन सिंह आते हैं, जिन्होंने लगातार ३६५६ दिनों तक देश का सफल नेतृत्व किया था.

भले ही पीएम नरेंद्र मोदी लगातार निर्वाचित रहने के मामले में पंडित नेहरू के ६४ साल पुराने कीर्तिमान को तोडने जा रहे हैं, लेकिन नेहरूका एक और बडा रिकॉर्ड अभी भी उनकी पहुंच से काफी दूर है. पंडित जवाहरलाल नेहरू का साल १९४७ से लेकर १९६४ में उनके निधन तक का कुल कार्यकाल १६ वर्ष और २८६ दिन का रहा है, जो कुल मिलाकर ६१३१ दिन बैठता है. पीएम मोदी के वर्तमान कार्यकाल को देखा जाए तो उन्हें देश का नेतृत्व करते हुए लगभग १२ वर्ष का समय पूरा हो चुका है, जो नेहरू के कुल दिनों के मुकाबले काफी कम है.यदि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को पंडित नेहरू के इस कुल ६१३१ दिनों के महा-रिकॉर्ड को भी अपने नाम दर्ज करना है, तो इसके लिए उन्हें आने वाले कई सालों तक इस पद पर बने रहना होगा. गणितीय आंकडों के लिहाज से पीएम मोदी को कम से कम साल २०३० के आखिरी महीनों तक देश का प्रधानमंत्री बने रहना अनिवार्य होगा. इसका सीधा मतलब यह है कि भारतीय जनता पार्टी को साल २०२९ में होने वाले अगले लोकसभा चुनाव में भी प्रचंड बहुमत के साथ जीत दर्ज करनी होगी और उसके बाद भी पीएम मोदी को लगातार दो वर्षों तक प्रधानमंत्री के रूप में कार्य करना होगा.

विरोधी लहर को मात देकर ४३९९ दिनों का रिकॉर्ड बनाना क्यों है खास?

राजनीतिक गलियारों में ४३९९ दिनों के इस नए कीर्तिमान को बेहद असाधारण और ऐतिहासिक माना जा रहा है. इसकी मुख्य वजह यह है कि किसी भी बडे.लोकतांत्रिक देश में इतने लंबे समय तक सत्ता विरोधी लहर यानी एंटी-इंकम्बेंसी से बचते हुए लगातार शासन करना बेहद कठिन काम होता है. अक्सर देखा जाता है कि चंद सालों में ही सरकार के खिलाफ जनता में नाराजगी पैदा होने लगती है. लेकिन पीएम मोदी के नेतृत्व में सरकार ने लगातार तीन आम चुनावों में जनता का भरोसा और मजबूत बहुमत हासिल किया, जो उनके बेजोड. राजनीतिक नैरेटिव और मजबूत पकड. को साफ दर्शाता है.

पीएम की चुनावी सफलता का आधार क्या?

राजनीतिक विश्लेषकों का मानना है कि मोदी सरकार की इस लगातार चुनावी कामयाबी के पीछे पिछले एक दशक में जमीनी स्तर पर लागू की गई कडे. फैसले और बडी कल्याणकारी योजनाएं रही हैं. सरकार ने डिजिटल गवर्नेंस और देश के बुनियादी ढांचे यानी इंफ्रास्ट्रक्चर के विकास पर पूरा ध्यान केंद्रित किया. उज्ज्वला योजना, प्रधानमंत्री आवास योजना, जनधन खाते और देश के करोडों नागरिकों को मिलने वाले मुफ्त राशन जैसी योजनाओं ने समाज के सबसे गरीब और ग्रामीण तबके तक सरकार की सीधी पहुंच सुनिश्चित की, जिससे सत्ता विरोधी लहर हमेशा के लिए बेअसर साबित हुई.मोदी सरकार की राजनीतिक शैली सिर्फ जनकल्याणकारी योजनाओं तक ही सीमित नहीं रही, बल्कि इसमें राष्ट्रवाद का एक बहुत बडा और अटूट पुट भी शामिल रहा. जम्मू-कश्मीर से विवादित अनुच्छेद ३७० को पूरी तरह हटाना, अयोध्या में भव्य राम मंदिर का निर्माण और वैश्विक पटल पर भारत की विदेश नीति को आक्रामक व मजबूत बनाना जैसे बडे.फैसलों ने जनता के एक बहुत बडे. वर्ग के भीतर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के प्रति अटूट विश्वास पैदा किया.

भारत को मिली टेस्ट इतिहास की सबसे बडी जीत, अफगानिस्तान को पारी व ३०० रनों से दी शिकस्त

नई दिल्ली. (एजें) ८ जून : अफगानिस्तान के खिलाफ भारतीय टीम ने महज तीन दिन में खेले गए टेस्ट मैच को अपने नाम कर लिया. पहली पारी में कप्तान शुभमन गिल और केएल राहुल की शतकीय पारी के दम पर टीम ने ८ विकेट पर ५६४ रन का पहाड.जैसा स्कोर खडा कर डिक्लीयर किया. भारत की तरफ से डेब्यू कर रहे मानव सुथार की पहली पारी में ढाए कहर के आगे मेहमान टीम महज १५२ रन ही बना पाई. भारत के खिलाफ फॉलोऑन खेलने पर मजबूर हुई टीम दूसरी पारी में सिर्फ ११२ रन पर ही सिमट गई. अफगानिस्तान को पारी और

भारत ने सोमवार को मुल्लांपुर के महाराजा यादविंद्र सिंह इंटरनेशनल क्रिकेट स्टेडियम में खेले गए एकमात्र टेस्ट मैच में अफगानिस्तान को एक पारी और ३०० रन से हरा दिया. भारत ने यह जीत तीन दिन के अंदर ही हासिल कर ली. यह टेस्ट क्रिकेट में भारत की सबसे बडी पारी से जीत है. २०१८ में राजकोट में वेस्टइंडीज के खिलाफ टीम ने पारी और २७२ रन से जीत के रिकॉर्ड को पीछे छोड.दिया. २०१८ में अफगानिस्तान ने बेंगलुरु में भारत के खिलाफ अपना पहला टेस्ट खेला था. उस मैच में भी उसे पारी की करारी हार झेलनी पडी थी, जो दो दिन के अंदर ही खत्म हो गया था.भारतीय टीम को टेस्ट इतिहास की सबसे बडी जीत हासिल करने का फायदा नहीं मिलेगा. इस मैच में मिली जीत और हार का वर्ल्ड टेस्ट चैंपियनशिप टेबल पर कोई फर्क नहीं पड? वाला है. इसके पीछे की वजह क्या है ज्यादातर लोग इसे जानते हैं. जिनको नहीं पता हम बता दें कि भारत और अफगानिस्तान के बीच खेला गया ये मैच ङ्ग्जष्ट चक्र में आता ही नहीं है. टूर्नामेंट में रैंकिंग के आधार पर ९ टीमें हिस्सा लेती हैं. इस लिस्ट से अफगानिस्तान की टीम बाहर है.

इंडिया के टूरिस्ट पर भड़के नेपाली, वीडियो दिखाकर उठाया 'सिविक सेंस' पर सवाल, जानें मामला

काठमांडू (एजें) ८ जून : नेपाली लोगों ने कथित तौर पर भारतीय पर्यटकों को सिविक सेंस की कमी और खराब बर्ताव करने वाला कहा है। उनका आरोप है कि भारतीय पर्यटकों के कई वीडियो वीडियो हाल ही में सोशल मीडिया पर वायरल हुए हैं। इनमें कार की खिडकियों पर कपडे. सुखाने, सड़कों पर खाना पकाने से लेकर खुले में पेशाब करने और कचरा फैलाने जैसी हरकतें शामिल हैं। इसके लिए नेपाली लोग भारतीयों की आलोचना कर रहे हैं।खबरहब के मुताबिक, ये हरकतें कुछ गिनेचुने लोगों ने की हैं लेकिन इनसे नागरिक बोध, जिम्मेदार पर्यटन और सार्वजनिक जगहों का सम्मान करने के महत्व पर चर्चा शुरूहो गई है। इन घटनाओं के बाद सोशल मीडिया यूजर्स कई तरह की प्रतिक्रिया दे रहे हैं। रिएक्ट करने वालों में नेपाल ही नहीं भारतीय यूजर्स भी शामिल हैं। नेपाल से सोशल मीडिया पर वायरल हुए वीडियो में एक भारतीय पर्यटक नेपाल में गाडी की खिड़की पर अंडरवियर सुखाते दिखा है। यह वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो गया। कई सोशल मीडिया यूजर्स ने इस हरकत की आलोचना करते हुए इसे अनुचित और बुनियादी नागरिक शिष्टाचार की कमी बताया।कपडे.सुखाने का वीडियो नेपाल के सबसे लोकप्रिय पर्यटन शहरों में से

एक पोखरा का बताया गया है। पोखरा दुनियाभर से टूरिस्ट आकर्षित करता है। सोशल यूजर्स का कहना है कि नेपाल के प्रमुख टूरिज्म हब के तौर पर इसकी प्रतिष्ठा बनाए रखना जरूरी है। ऐसे में यहां आने वाले लोग भी साफ-सफाई का ध्यान रखें।सोशल मीडिया पर वायरल हुए एक अन्य वीडियो में दो भारतीय टूरिस्ट को आसपास लोगों की मौजूदगी के बावजूद खुली सार्वजनिक जगह पर पेशाब करते हुए दिखाया गया है। वीडियो में घटना को रिकॉर्ड कर रही एक नेपाली महिला ने उनसे सवाल किया कि क्या वह जगह पेशाब करने के लिए सही थी।बुटवल और बरदाघाट के बीच सिद्धार्थ हाईवे पर दौन्ने देवी मंदिर जाने वाले यात्रियों और तीर्थयात्रियों के लिए एक लोकप्रिय पडाव है। हाल ही में भारतीय टूरिस्ट का एक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हुआ। इसमें भारतीय लोगों का एक समूह मंदिर परिसर के प्रवेश द्वार के पास खाना बनाते हुए दिखाई दिया।ऑनलाइन चर्चा में आई एक और वीडियो में नेपाल में प्राइवेट गाडी से यात्रा कर रहे भारतीय पर्यटकों के समूह को सार्वजनिक सडक़ पर गुटखा थूकते हुए देखा गया। एक नेपाली युवक ने उन्हें टोका और पूछा कि वे सडक़ पर कचरा क्यों फेंक रहे हैं। अपनी इस आलोचना से भारतीय पर्यटक हैरान दिखे नेपाल के अलावा कई भारतीय सोशल मीडिया यूजर्स ने भी इस व्यवहार की निंदा की है। भारतीय यूजर्स का कहना है कि ऐसी हरकतें विदेश में भारतीय यात्रियों की छवि खराब करती हैं। यूजर्स ने कहा कि जब आप विदेश यात्रा करते हैं तो ऐसा व्यवहार ना करें, जिससे आपके देश की छवि खराब हो।

मुंह के छालों से राहत पाने के लिए अपनाएं ये 4 नुस्खें

आजकल मुंह में छाले होना एक आम समस्या हो गई है। पुरूषों के मुकाबले यह समस्या ज्यादातर महिलाओं में अधिक होती है। इसका मुख्य कारण उनके हारमोन्स में अधिक उतार-चढ़ाव आना है। यह छाले अपने आप ही कुछ दिनों में ठीक हो जाते हैं। इनके निकलने के कई कारण हो सकते हैं।

पेट के साफ न होने और खाना खाते समय अचानक दांतों से मुंह के अंदर की झिल्ली के कट जाने से छाले हो जाते हैं। मासिक धर्म या मेनापॉज के समय हारमोन्स में बदलाव तथा वायरस, बैक्टीरिया या फंगस संक्रमण से निकल सकते हैं। इसके अन्य कारणों में शरीर की रोग-प्रतिरोधक क्षमता कम होना, एलर्जी होना भोजन में विटामिन सी और बी 12 की कमी होना आदि शामिल हैं। कुछ दवाओं के साइड इफेक्ट के रूप में भी मुंह में छाले निकल सकते हैं।

बचाव के उपाय

- खाना धीरे-धीरे चबा-चबा कर खाएं। खाते समय बात न करें, ताकि दांतों से मुंह के अंदर की परत को नुकसान न पहुंचे।
- नींबू को आधा काटें, इसे छाले पर लगाएं, इससे थोड़ी जलन तो होगी, परंतु यह सुन्न हो जाएगा, जो अच्छा है। आखिर में थोड़ा शहद छाले पर लगाएं।
- शरीर की सफाई, संतुलित भोजन और पीने के साफ पानी पर भी विशेष ध्यान देना जरूरी है।
- कुछ दिनों तक लगातार विटामिन सी और विटामिन बी 12 की गोलियां खाएं।
- माउथवाश का प्रयोग करें-कई बार कुल्ला करने से यह आपके मुख में बढ़ने वाले जीवाणुओं को साफ करता है और इसके साथ-साथ कई मामलों में छाले में दर्द से राहत देता है। किसी बिना नुस्खा घोल का उपयोग करें, कोई भी माउथवाश इस प्रयोजन के लिए कार्यकारी है। सुबह और शाम कुल्ला करें और हो सके तो दिन के खाने के बाद भी कुल्ला करें।

स्टेरॉयड इन्हेलर्स का उपयोग रोकने से अस्थमा के बिगड़ने का खतरा

मौजूदा महामारी में सेहत व स्वास्थ्य को महत्व देना होगा। यह खासकर तब बहुत जरूरी है, जब आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर है या फिर आपको किसी बीमारी का इतिहास है। अस्थमा इन्हीं में से एक है। अस्थमा बिगड़ने का मुख्य कारण श्वास की नली में वायरल संक्रमण होना है। अस्थमा के जोखिम वाले लोगों या फिर मौजूदा अस्थमा पीड़ितों के लिए सांस की नली में वायरल संक्रमण बहुत घातक हो सकते हैं। एक अनुमान के अनुसार सामान्य या फिर गंभीर अस्थमा के मरीजों को बीमारी के और ज्यादा गंभीर होने का खतरा ज्यादा होता है। भारत में लगभग 93 करोड़ लोग सांस की क्रॉनिक समस्या से पीड़ित हैं। इनमें से लगभग 37 करोड़ एस्थमेटिक हैं। अस्थमा के वैश्विक भार में भारत का हिस्सा केवल 11.1 प्रतिशत है, जबकि विश्व में अस्थमा से होने वाली मौतों में भारत का हिस्सा 42 प्रतिशत है, जिस वजह से भारत दुनिया की अस्थमा कैपिटल बन गया है। अस्थमा पर सांस के वायरस के प्रभाव के चलते यह बहुत आवश्यक हो गया है कि मौजूदा समय में अस्थमा पीड़ित बहुत ज्यादा सावधानी बरतें। वायरस निर्मित समस्याओं की रोकथाम के लिए अस्थमा को अच्छी तरह से नियंत्रित करना बहुत आवश्यक है।'' मौजूदा समय में किसी बीमारी के उपचार के लिए आपातकालीन विभाग या अत्यावश्यक इलाज के लिए जाना पड़ता है, जहां पर मरीज को किसी संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने का जोखिम भी ज्यादा होता है। अस्थमा पीड़ितों को कभी भी अपने कॉर्टिकोस्टेरॉयड इन्हेलर तब तक लेना बंद नहीं करना चाहिए, जब तक कोई मेडिकल प्रोफेशनल उनसे ऐसा करने को न कहे। स्टेरॉयड इन्हेलर का प्रयोग बंद करने से मरीज को संक्रमण का ज्यादा खतरा हो जाएगा क्योंकि इससे अस्थमा का नियंत्रण खराब हो जाता है।'' यदि अस्थमा नियंत्रण में है, तो हॉस्पिटल के क्लिनिक जाने से बचें। आप टेलीफोन पर अपने डॉक्टर से संपर्क कर सकते हैं और उन्हें अपनी प्रगति के बारे में बता सकते हैं। एस्थमेटिक मरीजों को बिना योजना के क्लिनिक नहीं जाना चाहिए। सामान्य से गंभीर अस्थमा से पीड़ित लोगों को वायरल संक्रमण से बहुत ज्यादा बीमारी पड़ने का खतरा रहता है। ये संक्रमण आपकी सांस की नली (नाक, गला, फेफड़ों) को प्रभावित करते हैं, अस्थमा का अटैक लाते हैं और इनकी वजह से निमोनिया या एक्यूट रेस्पिरेटरी डिजीज हो सकती है। एक्यूट लक्षणों से आराम के लिए स्पेसर के साथ एमडीआई का उपयोग किया जा सकता है। नेबुलाईजर्स का उपयोग करने से बचें क्योंकि उनमें वायरल संक्रमण फैलने का खतरा बहुत ज्यादा होता है। नेबुलाईजर्स एयरोसोल्स बनाते हैं, जो संक्रमित ड्रॉपलेट्स को कई मीटर तक फैला सकते हैं। आपका डॉक्टर आपको इन विधियों के बारे में परामर्श देगा। सुनिश्चित करें कि आपके पास नॉन-प्रेस्क्रिप्शन दवाईयों एवं सप्लाई का 30 दिनों का स्टॉक हो, ताकि यदि लंबे समय तक आपको घर में रहने की जरूरत पड़े, तो आपको कोई परेशानी न हो।

कई गुणों से भरपूर है नारियल तेल

नारियल तेल के इस्तेमाल के कई फायदे हैं। कई गुणों से भरपूर यह तेल स्वास्थ्यपरक फायदों के लिए पीढ़ियों से इस्तेमाल में लाया जा रहा है।

- नारियल तेल त्वचा के लिए नेचुरल मॉइस्चराइजर का काम करता है, यह मृत त्वचा को हटाकर रंग निखारता है, चूंकि इसका कोई साइड इफेक्ट नहीं है, तो इसका इस्तेमाल त्वचा रोग, डर्मेटाइटिस, एक्जिमा और स्किन बर्न में किया जा सकता है। नारियल तेल स्ट्रेच मार्क्स हटाने में भी मदद करता है और होंठ को फटने से बचाने के लिए भी इसे नियमित रूप से होंठ पर लगाया जा सकता है।
- नारियल तेल बालों को घना, लंबा और चमकदार बनाने में काफी मददगार साबित होता है। सिर का मसाज सिर्फ पांच मिनट नारियल तेल से करने से न सिर्फ रक्त संचार में वृद्धि होती है, बल्कि खो चुके पोषक तत्वों की भी भरपाई करता है, नियमित रूप से नारियल तेल से मसाज करने से बालों में रूसी नहीं होता है।
- नारियल तेल को मुंह में करीब 20 मिनट तक रखने के बाद थूक देने से मुंह के कीटाणु और मसूड़ों की समस्याएं दूर होती हैं। स्वस्थ मसूड़ों के लिए सप्ताह में कम से कम तीन बार ऐसा करें।
- आयुर्वेद में पित्त वृद्धि के कारण नारियल तेल का इस्तेमाल गठिया, जोड़ों के दर्द को कम करने के लिए किया जाता है। यह हड्डियों में कैल्शियम और मैग्नीशियम अवशोषित करने की क्षमता में सुधार करता है।
- नारियल तेल के इस्तेमाल से वजन भी कम किया जा सकता है। ताजे नारियल से निकाले गए तेल में अन्य नारियल तेलों की अपेक्षा ज्यादा मीडियम चेन फैटी एसिड्स (70-85 प्रतिशत) होता है। मीडियम चेन फैटी एसिड्स आसानी से ऑक्सीडाइज्ड लिपिड्स होते हैं और एडीपोज ऊतक में संग्रहित नहीं होते हैं। इस प्रकार, मुख्य रूप से मीडियम चेन फैटी एसिड युक्त नारियल का तेल वजन घटाने में मददगार साबित होता है।
- नारियल तेल लॉरिक एसिड और कैप्रिक एसिड की तरह एंटीमाइक्रोबियल लिपिड का एक समृद्ध स्रोत होता है, जो एंटीफंगल और जीवाणुरोधी होते हैं।
- खाना पकाने में नारियल का तेल ज्यादा अच्छा रहता है। इसका तेल ऑक्सीकरण के प्रति कम असुरक्षित होता है, जो इसे खाना पकाने के लिए सबसे सुरक्षित बनाता है।

औषधीय गुणों से भरपूर है लहसुन

औषधीय गुणों से भरपूर लहसुन सिर्फ खाने में स्वाद ही नहीं बढ़ाता बल्कि आपके स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद है और वैसे भी भारतीय रसोईघर में लहसुन से मिल जायेगा। इसमें विटामिन, प्रोटीन, खनिज, लवण और फॉस्फोरस, आयरन व विटामिन ए, बी व सी भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। तो आज लहसुन के कुछ स्वास्थ्य संबंधी गुणों के बारे में जानते हैं. लहसुन बैक्टिरीअल और वायरल संक्रमण को रोकने में बहुत कारगार साबित होता है। यह फंगस, यीस्ट और कीड़ा से इन्फेक्शन को रोकने में मदद करता है। लहसुन कानों में दर्द हो, तो लहुसन के तेल को गर्म करके दो बूंदे रोजाना दो बार 5 दिनों तक कानों में डालें। लहसुन में मौजूद जर्मेनियम, सेलेनियम और सल्फर तत्व दर्द उत्पन्न करने वाले बैक्टीरिया को खत्म करने में सक्षम है। लहसुन का तेल तैयार करने के लिए लहसुन की 3 कलियों को कूटकर आधा कप ऑलिव ऑयल तेल में मिलाकर धीमी आंच पर 2 मिनट के लिए पकाएं। छालनकर 2 हफ्तों तक फ्रिज में रखें इस्तेमाल में लाने से पहले हल्का-सा गर्म कर लें। लहसुन खाने से जुकाम नहीं होता है। साथ ही इसमें एन्टीबैक्टिरीअल गुण गले के दर्द से राहत दिलाता है। अगर आप अपने बढ़ते मोटापे से परेशान हैं तो अपनाएं ये लहसुन की दो कलियां को अच्छे से भून लें और फिर उसमें जीरा सैंधा नमक मिलाकर चूर्ण बना लें। इसको आप रोजाना खाली पेट गर्म पानी से लें। कुछ ही दिनों में मोटापा कम हो जाएगा।

स्वस्थ बनाने के साथ सुंदरता भी बढ़ाती है चीनी

इस भाग-दौड़ भरी जिन्दगी में हर किसी के कंधों पर काम की जिम्मेदारी इतनी अधिक हो जाती है। कि यह टेंशन कभी-कभी डिप्रेशन का विक्राल रूप धारण कर लेती है जिससे व्यक्ति के सोचने समझने की शक्ति खत्म हो जाती है। लेकिन अब परेशान होने की जरूरत नहीं है और ना ही डिप्रेशन से बचने के लिए ढेर सारी दवाइयाँ खाने की जरूरत है। आपको जानकर ताज्जुब हो कि सिर्फ चीनी खाने से ही आपको डिप्रेशन से राहत मिल सकती है।

चीनी का प्रयोग फिकेपन को दूर करने को किया जाता है। जब भी आपको शरीर में थकावट या तो महसूस हो तो शुगर से बने पदार्थों का सेवन करें। यह शरीर में शुगर के लेवल को ठीक कर नई ऊर्जा देता है। जैसे फ्रूट कस्टर्ड, जूस का एक ग्लास, केक का एक टुकड़ा वगैरह खा कर आप पहले से ज्यादा तरोताजा फील कर सकते हैं।

ब्यूटी बेनेफिट्स

चीनी और नींबू : अगर आप फेस पर कील-मुहासों से परेशान हैं तो चीनी में नींबू की कुछ बूंदे मिला लें और इससे अपने चेहरे पर हल्के हाथों से स्क्रब करें। अगर आपकी त्वचा धूप की कारण त्वचा काली पड़ गई है तो 2 चम्मच कॉफी में 1 चम्मच चीनी मिला कर थोड़ा सा पानी मिलाएं फिर इस पेस्ट को अपने चेहरे को लगाएं। यकीन मानिये इससे आपको चेहरा साफ और ग्लोइंग हो जाएगा।

सन टैनिंग से परेशान हैं तो आप चीनी के साथ दही का पेस्ट बना लें फिर इसी पेस्ट से अपने चेहरे को स्क्रब करें, कुछ ही दिनों में सन टैनिंग से राहत मिलेगी।

बारिश के मौसम में न करें इन फूड्स का सेवन

बारिश के मौसम में कई बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है और इसीलिए इस दौरान हमें खाने-पीने से जुड़ी हुई चीजों पर भी ज्यादा ध्यान देना चाहिए। यहां पर आपको कुछ ऐसे ही फूड्स के बारे में बताया जा रहा है जिनका बारिश के दौरान सेवन करने से बचना चाहिए।

बारिश के मौसम में न करें इन 5 फूड्स का सेवन होगा, नहीं तो पड़ जाएंगे बीमारबारिश के मौसम में हमें कई प्रकार के खाद्य पदार्थों का सेवन करने के दौरान विशेष सावधानी बरतनी पड़ती है। इसमें जरा-सी की गई लापरवाही हमारी सेहत के लिए कई समस्याएं भी खड़ी कर देती है। बारिश के मौसम में ज्यादातर लोगों को बीमार पड़ते हुए देखा जाता है क्योंकि गर्मी का मौसम खत्म होने के बाद से तापमान नीचे जाता है और तरह-तरह की स्वास्थ्य समस्याएं शुरू हो जाती हैं। बारिश के मौसम में सबसे ज्यादा नुकसान खाद्य पदार्थों से पहुंचता है और कई प्रकार के फूड्स का सेवन करना बीमारी की प्रमुख वजह भी बन जाता है। इसीलिए यहां पर कुछ ऐसे फूड्स के बारे में बताया जा रहा है जिनका सेवन बारिश के दौरान या फिर सावन के मौसम में आप नहीं करेंगे तो यह आपको बीमारियों से बचाए रखेगा। आपको इसका कारण भी बताया जाएगा कि क्यों इन फूड्स का सेवन नहीं करना चाहिए।

पालक

पालक आपको बारिश के मौसम में भी बड़ी आसानी से मिल जाएगी लेकिन इसका सेवन ना करने की सलाह दी जाती है। इसके वैज्ञानिक कारण को अगर समझने की कोशिश करेंगे तो यह बेहद आसान है। दरअसल बारिश के मौसम में छोटे-छोटे कीटाणु वायरस और बैक्टीरिया जो आंखों से दिखाई भी नहीं देते हैं वह पालक के पत्तों में चिपके रहते हैं। इन कीटाणुओं को भगाने के लिए हानिकारक कीटनाशक का भी प्रयोग किया जाता है, जो कि सेहत के लिए नुकसानदायक साबित हो सकता है।

बैंगन

बारिश के मौसम में कई लोगों के द्वारा बैंगन का चोखा बनाकर भी खाने के लिए इस्तेमाल किया जाता है, जबकि इसका सेवन करने से बचना चाहिए। दरअसल, बारिश के मौसम में बैंगन के अंदर छोटे-छोटे कीड़े पड़ना शुरू हो जाते हैं। यह कीड़े पेट दर्द और पेट से जुड़ी कई प्रकार की समस्याओं का प्रमुख कारण भी बन सकते हैं। यही वजह है कि सावन के मौसम में खासकर बैंगन का सेवन करने से बचना चाहिए।

दूध

दूध सेहत के लिए बेहतरीन फायदे पहुंचाता है और हम कई प्रकार की गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं से भी बचे रहते हैं। बारिश के दिनों में दूध का सेवन न करने की सलाह देने के अलग-अलग कारण बताए जाते हैं। मुख्य रूप से ध्यान देने वाली बात यह है कि बारिश के मौसम में जानवरों को खिलाया जाने वाला हरा चारा बैक्टीरिया और कीटाणुओं का घर बन जाता है। यह दूध की अच्छी क्वालिटी को भी प्रभावित करता है। इस कारण बारिश के दिनों में दूध का सेवन करने से पहले इसे खूब अच्छी तरह उबालना चाहिए। जितना कोशिश हो सके इस दौरान दूध का सेवन करने से बचे रहें और दूध से मिलने वाले पौष्टिक तत्वों की पूर्ति के लिए किसी अन्य फूड का सहारा लें।

तले-भुने और स्ट्रीट फूड से करें परहेज

तली भुनी हुई चीजों और खासकर स्ट्रीट फूड का सेवन बारिश के दिनों में नहीं करना चाहिए। इनसे भी संक्रमण का खतरा ज्यादा रहता है। स्ट्रीट फूड का सेवन करने के कारण आप विभिन्न प्रकार की परेशानी से जूझ सकते हैं। खासकर यदि आप पानीपुरी का सेवन करते हैं तो पानीपुरी का दूषित पानी डायरिया या फिर लूज मोशन की समस्या खड़ी सकता है। इसलिए बारिश के दिनों में खाने पीने की चीजों में विशेष सावधानी जरूर बरतें।

मांस और मछली

मांस और मछली मुख्य रूप से बारिश के दिनों में नहीं खाना चाहिए। सावन के महीने में खासकर इसका सेवन न करने की सलाह दी जाती है और इसका वैज्ञानिक कारण भी है। इस दौरान हवा में भी कई ऐसे हानिकारक बैक्टीरिया मौजूद रहते हैं जो मांस और मछलियों को दूषित कर देते हैं। इसके अलावा बारिश के दिनों में मछलियों के अंडे देने का वक्त होता है। अंडा एक विशेष प्रकार की फूड एलर्जी का भी गुण रखता है जो गले में इंफेक्शन हो सूजन का मुख्य कारण हो सकता है। इसलिए बारिश का सीजन खत्म होने तक नॉनवेज फूड का सेवन करने से बचें।

सारकॉइडोसिस को टी.बी न समझें

ट्यूबरकुलोसिस (टी.बी.) से मिलती-जुलती एक अन्य बीमारी है,जिसे सारकॉइडोसिस कहते हैं। टी.बी. की बीमारी की तरह यह भी शरीर के किसी भी भाग को प्रभावित कर सकती है, हालाकि 90 प्रतिशत रोगियों में यह रोग टी.बी. की तरह फेफड़ों को प्रभावित करता है।

पहले ऐसा समझा जाता है था कि सारकॉइडोसिस नाम की बीमारी देश में नहीं पायी जाती है, लेकिन पिछले कुछ सालों में इस रोग से काफी लोग ग्रस्त हो चुके हैं, जिसका सिलसिला जारी है। चूंकि इस रोग के लक्षण टी.बी. की बीमारी से मिलते-जुलते हैं। इसलिए दोनों में अंतर करना डॉक्टर और रोगी दोनों के लिए कठिन कार्य है। अक्सर ऐसा देखा गया है कि सारकॉइडोसिस के रोगी का इलाज टी.बी. की दवाओं से होता है। अंतत- डॉक्टर को यह पता चलता है कि पीड़ित व्यक्ति को टी.बी. की बीमारी थी ही नहीं और वह सारकॉइडोसिस की बीमारी से प्रभावित था।

लक्षण

- प्रारंभिक स्थिति में अधिकतर रोगियों में सूखी खांसी, हल्का बुखार, हाथ पैरों में दर्द और कभी-कभी सांस फूलना आदि लक्षण प्रकट होते हैं।
- जब बीमारी कुछ बढ़ने लगती है, तब फेफड़े के अंदर बड़ी-बड़ी गांठें बन जाती हैं और फेफड़े का आकार छोटा होता जाता है।
- रोगी की लगातर सांस फूलने लगती है और खांसी में आराम नहीं मिलता।
- जब शरीर के दूसरे अंग प्रभावित होते हैं, तब रोगी की तकलीफें बढ़ने लगती हैं। जैसे आंख के प्रभावित होने पर आंखों की रोशनी कम हो जाती है। त्वचा में कभी-कभी लाल रंग के चकत्ते बन जाते हैं। लिवर और तिल्ली का आकार बड़ा हो जाता है।
- कभी-कभी सारकॉइडोसिस से मस्तिष्क और गुर्दे पर भी असर होने लगता है। रोग की चरम अवस्था में हृदय व गुर्दे भी काम करना बंद कर देते हैं और पूरे शरीर में सूजन आ जाती है।
- शरीर में पानी की मात्रा अधिक होने से शरीर का वजन बढ़ जाता है और रोगी चल-फिर भी नहीं पाता। यह बीमारी की अंतिम अवस्था है। वैसे तो यह बीमारी गंभीर नहीं होती है, लेकिन जब गुर्दो और मस्तिष्क पर यह प्रभाव डालती है, तब यह लाइलाज बन जाती है।

उपचार

प्रारंभिक अवस्था में अधिकतर रोगियों में बीमारी स्वयं ही समाप्त हो जाती है, लेकिन रोग की अवस्था बढ़ने पर अधिकतर मामलों में दवाओं के नाम पर स्टेरॉयड का प्रयोग लगभग एक वर्ष तक किया जाता है। थोड़ी-सी सावधानी और जानकारी से इस बीमारी को प्रारंभिक अवस्था में ही पहचाना जा सकता है।

जब दम घुटता है पैरों का...

वैसे तो सी.वी.आई. नामक रोग पुरुषों और स्त्रियों दोनों को हो सकता है, लेकिन, महिलाओं में यह बीमारी सामान्य तौर पर गर्भावस्था या बच्चों को जन्म देने के बाद शुरू होती है। पहले यह रोग ज्यादातर ग्रामीण व शहरी अंचलों में रहने वाली महिला गृहणियों तक ही सीमित था, पर मौजूदा दौर में यह रोग युवकों वयुवतयों में तेजी से फैल रहा है। इसका कारण आज की आधुनिक जीवन-शैली व नये उभरते रोजगारों से संबंधित अपेक्षाएं हैं। शारीरिक व्यायाम व पैदल चलना आज के युग में नगण्य हो गया है। काल सेन्टर या रिसेप्शन काउन्टर पर काम करने वाले युवक व युवतियां इस रोग की शिकार हो रही हैं। स्टाक एक्सचेंज व बहुराष्ट्रीय कंपनियों के दफ्तरों में कंप्यूटर के सामने घंटों पैर लटकाकर बैठने वालों में यह रोग तेजी से पनप रहा है। ट्रैफिक पुलिसमैन, व होटलों के रसोईघर में काम करने वाले लोग भी सी.वी.आई. से ग्रस्त हो रहे हैं।

क्यों बनते हैं ये निशान

शरीर के अन्य अंगों की तरह टांगों को भी ऑक्सीजन की जरूरत पड़ती है। यह ऑक्सीजन धमनियों (आर्टरीज) में प्रवाहित शुद्ध खून के जरिये पहुंचायी जाती है। टांगों को ऑक्सीजन देने के बाद यह ऑक्सीजनरहित अशुद्ध रक्त शिराओं (वेन्स) के जरिये वापस टांगों से ऊपर फेफड़े की तरफ शुद्धीकरण के लिये ले जाया जाता है। इसका मतलब यह हुआ कि ये शिराएं टांगों के ड्रेनेज सिस्टम का निर्माण करती हैं। शिराओं की कार्यप्रणाली अगर किसी कारण से शिथिल हो जाती है, तो टांग व पैर का ड्रेनेज सिस्टम चरमरा जाता है। इसका परिणाम यह होता है कि अशुद्ध खून ऊपर चढ़कर फेफड़े की ओर जाने की बजाय टांगों के निचले हिस्से में इकट्ठा होने लगता है। फिर शुरू होता है पैरों में सूजन और काले निशानों का उभरना। अगर समय रहते इनका समुचित इलाज किसी वैस्क्युलर सर्जन से नहीं कराया गया, तो टांगों में उभरे काले निशान धीरे-धीरे और गहरे व आकार में बढ़ते जाते हैं, जो अंतत- लाइलाज घावों में परिवर्तित हो सकते हैं।

कारण

सी. वी. आई. के पनपने के कई कारण है। इनमें सबसे ज्यादा प्रमुख है डीप वेन थ्रॉम्बोसिस यानी डी.वी.टी.। इस रोग में टांगों की (शिराओं) में रक्त के कतरे जमा हो जाते हैं। ये कतरे बीमारी के बाद अक्सर पूरी तरह गायब नहीं हो पाते और अगर कुछ हद तक गायब हो भी जाते हैं, तो भी वेन के अंदर स्थित कपाटों को नष्ट कर देते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि शिराओं के जरिये अशुद्ध खून के ऊपर चढ़ने की प्रक्रिया बुरी तरह से बाधित हो जाती है। डी. वी. टी. के कुछ रोगियों में खून के कतरे शिराओं के अंदर स्थायी रूप से मौजूदरहते हैं।

व्यायाम न करना

सी. वी. आई. का दूसरा प्रमुख कारण व्यायाम न करने और पैदल कम चलने से संबंधित है। रोजाना पैदल कम चलने से या टांगों की कसरत न करने से टांगों की मांसपेशियों द्वारा निर्मित पम्प (जो अशुद्ध खून को ऊपर चढ़ाने में मदद करता है) कमजोर पड़ जाता है। कुछ लोगों की शिराओं में स्थित कपाट (वाल्व) जन्म से ही ठीक से विकसित नहीं हो पाते, ऐसे रोगियों में सी.वी.आई. के लक्षण कम उम्र में ही प्रकट होने लगते हैं।

जांचे

काले निशानों का कारण जानने के लिए वेन्स डॉप्लर स्टडी, एम. आर. वेनोग्राम, व कभी-कभी एंजियोग्राफी का सहारा लिया जाता है। रक्त की जांचें भी करायी जाती हैं।

इलाज

इन विशेष जांचों के आधार पर ही सी. वी. आई. के इलाज का निर्धारण किया जाता है। ज्यादातर रोगियों में दवा देने से और विशेष व्यायाम करने से राहत मिल जाती है, लेकिन कुछ रोगियों में ऑपरेशन की आवश्यकता पड़ती है। मौजूदा दौर में वेन्स वाल्वोप्लास्टी, एक्सीलरी वेन ट्रांसफर या वेन्स बाईपास सर्जरी जैसी आधुनिकतम तकनीकों की मदद से रोग को नियंत्रित करने में मदद मिलती है।

सजगता बरतें

अगर आपकी टांगों पर काले निशान हैं, तो ये सावधानियां बरतें.

1. टांग व कमर के चारों ओर कसे हुए कपड़े न पहनें। पुरुष टाइट अंडरवियर व महिलाएं टाइट पैन्टी न पहनें। कमर बेल्ट टाइट न बांधें। टाइट बेल्ट खून की वापसी में रुकावट डालती है।
2. ऊंची एड़ी के जूते व सैंडल का इस्तेमाल न करें। नीची एड़ी वाले जूते टांगों की मांसपेशियों को हमेशा क्रियाशील रखते हैं। यह स्थिति वेन्स व टांगों के ड्रेनेज सिस्टम के लिए लाभदायक है।
3. जॉगिंग, एरोबिक्स या ऐसा कोई उछल-कूद वाला व्यायाम न करें, जिसमें पैर के घुटनों पर बार-बार झटके लगें। इस तरह के व्यायाम वेन्स को फायदा पहुंचाने के बजाय नुकसान ज्यादा पहुंचाते हैं। बगैर झटके वाले, पैर उठाने वाले और टांगें मोड़ने वाले व्यायाम वेन्स के लिये लाभप्रद हैं।
4. ऐसी शारीरिक मुद्रा(पोस्चर्स) से बचें, जिसमें लंबे समय तक बैठना या खड़े रहना पड़ता हो। ऑफिस में या घर पर एक घंटे से ज्यादा वक्त तक न तो पैर लटकाकर बैठे रहें और न ही लगातार खड़े रहें। इस तरह की स्थितियों में एक घंटा पूरा हो जाने पर पांच मिनट का अंतराल लें। इस अंतराल के दौरान दोनों पैरों को अपने सामने किसी स्टूल के सहारे ऊंचा रखें।
5. खाने में तेल व घी का प्रयोग बहुत कम मात्रा में करें। कम कैलोरी वाले और रेशेदार खाद्य पदार्थ वेन्स के लिए लाभप्रद हैं।
6. अपने वजन पर नियत्रंण रखें। वजन कम करने से वेन्स पर पड़ने वाला अनावश्यक दबाव कम हो जाता है।
7. रात में सोते समय पैरों के नीचे एक या दो तकिये लगाएं जिससे पैर छाती से दस या बारह इंच ऊपर रहें। ऐसा करने से पैरों में ऑक्सीजनरहित खून के इकट्ठा होने की प्रक्रिया शिथिल पड़ जाती है जो सी.वी.आई. रोग से ग्रस्त पैरों के लिये अत्यन्त लाभकारी है।
8. दिन के समय विशेष तकनीक से निर्मित दबाव वाली जुराबें टांगों में पहनें। इस संदर्भ में विशेषज्ञ डॉक्टर से परामर्श लें। सुबह बिस्तर से उठते ही इन विशेष जुराबों को अपनी टांगों पर चढ़ा लें और दिन भर पहने रखें। ये जुराबें पैरों में खून का प्रवाह बढ़ाती हैं और गुरुत्वाकर्षण से नीचे की तरफ होने वाले खून के दबाव को कम करती हैं। इस वजह से सी.वी.आई. रोग को नियत्रित करने में मदद मिलती है।

बैलून काइफोप्लॉस्टी स्पाइन फैक्चर का सटीक इलाज

बैलून काइफोप्लॉस्टी रीढ़ की हड्डी की विकृति में भी कारगर है, तो किसी हादसे के चलते रीढ़ की हड्डी में होने वाले फैक्चर में भी। इसके अलावा यह स्पाइन के ट्यूमर में और ऑस्टियोपोरोसिस के कारण होने वाले फैक्चर में भी प्रभावी है।

रीढ़ की हड्डी (स्पाइन) के फैक्चर के इलाज में बैलून काइफोप्लॉस्टी बेहतरीन तकनीक के रूप में सामने आ चुकी है। बैलून काइफोप्लॉस्टी रीढ़ की हड्डी की विकृति में भी कारगर है, तो किसी हादसे के चलते रीढ़ की हड्डी में होने वाले फैक्चर में भी। इसके अलावा यह स्पाइन के ट्यूमर में और ऑस्टियोपोरोसिस के कारण होने वाले फैक्चर में भी प्रभावी है।

क्या है यह तकनीक?

बैलून काइफोप्लॉस्टी तकरीबन एक घंटे की प्रक्रिया है, जिसके अंतर्गत रीढ़ की टूटी हड्डी में सुधार किया जाता है। इसमें बैलून की मदद से टूटी हड्डी को उठाकर सही स्थिति में रखते हैं। फैक्चर ग्रस्त हड्डी को ठीक रखने के लिए बोन सीमेंट लगाया जाता है। इसके बाद रोगी को एक दिन तक देखभाल के लिए रखा जाता है, लेकिन रोगी की मेडिकल जरूरत के हिसाब से इसे बदला भी जा सकता है। इस प्रक्रिया के बाद रोगी को एक घंटे के लिये निगरानी कक्ष में रखने के बाद रिकवरी रूम में ट्रांसफर कर दिया जाता है। इसके अच्छे परिणामों का अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि 90 प्रतिशत रोगियों को 24 घंटे में ही दर्द से आराम मिल जाता है। बैलून काइफोप्लास्टी की प्रक्रिया शुरू करने से पहले रोगी की कई मेडिकल जांचें जैसे एक्स रे, एमआरआई, सीटी स्कैन और डेक्सा स्कैन आदि करायी जाती हैं।

पारंपरिक सर्जरी और बैलून काइफोप्लास्टी

पारंपरिक सर्जरी में ज्यादा चीर-फाड़ की जाती है। इस स्थिति में रोगी की रीढ़ की हड्डी के मुलायम टिश्यूज और मांसपेशियों को नुकसान पहुंच सकता है। वहींबैलून काइफोप्लास्टी में बहुत कम चीर-फाड़ की जाती है, जिससे रोगी के रक्त का ज्यादा नुकसान नहीं होता। इसमें रोगी के रीढ़ की हड्डी के मुलायम टिश्यू और मांसपेशियों को भी ज्यादा क्षति नहीपहुंचती।

क्या हैं फायदे

बैलून काइफोप्लास्टी के कुछ फायदे इस प्रकार है..

- रोगी की जल्दी रिकवरी होती है। 24 घंटे के अंदर चलने-फिरने में समर्थ हो जाता है।
- रक्त का कम नुकसान होता है।
- संक्रमण होने का खतरा कम रहता है।
- शरीर पर निशान नाममात्र के पड़ते हैं।
- रीढ़ की हड्डी के टिश्यूज और मांसपेशियों का नुकसान कम होता है।
- ऑपरेशन के बाद रोगी को दर्द कम होता है।
- जल्द ही व्यक्ति रोजमर्रा की जिंदगी के काम करने में सक्षम हो जाता है।

स्वास्थ्य रक्षा के अनमोल सूत्र

जो व्यक्ति शारीरिक, मानसिक तथा सामाजिक दृष्टि से स्वस्थ होता है, वही पूर्ण स्वस्थ कहलाता है। स्वास्थ्य को सबसे पहला सुख माना गया है।

- उदय होता हुआ सूर्य हृदय रोगियों के लिए अमृत तुल्य होता है। उदय होते सूर्य की हल्की लाल किरणों में जीवनी-शक्ति हुआ करती है जिसमें अनेक रोगों को नष्ट करने की क्षमता होती है। पीलिया (जॉन्डिस), रक्ताल्पता, सिर के सभी रोग तथा अंगों के दर्द को दूर करने की इसमें अद्भुत क्षमता होती है।
- प्रातः कालीन शुद्ध वायु प्राणशक्ति को प्रदान कर दीर्घायु प्रदान करती है। शुद्ध वायु में टहलना, प्राणायाम करना, मंदाग्नि एवं कब्ज से छुटकारा दिलाता है। शुद्ध वायु हृदय रोगियों के लिए अनमोल औषधि है क्योंकि वह हृदय को शक्ति प्रदान कर शरीर के दोषों को निकालती है, अतः प्रातः काल टहलना आवश्यक है।
- प्रातः काल शौच से पूर्व कम से कम दो गिलास स्वच्छ जल पीना स्वास्थ्य के लिए अमृत तुल्य होता है क्योंकि इससे कब्ज की शिकायत दूर होती है। कब्ज को हर बीमारी की जड़ माना जाता है।
- नत्य हल्का-फुल्का व्यायाम करके सम्पूर्ण दिन फुर्ती का अनुभव किया जा सकता है। स्वास्थ्य एवं बल के अनुसार योगासन अवश्य ही करते रहना चाहिए। हृदय रोगी, उच्च रक्तचाप, दमा आदि के रोगियों को व्यायाम नहीं करना चाहिए।
- कम खाने वालों की अपेक्षा अधिक खाने वालों की संसार में अधिक मृत्यु होती है। खाने के लिए जीने से बेहतर होता है जीने के लिए खाना। आदत डालकर प्रतिदिन भोजन समय पर ही करना चाहिए। प्रोटीन, विटामिन, वसा, खनिज लवण युक्त संतुलित पदार्थों को ही खाएं। तनाव रहित होकर स्थिर मन से भोजन करने से स्वास्थ्य में वृद्धि होती है। तन्मय होकर प्रसन्न मुद्रा में स्वाद के साथ भोजन करने से आंतरिक संतुष्टि तो होती ही है साथ ही पाचन संबंधी बीमारियां भी दूर होती हैं।
- स्वस्थ जीवन के लिए विधिवत नींद का आना भी बहुत जरूरी है। विधिवत निद्रा के सेवन से संतोष, सुख, ज्ञान तथा जीवनी-शक्ति प्राप्त होती है। इसके विपरीत अनिद्रा अनेक विकारों तथा रोगों को जन्म देती है। नियत समय के विपरीत सोने से भी आयु क्षीण होती है, साथ ही स्मरण शक्ति, निर्णय शक्ति जैसी उपयोगिताओं का भी ह्रास होता है।

इस तेल के हैं कई लाजबाव फायदे

सरसों का तेल हर किसी की रसोई में दिख जाएगा। अधिकांश लोग इसे सिर्फ खाना बनाने वाला तेल ही समझते हैं, लेकिन यह सिर्फ भोजन बनाने तक ही सीमित नहीं है। यह तेल शरीर की कई छोटी-बड़ी समस्याओं से निजात दिला सकता है। इस खास लेख में हमारे साथ जानिए सरसों तेल के शारीरिक फायदों और इस्तेमाल करने के विभिन्न तरीकों के बारे में। आइए जानते हैं कि भोजन बनाने में इस्तेमाल किया जाने वाला यह तेल आपको किस प्रकार फायदा पहुंचा सकता है।

क्या है सरसों का तेल?

सरसों के तेल को सरसों (पौधा) के बीजों से निकाला जाता है। इसका वैज्ञानिक नाम ब्रेसिका जुनसा है, जिसे विभिन्न भाषाओं में अलग-अलग नामों से जाना जाता है। अंग्रेजी में इसे मस्टर्ड, तेलुगु में अवन्यून, मलायम में कदुगेना और मराठी में मोहरीच कहा जाता है। सरसों के बीज भूरे, लाल और पीले रंग के होते है। मशीनों की मदद से इनमें से तेल निकाला जाता है। भारत में इसका प्रचलन ज्यादा है और प्रतिदिन बनने वाले भोजन में इसका इस्तेमाल किया जाता है। यह तेल जायका बढ़ाने के साथ-साथ भोजन को पौष्टिक भी बनाता है।

रिफाइंड सरसों का तेल

सरसों के बीजों से यह तेल मशीनों के जरिए निकाला जाता है। इसका स्वाद कड़वा होता है। इस प्रकार के तेल का इस्तेमाल भारत में खाना बनाने के लिए किया जाता है। रिफाइंड सरसों का तेल काले, भूरे या सफेद सरसों के बीजों से निकाला जाता है।

मांसपेशियां के दर्द में फायदा

आज से नहीं, बल्कि वर्षों से सरसों का तेल जोड़ों और मांसपेशियों में होने वाले दर्द के लिए इस्तेमाल किया जाता रहा है। नियमित रूप से इस तेल की मालिश करने से शरीर में रक्त का प्रवाह बना रहता है और जोड़ों एवं मांसपेशियों में दर्द की समस्या नहीं रहती।

गठिया से होने वाले दर्द के लिए यह तेल फायदेमंद है। सरसों के तेल में बड़ी मात्रा में ओमेगा-3 फैटी एसिड होता है, जो जोड़ों और गठिया के दर्द के लिए एक कारगर एंटीइंफ्लेमेटरी एजेंट के रूप में काम करता है ।

हृदय के लिए फायदेमंद

यह तथ्य शायद आपको सुनने में बड़ा अजीब लगे कि तेल का सेवन किस प्रकार हृदय के लिए फायदेमंद है, लेकिन सरसों का तेल इस मामले में गुणकारी है। दरअसल, सरसों का तेल मोनोअनसैचुरेटेड और पॉलीअनसैचुरेटेड फैटी एसिड के साथ-साथ ओमेगा-3 और ओमेगा-6 फैटी एसिड से समृद्ध होता है। ये दोनों फैट मिलकर इस्केमिक हृदय रोग (रक्त प्रवाह की कमी के कारण) की आशंका को 50 प्रतिशत तक कम कर सकते हैं।

इतना ही नहीं सरसों के तेल को हाइपोकोलेस्टेरोलेमिक (कोलेस्ट्रॉल कम करने वाला) और हाइपोलिपिडेमिक (लिपिड-लोअरिंग) प्रभाव के लिए भी जाना जाता है। यह खराब कोलेस्ट्रॉल के स्तर को तो कम करता ही है और शरीर में अच्छे कोलेस्ट्रॉल के स्तर को भी बढ़ाता है, जिससे हृदय रोग का खतरा कम हो जाता है।

3. कैंसर से बचाव

सरसों तेल को जोड़ों जैसी आम समस्या से लेकर कैंसर जैसी घातक बीमारी से बचाने के लिए भी इस्तेमाल किया जा सकता है।

अध्ययनों से पता चलता है कि सरसों के तेल में कैंसर से लड़ने वाले गुण भी मौजूद होते हैं। साउथ डकोटा यूनिवर्सिटी का एक अध्ययन भी इस बात को साबित करता है। उन्होंने कोलन कैंसर से प्रभावित चूहों पर सरसों, मकई और मछली के तेल के असर का परीक्षण किया, कोलन कैंसर को रोकने में मछली के तेल की तुलना में सरसों का तेल अधिक प्रभावी पाया गया

बॉडी को रोजाना होती है निर्धारित मात्रा में फैट की जरूरत

आहार और पोषण विशेषज्ञ दोनों ही दादी-नानी की घी-तेल खाने की सलाह को सही मानते हैं। इससे न सिर्फ शरीर की मांसपेशियां एवं ढांचा मजबूत होता है, बल्कि शरीर की विटामिन ग्रहण करने की क्षमता बढ़ती है। डॉक्टर के अनुसार हर रोज एक या दो अंडे डाइट में शामिल करना टाइप टू डायबिटीज के खतरे और हृदय रोगों की आशंका कम करता है। इसके बिना शरीर ट्रीग्लिसिराइड, कोलेस्ट्रॉल व अन्य फैटी एसिड नहीं बना पाता। इन्हीं वसा का टूटना शरीर को विकास और अंगों को सुरक्षा देने के लिए ऊर्जा देता है। शरीर वसा में घुलनशील विटामिन्स को बेहतर तरीके से ले पाता है।' इंडियन काउंसिल ऑफ मेडिकल रिसर्च और द नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ न्यूट्रिशनिस्ट, सैचुरेटेड फैटी एसिड (एसएफए), मोनोअनसैचुरेटेड फैटी एसिड (एमयूएफए) और पॉलिअनसैचुरेटेड फैटी एसिडी(पीयूएफए) सभी को बराबर अनुपात में लेने की सलाह देते हैं। उनके अनुसार वनस्पति तेल, घी और मक्खन को अपने आहार में समय-समय पर बदलते रहना चाहिए। डॉक्टर सुवर्णा पाठक कहती हैं, 'मैं कभी मरीजों को वसा रहित डाइट की सलाह नहीं देती। वसा शरीर के मेटाबॉलिज्म, जोड़ व हड्डियां दुरुस्त रखता है।

मेवा: बादाम, अखरोट और पिस्ते में एमयूएफए होते हैं, जो रक्तचाप कम करते हैं। ऊर्जा बढ़ाते हैं व कोलेस्ट्रॉल नियंत्रित रखते हैं।'इसमें प्रोटीन, आयरन और ओमेगा-3 फैटी एसिड होते हैं। पहाड़ी बादाम में ओलिक एसिड और मैग्नीशियम होता है, जो कैंसर की आशंका कम करता है। नियमित चार बादाम, दो अखरोट और छह पिस्ते खाएं।'

घी: आयुर्वेद में प्राचीन समय से गाय के दूध से बना घी उपचार व खाने में इस्तेमाल किया जाता रहा है। 2012 में करनाल स्थित नेशनल डेयरी रिसर्च इंस्टीट्यूट के सर्वे के अनुसार गाय का घी लिवर में कैंसर के कारक कार्सिनोजेंस का सक्रिय होना कम करता है। डॉ. सीमा सिंह के अनुसार, 'सही मात्रा में घी खाने से हृदय रोगों से बचाव होता है। हानिकारक कोलेस्ट्रॉल के स्तर में कमी आती है। पाचन तंत्र दुरुस्त रहता है और त्वचा में चमक आती है। दिव्या चौधरी के अनुसार, 'हर रोज एक चम्मच घी खाना ऊर्जा के स्तर को बनाए रखता है और वसा की जरूरत को पूरा करता है।'

चीज: एक दिन छोड़कर 20 ग्राम चीज खाना आपकी वसा की जरूरत पूरा करता है। 'इसमें प्रोटीन, कैल्शियम और विटामिन बी-12 होते हैं। यह उत्पाद कैल्शियम व प्रोटीन का अच्छा स्रोत है। इसकी एक स्लाइस, एक गिलास दूध के बराबर है। चीज नहीं खाते तो सफेद मक्खन, 60 ग्राम तक घरेलू पनीर और 300 ग्राम दही खा सकते हैं।' डॉ. रुईया कम वसा वाले प्रोसेस्ड या फैट फ्री डेयरी प्रोडक्ट से परहेज की सलाह देती हैं। ये उत्पाद रसायनीकृत होते हैं व पाचन तंत्र पर दबाव डालते हैं।

रेसिपी

पुदीना पुलाव

सामग्री

- चावल: 1 कप
- पुदीना पत्ते: 2 कप
- हरी मिर्च: 3 कटी
- इमली का पेस्ट: 1 छोटा चम्मच
- प्याज बारीक कटा: 1
- तेल : 2 छोटे चमच्च
- राई: 1 छोटा चम्मच
- सफेद उड़द दाल: 1 छोटा चमच्च
- नमक: स्वाद के अनुसार

विधि

पुदीना के पत्तों को अलग कर अच्छी तरह से धो लें। अब एक मिक्सर ग्राइंडर में पुदीना के पत्ते, हरी मिर्च और इमली का पेस्ट डालें। इसे पीसकर इसका पेस्ट बना लेंगे। अब एक कढ़ाई में तेल गरम करें। इसमें राई डालकर तड़काएं और फिर इसमें प्याज डालकर भुनें। जब ये सुनहरा हो जाए तब इसमें पुदीना पेस्ट और नमक डालकर मिलाएं और 5 मिनट के लिए पकने दें। गैस बंद करें और इसमें पके हुए चावल डालें। स्वादानुसार नमक डालकर गरमा-गरम परोसे। रायता, सलाद और पापड़ के साथ इसका स्वाद लगेगा जबरदस्त।

ब्रोकली का सूप

सामग्री

- ब्रोकोली बारीक कटी हुई: एक कप
- आलू बारीक कटे हुए: 3
- लहसुन: 1 कली
- नमक: स्वाद के अनुसार
- काली मिर्च पाउडर: 1/2 टीस्पून
- मक्खन जरूरत के अनुसार
- पानी जरूरत के अनुसार

विधि

ब्रोकली का सूप बनाने के लिए सबसे पहले मीडियम आंच में एक पैन में मक्खन गर्म करें। इसके बाद ब्रोकोली, आलू और लहसुन को अच्छे से डालकर भून लें। इसके बाद पानी डालकर आलू और ब्रोकली को अच्छे से पकाते रहे, जब तक कि ये सूप की तरह नहीं हो जाता। इसके बाद सर्विंग बाउल में डालकर ऊपर से काली मिर्च पाउडर और थोड़ा सा मक्खन डालकर सर्व करें।

टाईम पास

आज का राशिफल

मेष (चू चे चो ला ली लू ले लो आ)

कल का परिश्रम आज लाभ देगा। कारोबारी काम में नवीन तालमेल और समन्वय बन जाएगा। यार-दोस्तों के साथ संझे में किए जा रहे काम में लाभ मिल जाएगा। पूर्व नियोजित कार्यक्रम सरलता से संपन्न हो जाएंगे। जोखिम से दूर रहना ही बुद्धिमानी होगी। आपके द्वारा प्रस्तुत योजना से लोग प्रभावित होंगे। शुभांक-2-4-6

वृष (इ उ ए ओ वा वी वू वे वो)

महत्त्वपूर्ण कार्य को समय पर बना लें तो अच्छा ही होगा। आय-व्यय की स्थिति समान रहेगी। कामकाज में आ रही बाधा दूर होगी। बाहरी और अंदरूनी सहयोग मिलता चला जाएगा। पर प्रपंच में ना पड़कर अपने काम पर ध्यान दीजिए। लेन-देन में आ रही बाधा को दूर करने के प्रयास सफल होंगे। शुभांक-2-4-5

मिथुन (का की कू घ ङ छ के को हा)

राजकीय कार्यों से लाभ। पैतृक सम्पत्ति से लाभ। नैतिक दायरे में रहें। मेहमानों का आगमन होगा। पुरानी गलती का पश्चाताप होगा। विद्यार्थियों को लाभ। दाम्पत्य जीवन सुखद रहेगा। व्यापार व व्यवसाय में ध्यान देने से सफलता मिलेगी। मेल-मिलाप से काम बनाने की कोशिश लाभ देगी। शुभांक-6-8-9

कर्क (ही हू हे हो डा डी डू डे डो)

आय के अच्छे योग बनेंगे। संतान की उन्नति के योग हैं। स्त्री-संतान पक्ष का सहयोग मिलेगा। आत्मचिंतन करें। मेल-मिलाप से काम बनाने की कोशिश लाभ देगी। अपने काम में सुविधा मिल जाने से प्रगति होगी। समाज में मान-सम्मान बढ़ेगा। नवीन जिम्मेदारी बढ़ने के आसार रहेंगे। शुभांक-3-6-8

सिंह (मा मी मू मे मो टा टी टू टे)

आशा और उत्साह के कारण सक्रियता बढ़ेगी। आगे बढ़ने के अवसर लाभकारी सिद्ध होंगे। कोई प्रिय वस्तु अथवा नवीन वस्त्राभूषण प्राप्त होंगे। सभा-गोष्ठियों में मान-सम्मान बढ़ेगा। धार्मिक आस्थाएं फलीभूत होंगी। माता पक्ष से विशेष लाभ। पुराने मित्र से मिलन होगा। विवाद को टालें। शुभांक-3-5-7

कन्या (टो पा पी पू ष ण ठ पे पो)

कामकाज की व्यस्तता से सुख-आगम प्रभावित होगा। मानसिक एवं शारीरिक शिथिलता पैदा होगी। हितैषी समझे जाने वाले ही पीठ पीछे नुकसान पहुंचाने की कोशिश करेंगे। कुछ कार्यक्रम बदलने होंगे। आवेग में आकर किये गए कार्यों का प्लान, अवसाद रहेगा। बाहरी सहयोग की अपेक्षा रहेगी। शुभांक-1-4-6

तुला (रा री रु रे रो ता ती तू ते)

अपना काम दूसरों के सहयोग से पूरा होगा। आलस्य का त्याग करें। कारोबारी काम में नवीन तालमेल और समन्वय बन जाएगा। साझे में किए जा रहे काम में लाभ मिल जाएगा। पूर्व नियोजित कार्यक्रम सरलता से संपन्न हो जाएंगे। भाई-बहनों का प्रेम बढ़ेगा। आशा और उत्साह के कारण सक्रियता बढ़ेगी। शुभांक-4-7-8

वृश्चिक (तो ना नी नू ने नो य यी यू)

धातुपक्ष में विरोध होने की संभावना है। जोखिम से दूर रहना ही बुद्धिमानी होगी। ले देकर की जा रही काम की कोशिश ठीक नहीं। दिमाग में निर्मूल तर्क-कुतर्क पैदा होंग। महत्वपूर्ण कार्य को समय पर बना लें तो अच्छा ही होगा। स्वास्थ्य मध्यम रहेगा। व्यापार में स्थिति नरम रहेगी। शुभांक-2-5-7

धनु (ये यो भा भी भू धा फा ढा भे)

कहीं रुका हुआ पैसा वसूलने में मदद मिल जाएगी। व्यर्थ प्रपंच में समय नहीं गंवाकर अपने काम पर ध्यान दीजिए। कार्यक्षेत्र में आगे बढ़ने में रुकावट का एहसास होगा। विरोधियों के सक्रिय होने की संभावना है। शुभ कार्यों में अड़चनें और परिवार के बुजुर्ग-जनों से मतभेद रहेगा। शुभांक-3-6-8

मकर (भे जा जी खी खू ख खो गा गी)

जमीन जायदाद का लाभ भी हो सकता है। श्रम साध्य कार्यों में सफल होंगे। आवास, मकान तथा वाहन की सुविधाएं मिलेंगी। कर्ज तथा रोगों से मुक्ति भी संभव है। नियोजित धन से लाभ होने लगेगा। घर के सदस्य मदद करेंगे और साथ ही आर्थिक बदहाली से भी मुक्ति मिलने लगेगी। शुभांक-3-5-7

कुंभ (गू गे गो सा सी सू से सो दा)

कल का परिश्रम आज लाभ देगा। लेन-देन में अस्पष्टता ठीक नहीं। बड़े घाटे से कुछ राहत मिलने लगेगी। दवा-दारू में ज्यादा खर्च होगा। व्यापार व व्यवसाय में स्थिति उत्तम रहेगी। नौकरी में पदोन्नति की संभावना है। चापलूस मित्रों से सावधानी रखें तो ज्यादा उत्तम है। व्यापार में स्थिति नरम रहेगी। शुभांक-3-5-7

मीन (दी दू थ झ ञ दे दो चा ची)

संतोष रखने से सफलता मिलेगी। नौकरी में स्थिति सामान्य ही रहेगी। शैक्षणिक क्षेत्र में उदासीनता रहेगी। बुद्धि, बल व पराक्रम सफल होगा। व्यापार में वृद्धि व उत्तम लाभ मिलेगा। नौकरी क्षेत्र में कुछ उलझनें रहेंगी। यश-प्रतिष्ठा में वृद्धि व शिक्षा में परेशानी आ सकती है। इच्छित कार्य सफल होंगे। शुभांक-3-5-7

लॉफिंग ज़ोन

मम्मी(श्याम से)- तुम रो क्यों रहे हो ?

श्याम- मेरे मास्टर जी बहुत बीमार थे, वह....

मम्मी- क्या वे मर गए?

श्याम- नही, वे ठीक हो गए है, कल से स्कूल आने वाले है।

□ □ □

अध्यापक- मोहन, आज तुमने कौन सा अच्छा काम किया ?

मोहन- सर, आज मैंने व चार अन्य लडकों ने मिलकर एक बुढिया को सडक पार करवाई।

अध्यापक- शाबास, पर पांच लडकों की जरूरत क्यों पडी ?

मोहन- क्योंकि वह बुढिया सडक के पार जाना ही नही चाहती थी।

□ □ □

दांतो का डॉक्टर- तुम पहले क्या सुनना चाहोंगे, अच्छी खबर या बुरी खबर?

मरीज- अच्छी खबर।

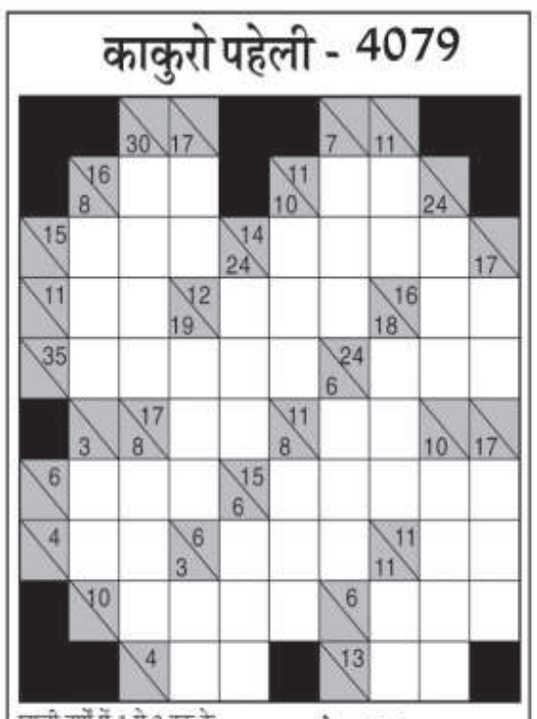
डॉक्टर- तुम्हारे दांत बिल्कुल ठीक है।

मरीज- तो फिर बुरी खबर क्या है ?

डाक्टर- तुम्हारे मसूडे इतने खराब हो चुके है, कि मुझे तुम्हारे सारे दांत निकालने पडेंगे।

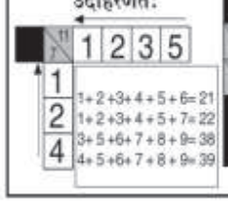
□ □ □

काकुरो पहेली - 4079



खाली वर्गों में 1 से 9 तक के अंक लिखकर नीचे से ऊपर व दाएं से बाएं की जोड़ हल्के रंग के आधे वर्ग की संख्या से मेल खानी चाहिए.किसी भी अंक का उस जोड़ में पुनः उपयोग नहीं किया जा सकता.

उदाहरणतः



काकुरो -4078 का हल

फिल्म वर्ग पहेली- 4079

बायें से दायें:-

१. सैफ, चंद्रचूड़ प्रीति की 'इसे खेल ना समझो' गीत वाली फिल्म-१,३
४. 'एक लड़की जिसके' गीत वाली संजय दत्त, जैकी, रवीना की फिल्म-२
६. गोविंदा, रवीना टंडन की 'सासूजी थारे लक्ष' गीत वाली फिल्म-३
७. 'हम दिल दे चुके सनम' में सलमान की माँ की भूमिका किसने की थी-३
८. ऋषि कपूर, जूही चावला वाली फिल्म 'दरार' में सहनायक कौन था-४
१०. 'रंग दे रंग दे' गीत वाली फिल्म 'तक्षक' के संगीत निर्देशक कौन हैं-४
१४. राजकुमार, जीतेंद्र की फिल्म 'मेरे हुजूर' की नायिका कौन थी-२
१५. 'दिल है तुम्हारा' में अर्जुन रामपाल के किरदार का क्या नाम है-२
१६. राजेंद्रकुमार, बी. सरोजादेवी की 'जाना तुम्हारे प्यार में' गीत वाली फिल्म-४
१९. 'इस टूटे दिल' गीत वाली अनिल, अक्षय, ऐश्वर्या की फिल्म-२
२०. अक्षयकुमार, करिश्मा की 'माथे पे चमके इसके' गीत वाली फिल्म-४
२२. 'सोला किये थे' गीत वाली मिथुन, शिल्पा शिरोडकर की फिल्म-४
२४. आमिर खान, माधुरी की 'मुझे नींद न आये' गीत वाली फिल्म-२
२५. नाना पाटेकर, जैकी श्रॉफ, कुमार गौरव, जावेद, जूही की फिल्म-२
२६. राजकपूर, दिलीपकुमार की 'उठाये जा उनके' गीत वाली फिल्म-३
२७. 'ओ मेरे सनम ओ मेरे सनम' गीत वाली फिल्म-३
२८. राजेंद्रकुमार, माला सिन्हा की 'जिसके सपने हमें रोज' गीत वाली फिल्म-२
२९. 'जाने क्या होगा रामा रे' गीत वाली फिल्म-२

ऊपर से नीचे:-

२. आफताब, लिसा रे की 'कितना बेचैन हो के' गीत वाली फिल्म-३
३. 'तेरे बिना मैं कुछ' गीत वाली मिथुन, अतुल अग्निहोत्री, पूजा भट्ट की फिल्म-३
४. अमिताभ, जया भादुड़ी की 'यारी है ईमान मेरा' गीत वाली फिल्म-३
५. 'बोल गोरी बोल तेरा कौन पिया' गीत वाली सुनीलदत्त, नूतन की फिल्म-३
७. फिल्म 'रजिया सुल्तान' में शीर्षक भूमिका किसने की थी-२
८. अमिताभ, जया भादुड़ी की 'मौत ना मिला रे मन का' गीत वाली फिल्म-४
९. संजय दत्त, इंद्रकुमार, मनीषा की फिल्म-२
११. शॉवर अली, तरूण अरोड़ा, मेघना की 'तेरी चाहत में' गीत वाली फिल्म-३
१२. राजेश खन्ना, शबाना की 'चली बुलावा आया है' गीत वाली फिल्म-४
१३. सनी, रजनीकांत, श्रीदेवी की फिल्म-४
१७. अजय, अक्षय, करिश्मा, नगमा की 'शाबा ये नखरा' गीत वाली फिल्म-३
१८. 'ये मेरा दिल यार का दीवाना' गीत वाली अमिताभ, जीनत की फिल्म-२
२०. सनी, तब्बू, रीमा सेन की फिल्म-२
२१. 'दिल का तोहफा लाई हूँ' गीत वाली फिल्म-४
२२. आयशा, दिव्या भारती, कमल सदाना की 'तेरे मुहब्बत' गीत वाली फिल्म-२
२३. 'ये काली काली आँखें' गीत वाली फिल्म-४
२४. सनी, बॉबी, उर्मिला की फिल्म-३

फिल्म वर्ग पहेली- 4078

सूडोकु -4079

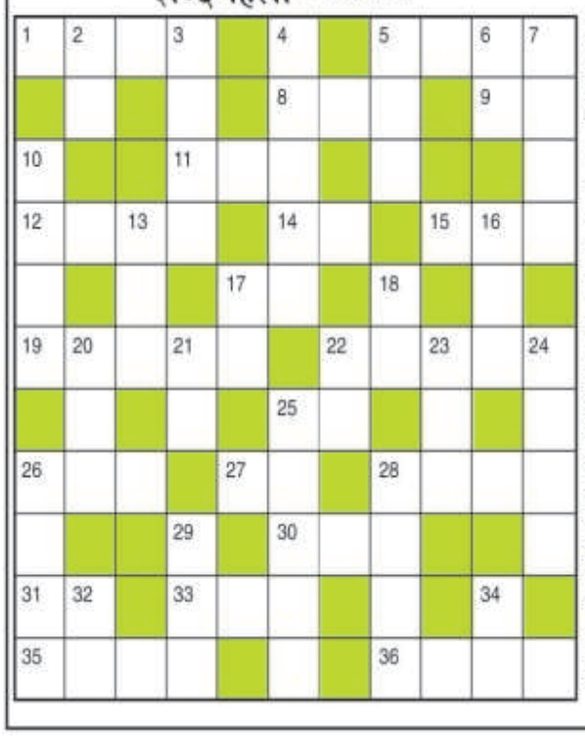
2	9		3	1			8	
3	6		2		7		9	
		7			6		2	1
	7		1					
1	3			4			7	2
					5		4	
6	2		4			9		
	5		6		9		1	8
	1			5	3		6	4

- प्रत्येक पंक्ति में 1 से 9 तक के अंक भरे जाने आवश्यक हैं.
- प्रत्येक आड़ी और खड़ी पंक्ति में एवं 3×3 के वर्ग में किसी भी अंक की पुनरावृत्ति न हो इसका विशेष ध्यान रखें.
- पहले से मौजूद अंकों को आप हटा नहीं सकते.
- पहेली का केवल एक ही हल है.

सूडोकु -4078 हल

3	9	7	5	1	4	6	8	2
1	2	8	6	9	3	4	5	7
6	4	5	2	8	7	1	3	9
5	7	3	4	6	9	2	1	8
2	1	9	7	5	8	3	4	6
4	8	6	3	2	1	7	9	5
9	3	2	8	4	6	5	7	1
7	6	1	9	3	5	8	2	4
8	5	4	1	7	2	9	6	3

शब्द पहेली - 4079



बाएँ से दाएँ

1.चिकित्सा,इलाज-4
5.पैतृक संपत्ति-4
8.बलवा,क्रांति-3
9.निम्न-2
11.सुअर,शूकर-3
12.चौबीसवें तीर्थंकर-4
14.केश-2
15.मुनाफा,अर्जित-3
17.मैदे की रोटी-2
19.मनोहर,आकर्षक-5
22.अनासक्ति,निर्विकारता-5
25.पानी,नीर-2
26.सूखा,दुष्काल-3
27.कांटा,कंटक-2
28.शांति,ध्वनिहीनता-4
30.तीक्ष्ण,तेजस्वी-3
31.लाख,गोंद-2
33.मधुक,महुआ-3
35.हृदयगति,स्पंदन-4
36.अनुक्रम,निरंतरता लयबद्ध-4

ऊपर से नीचे

2.पंख,पराया-2
3.राम का एक नाम-4
4.संरक्षक,देखरेख करने वाला,मुहाफिज-5
5.वियोग,जुदाई-3
6.गलत का विलोम-2
7.एकांतता,अकेलापन-4
10.मरियल,निर्बल-4
13.'क्योंकि सास भी कभी बहु थी' में तुलसी इस परिवार की बहु है-3
16.मक्खन-3
17.रिश्ता-2
18.लाश-3
20.माला का मोती-3
21.यमराज-2
22.ललाट-2
23.ताप वर्धक-3
24.विदिर्ण-2.2
25.पानी का बहना-5
26.जुर्म,गुनाह-4
28.रसहीनता-4
29.प्रणाम,नमस्कार-3
32.लड़ी,श्रृंखला-2
34.दोस्त,सखा-2

शब्द पहेली 4078 का हल

गुजरात : सूरत में सेप्टिक टैंक की सफाई के दौरान बडा हादसा, दम घुटने से ४ मजदूरों की मौत

सूरत. (एजें) ८ जून : गुजरात में रविवार ७ जून को बडा हादसा हो गया. सूरत में एक आभूषण वाली कंपनी में ४ मजदूरों की मौत हो गई. ये मजदूर सेप्टिक टैंक की सफाई करने उतरे थे. दम घुटने से मजदूरों की मौत हो गई. पुलिस ने शवों को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है.

सूरत के अश्विनी कुमार इलाके में एक आभूषण कंपनी में ईटीपी टैंक की सफाई के दौरान गैस रिसाव के कारण ४ लोगों की मौत हो गई. पुलिस ने मामला दर्ज कर लिया है. सूरत के जोन-१ के डीसीपी आलोक कुमार ने बताया कि गहने धोने का अपशिष्ट पदार्थ सेप्टिक टैंक में जाता है, जिसकी नियमित सफाई की जाती है ताकि जमा हुआ कीचड साफ हो सके. यह सफाई हर दो महीने में की जाती है. आज सुबह चार लोगों की एक टीम सफाई करने वहां गई थी.

डीसीपी ने बताया कि सफाई के दौरान एक व्यक्ति टैंक में गिर गया और उसे बचाने गए अन्य मजदूर भी गिर गए. कुल ४ लोगों की मौत हो चुकी है. हम फिलहाल आकस्मिक मृत्यु का मामला दर्ज कर रहे हैं. पुलिस ने हादसे की जांच शुरू कर दी है. शुरुआती जांच में डीसीपी ने कहा कि सीसीटीवी फुटेज की प्रारंभिक जांच में किसी भी आवश्यक सुरक्षा उपकरण की मौजूदगी नहीं दिखी है. यह घटना सुबह तडके हुई जब वे सफाई करने वहां गए थे. उनके पास कीचड को संभालने और हटाने के लिए आवश्यक उचित उपकरण नहीं थे, जिसके कारण यह घटना घटी.

पुलिस ने बताया कि प्रथम दृष्ट्या, रासायनिक विषाक्तता मौत का कारण प्रतीत होती है, क्योंकि ऐसे मामलों में दम घुटने से होने वाली अचानक मौतों में अक्सर रासायनिक विषाक्तता शामिल होती है. हालांकि, डॉक्टर की पोस्टमार्टम रिपोर्ट से मौत के कारण की पुष्टि होने तक हम निश्चित रूप से कुछ नहीं कह सकते.

डोनाल्ड ट्रंप को एक और झटका, अमेरिका को AI में टॉप पर पहुंचाने वाले भारतीय मूल के श्रीराम कृष्णन ने दिया इस्तीफा

नई दिल्ली (एजें) ८ जून : ट्रंप प्रशासन में सबसे चर्चित भारतीय-अमेरिकी टेक्नोलॉजी सलाहकारों में से एक श्रीराम कृष्णन व्हाइट हाउस से अपनी जॉब छोडने वाले हैं. पिछले १८ महीनों से वो आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (अख) रणनीति बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे थे.

सोशल मीडिया पर पोस्ट कर उन्होंने कहा कि वो कुछ समय का ब्रेक लेंगे और उसके बाद अमेरिका के सामने मौजूद अख से जुडी बडी चुनौतियों पर काम करेंगे. उन्होंने कहा कि मैं इस महीने के आखिर में व्हाइट हाउस में अपनी भूमिका छोड.रहा हूं. कुछ टाइम बाद अमेरिका के सामने अख से जुडी बडी चुनौतियों को हल करने में मदद करूंगा. कृष्णन ने ट्रंप सरकार में अपनी सेवा को 'जीवन का सबसे बडा सम्मान' बताया और कहा कि राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के अंडर काम करना मेरे लिए गर्व की बात रही है.

कृष्णन ने व्हाइट हाउस के अख और क्रिप्टो सलाहकार डेविड सैक्स का भी आभार जताया. उन्होंने कहा कि अख में अमेरिका को आगे बनाए रखने के लिए उनकी लगातार पैरवी बेहद महत्वपूर्ण रही है और आगे भी रहेगी. कृष्णन ने कहा कि उन्होंने अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अमेरिका के अख हितों को बढावा देने में अहम भूमिका निभाई है. इसके लिए उन्होंने कई अख सम्मेलनों और कूटनीतिक बैठकों में भाग लिया. उन्होंने कहा कि हमने अपने सहयोगी देशों के साथ अमेरिकी अख तकनीक और सिस्टम को बढावा दिया. इसके लिए फ्रांस और भारत में हुए अख सम्मेलनों, ब्रिटेन और मध्य पूर्व की सरकारी यात्राओं समेत कई कार्यक्रमों में भाग लिया गया.

AI की तेजी से बढती दुनिया में कई चुनौतियां- कृष्णन-कृष्णन ने ये भी कहा कि अख की तेजी से बढती दुनिया कई नई चुनौतियां लेकर आ रही है. पिछले १८ महीनों में मुझे अख से जुडे.उस महत्वपूर्ण दौर को बहुत करीब से देखने का मौका मिला है, जिसका सामना अमेरिका और उसके सहयोगी देश कर रहे हैं. चाहे बात ऊर्जा की हो, डेटा सेंटरों की हो या आम अमेरिकियों तक AI के फायदे पहुंचाने की, हमारे सामने कई कठिन चुनौतियां हैं, जिन्हें मिलकर सुलझाना होगा.कृष्णन ने कहा कि अब वह ऐसे संस्थान बनाने पर ध्यान देंगे जो अमेरिका और उसके सहयोगी देशों को इन चुनौतियों से निपटने में मदद कर सके. उनकी घोषणा पर प्रतिक्रिया देते हुए डेविड सैक्स ने कृष्णन के योगदान की जमकर तारीफ की और कहा कि वह सरकार से बाहर रहने के बावजूद प्रशासन को सलाह देते रहेंगे. सैक्स ने कहा कि पिछले १८ महीनों में आपके साथ इतनी नजदीकी से काम करना मेरे लिए बडे.सम्मान की बात रही है. उन्होंने आगे कहा कि अख की गहरी तकनीकी समझ, नीतियों की बेहतरीन जानकारी, शानदार रणनीतिक सोच और कूटनीतिक कौशल इन सबका ऐसा मेल बहुत कम लोगों में देखने को मिलता है.

बांग्लादेश बॉर्डर पर अचानक फैली सनसनी, रातोंरात गायब हो गए ४० बांग्लादेशी, BSF-बीजेबी में टकराव

कोलकाता (एजें) ८ जून : पश्चिम बंगाल में सुवेंदु अधिकारी के नेतृत्व वाली बीजेपी सरकार आने के बाद अवैध रूप से रह रहे बांग्लादेशी नागरिकों को वापस भेजने की प्रक्रिया तेज कर दी गई है. इसी बीच केंद्र सरकार ने भी ढाका से संदिग्ध अवैध प्रवासियों की नागरिकता सत्यापन प्रक्रिया में तेजी लाने का आग्रह किया है, ताकि निर्वासन की कार्रवाई आगे बढाई जा सके. सीमा पर बढती गतिविधियों को देखते हुए BSF ने

भारत-बांग्लादेश सीमा पर निगरानी और गश्त भी बढा दी है. फिलहाल दोनों देशों की सीमा एजेंसियां हालात पर करीबी नजर बनाए हुए हैं. भारत और बांग्लादेश के बीच अवैध प्रवासियों का मुद्दा एक बार फिर चर्चा में है. पश्चिम बंगाल से सटी भारत-बांग्लादेश सीमा पर सीमा सुरक्षा बल (BSF) और बॉर्डर गार्ड बांग्लादेश (इत्रइ) के बीच कई स्थानों पर तनाव देखा जा रहा है. यहां शुक्रवार से सीमा के जीरो पॉइंट पर फंसे करीब ४० बांग्लादेशी नागरिक रातोंरात गायब हो गए, जिसके बाद दोनों देशों की सीमा पर बना गतिरोध समाप्त हो गया.सबसे ज्यादा तनाव कूचबिहार जिले के मेखलीगंज क्षेत्र के पनिशाला इलाके में पिलर नंबर-१३४ के पास देखने को मिला. यहां १० लोग सीमा के जीरो पॉइंट पर फंसे हुए थे. BGB ने उन्हें स्वीकार करने से इनकार कर दिया था और दावा किया था कि भारत की ओर से उन्हें 'अवैध रूप से वापस भेजने' की कोशिश की जा रही है.

बीजेबी ने ठुकराया फ्लैग मीटिंग का ऑफर ०टाइम्स ऑफ इंडिया की रिपोर्ट के मुताबिक, बीएसएफ ने इस मुद्दे को सुलझाने के लिए फ्लैग मीटिंग का प्रस्ताव रखा था, लेकिन बीजेबी ने इसे स्वीकार नहीं किया. कई घंटों तक चली तनातनी और शनिवार तडके हुई तीखी बहस के बाद हालात बदले और बाद में ये सभी लोग बांग्लादेशी क्षेत्र में लौट गए.इसी तरह की स्थिति कूचबिहार के सीतलकुची और दिनहाटा तथा जलपाईगुडी के सकाती क्षेत्र में भी देखने को मिली. इन इलाकों में महिलाएं और बच्चे समेत करीब ३० अन्य बांग्लादेशी नागरिक शुक्रवार तक सीमा पर फंसे हुए थे, लेकिन शनिवार सुबह तक वे भी वहां से गायब हो चुके थे.उधर पश्चिम बंगाल और असम में अवैध बांग्लादेशी नागरिकों के खिलाफ कार्रवाई तेज होने के बीच भारत सरकार ने ढाका से २,८६० लोगों की नागरिकता की पुष्टि करने का अनुरोध किया है, ताकि सत्यापन के बाद उन्हें बांग्लादेश भेजा जा सके.

विदेश मंत्रालय के प्रवक्ता रणधीर जायसवाल ने बताया कि भारत ने बांग्लादेश सरकार को ऐसे २,८६० लोगों की लिस्ट सौंपी है, जिनके बारे में आशंका है कि वे बांग्लादेशी नागरिक हैं और वर्तमान में भारत में रह रहे हैं. हालांकि अब तक ढाका की ओर से इस संबंध में कोई आधिकारिक जवाब नहीं मिला है.यह घटनाक्रम ऐसे समय सामने आया है जब पश्चिम बंगाल में नई सरकार बनने के बाद अवैध प्रवासियों की पहचान और निर्वासन की प्रक्रिया को तेज किया गया है. सरकार ने 'डिटेक्ट, डिलीट और डिपोर्ट' नीति के तहत कार्रवाई शुरू की है. सूत्रों के मुताबिक अब तक करीब ४०० संदिग्ध बांग्लादेशी नागरिकों को हिरासत केंद्रों में रखा गया है.हाल के हफ्तों में भारत-बांग्लादेश सीमा पर बडी संख्या में ऐसे लोगों की आवाजाही भी देखी गई है, जिनके बारे में दावा किया जा रहा है कि वे अवैध रूप से भारत में रह रहे थे और अब सीमा क्षेत्रों की ओर लौट रहे हैं.मई में भी उठाया गया था मुद्दाइंडियन एक्सप्रेस की रिपोर्ट में सूत्रों के हवाले से बताया गया है कि भारत ने मई की शुरुआत में भी बांग्लादेश के सामने अवैध प्रवासियों का मुद्दा उठाया था. उस समय नई सरकार के गठन के बाद भारत ने उम्मीद जताई थी कि नागरिकता सत्यापन की प्रक्रिया में तेजी लाई जाएगी ताकि निर्वासन की कार्रवाई सुचारू रूप से आगे बढ.सके. इसी दौरान बांग्लादेश के विदेश मामलों से जुडे.अधिकारियों ने भी संकेत दिया था कि यदि सीमा पर जबरन लोगों को भेजने जैसी घटनाएं होती हैं तो ढाका इस मुद्दे को गंभीरता से उठाएगा. अधिकारियों के मुताबिक, अवैध प्रवासन का मुद्दा दोनों देशों के बीच विभिन्न द्विपक्षीय बैठकों में लगातार उठाया जा रहा है. गृह सचिव स्तर की वार्ताओं में भी यह प्रमुख विषय बना हुआ है.अधिकारियों का कहना है कि सीमा के संवेदनशील हिस्सों में बाड.लगाने का काम जारी है. साथ ही, सीमा पार होने वाली आपराधिक गतिविधियों और अवैध आवाजाही को रोकने के लिए निगरानी बढा दी गई है.भारत का कहना है कि नागरिकता सत्यापन की प्रक्रिया पूरी होते ही संबंधित लोगों को कानूनी प्रक्रिया के तहत उनके देश वापस भेजा जाएगा. अब निगाहें बांग्लादेश की प्रतिक्रिया पर टिकी हैं, क्योंकि ढाका की पुष्टि के बिना निर्वासन की प्रक्रिया आगे बढना मुश्किल है.

७३ साल की दादी को ठेले पर लिटाकर बैंक पहुंचा: दादी का पैर टूटा है; मैनेजर बोला था, साथ लेकर आओ, तब पेंशन मिलेगी

नई दिल्ली (एजें) ८ जून : फर्रुखाबाद में पोता अपनी ७३ साल की दादी को ठेले पर लिटाकर बैंक पहुंचा। बुजुर्ग महिला ठेले पर छाता लेकर लेटी हुई थीं। बेटा ठेला खींच रहा था और पोता साथ-साथ चल रहा था।पोते ने बताया- दादी को बैंक ले जा रहे हैं। इनका पैर टूटा है। बैंक मैनेजर ने कहा कि साथ लेकर आओ, अंगूठा लगाने के बाद ही पैसे निकलेंगे। घटना फतेहगढ.इलाके की है। गुरुवार को पोता अपनी दादी को बैंक लेकर पहुंचा था। शनिवार को इसका वीडियो सामने आया।फतेहगढ.मोहल्ले के हाथी खान में किशन प्यारी अपने बेटे संजीव पाल के साथ रहती हैं। संजीव पाल ठेले से दुलाई का काम करते हैं। उनका बेटा मनु पाल सिंगर है। यूट्यूब पर अपने गानों के वीडियो अपलोड करता है। किशन प्यारी के पति बिजली विभाग में तैनात थे। २६ साल पहले उनकी मौत हो गई थी। तब से किशन प्यारी पेंशन ले रही हैं।एक सप्ताह पहले किशन प्यारी का पैर टूट गया था। वह चल-फिर नहीं सकतीं। शनिवार को एक वीडियो सामने आया, जिसमें किशन प्यारी के बेटा और पोता उन्हें ठेले पर लादकर ले बैंक ले जा रहे थे। किशन प्यारी टूटे हुए पैर के साथ ठेले

पर छाता लगाए लेटी थीं। वो दर्द से कराह रही थीं।तेज धूप के चलते उनका गला सूख रहा था। बीच-बीच में उन्हें बोतल से पानी पिलाया जा रहा था। पोते मनु पाल ने बताया कि गुरुवार (४ जून) को वह बैंक गए थे। उन्होंने अपनी दादी की समस्या बताई। मनु पाल का आरोप है कि बैंककर्मियों ने उनकी बात को गलत तरीके से लिया। उनके साथ बदतमीजी की।किशन प्यारी ने धूप से बचने के लिए खुद छाता पकड.रखा था।

मनु ने बताया- इन्हें बैंक ले जा रहे हैं। रविवार (३१ मई) को इनका एक्सीडेंट हुआ था। पैर टूटा है इनका। बैंक मैनेजर कह रहे थे कि खुद लेकर आओ। अंगूठा लगाने के बाद ही पैसे निकलेंगे। जिद कर रहे थे कि लेकर आओ, उन्हें देखकर ही पैसे निकाल पाएंगे। हम बैंक जा रहे हैं। एम्बुलेंस भी बुक नहीं हो रही थी। कार में इनका पैर आ नहीं रहा था, तो हमें इस हाल में ले आना पड़ा। आरबीआई की गाइडलाइन के अनुसार, ७० साल से ज्यादा उम्र के बुजुर्ग जो बैंक नहीं आ सकते। उनके घर जाकर बैंक कर्मचारी कार्रवाई पूरी कर सकते हैं।

बैंक मैनेजर प्रवेश कुमार वर्मा ने बताया- उन लोगों को कहा गया था कि अगर खाताधारक को लाने की स्थिति हो तो उन्हें बैंक ले आएं। किसी कर्मचारी के माध्यम से बाहर ही भुगतान की व्यवस्था कर दी जाएगी।खाताधारक का पैर टूटा होने की जानकारी मिलने पर उनसे एक-दो दिन इंतजार करने के लिए कहा गया था। साथ ही आश्वासन दिया गया था कि जरूरत पडने पर किसी कर्मचारी को घर भेजकर भुगतान की प्रक्रिया पूरी करा दी जाएगी।इस तरह के तीन से चार मामले हर महीने सामने आते हैं। बैंक ऐसे मामलों में आवश्यक प्रक्रिया पूरी कर भुगतान कराता है। उन्होंने कहा कि अगर वो लोग दोबारा मिलेंगे, तो उनसे बातचीत कर जानकारी ली जाएगी कि उस दिन ऐसी स्थिति क्यों बनी थी? -

रक्तदान से बचती हैं अनमोल जिंदगियां, रक्तदान स्वास्थ्य के लिए भी लाभदायक : डॉ. शबनम बहर

प्रे.सं.शिलचर, ८ जून : विश्व रक्तदाता दिवस के उपलक्ष्य में १४ जून २०२६ को आयोजित होने वाले प्रस्तावित मेगा रक्तदान शिविर की तैयारियों एवं सफल आयोजन को सुनिश्चित करने हेतु रविवार सायं जैन भवन, सिलचर में एक महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की गई।

बैठक में मारवाडी सम्मेलन, सिलचर शाखा के पदाधिकारियों, रक्तदान उपसमिति एवं आयोजन समिति के सदस्यों के साथ-साथ सहयोगी संस्थाओंमारवाडी सम्मेलन महिला शाखा, रोटरी क्लब ऑफ ग्रीनलैंड, मारवाडी युवा मंच, मारवाडी युवा मंच टाइटन्स एवं मारवाडी युवा मंच समृद्धि शाखा के चयनित पदाधिकारियों एवं आमंत्रित सदस्यों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। बैठक की अध्यक्षता मारवाडी सम्मेलन, सिलचर शाखा के अध्यक्ष श्री जय कुमार बरडिया ने की।

बैठक में मेगा रक्तदान शिविर के सफल, सुव्यवस्थित एवं प्रभावी संचालन के लिए रक्तदाताओं के पंजीकरण, जन-जागरूकता अभियान, प्रचार-प्रसार, स्वयंसेवकों की जिम्मेदारियों, व्यवस्था प्रबंधन तथा अन्य आवश्यक व्यवस्थाओं पर मंत्री प्रकाश चंद सुराना एवं शिविर के संयोजक निशांत जैन ने विस्तारपूर्वक चर्चा की । उपस्थित सदस्यों ने शिविर को अधिकाधिक सफल बनाने हेतु अपने बहुमूल्य सुझाव भी प्रस्तुत किए।

बैठक का प्रमुख आकर्षण कछार कैंसर हॉस्पिटल ब्लड सेंटर की निदेशक डॉ. शबनम बहर का प्रेरणादायक संबोधन रहा। अपने उद्बोधन में उन्होंने कहा कि ङरक्तदान केवल किसी जरूरतमंद को जीवनदान देने का माध्यम ही नहीं, बल्कि स्वयं रक्तदाता के स्वास्थ्य के लिए भी लाभकारी है।ङ उन्होंने बताया कि नियमित अंतराल पर रक्तदान करने से शरीर में नए रक्त कोशिकाओं के निर्माण को प्रोत्साहन मिलता है, रक्त संचार बेहतर होता है तथा स्वास्थ्य परीक्षण के माध्यम से व्यक्ति अपने स्वास्थ्य की स्थिति के प्रति भी जागरूक रहता है।डॉ. बहर ने कहा कि दुर्घटनाओं, जटिल ऑपरेशनों, कैंसर उपचार, थैलेसीमिया एवं अन्य गंभीर बीमारियों से पीडति मरीजों के लिए रक्त की निरंतर आवश्यकता बनी रहती है। ऐसे में प्रत्येक स्वस्थ व्यक्ति का रक्तदान अनेक लोगों के जीवन में आशा की किरण बन सकता है। उन्होंने समाज के युवाओं एवं स्वस्थ नागरिकों से नियमित रूप से रक्तदान करने की अपील की तथा इसे मानवता की सबसे बडी सेवाओं में से एक बताया।मारवाडी सम्मेलन, सिलचर शाखा एवं सहयोगी संस्थाओं ने समाज के सभी स्वस्थ एवं योग्य नागरिकों से आगामी १४ जून २०२६ को आयोजित मेगा रक्तदान शिविर में बढ-चढक़र भाग लेने तथा मानव सेवा के इस पुनीत कार्य में अपना अमूल्य योगदान देने का आह्वान किया।बैठक का समापन सभी सदस्यों के सहयोग, सहभागिता एवं सफल आयोजन के प्रति प्रतिबद्धता के लिए धन्यवाद ज्ञापन के साथ हुआ।

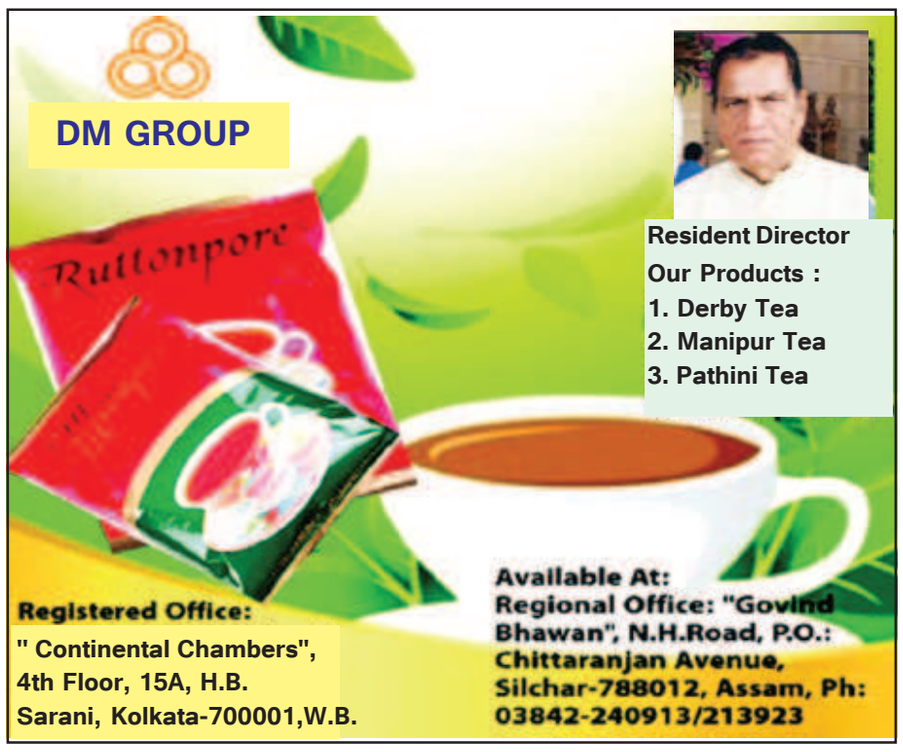
फिर महंगी हुई एलपीजी, २९ रुपये कीमत बढी, ३ माह के अंदर दूसरी बार बढे रेट

नई दिल्ली. (एजें) ८ जून : देश में ७ जून से घरेलू रसोई गैस (एलपीजी) सिलेंडर की कीमत में २९ रुपये की बढोतरी कर दी गई है. पिछले तीन महीनों के भीतर रसोई गैस सिलेंडर के दामों में यह दूसरी बढोतरी है. इससे पहले बीते ७ मार्च को सिलेंडर की कीमतों में ६० रुपये का तगडा इजाफा किया गया था. आज की वृद्धि के बाद देश की राजधानी दिल्ली में १४.२ किलोग्राम वाले घरेलू गैस सिलेंडर की कीमत ९१३ रुपये से बढक़र अब ९४२ रुपये हो गई है.विशेषज्ञों के मुताबिक, पश्चिम एशिया में बढते भू-राजनीतिक तनाव और वैश्विक ऊर्जा बाजार में आई उथल-पुथल के कारण अंतरराष्ट्रीय स्तर पर ईंधन की कीमतों में जो तेजी आई है, उसी का खामियाजा अब घरेलू उपभोक्ताओं को भुगतना पड.रहा है.एलपीजी सिलेंडर पर राज्यों और शहरों के हिसाब से अलग-अलग लोकल टैक्स और ट्रांसपोर्टेशन कॉस्ट लगती है, जिसकी वजह से हर शहर में इसके रेट अलग होते हैं. यदि मेट्रो शहरों की बात करें, तो इस २९ रुपये की ताजा बढोतरी से दिल्ली में सिलेंडर का भाव ९४२ रुपये, मुंबई में ९४१.५० रुपये, कोलकाता में ९६८ रुपये और चेन्नई में ९५७.५० रुपये है.

मई में पूर्वोत्तर सीमांत रेलवे ने १०३४ माल रेक किए अनलोड

गुवाहाटी, ०८ जून (हि.स.)। पूर्वोत्तर सीमांत रेलवे (पूसीरे) ने मई २०२६ में माल परिवहन के क्षेत्र में अपना शानदार प्रदर्शन जारी रखा और अनलोडिंग गतिविधियों में एक उल्लेखनीय उपलब्धि हासिल की। इस महीने के दौरान, पूरे जोन में मालगाडियों के १०३४ रेक अनलोड किए गए, जो वित्त वर्ष २०२६-२७ के लिए जोन की एक मजबूत शुरुआत को दर्शाता है।पूसीरे के सीपीआरओ कर्पिंजल किशोर शर्मा ने रविवार को बताया कि पूरे महीने, पूसीरे ने खाद्यान्न, खाद्य वस्तुएं, उर्वरक, चीनी, एसएनटीपी-कोयला, नमक, टैंक और अन्य सामग्रियों जैसे जरूरी और औद्योगिक सामग्रियों कानिर्बाध परिवहन सुनिश्चित किया। इन सामग्रियों को अपने क्षेत्राधिकार के विभिन्न गुड्स शेडों पर कुशलतापूर्वक हैंडल किया गया, जिससे समय पर आपूर्ति और परिचालन विश्वसनीयता बनी रही।माल परिवहन का एक महत्वपूर्ण हिस्सा पूर्वोत्तर राज्यों की जरूरतों को पूरा करने के लिए था। असम में सबसे अधिक ५५७ रेक अनलोड किए गए, जिनमें २७१ रेक अति आवश्यक सामग्रियों और २८६ रेक आवश्यक सामान के थे। इससे सार्वजनिक वितरण प्रणाली, औद्योगिक गतिविधियों और रोजमर्रा की उपभोक्ता जरूरतों को पूरा करने में रेलवे की अहम भूमिका उजागर हुई है। इसी दौरान, त्रिपुरा में ७४ रेक, नागालैंड में ३४ रेक, मणिपुर में २० रेक, अरुणाचल प्रदेश में १० रेक, मिजोरम में ८ रेक और मेघालय में एक रेक अनलोड किए गए।इसके अलावा, पश्चिम बंगाल में १९६ रेक और बिहार में १३४ रेक अनलोड किए गए। इनमें अति आवश्यक और आवश्यक दोनों प्रकार की सामग्रियां शामिल थे, जिससे पूरे इलाके में आपूर्ति श्रृंखला, व्यापार कनेक्टिविटी और आर्थिक गतिविधियां

और अधिक मजबूत हुई है।पूरे क्षेत्र में लोगों की जरूरतों को पूरा करने और आर्थिक गतिविधियों को बढावा देने के लिए आवश्यक सामग्रियों और औद्योगिक उत्पादों का आवागमन काफी जरूरी है। फील्ड यूनिट्स की कडी निगरानी और आपसी सहयोग से, पूसीरे ने टर्नअराउंड समय और अनलोडिंग की क्षमता में सुधार किया है। इससे भरोसेमंद फ्रेट संचालन और पूर्वोत्तर के सामाजिक-आर्थिक विकास के प्रति इसकी प्रतिबद्धता और अधिक मजबूत हुई है।



मारवाडी युवा मंच, गुवाहाटी ग्रेटर शाखा ने असम जातीय गीत पर एक विशेष सत्र और 'उत्कृष्ट' सम्मानसमारोह आयोजित किया

प्रे.सं.शिलचर, ८ जून : ७ जून को मारवाडी युवा मंच की गुवाहाटी ग्रेटर शाखा ने २०२६-२७ सत्र के लिए अपनी पहली साधारण सभा आयोजित की। बैठक में शाखा से जुडे. विभिन्न मुद्दों और प्रोजेक्ट्स पर चर्चा की गई, जिसमें 'पिंक डोनेशन ४.०' और 'अंबुवाची सेवा कैंप' जैसी आगामी परियोजनाओं पर मुख्य रूप से ध्यान दिया गया। बैठक की शुरुआत असमिया जातिय गीत के साथ हुई; अध्यक्ष शिव कुमार मोर ने सदस्यों का स्वागत किया, सचिव सचिन गोयल ने सचिवीय रिपोर्ट पेश की और कोषाध्यक्ष ने शाखा की आय-व्यय का विवरण प्रस्तुत किया।

साधारण सभा के बाद, शाखा ने असमिया गान 'ओ मुर अपुनार देश' पर एक विशेष सत्र आयोजित किया। इस सत्र के दौरान, शाखा के पूर्व अध्यक्ष गौतम गोयनका ने गान के इतिहास, महत्व और अर्थ का सटीक विश्लेषण किया और उन्हें सरल व आसानी से समझ आने वाली भाषा में समझाया।

शाखा ने अपने सदस्यों के उन बच्चों को सम्मानित करने के लिए एक उत्कृष्ट सम्मान समारोहङ्क आयोजित

किया, जिन्होंने १०वीं और १२वीं कक्षा की परीक्षाएँ सफलतापूर्वक पास की थीं; उन्हें उनकी सफलता के लिए बधाई और सम्मानित किया गया। इसके अलावा, उन सदस्यों और उनके रिश्तेदारों को भी स्मृति-चिह्न देकर सम्मानित किया गया, जिन्होंने अन्य प्रतियोगी परीक्षाओं में बेहतरीन प्रदर्शन किया था। इसके अलावा, विभिन्न सामाजिक और अन्य संगठनों में महत्वपूर्ण जिम्मेदारियां निभा रहे शाखा सदस्यों को भी उनके योगदान के लिए सम्मानित किया गया। यह जानकारी शाखा के जनसंपर्क अधिकारी प्रतीक अग्रवाल ने दी है.

मुद्रक, प्रकाशक व स्वामी श्री दिलीप कुमार द्वारा भारती ऑफसेट मुद्रणालय, कटहल रोड, शिलचर-05 (असम) से मुद्रित व प्रकाशित, सम्पादक-श्रीमती सीमा कुमार, Ph & Fax (03842) 242633, (M) 9435213512