सोशल मीडिया से जुड़ें
Parivehan_Vishesh

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

www.newsparivahan.com

परिवहन विशेष

वर्ष 02, अंक 322, नई दिल्ली | बुधवार, 29 जनवरी 2025, मूल्य ₹ 5, पेज 8

देश का पहला ट्रांसपोर्ट दैनिक समाचार पत्र

आज का सुविचार

ज्ञान एक ऐसा दीपक है, जो आपके जीवन में प्रकाश फैलाता है।

03 घोषणा पत्र में व्यापारियों के लिए अपना रुख स्पष्ट करें : फेस्टा
06 घातक प्रदूषण के लपेट में पानी का जमीन
08 युवा मंच पर्ल महिला शाखा द्वारा पोटमार्केट रक्तदान शिविर का आयोजन किया

एनसीआर में चलने वाले वाहनों को लेकर सुप्रीम कोर्ट का बड़ा आदेश, जुर्माना ही नहीं हो सकती है गिरफ्तारी

सुप्रीम कोर्ट ने अपने आदेश में संशोधन करते हुए कहा कि एक अप्रैल 2019 से पहले खरीदे गए और एनसीआर राज्यों में पंजीकृत वाहनों पर भी कलर कोडेड स्टिकर लगाना होगा। यह आदेश एनसीआर क्षेत्र के सभी वाहनों के लिए लागू है। आदेश का पालन न करने पर संबंधित सरकारों द्वारा मोटर व्हीकल एक्ट 1988 की धारा 192 के तहत कार्रवाई शुरू होगी।

संजय बाटला

नई दिल्ली। सुप्रीम कोर्ट ने सोमवार को कहा कि ईंधन के प्रकार को दर्शाने वाले कलर कोडेड स्टिकर लगाने का उसका निर्देश एक अप्रैल, 2019 से पहले खरीदे गए और एनसीआर राज्यों में पंजीकृत वाहनों पर भी लागू होगा।

2019 से पहले बेचे गए सभी वाहन इसमें शामिल

जस्टिस अभय एस ओका और जस्टिस उज्जल भुइयां की पीठ ने 13 अगस्त 2018 के अपने आदेश में संशोधन करते हुए एनसीआर क्षेत्र में एक अप्रैल, 2019 से पहले बेचे गए सभी वाहनों को इसमें शामिल किया।

2018 तक इसे किया जाना था लागू

पीठ ने कहा, यह आदेश एनसीआर क्षेत्र के सभी वाहनों के लिए लागू था और उक्त आदेश के मद्देनजर दो अक्टूबर, 2018 तक इसे लागू किया जाना था। हम 13 अगस्त, 2018 के आदेश को संशोधित करते हैं और निर्देश देते हैं कि एक अप्रैल, 2019 से पहले बेचे गए वाहनों के संबंध में उक्त आदेश के प्रविधान लागू होंगे।

1988 की धारा 192 के तहत होगी कार्रवाई शुरू

इसके बाद बेचे गए वाहनों के मामले में जो आदेश के प्रविधानों का अनुपालन नहीं करते हैं तो संबंधित सरकारों द्वारा मोटर व्हीकल एक्ट, 1988 की धारा 192 के तहत कार्रवाई शुरू होगी। बिना पंजीकरण के वाहन चलाने पर जुर्माना और गिरफ्तार भी हो सकती है।

टेंपल्स ऑफ लिबरलाइजेशन एंड वेलफेयर एलाइड ट्रस्ट (पंजीकृत)

TOLWA

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

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

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

नियम तोड़ा तो लाइसेंस कैंसिल! पेट्रोल पंप पर माननी पड़ेगी ये बात; पढ़ें ट्रैफिक पुलिस के नये नियम

परिवहन विशेष न्यूज

सड़कों पर कानून की धज्जियां उड़ाने वालों की अब खैर नहीं। नोएडा में ट्रैफिक पुलिस की ओर से कहा गया कि अगर लगातार कोई व्यक्ति लगातार यातायात नियम को तोड़ता है कि तो उसके खिलाफ एक्शन लिया जाएगा और उसका लाइसेंस निरस्त कर दिया जाएगा। वहीं बिना हेलमेट वालों को पेट्रोल पंप से पेट्रोल भी नहीं मिलेगा।

नोएडा। यातायात पुलिस लापरवाह चालक और लगातार कार्रवाई के दायरे में आने वालों के ड्राइविंग लाइसेंस को निरस्त कराने की दिशा में काम कर रही है। काली फिल्म लगाकर वाहन चलाने वाले, यातायात नियमों की धज्जियां उड़ाने वालों को लेकर यातायात और परिवहन विभाग के अधिकारी सख्त हैं।

वहीं, ऐसे लोगों का विभाग की ओर से डाटा भी एकत्रित कराया जा रहा है। आए दिन सड़क हादसों में लोगों की जान तक जा रही है। हर साल जान गंवाने वालों का आंकड़ा बढ़ता जा रहा है।

हादसों में मरने वालों के ग्राफ को नीचे लाया जाए

यातायात पुलिस के अलावा शासन प्रशासन का भी ग्राफ को नीचे लाने पर जोर हैं। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ का प्रयास है कि सड़क हादसों में मरने वाले लोगों के ग्राफ को नीचे लाया जाए। इसके लिए लोगों को जागरूक करने के साथ-साथ सख्ती दिखाने पर भी जोर है।

चौराहों पर वीडियो मैसेज का लगातार हो रहा प्रदर्शन

जिले में भी यातायात पुलिस की ओर से लोगों को यातायात नियमों के प्रति जागरूक किया जा रहा है। पुलिस कमिश्नर लक्ष्मी सिंह की ओर से भी एक वीडियो मैसेज जारी किया जा चुका है। जिले के चौराहों पर वीडियो मैसेज का लगातार प्रदर्शन भी हो रहा है। पब्लिक एनाउंस सिस्टम पर ऑडियो के माध्यम से मैसेज देकर जागरूक किया जा रहा है।

नए जागरूकता बोर्ड भी लगवाए गए

डीसीपी यातायात लाखन सिंह यादव ने बताया कि लोगों को यातायात नियमों के प्रति जागरूक किया जा रहा है। जिले के मुख्य चौराहों पर नए जागरूकता बोर्ड भी लगवाए गए हैं। फिर भी नियमों का पालन नहीं करने वालों के खिलाफ सख्त कार्रवाई कराई जाएगी। ऐसे लोगों को भी चिह्नित किया जाएगा। जो यातायात नियमों को लेकर लगातार लापरवाह बने हुए हैं। उनका आरटीओ से पत्राचार कर लाइसेंस निरस्त करवाया जाएगा।

बिना हेलमेट तेल नहीं पहल

गौतमबुद्ध नगर कमिश्नरेट और यातायात पुलिस की ओर से 26 जनवरी से नया नियम भी जारी कर दिया गया है। पेट्रोल पंप पर बिना हेलमेट पहनकर आने वाले चालक और अन्य सवारी के पास हेलमेट नहीं होने पर तेल नहीं देने जैसी सख्ती बरती जा रही है। ताकि वाहन चलाने के दौरान लोग हेलमेट पहनने के आदी हों। यातायात नियमों के प्रति जागरूक हो सकें। यातायात पुलिस की ओर से भी इसकी निगरानी कराई जा रही है।

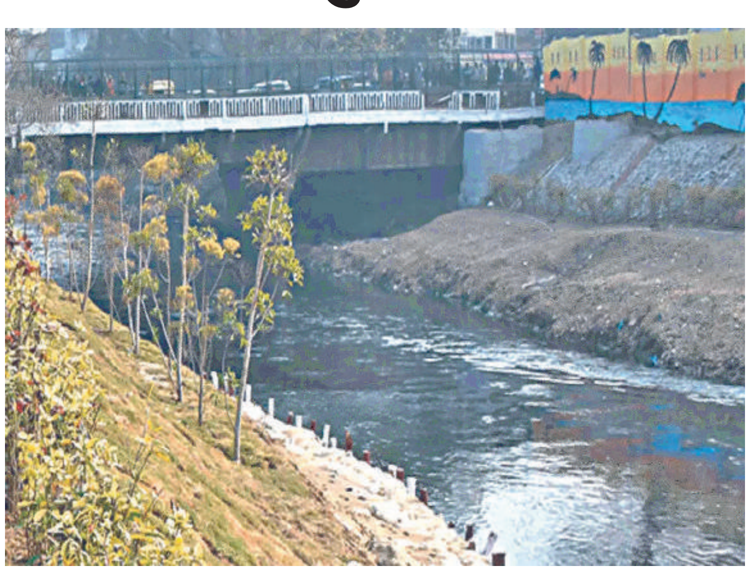
रोहिणी सैक्टर-25 स्थित दिल्ली जल बोर्ड मलजल उपचार संयंत्र के सैक्टर-25 छोर व नाले की ओर छोर के बीच लगभग 100-150 मीटर सड़क मार्ग पुनर्स्थापित किए जाने हेतु

परिवहन विशेष न्यूज

नई दिल्ली। हम आपका ध्यान रोहिणी सैक्टर-11, केएनके मार्ग स्थित पूरक नाला सेतु (नजफगढ़ ड्रेन) से भगवान महावीर मार्ग, सैक्टर-25 स्थित इस्कॉन मंदिर की ओर जा रहे निरीक्षण रोड़ की ओर आकर्षित करना चाहते हैं जिस पर दिल्ली जल बोर्ड का मलजल उपचार संयंत्र स्थित है।

इस उपचार संयंत्र के एक ओर सैक्टर-25 व दूसरी ओर नाले की सड़क उपर्युक्त निरीक्षण सड़क है जिसके बीच की दूरी लगभग 100-150 मीटर है जहाँ पूर्व समय में वाहनों के आवागमन का विकल्प उपलब्ध था जोकि वर्तमान समय में झाड़-फूँस आदि से बाधित है।

वर्तमान समय में नाला निरीक्षण मार्ग से होकर छोटे वाहन (LMV) केएनके मार्ग व भगवान महावीर मार्ग के बीच आवागमन कर रहे हैं जबकि सैक्टर-11 की ओर से आकर सैक्टर-25 में प्रवेश के लिए वाहनों को भगवान महावीर मार्ग जाकर रिठाला मैट्रो



स्टेशन की ओर बाएं मुड़कर नाला सेतु पार कर यू-टर्न लेकर वापिस आकर दाएं मुड़ना पड़ रहा है जोकि अत्यधिक असुविधाजनक व समय लेने वाला मार्ग/रूट है। इस असुविधाजनक रूट समय नष्ट होने से बचने के लिए सैक्टर-25 की ओर बढ़ रहे वाहन नाला निरीक्षण मार्ग से आकर भगवान महावीर मार्ग पर पहुँचते ही दाईं ओर सर्विस लेन में सीएनजी स्टेशन की ओर वाहनों के प्रवाह की विपरीत दिशा (wrong side) में मुड़ जाते हैं। सर्विस लेन में भले ही वाहनों की संख्या व गति कम हो किंतु विपरीत दिशा में गमन से वाहन सवारों को असुविधा होती है व सड़क सुरक्षा प्रभावित रहती है।

उपर्युक्त व समरूप समस्याओं से बचने के लिए सैक्टर-25 स्थित दिल्ली जल बोर्ड मलजल उपचार संयंत्र के सैक्टर-25 छोर व नाले की ओर छोर के बीच लगभग 100-150 मीटर सड़क मार्ग पुनर्स्थापित किए जाने का सुझाव सह निवेदन विनम्रतापूर्वक प्रस्तुत है महोदय। प्रस्तावित मार्ग व आसपास के क्षेत्र का बुनियादी नक्शा संलग्न है।

विनम्र निवेदन है कि यातायात पुलिस व दिल्ली विकास प्राधिकरण आदि विभागों के संबंधित अधिकारीगणों को इस सुझाव सह निवेदन पर अविलंब विचार कर प्रस्तावित मार्ग को पुनर्स्थापित करने हेतु आवश्यक कार्रवाई सुनिश्चित करने की सलाह जारी करें महोदय।

महाराष्ट्र सरकार मुंबई में पेट्रोल, डीजल वाहनों पर प्रतिबंध लगाने पर करेगी विचार

परिवहन विशेष न्यूज

महाराष्ट्र ने शहर की बिगड़ती वायु गुणवत्ता को देखते हुए मुंबई महानगर क्षेत्र में पेट्रोल और डीजल वाहनों पर प्रतिबंध लगाने की संभावना का अध्ययन करने के लिए सात सदस्यीय समिति बनाई है।

महाराष्ट्र ने शहर की बिगड़ती वायु गुणवत्ता को देखते हुए मुंबई महानगर क्षेत्र में पेट्रोल और डीजल वाहनों पर प्रतिबंध लगाने की संभावना का अध्ययन करने के लिए सात सदस्यीय समिति बनाई है। मुंबई महानगर क्षेत्र (एमएमआर) में पड़ोसी ठाणे, रायगढ़ और पालघर जिले के इलाके भी शामिल हैं।

सेवानिवृत्त आईएएस अधिकारी सुधीर कुमार श्रीवास्तव की अध्यक्षता वाली समिति अध्ययन करेगी और तीन महीने के भीतर अपनी सिफारिशों के साथ एक रिपोर्ट पेश करेगी। जैसा कि 22 जनवरी के सरकारी प्रस्ताव का हवाला देते हुए पीटीआई ने बताया। महाराष्ट्र के परिवहन आयुक्त, मुंबई के संयुक्त पुलिस आयुक्त (यातायात), महानगर गैस के प्रबंध निदेशक, महाराष्ट्र राज्य विद्युत वितरण कंपनी (महावितरण) के परियोजना प्रबंधक, सोसाइटी ऑफ इंडियन ऑटोमोबाइल मैन्युफैक्चरर्स (एसआईएएम) के अध्यक्ष और सदस्य सचिव के रूप में संयुक्त परिवहन आयुक्त (प्रवर्तन-1) अन्य पैनलिस्ट हैं।

सरकारी प्रस्ताव ने पैनल को क्षेत्र के विशेषज्ञों को फेलो सदस्य के रूप में शामिल करने और उनसे फीडबैक हासिल करने की शक्तियां प्रदान की हैं।

यह फैसला इस वर्ष की शुरुआत में बॉम्बे हाई कोर्ट में दायर एक जनहित याचिका के बाद आया है। जिसके बाद राज्य सरकार ने पेट्रोल और डीजल वाहनों पर प्रतिबंध लगाने की व्यवहार्यता का अध्ययन करने के लिए विशेषज्ञों की एक समिति बनाई थी। उच्च न्यायालय ने कहा था कि वाहनों से निकलने वाला उत्सर्जन वायु प्रदूषण का एक प्रमुख स्रोत है। और मुंबई में वाहनों और प्रदूषण को नियंत्रित करने के उपाय अपर्याप्त साबित हो रहे हैं।

अगर यह कदम उठाया जाता है, तो शहर में ऑटोमोटिव सेक्टर की बिक्री संख्या पर इसका असर पड़ सकता है। 2024 के दौरान, मुंबई के चार आरटीओ कार्यालयों में 2.79 लाख नए वाहन पंजीकृत किए गए, जो 2023 की तुलना में 9.89 प्रतिशत ज्यादा है। पूरे राज्य के लिए, 2024 में 28 लाख से ज्यादा वाहन पंजीकृत किए गए। जो 2023 की तुलना में 12.32 प्रतिशत की बढ़ोतरी है, जैसा कि आंकड़ों से पता चलता है।

YTD आधार पर, BSE ऑटो इंडेक्स में 3 प्रतिशत से ज्यादा की गिरावट आई है, और पिछले एक साल में 17 प्रतिशत की बढ़ोतरी हुई है।

एक महत्वपूर्ण सवाल यह भी उठता है कि प्रस्तावित समिति शहर के मौजूदा वाहन मालिकों की सुरक्षा कैसे करेगी, और 15 साल से पुराने वाहनों के लिए क्या उपाय किए जाएंगे।

पिछले साल दिसंबर में, मुंबई के नगर निगम ने शहर भर में निर्माण स्थलों को चेतावनी जारी की थी। और प्रदूषण नियंत्रण प्रोटोकॉल की जांच के लिए निरीक्षण किया था। दिसंबर के दौरान शहर में निर्माण गतिविधियों में बढ़ोतरी, हवा के पैटर्न में बदलाव और कम तापमान के कारण वायु गुणवत्ता सूचकांक (AQI) खराब हो गया था।

बीटिंग रिट्रीट समारोह को लेकर रूट रहेगा डायवर्ट, एडवाइजरी जारी

गणतंत्र दिवस समारोह के बाद बुधवार शाम को विजय चौक पर होने वाले बीटिंग रिट्रीट समारोह के लिए ट्रैफिक एडवाइजरी जारी की गई है। दोपहर 2 बजे से रात 9.30 बजे तक विजय चौक और नई दिल्ली इलाके के रास्ते बंद रहेंगे। आम वाहनों के लिए विजय चौक व राजपथ पूरी तरह से प्रतिबंधित रहेगा। बसों के रूट बदले गए हैं।

नई दिल्ली। राजधानी दिल्ली में गणतंत्र दिवस समारोह के बाद बुधवार शाम विजय चौक पर बीटिंग रिट्रीट समारोह का आयोजन किया जाएगा। इसके लिए बुधवार अपराह्न दो बजे से लेकर रात 9.30 बजे तक यातायात प्रभावित रहेगा।

यातायात पुलिस की ओर से लोगों को विजय चौक और नई दिल्ली इलाके के रास्तों से बचने की सलाह दी है। यातायात पुलिस ने इसके लिए एडवाइजरी जारी की है ताकि लोगों को परेशानी न उठानी पड़े।

यातायात पुलिस की ओर से बुधवार को होने वाले बीटिंग रिट्रीट समारोह के लिए विजय चौक सहित नई दिल्ली में व्यापक इंतजाम किए गए हैं। इस दौरान आम वाहनों के लिए विजय चौक व राजपथ पूरी तरह से प्रतिबंधित रहेगा।

इसके अलावा रफी मार्ग पर सुनहरी मस्जिद से लेकर कृषि भवन, रायसीना रोड पर कृषि भवन से विजय चौक, डलहौजी रोड और राजपथ पर विजय चौक से सी-हेक्सागन तक वाहनों की आवाजाही अपराह्न दो से रात 9.30 बजे तक बंद रहेगी।

डीटीसी सहित अन्य बसों को किया जाएगा डायवर्ट

शांति पथ-विनय मार्ग-सरदार पटेल मार्ग से आने वाली केंद्रीय सचिवालय और कनाट प्लेस जाने वाली बसें पंचशील मार्ग-साइमन बोलिवर मार्ग-वंदे मातरम मार्ग-आर/ए शंकर रोड-शेख मुजीबुर्रहमान रोड से चलेंगी।

केंद्रीय सचिवालय जाने वाली बसें उद्यान मार्ग पर रुकेंगी और काली बाड़ी मार्ग-मंदिर मार्ग-शंकर रोड से वापस आएंगी।

कनॉट प्लेस जाने वाली बसें मंदिर मार्ग-काली बाड़ी मार्ग-जीपीओ-बाबा खड़क सिंह मार्ग से कनॉट प्लेस पहुंचेंगी और भगत सिंह मार्ग-पेशवा रोड-मंदिर मार्ग-शंकर रोड और वंदे मातरम मार्ग से वापस आएंगी।

दक्षिणी दिल्ली से तुगलक रोड के रास्ते जाने वाली बसें अरविंदो मार्ग चौक से सफदरजंग रोड, कमाल अतातुर्क मार्ग, सिमोन बोलीवर मार्ग होते हुए वंदे मातरम मार्ग, शंकर रोड और पार्क स्ट्रीट जाएंगी।

मंडी हाउस से फिरोजशाह रोड होते हुए कनाट प्लेस, बाराखंबा रोड, शिवाजी स्टेडियम तक बसें जा सकती हैं। वापसी में ये बसें कस्तूरबा गांधी मार्ग एवं बाराखंबा रोड होते हुए जाएंगी।

दक्षिण की ओर से आने वाली पुरानी दिल्ली रेलवे स्टेशन, लाल किला और आईएसबीटी कश्मीरी गेट जाने वाली बसें एम्स से रिंग रोड होते हुए धौला कुआं और फिर रिज रोड, रानी झांसी रोड की ओर जाएंगी।

पुरानी दिल्ली रेलवे स्टेशन, लाल किला और आइएसबीटी कश्मीरी गेट से आश्रम की ओर आने वाली बसें आश्रम चौक-रिंग रोड से सराय काले खां की ओर जाएंगी और राजघाट होते हुए आगे बढ़ेंगी।

पुरानी दिल्ली रेलवे स्टेशन, लाल किला, कश्मीरी गेट से दक्षिण और दक्षिण पूर्व की ओर जाने वाली बसें दिल्ली गेट-जवाहरलाल नेहरू मार्ग-राजघाट-रिंग रोड-सराय काले खां-आश्रम चौक की ओर जाएंगी।

विकास मार्ग से दक्षिण की ओर जाने वाली बसें रिंग रोड-सराय काले खां-आश्रम चौक की ओर जाएंगी।

यहां होगी पार्किंग की सुविधा

रफी मार्ग और सी हेक्सागन के बीच जल चैनलों के पीछे विजय चौक पर कार्यक्रम देखने आने वालों के लिए शाम सात बजे के बाद पार्किंग की सुविधा रहेगी।

ट्रैफिक पुलिस की लोगों से अपील

यातायात पुलिस ने लोगों से अपील की है कि अगर उन्हें कोई संदिग्ध व्यक्ति या वस्तु मिले, तो उसकी जानकारी तुरंत पुलिस के साथ साझा करें। इसके अलावा वाहन चालकों से अपील की गई है कि वह यातायात नियमों का पालन करें। रास्ते पर खड़े यातायात पुलिसकर्मी द्वारा बताए गए मार्ग का इस्तेमाल करें।

मौनी अमावस्या

पंचांग के अनुसार, माघ माह में मौनी अमावस्या 29 जनवरी को है। इस तिथि को पितरों को प्रसन्न और उनकी कृपा प्राप्त करने के लिए शुभ माना जाता है। मौनी अमावस्या पर मौन व्रत के अलावा गंगा स्नान, दान-पुण्य करने से शुभ फल मिलता है। इस बार मौनी अमावस्या पर त्रिवेणी योग बन रहा रहा है। ऐसे में कुछ राशि के जातकों की किस्मत चमकने वाली है। जातकों को हर क्षेत्र में सफलता मिलेगी और सुख-समृद्धि में वृद्धि होगी।

कब है मौनी अमावस्या? हिंदू पंचांग के अनुसार, माघ माह की अमावस्या तिथि 28 जनवरी को शाम 7 बजकर 32 मिनट पर शुरू होगी। और तिथि का समापन 29 जनवरी को शाम 6 बजकर 5 मिनट पर होगा।

क्यों खास होती है मौनी अमावस्या? हिंदू धर्म की मान्यताओं के अनुसार, मौनी अमावस्या पर पितरों का तर्पण करने से उनकी आत्मा को शांति मिलती है। इससे तर्पण करने वालों को पितरों का आशीर्वाद प्राप्त होता है। इस दिन नदी के घाट पर जाकर पितरों का तर्पण और दान करने से कुंडली के दोषों से मुक्ति पाई जाती है। इसके अलावा, इस दिन मौन व्रत रखने से वाक्सिद्धि की प्राप्ति होती है। मौनी अमावस्या के दिन मौन व्रत का विशेष महत्व होता है। मौन व्रत का अर्थ खुद के अंतर्मन में झांकना, ध्यान करना और भगवान की भक्ति में खो जाने से है।

(पौरुष ग्रन्थि वृद्धि), प्रॉस्टेट का बढ़ना

यह रोग पुरुषों में 40- 50 वर्ष की उम्र के बाद होता है, सभी में नहीं होता हैं।

कारण मूत्राशय की थैली के नीचे मूल नलिका के चारों ओर पुरुष गन्धि (प्रोस्टेट) होती है। यह ज्यों-ज्यों उम्र बढ़ती है त्यों-त्यों हार्मोन्स के असन्तुलन के कारण बढ़ने लगती है तथा मूत्र नलिका को दबाव देकर शनैः शनैः बन्द कर देती है।

लक्षण प्रारम्भ में पेशाब बार-बार आने लगता है तथा पेशाब करते समय जलन भी महसूस होती है। ज्यों-ज्यों बीमारी बढ़ती जाती है, पेशाब करने में परेशानी होने लगती है। पेशाब के लिए बैठने पर पेशाब आना प्रारंभ होने में एक मिनट का समय लग जाता है। पेशाब की धार पतली होने लगती है तथा जोर लगाने पर धारा और कम हो जाती है। रोग की चरम अवस्था में बूंद- बूंद करके मूत्र आने लगता है तथा रुक जाता है।

चिकित्सा

(1) गोक्षरू चूर्ण एक चम्मच, वरुण चूर्ण एक चम्मच

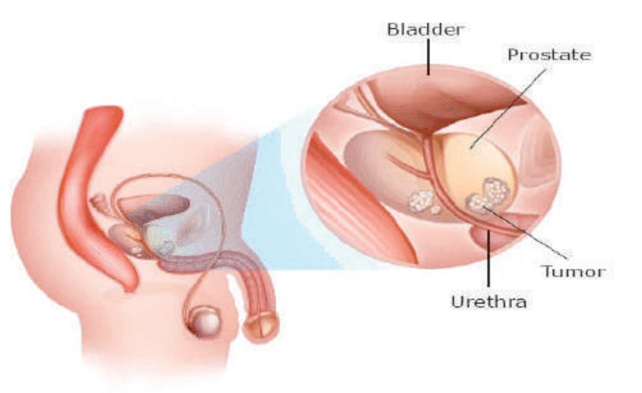
प्रातः, सायं जल से।

(2) अश्वगंधा चूर्ण आधा चम्मच, मधुयष्टी चूर्ण आधा चम्मच, आमलकी चूर्ण आधा चम्मच सुबह, सायं दुग्ध के साथ।

बचाव और परहेज बहुत जरूरी हैं.

बूँद बूँद कर के पेशाब आता हो तो यह कौनसा रोग है और इसका घरेलू ईलाज़ क्या है? इसके मुख्यतया दो कारण हो सकते हैं अगर उम्र पचास वर्ष से अधिक है तो पहली सम्भावना है की पौरुष ग्रंथि जिसे प्रॉस्टेट कहते हैं वह बढ़ गई हो और पेशाब के मार्ग को अवरुद्ध कर रही हो। दूसरा कारण यू॰टी॰आई॰ संक्रमण यानी पेशाब के मार्ग में कहीं भी संक्रमण हो। दोनो ही अवस्था में डॉक्टर से सलाह करनी चाहिए। प्रॉस्टेट बढ़ने का ज़रूर कुछ देशी या घरेलू ईलाज़ हो सकता है। लेकिन सबसे पहले डॉक्टर से सलाह लें। पचास की उम्र के बाद लगभग पचास प्रतिशत लोगों की प्रॉस्टेट बढ़ जाती है और चिकित्सा विज्ञान इसका कारण आजतक नही खोज पाया है। यह ज़रूरी नही की जिसकी प्रॉस्टेट बढ़ी हो उन सबको पेशाब की समस्या आएगी। निष्कर्ष यह है की तुरंत डॉक्टर से मिलना चाहिए क्योंकि संक्रमण हुआ तो उसका समय पर ईलाज़ बहुत ज़रूरी है।

गदूद का इलाज आयुर्वेदिक दवाई से किया जाता है प्रोस्टेट (गदूद) से पीड़ित मरीजों को अब ऑपरेशन कराने की जरूरत नहीं है, बल्कि दवाओं से भी यह ठीक हो सकता है। पूरे जीवनकाल में 70-80 प्रतिशत व्यक्ति इस बीमारी के शिकार होते हैं। 40 वर्ष की आयु के बाद लोगों में यह बीमारी पैर पसारने लगती है। खास बात यह है कि प्रोस्टेट की अनदेखी करने पर किडनी फेल होने की संभावना भी बढ़ जाती है। प्रोस्टेट (गदूद) से पीड़ित मरीजों को अब ऑपरेशन कराने की जरूरत नहीं है, बल्कि दवाओं से भी यह ठीक हो सकता है। पूरे जीवनकाल में 70-80 प्रतिशत व्यक्ति इस बीमारी के शिकार होते हैं। 40 वर्ष की आयु के बाद लोगों में यह बीमारी पैर पसारने लगती है। खास बात यह है कि प्रोस्टेट की अनदेखी करने पर किडनी फेल होने की संभावना भी बढ़ जाती है।



Prostate Cancer

कब हो सकती है किडनी फेल प्रोस्टेट का नॉर्मल साइज 18 से 20 ग्राम होता है। हर साल इसके आकार में 2.3 ग्राम की बढ़ोतरी होती है। यदि इस बीमारी से ग्रस्त किसी व्यक्ति का प्रोस्टेट का आकार 100 ग्राम से ज्यादा बढ़ जाए तो यह किडनी के लिए घातक होता है। चार से पांच साल तक इसकी अनदेखी करने पर पीड़ित व्यक्ति की किडनी फेल होने की संभावना बढ़ जाती है।

ऑपरेशन के बाद ये आती हैं दिक्कतें ऑपरेशन के बाद, 100 में से 99 लोगों का सेक्स के दौरान वीर्य नहीं निकलता है, बल्की पेशाब की थैली में चला जाता है। दो प्रतिशत लोगों में नपुंसकता के चांसेज भी बढ़ जाते हैं। इसके अलावा ऑपरेशन के बाद यदि इंटरनल स्पींटर कट गया तो यूरिन रुकने की समस्या पैदा हो जाती है।

प्रोस्टेट बढ़ने के लक्षण

बार-बार यूरिन का आना

शौच करते समय यूरिन का टपकना

यूरिन करने के बाद दोबारा यूरिन की संका होना

रात में चार से पांच बार यूरिन परित्याग करने के लिए जाना

यूरिन में खून का आना

मसाने के अंदर पत्थर का बनना

किडनी का फेल होना

काफी देर तक बाथरूम के समय यूरिन का बाहर नहीं निकलना.

कंपलीकेशन के समय प्रोस्टेट के लक्षण बार-बार यूरिन में इनफेक्शन, खून, दोनों गुर्दो का सूजना। एज ग्रुप के हिसाब से गदूद से पीड़ित व्यक्तियों का आंकड़ा

40 वर्ष की उम्र में 8 प्रतिशत

50-60 वर्ष की उम्र में 50 प्रतिशत

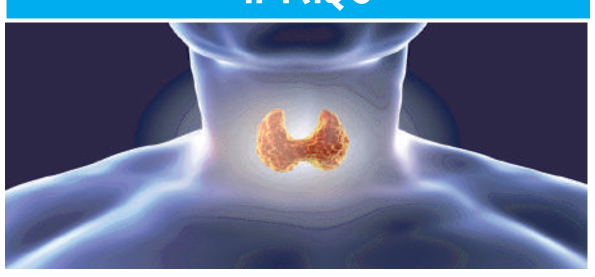
70 वर्ष की उम्र में 70 प्रतिशत

80 वर्ष की उम्र आते-आते मरीजों का आंकड़ा 100 प्रतिशत तक पहुंच जाता हैं.

रोलॉजिस्ट का कहना है कि ऑपरेशन कराने के बाद लोगों को तमाम तरह की दिक्कतों का सामना करना पड़ सकता है। मेडिकल साइंस के आकड़ों के अनुसार, यदि व्यक्ति 60 वर्ष से ज्यादा उम्र का है तो 90 प्रतिशत चांस दवाओं से ठीक होने की संभावना रहती है।.

सभी सुखी और निरोगी रहे

थायरॉइड



आयुर्वेद में थायरॉइड से सम्बन्धित रोग को अवटु ग्रंथि विकार कहा गया हैं। यह अनुचित आहार-विहार एवं तनाव पूर्ण जीवन जीने की वजह से होता है। इसमें वात, पित्त व कफ का असंतुलन और मुख्य रूप से वात एवं कफ विकार के कारण होता है। थायराइड जड़ से खत्म करने के लिये आयुर्वेदिक ट्रीटमेंट ले सकते हो। आयुर्वेदीय उपचार द्वारा वात और कफ दोषों को सन्तुलित कर थायरॉइड का इलाज किया जा सकता है।

थायरॉयड के कार्य

1. Thyroxine हार्मोन वसा, प्रोटीन और कार्बोहाइड्रेट के चयापचय को नियंत्रित रखता है।
2. यह रक्त में चीनी, कोलेस्ट्रॉल (Cholestrol) तथा फोस्फोलिपिड की मात्रा को कम करता है।
3. यह हड्डियों, पेशियों, लैंगिक तथा मानसिक वृद्धि को नियंत्रित करता है।
4. हृदयगति एवं रक्तचाप को नियंत्रित रखता है।
5. महिलाओं में दुग्धस्राव को बढ़ाता है।

थायरॉयड के लक्षण

1. घबराहट
2. चिड़चिड़ापन
3. अधिक पसीना आना।
4. हाथों का काँपना।
5. बालों का पतला होना एवं झड़ना।
6. अनिद्रा (नींद ना आने की परेशानी)
7. मांसपेशियों में कमजोरी एवं दर्द रहना।
8. दिल की धड़कन का बढ़ना।
9. बहुत भूख लगने के बाद भी वजन घटता है।
10. महिलाओं में मासिक धर्म की अनियमितता देखी जाती है।

ओस्टियोपोरोसिस हो जाता है जिसकी वजह से हड्डी में कैल्शियम तेजी से खत्म होता है।

थायरॉइड होने के ये कारण हो सकते हैं

1. अधिक तनावपूर्ण जीवन जीने से थायरॉइड हार्मोन की सक्रियता पर असर पड़ता है।
2. आहार में आयोडीन की मात्रा कम या ज्यादा होने से थायरॉइड ग्रंथियाँ विशेष रूप से प्रभावित होती हैं।
3. यह रोग अनुवांशिक भी हो सकता है। यदि परिवार के दूसरे सदस्यों को भी यह समस्या रही हो तो इसके होने के संभावना अधिक रहती है।
4. महिलाओं में गर्भावस्था के दौरान थायरॉइड हार्मोन्स में असंतुलन देखा जाता है क्योंकि इस समय महिलाओं के शरीर में कई हार्मोनल बदलाव आते हैं।
5. भोजन में सोया उत्पादों का अधिक इस्तेमाल करने के कारण दिक्कत हो सकती है।

मासिकधर्म या पीरियड के दौरान दर्द

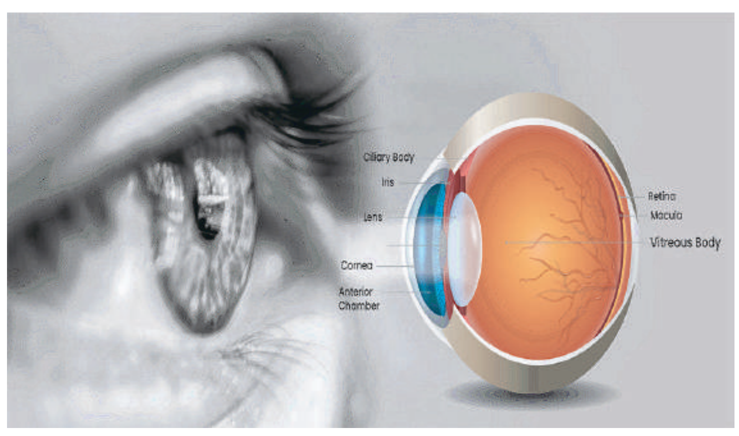
पीरियड में दर्द होना या खुलकर नही आने पर ये उपचार बहुत चमत्कारी अनुभूत योग हैं।

1 गिलास पानी मे1 चम्मच अजवाइन,1 चम्मच मेथी दाना,1 बिना कटा हुआ मीडियम साइज का प्याज, जिसको सिर्फ छीलकर डालना हैं काटना नही हैं और थोड़ा सा देसी बढ़िया गुड़ स्वादानुसार डालकर किसी मिटी की हांडी या पीतल के बर्तन में डालकर हल्की हल्की आग पर रखकर गर्म करें। जब आधा रह जाये तो उसको उतारकर उसमे 1चम्मच देशी गाय का बिलौना घी डालकर गरम गरम बिटिया को पिलायें। पीरियड में दर्द नही होगी और खुलकर आएंगे।

दिक्कत क्यों आती है क्योंकिं पेट मे वायु बहुत अधिक है और यह काढ़ा वायु का दमन करता है।

आंखों के स्वास्थ्य के लिए कुछ महत्वपूर्ण

1. विटामिन ए युक्त भोजन, गाजर, आलू, पालक, पपीता जैसा फल और सब्जी खाना चाहिए जो विटामिन ए से भरपूर होती है, जो आंखों के लिए अच्छा होता है।
2. हरी सब्जी और फलों का सेवन, हरी सब्जी और फलों में मौजुद एंटीऑक्सीडेंट बच्चों की आंखों के लिए महत्तवपूर्ण होते हैं। पालक, मेथी, टमाटर, संतरा, आम, केला, आदि ऐसे फल और सब्जियों का सेवन करना चाहिए।
3. विटामिन सी युक्त भोजन, आंवला, संतरे, मौसम्बी, कच्चा आम, आदि में मौजुद विटामिन सी भी आंखों के लिए लाभदायक होता है।
4. दूध और दूध से बनी चीजें, दूध, पनीर, दही, और छाछ आंखों के लिए फ़ायदेमंद होते हैं। बच्चों को रोजाना दूध और दूध से बनी चीजें देना चाहिए।
5. फोलेट युक्त भोजन, पालक, मेथी, बैंगन और ब्रोकोली में फोलेट होता है जो आंखों की सुरक्षा के लिए महत्वपूर्ण है।
6. ओमेगा-3 फैटी एसिड, अखरोट, अलसी और सरसों के तेल में ओमेगा-3 फैटी एसिड होते हैं जो आंखों के लिए फ़ायदेमंद होते हैं। इनका सेवन करने से आंखों की रोशनी भी बढ़ती है।
7. विटामिन ई युक्त भोजन, बादाम, अखरोट, मक्खन और सोयाबीन में विटामिन ई पाया जाता है जो आंखों की सुरक्षा के लिए लाभदायक है।



बच्चों को बिना जरूरत के ज्यादा समय टीवी और मोबाइल पर नहीं रहना चाहिए। उन्हें व्यायाम और बाहरी गतिविधियों में भी शामिल किया जाना चाहिए ताकि उनकी आँखों की सुरक्षा और उनका स्वास्थ्य अच्छा रहे। स्वस्थ रहे अच्छे रहे खुश रहे, सभी सुखी और निरोगी रहे

वार के आधार पर जाने किस दिन कौन सा कार्य करना शुभ होता है

ज्योतिषाचार्य पं योगेश पौराणिक

हमारे सनातन संस्कृति में सातों वारों का अपना एक अलग ही महत्व है प्रत्येक ग्रह किसी न किसी वार का प्रतिनिधित्व करता है। जैसे कि रविवार का प्रतिनिधित्व सूर्य करता है ठीक वैसे ही सोमवार का महत्व सोम अर्थात चंद्रमा से है और मंगलवार का महत्व मंगल ग्रह से है ठीक इसी प्रकार अन्य ग्रह बुधवार आदि वारों का प्रतिनिधित्व करते हैं। शास्त्रों के अनुसार प्रत्येक कार्य को करने के लिए उनके ग्रह के आधार पर एक वार निश्चित किया गया है ताकि उक्त कार्य को वार के अनुसार करके समय पर सिद्ध किया जा सके। तो आइए हम जानते है कि किस कार्य को किस दिन किया जाना शुभ होता है।

1. रविवार को क्या करें- रविवार सूर्य देव का वार माना गया है। इस दिन नवीन गृह प्रवेश, विज्ञान, इंजीनियरिंग, सेना, उद्योग बिजली, मेडिकल एवं प्रशासनिक शिक्षा उत्तम, नवीन वस्त्र धारण, सोने और तांबे की वस्तुओं के नवीन आभूषण धारण शुभ है। व्यापार संबंधित – राज्य प्रशासनिक कार्य, सेनाधिकारी, औषधि, शस्त्र, अग्नि, अनाज, सोना, तांबा, का क्रय-विक्रय, आयुर्वेद मेडिकल, इलेक्ट्रिकल, मंत्रानुष्ठान, यज्ञादि कार्य किए जा सकते हैं।

2. सोमवार को क्या करें – सरकारी नौकरी वालों के लिए पद ग्रहण करने के लिए यह दिन बहुत महत्वपूर्ण है। ग्रह शुभारंभ, लेखनादि कार्य, मेडिकल शिक्षा, सौंदर्य प्रसाधन, औषधि निर्माण व योजना संबंधित, आभूषण धारण, तेल लगाना, हजामत बनाना, नया जूता पहनना शुभ है। व्यापार संबंधित – कृषि, गाय, भैस, दूध, घी, डेयरी, फार्म, औषधि, तरल पदार्थ, शंख, मोती, धन संपदा, सौंदर्य प्रसाधन, सुगंधित वस्तुओं का क्रय-विक्रय, विदेशी पत्राचार आदि शुभ है।

3. मंगलवार को क्या करें- मंगल देव के इस दिन विवाद एवं मुकद्दमे से संबंधित कार्य करने चाहिए। बिजली से संबंधित कार्य, सर्जरी की शिक्षा, शस्त्र विद्या सीखना, अग्नि स्पोर्टस, भूगर्भ विज्ञान, दंत चिकित्सा, मुकदमा दायर करना शुभ है।

व्यापार संबंधित – शक्ति, अग्नि एवं बिजली से संबंधित कार्य, बेकरी, स्पोटर्स, सोना, तांबा, मूंगा, पीतलादि का क्रय, सभी प्रकार की धातुओं का क्रय विक्रय करना चाहिए। भूमि, सर्जरी एवं रक्षा सामग्री, संधि विच्छेदादि कार्य।

4. बुधवार को क्या करें- इस दिन यात्रा करना, मध्यस्थता करना, दलाली, योजना बनाना आदि काम करने चाहिए। गणित, लेखनादि, बौद्धिक कार्य, बैंक, वकालत, तकनीकी हुनर, ज्योतिष, विज्ञान, वाहनादि चलाना सीखना, नवीन वस्त्र धारण, नवीन आभूषण धारण, तेल लगाना विशेष शुभ, हजामत, नया जूता पहनना, मुकदमा दायर करना शुभ है। व्यापार संबंधित – कृषि एवं व्यापारिक वस्तुओं का क्रय-विक्रय, शेयरों का क्रय, पुस्तक, लेखन प्रकाशन, व्यापारिक लेखा कार्य, शिक्षण, वकालत, शिल्प एवं संपादन कार्य वाहन क्रय-विक्रय।

5. गुरुवार को क्या करें – बृहस्पति देव के इस दिन यात्रा, धार्मिक कार्य, विद्याध्ययन और बैंक से संबंधित कार्र्य करना चाहिए। दर्शन-शास्त्र, धर्म मंत्र, ज्योतिष, वकालत, उच्च पद प्रशासनिक, शिक्षा, वैद्यकी कार्य, नवीन वस्त्र धारण, नवीन आभूषण धारण शुभ है। व्यापार संबंधित – धर्मिक अनुष्ठान, उच्च प्रशासनिक कार्य, उच्च शिक्षा के कार्य, आभूषण, औषधि, लकड़ी, भूमि, वाहनादि का लेन-देन, विदेश यात्रादि कार्य।

6. शुक्रवार को क्या करें – शुक्रवार के दिन गृह प्रवेश, कन्या दान, करने का महत्व है। शुक्र देव भौतिक सुखों के स्वामी है। इसलिए इस दिन सुख भोगने के साधनों का उपयोग करें। नृत्य, वाद्य, गायन, कल, संगीत, एक्टिंग, गीत-काव्य, स्त्रियों एवं सौंदर्य संबंधित, नवीन वस्त्र धारण अतिशुभ, नवीन आभूषण, तेल लगाना, हजामत बनवाना, नया जूता पहनना शुभ है। व्यापार संबंधित – संगीत, सिनेमा, विदेश के कार्य, टेलीविजन, स्त्रियों एवं श्रृंगारित वस्तुओं से संबंधित कार्य, रूई, कपड़ा, बैंकिंग, चांदी, जवाहरात, रसायन, शराब, सोडा, सुगंधित द्रव्य, वाहनादि क्रय-विक्रय, खुशबूदार वस्तु, एक्टिंग आदि।

7. शनिवार को क्या करें- मकान बनाना, गृह प्रवेश, ऑपरेशन, तकनीकी शिल्प कला, मशीनरी संबंधित ज्ञान, अंग्रेजी, उर्दू, फारसी का ज्ञान सीखना, तेल लगाना विशेष शुभ, मुकदमा दायर करना शुभ है।

व्यापार संबंधित – मशीनरी, लोहा, लकड़ी, चमड़ा, सीमेंट, तेल, पेट्रोल, पत्थर, भूमि, ठेकेदारी, शस्त्रों का क्रय-विक्रय, अन्वेषण एवं आप्रेशन कार्य, अधीनस्थ कर्मचारी, वाहनादि प्रयोग, विदेश-यात्रादि कार्य करना शुभ होता है।

अमरूद

आजकल अलग अलग बैरायटी के अमरूद मार्किट में बहुत आ रहे हैं इनमे से कुछ खास किस्म बहुते फेमस है जैसे हिसार सफेदा, टाइवान पिंक, थाई अमरूद, इलाहाबाद सफेदा आदी ! सर्दियों में आने वाले अमरूद अच्छे होते है लेकिन इनको ज्यादा खाने से खाँसी आने का भय रहता है। अमरूद भी अजीब फल है इसे इस मौसम में खाओ तो खाँसी को निमंत्रण देता है और अगर इसे आग में भूनकर खाओ तो खाँसी की दवा बन जाता है। आप अगर खांसी से परेशान है तो सुबह गर्म रेत में अमरूद दबा दीजिये जब अच्छी तरह सिक जाये बासी मुँह खा लीजिये खांसी ठीक हो जाती है।

अमरूद के कई प्रजाति हमने देखी है। मेरे घर पर एक पेड़ था जिसमे लगने वाले एक एक अमरूद आधा आधा किलो के होते थे। सामान्य आकार वाला गोल अमरूद हर जगह मिलता है लेकिन अमरूद लेते समय ध्यान रखें जो अमरूद अधपका होता है और उसकी त्वचा पर दाने से उभरे होते है वो मीठा और अच्छा होता है। पके अमरूद अक्सर कीड़े वाले व फीके निकलते है।

मेरी नानी के घर एक अमरूद था वो नाशपती के आकार का होता था उसमें गूदा अधिक बीज वाला हिस्सा कम होता था उसके बाहरी त्वचा पर खूब दाने बने रहते थे मानो पानी की बुंदे लटकी रह गई हूँ ये इतना अधिक मीठा होता था कि उसके पेड़ और फल दोनों पर काली काली बड़ी बड़ी चीटियां चिपकी रहती थी ये चीटिया भी अन्य घरेलू चीटियों से अलग होती थी ये अजीब सा गंध छोड़ती थी और छूते ही बड़ी तेज काटती थी। चीटियों की वजह से उस पेड़ पर चढ़ना मुश्किल रहता था। अमरूद की बगिया को अमरुदहिया बगिया कहते थे और स्कूल से आते जाते समय चोरी चुपके से बाग घुस कर अमरूद चुरा कर खाने का जो आनंद होता था वो अब खरीदकर खाने में नहीं होता है क्योंकि तब हर पेड़ के अमरूद के बारे में जानते थे कि कौन सा फीका कौन सा मीठा है? अब तो बाजार से खरीदकर लाओ तो बस एक ही बात का ध्यान रखना होता है कि कीड़े न हो बाकी फीका हो या मीठा क्या फर्क पड़ता है क्योंकि उसे काटकर, प्लेट में सजाकर, काला नमक छिड़ककर, कांटे से बड़े ही नजाकत से खाना रहता है वरना एक हम थे जो पेड़ से तोड़कर बिन धुले अपने कपड़ों में ही पोछकर सीधा दाँत से काट काटकर खा डालते थे। हम तो अमरूद की कोमल पत्तियाँ यानि कोपल भी दो चार खा लेते थे। अम्मा ने बताया था कि स्वास्थ्य वर्धक होती है इसलिए खा जाया करते थे किस बीमारी में फायदा करती है ये न उन्होंने बताया न हमने पूछा बस स्वास्थ्य वर्धक होती है ये सुनकर ही चबा लिया करते थे।

भारत देश की आम जनता का सवाल, क्या है कोई जवाब?

बलात्कार के जुर्म में सजा काट रहे राम रहीम को 30 दिन का पैरोल मिला हरियाणा मे निकाय व दिल्ली मे विस चुनाव से पहले मिली आजादी। डेरा सच्चा सौदा चीफ राम रहीम को रेप व मर्डर के मामले मे उम्र कैद हुई हैं। सजा काट रहे राम रहीम को अदालत ने 12 वी बार पेरोल दिया हैं। सुबह 6 बजे 30 दिन के लिए रिहाई भी हो गई हैं।

भारत में गरीब और अमीर के लिए दो समानांतर कानूनी प्रणालियां नहीं हो सकतीं: न्यायालय

सवाल उठ रहे हैं कि जेलों में बंद चार लाख से भी ज्यादा विचाराधीन कैदियों के मामलों में भी इतनी मुस्तैदी क्यों नहीं दिखाई जाती है.

राजनीतिक पार्टियों की तो वोट लेने की मजबूरी होती है मगर न्यायपालिका से तो ना कोई सवाल कर सकता है और ना ही उन्हें किसी को जवाब देना है।

आखिरकार ऋषियों ने भारतवर्ष के नाम किस लिए दिया था हिंदुस्तान?

भारत जिसे हम हिंदुस्तान, इंडिया, आर्यावर्त, जम्बूद्वीप, भरतखण्ड, हिंदुस्थान, सोने की चिड़िया, भारतवर्ष ऐसे ही अनेकानेक नामों से जानते हैं। आदिकाल में विदेशी लोग भारत को उसके उत्तर-पश्चिम में बहने वाले महानदी सिंधु के नाम से जानते थे, जिसे ईरानियो ने हिंदू और यूनानियो ने शब्दों का लोप करके 'इण्डस' कहा। भारतवर्ष को प्राचीन ऋषियों ने 'हिन्दुस्थान' नाम दिया था जिसका अपभ्रंश 'हिन्दुस्तान' है।

'बृहस्पति आगम' के अनुसार

हिमालयात्समारभ्य यावत्इन्दु सरोवरम्।

तं देवनिर्मितं देशं हिन्दुस्थानं प्रचक्षते॥

यानि हिमालय से प्रारम्भ होकर इन्दु सरोवर (हिन्द महासागर) तक यह देव निर्मित देश हिन्दुस्थान कहलाता है।

भारत में रहने वाले जिसे आज लोग हिंदू नाम से ही जानते आए हैं। भारतीय समाज, संस्कृति, जाति और राष्ट्र की पहचान के लिये हिंदू शब्द लाखों वर्षों से संसार में प्रयोग किया जा रहा है विदेशियों नेअपनी उच्चारण सुविधा के लिये 'सिंधु' का हिंदू या 'इण्डस' से इण्डोस बनाया था, किन्तु इतने मात्र से हमारे पूर्वजों ने इसको नहीं माना।

'अद्भुत कोष', 'हेमंतकविकोष', 'शमकोष', 'शब्द-कल्पद्रुम', 'पारिजात हरण नाटक'. काली का पुराण आदि अनेक संस्कृत ग्रंथो में हिंदू शब्द का प्रयोग पाया गया है।

ईसा की सातवीं शताब्दी में भारत में आने वाले चीनी यात्री ह्वेनसांग ने कहा था कि यहां के लोगो को 'हिंदू' नाम से पुकारा जाता था। चंदबरदाई के पृथ्वीराज रासो में 'हिंदू' शब्द का प्रयोग हुआ है। पृथ्वीराज चौहान को 'हिंदू अधिपति' संबोधित किया गया है। समर्थ गुरु रामदास ने बड़े अभिमान पूर्वक हिंदू और हिन्दुस्थान शब्दों का प्रयोग किया।

शिवाजी ने हिंदुत्व की रक्षा की प्रेरणा दी और गुरु तेग बहादुर और गुरु गोविन्द सिंह तो हिंदुत्व के लिए अपनी ज़िंदगी समर्पित कर दी। स्वामी विवेकानंद ने स्वयं को गर्व पूर्वक हिंदू कहा था। हमारे देश के इतिहास में हिंदू कहलाना और हिंदुत्व की रक्षा करना बड़े गर्व और अभिमान की बात समझी जाती थी। इसीलिए वह समय आ गया है जब हम सभी सनातनी को जागकर हिन्दुत्व के हो रहे विलोप पर मंथन करते हुए इस वैदिक संस्कृति को बचाने में अपना अपना भरसक योगदान करें।

भारत माता की जय वन्देमातरम्

प्रधानमंत्री कानून लाएं या खुद एलान करें कि अब किसी भी अरबपति के कर्जे माफ नहीं किए जाएंगे- केजरीवाल

सुषमा रानी

नई दिल्ली, आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने मिडिल क्लास और किसानों को टैक्स के बोझ से राहत देने की मांग को लेकर प्रधानमंत्री को चिट्ठी लिखी है। उन्होंने प्रधानमंत्री से कहा कि अमीरों के करोड़ों के लोन माफ करने की जगह देश के किसानों व मिडिल क्लास के लोन माफ किए जाएं और मिडिल क्लास पर टैक्स का बोझ भी कम किया जाए। अगर पूंजीपतियों का कर्ज माफ नहीं किया जाता है तो आयकर व जीएसटी दरें आधी, टैक्स योग्य आय की लिमिट दोगुनी और खाने की चीजों पर जीएसटी माफ हो सकती हैं। उन्होंने कहा कि जब केंद्र सरकार जनता के टैक्स के पैसे को अपने अरबपति मित्रों पर लुटाती है तो मिडिल क्लास को बहुत दुख होता है। लिहाजा, प्रधानमंत्री कानून लाएं कि अब किसी भी अरबपति के कर्जे माफ नहीं किए जाएंगे।

पांच साल में अरबपतियों के 10 लाख करोड़ रुपए के कर्ज माफ कर दिए गए- केजरीवाल

मंगलवार को पार्टी मुख्यालय में प्रेसवार्ता कर अरविंद केजरीवाल ने कहा कि मैंने आज प्रधानमंत्री को एक बहुत अहम मुद्दे पर चिट्ठी लिखी है। जिसमें मैंने उनसे निवेदन किया है कि भाजपा की केंद्र सरकार सरकारी खजाने से खुलेआम देश के चंद अरबपतियों पर पैसे लुटा रही है। ऐसा लगता है कि जैसे सारा सरकारी खजाना जनता पर खर्च करने की बजाए कुछ अरबपति दोस्तों पर लुटाया जा रहा है। जिस भी अरबपति दोस्त पर मेहरबान होना होता है, उसे पहले सरकार से कर्जा दे देते हैं और 3-4 साल के बाद उस कर्जे को माफ कर देते हैं। एक तरह से सरकारी खजाने का सारा पैसा उस अरबपति के खजाने में चला जाता है, उसके अकाउंट में चला जाता है। पिछले 5 साल में केंद्र सरकार ने 400-500 अरबपतियों के 10 लाख करोड़ रुपए के कर्जे माफ कर दिए। एक तरफ जहां देश का गरीब और मिडिल क्लास का आदमी दिन-ब-दिन महंगाई और बेरोजगारी से जूझ रहा है। वहीं, दूसरी तरफ केंद्र का सारा खजाना 400-500 अरबपतियों के पूरी तरह से खोल दिया गया है।

हमने 400 करोड़ रुपए में महिलाओं की बस यात्रा फ्री कर दी और केंद्र ने एक ही आदमी के 46 हजार करोड़ रुपए माफ कर दिए- केजरीवाल

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि कुछ दिन पहले अखबारों में खबर छपी थी कि इनके एक दोस्त पर 47 हजार करोड़ रुपए का कर्जा था। उसके 47 हजार करोड़ में से 46 हजार करोड़ रुपए माफ कर दिए। एक और दोस्त पर 6.50 हजार करोड़ रुपए का कर्जा था। उसमें से उसके 5 हजार करोड़ रुपए माफ कर दिए। ऐसे लग रहा है कि जैसे पैसे लुटाते जा रहे हैं। मैंने दिल्ली में महिलाओं की बस यात्रा फ्री की, उस पर सिर्फ 400 करोड़ रुपए खर्च हुए। लेकिन इन्होंने एक ही आदमी पर 46 हजार करोड़ रुपए दे दिए। हमने दिल्ली की 1 करोड़ महिलाओं का बस का सफर फ्री करने पर सिर्फ 400 करोड़ रुपए खर्च किए और इन्होंने एक ही आदमी पर उससे कई गुना ज्यादा पैसे खर्च कर दिए।

मिडिल क्लास अपनी कमाई का आधा हिस्सा टैक्स के रूप में देता है, लेकिन बदले में उसे कुछ नहीं मिलता है- केजरीवाल

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि एक मिडिल क्लास का आदमी साल में 12 लाख रुपए कमाता है, उस पर केंद्र सरकार ने कई तरह के टैक्स लगा दिए। वह जीएसटी, इनकम टैक्स, सर्विस टैक्स, प्रॉपर्टी टैक्स, एजुकेशन सेस, कैपिटल गेन टैक्स और रोड टैक्स देता है। यह सारे टैक्स अगर एक साथ किए जाएं तो 12 लाख इनकेम कमाने वाला आदमी कम से कम 6 लाख रुपए यानि अपनी आधी आमदनी सरकार को टैक्स के रूप में दे देता है और उसे बदले में कुछ नहीं मिलता। जब वह देखता है कि वह टैक्स पर टैक्स दिए जा रहा है और उसका 6 लाख रुपए अरबपतियों के पास चला गया, उसे लूट लिया गया। इस बात से वह बहुत दुखी होता है।

देश बहुत नाराज है कि सरकारी खजाना अमीरों को दिया जा रहा है- केजरीवाल

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि मैंने इस पत्र के जरिए प्रधानमंत्री से दो निवेदन किए हैं। पहला, चाहे कानून लाया जाए या चाहे प्रधानमंत्री एलान करें कि अब इस देश के अंदर किसी भी अरबपति के कर्जे माफ नहीं किए जाएंगे। यह बहुत बड़ा घोटाला चल रहा है, देश को धोखा दिया जा रहा है। देश बहुत नाराज और दुखी है कि सारा सरकारी खजाना उठाकर अमीरों को दे दिया जा रहा है। अगर इन्हें कर्जे माफ करने हैं तो मिडिल क्लास के कर्ज माफ करो। एक मिडिल क्लास का आदमी अगर महीने का 1 लाख रुपए कमाता है तो उसके 60-70 हजार रुपए ईएमआई पर चले जाते हैं। लेकिन उनका कर्जा माफ नहीं करते। अगर कर्जे माफ करने ही हैं तो सभी मिडिल क्लास के होम लोन व व्हीकल लोन माफ कर दो। किसानों के लोन माफ कर दो। लेकिन अरबपतियों के कर्जे माफ करना बंद होना चाहिए। हम मांग करते हैं कि मिडिल क्लास के सारे ईएमआई माफ कर दो। किसानों के सारे कर्जे माफ कर दो।

घोषणा पत्र में व्यापारियों के लिए अपना रुख स्पष्ट करें - फेस्टा

सुषमा रानी

दिल्ली विधानसभा चुनाव को लेकर सदर बाजार में फेडरेशन ऑफ सदर बाजार ट्रेड एसोसिएशन की ओर से चेयरमैन परमजीत सिंह पम्मा अध्यक्ष राकेश यादव की अध्यक्षता में एक व्यापारियों की बैठक का आयोजन किया गया जिसमें आए दिन सदर बाजार में होने वाली समस्याओं के ऊपर चर्चा की गई बैठक में फेडरेशन के महासचिव राजेंद्र शर्मा, कमल कुमार, वरिष्ठ उपाध्यक्ष सुरेंद्र महेंद्रु, कोषाध्यक्ष दीपक मित्तल, उपकोषअध्यक्ष गोपाल ग्रोवर, व्यापारी नेता रमेश सचदेवा सहित अनेक व्यापारी नेताओं ने विभिन्न मुद्दों पर चर्चा की।

परमजीत सिंह पम्मा व राकेश यादव ने बताया सदर बाजार में 40 हजार दुकानदार हैं जो लेबर समेत 2 से ढाई लाख वोट बन जाते हैं जो दिल्ली की विभिन्न सीटों का हार जीत का फैसला करने में मुख्य भूमिका निभाते हैं।

इस अवसर पर परमजीत सिंह पम्मा व राकेश यादव ने कहा विभिन्न राजनीतिक दल फ्री की घोषणा तो करते जा रहे हैं बड़े दुख की बात है व्यापारियों के लिए कोई भी घोषणा नहीं कर रहे इसको लेकर व्यापारियों में रोष है। उन्होंने कहा, फ्री की जगह रोजगार के लिए कोई स्कीम लाइन जिसमें छोटे दुकानदार को फैक्ट्री वालों को आसानी से सस्ते ब्याज पर लोन मिल सके और वह लोगों को रोजगार और नौकरियां मिल सके और युवा वर्ग हमारी गद्दी की संभालने के लिए प्रोत्साहित हो। और हमारे बाजार का भविष्य सुरक्षित हो

परमजीत सिंह पम्मा व राकेश यादव ने कहा कि आए दिन व्यापारियों को दिक्कत का सामना करना पड़ रहा है इसको लेकर कई बार धरने प्रदर्शन तक कर चुके हैं। मगर कोई भी राजनीतिक दल चुनावी घोषणा पत्र में व्यापारियों के हित की बात नहीं कर रहा। उन्होंने कहा, व्यापारियों ने बैठक में यह फैसला किया सीलिंग व जो दुकान सील हुई है उनको खुलवाने के लिए सभी राजनीतिक पार्टियों अपना रुख *स्पष्ट करें। साथ ही सदर बाजार विकास बोर्ड के* लिए क्या कदम उठाएंगी, सदर बाजार में 4 से 5 मल्टी लेवल पार्किंग की व्यवस्था की जाए जिसमें लगभग दस हज़ार का खड़ी होने की व्यवस्था होनी चाहिए। व्यापारियों के लिए बीमा स्कीम की घोषणा हो जिसमें किसी प्रकार का भी नुकसान होने पर सरकारी तौर पर उनकी सहायता हो पाए चाहे वह मेडिकल हो या दुर्घटना पर उनको तय सुधा मुमकिन राहत मिल सके।

इस अवसर पर परमजीत सिंह पम्मा, राकेश यादव व राजिंदर शर्मा ने कहा सदर बाजार का व्यापारिक करोड़ों रुपया टैक्स देता है मगर कोई भी कोई भी नेता जीतने के बाद यहां पर कार्य नहीं करता उनको यह लगता है कि हम लोग यहां के वोटर ही नहीं है इसके कारण आए दिन सदर बाजार का बुरा हाल होता जा रहा है। अब व्यापारियों ने सोचा है कि अगर कोई भी राजनीतिक दल व्यापारियों के हित के लिए कार्य की घोषणा नहीं करेगा नहीं करेगा तो उसका हम बाय कट करेंगे।

डीजेबी ने पुष्टि की है कि हरियाणा से दिल्ली के लिए छोड़े जा रहे पानी में अमोनिया नामक जहर घुलकर आ रहा है- केजरीवाल

सुषमा रानी

नई दिल्ली। आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने भाजपा की हरियाणा सरकार द्वारा यमुना में छोड़े जा जहरीले पानी को लेकर तीखी प्रतिक्रिया दी। उन्होंने कहा कि भाजपा मुकदमे से मुझे डराने की कोशिश न करे, बल्कि अपनी हरियाणा सरकार से दिल्लीवालों के लिए साफ पानी दिलाए। डीजेबी ने भी अपनी चिट्ठी में पुष्टि की है कि हरियाणा से दिल्ली के लिए छोड़े जा रहे पानी में अमोनिया नामक जहर घुलकर आ रहा है। ये लोग दिल्ली की जनता को जहर वाला पानी पिलाएंगे और मैं आवाज उठा रहा हूं तो मुझ पर केस करने की धमकी देंगे? हरियाणा के सीएम पानी पर राजनीति न करें। मुझ पर केस करना है तो कर दें, लेकिन मैं दिल्ली की जनता को मरने नहीं दूंगा।

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि पानी के मुद्दे पर मुख्यमंत्री आतिशी ने आज चुनाव आयोग को एक और चिट्ठी लिखी है। सोमवार को खुद दिल्ली जल बोर्ड के सीईओ ने अपनी चिट्ठी में इसकी पुष्टि की थी कि हरियाणा से दिल्ली के अंदर आ रहे पानी में अमोनिया नाम का जहर घुलकर आ रहा है। आज 4 बजे मुख्यमंत्री आतिशी और भगवंत मान को चुनाव आयोग ने मिलने का वक्त दिया है। इस मुद्दे पर दोनों ही चुनाव आयोग से मिलने जाएंगे।

आगे उन्होंने कहा कि हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी पानी के ऊपर राजनीति न करें वरना उन्हें पाप चढ़ेगा। लोगों को अगर गंदा और जहर वाला पानी पिलाओगे तो उनकी बद्दुआएं लगेंगी। वो मुझे डरा रहे हैं कि केस कर देंगे। केस कर दें। क्या इन लोगों ने केस करने में कोई कसर छोड़ रखी है? मुझे जेल भेज दिया, अब क्या मुझे फांसी पर चढाएंगे। क्या ये जनता को मारेंगे?

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि ये लोग दिल्ली की जनता को जहर वाला पानी पिलाएंगे और मैं आवाज उठा रहा हूं तो केस कर देंगे, यह कहकर हमें डरा रहे हैं। केस कर दें, लेकिन मैं दिल्ली की जनता को मरने नहीं दूंगा। मैं दिल्ली की जनता को जहर वाला पानी नहीं पिलाऊंगा। भाजपा अपनी गंदी राजनीति से बाज आए। नायब सिंह सैनी हमें केस से डराने की कोशिश ना करें। साफ पानी छोड़ो। पानी पिलाने का पुण्य होता है।

हरियाणा से दिल्ली के लिए यमुना में छोड़े जा रहे पानी में अमोनिया का स्तर सामान्य से 6 गुना ज्यादा है, जो बेहद जहरीला है: आतिशी

सुषमा रानी

नई दिल्ली। दिल्ली की मुख्यमंत्री अतिशी ने मुख्य चुनाव आयुक्त को पत्र लिखकर हरियाणा सरकार द्वारा दिल्ली के लिए यमुना में छोड़े जा रहे अमोनिया युक्त जहरीले पानी को लेकर तत्काल हस्तक्षेप की मांग की है। उन्होंने पत्र में कहा है कि चुनाव आयोग हस्तक्षेप करते हुए हरियाणा सरकार को निर्देश दे कि वह या तो अमोनिया मुक्त शुद्ध कच्च पानी दिल्ली के लिए छोड़े या फिर अमोनिया के स्तर को कम करने के लिए अतिरिक्त पानी दे। वर्तमान में हरियाणा सरकार द्वारा दिल्ली के लिए यमुना में छोड़े जा रहे पानी में अमोनिया का स्तर सामान्य से 6 गुना ज्यादा है, जो व्यक्ति के लिए बेहद जहरीला है। इस पानी को साफ करके दिल्ली के लोगों को आपूर्ति करना संभव नहीं है। क्योंकि इससे उनकी जान को खतरा हो सकता है। सीएम आतिशी ने दिल्ली चुनाव में बाहरी हस्तक्षेप को रोकने मांग को लेकर मुख्य चुनाव आयुक्त से आज एक बैठक करने के लिए समय भी मांगा है।

मंगलवार को मुख्य चुनाव आयुक्त को लिखे पत्र में सीएम आतिशी ने कहा है कि दिल्ली में स्वतंत्र और निष्पक्ष चुनावों को प्रभावित करने के प्रयास किया जा रहा है। मैंने 27 जनवरी 2025 को इस मामले का उजागर किया था कि हरियाणा सरकार द्वारा जानबूझकर दिल्ली के लोगों की पानी की आपूर्ति को बाधित करने का प्रयास किया जा रहा है। मैं इस मामले पर दिल्ली जल बोर्ड के सीईओ द्वारा दिल्ली के मुख्य सचिव को 27 जनवरी 2025 को प्रस्तुत एक नोट भी साझा कर रही हूं।

दिल्ली जल बोर्ड के सीईओ के नोट में यह साफ तौर पर बताया गया है कि दिल्ली जल बोर्ड के वाटर ट्रीटमेंट प्लांट्स सिर्फ 1 पीपीएम तक अमोनिया को साफ कर सकते हैं। नोट में यह भी बताया गया है कि हरियाणा से दिल्ली आने वाली यमुना नदी के पानी में बिना उपचारित सीवेज और औद्योगिक कचरे के मिल जाने की वजह से अमोनिया की मात्रा लगातार बढ़ रही है। पिछले दो दिनों में अमोनिया का स्तर 7 पीपीएम तक पहुंच गया है, जो कि उपचार की सीमा से 700 फीसद अधिक है।

हरियाणा से पानी में अमोनिया की ज़हरीली मात्रा के कारण दिल्ली के वाटर ट्रीटमेंट प्लांट्स को पानी ठीक से साफ करने में मुश्किल हो रही है। इसके चलते दिल्ली में पानी की आपूर्ति में 15 से 20 फीसद की कमी आई है, यानी लगभग 34 लाख लोग प्रभावित हो रहे हैं। ये बात साफ है कि पानी में ज्यादा अमोनिया होने से सेहत पर बुरा असर पड़ सकता है, जैसे कि गुर्दे की बीमारी, सांस लेने में तकलीफ, और लंबे समय तक शरीर के अंगों को नुकसान भी हो सकता है।

दिल्ली जल बोर्ड के सीईओ का बयान यह साफ़ दर्शाता है कि बिना ट्रीट किए गंदे पानी और औद्योगिक कचरे को हरियाणा से बिना किसी रोक-टोक के नदी में छोड़ने की वजह से दिल्ली में जल आपूर्ति को संकट पैदा हो रहा है। यह कोई लापरवाही नहीं, बल्कि जानबूझकर पानी में अमोनिया जैसे हानिकारक रसायन मिलाना एक तरह से वाटर टेररिज्म है, जिसका उद्देश्य दिल्ली में स्वतंत्र और निष्पक्ष चुनावों पर असर डालना है।

इसलिए, मैं पुनः आपसे निवेदन करती हूं कि इस मामले में तात्काल हस्तक्षेप किया जाए ताकि या तो हरियाणा से दिल्ली में सिर्फ अमोनिया रहित शुद्ध कच्चा पानी छोड़ा जाए, या फिर अतिरिक्त शुद्ध कच्चा पानी छोड़ा जाए ताकि अमोनिया के स्तर को कम किया जा सके। साथ ही, मैं आपसे अनुरोध करती हूं कि मुझे आज ही इस महत्वपूर्ण मुद्दे पर मिलने का समय दिया जाए ताकि दिल्ली में चुनावों को किसी बाहरी ताकत से नुकसान न पहुंचे।

सीएम आतिशी ने एक्स पर कहा कि हरियाणा से दिल्ली में प्रवेश करने वाली यमुना नदी के पानी में अमोनिया का स्तर सामान्य से 6 गुना अधिक है। यह स्तर इंसान के शरीर के लिए बेहद जहरीला है। इस पानी को शुद्ध करके दिल्ली के लोगों को आपूर्ति करना संभव नहीं है, क्योंकि इससे उनकी जान को खतरा हो सकता है। मैंने एक बार फिर चुनाव आयोग को पत्र लिखा है, और उनसे अनुरोध किया है कि वे इस जहरीले पानी को दिल्ली में आने से रोकने के लिए हस्तक्षेप करें। साथ ही, मैंने तत्काल मीटिंग की मांग भी की है।

10 करोड़ श्रद्धालुओं पर 25 क्विंटल गुलाब की पंखुड़ियों से होगी पुष्प वर्षा

नईदिल्ली। मौनी अमावस्या के अमृत स्नान पर्व पर योगी सरकार श्रद्धालुओं पर कराएगी पुष्प वर्षा। सभी घाटों पर पुष्प वर्षा कराए जाने की तैयारी, दिन में 5 से 6 राउंड होगी पुष्प वर्षा। सबसे पहले सुबह 6.30 बजे से 7 बजे के बीच श्रद्धालुओं पर होगी आकाश से पुष्प वर्षा। श्रद्धालुओं की भीड़ को देखते हुए पुष्प वर्षा की संख्या में हो सकती है वृद्धि। महाकुम्भ नगर, 28 जनवरी। महाकुम्भ 2025 में मौनी अमावस्या के पावन अवसर पर योगी सरकार ने श्रद्धालुओं के अनुभव को यादगार बनाने के लिए विशेष तैयारी की है। इस अमृत स्नान पर्व पर श्रद्धालुओं पर आसमान से गुलाब की पंखुड़ियों से पुष्प वर्षा की जाएगी। अनुमान जताया जा रहा है कि मौनी अमावस्या पर 10 करोड़ श्रद्धालु अमृत स्नान करेंगे। पुष्प वर्षा का यह आयोजन श्रद्धालुओं के लिए अद्वितीय अनुभव और उत्साह का संचार करेगा और श्रद्धालुओं की धार्मिक आस्था और उत्साह को नई ऊंचाई देगा। श्रद्धालु इस अनोखे अनुभव को देखने और महसूस करने के लिए बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं।

25 क्विंटल गुलाब की पंखुड़ियों से पुष्प वर्षा

मौनी अमावस्या के इस पावन पर्व पर 10 करोड़ श्रद्धालुओं पर पुष्प वर्षा की जाएगी। इसके लिए लगभग 25 क्विंटल गुलाब की पंखुड़ियों की व्यवस्था की गई है। उपनिदेशक उद्यान, प्रयागराज मंडल कृष्ण मोहन चौधरी ने बताया कि श्रद्धालुओं की भारी भीड़ को देखते हुए 5 क्विंटल अतिरिक्त गुलाब की पंखुड़ियां भी तैयार रखी गई हैं, ताकि आवश्यकता पड़ने पर पुष्प वर्षा की संख्या को बढ़ाया जा सके।

सभी घाटों पर 5-6 बार होगी पुष्प वर्षा

महाकुम्भ में पुष्प वर्षा के प्रभारी उद्यान वीके सिंह ने बताया कि पूरे आयोजन के दौरान सभी घाटों पर दिनभर 5 से 6 राउंड पुष्प वर्षा की जाएगी। पहले राउंड का आयोजन सुबह 6:30 बजे से 7 बजे के बीच शुरू होगा। इसके तहत, श्रद्धालुओं पर आकाश से पुष्प वर्षा की जाएगी। यह नजारा न केवल श्रद्धालुओं के लिए अद्वितीय होगा, बल्कि महाकुम्भ की दिव्यता को और बढ़ाएगा। श्रद्धालुओं की अपार भीड़ को देखते हुए पुष्प वर्षा की संख्या बढ़ाई जा सकती है। इसके लिए पुख्ता इंतजाम किए हैं। हर राउंड के लिए गुलाब की पंखुड़ियों को अलग-अलग व्यवस्थित रूप से रखा गया है। उन्होंने कहा कि योगी सरकार ने इस विशेष आयोजन के जरिए मौनी अमावस्या पर आने वाले श्रद्धालुओं को एक नया अनुभव देने की कोशिश है। पुष्प वर्षा के जरिए श्रद्धालुओं को सम्मानित और स्वागत करते हुए उन्हें धार्मिक और आध्यात्मिक ऊर्जा से भरपूर माहौल प्रदान किया जाएगा।

महा अमृत स्नान पर्व मौनी अमावस्या पर पुलिस उप महानिरीक्षक श्री वैभव कृष्ण IPS व वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक श्री राजेश द्विवेदी IPS के द्वारा महाकुम्भ मेला क्षेत्र में आने वाले सभी श्रद्धालुओ/स्नानार्थियों से अनुरोध किया जा रहा है कि प्रत्येक चौराहे/तिराहे व बैरिकेडिंग एवं पाण्टून पुलों पर धैर्य बनाए रखें जल्दबाजी न करें मेला क्षेत्र में आने जाने के लिए अपनी साइड बने रहें, जिस घाट पर पहुंचें वहीं स्नान करें।

बसपा प्रत्याशी वक़ार चौधरी को मिल रहा है दलित अल्पसंख्यक व पिछड़ों का भरपूर समर्थन

सुषमा रानी

नईदिल्ली। लक्ष्मी नगर विधान सभा से बहुजन समाज पार्टी के प्रत्याशी मोहम्मद वकार चौधरी ने किशन कुंज, जे एक्सटेंशन लक्ष्मी नगर, कुंदन नगर आदि इलाकों में डोर टू डोर प्रचार किया। इनके साथ डॉक्टर सलीम कोषाध्यक्ष दिल्ली प्रदेश, तेज सिंह कॉर्सिनेटर, हंसराज जिला सचिव, बीरेंदर, शमीम यशपाल शिवम्, राहुल आदि मुख्य रूप से शामिल रहे। रैली के दौरान लोगों ने प्रत्याशी का माला पहनाई और ढोल-नगाड़ों के साथ अभिनंदन किया। क्षेत्रियासियों ने वकार चौधरी को भरोसा दिलाया कि उन्हें दलितों और अल्पसंख्यकों का भरपूर समर्थन मिल रहा है। स्थानीय लोगों का कहना था कि पिछले विधायक ने उनके क्षेत्र के विकास के लिए कोई खास प्रयास। लेकिन वकार चौधरी से उन्हें उम्मीद है कि वे उनकी परेशानियों को समझेंगे और उनका समाधान करेंगे। अपने संबोधन में वकार चौधरी ने कहा कि बसपा की नीतियां सर्व समाज के उत्थान के लिए हैं और वे क्षेत्र में शिक्षा, रोजगार और स्वास्थ्य जैसी बुनियादी जरूरतों को प्राथमिकता देंगे। उन्होंने जनता को भरोसा दिलाया कि वे सभी वर्गों की आवाज बनकर उनकी समस्याओं का निवारण करेंगे।

रैली में शामिल बच्चों, युवाओं और बुजुर्गों की आंखों में बदलाव की उम्मीद साफ झलक रही थी। क्षेत्रवासियों ने कहा कि वकार चौधरी की सादगी और ईमानदार छवि ने उनके दिलों में विश्वास पैदा किया है। इस रैली ने यह साफ कर दिया कि वकार चौधरी क्षेत्र के लोगों के बीच तेजी से लोकप्रिय हो रहे हैं और जनता उनमें अपने भविष्य का नेतृत्व देख रही है।

देश में नफरत की राजनीति करने वाली भाजपा को शिकस्त देना दिल्ली के चुनाव में एक अहम मुद्दा है- संजय सिंह

सुषमा रानी

नई दिल्ली। आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल की काम की राजनीति से प्रभावित होकर मंगलवार को दिल्ली कांग्रेस के पूर्व सचिव राजीव कौशिक समेत कई नेता आम आदमी पार्टी में शामिल हो गए। ''आप'' के वरिष्ठ नेता और सांसद संजय सिंह ने पार्टी मुख्यालय में पटका और टोपी पहनाकर सबका स्वागत किया। इस दौरान उन्होंने कहा कि देश में नफरत की राजनीति करने वाली, महंगाई और बेरोजगारी के लिए जिम्मेदार भाजपा को शिकस्त देना दिल्ली के इस चुनावी अभियान का अहम मुद्दा है। इन लोगों के पार्टी में शामिव होने से रोहतस नगर ही नहीं, बल्कि आसपास की सीटों पर भी आम आदमी पार्टी को मजबूती मिलेगी।

आम आदमी पार्टी के वरिष्ठ नेता एवं राज्यसभा सदस्य संजय सिंह ने पार्टी मुख्यालय पर प्रेस वार्ता कर कहा कि आज कई साथी कांग्रेस छोड़कर आम आदमी पार्टी में शामिल हो रहे हैं। इसमें दिल्ली प्रदेश कांग्रेस के पूर्व सचिव और मेनिफेस्टो कमिटी के सदस्य राजीव कौशिक, दिल्ली प्रदेश कांग्रेस कमिटी के डेलीगेट राजकुमार शर्मा, कांग्रेस के जिला महासचिव सलीम अहमद, जिला उपाध्यक्ष जितेन शर्मा, दिल्ली प्रदेश कांग्रेस के सोशल मीडिया वाइस चेयरमैन नलिन कौशिक आज आम आदमी पार्टी में शामिल हो रहे हैं। मैं सभी का पार्टी में स्वागत करता हूं।

इस दौरान राजीव कौशिक ने कहा कि मैं करीब 38 साल से कांग्रेस के लिए काम कर रहा हूं। मेरे पिताजी भी ब्लॉक अध्यक्ष रहे हैं। लेकिन पिछले कुछ समय से कांग्रेस अपनी मूल विचारधारा से भटक रही है। अब यह कांग्रेस की विचारधारा की नहीं बल्कि उसके अस्तित्व को बचाने की लड़ाई बन गई है। कांग्रेस में अच्छे उम्मीदवारों को टिकट न देकर ऐसे उम्मीदवारों को टिकट दिया जा रहा है जिससे भाजपा की मदद हो सके और किसी तरह आम आदमी पार्टी को बाहर किया जा सके। इसने मुझे बहुत आहत किया और मैंने कई दिनों तक इस पर विचार किया। जब मैंने देखा कि प्रदेश कांग्रेस अपने मूल मुद्दों से हट गई है, उसे कार्यकर्ताओं से कोई लेना-देना नहीं है, इसके बाद हमने फैसला किया कि हमें उस दल के साथ जाना चाहिए जहां जनता के हित और सबको साथ लेकर चलने की बात हो रही है। पिछले 10 साल के अंदर अरविंद केजरीवाल ने दिल्ली में बहुत काम किया है और शिक्षा, इलाज समेत तमाम क्षेत्रों में वह काम दिख रहा है। दिल्ली में बदलाव हुआ है। इस बदलाव को निरंतर रखने के लिए दिल्ली में आम आदमी पार्टी का आना जरूरी है।

वहीं, राजकुमार शर्मा ने कहा कि मैं 45 वर्षों तक कांग्रेस से जुड़ा रहा हूं। आज कांग्रेस के नेता क्या कर रहे हैं, यह सबको पता है। अगर भाजपा को टक्कर देनी है तो आम आदमी पार्टी के साथ जाना होगा। इसलिए आज हमारे सभी साथी आम आदमी पार्टी को ज्वाइन कर रहे हैं। मैं कई वर्षों तक रोहतास नगर विधानसभा में कांग्रेस का चुनाव इंचार्ज रहा हूं। हम अपने क्षेत्र में ही नहीं, पूरी दिल्ली में आम आदमी पार्टी का डंका बजा देंगे।

वाल्मीकि समाज के वरिष्ठ नेता उदय गिल आज दिल्ली के पूर्व मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल की उपस्थिति में आम आदमी पार्टी में शामिल हुए!

सुषमा रानी

(दिल्ली) वाल्मीकि समाज के वरिष्ठ नेता उदय गिल आज अपने सैंकड़ों साथियों के साथ ₹आम आदमी पार्टी₹ में शामिल हुए, उनकी संस्था वाल्मीकि चौपाल अधिकतर गोल मार्केट में लगती है और वह समय-समय पर समाज में दलित पीड़ित व्यक्तियों के लिए आवाज उठाते हैं।उन्होंने अपनी संस्था 'वाल्मीकि चौपाल' के माध्यम से पूरी दिल्ली में दलित व वंचितों के उत्थान के लिए सराहनीय कार्य किए है। और इन्हीं कार्य को व्यापक तौर से कर सकें इसके लिए उन्होंने आप पार्टी का दामन थामा है।

चिलगोजा

कीमत और पौष्टिकता दोनों में काजू से श्रेष्ठ यह ड्राई फ्रूड वाकई में बेमिसाल है। चिलगोजा एक ऐसा ड्राई फ्रूट है जिसके बारे में शायद ही आपने इससे पहले देखा और सुना होगा ! हिमाचल प्रदेश का एक प्यारा सा शहर है किन्नौर ! यही पाये जाते है चिलगोजा के पेड़ !

खासकर टापरी से लेकर पूह तक केवल सतलुज नदि के किनारे ही पाया जाता है। किन्नौर के अलावा भारत में कश्मीर के छोटे से हिस्से में भी चिलगोजा पाया जाता है। उधर नेपाल, अफगानिस्तान और चीन में भी कुछ सीमित क्षेत्रों में चिलगोजा पाया जाता है। किन्नौर में नेयोजा के नाम से मशहूर चिलगोजा को किन्नौर में नेयोजा के नाम से जाना जाता है। पाइन नट्स नाम का यह पेड़ चीड़ के पेड़ से मिलता जुलता है।

चिलगोजा के पेड़ का तना सफेद होता है जबकि चीड़ की तरह ही इसके कोन्स होते हैं जिसमें बीज लगते है। ऊंची चट्टानों, पहाड़ों और पत्थरों के बीच बड़े पेड़ों से इन कोन्स को निकालना आसान नहीं होता। काफी मेहनत के बाद निकले चिलगोजे को मार्किट में खरीदने के लिए व्यवसायी दूर--दूर से किन्नौर के मुख्यालय रिकांगपिओ पहुंचते हैं। चिलगोजा भारतीय बाजार में ही 2 हजार रूपये प्रति किलोग्राम से कीमत में बिकता है। चिलगोजा वैज्ञानिक खेती नहीं हो पाई संभव चिलगोजा की वैज्ञानिक खेती अभी तक संभव नहीं हो पाई है। वन विभाग और बागवानी विभाग इसकी अन्यत्र खेती के प्रयास में जुटा है लेकिन अब तक यह संभव नहीं हो पाया है। किन्नौर के इस क्षेत्र में भी हर साल हजारों नए पौधे रोपे जा रहे हैं, लेकिन उम्मीद के अनुरूप कम ही पौधे टिक पाते हैं। जानकारों का कहना है कि यदि इस पेड़ का वैज्ञानिक दोहन न हुआ और इसके संरक्षण पर विशेष ध्यान न दिया गया तो औषधीय तत्वों से भरपूर यह चिलगोजा विलुप्त हो सकता है।

चिलगोजा के फायदे में स्वास्थ्य संबंधित कई फायदे शामिल हैं, जो चिलगोजा खाने के फायदे के महत्व को दर्शाते हैं।

मधुमेह में मधुमेह जैसी बीमारी में खान-पान का विशेष ध्यान देना पड़ता है, लेकिन यदि आप चिलगोजा का सेवन कर रहे हैं तो निश्चिन्त रहिये क्योंकि और इसमें मौजूद पोषक तत्वों से मधुमेह की समस्या में होने वाले खतरों को कई गुना तक कम किया जा सकता हैं। वैज्ञानिक शोध के मुताबिक पाइन नट्स के प्रयोग से सीरम कोलेस्ट्रॉल के स्तर में कमी देखी गई। चिलगोजा में कैल्शियम, पोटैशियम और मैग्नेशियम जैसे मिनरल्स मौजूद होते हैं (2)। एक वैज्ञानिक अध्ययन के अनुसार यह पाया गया कि उपरोक्त तत्वों वाले नट का सेवन अगर किया जाए तो यह डायबिटीज के खतरे को कम कर सकते हैं ।।

हृदय स्वास्थ्य में चिलगोजा खाने का तरीका, हृदय स्वास्थ्य में भी लाभदायक हो सकता है। चिलगोजा एक नट है और एक वैज्ञानिक शोध के अनुसार नट पदार्थों का सेवन करने से हृदय संबंधित बीमारियों का खतरा कम हो सकता है । एक अन्य अध्ययन की मानें तो पाइन नट्स के अंदर मौजूद पोषक तत्व हृदय संबंधी कई रोगों में कमी देखी गई। चिलगोजा में कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने का गुण मौजूद होते हैं। एक वैज्ञानिक शोध के अनुसार चिलगोजा में मौजूद पॉली अनसैचुरेटेड फैट कोलेस्ट्रॉल को कम कर हृदय रोगों से सुरक्षा प्रदान कर सकते हैं

कोलेस्ट्रॉल के लिए चिलगोजा खाने का तरीका इस्तेमाल कर कोलेस्ट्रॉल को संतुलित किया जा सकता है, क्योंकि चिलगोजा में कोलेस्ट्रॉल की मात्रा बिल्कुल भी नहीं होती है और यही वजह है कि चिलगोजा का सेवन करने से कोलेस्ट्रॉल में बढोत्तरी होने का खतरा कम हो सकता है

वजन संतुलित करने में वजन नियंत्रित रखने में भी चिलगोजा खाने के फायदे देखे जा सकते हैं। एक वैज्ञानिक शोध के मुताबिक चिलगोजा से बने हुए तेल का सेवन वजन घटाने में अहम भूमिका निभा सकता है। दरअसल, चिलगोजा में पिनोलेनिक एसिड मौजूद होता है और यह 14 से 19 प्रतिशत फैटी एसिड को प्रदर्शित करता है। यह एसिड भूख को नियंत्रित कर वजन को कम करने में मदद कर सकता है ।एक अन्य वैज्ञानिक शोध के मुताबिक भी यह कहा गया है कि रोजाना नट पदार्थों के सेवन से वजन घटाने में मदद मिल सकती है

कैंसर में चिलगोजे के फायदे कैंसर जैसी गंभीर बिमारी में भी देखने को मिल सकते हैं। एक वैज्ञानिक शोध के अनुसार, कैंसर जैसी बीमारी से बचने के लिए नट पदार्थों का सेवन लाभदायक हो सकता है । शोध के अनुसार, पाइन नट्स में रेस्वेराट्रोल नमक एंटीऑक्सीडेंट मौजूद होता है, जो कैंसर के जोखिम को कम करने में मदद कर सकता है। वहीं, पाइन नट्स में उपस्थित फोलिक एसिड डीएनए (DNA) की क्षति को कम कर सकता है

मस्तिष्क स्वास्थ्य में मस्तिष्क स्वास्थ्य में चिलगोजा खाने के फायदे प्रभावकारी रूप में देखे जा सकते हैं। एक वैज्ञानिक अध्ययन के अनुसार चिलगोजा में ओमेगा-3 एसिड पाया जाता है, जो मस्तिष्क की कोशिकाओं को बेहतरीन रूप से चलाने के लिए उपयोगी माना जाता है। चिलगोजा खाने से ओमेगा- 3 फैटी एसिड्स मस्तिष्क के बेहतरीन संचालन, याददाश्त को मजबूत बनाने का काम कर सकता है ।।

हड्डियों के लिए चिलगोजा खाने के फायदे हड्डियों की मजबूती के लिए भी देखे जा सकते हैं, क्योंकि चिलगोजा में मौजूद फैटी एसिड हड्डियों के विकास और मजबूती में बड़ी भूमिका निभा सकते हैं। एक वैज्ञानिक अध्ययन के अनुसार चिलगोजा में पाया जाने वाला ओमेगा-6 फैटी एसिड्स हड्डियों को स्वस्थ रखने के साथ – साथ गठिया जैसे रोग में भी आराम पहुंचा सकता है ।। इसके अलावा चिलगोजे के फायदे में कैल्शियम भी शामिल है जो हड्डियों की मजबूती और विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है।

प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए भी चिलगोजा का प्रयोग किया जा सकता है। एक वैज्ञानिक अध्ययन के अनुसार चिलगोजे में जिंक मौजूद होता है, जो प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ावा देने का काम करता है ।।

आंखों की देखभाल के लिए चिलगोजे के फायदे में आंखों की देखभाल भी शामिल हो सकते हैं। एक वैज्ञानिक शोध के मुताबिक आंखों की देखभाल के लिए अगर आप चिलगोजा का सेवन कर रहे हैं, तो इसमें मौजूद ओमेगा-3 आपकी आंखों की मदद कर सकता है। यह आपकी आंखों की नाईट विजन (दृष्टि) और कलर विजन की क्षमता का विकास कर सकता है । इसके अलावा चिलगोजा में विटामिन- ए भी पाया जाता है, जो आंखों की रेटिना में रंजक (आंखों को विभिन्न रंगों को पहचानने की क्षमता) का विकास करता है । इसलिए आंखों की देखभाल के लिए चिलगोजा का प्रयोग किया जा सकता है।

एंटीऑक्सीडेंट के तौर पर एंटीऑक्सिडेंट्स हमारी कोशिकाओं को नुकसान पहुंचने से बचाते हैं। अगर आप चिलगोजा का सेवन कर रहे हैं तो निश्चिंत हो जाइए, क्योंकि चिलगोजे में एंटीऑक्सीडेंट्स (विटामिन ए , विटामिन सी और विटामिन ई) भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं ।।

भूख नियंत्रित रखने में वजन को संतुलित रखने के लिए भी चिलगोजा खाने के फायदे देखे जा सकते हैं। जैसा कि हम ऊपर बता चुके हैं कि चिलगोजे में पिनोलेनिक नामक फैटी एसिड पाया जाता है, जो भूख को नियंत्रित करने का काम कर सकता है । इसके अलावा वैज्ञानिक शोध में भी देखा गया है कि पाइन नट दो खास हार्मोन सीसीके और जीएलपी-1 को बढ़ाने का काम करता है, जो भूख को नियंत्रित करने का काम कर सकते हैं।।

त्वचा के लिए त्वचा के लिए भी चिलगोजे के फायदे आपको लाभ पहुंचा सकते हैं। एक वैज्ञानिक अध्ययन के मुताबिक चिलगोजा का इस्तेमाल त्वचा के लिए फायदेमंद हो सकता है, क्योंकि यह विटामिन-सी (एस्कॉर्बिक एसिड) का अच्छा स्रोत होता है। विटामिन सी एक एंटीऑक्सीडेंट्स है, जो सूर्य की हानिकारक किरणों से त्वचा की रक्षा करता है। साथ ही विटामिन सी त्वचा में कोलेजन को बढ़ाता है और एजिंग को कम करता है। इसके अलावा चिलगोजे में मौजूद मैंगनीज त्वचा को मुक्त कणों से दूर रखने का काम भी कर सकता है

बालों के स्वास्थ्य के लिए बालों के स्वास्थ्य के लिए भी चिलगोजा खाने के फायदे देखे जा सकते हैं। चिलगोजे में पाया जाने वाला ओमेगा-3 और ओमेगा-6 फैटी एसिड बालों के विकास के लिए उपयोगी हो सकता है ।। एक वैज्ञानिक अध्ययन के अनुसार, ओमेगा-6 फैटी एसिड बालों को झड़ने से रोकने में मदद करता है और बालों को घना बनाने में भी सहयोग कर सकता है ।

सभी सुखी और निरोगी रहे

लाला लाजपतराय की जयंती

लाला लाजपत राय का जन्म 28 जनवरी 1865 को पंजाब के मोंगा जिले में हुआ था। लाला लाजपत राय को पंजाब केसरी यानी पंजाब का शेर कहा जाता था। एक क्रांतिकारी स्वतंत्रता सेनानी और तीन 'लाल बाल पाल' की तिकड़ी में से एक ने उनकी राष्ट्रवाद और उत्साही देशभक्ति की विचारधारा के कारण उन्हें 'पंजाब केसरी' और 'पंजाब का शेर' की उपाधि दी थी।

लाला लाजपत राय के जीवन से जुड़े रोचक तथ्य लाला लाजपत राय, बाल गंगाधर तिलक और बिपिन चंद्र पाल को लाल-बाल-पाल तिकड़ी के नाम से जाना जाता है, जिन्होंने स्वदेशी आंदोलन को बढ़ावा दिया। लाला लाजपत राय प्रथम विश्व युद्ध के दौरान संयुक्त राज्य अमेरिका में रहे, जहां उन्होंने इंडियन होम रूल लीग ऑफ़ अमेरिका की स्थापना की। लाला लाजपत राय की पुण्यतिथि पर ओडिशा के लोग शहीद दिवस मनाते हैं। हिसार, हरियाणा में राय पशु चिकित्सा और पशु विज्ञान विश्वविद्यालय का नाम लाला लाजपत राय के नाम पर रखा गया है। लाला लाजपत राय ने स्कूल की पढ़ाई के बाद कानून की पढ़ाई की और हिसार में ही इसका अभ्यास किया। लाला लाजपत राय ने ने 'द स्टोरी ऑफ माई डिपोर्टेशन (1908), आर्य समाज (1915), द यूनाइटेड स्टेट्स ऑफ अमेरिका: ए हिंदू इम्प्रेशन (1916), यंग इंडिया (1916), अनहैप्पी इंडिया (1928), और भारत के लिए इंग्लैंड का कर्ज (1917) समेत कई पुस्तकें लिखी है। लाला लाजपत राय हिंदू धर्म से काफी प्रभावित थे और उन्होंने कई भारतीय नीतियों में सुधार किया। लाला लाजपत राय 1894 में अपने शुरुआती दौर में पंजाब नेशनल बैंक और लक्ष्मी इंश्योरेंस कंपनी की स्थापना में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। लाला लाजपत राय का निधन 17 नवंबर 1928 को हो गया।

लाला लाजपत राय के अनमोल विचार अंत में जीने की स्वतंत्रता है, हमारी अपनी अवधारणा के अनुसार जीवन क्या होना चाहिए, अपने स्वयं के व्यक्तित्व को विकसित करने के लिए अपने आदर्शों को आगे बढ़ाने के लिए और उद्देश्य की एकता को सुरक्षित करने के लिए जो हमें दुनिया के अन्य राष्ट्रों से अलग करेगा। मनुष्य हमेशा प्रगति की मार्ग में अपने गुणों से आगे बढ़ता है। किसी दुसरे के भरोसे रहकर आगे नही बढ़ा जा सकता है। अगर सार्वजनिक जीवन में अनुशासन का होना बहुत जरुरी है वरना प्रगति के रास्ते में बाधा आ जाएगी। हमारे लिए सही बात यह है कि हम एक लोकतांत्रिक राज के लिए प्रयास करें, जिसमें हिंदू, मुस्लिम और अन्य समुदाय भारतीय के रूप में भाग ले सकें न कि किसी विशेष धर्म के अनुयायी के रूप में। नैतिकता की आवश्यकता है कि हमें किसी भी बाहरी विचारों की परवाह किए बिना, दलित वर्गों को न्याय और मानवता की भावना से ऊपर उठाने का काम करना चाहिए।

क्या बढ़े हुए यूरिक एसिड के दौरान प्रोटीन का सेवन बंद कर देना चाहिए ?

हमारे शरीर में यूरिक एसिड एक प्राकृतिक पदार्थ है, जो प्यूरीन नामक तत्व के टूटने से बनता है। यह मुख्य रूप से किडनी के जरिए शरीर से बाहर निकलता है लेकिन जब किडनी इसे सही तरीके से बाहर नहीं कर पाती या शरीर में प्यूरीन का स्तर अधिक होता है, तो यूरिक एसिड बढ़ने लगता है। इसका उच्च स्तर हाइपरयूरिसीमिया कहलाता है, जो गठिया और अन्य स्वास्थ्य समस्याओं का कारण बन सकता है। बढ़े हुए यूरिक एसिड के दौरान प्रोटीन को लेकर कई भ्रांतियां हैं। आइए इसे वैज्ञानिक और तकनीकी दृष्टिकोण से समझें।

प्रोटीन और यूरिक एसिड का संबंध

1. प्यूरीन का स्रोत सभी प्रोटीन प्यूरीन का स्रोत नहीं होते। केवल कुछ खाद्य पदार्थ, जैसे रेड मीट, सीफूड (जैसे मछली, झींगा), और ऑर्गन मीट (जैसे लीवर) में प्यूरीन का स्तर अधिक होता है। जब आप इनका सेवन करते हैं, तो यूरिक एसिड का उत्पादन बढ़ सकता है लेकिन, पौधों से प्राप्त प्रोटीन जैसे दालें, बीन्स, और सोया, में प्यूरीन का स्तर अपेक्षाकृत कम होता है और इन्हें संतुलित मात्रा में लिया जा सकता है।

2. डेयरी उत्पाद दूध, दही और पनीर जैसे लो-फैट डेयरी उत्पादों में प्रोटीन तो होता है, लेकिन ये यूरिक एसिड को नियंत्रित करने में सहायक होते हैं। इन्हें डाइट में शामिल करना सुरक्षित और लाभदायक है।

3. प्रोटीन की जरूरत प्रोटीन शरीर के लिए एक आवश्यक पोषक तत्व है। इसे पूरी तरह से बंद करना मांसपेशियों की कमजोरी, थकान और इम्यूनिटी कमजोर होने का कारण बन सकता है। इसलिए प्रोटीन को पूरी तरह त्यागना सही उपाय नहीं है।

क्या करना चाहिए ?

1. संतुलित मात्रा में प्रोटीन का सेवन करें प्रोटीन को पूरी तरह न हटाएं, लेकिन हाई-प्यूरीन फूड्स (जैसे रेड मीट और सीफूड) को सीमित करें।

2. हाइड्रेशन बढ़ाएं दिनभर में 2-3 लीटर पानी पिएं। यह यूरिक एसिड को किडनी के जरिए बाहर निकालने में मदद करता है।

3. लो-प्यूरीन फूड्स का सेवन साबुत अनाज, सब्जियां, लो-फैट डेयरी, और नट्स जैसे खाद्य पदार्थों को डाइट में शामिल करें।

4. शराब और मीठे पेय पदार्थों से बचें। बीयर और मीठे पेय पदार्थ यूरिक एसिड को बढ़ा सकते हैं। इनसे बचना बेहतर है।

5. वजन नियंत्रण रखें मोटापा यूरिक एसिड के स्तर को बढ़ा सकता है। इसलिए नियमित व्यायाम करें और वजन को नियंत्रित रखें। यह कहना गलत है कि बढ़े हुए यूरिक एसिड के दौरान सभी प्रकार के प्रोटीन का सेवन बंद कर देना चाहिए। सही तरीका यह है कि आप हाई-प्यूरीन फूड्स से बचें और लो-प्यूरीन फूड्स का सेवन करें। साथ ही, पर्याप्त पानी पिएं, हेल्दी लाइफस्टाइल अपनाएं और अपनी डाइट को संतुलित रखें।

आपकी सेहत, आपकी अपनी जिम्मेदारी है, सही निर्णय लें और स्वस्थ रहें। सभी सुखी और निरोगी रहे

मौसम के बदलाव के साथ बढ़ रहा है गले का इंफेक्शन

1. गले का इंफेक्शन (Throat Infection in Hindi) या गलसुआ होने पर गरम पानी और नमक की सिकाई करना फायदेमंद होता है। इसके अलावा गरम पानी में नमक डालकर गरारे करने से भी लाभ होता है।

2. मेथी के दानों को पीसकर पाउडर बना लें और इसका लेप बनाकर गलसुए वाली जगह पर लगाएं। इसमें एक चुटकी नमक डाकर इसे बेहद हल्का गुनगुना करके लगाने से ज्यादा फायदा होगा।

3. पके हुए चावल के गुनगुने मांड में एक चुटकी नमक डालकर इसका सेवन करना फायदेमंद होता है। इससे शरीर को पोषण भी मिलेगा, पेट भी भरेगा और गलसुआ में भी लाभ होगा।

4. ताजे अदरक को टुकड़ों में काट लें और उन टुकड़ों को सुखा लें। अब इसे काले नमक में लपेटकर चूसें। इसके अलावा कच्चे अदरक को भी काले नमक के साथ चूसने पर लाभ होता है।

5. नमक को एक कपड़े में बांधकर इसे गरम तवे पर हल्का सेंक कर गले की सिकाई करें, इससे सूजन उतरेगी और दर्द भी कम होगा।

पेट में कीड़े

कई बार किन्ही कारणों से पेट में कीड़े हो जाते हैं जिनसे काफी पीड़ा होती है। पेट में पाए जाने वाले कीड़ों के सामान्य लक्षण है --- सोते हुए दाँत पीसना, शरीर का रंग पीला या काला होना, भोजन से अरुचि, होंठ सफ़ेद होना, शरीर में सूजन होना आदि। आइए जानते हैं इनसे छुटकारा पाने के कुछ सरल उपाय :-----

1. अनार के छिलकों को सुखाकर चूर्ण बना लें। यह चूर्ण दिन में तीन बार एक -एक चम्मच लें, इससे पेट के कीड़े नष्ट हो जाते हैं।

2. टमाटर को काटकर उसमें सेंधा नमक और कालीमिर्च का चूर्ण मिलाकर सेवन करें। इस प्रयोग से पेट के कीड़े मर कर गुदामार्ग से बाहर निकल जाते हैं।

3. लहसुन की चटनी बनाकर उसमें थोड़ा-सा सेंधा नमक मिलाकर सुबह - शाम खाने से पेट के कीड़े नष्ट होते हैं।

4. नीम के पत्तों का रस शहद में मिलकर पीने से पेट के कीड़े समाप्त हो जाते हैं।

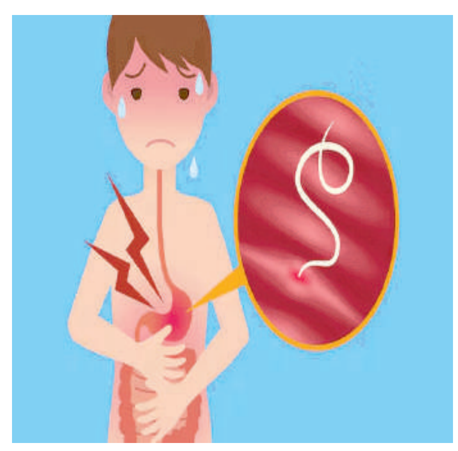
5. कच्चे केले की सब्ज़ी 7 -8 दिन तक लगातार सेवन करने से पेट के कीड़े मर जाते हैं।

6. तुलसी के पत्तों का एक चम्मच रस दिन में दो बार पीने से पेट के कीड़े मरकर मल के साथ बाहर निकल जाते हैं।

7. अजवायन का 1-2 ग्राम चूर्ण छाछ के साथ पीने से पेट के कीड़े समाप्त हो जाते हैं। यदि छोटे बच्चों के पेट में कीड़े हो गए हों तो आप उन्हें लगभग आधा ग्राम काला नमक व आधा ग्राम अजवायन का चूर्ण मिलकर सोते समय गुनगुने पानी से दें लाभ होगा।

8. रायी दाना पीस लीजिये उसका पाउडर आधा चम्मच दही मे मिक्स करके खाने से पेट के कीड़े खत्म हो जाते है।

सभी सुखी और निरोगी रहे



ट्रंप शासन 2.0 अमेरिकी फर्स्ट- अमेरिका का चला आर्थिक हंटर-पूरी दुनियाँ को आर्थिक सहायता देने पर रोक!

एडवोकेट किशन सनमुखदास भावनानीं गोंदिया महाराष्ट्र

गोंदिया - वैश्विक स्तरपर दुनियाँ के हर देश की नज़र अमेरिका के ट्रंप शासन 2.0 की नीतियों रणनीतियां व अमेरिकी पर लगी हुई है, क्योंकि ट्रंप ने जो चुनावी प्रचार के समय वादे किए थे उन्हें अमली जान जामा पहनाने के लिए रूपरेखा तैयार कर आदेशों पर हस्ताक्षर किए जा रहे हैं। वे अमेरिकी फर्स्ट की नीतियों पर तेजी से कम कर रहे हैं, जिससे हम देख रहे हैं कि कई देशों के शेर धड़ाम हो रहे हैं। अब दो दिन पूर्व ही ट्रंप शासन 2.0 अमेरिकी फर्स्ट की नीति अनुसार आर्थिक हंटर चलाकर मिस्त्र व इसराइल को छोड़कर, पूरी दुनियाँ की आर्थिक सहायता रोक दी है, इसे आज हम मीडिया में उपलब्ध जानकारी के सहयोग से इस आर्टिकल के माध्यम से चर्चा करेंगे अमेरिका में ट्रंप प्रशासन ने विदेशों को मिलने वाली सभी प्रकार की मदद रोक दी है। ट्रंप अपने चुनावी वादों को पूरा करते हैं तो वैश्विक परिदृश्य में बड़े बदलाव होने की संभावना से इनकार नहीं किया जा सकता।

साथियों बात अगर हम ट्रंप प्रशासन 2.0 द्वारा दुनियाँ की आर्थिक मदद बंद करने की करें तो,अमेरिका दुनियाँ भर के करीब 180 देशों को किसी ना किसी रूप में आर्थिक मदद करता रहा है, ये आर्थिक मदद सैन्य सपोर्ट से लेकर मानवीय मदद और इकोनॉमिक डेवलपमेंट फंड्स को लेकर होती रही है।वर्ष 2022 में अमेरिकी ने इस मदद के तौर पर पर करीब 64,000 करोड़ बांटे लेकिन अब डोनाल्ड ट्रंप ने इसे बंद करने की घोषणा की है, उनका कहना है कि अमेरिका केवल इजरायल और मिस्त्र की ही आर्थिक मदद जारी रखेगा बाकि सभी देशों को ये मदद बंद कर दी जाएगी।अब सवाल ये उठता है कि आखिर अमेरिका ने इन दोनों देशों को ही वित्तीय मदद बंद क्यों नहीं की, इजरायल से तो अमेरिका की बेहतरी समझ में आती हैं, लेकिन मिस्त्र से ऐसा याराना क्यों? ये सवाल तो उठता ही है।हाल ही में अमेरिकी विदेश मंत्री नेअधिकांश विदेशी सहायता निलंबित करने की घोषणा की लेकिन महत्वपूर्ण सहयोगी के रूप में इजरायल और मिस्त्र दोनों को सैन्य सहायता से छूट दी। अमेरिका हर साल मिस्त्र को करीब 1.3 बिलियन डॉलर सैन्य निधि के तौर पर क्षेत्रीय स्थिरता बनाए रखने के लिए देता है। दोनों देश मध्य पूर्व में स्थिरता बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। अमेरिका ईरान और विभिन्न आतंकवादी समूहों से होने वाले खतरों का मुकाबला करने के लिए सैन्य सहायता को महत्वपूर्ण मानता है, जिससे ये देश हर तरह केआतंकवाद का सामान कर सकें। हालांकि, ट्रंप प्रशासन ने कुछ क्षेत्रों को इन पाबंदियों से छूट दी है, जैसे आपातकालीन खाद्य सहायता और इसराइल व मिस्त्र को दी जाने वाली सैन्य मदद, विदेश मंत्रालय ने अमेरिकी अधिकारियों और दूतावासों को इस संबंध में नोटिस भेजा है,यह नोटिस ट्रम्प के शपथ ग्रहण के बाद जारी कए गए एग्जीक्यूटिव ऑर्डर के बाद आया है, इसमें विदेश नीति की समीक्षा करने तक 90 दिनों के लिए विदेश में दी जाने वाली सभी तरह की मदद पर रोक लगा दी गई है।

साथियों बात अगर हम मिस्त्र व इसराइल को सहायता शुरू रखने की करें तो,अमेरिकानें पूरीदुनियाँ की वित्तीय सहायता रोकी लेकिन इजरायल और मिस्त्र को इससे अलग रखा इसकी मध्य पूर्व में अमेरिकी हित और इसे देखते इन दोनों देशों का रणनीतिक महत्व है। अमेरिका इजरायल को सालाना करीब 3.3 बिलियन डॉलर की मदद देता है, ये आर्थिक मदद सैन्य सहायता से भी जुड़ी है।1979 में मिस्त्र की इजरायल के साथ शांति संधि हुई, जिससे इस अस्थिर क्षेत्र में इजरायल को मिस्त्र का ये भरोसा मिला कि वो उस पर कार्रवाई नहीं करेगा,इससे मध्य पूर्व अमेरिकी प्रभाव को मजबूत करने में भी मदद मिली। मिस्त्र के लिए अमेरिकी सैन्य सहायता चरमपंथ से लड़ने और आंतरिक सुरक्षा बनाए रखने के उसके प्रयासों का समर्थन करती है, जो राष्ट्रीय स्थिरता और क्षेत्र में आतंकवाद के खिलाफ व्यापक लड़ाई दोनों के लिए महत्वपूर्ण है,मिस्त्र को अमेरिकी सैन्य सहायता मिस्त्र और इजरायल के बीच शांति संधि से निकटता से जुड़ी हुई है, जो 1979 में हस्ताक्षर किए जाने के बाद से क्षेत्रीय शांति की आधारशिला रही है।ये संबंध अरब राज्यों और इजरायल के बीच शत्रुता को रोकने में मदद करता है, जिससे व्यापक क्षेत्रीय सुरक्षा में योगदान मिलता है। अमेरिकी सैन्य सहायता मिस्त्र के सशस्त्र बलों को मजबूत बनाती है, जिससे वे अमेरिकी सैन्य इकाइयों के साथ प्रभावी ढंग से काम कर पाते हैं,यह सहायता मिस्त्र की सेना के आधुनिकीकरण में मदद करती है, जिससे उसे उन्नत हथियार और तकनीक हासिल करने में मदद मिलती है।सैन्य सहायता अमेरिका और मिस्त्र के बीच एक रणनीतिक साझेदारी को मजबूत करती है, जो मध्य पूर्व में अमेरिकी हितों के लिए महत्वपूर्ण है। क्षेत्र में अमेरिकी रसद और सैन्य अभियानों के लिए मिस्त्र का सहयोग महत्वपूर्ण है, विशेष रूप से स्वेज नहर तक पहुंच और अमेरिकी बलों द्वारा उपयोग किए जाने वाले ओवर फ़्लाइट मार्गों के संबंध में,यह सहायता मिस्त्र के आंतरिक सुरक्षा तंत्र का भी समर्थन करती है, जिससे राजनीतिक अशांति और सामाजिक चुनौतियों के बीच व्यवस्था बनाए रखने में मदद मिलती है।

साथियों बात अगर हम विशेष रूप से बांग्लादेश की आर्थिक सहायता बंद करने की करें तो, अब सवाल है कि इस फैसले के बाद बांग्लादेश के विकास पर कितना बड़ा असर पड़ेगा?अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रम्प की सरकार ने रविवार को बांग्लादेश को दी जाने वाले सभी तरह की मदद बंद करने का फैसला किया है। यूनाइटेड स्टेट्स एजेंसी फॉर इंटरनेशनल डेवलपमेंट ने बांग्लादेश में अपनी सभी परियोजनाओं को बंद करने के लिए दिशानिर्देश जारी किए हैं। अमेरिका में ट्रंप प्रशासन ने विदेशी देशों को मिलने वाली सभी मदद पर रोक लगा दी है. इसमें बांग्लादेश भी शामिल है जो फिलहाल आर्थिक संकट से गुजर रहा है।ट्रंप सरकार के इस आदेश के बाद दुनियाभर में स्वास्थ्य, शिक्षा, विकास, रोजगार से जुड़े कई प्रोजेक्ट्स के बंद होने का खतरा बढ़ गया है। दरअसल, अमेरिका इन सभी विदेशी प्रोजेक्ट्स के लिए सबसे ज्यादा फंड्स मुहैया कराता है।हालांकि, ट्रंप प्रशासन ने कुछ क्षेत्रों को इन पाबंदियों से छूट दी है, जैसे आपातकालीन खाद्य सहायता और इसराइल व मिस्त्र को दी जाने वाली सैन्य मदद। विदेश मंत्रालय ने अमेरिकी अधिकारियों और दूतावासों को इस संबंध में नोटिस भेजा है। यह नोटिस ट्रम्प के शपथ ग्रहण के बाद जारी कए गए एग्जीक्यूटिव ऑर्डर के बाद आया है, इसमें विदेश नीति की समीक्षा करने तक 90 दिनों के लिए विदेश में दी जाने वाली सभी तरह की मदद पर रोक लगा दी गई है,आर्थिक संकट से जूझ रहा है बांग्लादेश ये मदद ऐसे समय में रोकी गई है जब बांग्लादेश आर्थिक तंगी से जूझ रह है। वर्ल्ड बैंक ने वित्त वर्ष 2024-25 के लिए बांग्लादेश के लिए जीडीपी ग्रोथ के पूर्वानुमान को 0.1पेर्सेंट घटाकर 5.7 पेर्सेंट कर दिया है. महंगाई दर 10 पेर्सेंट के करीब पहुंच गई है, लगातार बढ़ता बजट घाटा, घटता विदेशी मुद्रा भंडार, करेंसी की वैल्यू में गिरावट और बढ़ती आय असमानता जैसे संकट पहले से बांग्लादेश के लिए मुश्किल पैदा कर रहे हैं।ऐसे में जानकारों का कहना है कि अमेरिकी मदद बंद होने से बांग्लादेश की मुसीबत और ज्यादा बढ़ सकती हैं। यहां कुछ बेहद अहम प्रोजेक्ट्स चल रहे हैं, जैसे खाद्य सुरक्षा और स्वास्थ्य कार्यक्रम, जो दुनियाभर में मशहूर हैं, इसके साथ ही लोकतंत्र और सुशासन, बुनियादी शिक्षा और पर्यावरण से जुड़े कार्यक्रमों पर भी काम हो रहा है।

साथियों बात अगर हम ट्रंप की अमेरिकी फर्स्ट की नीति की करें तो, आज जब डॉनल्ड ट्रंप ने एक बार फिर से अमेरिका की कमान संभाल ली है, तो उनके प्रशासन के जिस पहलू पर बारीक़ी से नज़र रखी जाएगी, वो उनकी विदेश नीति है, अपनी चुनावी रैलियों, मीडिया के साथ संवाद और कैबिनेट के लिए चुने गए साथियों के ज़रिए ट्रंप ने एक अपेक्षित विश्व दृष्टि और ख़ास तौर से अमेरिका के प्रमुख प्रतिद्वंदी चीन के प्रति नज़रिए को सामने रखा है। हालांकि, जब बात अमेरिका की अगुवाई वाली कनेक्टिविटी और अंतरराष्ट्रीय विकास की परियोजनाओं को लेकर ट्रंप के रुख़ की बात है, तो उनका नज़रिया साफ़ नहीं है। हालांकि, विश्लेषकों के लिए ट्रंप का पहला कार्यकाल एक ऐसा असरदार ढांचा है, जिसके माध्यम से वो विदेशी सहायता और कनेक्टिविटी को लेकर ट्रंप की नीतियों और उन नए व्यापारिक मार्गों की प्रासंगिकता का अंदाज़ा लगा सकते हैं, जिनमें अमेरिका शामिल है।ट्रंप अपने चुनावी वादों को लागू करने में जुट गए हैं। उनका सबसे प्रमुख वादा है अमेरिका को फिर से महान बनाना। अगर ट्रंप पूरे दमखम से इस वादे को पूरा करने का प्रयास करते हैं तो यह तय है कि वैश्विक परिदृश्य में बड़े बदलाव होंगे। यह बदलाव आर्थिक, रक्षा के साथ कूटनीतिक रिश्तों को भी नए सिरे से परिभाषित करेंगे। अमेरिका के प्रमुख रणनीतिक सहयोगी और उभरती वैश्विक ताकत के तौर पर भारत को भी इस बदलाव से गुजरना होगा। बता दें दिनांक 27 जनवरी 2024 को ही ट्रंप मोदी की संचार माध्यमों से बातचीत हुई है।

अतः अगर हम उपरोक्त पूरे विवरण का अध्ययन कर इसका विश्लेषण करें तो हम पाएंगे किट्रंप शासन 2.0 अमेरिकी फर्स्ट-अमेरिका का चला आर्थिक हंटर-पूरी दुनियाँ को आर्थिक सहायता देने पर रोक !अमेरिका में ट्रंप प्रशासन ने विदेशों को मिलने वाली सभी आर्थिक मदद पर रोक लगा दी है,अमेरिकी राष्ट्रपति अपने चुनावी वादों को पूरा करते हैं तो वैश्विक परिदृश्य में बड़े बदलाव होने की संभावना हैं?

भारत में जल्द लॉन्च होगी ऑडी RS Q8 परफॉर्मेंस कार, शुरू हुई बुकिंग; 3.6 सेकेंड में पकड़ती है 0-100 KMPH की स्पीड

परिवहन विशेष न्यूज

जर्मनी की लग्जरी वाहन निर्माता Audi की ओर से भारतीय बाजार में कई बेहतरीन कारों की बिक्री की जाती है। कंपनी की ओर से जल्द ही परफॉर्मेंस कार के तौर पर Audi RS Q8 Performance को लॉन्च किया जाएगा। इसके पहले गाड़ी के लिए बुकिंग को शुरू कर दिया गया है। कितने रुपये देकर गाड़ी को बुक करवाया जा सकता है। आइए जानते हैं।

नई दिल्ली। भारत में सामान्य कारों के साथ ही परफॉर्मेंस वाली सुपरकारों को भी काफी पसंद किया जाता है। भारतीयों की पसंद को देखते हुए दुनियाभर के वाहन निर्माताओं की ओर से कई बेहतरीन लग्जरी और परफॉर्मेंस वाली कारों को बिक्री के लिए उपलब्ध करवाया जाता है। यूरोप की प्रमुख वाहन निर्माता Audi की ओर से भी जल्द ही नई परफॉर्मेंस कार के तौर पर Audi RS Q8 Performance को लॉन्च करने की तैयारी की जा रही है। इसे कब तक लॉन्च किया जा सकता है। कितने रुपये में इसे बुक करवाया जा सकता है। गाड़ी में कितना दमदार इंजन दिया गया है। हम आपको इस खबर में बता रहे हैं।

Audi RS Q8 Performance के लिए शुरू हुई बुकिंग

ऑडी की ओर से जल्द ही परफॉर्मेंस कार के तौर पर Audi RS Q8 Performance को भारत में लॉन्च करने की तैयारी की जा रही है। कंपनी की ओर से 28 जनवरी 2025 से इसके लिए बुकिंग को शुरू कर दिया गया है। गाड़ी को पांच लाख रुपये देकर ऑनलाइन या डीलरशिप के जरिए बुक करवाया जा सकता है।

कितना दमदार इंजन

Audi RS Q8 Performance में कंपनी की ओर से काफी दमदार इंजन दिया जाएगा। इसमें चार लीटर की क्षमता का TFSI वी8 इंजन दिया जाएगा। जिससे इसे 640 हॉर्स पावर और 850 न्यूटन मीटर का टॉर्क मिलेगा। यह इंजन इतना ताकतवर है कि इससे गाड़ी को 0-100 किलोमीटर प्रति घंटे तक की स्पीड हासिल करने में सिर्फ 3.6 सेकेंड का समय लगता है। इसके साथ ही वैकल्पिक पैकेज को भी दिया जाएगा। जिससे इसकी टॉप स्पीड 305 किलोमीटर प्रति घंटे तक पहुंच सकती है।

अधिकारियों ने कही यह बात

ऑडी इंडिया के प्रमुख बलबीर सिंह ढिल्लों ने कहा कि नई ऑडी RS Q8 परफॉर्मेंस एसयूवी एक बेहतरीन इंजीनियरिंग का नमूना है, जिसमें ताकत और रोज़मर्रा की उपयोगिता का बेहतरीन मिश्रण किया गया है। इसकी आकर्षक डिजाइन और शानदार ड्राइविंग खूबियां उन परफॉर्मेंस के शौक़ीनों को बहुत भाती हैं, जो लग्जरी के साथ-साथ रोमांचक ड्राइव का अनुभव भी चाहते हैं। इसके बेहतर फीचर्स और सबसे शक्तिशाली इंजन के साथ, नई ऑडी RS Q8 परफॉर्मेंस ड्राइविंग का एक बेहतरीन अनुभव देगी। हमारे ग्राहक ऑडी RS रेंज के उत्पादों से ऐसे अनुभव की उम्मीद करते हैं।

कब तक होगी लॉन्च

कंपनी की ओर से अभी सिर्फ इसकी बुकिंग को शुरू किया गया है। लॉन्च को लेकर किसी भी तरह की जानकारी नहीं दी गई है। लेकिन उम्मीद की जा रही है कि ऑडी की ओर से इसे 15 से 20 फरवरी के बीच भारत में औपचारिक तौर पर लॉन्च किया जा सकता है। लॉन्च के समय इसकी एक्स शोरूम कीमत दो करोड़ रुपये के आस-पास हो सकती है और बाजार में इसे लैम्बॉर्गिनी उरुस एस और पोर्श केयेन जीटीएस जैसी कारों से चुनौती मिलेगी।

कम दाम में मारुति और होंडा की दो कॉम्पैक्ट सीडान कार खरीदने का आखिरी मौका...

परिवहन विशेष न्यूज

कॉम्पैक्ट सेडान कार सेगमेंट में चार निर्माताओं की ओर से अपने वाहन बिक्री के लिए उपलब्ध करवाए जाते हैं जिनमें Maruti और Honda भी शामिल हैं। दोनों ही कंपनियों की ओर से ऑफर की जाने वाली कारों की कीमतों में जल्द ही बढ़ोतरी की तैयारी हो रही है। कब से इनको खरीदना महंगा हो सकता है। आइए जानते हैं।

नई दिल्ली। बाजार में एसयूवी और एमपीवी के साथ ही Compact Sedan Cars को भी पसंद किया जाता है। इस सेगमेंट में दो प्रमुख वाहन निर्माताओं की ओर से ऑफर की जाने वाली कारों को खरीदना जल्द ही महंगा होने जा रहा है। किस कंपनी की ओर से किस गाड़ी की कीमतों में बढ़ोतरी की जा रही है। कब से बढ़ोतरी को किया जा सकता है। हम आपको इस खबर में बता रहे हैं।

कौन सी कारें होंगी महंगी

Compact Sedan Car सेगमेंट में Maruti, Tata, Hyundai और Honda की ओर से कारों को भारतीय बाजार में ऑफर किया जाता है। जिनमें से Maruti Dzire New Generation और Honda Amaze 2024 की कीमतों को बढ़ाने की तैयारी की जा चुकी है।

कब से महंगी होंगी कारें

दोनों ही कंपनियों की ओर से यह जानकारी दी जा चुकी है कि एक फरवरी 2025 से वह अपनी कारों की कीमतों में बढ़ोतरी की तैयारी कर रही हैं। जहां मारुति की ओर से पूरे पोर्टफोलियो की कीमतों को बढ़ाया जाएगा वहीं होंडा की ओर से अमेज की कीमतों में फरवरी 2025 से बढ़ोतरी की जा सकती है।

क्या है कारण

मारुति की ओर से 2024 के आखिर में ही इस बात की जानकारी दी गई थी कि वह अपनी कारों की कीमतों में नए साल में बढ़ोतरी कर देगी। ऐसे में मारुति डिजायर की कीमतों को भी बढ़ाया जाएगा। वहीं होंडा की ओर से अमेज को दिसंबर 2024 में ही लॉन्च किया गया था और तब गाड़ी को इंट्रोडक्ट्री कीमत पर लाया गया था। जनवरी 2025 में कंपनी ने जानकारी दी थी कि इस गाड़ी को इंट्रोडक्ट्री कीमत पर 31 जनवरी 2025 तक ही खरीदा जा सकेगा।

कितनी है कीमत

Maruti Dzire के बेस वेरिएंट की एक्स शोरूम कीमत 6.79 लाख रुपये है। इसके टॉप वेरिएंट की एक्स शोरूम कीमत 10.14 लाख रुपये है। वहीं Honda की ओर से अमेज को आठ लाख रुपये की शुरुआती इंट्रोडक्ट्री कीमत पर ऑफर किया जा रहा है। इसके टॉप वेरिएंट की इंट्रोडक्ट्री कीमत 9.70 लाख रुपये है।

किनसे होता है मुकाबला

Maruti की ओर से Dzire और Honda की ओर से Amaze को 2024 के आखिरी में नई जेनरेशन के साथ भारत में लॉन्च किया गया था। दोनों ही कारों का बाजार में सीधा मुकाबला Hyundai Aura और Tata Tigor के साथ होता है। जिनमें से सबसे ज्यादा पसंद मारुति की डिजायर को किया जाता है।

कैसी है किआ की नई सब फोर मीटर एसयूवी किआ सिरोस, शोरूम जा रहे हैं तो पहले पढ़ लें यह खबर

परिवहन विशेष न्यूज

Kia Syros SUV First Drive Review साउथ कोरियाई वाहन निर्माता Kia की ओर से भारतीय बाजार में नई एसयूवी के तौर पर सिरोस को लाया गया है। कंपनी की ओर से इस एसयूवी में किस तरह के फीचर्स दिए गए हैं। कितना दमदार इंजन दिया गया है। क्या इसे खरीदना आपके लिए फायदेमंद हो सकता है या फिर अन्य विकल्पों पर विचार करना चाहिए। आइए जानते हैं।

नई दिल्ली। भारत में सब कॉम्पैक्ट एसयूवी सेगमेंट में Maruti, Tata, Mahindra, Nissan, Renault जैसी कंपनियों के साथ ही Kia भी गाड़ी ऑफर करती है। इसी सेगमेंट में किआ की ओर से नई एसयूवी Kia Syros को लाया गया है। एसयूवी को हमने पहली बार चलाकर देखा और सीमित समय के साथ कई मायनों में इसे परखने की कोशिश की। क्या यह Compact SUV आपके लिए फायदे का सौदा साबित हो सकती है या नहीं। हम आपको इस खबर में बता रहे हैं।

Kia लाई नई Syros SUV

साउथ कोरियाई कार कंपनी किआ की ओर से भारत में नई एसयूवी के तौर पर सिरोस को लाया गया है। हालांकि अभी इसकी कीमतों की जानकारी सार्वजनिक नहीं की गई है लेकिन कुछ समय के लिए हमें इसे चलाने का मौका मिला। इसे चलाने के दौरान हमने डिजाइन, इंजन, फीचर्स और कम्फर्ट जैसी कसौटियों पर परखने (Kia Syros SUV First Drive Review) की कोशिश की।

Kia Syros Design and Looks

पहली नजर में Kia Syros को देखने पर लगा जैसे Kia ने अपनी EV9 का साइज छोटा कर नई गाड़ी बना दी है। EV9 से प्रेरणा लेकर इस गाड़ी को डिजाइन किया गया है। कंपनी ने फ्रंट में सिग्नेचर टाइगर नोज ग्रिल को दिया है। इसके साथ ही कुछ लोगों को लगेगा कि यह ICE नहीं बल्कि एक Electric SUV है। हमें तो इसका डिजाइन अच्छा लगा लेकिन हो सकता है कि कुछ लोगों को यह थोड़ी कम पसंद आए। इसके हुड में पेट्रोल और डीजल के इंजन के विकल्प दिए गए हैं। गाड़ी में कनेक्टिड एलईडी डीआरएल तो नहीं मिलते लेकिन इसमें बड़ी एलईडी डीआरएल और आइस क्यूब डिजाइन में प्रोजेक्टर हेडलाइट्स को दिया गया है। जो इस सेगमेंट की बाकी एसयूवी में नहीं मिलता। साइड प्रोफाइल को भी सिंपल रखने की कोशिश की गई है साथ ही इसमें फ्लश डोर हैंडल दिए गए हैं। गाड़ी में बड़ी विंडो दी गई हैं जिससे अंदर से काफी एयरी फील होता है। फ्रंट से शुरू होकर जो ब्लैक और सिल्वर फिनिश की क्लैडिंग को दिया गया है वह साइड प्रोफाइल में देखी जा सकती है। गाड़ी के रियर में एल शेप एलईडी टेल लाइट्स को दिया गया है, लेकिन रियर में इंडीकेटर की पोजिशन को कुछ इस तरह से रखा गया है जिससे बंपर टू बंपर ट्रैफिक में पीछे की गाड़ी में बैठे ड्राइवर को देखने में परेशानी हो सकती है। एसयूवी को बॉक्सी डिजाइन दिया गया है जिसका फायदा यह होता है कि इसके इंटीरियर में ज्यादा हेडरूम मिलता है।

Kia Syros Features

एक बात तो समझ आ गई कि अगर आपको ऐसी कंपनी की गाड़ी लेनी है जिसे अपने सेगमेंट में सबसे बेहतरीन फीचर्स और रिच इंटीरियर के साथ ऑफर किया जाता हो तो इस मामले में किआ सबसे आगे है। गाड़ी में आपको एलईडी प्रोजेक्टर लाइट्स, बड़ी एलईडी डीआरएल, 360 डिग्री कैमरा, रियर वाइपर और वॉशर, शॉर्क फिन एंटीना, पैनोरमिक सनरूफ, 30 इंच की ट्रिनिटी स्क्रीन, डिजिटल एसी कंट्रोल्स, ड्राइविंग के लिए कई मोड्स को दिया गया है। साथ ही इस एसयूवी की सबसे खास बात यह लगी कि इसकी सभी सीटों पर वेंटिलेटिड सीट्स को दिया गया है, जिससे गर्मियों के मौसम में पीछे बैठने वालों को भी काफी राहत मिलेगी। रियर सीट पर सफर करने वालों के लिए एक और शानदार फीचर को रियर सीट रिक्लाइनर और स्लाइडिंग के तौर पर दिया गया है जिससे ज्यादा हाइट वालों को बैठने पर अपने मुताबिक लेग स्पेस मिल पाएगा। इस फीचर के कारण रियर सीटर पर तीन लोगों के बैठने पर भी परेशानी नहीं होगी और पूरा कम्फर्ट (Syros Comfort) मिलेगा। पांच लोगों के साथ सफर करते हुए अगर आपके पास ज्यादा सामान भी है तो रियर सीट को एडजस्ट कर बूट स्पेस में ज्यादा जगह को बनाया जा सकता है। एसयूवी में हरमन कार्डन का ऑडियो सिस्टम दिया गया है, जबकि इसके पहले सोनेट और सेल्टॉस में कंपनी की ओर से बोस का ऑडियो सिस्टम दिया जाता है।

Kia Syros Engine Performance

किआ ने इस सब फोर मीटर एसयूवी में दो इंजन और कई ट्रांसमिशन के विकल्प जरूर दिए हैं जिससे गाड़ी को खरीदते समय आप अपनी जरुरत और बजट दोनों को देखकर इसे खरीद पाएंगे। इसके पेट्रोल वर्जन में एक लीटर टर्बो पेट्रोल दिया गया है। वहीं डीजल में 1.5 लीटर टर्बो इंजन मिलता है। फर्स्ट ड्राइव में हमें इसके एक लीटर टर्बो पेट्रोल इंजन के साथ डीसीटी ट्रांसमिशन को चलाने का मौका मिला। यह वही इंजन है जिसे किआ की ओर से सोनेट में भी दिया जाता है, लेकिन सिरोस में सोनेट के मुकाबले पावर को थोड़ा बढ़ाया गया है। ऐसे में इंजन से तो किसी तरह की शिकायत नहीं हुई। गाड़ी को हमने जब चलाना शुरू किया तो केबिन में इंजन की आवाज नहीं आई। जिससे यह समझ आया कि इसमें इंसुलेशन काफी बेहतर तरीके से किया गया है। डीसीटी ट्रांसमिशन के साथ टर्बो इंजन दिया गया है। इस कॉमबिनेशन के साथ गाड़ी को शहरी ट्रैफिक और खाली सड़कों पर चलाने में कोई परेशानी नहीं होती। आसानी से इसे 0 से 80-90 किलोमीटर की स्पीड से चलाया जा सकता है। वहीं डीसीटी ट्रांसमिशन से गियर शिफ्टिंग का अनुभव भी अच्छा रहा। गाड़ी को ट्रैफिक के साथ ही खाली सड़कों पर चलाने के साथ ही टर्न पर भी कोई समस्या नहीं (Syros handling and dynamics) लगी।

समीक्षा

अगर आप अपने लिए ऐसी एसयूवी की तलाश कर रहे हैं जिसमें बेहतरीन फीचर्स दिए गए हों। पेट्रोल के साथ ही डीजल इंजन और कई ट्रांसमिशन के विकल्प दिए गए हों। चार से पांच लोगों के साथ लंबे सफर पर जाते हुए अच्छा कम्फर्ट चाहिए। साथ ही बेहतर माइलेज देने वाली एसयूवी को घर लाना चाहते हैं तो आप निश्चित तौर पर Kia Syros को खरीद सकते हैं। लेकिन अगर आपको पेट्रोल के साथ सीएनजी वाली सब फोर मीटर एसयूवी चाहिए तो फिर आप Maruti Breeza, Tata Nexon जैसे विकल्पों पर विचार कर सकते हैं। कुछ समय बाद Jagran.com पर हम इसके डिटेल रिव्यू को भी आपके साथ शेयर करेंगे।

किनसे होगा मुकाबला

किआ की ओर से सिरोस एसयूवी को सब फोर मीटर कॉम्पैक्ट एसयूवी सेगमेंट में लाया गया है। इस सेगमेंट में इसका मुकाबला अपनी ही कंपनी की Kia Sonet के अलावा Tata Nexon, Maruti Breeza, Skoda Kylaq, Mahindra XUV 3XO, Hyundai Venue के अलावा Kia Seltos, Hyundai Creta, Maruti Grand Vitara, Toyota Urban Cruiser Hyryder जैसी एसयूवी के साथ भी होगा।

होण्डा कर रही ZR-V Hybrid एसयूवी को भारत लाने की तैयारी, जानें क्या मिली अपडेट

परिवहन विशेष न्यूज

जापानी वाहन निर्माता Honda Cars की ओर से भारतीय बाजार में सेडान और एसयूवी सेगमेंट की तीन कारों की बिक्री की जाती है। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक कंपनी की ओर से जल्द ही नई Honda ZR-V Hybrid SUV को भारत लाया जा सकता है। किस सेगमेंट में और किस तरह की खासियतों के साथ नई एसयूवी को लाया जा सकता है। आइए जानते हैं।

नई दिल्ली। भारतीय बाजार में सेडान और मिड साइज एसयूवी के तौर पर कारों की बिक्री करने वाली जापानी वाहन निर्माता Honda Cars की ओर से एक और एसयूवी (Honda ZR-V Hybrid SUV) को लाया जा सकता है। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक कंपनी की ओर से नई एसयूवी को डीलर्स को एक कार्यक्रम के दौरान दिखाया गया है। किस गाड़ी को भारत लाने की तैयारी की जा रही है। किस तरह की खासियत के साथ इसे लाया जा सकता है। हम आपको इस खबर में बता रहे हैं।

होंडा कर रही नई एसयूवी लाने की तैयारी

मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक जापानी वाहन निर्माता होंडा की ओर से भारत में जल्द ही नई गाड़ी के तौर पर Honda ZR-V Hybrid SUV को लाया जा सकता है। हालांकि कंपनी की ओर से अभी इस बारे में किसी भी तरह की आधिकारिक जानकारी नहीं दी गई है।

कैसे मिली जानकारी

रिपोर्ट्स के मुताबिक होंडा की ओर से एक कार्यक्रम के दौरान कुछ डीलर्स को यह एसयूवी दिखाई गई है। साथ ही उनसे इस गाड़ी को भारत में लाने के लिए चर्चा भी की गई है।

क्या है खासियत

होंडा की ओर से जिस एसयूवी को लाने की बात सामने आई है उसे हाइब्रिड तकनीक के साथ कई देशों में ऑफर किया जाता है। Honda ZR-V Hybrid SUV में दो लीटर की क्षमता का चार सिलेंडर हाइब्रिड पेट्रोल इंजन दिया जा सकता है। जिससे 181 हॉर्स पावर और 315 न्यूटन मीटर का टॉर्क मिलता है। ज्यादा पावर के साथ इस तकनीक के कारण माइलेज भी बेहतर मिलती है। इसके अलावा एसयूवी को सामान्य 1.5 लीटर फोर सिलेंडर टर्बोचार्ज Vtec इंजन के साथ भी लाया जा सकता है।

कैसे होंगे फीचर्स

होंडा की ओर से Honda ZR-V Hybrid SUV में नौ इंच इंफोटेनमेंट सिस्टम, थ्री स्पोक स्टेयरिंग व्हील, चार्जिंग पोर्ट्स, एलईडी लाइट्स, ऑल व्हील ड्राइव तकनीक, छह एयरबैग, एबीएस, ईबीडी, जैसे कई फीचर्स को दिया जा सकता है।

कब तक हो सकती है लॉन्च

कंपनी की ओर से अभी Honda ZR-V Hybrid SUV को लेकर किसी भी तरह की आधिकारिक जानकारी को नहीं दिया गया है। सिर्फ मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक ही यह जानकारी सामने आई है। ऐसे में यह बताना कि इस गाड़ी को कब तक लाया जा सकता है, काफी मुश्किल होगा। लेकिन जैसे ही औपचारिक तौर पर इसकी जानकारी सामने आती है तो हम आपके साथ साझा करेंगे।

नशे के चंगुल से निकलने की चुनौती

विजय गर्ग

केंद्र सरकार की सतर्कता के कारण पिछले दस वर्षों में मादक पदार्थ जब्ती में सात गुना वृद्धि हुई है। अकेले 2024 में ही 16,914 करोड़ रुपए के मादक पदार्थ जब्त किए गए हैं। जहां वर्ष 2004 से 2014 की समयावधि में कुल 3.63 लाख किलो मादक पदार्थ जब्त किए गए थे, वहीं 2014 से 2024 तक कुल 24 लाख किलो मादक पदार्थ जब्त हुए जो पिछले दशक। दशक की तुलना में कई गुना अधिक है।

मादक पदार्थों से पैदा होती समस्याओं पर कुछ समय पहले आयोजित सम्मेलन इस मायने में अहम रहा कि इसके उन्मूलन और समाधान पर प्रतिबद्धता जताई गई। मादक पदार्थों की तस्करी भारत ही नहीं, दुनिया के सभी देशों के लिए चुनौती है। लगभग सभी देशों में बड़ी संख्या में किशोर और युवा मादक पदार्थों का सेवन कर रहे हैं। आश्चर्य की बात है कि वहां मादक पदार्थों के उत्पादन, संग्रहण, वितरण और लेन-देन पर कानूनी प्रतिबंध लगाने के बाद भी इसका धंधा रुक नहीं रहा है। सवाल है कि ऐसा कैसे, क्यों और किसकी मिलीभगत से हो रहा है? जिन देशों में पारिवारिक इकाइयां अमान्य हो चुकी हैं या हो रही हैं, वहां के युवाओं में मादक पदार्थों का चलन अधिक है। भारत जैसे देश में में जहां अभी भी किशोरों और युवाओं को परिवार और समाज का थोड़ा बहुत भय है., वहां मादक पदार्थों की तस्करी अन्य देशों की तुलना में कम है, लेकिन पिछले कुछ दशकों से यहीं देखने में आ रहा है कि जिन राज्यों की सरकारें अयोग्य शासन और अकर्मण्यता से ग्रस्त हैं, वहां मादक पदार्थों की तस्करी खूब फल-फूल रही है।

दुनिया के तमाम गोरखधंधों में मादक पदार्थों की तस्करी सबसे बड़ा धंधा है। इस काले कारोबार को बढ़ाने फैलाने के उद्देश्य से मानव तस्करी और खासकर वेश्यावृत्ति के लिए किशोरियों और युवतियों की तस्करी भी बड़ी संख्या में होती रही है। मादक पदार्थों का सेवन करने वालों की अनियंत्रित और अनैतिक क्षुधा की पूर्ति के लिए अन्य समांतर धंधे भी चलते रहे हैं। संसार में प्रौद्योगिकी विस्तार के परिणामस्वरूप मानवीय दैनिक गतिविधियां जिस गति ₹से आधुनिक उपकरणों आश्रित हुई हैं, उसी के अनुरूप मादक पदार्थों तथा मानव तस्करी के धंधों में लिप्त गिरोहों ने भी डार्क वेब, क्रिप्टोकरंसी, आनलाइन और ड्रोन आधारित ठगी भी आरंभ दी हैं। नतीजा यह कि इनके व्यापक दुष्प्रभाव से समाज की कोई भी गतिविधि अब सुरक्षित नहीं बची। यहां तक कि अर्थव्यवस्था भी मादक पदार्थों की तस्करी से उत्पन्न अवैध अर्थचक्र से दुष्प्रभावित है।

केंद्र सरकार की सतर्कता के कारण पिछले दस वर्षों में मादक पदार्थ जब्ती में सात गुना वृद्धि हुई है। अकेले 2024 में ही 16,914 करोड़ रुपए के मादक पदार्थ जब्त किए गए हैं। जहां वर्ष 2004 से 2014 की समयावधि में कुल 3.63 लाख किलो मादक पदार्थ जब्त किए गए थे, वहीं 2014 से 2024 तक कुल 24 लाख किलो मादक पदार्थ जब्त हुए जो पिछले दशक। दशक की तुलना में कई गुना अधिक है। इसी प्रकार 2004-2014 1 में जहां 8150 करोड़ रुपए का मादक पदार्थ नष्ट किया गया था, वहीं 2014-2024 के बीच 54,851 करोड़ के मादक पदार्थ नष्ट किए गए, जो पिछले दशक से कई गुना अधिक है। मादक पदार्थ विनष्टीकरण पखवाड़े के दौरान भी 8600 करोड़ रुपए मूल्य का मादक पदार्थ नष्ट किया जाएगा।

कुछ दिन पहले दिल्ली में 560 किलो से अधिक कोकीन तथा चालीस किलो हाइड्रोपोनिक मारिजुआना पकड़ा गया था। इसका अनुमानित मूल्य सात हजार करोड़ से अधिक था। इससे पहले पांच अक्तूबर को मध्यप्रदेश की राजधानी भोपाल स्थित एक कारखाने में 1814 करोड़ मूल्य का 907.09 किलो 'मेफेड्रोन' नामक मादक पदार्थ तथा इसे बनाने में प्रयुक्त होने वाली कच्ची सामग्री भी जब्त की गई थी। इन दो कार्रवाइयों में जब्त मादक पदार्थ का कुल मूल्य लगभग आठ हजार करोड़ था। इतनी बड़ी धनराशि प्रतिबंधित अवैध कार्य में प्रयुक्त हो रही है, इससे अधिक आश्वर्यजनक क्या हो सकता है। इस घटना से सहज ही कल्पना की जा सकती है कि मादक पदार्थों के समग्र धंधे में न जाने कितनी धनराशि इस्तेमाल हो रही होगी। माफियाओं की कितनी बड़ी अलग से अर्थव्यवस्था चल रही होगी, इसका कोई अनुमान नहीं। कुछ कारवाइयों ही हजार

करोड़ के मादक पदार्थ जब्त हो जाते हैं। फिर शासकीय नियम-कानूनों से छिप कर यहां-वहां देश-दुनिया में वितरित होने वाले पदार्थों के कुल मूल्य का अनुमान लगाना तो और मुश्किल है। बच्चों, किशोर-किशोरियों, युवक-युवतियों को पथभ्रष्ट करके देश-

दुनिया में मनमानी करने के लिए जो सबसे सरल रास्ता माफिया को दिखाई पड़ता है वह उन्हें मादक पदार्थों के उत्पादन, वितरण और प्रसारण में ही दिखता है। यही वजह है कि दुनिया की कोई भी सरकार नशे के सौदागरों पर स्थायी रूप से प्रतिबंध नहीं लगा पा रही है। इसीलिए उनका अंत नहीं हो पा रहा है। शासन को इस पर अब गंभीरतापूर्वक विचार करना होगा। क्योंकि मादक पदार्थों का व्यापक संजाल फैला हुआ है। इसमें लिप्त व्यक्ति मादक पदार्थ बनाने से लेकर बेचने तक के अपने काम को अत्यंत व्यावसायिक तरीके से पूरा करते हैं। कोई दो मत नहीं कि नशे के कारोबार को सुगमतापूर्वक संपन्न करवाने में शासन-प्रशासन के कुछ घटक भी गुप्त रूप से लिप्त होते हैं। अन्यथा ये माफिया इस कदर नहीं फलते-फूलते।

यह समस्या मादक पदार्थों की खरीद-बिक्री को गुप्त संरक्षण देने तक ही सीमित नहीं है। इस समय पैकेट बंद निर्मित एवं अर्द्धनिर्मित भोज्य उत्पादों और पेय पदार्थों में भी स्वास्थ्यघाती, प्राणघातक रासायनिक मिश्रण डाले जा रहे हैं। पिछले ढाई दशक में उद्योगीकरण और नगरीकरण के निरंकुश विस्तार के कारण यह अभ्यास पहले से अधिक बढ़ गया है। साथ ही इस अभ्यास की निगरानी, इस पर नियंत्रण का शासकीय का शासकीय कर्त्तव्य भी कुंद पड़ चुका है। मादक पदार्थों तथा रासायनिक मिश्रण वाले गेहूं, चावल, दाल, सब्जी, फल, मसाले, तेल, घी, पैकेट बंद भोज्य और पेय पदार्थों के चाहे अनचाहे सेवन से र लोगों का का स्वास्थ्य बेहाल है। आम आदमी लाचार है। उनके शरीर के अंदरुनी अंगों पर तो इसका अधिकतर असर पड़ा की ही रहा है, मनोविकार के र के रूप में भी यह सामने आ रहा है। मादक पदार्थों की तस्करी के पूर्ण उन्मूलन और इसके नियंत्रण के संबंध में सरकार जो भी संकल्प दिखा रही है, वह तभी पूरा होगा जब ठोस क्रियान्वयन हो। । तभी । परिस्थितियां बदली हुई नजर हुई नजर आएंगी। । वहीं जब तक मादक पदार्थों। के तस्करों को। दंडित नहीं किया जाएगा और उन्हें समाज के सामने नहीं लाया जाएगा, तब तक तस्करी को सार्वजनिक रूप से हतोत्साहित नहीं किया जा सकता। । वक्त आ गया है कि तस्करों की अराजकता को प्रभावी ढंग से खत्म किया जाए। केंद्रीय गृहमंत्री ने 'मादक पदार्थों की तस्करी और राष्ट्रीय सुरक्षा' विषय पर पिछले दिनों आयोजित क्षेत्रीय सम्मेलन की अध्यक्षता करते हुए कहा कि वे शासन के प्रतिनिधि के रूप में राष्ट्र के अंदर या बाहर मादक पदार्थों की बिल्कुल तस्करी नहीं होने देंगे। उन्होंने आह्वान किया कि देश की सुरक्षा और विकास के लिए राज्यों, केंद्र सरकार और तकनीकी विशेषज्ञों के संयुक्त प्रयास से इन समस्याओं का त्वरित समाधान निकाला जाना चाहिए। इससे उम्मीद जगी है कि आने वाले समय में नशे के सौदागरों पर शिकंजा कसा जाएगा।

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल शैक्षिक स्तंभकार स्ट्रीट कौर चंद एमएचआर मलोट पंजाब

घातक प्रदूषण के लपेट में पानी का जमीन

विजय गर्ग

दूध उत्पादों के राजौरी जिले का एक छोटा सा गाँव पिछले एक महीने में बादल में एक छोटा सा गाँव बादल है। विभिन्न अस्पतालों में 16 अन्य मरीजों से गुजरना। बादल में, जो लोग जीवन खो देते हैं वे ज्यादातर बच्चे होते हैं। वे सभी अचानक तेज बुखार और सांस लेने में थे। फिर वे बेहोश हो गए और फिर से मर गए। कोविड कॉल के रूप में गाँव के गाँव के प्रशासन के बाद प्रशासन के बाद बाहर के संपर्क से अधिक हैकाट दिया गया। प्रभावित घरों को भोजन और प्रशासन द्वारा प्रदान की गई सामग्री से दूर ले जाया गया। इस तरह की मौतें पाकिस्तान की सीमा के गाँव में खड़ी हैं। केंद्रीय मंत्री डॉ। जतिंदर सिंह का कहना है कि मृतकों को शरीर में कैमियम की भारी मात्रा और मृत्यु का कारण दिया गया था। यह एक पीजीआई चंडीगढ़ के शरीर में पाया गया था, बीमार लोगों के शरीर में कई भारी धातुएं पाई गई हैं। इन कई की राशि भीकई बार और हैं। विशेषज्ञों के अनुसार, भारी धातुएं विषाक्तता की तरह काम करती हैं। मरीजों को रोगियों के रक्तस्राव के नमूनों के लिए केंद्रीय संघीय विज्ञान प्रयोगशाला, डीआरओ ग्वालियर और अन्य प्रतिष्ठित लाबज़ भी भेजा गया है। वहां से, केवल रिपोर्ट प्राप्त करते समय, बीमारी का वास्तविक कारण ज्ञात होगा। यह स्पष्ट है कि बादल में मृतकों के शरीर में कोई जहर नहीं था। जिस तरह से बीमारी फैली हुई है, वही इंगित करता है कि कैमियम या अन्य भारी धातु की एक बड़ी मात्रा कैसे काटती है। बादल गाँव हिमालयपीयर माउंट माउंट की गोद में है। यहां से कई जल कक्षाएं हैं। चिनब की सहायक नदी बादल से गुजर रही है। यह संभव है कि कैमियम या कोई अन्य भारी धातु लोगों के शरीर तक नहीं पहुंचा हो। बादल और उसका परिवेश कई नदियों और झरने हैं। कई तालाब भी हैं। सबसे बड़ी आबादी पानी के लिए इन जल संसाधनों पर निर्भर करती है। क्योंकि इस क्षेत्र में कोयला, चूना, मुक्केबाजी, लोहा और बेंटोनाइट जैसे खनिज हैं, अवैध खनन समस्या के कारण है। ऐसे खनन अपशिष्ट जल जल खंडों मेंभारी धातु की मात्रा को याद करना इसमें बढ़ने की मात्रा है।

दसवीं के बाद लड़कियों के लिए रोजगार के अवसर

विजय गर्ग

समाज को इतना पढ़ा गया है लेकिन लड़कियों के बारे में उनकी सोच अभी भी संभव है। लड़कियों की शिक्षा में भाग लेने से यह सोचकर पसंद नहीं किया जाता है कि उन्हें अगले घर जाना है, बस बहुत कुछ पढ़ें। क्या वह सही है? सही या गलत होना लेकिन हमारे गांवों की सच्चाई है। समय के संतुलन को समझते हुए, हमें लड़कियों को आत्मनिर्भर बनाना चाहिए। दसवें के बाद लड़कियों के लिए रोजगार के अवसर आम तौर पर देखने के लिए आता है कि जब लड़कियां बात करती हैंकई लड़कियों को 12वीं कक्षा उत्तीर्ण करने के बाद उनके माता-पिता आगे की शिक्षा से वंचित कर देते हैं। यदि माता-पिता शिक्षकों की बातों से प्रभावित होते हैं तो वे भी उन्हें पढ़ाई कराते हैं। आज का समाज इतना साक्षर हो गया है, लेकिन लड़कियों को लेकर उनकी सोच आज भी वैसी ही है। लड़कियों की शिक्षा को यह सोचकर प्राथमिकता नहीं दी जाती कि उसे अगले घर जाना है, खूब पढ़ना है। क्या यह सही है? सही हो या ग़लत लेकिन ये हमारे गांवों का सच है. समय की नजाकत को समझते हुए हम बेटियों को आत्मनिर्भर बनाएंयह आवश्यक। उनकी शिक्षा को उन लोगों पर ध्यान देना चाहिए जो अपने पैरों पर पहुंच सकते हैं। उन पाठ्यक्रमों के बारे में बात करें, जिनके बाद वे लड़कियों के लिए नौकरी के अवसर प्रदान करते हैं। पोशाक जो लड़कियां दसवीं कक्षा को 50 प्रतिशत अंकों के साथ पास करती हैं, वे ड्रेस मेकिंग कोर्स लेने में सक्षम हैं। यह एक वार्षिक व्यावसायिक प्रशिक्षण पाठ्यक्रम है। आप इसे करने के बाद अपना बुटीक शुरू कर सकते हैं। एक डिजाइनर के रूप में एक बुटीक पर भी काम कर सकते हैं। यदि इस

क्षेत्र में आपकी रुचि हैयदि आप अपना भविष्य बनाकर अच्छी आय कर सकते हैं। सीनरेट प्रैक्टिस यह एक वार्षिक व्यावसायिक प्रशिक्षण पाठ्यक्रम है। इस पाठ्यक्रम को करने के बाद, छात्रों के लिए कई नौकरी विकल्प हैंः - x लिपिक। x व्यक्तिगत सचिव। x कार्यालय सहायक। व्यक्तिगत सहायक x रिसेप्शनिस्ट कटाई पर सिलाई यह पाठ्यक्रम पंजाब में ITI कॉलेजों में आयोजित किया जाता है। ऐसा करने के बाद, लड़कियां खुद का रोजगार खोल सकती हैं या बुटीक पर काम कर सकती हैं। वाणिज्यिक कला ये व्यावसायिक प्रशिक्षण पाठ्यक्रम उन लड़कियों को बना सकते हैंजो लोग 50 प्रतिशत के साथ दसवीं कक्षा से गुजर चुके हैं। इस पाठ्यक्रम को करने के बाद, लड़कियों के लिए लड़कियों को लड़कियों के लिए लड़कियों, पत्रिकाओं, ऐप डिजाइनर, Websiter के रूप में नौकरी के अवसर प्रदान करते हैं। इबिड्री पर सुई कार्यकर्ता ਟਿਮ ਟਿਮ ਲੜਕੀਆਂ ਲੜਕੀਆਂ ਲੜਕੀਆਂ ਆਪਣਾ ਮੰਵਾਰ ਮਕਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਲਈ ਟਿਮ ਖੇਤਰ ਖੇਤਰ ਖੇਤਰ ਖੇਤਰ ਖੇਤਰ ਖੇਤਰ ਖੇਤਰ ਖੇਤਰ ਟਿਮ ਲਈ ਲਈ ਲਈ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਤੇ ਤੇ ਤੇ ਹਨ ਹਨ ਹਨ ਹਨ ਮਕਦੀਆਂ बुनियादी कॉस्मेटोलॉजी दसवीं कक्षा के छात्र व्यावसायिक प्रशिक्षण पाठ्यक्रमों का 50 प्रतिशत पास करते हैंहैं। यह सुंदरता से जुड़ा पाठ्यक्रम है। इस पाठ्यक्रम को करने के बाद, हेयर स्टाइलिस्ट, नेल केयर आर्टिस्ट, को एक सेल कंसल्टेंट, मेकअप आर्टिस्ट, ब्यूटी आर्टिस्ट, बुल्स मैगज़ीन आर्टिस्ट के रूप में नियुक्त किया जा सकता है। फिजियोथेरेपी तकनीशियन यह एक वर्षीय व्यावसायिक प्रशिक्षण पाठ्यक्रम भी है। यह एक लड़कियों के लिए एक क्षेत्र है, जिसमें वे एक नौकरी खोलते हैं, जैसे कि फिजियोथेरेपी क्लिनिक में नौकरी, फिजियोथेरेपी क्लिनिक में एक नौकरी, अस्पतालों में एक नौकरी, होमोपैथी और नेचुरोपथी केंद्र। बालों पर विज्ञान की देखभाल यह एक वर्ष का एक व्यावसायिक प्रशिक्षण पाठ्यक्रम भी है। 10 वीं पास वे लड़कियों50 प्रतिशत अंक प्राप्त करने वाले इस पाठ्यक्रम को लेने के लिए पात्र हैं। यह कोर्स सरकारी आईटीआई संस्थानों से संचालित किया जाता है। इस कोर्स को पूरा करने के बाद हेयर स्टाइलिस्ट, नेल केयर आर्टिस्ट, सैलून सेल्स कंसल्टेंट, मेकअप आर्टिस्ट, ब्यूटी मैगजीन आर्टिस्ट के तौर पर अपना भविष्य बना सकते हैं। आशुलिपि लड़कियों के लिए यह कोर्स बेहतर रोजगार पाने में मदद करता है। इस कोर्स को पूरा करने के बाद छात्र विभिन्न नौकरियों के लिए पात्र हो जाता है जैसेः- x न्यायालय में आशुलिपिक। x वकीलों के साथ आशुलिपिक। x सरकारी नौकरी बैंकोंमें x लिपिक। वेतन उपरोक्त सभी पाठ्यक्रम एक वर्षीय व्यावसायिक प्रशिक्षण पाठ्यक्रम हैं, जिन्हें 10वीं पास लड़कियां करने के लिए पात्र हैं और उन्हें 50 प्रतिशत अंकों के साथ उत्तीर्ण होना होगा। इन कोर्स को करने के बाद लड़कियां आसानी से 15000 से 20000 रुपये प्रति माह कमा सकती हैं। इन कोर्स को करते समय इस बात का ध्यान रखना जरूरी है कि आप जो भी स्किल कोर्स करना चाहते हैं उसे पूरी मेहनत और लगन से करें और उस काम में पारंगत होना बहुत जरूरी है। इन कोर्स को करने में ज्यादा खर्चा नहीं आता हैऔर पंजाब में बिना किसी कठिनाई के किया जा सकता है।

स्वस्थ महिलाएं बन सकती हैं मजबूत अर्थव्यवस्था का आधार

विजय गर्ग

विश्व आर्थिक मंच (डब्लूईएफ) के एक नए अध्ययन में कहा गया है कि दुनिया भर में महिलाओं के स्वास्थ्य पर ध्यान देने से वे अर्थव्यवस्था का मजबूत आधार बन सकती हैं। शोध से पता चलता है कि महिलाओं के स्वास्थ्य के अंतर को पाटने से वर्ष 2040 तक वैश्विक सकल घरेलू उत्पाद में सालाना 400 अरब अमेरिकी डालर की बढ़ोतरी हो सकती है। डब्लूईएफ ने अपनी वार्षिक बैठक में एक नए महिला स्वास्थ्य प्रभाव निगरानी मंच की भी शुरुआत की।

विश्व आर्थिक मंच की ओर से मंगलवार को यह अध्ययन रपट जारी की गई। यह रपट महिला स्वास्थ्य के अंतर को पाटने और सभी के लिए जीवन व अर्थव्यवस्था में सुधार का खाका है। यह रपट मैकिन्से हेल्थ इंस्टीट्यूट (एमएचआइ) के सहयोग से प्रकाशित की गई है। इसमें रेखांकित किया गया है कि पुरुषों की तुलना में महिलाएं अपने जीवन का 25 फीसद हिस्सा अधिक खराब स्वास्थ्य में जीती हैं। इसमें बताया गया है कि कैसे नौ प्रमुख स्वास्थ्य स्थितियों के आसपास लक्षित कार्रवाई से वैश्विक बीमारी के बोझ को कम किया जा सकता है और प्रत्येक महिला के जीवन में हर साल 2.5 स्वस्थ दिनों को जोड़ा जा सकता है। अध्ययन रपट में नौ स्थितियों को महिला की जिंदगी के विभिन्न पड़ाव में विभाजित किया गया है, जो कि जीवित वर्षों की कुल संख्या (मातृ उच्च रक्तचाप संबंधी विकार, प्रसवोत्तर रक्तस्राव, हृदय रोग, गर्भाशय ग्रीवा कैंसर व स्तन कैंसर) और स्वस्थ वर्ष के आधार पर स्वास्थ्य अवधि की स्थितियों से संबंधित है। विश्व आर्थिक मंच ने इस संबंध में एजेंडा तय करने और संसाधन आबंटित करने के लिए दुनिया भर की सरकारों, निजी क्षेत्र, शोधकर्ताओं, नागरिक समाज और समुदायों से तत्काल कार्रवाई का आह्वान किया है।

रपट में कहा गया है कि अब कार्रवाई करने और यह सुनिश्चित करने का समय है कि हर महिला और लड़की स्वस्थ एवं अधिक उत्पादक जीवन जी सके। रपट में महिला - विशिष्ट स्वास्थ्य चिंताओं और लिंग-आधारित मतभेदों पर अनुसंधान को वित्तपोषित करके महिलाओं की स्थिति में सुधार करने और नैदानिक दिशा-निर्देशों को सुनिश्चित करके महिलाओं की देखभाल करने आवश्यकताओं पर जोर दिया गया है।

विश्व आर्थिक मंच ने मंगलवार को अपनी वार्षिक बैठक में एक नए महिला स्वास्थ्य प्रभाव निगरानी मंच की भी शुरुआत की है। यह मंच दुनिया भर में लाखों महिलाओं को पेश आने वाली स्वास्थ्य संबंधी परेशानियों की निगरानी और उनका समाधान खोजने के लिए एक सार्वजनिक रूप से सुलभ मंच है।

सेंटर फार हेल्थ एंड हेल्थकेयर के प्रमुख व विश्व आर्थिक मंच की कार्यकारी समिति के सदस्य श्याम बिशेन ने कहा, सार्थक परिवर्तन लाने और महिलाओं के अनुरूप प्रभावी स्वास्थ्य देखभाल रणनीतियों को विकसित करने के लिए प्रगति को मापना आवश्यक है। महिलाओं के जीवन में 2.5 अतिरिक्त स्वस्थ दिन जोड़ने के अवसर के बावजूद, लिंग - विशिष्ट अनुसंधान की कमी के कारण उन्हें अक्सर नजरअंदाज कर दिया जाता है। मैकिन्से हेल्थ इंस्टीट्यूट लुसी पेरेज ने कहा कि आज के परिदृश्य में महिलाओं को पेश आने वाली समस्याओं का अध्ययन करने, उनके स्वास्थ्य की देखभाल करने और महिलाओं से संबंधित योजनाओं में निवेश करने की जरूरत है।

मिटती मर्यादा : विजय गर्ग

आम तौर पर लोगों को यह कहते हुए सुना जाता है कि 'मनुष्य का तन बड़े भाग्य से मिलता है।' समस्त चराचर में अन्य जीव भी हैं, लेकिन केंद्र में मनुष्य ही है। प्राकृतिक रूप से मनुष्य के पास असीम शक्तियां हैं, जिनका प्रयोग मानव अपने अस्तित्व को बनाए रखने के लिए समय-समय पर करता रहता है। मनुष्य के पास बोलने की शक्ति है। इसका उपयोग वह अपनी मनोभावना को व्यक्त करने के लिए करता है। उसके पास सोचने-समझने की शक्ति है, इसी से व्यक्ति सही-गलत का निर्णय करता है और समाज में अपनी भूमिका स्पष्ट करता है। ऐसी ही न जाने कितनी शक्तियों का मालिक है मनुष्य।

वर्तमान परिदृश्य में मनुष्य की सोचने-समझने की क्षमता बेहद कम हो गई लगती है। आधुनिक तेज रफ्तार दौर में मनुष्य और किसी विवेकहीन प्राणी के आचरण में कोई खासा अंतर समझ आना बंद हो गया है। हालांकि पशु भूख जैसी प्राकृतिक जरूरत के मुताबिक ही अपना जीवन जीता है। उसके भीतर वर्चस्व की बेलगाम महत्त्वाकांक्षा नहीं होती। मनुष्य के भीतर बैठी विकृति ने उस पर कब्जा कर लिया है, परिणामस्वरूप व्यक्ति दिन-प्रतिदिन हिंसक होता जा रहा है। इसी कारण मनुष्य दूसरे मनुष्य पर अधिकार करना चाहता है। वह पालतू पशु पर जिस तरह अधिकार प्राप्त करके उसके मालिक होने का अहं पाल लेता है, वही मालिकाना हक वह अन्य व्यक्तियों और संसाधनों पर चाहता है। उसके भीतर वर्चस्व की यह प्रवृत्ति दिन-प्रतिदिन बढ़ती जा रही है। कुछ लोगों के अराजक होने के रोज नए-नए उदाहरण मिलते रहते हैं।

सड़कों पर गाड़ियों की रफ्तार देखकर लगता है कि गाड़ियों के मालिकों ने सड़कों पर पूरा अधिकार प्राप्त कर लिया है। यही मालिकाना अधिकार व्यक्ति को अराजक बनाता है। स्थानीय इलाकों में चलने वाली

ट्रेनों से लेकर बस के सफर में सीटों पर अधिकार संबंधी विवाद देखने को अक्सर मिल जाते हैं। कभी-कभी ये विवाद इतने बढ़ जाते हैं कि लोगों के बीच हाथापाई शुरू हो जाती है। साथ ही भाषाई मर्यादा तार-तार हो जाती है। मनुष्य के भीतर वासना इतनी बढ़ गई दिखती है कि वह हर जगह अधिकार प्राप्त करना चाहता है, लेकिन खुद पर नहीं। दरअसल, आज ज्यादातर लोगों की सोच सिर्फ स्व के स्वार्थ तक ही सीमित रह गई है। इसी सोच के कारण समाज अपने पतन की ओर है। हम स्वयं के बारे में सोचने के बजाय खुद को जानना प्रारंभ कर दें तो हम बेहतर और संवेदनशील मनुष्य होंगे। खुद को जानने और सोचने में अंतर होता है। मनुष्य जब स्वयं के बारे में सोचता है तो वह स्वार्थ के वशीभूत हो जाता है और उसका अपने आप पर से नियंत्रण खो जाता है।

खुद पर नियंत्रण न होने का परिणाम यह है कि हम लगभग रोज विभिन्न माध्यमों से रोज बलात्कार की घटनाएं पढ़ते सुनते हैं। आज भी गांवों में ऐसी बहुत सी घटनाएं प्रकाश में नहीं आती है। कभी समाज के भय से या किसी अन्य दबाव के कारण। बड़े शहरों में ऐसे जघन्य अपराधों के बाद कई बार आंदोलन हुए। उन आंदोलनों के बाद कानून में कुछ संशोधन भी किए गए, जिससे मुजरिम को कठोर और शीघ्र सजा मिल सके। फिर भी ऐसी घटनाएं कम नहीं हुई, बल्कि और बढ़ती चली गई। राजनीतिकों को ऐसी घटनाओं पर विचार-विमर्श करने की फुर्सत कहां है। वे ऐसी घटनाओं की अलग-अलग व्याख्या करके इसकी आंच में अपनी रोटियां सेंकते हैं और हम राजनीति के नशे मस्त हैं। किसी भी नशे में न चरित्र याद रहता है, न नैतिकता। लेकिन मनुष्य सोच सकता है, विचार कर सकता है, इसलिए उसको विचार करना होगा। मनुष्य पशु से भिन्न इसी बात में है कि हमारे पास सोचने-समझने की शक्ति है। इस विचारने की शक्ति का प्रयोग करके ये सोच सकते हैं कि मैं कौन हूं और मेरे मानव जीवन का उद्देश्य क्या है। जब मनुष्य अपने को जानेगा तो उसका अधिकार खुद पर होगा और वह अपने व्यक्ति को बुराइयों और अमानवीयता से बचा सकता है।

आज नैतिकता सिर्फ जुमला बन कर भटक रही है। नैतिकता और आदर्शों को छोड़ हम भौतिकतावाद के पोषक हो गए हैं। भौतिक सुखों के लिए हमने प्रकृति का दोहन किया है। अब हमें उसका मूल्य भी चुकाना होगा। भौतिक सुख कितने उचित हैं, कितने अनुचित, इस प्रश्न का उत्तर ढूंढ़ना होगा। मनुष्यता जब जागृत होगी, तब वह किसी को भी अपनी वासना का शिकार नहीं बनाएगी। फिर व्यक्ति सड़कों पर चलते वक्त, रेलगाड़ी, बस आदि जगहों पर समानता के अधिकार को समझ सकेगा और हम एक न्यायपूर्ण और बेहतर समाज की रचना कर सकेंगे।

सबको आगे बढ़ने की हड़बड़ी है। कैसे भी हो, किसी को रौंद कर या झूठ का आश्रय लेकर। इसी प्रवृत्ति के कारण पिता- पुत्र एक दूसरे का गला काटने पर अमादा हो जाते हैं। आगे बढ़ना विकास का क्रम है पर ये कैसा विकास है? विकास तो मनुष्यता, आदर्शों और प्रेम का होना चाहिए। मगर हमने नफरत के विकास में प्रगति की है। हथियारों का विकास नफरत की पहचान है, प्रेम की नहीं। हमें प्रेम की प्रगति के लिए कांच के शीशे में देखने के बजाय मन के आईने में देखने की आवश्यकता है। मनुष्य को अपने कर्मों को संचित करके सिर्फ रखने की आवश्यकता नहीं है, बल्कि आवश्यकता है नित्य किए गए कर्मों का चिंतन करने की। यही ज्ञान उसे विकास का सदमार्ग दिखाएगा।

हालांकि समाज में मनुष्यता अभी बाकी है। वृद्ध जनों को सड़क पार कराते, किसी मूक पशु को अन्न खिलाते, किसी दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति को अस्पताल पहुंचाते हुए लोग आज भी मिल जाते हैं। ऐसे ही लोग मानवता के रक्षक हैं।

जीएसटी के सभी पुराने बकाए को खत्म करने का मौका, ब्याज और जुर्माने से भी मिलेगी छूट

परिवहन विशेष न्यूज

सरकार ने जीएसटी संबंधित सभी पुरानी डिमांड को खत्म करने का फैसला किया है। कारोबारियों को सिर्फ बकाए टैक्स का भुगतान करना होगा। इस स्कीम के तहत जीएसटी संबंधित कोई भी डिमांड अगर किसी कारोबारी को अपने पोर्टल पर दिख रहा है तो वह सिर्फ टैक्स की राशि को जमा कर जुर्माने व ब्याज दोनों से छूट पा सकता है।

नई दिल्ली। आयकर की तरह सरकार जीएसटी संबंधित विवादों को भी खत्म करने का लगातार प्रयास कर रही है ताकि कारोबारियों को राहत मिल सके। इस प्रयास के तहत हाल ही में सरकार ने जीएसटी संबंधित सभी पुरानी डिमांड को खत्म करने का फैसला किया है। कारोबारियों को सिर्फ बकाए टैक्स का भुगतान करना होगा। सभी पुराने बकाए टैक्स भरने के लिए अगले साल 31 मार्च तक का समय दिया गया है। बकाए जीएसटी का भुगतान कर देने पर उन्हें टैक्स से जुड़े ब्याज और जुर्माने से पूरी तरह से छूट मिल जाएगी।

कैसे मिलेगी ब्याज और जुर्माने से छूट?

जीएसटी विशेषज्ञ और चार्टर्ड एकाउंटेंट (सीए) प्रवीण शर्मा ने बताया कि सरकार की इस स्कीम के तहत जीएसटी संबंधित कोई भी डिमांड अगर किसी कारोबारी को अपने पोर्टल पर दिख रहा है तो वह सिर्फ टैक्स की राशि को जमा कर जुर्माने व ब्याज दोनों से छूट पा सकता है।

मान लीजिए किसी कारोबारी पर वर्ष 2018-19 से टैक्स का बकाया है और उसने चुकता नहीं किया है तो साधारण रूप में कारोबारियों को उस बकाए टैक्स पर ब्याज भी देना होगा। देर से भरने पर जुर्माना भी लगेगा। लेकिन अगले साल 31 मार्च तक बकाए टैक्स को भरने पर कोई अतिरिक्त राशि नहीं देनी होगी। लेकिन कारोबारी ने उस बकाए टैक्स को अगर किसी अदालत में चुनौती दी है तो उस चुनौती को वापस लेना होगा।

गत दिसंबर में जीएसटी काउंसिल की बैठक में इस फैसले पर मुहर लगी थी। इस माह इसकी अधिसूचना भी जारी कर दी गई है। आयकर संबंधित पुराने विवादों को समाप्त करने के लिए सरकार विवाद से विश्वास स्कीम ला चुकी है। जीएसटी विशेषज्ञों के मुताबिक पिछले साल सरकार ने जीएसटी संबंधित इनपुट टैक्स क्रेडिट (आईटीसी) को लेकर भी कारोबारियों को बड़ी राहत दी थी।

जीएसटी रिटर्न भरने में देरी पर कारोबारियों के आईटीसी फंस जाते हैं। पिछले साल सरकार ने कारोबारियों को वित्त वर्ष 2017-18 से लेकर 2020-21 तक के आईटीसी क्लेम के लिए एक साथ पुराने जीएसटी रिटर्न भरने का मौका दिया था।

सरकार का नरम रुख

जीएसटी विवादों से जुड़े वकील पी.सी. अग्रवाल ने बताया कि सरकार का रुख अब लगातार लचीला होता जा रहा है। अगर किसी कारोबारी पर जीएसटी का बकाया है तो सरकार से गुजारिश करने पर उन्हें टैक्स जमा करने की मोहलत आसानी से मिल जाती है। गलत रिटर्न को भी सुधार कर फिर से भरने की सुविधा दी गई है। वर्ष 2017 के जुलाई में जब जीएसटी प्रणाली लागू हुई थी तो इस प्रकार की सुविधा नहीं थी।

हालांकि सरकार के बकाए पर कोई कारोबारी जवाब भी नहीं देता है, कोई संवाद नहीं करता है तो टैक्स की राशि के मुताबिक कारोबारी को सजा का भी प्रविधान है।इसके अलावा इस साल से जीएसटी अपीलेट ट्रिब्यूनल भी काम करने लगेगा। राज्यों की तरफ से ट्रिब्यूनल के सदस्यों की नियुक्ति में देरी से ट्रिब्यूनल के संचालन में विलंब हो रहा है। देश भर 44 ट्रिब्यूनल स्थापित किया जाना है। एक ट्रिब्यूनल में चार सदस्य होंगे।

पांच साल में दोगुने हुए क्रेडिट कार्ड, ट्रांजैक्शन में भी उछाल

आरबीआई की रिपोर्ट बताती है कि हाल के वर्षों में क्रेडिट कार्ड सालाना आधार पर 15 प्रतिशत से अधिक बढ़े हैं। हालांकि इस दौरान डेबिट कार्ड के इस्तेमाल में कमी आई है। अगर क्रेडिट और डेबिट कार्ड दोनों की बात करें तो पूरे देश में 109 .9 करोड़ कार्ड चलन में हैं। प्राइवेट बैंकों ने सबसे अधिक क्रेडिट कार्ड जारी किए हैं।

नई दिल्ली। क्रेडिट कार्ड आज अधिकतर लोगों की जिंदगी का अहम हिस्सा बन गया है। बिजली और पानी का बिल निपटाने से लेकर शॉपिंग के लिए इसका धड़ल्ले से इस्तेमाल होता है। यही वजह है कि क्रेडिट कार्ड की संख्या दिन-ब-दिन बढ़ रही है। आरबीआई की एक लेटेस्ट रिपोर्ट में क्रेडिट कार्ड से जुड़े कुछ दिलचस्प आंकड़े सामने हैं।

कितने बढ़े क्रेडिट कार्ड?

आरबीआई के डेटा के मुताबिक, दिसंबर 2019 में 5.53 करोड़ कार्ड चलन में थे। इनकी संख्या दिसंबर 2024 के आखिर तक दोगुनी से अधिक होकर लगभग 10.80 करोड़ हो गई है। दूसरी ओर, डेबिट कार्ड का इस्तेमाल स्थिर रहा। कैलेंडर वर्ष 2024 के दौरान क्रेडिट कार्ड के जरिए क्रमश 20.37 लाख करोड़ रुपये के 447.23 करोड़ पेमेंट ट्रांजेक्शन हुए। इस दौरान डेबिट कार्ड से 173.90 करोड़ पेमेंट ट्रांजेक्शन हुए, जिनका मूल्य 5.16 लाख करोड़ रुपये था।

15 फीसदी का उछाल

आरबीआई की रिपोर्ट बताती है कि हाल के वर्षों में क्रेडिट कार्ड सालाना आधार पर 15 प्रतिशत से अधिक बढ़े हैं। हालांकि, इस दौरान डेबिट कार्ड के इस्तेमाल में कमी आई है। अगर क्रेडिट और डेबिट कार्ड दोनों की बात करें, तो पूरे देश में 109.9 करोड़ कार्ड चलन में हैं। सार्वजनिक क्षेत्र के बैंकों (PSB) के क्रेडिट कार्ड दिसंबर 2019 के अंत तक 122.6 लाख से बढ़कर दिसंबर 2024 के अंत तक 257.61 लाख हो गए, जो 110 फीसदी से अधिक की छलांग है।

को-ब्रांडेड कार्ड की मांग ज्यादा

दिसंबर 2024 तक निजी क्षेत्र के बैंकों के पास क्रेडिट कार्ड मार्केट 71 प्रतिशत बाजार हिस्सेदारी थी। इसमें उनके पास 766 लाख कार्ड हैं। इन बैंकों ने शहरी और संपन्न ग्राहकों की जरूरतों को पूरा करने के लिए डिजिटल समाधान और सह-ब्रांडेड कार्डों को अपनाया है। को-ब्रांडेड कार्ड का मतलब है कि बैंक किसी अन्य चर्चित प्लेटफॉर्म, जैसे कि फ्लिपकार्ट और अमेजन के साथ मिलकर कार्ड लॉन्च करते हैं। इन कार्ड से उन प्लेटफॉर्म पर शॉपिंग करने पर अतिरिक्त छूट मिलती है।

विदेशी बैंकों के कार्ड घटे

विदेशी बैंकों के क्रेडिट कार्ड की संख्या में गिरावट देखी गई है। पिछले पांच साल में उनके क्रेडिट कार्ड 65.79 लाख से घटकर 45.94 लाख रह गए। उनकी बाजार हिस्सेदारी भी दिसंबर 2019 से दिसंबर 2024 के बीच 11.9 फीसदी से घटकर 4.3 फीसदी पर आ गई है।

आरबीआई के बूस्टर डोज का असर, शेयर बाजार में थमा गिरावट का तूफान; क्या अब ब्याज दरों में होगी कटौती?

tपरिवहन विशेष न्यूज

आरबीआई के उपायों से वित्तीय स्थिति में सुधार हुआ है। लिक्विडिटी में ढील बैंकों और NBFC को क्रेडिट ग्रोथ और रेवेन्यू बढ़ाने में मदद मिलेगी। नोमुरा ने कहा कि आरबीआई से कदम से खासकर एचडीएफसी बैंक और एक्सिस बैंक को मदद मिलेगी जिनके सामने लिक्विडिटी की समस्या थी। अब फरवरी में होने वाले आरबीआई की MPC मीटिंग में ब्याज दरों में कटौती की उम्मीद बढ़ गई है।

नई दिल्ली। पिछले कुछ दिनों से जारी गिरावट के सिलसिले को तोड़ते हुए भारतीय शेयर बाजार मंगलवार को शानदार तेजी के साथ बंद हुआ। इसकी वजह आरबीआई से मिले सकारात्मक संकेत हैं। दरअसल, आरबीआई ने बैंकिंग सिस्टम में लिक्विडिटी बढ़ाने के लिए कुछ उपायों का एलान किया है। इससे फरवरी में नीतिगत ब्याज दरों में कटौती की उम्मीद भी बढ़ गई है।

क्या ब्याज दरों में कटौती करेगा आरबीआई?

निफ्टी 50 0.56 फीसदी बढ़कर 22,957.25 पर पहुंच गया, जबकि बीएसई सेंसेक्स 0.71 फीसदी बढ़कर 75,901.41 पर पहुंच गया। फाइनेंस सेक्टर के शेयरों 1.9 फीसदी और बैंकिंग शेयरों में 1.7 फीसदी की वृद्धि हुई। आरबीआई के लिक्विडिटी बढ़ाने के उपायों की बात करें, तो इसमें बॉन्ड खरीद और डॉलर/रुपया स्वैप शामिल हैं। इसके बारे में एनालिस्टों और ट्रेडर्स का कहना है कि यह फरवरी में ब्याज दरों (Repo Rate Cut) में कटौती का अहम संकेत हो सकता है।

आनंद राठी शेयर्स एंड स्टॉक ब्रोकर्स में इन्वेस्टमेंट सर्विसेज के रिसर्च हेड नरेंद्र सोलंकी ने कहा कि आरबीआई के उपायों से वित्तीय स्थिति में सुधार हुआ है। लिक्विडिटी में ढील बैंकों और NBFC को क्रेडिट ग्रोथ और रेवेन्यू बढ़ाने में मदद मिलेगी। नोमुरा ने कहा कि आरबीआई से कदम से खासकर एचडीएफसी बैंक और एक्सिस बैंक को मदद मिलेगी, जिनके सामने लिक्विडिटी की समस्या थी।

बैंकिंग शेयरों का सबसे ज्यादा फायदा

आज एचडीएफसी बैंक और एक्सिस बैंक में क्रमशः 2.5 फीसदी और 3.8 फीसदी की वृद्धि हुई। बजाज फाइनेंस और महिंद्रा एंड महिंद्रा फाइनेंशियल सर्विसेज में क्रमशः 4.3 फीसदी और 3.7 फीसदी का उछाल आया। एलआईसी हाउसिंग फाइनेंस में भी 1.3 फीसदी की तेजी आई। ब्रोकरेज फर्म सिटी का कहना है कि सिटी ने आरबीआई के फैसले से तीनों को ज्यादा लाभ होगा। आरबीआई के बूस्टर डोज का असर ऑटो और रियल्टी स्टॉक पर दिखा। इनमें क्रमशः 1.3 फीसदी और 2.2 फीसदी की तेजी दिखी।

वहीं, फार्मा इंडेक्स में 2.3 फीसदी की गिरावट आई। यह इंडेक्स दो सत्रों में 4.9 फीसदी गिर चुका है। अमेरिका ने विदेशी सहायता रोक दी है, जिससे एड्स दवा निर्माताओं पर बुरा असर पड़ सकता है। इसी फैक्टर का असर दवा कंपनियों के स्टॉक पर दिख रहा है। स्मॉल-कैप और मिड-कैप कमजोर तिमाही नतीजों और महंगे वैल्यूएशन के चलते 1.8 फीसदी और 0.5 फीसदी की गिरावट के साथ लगातार लड़खड़ाते रहे।

अमेरिकी पाबंदी का आरबीआई की मुहिम पर असर नहीं, डिजिटल करेंसी पर चलता रहेगा काम

परिवहन विशेष न्यूज

आरबीआई ने 01 दिसंबर 2022 को देश के कुछ चयनित बैंकों के चयनित शाखाओं के जरिए सीबीडीसी को लागू किया था। तब बताया गया था कि यह निजी क्षेत्र की डिजिटल करेंसी (क्रिप्टोकरेंसी व अन्य) की चुनौतियों को थामने का काम करेगा। लेकिन ट्रंप ने ना सिर्फ सीबीडीसी को प्रतिबंधित किया है बल्कि क्रिप्टोकरेंसी को हरी झंडी दिखाते हुए अमेरिका को क्रिप्टो कैपिटल बनाने की भी घोषणा की है।

नई दिल्ली। ट्रंप प्रशासन की तरफ से सेंट्रल बैंक डिजिटल करेंसी (सीबीडीसी) को प्रतिबंधित करने से दुनिया भर में केंद्रीय बैंकों के निर्देश में डिजिटल करेंसी की व्यवस्था को लागू करने की भारत की मुहिम को धक्का लगा है। लेकिन घरेलू स्तर पर आरबीआई की तरफ से सीबीडीसी व्यवस्था को प्रसारित करने की योजना को लेकर ना तो सरकार की सोच बदली है और ना ही आरबीआई की। आरबीआई ने 01 दिसंबर, 2022 को देश के कुछ चयनित बैंकों के चयनित शाखाओं के जरिए सीबीडीसी को लागू किया था और तब यह बताया गया था कि यह निजी क्षेत्र की डिजिटल करेंसी (क्रिप्टोकरेंसी व अन्य) की चुनौतियों को थामने का काम करेगा। लेकिन राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने ना सिर्फ सीबीडीसी को प्रतिबंधित किया है बल्कि क्रिप्टोकरेंसी को हरी झंडी दिखाते हुए अमेरिका को इसका सबसे बड़ा केंद्र बनाने की भी घोषणा की है।

अमेरिका की नई सरकार के उक्त फैसलों के भारत पर प्रभाव को लेकर आधिकारिक तौर पर अभी कोई बयान नहीं आया है। लेकिन अधिकारियों का कहना है कि इसका एक स्पष्ट असर सीबीडीसी को लेकर जी-20 की तैयारियों पर होने का खतरा है। नवंबर, 2020 के शिखर सम्मेलन में जी-20 देशों ने विभिन्न देशों के बीच डिजिटल भुगतान की स्वीकार्यता को लेकर घोषणा की थी।

तब बताया गया था कि मौजूदा भुगतान व्यवस्था के मुकाबले सीबीडीसी काफी सस्ता, पारदर्शी व सुविधाजनक होगा। बाद में जब भारत की अध्यक्षता में वर्ष 2023 की बैठक में भी इसे एक अहम मुद्दा बनाया गया। अहमदाबाद में जी-20 के केंद्रीय बैंक के गवर्नरों व आइएमएफ, विश्व बैंक जैसे दूसरे वैश्विक संस्थानों की बैठक में इस बारे में बहस हुई कि कैसे सीबीसीडी का इस्तेमाल व्यापक आर्थिक फायदे के लिए किया जाए। नई दिल्ली घोषणा-पत्र में भी इसका जिक्र किया गया।

इस दरम्यान भारत, चीन, ब्राजील, दक्षिण कोरिया, यूएई समेत 36 देशों में सीबीडीसी पर प्रायोगिक तौर पर काम करना शुरू कर दिया है। जी-20 ने वर्ष 2027 तक सीबीडीसी की एक मजबूत व्यवस्था दुनिया भर में बनाने का लक्ष्य भी रखा है । अब दुनिया की सबसे बड़ी आर्थिक शक्ति की तरफ से इससे हाथ खींचने से इस योजना पर उल्टा असर पड़ना संभव है।

सीबीडीसी को बढ़ाने पर हो रहा काम

आरबीआई की तरफ से भी सीबीडीसी को ज्यादा व्यापक बनाने का काम धीरे-धीरे चल रहा है।आरबीआई की तरफ से यह भी बताया गया था कि जून, 2024 तक भारत में 50 लाख ग्राहक सीबीडीसी का इस्तेमाल कर रहे हैं। यह संख्या एक वर्ष पहले सिर्फ 13 लाख थी। हाल ही में ओडिशा सरकार ने अपनी फ्लैगशिप सुभद्रा योजना को भी आरबीआई की पायलट सीबीडीसी से जोड़ने का काम किया है।

सीबीडीसी को लागू कर रहे दिल्ली स्थित मुख्यालय वाले एक बैंक के एक वरिष्ठ अधिकारी ने बताया कि आरबीआई की तरफ से ऐसा कोई संकेत नहीं आया है कि सीबीडीसी की रफ्तार धीमी करनी है। हालांकि यह भी तय है कि अभी इसे पूरी तरह से लांच करने को लेकर भी विमर्श नहीं चल रहा।

सनद रहे कि सीबीडीसी आरबीआई की मान्यता वाला डिजिटल करेंसी है जिसका इस्तेमाल करने के लिए ग्राहकों को एक विशेष डिजिटल खाता (डिजिटल वालेट) खोलना पड़ता है और इसका खास एप ईआर डाउनलोड करना होता है। यह भारतीय रुपये में भुगतान करने या स्वीकार करने का डिजिटल माध्यम है। आरबीआई का कहना है कि इससे सेटलमेंट करना काफी आसान है। अभी 15 भारतीय बैंकों को सीबीडीसी जारी करने की मंजूरी दी गई है।

चीन के डीपसीक का खौफ, एक दिन में एनवीडिया के 51 लाख करोड़ खाक

अमेरिकी चिप मेकर एनवीडिया के शेयर सोमवार को एकदम से क्रैश कर गए। यह 16 .86 फीसदी गिरावट के साथ 118 .58 डॉलर पर बंद हुआ। इससे एनवीडिया का मार्केट कैप एक ही दिन में तकरीबन 600 अरब डॉलर (51 .92 लाख करोड़ रुपये) तक कम हो गया। इस गिरावट की वजह चीन का स्टार्टअप डीपसीक है। आइए जानते हैं पूरी डिटेल।

नई दिल्ली। अमेरिकी शेयर बाजार के प्रमुख सूचकांक नैस्डेक (Nasdaq Composite) में सोमवार को 3.07 फीसदी की भारी गिरावट आई। इसकी वजह थी चिप मैन्युफैक्चरर एनवीडिया (Chip Manufacturer Nvidia)। यह स्टॉक 16.86 फीसदी गिरावट के साथ 118.58 डॉलर पर बंद हुआ। इससे अमेरिकी चिप मेकर की एक ही दिन में बाजार हैसियत तकरीबन 600 अरब डॉलर (51.92 लाख करोड़ रुपये) तक कम हो गया। यह अमेरिकी इतिहास में एक दिन में किसी कंपनी के मार्केट कैप में सबसे बड़ी गिरावट है।

ये रकम कितनी बड़ी है, इसका अंदाजा आप इसी बात से लगा सकते हैं कि यह भारत HDFC बैंक के कुल मार्केट कैप का लगभग चार गुना है। HDFC बैंक का मार्केट कैप फिलहाल 12.82 लाख करोड़ है।

एनवीडिया के शेयरों में गिरावट की वजह

एनवीडिया के शेयरों में गिरावट की सबसे बड़ी वजह है चीन के स्टार्टअप डीपसीक (DeepSeek) का किफायती जेनरेटिव एआई मॉडल। DeepSeek ने चाइनीज सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म WeChat पोस्ट करके दावा किया है कि उसका एआई मॉडल OpenAI से 20-50 गुना ज्यादा सस्ता है।

डीपसीक ने तेजी से बढ़ते एआई सेगमेंट में अमेरिकी दबदबे को चुनौती दी है। इसका सबसे अधिक असर एनवीडिया के मुनाफे पर पड़ने की आशंका है, क्योंकि वह महंगे चिप बनाती है। लेकिन, डीपसीक का चैटबॉट किफायती चिप पर अच्छे से ऑपरेट करता है।

डीपसीक इफेक्ट सिर्फ एनवीडिया तक सीमित नहीं रहा। एक अन्य अमेरिकी चिप निर्माता ब्रॉडकॉम के शेयरों में 17.4 फीसदी की गिरावट आई। डच फर्म ASML सेमीकंडक्टर बनाने के लिए इस्तेमाल की जाने वाली मशीनें बनाती है, उसके शेयर 6.7 फीसदी तक गिर गए। कॉन्स्टेलेशन एनर्जी AI के लिए महत्वपूर्ण ऊर्जा क्षमता बनाने की योजना बना रही है। उसके शेयरों में 20 प्रतिशत से अधिक की गिरावट आई है।

डीपसीक क्यों लोकप्रिय हो रहा है?

चीन के एआई स्टार्टअप डीपसीक का चैटबॉट अमेरिका में एपल के ऐप पर टॉप-रेटेड फ्री एप्लिकेशन बन गया है। डीपसीक का कहना है कि उसने अपने मॉडल को डेवलेप करने में सिर्फ 5.6 मिलियन खर्च किए। वहीं, ओपनएआई, गूगल और मेटा ने अपने एआई चैटबॉट को बनाने में अरबों डॉलर खर्च किए हैं।

इससे निवेशकों के बीच संदेश जा रहा है कि अमेरिका के मुकाबले चीन ज्यादा बेहतर और तेज टेक्नोलॉजी बना सकता है और वह उससे काफी कम कीमत में। इससे टेक्नोलॉजी की दुनिया में अमेरिकी एकाधिकार को झटका लगने की उम्मीद है।

क्या डीपसीक से डरना सही है?

कई अमेरिकी एक्सपर्ट का मानना है कि डीपसीक पर शेयर बाजार कुछ ज्यादा ही रिएक्ट कर रहा है। बी. रिले वेल्थ के चीफ मार्केट स्ट्रैटजिस्ट आर्ट होगन ने सोमवार को बाजार की प्रतिक्रिया को 'पहले गोली मारो, बाद में सवाल पूछो' जैसा बताया है। उन्होंने कहा, 'कुछ लोग चीनी कंपनी के दावों पर संदेह कर रहे हैं। हर कोई यह पता लगाने की कोशिश कर रहा है कि 'क्या इस पर विश्वास किया जा सकता है?' और 'इसका क्या मतलब है।'

अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने पिछले दिनों जापानी दिग्गज सॉफ्टबैंक और चैटजीपीटी-निर्माता ओपनएआई की अगुआई में अमेरिका में AI इन्फास्ट्रक्चर बनाने के लिए 500 अरब डॉलर के वेंचर की घोषणा की थी।

डीपसीक पर साइबर अटैक

चाइनीज स्टार्टअप डीपसीक ने दुनिया भर के बाजारों को हिलाकर रखकर दिया है। डीपसीक ने सोमवार को दावा किया कि उस पर साइबर अटैक भी हो रहा है, जिसका मकसद उसकी तकनीक को नुकसान पहुंचाना या उन्हें चुराना हो सकता है। यही वजह है कि स्टार्टअप ने नए यूजर्स के रजिस्ट्रेशन को सीमित कर दिया है।

चीनी मिलों के सामने गन्ने का संकट, समय से पहले दम तोड़ सकता है पेराई सत्र

पिछले वर्ष की समान अवधि की तुलना में महाराष्ट्र में करीब सौ लाख टन गन्ना अभी तक चीनी मिलों के पास नहीं पहुंच पाया है। उत्तर प्रदेश में जल्द ही गन्ने की कमी का खतरा दिख रहा है क्योंकि इस बार उत्तर भारत में पहले बाढ़ और फिर पर्याप्त ठंड नहीं पड़ने के चलते मिलों तक गन्ना पहले ही आने लगे थे।

नई दिल्ली। गन्ना उद्योग दो-तरफा संकट से गुजर रहा है। उत्तर भारत के राज्यों में रेड रोट (लाल सड़न) और दक्षिण के राज्यों में बेमौसम वर्षा के चलते गन्ना के उत्पादन में भारी गिरावट देखी जा रही है। उत्पादकता भी बुरी तरह प्रभावित है। इसका सीधा असर चीनी मिलों पर पड़ रहा है। नवंबर से अप्रैल तक चलने वाला पेराई सत्र मार्च के मध्य में ही दम तोड़ सकता है।

राष्ट्रीय सहकारी चीनी कारखाना महासंघ (एनएफसीएसएफ) के अनुसार देश में अभी सिर्फ 507 चीनी मिलें ही चालू हैं, जबकि पिछले वर्ष 524 मिलें चालू थीं। यानी 17 मिलों को अभी तक चालू होने का इंतजार है। सबसे ज्यादा तमिलनाडु और महाराष्ट्र में चीनी मिलें बंद हैं। उत्तर प्रदेश और बिहार की चीनी मिलों की स्थिति भी अच्छी नहीं है।

पेराई के लिए अभी से गन्ने की कमी होने लगी है। आशंका है कि कई चालू मिलों को मार्च में ही बंद कर देना पड़े। ऐसे में चालू सत्र में चीनी उत्पादन में 49 लाख टन की कमी आने का अनुमान है। पिछले वर्ष 319 लाख टन चीनी का उत्पादन हुआ था। इस बार सिर्फ 270 लाख टन का अनुमान है। चीनी का सबसे बड़ा उत्पादक राज्य उत्तर प्रदेश एवं महाराष्ट्र है, जहां टाप शूट बोरर और रेड राट (लाल सड़न) बीमारी के चलते उत्पादन नीचे चला आया है।

महाराष्ट्र और यूपी का हाल

पिछले वर्ष की समान अवधि की तुलना में महाराष्ट्र में करीब सौ लाख टन गन्ना अभी तक चीनी मिलों के पास नहीं पहुंच पाया है। हालांकि उत्तर प्रदेश में अभी तक आठ लाख टन ज्यादा गन्ने की पेराई हो चुकी है, लेकिन जल्द ही गन्ने की कमी का खतरा दिख रहा है, क्योंकि इस बार उत्तर भारत में पहले बाढ़ और फिर पर्याप्त ठंड नहीं पड़ने के चलते मिलों तक गन्ना पहले ही आने लगे थे।

फिलहाल गन्ने के अभाव में कई मिलों को घंटों बंद रखना पड़ रहा है। हालांकि ऐसी स्थिति किसानों के लिए वरदान साबित हो सकती है, क्योंकि कम आपूर्ति के चलते पेराई सत्र के आखिर में गन्ने की कीमत अच्छी मिल सकती है। अधिक से अधिक गन्ना लेने के लिए मिलों के बीच प्राइस वार के हालात बन सकते हैं। उत्तर प्रदेश की मिलें तो अभी से ही पड़ोस के राज्य उत्तराखंड एवं बिहार से अधिक मूल्य पर गन्ना मंगाना शुरू कर दिया है।

अन्य राज्यों का हाल

अन्य राज्यों की स्थिति भी बहुत अच्छी नहीं है। उत्पादकता दर में 20 प्रतिशत तक गिरावट आ सकती है। महाराष्ट्र एवं कर्नाटक में गन्ने की फसल का विकास पर्याप्त नहीं हो पाया है। समय से पूर्व फसल फ्लावरिंग स्टेज (अर्ली-मैच्योर) में पहुंच गई है। ऐसी स्थिति में सूक्रोज की मात्रा कम हो जाती है और गन्ने का वजन भी कम हो जाता है।

यही कारण है कि महाराष्ट्र में जो मिलें चालू भी हैं, उन्हें गन्ने की कमी का सामना करना पड़ रहा है। कर्नाटक एवं तमिलनाडु में भी यही स्थिति है। एनएफसीएसएफ के अनुसार तमिलनाडु में चालू सत्र के लिए 8.50 लाख टन तक ही पहुंचने की उम्मीद है, जो पिछले सत्र की तुलना में 10.75 लाख टन से कम है।

ग्रामीण भारत की कहानी बदल रही है स्वामित्व योजना

डॉ सत्यवान सौरभ

स्वामित्व की आवश्यकता भारत में ग्रामीण भूमि सर्वेक्षण और बंदोबस्त का दशकों से अभाव रहा है। कई राज्यों में गांवों के आबादी क्षेत्रों के नक्शे और दस्तावेजीकरण का अभाव रहा है। आधिकारिक रिकॉर्ड की अनुपस्थिति के कारण, इन क्षेत्रों में संपत्ति के मालिक अपने घरों को अपग्रेड करने या अपनी संपत्ति को ऋण और अन्य वित्तीय सहायता के लिए वित्तीय संपत्ति के रूप में उपयोग करने में असमर्थ थे, जिससे उनके लिए संस्थागत ऋण प्राप्त करना मुश्किल हो गया। इस तरह के दस्तावेजीकरण की कमी ने 70 से अधिक वर्षों तक ग्रामीण भारत के आर्थिक विकास में बाधा डाली। यह स्पष्ट हो गया कि आर्थिक सशक्तिकरण के लिए कानूनी रूप से मान्यता प्राप्त संपत्ति रिकॉर्ड के महत्व के आलोक में एक समकालीन समाधान की आवश्यकता थी। गाँव के आबादी क्षेत्रों के सर्वेक्षण और मानचित्रण के लिए अत्याधुनिक ड्रोन तकनीक का उपयोग करने के लिए, स्वामित्व योजना विकसित की गई थी। पीएम स्वामित्व ने जल्द ही ख़ुद को इस दिशा में एक महत्त्वपूर्ण मोड़ साबित कर दिया।

पंचायती राज मंत्रालय की एक केंद्रीय क्षेत्र की पहल को स्वामित्व (ग्रामीण क्षेत्रों में सुधारित प्रौद्योगिकी के साथ गांवों का सर्वेक्षण और मानचित्रण) कहा जाता है। इसे नौ राज्यों में कार्यक्रम के पायलट चरण (2020-2021) के सफल समापन के बाद 24 अप्रैल, 2021 को राष्ट्रीय पंचायती राज दिवस पर देश भर में पेश किया गया था। यह कार्यक्रम भूमि के टुकड़ों का मानचित्रण करने और गाँव के घरेलू मालिकों को ?अधिकारों का रिकॉर्ड' प्रदान करने के लिए ड्रोन तकनीक का उपयोग करता है। कानूनी स्वामित्व कार्ड, जिन्हें संपत्ति कार्ड या शीर्षक विलेख के रूप में भी जाना जाता है, तब संपत्ति के मालिकों को जारी किए जाते हैं, जो ग्रामीण आबादी वाले (आबादी) क्षेत्रों में संपत्ति के स्पष्ट स्वामित्व की स्थापना की दिशा में एक सुधारात्मक कदम है।

सर्वे ऑफ इंडिया और सम्बंधित राज्य सरकारों के बीच एक समझौता ज्ञापन स्वामित्व योजना को लागू करने के लिए रूपरेखा द्वारा प्रदान की गई बहु-चरणीय संपत्ति कार्ड निर्माण प्रक्रिया में पहला क़दम है। सभी पैमानों पर राष्ट्रीय स्थलाकृतिक डेटाबेस तैयार करने के लिए, विभिन्न पैमानों पर स्थलाकृतिक मानचित्रण के लिए प्रौद्योगिकी का उपयोग करता है, जैसे उपग्रह इमेजरी, मानव रहित हवाई वाहन या ड्रोन प्लेटफॉर्म और हवाई फोटोग्राफी ड्रोन। समझौता ज्ञापन के पूरा होने के बाद, एक सतत संचालन संदर्भ प्रणाली स्थापित की जाती है। एक आभासी बेस स्टेशन जो लंबी दूरी की, अत्यधिक सटीक नेटवर्क आरटीके (रियल-टाइम किनेमेटिक) सुधार प्रदान करता है, संदर्भ स्टेशनों के इस नेटवर्क द्वारा प्रदान किया जाता है। अगला चरण यह निर्धारित करना है कि किन गांवों का सर्वेक्षण किया जाएगा और जनता को संपत्ति मानचित्रण प्रक्रिया के बारे में सूचित करना है। प्रत्येक ग्रामीण संपत्ति को चूना पत्थर (चुन्ना) से चिह्नित किया जाता है, जो गाँव के आबादी क्षेत्र (आबादी क्षेत्र) को चित्रित करता है यह जांच / आपत्ति प्रक्रिया का समापन है, जिसे संघर्ष / विवाद समाधान के रूप में भी जाना जाता है। फिर सम्पत्ति पत्रक या अंतिम संपत्ति कार्ड / शीर्षक विलेख तैयार किए जाते हैं। आप इन कार्डों को खरीद सकते हैं।

इस कार्यक्रम के लाभों में एक समावेशी समाज शामिल है। गांवों में कमजोर आबादी की सामाजिक-आर्थिक स्थिति संपत्ति के अधिकारों तक उनकी पहुँच के साथ सकारात्मक रूप से सहसम्बद्ध है। स्वामित्व योजना इसे संभव बनाने का प्रयास करती है। आबादी की स्पष्ट रूप से परिभाषित सीमा की कमी के कारण भूमि-संघर्ष के मामलों की संख्या बहुत अधिक है। स्थानीय स्तर पर संघर्षों के अंतर्निहित कारणों को सम्बोधित करना स्वामित्व योजना का लक्ष्य है। बेहतर ग्राम पंचायत विकास योजनाएँ जो उच्च-रिज़ॉल्यूशन वाले डिजिटल मानचित्रों का उपयोग करती हैं, सड़कों, स्कूलों, सामुदायिक स्वास्थ्य सुविधाओं, नदियों, स्ट्रीटलाइट्स और अन्य बुनियादी ढाँचे में सुधार लाती हैं। अधिक सुलभ संसाधनों और प्रभावी वित्तीय प्रबंधन के माध्यम से। लोगों को अपनी संपत्ति को संपार्श्विक के रूप में मुद्रीकृत करने में मदद करना मुख्य लक्ष्य है। इसके अतिरिक्त, जिन राज्यों में संपत्ति कर लगाया जाता है, वहाँ इसे सरल बनाने से निवेश को बढ़ावा मिलता है और व्यापार करना आसान हो जाता है, जिससे भारत की आर्थिक वृद्धि को बढ़ावा मिलता है।

भूमि स्वामित्व से जुड़े लंबे समय से चले आ रहे मुद्दों को विकास और सशक्तिकरण के अवसरों में बदलकर, स्वामित्व योजना ग्रामीण भारत की कहानी बदल रही है। यह योजना, जिसमें डिजिटल संपत्ति कार्ड और परिष्कृत ड्रोन सर्वेक्षण शामिल हैं, केवल सीमाओं और नक्शों के बजाय संभावनाओं और सपनों के बारे में है। स्वामित्व सिर्फ़ एक सरकारी कार्यक्रम से कहीं ज़्यादा बन गया है क्योंकि गाँव इस बदलाव का स्वागत करते हैं; यह बढ़ी हुई आज़ादी, ज़्यादा चतुराईपूर्ण योजना और ज़्यादा एकजुट, शक्तिशाली ग्रामीण भारत के पीछे एक प्रेरक शक्ति है। स्वामित्व योजना के परिणामस्वरूप ग्रामीण भारत बदल रहा है। भूमि स्वामित्व से जुड़ी लंबे समय से चली आ रही कठिनाइयाँ विकास और आत्मनिर्णय के अवसरों में बदल रही हैं। बाधाओं को दूर करने, विवादों को निपटाने और संपत्ति को आर्थिक उन्नति के लिए एक शक्तिशाली साधन में बदलने के लिए नवाचार और समावेशिता को जोड़ा जा रहा है। डिजिटल संपत्ति कार्ड और परिष्कृत ड्रोन सर्वेक्षण इस बात के दो उदाहरण हैं कि कैसे योजना सरल सीमाओं और मानचित्रों से आगे जाती है। यह अवसरों और आकांक्षाओं से भरपूर है। गाँव इस बदलाव को अपना रहे हैं और स्वामित्व महज़ सरकारी कार्यक्रम से आगे बढ़ रहा है। आत्मनिर्भरता, बेहतर योजना और अधिक एकजुट ग्रामीण भारत सभी इसके द्वारा गति प्राप्त कर रहे हैं।

भगवान शिव द्वारा माता पार्वती को बताए गए जीवन के 5 रहस्य ?

भगवान शिव ने देवी पार्वती को समय-समय पर कई ज्ञान की बातें बताई हैं।

जिनमें मनुष्य के सामाजिक जीवन से लेकर पारिवारिक और वैवाहिक जीवन की बातें शामिल हैं।

भगवान शिव ने देवी पार्वती को 5 ऐसी बातें बताई थीं जो हर मनुष्य के लिए उपयोगी हैं, जिन्हें जानकर उनका पालन हर किसी को करना ही चाहिए;

1. क्या है सबसे बड़ा धर्म और सबसे बड़ा पाप ?

देवी पार्वती के पूछने पर भगवान शिव ने उन्हें मनुष्य जीवन का सबसे बड़ा धर्म और अधर्म मानी जाने वाली बात के बारे में बताया है।

भगवान शंकर कहते हैं;

।।नास्ति सत्यात्परो नानृतात्पातकं परम्।।

अर्थात- मनुष्य के लिए सबसे बड़ा धर्म है सत्य बोलना या सत्य का साथ देना और सबसे बड़ा अधर्म है असत्य बोलना या उसका साथ देना।

2. काम करने के साथ किस एक और बात का रखना चाहिए ध्यान ?

भगवान शंकर कहते हैं;

।।आत्मसाक्षी भवेन्नित्यमात्मनुस्तु शुभाशुभे।।

अर्थात- मनुष्य को अपने हर काम का साक्षी यानी गवाह खुद ही बनना चाहिए, चाहे फिर वह अच्छा काम करे या बुरा। उसे कभी भी ये नहीं सोचना चाहिए कि उसके कर्मों को कोई नहीं देख रहा है।

3. कौन से तीन काम करने की इच्छा कभी नहीं करनी चाहिए ?

भगवान शंकर कहते हैं;

।।मनसा कर्मणा वाचा न च काड्क्षेत पातकम्।।

अर्थात- आगे भगवान शिव कहते हैं कि- किसी भी मनुष्य को मन, वाणी और कर्मों से पाप करने की इच्छा नहीं करनी चाहिए। क्योंकि मनुष्य जैसा काम करता है, उसे वैसा फल भोगना ही पड़ता है।

4. सफल होने के लिए किस एक बात का ध्यान रखना चाहिए ?

संसार में हर मनुष्य को किसी न किसी मनुष्य, वस्तु या परिस्थित से आसक्ति यानि लगाव होता ही है। लगाव और मोह का ऐसा जाल होता है, जिससे छूट पाना बहुत ही मुश्किल होता है। इससे छुटकारा पाए बिना मनुष्य की सफलता मुमकिन नहीं होती, इसलिए भगवान शिव ने इससे बचने का एक उपाय बताया है।

भगवान शंकर कहते हैं;

दोषदर्शी भवेत्तत्र यत्र स्नेहः प्रवर्तते।

अनिष्टेनान्वितं पश्चेद् यथा क्षिप्रं विरज्यते।।

अर्थात- भगवान शिव कहते हैं कि मनुष्य को जिस भी व्यक्ति या परिस्थित से लगाव हो रहा हो, जो कि उसकी सफलता में रुकावट बन रही हो, मनुष्य को उसमें दोष ढूंढ़ना शुरू कर देना चाहिए। सोचना चाहिए कि यह कुछ पल का लगाव हमारी सफलता का बाधक बन रहा है। ऐसा करने से धीरे-धीरे मनुष्य लगाव और मोह के जाल से छूट जाएगा और अपने सभी कामों में सफलता पाने लगेगा।

5. कौन सी एक बात समझ लेंगे तो नहीं करना पड़ेगा दुखों का सामना ?

भगवान शंकर कहते हैं;

नास्ति तृष्णासमं दुःखं नास्ति त्यागसमं सुखम्।

सर्वान्कामान्परित्यज्य ब्रह्मभूयाय कल्पते।।

अर्थात- आगे भगवान शिव मनुष्यों को एक चेतावनी देते हुए कहते हैं कि मनुष्य की तृष्णा यानि इच्छाओं से बड़ा कोई दुःख नहीं होता और इन्हें छोड़ देने से बड़ा कोई सुख नहीं है। मनुष्य का अपने मन पर वश नहीं होता। हर किसी के मन में कई अनावश्यक इच्छाएं होती हैं और यही इच्छाएं मनुष्य के दुःखों का कारण बनती हैं। जरुरी है कि मनुष्य अपनी आवश्यकताओं और इच्छाओं में अंतर समझे और फिर अनावश्यक इच्छाओं का त्याग करके शांत मन से जीवन बिताएं।

भारतीय 12 महीनों अनुसार आहार के नियम

चैत्र (मार्च-अप्रैल) – इस महीने में गुड का सेवन करे क्योकि गुड आपके रक्त संचार और रक्त को शुद्ध करता है एवं कई बीमारियों से भी बचाता है। चैत्र के महीने में नित्य नीम की 4 – 5 कोमल पतियों का उपयोग भी करना चाहिए इससे आप इस महीने के सभी दोषों से बच सकते है। नीम की पतियों को चबाने से शरीर में स्थित दोष शरीर से हटते है।

वैशाख (अप्रैल – मई) - वैशाख महीने में गर्मी की शुरुआत हो जाती है। बेल पत्र का इस्तेमाल इस महीने में अवश्य करना चाहिए जो आपको स्वस्थ रखेगा। वैशाख के महीने में तेल का उपयोग बिल्कुल न करे क्योकि इससे आपका शरीर अस्वस्थ हो सकता है।

ज्येष्ठ (मई-जून) – भारत में इस महीने में सबसे अधिक गर्मी होती है। ज्येष्ठ के महीने में दोपहर में सोना स्वास्थ्य वर्द्धक होता है, ठंडी छाछ, लस्सी, ज्यूस और अधिक से अधिक पानी का सेवन करें। बासी खाना, गरिष्ठ भोजन एवं गर्म चीजो का सेवन न करे। इनके प्रयोग से आपका शरीर रोग ग्रस्त हो सकता है।

अषाढ़ (जून-जुलाई) – आषाढ़ के महीने में आम, पुराने गेंहू, सत्तु, जौ, भात, खीर, ठन्डे पदार्थ, ककड़ी, पलवल, करेला, बथुआ आदि का उपयोग करे व आषाढ़ के महीने में भी गर्म प्रकृति की चीजों का प्रयोग करना आपके स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकता है।

श्रावण (जूलाई-अगस्त) – श्रावण के महीने में हरड का इस्तेमाल करना चाहिए। श्रावण में हरी सब्जियों का त्याग करे एव दूध का इस्तेमाल भी कम करे। भोजन की मात्रा भी कम ले – पुराने चावल, पुराने गेंहू, खिचड़ी, दही एवं हलके सुपाच्य भोजन को अपनाएं।

भाद्रपद (अगस्त-सितम्बर) – इस महीने में हलके सुपाच्य भोजन का इस्तेमाल कर वर्षा का मौसम्होने के कारण आपकी जठराग्नि भी मंद होती है इसलिए भोजन सुपाच्य ग्रहण करे। इस महीने में चिता औषधि का सेवन करना चाहिए।

आश्विन (सितम्बर-अक्टूबर) – इस महीने में दूध, घी, गुड़, नारियल, मुन्नका, गोभी आदि का सेवन कर सकते है। ये गरिष्ठ भोजन है लेकिन फिर भी इस महीने में पच जाते है क्योकि इस महीने में हमारी जठराग्नि तेज होती है।

कार्तिक (अक्टूबर-नवम्बर) – कार्तिक महीने में गरम दूध, गुड, घी, शक्कर, मुली आदि का उपयोग करे। ठंडे पेय पदार्थो का प्रयोग छोड़ दे। छाछ, लस्सी, ठंडा दही, ठंडा फ्रूट ज्यूस आदि का सेवन न करे, इनसे आपके स्वास्थ्य को हानि हो सकती है।

अगहन (नवम्बर-दिसम्बर) – इस महीने में ठंडी और अधिक गरम वस्तुओ का प्रयोग न करे।

पौष (दिसम्बर-जनवरी) – इस ऋतू में दूध, खोया एवं खोये से बने पदार्थ, गौंद के लाडू, गुड़, तिल, घी, आलू, आंवला आदि का प्रयोग करे, ये पदार्थ आपके शरीर को स्वास्थ्य देंगे। ठन्डे पदार्थ, पुराना अन्न, मोठ, कटु और रुक्ष भोजन का उपयोग न करे।

माघ (जनवरी-फ़रवरी) – इस महीने में भी आप गरम और गरिष्ठ भोजन का इस्तेमाल कर सकते है। घी, नए अन्न, गौंद के लड्डू आदि का प्रयोग कर सकते है।

ये बोझ क्यों धरू...!

तुम्हारी संवेदना लेकर क्या करूँ ?
मैं अपने मन पे ये बोझ क्यों धरू।
कोशिश करता हूँ अकेला ही चलू,
किसी का साथ लेकर क्या?
करूँ।
क्यों? मुसीबत में उसे भी डाल दूँ,
स्वयं के भोग है, खुद ही भोग लूँ।

तुम्हारी संवेदना लेकर क्या करूँ ?
मैं अपने मन पे ये बोझ क्यों धरू।
इन दु:खों का पिटारा हैं तेरा-मेरा,
मेरा कुछ ज्यादा, तेरा है कुछ कम।
जिंदगी जीना अब हो रहा है दुर्गम,
तू और मैं आजाद ये गाड़ी निर्गम।

तुम्हारी संवेदना लेकर क्या करूँ ?
मैं अपने मन पे ये बोझ क्यों धरू।
तुम न छलकाओं आँसूओं के बांध,
मैं इन्हें देखकर हो जाता
भयाक्रांत।
शब्दों से तुम्हें क्या? दूँ मैं सांत्वना,
हम तो असीमित कर चुके मंत्रणा।

संजय एम तराणेकर

अश्वगंधा

अश्वगंधा एक चमत्कारिक दवा कैसे करें इसका सेवन अश्वगंधा चूर्ण आयुर्वेदिक औषधि है, जो आपकी सेहत के लिए बहुआयामी फायदों का खजाना है। इसे सही तरीके से सेवन करने से न केवल आपका शारीरिक बल बढ़ेगा, बल्कि मानसिक शांति भी प्राप्त होगी। आइए विस्तार से जानें कि अश्वगंधा चूर्ण का सेवन कैसे और किन तरीकों से किया जा सकता है।

1 पानी के साथ कैसे करें सेवन? 1 चम्मच (लगभग 5 ग्राम) अश्वगंधा चूर्ण लें। इसे गुनगुने पानी के साथ मिलाकर रोज़ाना सुबह और रात को सेवन करें। फायदे तनाव और चिंता से राहत मिलती है। इम्यून सिस्टम को मजबूत करता है। नींद की गुणवत्ता में सुधार करता है।

2 दूध के साथ कैसे करें सेवन? एक गिलास गर्म दूध लें। उसमें 1 चम्मच अश्वगंधा चूर्ण मिलाएं। स्वाद के लिए थोड़ा सा शहद या गुड़ डाल सकते हैं। फायदे यह आपकी हड्डियों को मजबूत करता है। शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है। मांसपेशियों की मजबूती बढ़ती है। विशेष टिप सोने से पहले सेवन करें, इससे गहरी और शांत नींद आती है।

3 घी के साथ कैसे करें सेवन? 1/2 चम्मच अश्वगंधा चूर्ण लें। इसे 1 चम्मच देसी घी के साथ मिलाएं और गुनगुने पानी से सेवन करें। फायदे वजन बढ़ाने में सहायक। पाचन तंत्र को सुधारता है। शरीर को अंदर से पोषण देता है।

4 शहद के साथ कैसे करें सेवन? 1/2 चम्मच अश्वगंधा चूर्ण को 1 चम्मच शहद के साथ मिलाकर सेवन करें। फायदे गले की खराश और सर्दी-जुकाम में लाभकारी।

शरीर में स्फूर्ति और ताजगी लाता है। रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है।

5 अश्वगंधा चाय कैसे बनाएं? एक कप पानी उबालें। उसमें 1/2 चम्मच अश्वगंधा चूर्ण डालें।

थोड़ा सा अदरक और तुलसी डालकर 5 मिनट तक पकाएं।

छानकर पियें।

फायदे

1. सर्दी-जुकाम में राहत।
2. तनावमुक्त दिमाग के लिए उत्तम।
3. ऊर्जा बढ़ाने के लिए दिन की शुरुआत में लें।

6 व्यंजन या स्मूदी में मिलाकर (Food Method) कैसे करें सेवन? इसे अपने नाश्ते में स्मूदी, दलिया, या अनाज में मिला सकते हैं। फायदे बिना किसी कड़वाहट के फायदों का आनंद लें। बच्चों के लिए इसे अधिक स्वादिष्ट बनाएं।

अश्वगंधा सेवन के दौरान ध्यान देने योग्य बातें सही मात्राः रोजाना 1-2 चम्मच से ज्यादा सेवन न करें।

समय खाली पेट या रात को सोने से पहले सेवन करना ज्यादा लाभकारी है। गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाएं डॉक्टर या वैध की सलाह लें।

नियमितता इसके सेवन का असर धीरे-धीरे होता है, नियमितता जरूरी है।

अश्वगंधा के जादुई फायदे:

1. तनाव और चिंता को कम करता है।
2. थायरॉयड और हार्मोनल संतुलन बनाए रखता है।
3. सेक्सुअल हेल्थ को सुधारता है।
4. मांसपेशियों और ताकत को बढ़ाता है।
5. उम्र बढ़ने की प्रक्रिया को धीमा करता है।

अंतिम सलाह अश्वगंधा चूर्ण आयुर्वेदिक औषधि है, जो आपके शरीर और मन के लिए अद्भुत फायदेमंद है। इसे सही तरीके और मात्रा में लें, और नियमित दिनचर्या का हिस्सा बनाएं। याद रखें, आयुर्वेद का जादू तभी असर करता है, जब आप इसे धैर्य और नियमितता के साथ अपनाते हैं।

सभी सुखी और निरोगी रहे

तेलंगाना सिकंदराबाद 76वें गणतंत्र दिवस के उपलक्ष में मारवाड़ी युवा मंच पर्ल महिला शाखा द्वारा पोटमार्केट सिकंदराबाद में रक्तदान शिविर का आयोजन किया*

जगदीश सीरवी। प्रेस विज्ञप्ति के समाचार के अनुसार शाखा की सचिव शीतल जैन ने *भारतवर्ष के 76वें गणतंत्र दिवस* की सभी को बधाई देते हुए बताया कि *शाखा अध्यक्ष रक्षा जैन* की अध्यक्षता में पोटमार्केट सिकंदराबाद में रक्तदान की जागरूकता के लिए रक्तदान शिविर आयोजित किया गया ! इस रक्तदान शिविर में कुल 31 यूनिट रक्त संग्रह हुआ ! *इस कार्यक्रम में पधारे जननी वूमेंस ऑर्गेनाइजेशन की अध्यक्ष श्रीमती L. लक्ष्मी रेड्डी जी, सचिव श्रीमती पद्मावती जी, अखिल भारतीय मारवाड़ी युवा मंच के नव निर्वाचित राष्ट्रीय अध्यक्ष युवा सुरेश एम जैन* का स्वागत शॉल, माला, गलपट्टा से शाखा द्वारा किया गया ! इस कार्यक्रम को सफल बनाने में *आंध्रप्रदेश तेलंगाना प्रांत के रक्तदान संयोजक युवा मनोज जैन, सिकंदराबाद शाखा अध्यक्ष जसवंत राज मुथा*, अमृतधारा संयोजक युवा जीतू चावड़ा, नीरू जी बिनायकिया, पर्ल शाखा के सदस्य रिद्धि जैन, सोनल जैन, मंजू विनायका, किरण गांधी ने रक्तदान शिविर को सफल बनाने में विशेष सहयोग रहा ! सभी रक्तवारों को सर्टिफिकेट देकर सम्मानित किया गया ! कार्यक्रम में पधारे सभी अतिथिगण, सदस्य, रक्तवीरो को शाखा के रक्तदान संयोजक पूनम बोहरा ने आभार व्यक्त किया !

समाजवादी पार्टी ओडिशा, राज्य कार्यकारिणी बैठक मे बीजेपी बिजेड़ी और कोंग्रेस का कर्मी सपा मे शामिल हुए

मनोरंजन सासमल, स्टेट हेड ओड़शिा

भुवनेश्वर: समाजवादी पार्टी के प्रदेश कार्यालय में प्रदेश अध्यक्ष श्रीयुत शिव हाथी यादव ने साधारणतंत्र दिवस में पार्टी प्रदेश कार्यालय में झंडोत्तोलन किया और कार्यकर्ताओं को सम्बोधित करते हुए कहा कि ओडिशा में समाजवाद का संदेश फैलाकर सदस्य जुटाने का अभियान चलाने का आह्वान कर रहे हैं। उन्होंने यह भी कहा कि राष्ट्रीय अध्यक्ष अखिलेश यादव के निर्देशानुसार सभी विधानसभा क्षेत्रों के अध्यक्षों का चुनाव कर जमीनी स्तर पर पार्टी संगठन को मज़बूत किया जा रहा है l पार्टी को मज़बूत करने के लिए मनोनयन प्रक्रिया चल रही है। पहले चरण में पार्टी कोस्टल ज़िला में पुरी, खोरधा, नयागढ़ और जाजपुर जिलों के विभिन्न विधानसभा क्षेत्रों के अध्यक्षों को पार्टी में शामिल किया गया और उनका स्वागत किया गया।

चुने गए सदस्यों में सबसे प्रमुख थे विजय कुमार बेहरा जयदेव बिधानसभा, डॉ. अक्षय कुमार बारिक भुवनेश्वर मध्यबिधानसभा, पबित्र कुमार जेना भुवनेश्वर उत्तर, प्रवीण कुमार नायक भुवनेश्वर एकामर, जितेन कुमार प्रहराज, जटनी, पबित्र मोहन साहू बेगुनिया, शुभकांत खादिरत्ना, खोरधा, उल्लास बारिक रानपुर, दीपक साहू बिंझारपुर, जाजपुर, संपदा कुमार त्रिपाठी काकटपुर, मुकुंद चरण साहू नीमापाड़ा, सुभाष चंद्र मोहंती पुरी, प्रसन्न कुमार आचार्य सत्याबादी बिधानसभा जैसे प्रमुख व्यक्तियों को आज समाजवादी पार्टी के विभिन्न निर्वाचन क्षेत्रों के अध्यक्ष के रूप में चुना गाया है। उन्होंने कहा कि आने वाले समय में सपा ओड़शिा में माझबूत होकर चुनाव लड़ेगी और पिछड़े, दलित व अल्पसंख्यक समुदाय कि अधिकार और हक़ के लड़ाई लड़ेगी।

स्वस्थ जीवनशैली की आवश्यकता !

आज के इस युग में दिन-प्रतिदिन नई-नई बीमारियां सामने आ रहीं हैं। हाल ही में महाराष्ट्र के पुणे में गुलियन बैरे सिंड्रोम के 100 से अधिक मामले दर्ज किए गए। ख़बरें बतातीं हैं कि इस दुर्लभ व घातक बीमारी से एक मरीज की मौत भी हो गई है। बताया जा रहा है कि गुलियन बैरे सिंड्रोम कोई संक्रामक बीमारी नहीं है, लेकिन फिर भी आश्चर्यजनक बात यह है कि इसके मामले बहुत ही तेजी से बढ़ रहे हैं। बताया यह भी जा रहा है कि इस बीमारी का पानी से भी कनेक्शन है। पाठकों को बताता चलूं कि महाराष्ट्र पहले से ही बर्ड फ्लू से खौफजदा है और अब यह महाराष्ट्र के समक्ष एक नया संकट आ खड़ा हुआ है।कुछ दिन पहले देश में एचएमपीवी वायरस के मामले बढ़ रहे थे।गुलियन-बैरे सिंड्रोम के बढ़ते मामलों को देखते हुए पुणे का स्वास्थ्य विभाग, सरकार भी अलर्ट पर है। वास्तव में यह एक ऑटो इम्यून डिजीज है, जो लाखों में किसी एक मरीज को होती है, लेकिन पुणे में लगातार बढ़ते मामलों को लेकर हर कोई हैरान है। हालांकि सरकार व प्रशासन अपना काम कर रहे हैं लेकिन आम आदमी को यह ध्यान रखना चाहिए कि यह समय घबराने का नहीं है, बल्कि सतर्कता बरतने व जिम्मेदारी का है। गौरतलब है कि जीबीएस एक ऑटोइम्यून बीमारी है,जिसमें शरीर की इम्यूनिटी(रोग प्रतिरोधक क्षमता) गलती से शरीर की सेल्स पर ही हमला करती है और इससे मरीज को कई तरह की गंभीर स्वास्थ्य समस्याएं होने लगती हैं। वास्तव में, गुलियन बैरे सिंड्रोम के होने का कारण इम्यून सिस्टम का शरीर की नवर्स पर हमला करना माना जाता है। पाठकों को बताता चलूं कि मरीजों के सैंपल में अस्पतालों के लैब की जांच में कैम्पिलोबैक्टर जेजुनी बैक्टीरिया का पता चला है। कैम्पिलोबैक्टर जेजुनी बैक्टीरिया पानी में भी पाया जाता है। अगर कोई व्यक्ति इस बैक्टीरिया वाले पानी को पी लेता है तो यह बैक्टीरिया उसके शरीर में चला जाता है।यह बैक्टीरिया उल्टी दस्त जैसे लक्षण पैदा करता है और कुछ मामलों में तो यह डायरिया का भी कारण बनता है। विशेषज्ञों ने यह बताया है कि इस बीमारी की शुरुआत अधिकतर मामलों में हाथ पैरों के सुन्न होने से होती हैं। इससे संक्रमित मरीज को हाथ पैरों में झुनझुनी भी होती है और कुछ मामलों में बुखार, हार्ट बीट का अचानक बढ़ना और सांस लेने में परेशानी भी हो सकती है।गुलियन बैरे सिंड्रोम के कारण मरीज को पैरालिसिस (लकवा) भी हो सकता है और अगर ऐसा होता है तो मरीज की जान बचाना मुश्किल हो जाता है।कुछ मामलों में मरीज को हाई बीपी या फिर हार्ट अटैक तक आने की आशंका रहती है। मरीज को वेंटिलेटर की भी जरूरत पड़ सकती है और ये जानलेवा हो सकता है। विशेषज्ञों का कहना है कि कुछ मामलों में प्लाजमा थेरेपी और इम्यूनोग्लोबिन थेरेपी की मदद से बीमारी को काबू में किया जा सकता है।चूंकि, यह संक्रामक बीमारी नहीं है तो इसके एक से दूसरे में फैलने का खतरा नहीं है, लेकिन अगर ये बैक्टीरिया के कारण हो रही है तो आने वाले दिनों में केस बढ़ने की आशंका है। यहां यह गौरतलब है कि 26 जून 2023 को, पेरू के राष्ट्रीय महामारी विज्ञान, रोकथाम और रोग नियंत्रण केंद्र (सीडीसी) ने देश के विभिन्न क्षेत्रों में गुइलेन-बैरे सिंड्रोम (जीबीएस) के मामलों में असामान्य वृद्धि के कारण एक महामारी विज्ञान चेतावनी जारी की थी, जैसा कि मई 2019 में, पेरू में राष्ट्रीय निगरानी ने 1.2 मामलों/100,000 जनसंख्या की अपेक्षित घटना से अधिक जीबीएस मामलों में वृद्धि का पता लगाया था। पेरू में वर्ष 2023 में ही इस बीमारी के कारण देश को 90 दिनों की हेल्थ इमरजेंसी की घोषणा करनी पड़ी थी।लिहाजा इसे हल्के में तो बिल्कुल भी नहीं लिया जा सकता है। इसका इलाज भी महंगा है, क्यों कि जिस इम्युनोग्लोबुलिन इंजेक्शन को इसके उपचार के लिए जरूरी बताया जा रहा है, उसकी निजी अस्पताल में कीमत करीब बीस हजार रुपये तक है और यह भी है कि बहुत बार मरीजों को ज्यादा इंजेक्शन देने पड़ते हैं, लेकिन यहां एक अच्छी बात यह है कि राज्य के उपमुख्यमंत्री अजीत पवार द्वारा मरीजों के मुफ्त इलाज की घोषणा की गई है, जो कि बहुत ही सराहनीय है। इससे आम आदमी को कहीं न कहीं राहत की सांस मिल सकेगी। पाठक जानते होंगे कि कुछ समय पहले ही महाराष्ट्र के लातूर जिले में स्थित एक पोल्ट्री फार्म में करीब 4200 चूजे मृत पाए गए थे। अभी कुछ दिन पहले ही बर्ड फ्लू की वजह से लातूर में 60 कौओं की भी मौत हुई थी। कहना ग़लत नहीं होगा कि पहले से ही बर्ड फ्लू के संक्रमण से त्रस्त महाराष्ट्र में अब इस जीबीएस बीमारी ने वहां के स्वास्थ्य तंत्र पर दबाव बढ़ा दिया है। यह बहुत ही काबिले-तारीफ है कि केंद्रीय स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय ने सोमवार (27 जनवरी, 2025) को महाराष्ट्र के पुणे में गिलियन बैरे सिंड्रोम (जीबीएस) के संदिग्ध और पुष्ट मामलों में वृद्धि के मद्देनजर सार्वजनिक स्वास्थ्य हस्तक्षेप और प्रबंधन शुरू करने में राज्य के स्वास्थ्य अधिकारियों की सहायता के लिए एक उच्च स्तरीय बहु-विषयक टीम तैनात कर दी है। बहरहाल, बचाव ही उपचार है, क्यों कि जीबीएस का कोई पुख्ता इलाज नहीं है। इसलिए उपचारों से लक्षणों में कमी लाकर ही मरीज को स्वस्थ किया जा सकता है। हमारा देश कोविड-19 जैसी खतरनाक महामारी के दंश पहले ही झेल चुका है। कहना ग़लत नहीं होगा कि जीबीएस जैसी बीमारियां कहीं न कहीं चिंताएं जगातीं हैं। वास्तव में,किसी भी बीमारी से बचने के लिए स्वस्थ जीवनशैली, अच्छा खान-पान, स्वच्छ पेयजल, शरीर को हाइड्रेट रखना, व्यायाम और इम्यूनिटी को बनाए रखना बहुत आवश्यक है। साफ-सफाई, स्वच्छता की आदतों पर ध्यान दिए जाने की आवश्यकता है। अधिक संपर्क से बचना भी बहुत ही महत्वपूर्ण व जरूरी है। हाथ धोना, खाद्य सुरक्षा, समय पर विभिन्न रोगों से बचने के लिए टीकाकरण और सबसे बड़ी बात जागरूकता बहुत ही जरूरी है।

सुनील कुमार महला, फ्रीलांस राइटर,

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