

बहेड़ा या बिभीतकी

(Terminalia bellirica) के पेड़ बहुत ऊंचे, फैले हुए और लंबे होते हैं। इसके पेड़ 18 से 30 मीटर तक ऊंचे होते हैं जिसकी छाल लगभग 2 सेंटीमीटर मोटी होती है। इसके पेड़ पहाड़ों और ऊंची भूमि में अधिक मात्रा में पाये जाते हैं। इसकी छाया स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होती है। इसके पत्ते बरगद के पत्तों के समान होते हैं तथा पेड़ लगभग सभी प्रदेशों में पाये जाते हैं। इसके पत्ते लगभग 10 सेंटीमीटर से लेकर 20 सेंटीमीटर तक लम्बे तथा और 6 सेंटीमीटर से लेकर 9 सेंटीमीटर तक चौड़े होते हैं। इसका फल अण्डे के आकार का गोल और लम्बाई में 3 सेमी तक होता है, जिसे बहेड़ा के नाम से जाना जाता है। इसके अंदर एक मींगी निकलती है, जो मीठी होती है। औषधि के रूप में अधिकतर इसके फल के छिलके का उपयोग किया जाता है।

विभिन्न भाषाओं में नाम
हिन्दी बहेड़ा
संस्कृत विष्वितक
अंग्रेजी बेलेरिक मिरोबोलम
मराठी बहेड़ा
गुजराती बहेड़ा
बंगाली बहेड़े
कर्नाटक तारीकायी
मरायालम तान्नि
तमिल अक्कनडं
तेलगु बल्ला
फारसी वलैले
लैटिन टर्मिनेलिया बेलेरिका
रंग = इसका रंग भूरा पीलापन लिए होता है।
स्वाद =इसका स्वाद मीठा होता है।
स्वरूप =बहेड़े का पेड़ जंगलों और पहाड़ों पर होता है। इसके पत्ते बरगद के पत्तों के समान होते हैं।

इसके फूल बहुत ही छोटे-छोटे होते हैं। इसके फल वरना के गुच्छों के फल के समान गुच्छों में लगते हैं। बहेड़े की छाल का उपयोग औषधि के रूप में किया जाता है।

स्वभाव = बहेड़ा शीतल होता है।
हानिकारक = बहेड़े फल की मींगी का अधिक मात्रा में उपयोग करने से शरीर में विषैला प्रभाव होता है, जिससे गुदा प्रभावित होता है। इसके अधिक सेवन से नशा भी पैदा होता है। दोषों को दूर करने वाला शहद, बहेड़ा के दोषों को दूर करता है।

तुलना
आंवला और काली हरड़ से बहेड़ा की तुलना की जा सकती है।

मात्रा
बहेड़ा के सेवन की मात्रा 3 ग्राम से 6 ग्राम तक होनी चाहिए।

गुण
बहेड़ा कब्ज को दूर करने वाला होता है। यह मेदा (आमाशय) को शक्तिशाली बनाता है, भूख को बढ़ाता है, वायु रोगों को दस्तों की सहायता से दूर करता है, पित्त के दोषों को भी दूर करता है, सिर दर्द को दूर करता है, बवासीर को खत्म करता है, आंखों व दिमाग को स्वस्थ व शक्तिशाली बनाता है, यह कफ को खत्म करता है तथा बालों की सफेदी को मिटता है। बहेड़ा-कफ तथा पित्त को नाश करता है तथा बालों को सुन्दर बनाता है। यह स्वर भंग (गला बैठना) को ठीक करता है। यह नशा, खून की खराबी और पेट के कीड़ों को नष्ट करता है तथा क्षय रोग (टी.बी) तथा कुष्ठ (कोढ़, सफेद दाग) में भी बहुत लाभदायक होता है।

बहेड़े की मींगी बहेड़े की मींगी प्यास को मिटाती है। यह उल्टी को रोकती है, कफ को शांत करती है तथा वायु दोषों को दूर करती है। यह हल्की, कषैली और नशीली होती है। आंवला की मींगी के गुण भी इसी के समान होता है। इसका सुरमा आंखों के फूले

को दूर करता है।

आयुर्वेदिक मतानुसार बहेड़ा रस में मधुर, कषैला, गुण में हल्का, खुश्क, प्रकृति में गर्म, विपाक में मधुर, त्रिदोषनाशक, उत्तेजक, धातुवर्द्धक, पोषक, रक्तस्तम्भक, दर्द को नष्ट करने वाला तथा आंखों के लिए गुणकारी होता है। यह कब्ज, पेट के कीड़े, सांस, खांसी, बवासीर, अपच, गले के रोग, कुष्ठ, स्वर भेद, आमवात, त्वचा के रोग, कामशक्ति की कमी, बालों के रोग, जुकाम तथा हाथ-पैरों की जलन में लाभकारी होती है।

वैज्ञानिक मतानुसार बहेड़ा की रासायनिक संरचना का विश्लेषण करने पर ज्ञात होता कि इसके फल में 17 प्रतिशत टैनिन, 25 प्रतिशत मींगी में हलके पीले रंग का तेल, सैपोनिन और राल पाए जाते हैं।

विभिन्न रोगों का बहेड़ा से उपचार
1 हाथ-पैर की जलन में बहेड़े की मींगी (बीज) पानी के साथ पीसकर हाथों और पैरों में लगाने से जलन में आराम मिलता है।

2 जलन बहेड़े के गूदे को बारीक पीसकर शरीर पर लेप करने से सभी भी प्रकार की जलन दूर हो जाती है।

3 कफ बहेड़े के पत्ते और उससे दुगुनी चीनी का काढ़ा बनाकर पीने से कफरोग दूर हो जाता है। बहेड़ा की छाल का टुकड़ा मुँह में रखकर चूसते रहने से खांसी मिट जाती है और बलगम आसानी से निकल जाता है। खांसी की गुदगुदी बंद हो जाती है।

4 कामशक्ति बढ़ाने हेतु रोजाना एक बहेड़े का छिलका खाने से कामशक्ति तेज हो जाती है।

5 आंखों की रोशनी बढ़ाने के लिए बहेड़े का छिलका और मिश्री बराबर मात्रा में मिलाकर एक चम्मच सुबह-शाम गर्म पानी से लेने से दो-तीन सप्ताह में आंखों की रोशनी बढ़ जाती है।

30 जनवरी: बलिदान दिवस राणा सांगा

(80 घाव लगे थे तन पर, फिर भी व्यथा नहीं थी मन पर)

महाराणा संग्रामसिंह ऊर्फ राणा सांगा का जन्म 12 अप्रैल 1482 को मेवाड़ केचित्तौड़ में हुआ था। राणा सांगा सिसोदिया राजवंश के सूर्यवंशी शासक थे। यह पहली बार ऐसा था जबकि उन्होंने विदेशी आक्रमणकारियों के खिलाफ सभी राजपूतों को एकजुट कर लिया था। उन्होंने दिल्ली, गुजरात, मालवा के मुगल बादशाहों के आक्रमणों से अपने राज्य कि बहादुरी से रक्षा की। महाराणा सांगा ने सिकंदर लोदी के समय ही दिल्ली के कई इलाकों पर अपना अधिकार करना शुरू कर दिया था। सिकंदर लोदी के उत्तराधिकारी इब्राहिम लोदी ने 1517 में मेवाड़ पर आक्रमण कर दिया था। खातोली (कोटा) नामक स्थान पर दोनों पक्षों के बीच युद्ध हुआ जिसमें महाराणा सांगा की विजय हुई। कहते हैं कि इस युद्ध में सांगा का बायाँ हाथ चक गया था और घुटने पर तीर लगने से वह हमेशा के लिए लंगड़े हो गए थे। खातोली की पराजय का बदला लेने के लिए 1518 में इब्राहिम लोदी ने मियाँ माखन की अध्यक्षता में महाराणा सांगा के विरुद्ध एक बड़ी सेना भेजी जिसे भी पराजय का सामना करना पड़ा था। इस बात की कोई जानकारी नहीं है कि राणा सांगा ने बाबर के साथ कोई समझौता किया था। ऐसा कहा जाता है कि बाबर चाहता था कि राणा सांगा इब्राहिम लोदी के खिलाफ युद्ध में मेरा साथ दे, लेकिन राणा सांगा ने दिल्ली और आगरा के अभियान के दौरान बाबर का साथ नहीं दिया था और न ही उन्होंने बाबर को कोई न्योता दिया था। राणा को लगता था कि बाबर भी तैमूर की भांति दिल्ली में लूटपाट करके लौट जाएगा। किंतु 1526 ईस्वी में राणा सांगा ने देखा कि इब्राहीम लोदी को 'पानीपत के युद्ध' में परास्त करने के बाद बाबर दिल्ली में शासन करने लगा है तब राणा ने बाबर से युद्ध करने का निर्णय कर लिया। 1527 में राणा सांगा और मुगल बादशाह बाबर के भयानक युद्ध हुआ। खानवा के मैदान में दोनों सेनाओं के बीच जबरदस्त खूनी मुठभेड़ हुई। बाबर 2 लाख मुगल सैनिक थे और ऐसा कहा जाता है कि राणा सांगा के पास भी बाबर जितनी सेना थी। बस फर्क यह था कि बाबार के पास गोला-बारूद का बड़ा जखीरा था और राणा के

पास साहस एवं वीरता। युद्ध में बाबर ने राणा के साथ लड़ रहे लोदी सेनापति को लालच दिया जिसके चलते सांगा को धोखा खाकर लोदी और उसकी सेना बाबर से जा मिली। लड़ते हुए राणा सांगा की एक आंख में तीर भी लगा, लेकिन उन्होंने इसकी परवाह नहीं की और युद्ध में डटे रहे। इस युद्ध में उन्हें कुल 80 घाव आये थे। उनकी लड़ाई में दिखी वीरता से बाबर के होश उड़ गए थे। लोदी के गद्दारी करने की वजह से राणा सांगा की सेना शाम होते-होते लड़ाई हार गई थी। कहते हैं कि खानवा के युद्ध में सांगा बेहोश हो गए थे जहां से उनकी सेना उन्हें किसी सुरक्षित जगह ले गई थी। वहां होश में आने के बाद उन्होंने फिर से लड़ने की ठानी और चित्तौड़ नहीं छोड़ा। पणिगम स्वर्ण इन्होंने विद्यालय की शिक्षा छोड़ दी और घर में ही अंग्रेजी, हिन्दी, बंगला, उर्दू, फारसी, संस्कृत आदि भाषाओं का गहन अध्यन किया। ये साहित्यिक प्रवृति के व्यक्ति थे, शिव के उपासक थे और माँस मंदिरा से दूर रहते थे। इन्होंने अपने साहित्य साधना से हिन्दी को अनेक उच्चकोटि के ग्रन्थ-रत्न प्रदान किए। इनके गुरुओं में रसमय सिद्ध की भी चर्चा की जाती है। इन्होंने वेद, इतिहास, पुराण व साहित्य का गहन अध्ययन किया था। सत्रह वर्ष की अवस्था तक इनके माता-पिता एवं ज्येष्ठ भ्राता के देहावसान के कारण गृहस्थी का बोझ आन पड़ा। गृह कलह में साड़ी समृद्धि जाती रही। इन्ही परिस्थितियों ने प्रसाद के कवि व्यक्तित्व को उभाया। 'कामायनी' जैसे महाकाव्य के रचयिता जयशंकर प्रसाद की रचनाओं में अंतर्द्वंद का जो रूप दिखाई पड़ता है वह इनकी लेखनी का मौलिक पदार्थ है। इनके नाटकों तथा कहानियों में भी यह अंतर्द्वंद गहन संवेदना के स्तर पर उपस्थित है। इनकी अधिकांश रचनाएँ इतिहास तथा कल्पना के समन्वय पर आधारित हैं तथा प्रत्येक काल के यथार्थ को गहरे स्तर पर संवेदना की भावभूमि पर प्रस्तुत करती हैं। जयशंकर प्रसाद की रचनाओं में शिल्प के स्तर पर भी मौलिकता के दर्शन होते हैं। उनकी रचनाओं में भाषा की संस्कृतनिष्ठता तथा प्रांजलता विशिष्ट गुण हैं। चित्रात्मक वस्तु-विवरण से संपृक्त उनकी रचनाएँ प्रसाद की अनुभूति और चिंतन के दर्शन कराती हैं।

फ़ारसी, उर्दू के लिए शिक्षक नियुक्त थे। इनमें रसमय सिद्ध प्रमुख थे। प्राचीन संस्कृत ग्रन्थों के लिए दोनबन्धु ब्रह्मचारी शिक्षक थे। कुछ समय के बाद स्थानीय क्वीन्स कॉलेज में प्रसाद का नाम लिख दिया गया, पर यहाँ पर वे आठवीं कक्षा तक ही पढ़ सके। प्रसाद एक अध्ववसायी व्यक्ति थे और नियमित रूप से अध्ययन करते थे। इनके बाल्यकाल में ही इनके पिता जी का देहांत हो गया। किशोरावस्था से पूर्व इनकी माता और बड़े भाई का देहांत हो गया। जिसके कारण 17 वर्ष की उम्र में ही जयशंकर प्रसाद पर अनेक जिम्मेदारियाँ आ गयीं। घर में सहारे के रूप में केवल विधवा भाभी और परिवार से सम्बद्ध अन्य लोगों ने इनकी सम्पत्ति हड़पने का षडयंत्र रचा, परिणाम स्वरूप इन्होंने विद्यालय की शिक्षा छोड़ दी और घर में ही अंग्रेजी, हिन्दी, बंगला, उर्दू, फारसी, संस्कृत आदि भाषाओं का गहन अध्यन किया। ये साहित्यिक प्रवृति के व्यक्ति थे, शिव के उपासक थे और माँस मंदिरा से दूर रहते थे। इन्होंने अपने साहित्य साधना से हिन्दी को अनेक उच्चकोटि के ग्रन्थ-रत्न प्रदान किए। इनके गुरुओं में रसमय सिद्ध की भी चर्चा की जाती है। इन्होंने वेद, इतिहास, पुराण व साहित्य का गहन अध्ययन किया था। सत्रह वर्ष की अवस्था तक इनके माता-पिता एवं ज्येष्ठ भ्राता के देहावसान के कारण गृहस्थी का बोझ आन पड़ा। गृह कलह में साड़ी समृद्धि जाती रही। इन्ही परिस्थितियों ने प्रसाद के कवि व्यक्तित्व को उभाया। 'कामायनी' जैसे महाकाव्य के रचयिता जयशंकर प्रसाद की रचनाओं में अंतर्द्वंद का जो रूप दिखाई पड़ता है वह इनकी लेखनी का मौलिक पदार्थ है। इनके नाटकों तथा कहानियों में भी यह अंतर्द्वंद गहन संवेदना के स्तर पर उपस्थित है। इनकी अधिकांश रचनाएँ इतिहास तथा कल्पना के समन्वय पर आधारित हैं तथा प्रत्येक काल के यथार्थ को गहरे स्तर पर संवेदना की भावभूमि पर प्रस्तुत करती हैं। जयशंकर प्रसाद की रचनाओं में शिल्प के स्तर पर भी मौलिकता के दर्शन होते हैं। उनकी रचनाओं में भाषा की संस्कृतनिष्ठता तथा प्रांजलता विशिष्ट गुण हैं। चित्रात्मक वस्तु-विवरण से संपृक्त उनकी रचनाएँ प्रसाद की अनुभूति और चिंतन के दर्शन कराती हैं।

6 कब्ज बहेड़े के आधे पके हुए फल को पीस लेते हैं। इसे रोजाना एक-एक चम्मच की मात्रा में थोड़े से पानी से लेने से पेट की कब्ज समाप्त हो जाती है और पेट साफ हो जाता है।

7 श्वास या दमा बहेड़े और धतूरे के पत्ते बराबर मात्रा में लेकर पीस लेते हैं इसे चिलम या हुक्के में भरकर पीने से सांस और दमा के रोग में आराम मिलता है।

१. बहेड़े को थोड़े से घी से चुपड़कर पुटपाक विधि से पकते हैं। जब वह पक जाए तब मिट्टी आदि हटाकर बहेड़ा को निकाल लें और इसका वक्कल मुंह में रखकर चूसने से खांसी, जुकाम, स्वरभंग (गला बैठना) आदि रोगों में बहुत जल्द आराम मिलता है।

२. केवल बहेड़े का छिलका मुंह में रखने से भी सांस की खांसी दूर हो जाती है।

४. 40 ग्राम बहेड़े का छिलका, 2 ग्राम फुलाया हुआ नौसादर और 1 ग्राम सोनागुरु लें। अब बहेड़े के छिलकों को बहुत बारीक पीसकर छान लें और उसमें नौसादर व गेरु भी बहुत बारीक करके मिला देते हैं। इसे सेवन करने से सांस के रोग में बहुत लाभ मिलता है। मात्रा : उपयुक्त दवा को 2-3 ग्राम तक शहद के साथ सुबह-शाम सेवन करना चाहिए। इससे दमा रोग ठीक हो जाता है।

४. 250 ग्राम बहेड़े के फल का गूदा लेकर पीसकर छान लें और फिर इसमें 10 ग्राम फुलाया हुआ नौसादर और 5 ग्राम असली सोनागुरु लेकर पीसकर मिला दें। अब इस तैयार सामग्री को 3 ग्राम रोजाना सुबह व शाम को शहद में मिलाकर चाटने से सांस लेने में फायदा मिलता है तथा इससे धीरे-धीरे दमा भी खत्म हो जाता है।

५. बहेड़े के छिलकों का चूर्ण बनाकर बकरी के दूध में पकाये और ठण्डा होने पर शहद के साथ

मिलाकर दिन में दो बार रोगी को चटाने से सांस की बीमारी दूर हो जाती है।

8 बालों के रोग 2 चम्मच बहेड़े के फल का चूर्ण लेकर एक कप पानी में रात भर भिगीकर रख देते हैं और सुबह इसे बालों की जड़ पर लगाते हैं। इसके एक घंटे के बाद बालों को धो डालते हैं। इससे बालों का गिरना बंद हो जाता है।

9 अतिसार (दस्त) बहेड़ा के फलों को जलाकर उसकी राख को इकट्ठा कर लेते हैं। इसमें एक चौथाई मात्रा में कालानमक मिलाकर एक चम्मच दिन में दो-तीन बार लेने से अतिसार के रोग में लाभ मिलता है।

१. 2 से 5 ग्राम बहेड़े के पेड़ की छाल और 1-2 लौंग को 1 चम्मच शहद में पीसकर दिन में 3-4 बार रोगी को चटाने से दस्त बंद हो जाते हैं।

२. बहेड़े को भूनकर खाने से पुराने दस्त बंद हो जाते हैं।

10 पेंचिश बहेड़ा के छिलके का चूर्ण एक चम्मच शहद के साथ सुबह-शाम नियमित रूप से लेने से पीलिया का रोग दूर हो जाता है।

11 मुंहासे बीजों की गिरी का तेल रोजाना सोते समय मुंहासों पर लगाने से मुंहासे साफ हो जाते हैं और चेहरा साफ हो जाता है।

12 शक्ति बढ़ाने के लिए आंवले के मुरब्बे को रोजाना सुबह-शाम सेवन करने से शरीर मजबूत और शक्तिशाली हो जाता है।

13 बच्चों का मलाबरोध (लैट्रिन रुकने) पर बहेड़े का फल पत्थर से पीसकर आधा चम्मच की मात्रा में एक चम्मच दूध के साथ बच्चे को सेवन करने से पेट साफ हो जाता है।

14 स्वित्र कोढ़ (कुष्ठ रोग) और पेंचिश बहेड़े के पेड़ की छाल का काढ़ा स्वित्र कोढ़ और पेंचिश को नष्ट करता है।

15 सांस की खांसी एक बहेड़ा लेकर उसके ऊपर धी चुपड़ दे और आटे में बंदकर आग पर रखकर पका लेते हैं। इसके बाद बहेड़ा को निकालकर उसकी छाल को निकाल लेते हैं। यह छाल अकेले ही बहुत ही तेज सांस और खांसी को दूर करती है। थोड़ी-थोड़ी छाल मुंह में डालकर चूसना चाहिए। इसका प्रयोग करते समय खटाई, मिर्च और तेल का परहेज करना चाहिए और मैथुन क्रिया भी नहीं करनी चाहिए।

16 कंठसर्प पर बहेड़े की वृक्ष की छाल को पानी में पीसकर पिलाना चाहिए। पालतू पशुओं को कंठ सर्प होने पर भी यही औषधि देनी चाहिए।

17 पालतू पशुओं के घाव में कीड़े पर जाने पर पशुओं के घाव में कीड़े हो जाने पर बहेड़े की छाल को मोटी रोटी के साथ खिलाना चाहिए।

18 पिलावां के कांटे से उत्पन्न छाले: - बहेड़े के गूदे को घिसकर लगाना चाहिए अथवा बहेड़े के गूदे, मधुर्याष्ट, नागरमोथा और चंदन का लेप करना चाहिए।

19 बहेड़े का मुरब्बा बहेड़े को बर्तन में डालकर उबाल लें और उसके पानी में शक्कर डालकर गाढ़े मुरब्बे के अनुसार- चाशनी को तैयार कर ले फिर उसमें उबाले हुए बहेड़े तथा छोटी पीपल का चूर्ण डालकर किसी बर्तन में रख देते हैं। ज्यों-ज्यों वह मुरब्बा पुराना होता जाएगा, त्यों-त्यों विशेष गुण दिखालाएगा। इस मुरब्बे से खांसी तुरन्त दूर हो जाती है।

20 मूत्रकृच्छ बहेड़ा की फल की मींगी का चूर्ण 3-4 ग्राम की मात्रा में शहद मिलाकर सुबह-शाम चाटने से मूत्रकृच्छ (पेशाब में जलन) और पथरी में लाभ मिलता है।

सभी सुखी और निरोगी रहे

चाणक्य के द्वारा बताए गए अपने से बलशाली और नीच मनोवृति के शत्रु से लड़ने (मुकाबले) के व्यावहारिक उपाय !



निर्दयी, बर्बर और आतंकी मनोवृति वाले नीच शत्रु भले ही वह तुम्हारे परिवार का अंतर्गत सदस्य ही क्यों ना हो, उससे लड़ने और विजयी होने के लिए तुम्हें उस शत्रु से भी ज्यादा नीच, निर्दयी और बर्बर बनना पड़ेगा। यदि तुम ऐसा कर सकते हो तभी तुम्हारी विजयभी निश्चित है अन्यथा नहीं और यही एकमात्र रास्ता है उसपर विजय प्राप्त करने का ! महाभारत के महायुद्ध में श्रीकृष्ण की कूटनीति और छलनीति की भूमिका याद कर जिसके कारण ही महाभारत युद्ध में संख्या बल में काफी अधिक होते हुए भी कौरवों की हार और संख्यबल में कम होते हुए भी पांडवों की जीत हुई थी। और यदि तुम ऐसा नहीं कर सकते तो तुम्हारी हार निश्चित है ! अब तुम्हें तय करना है कि तुम क्या चुनते हो जीत या हार। यह कथन अत्यन्तवाची निरंकुश सम्राट नंदवंश के घनानंद के विशाल साम्राज्य को जड़ मूल से विनष्ट कर एक अत्यंत पिछड़ी जाति के परंतु अत्यंत वीर, बलशाली और बुद्धिमान बालक मुरा नामक विधवा शूद्र दासी के पुत्र चंद्रगुप्त मौर्य द्वारा स्थापित मौर्य साम्राज्य को सुदृढ़ करनेवाले भारत और विश्व के महानतम व्यावहारिक नीतिकार आचार्य चाणक्य, पाटलिपुत्र, मगध, भारत (वर्ष 500 ईसापूर्व) के रकौटिल्य (आचार्य चाणक्य का दूसरा नाम) अर्थशास्त्रज्ञ से लिया गया है और आज भी उतना ही प्रासंगिक है जितना कि उसकी रचना के समय था ! अब यही नीति वैदिक आर्य सनातन हिन्दू अपनाते हैं तो वे विजयी होंगे

आयरन की कमी के लक्षण और स्रोत

मानव शरीर के लिये आयरन अत्यंत जरूरी है जिसे लौह तत्व कहा जाता है। आयरन इसलिये जरूरी है क्योंकि यह जीवन के लिये जरूरी ऑक्सीजन को फेफड़ों से शरीर के अन्य अंगों तक पहुँचाती है। शरीर में कभी-कभार रक्त की कमी हो जाती है जिसे फिकिलीय भाषा में अनीमिया कहते हैं। इतना ही नहीं आयरन हमारी माँसपेशियों में ऑक्सीजन का प्रयोग और उसे शरीर में सहेज कर रखने में भी मदद भी करता है। यह भी जरूरी है कि शरीर के लिये जरूरी आयरन को संतुलित मात्रा में लेना चाहिये। ऐसा इसलिये क्योंकि शरीर में इसकी कमी और अधिकता दोनों ही नुकसान पहुँच सकती है। आयरन महत्वपूर्ण है, क्योंकि यह हेमोग्लोबिन बनाने के लिए जरूरी है। आहार से पर्याप्त आयरन न मिलने से एनीमिया हो सकता है। इसे आयरन की कमी वाला एनीमिया कहा जाता है। इसलिये शरीर में आयरन की कमी का पूर्वानुमान व निदान आवश्यक होता है।

आयरन या लौह तत्व की कमी के लक्षण व संकेत
आयरन की कमी के लक्षण इस बात पर निर्भर करते हैं कि व्यक्ति इससे किस हद तक प्रभावित है। अगर यह कमी गंभीर नहीं है, तो यह कम परेशान करती है, लेकिन शरीर में आयरन की मात्रा अधिक घट जाने से परेशानियाँ बढ़ जाती हैं जैसे

- आयरन की कमी की वजह से आंखों के सामने बड़े बड़े अंधेरा छा जाता है और चक्कर आ जाता है।
- दिनभर बिना काम किये थकावट महसूस होती है।
- 6 से 8 घंटे की नींद पूरी करने के बाद भी अगर आपको थकान का एहसास हो तो समझिये कि आयरन की कमी के संकेत हो सकते हैं।
- आयरन की कमी सीधे चेहरे पर दिखती है क्यां



कि खून की कमी से त्वचा में पीलापन आ जाता है।

5. जब शरीर में आयरन की कमी हो जाती है तब दिमाग में खून की पूर्ति नहीं हो पाती जिससे हमेशा सिरदर्द होता रहता है।

6. सबसे पहले नाखून पीले दिखने लगेंगे। उसके बाद कमजोर हो कर यह टूटने लगते हैं।

कैसे निपटे इस कमी से ?

शरीर में आयरन की कमी का निदान करने के लिए खून बढ़ाने वाले आहार लेने चाहिये।

1. पौष्टिक आहार खाकर आयरन की कमी से बचा जा सकता है।

2. डॉक्टर से सलाह लेकर आयरन टैबलेट ले सकते हैं।

●●●●●

3. भोजन में आटा, काबुली चना, राजमा, सोयाबीन, मेथी और सरसों का साग, बादाम, सुखे मेवे, मसूर की दाल, पालक, अमूर, अमरूद, संतरे आदिका सेवन करना चाहिये।

4. अंकुरित दाल का सेवन खून की मात्रा बढ़ाने में सहायक होती है।

गर्भवती महिलाओं के लिए

1. गर्भवती महिलाओं और उसके अजन्मे बच्चे के लिए आयरन एक महत्वपूर्ण खनिज है।

2. आयरन हीमोग्लोबिन का एक घटक है।

3. अगर शरीर में आयरन और हीमोग्लोबिन की कमी हो तो गर्भवती महिलाओं में रक्ताल्पता या एनीमिया होने का खतरा बढ़ जाता है।

व्हीटग्रास जूस अर्थात गेहूँ के जवारे अर्थात गेहूँ के छोटे-छोटे पौधों की हरी-हरी पत्ती, जिसमे है शुद्ध रक्त बनाने की अद्भुत शक्ति. तभी तो इन ज्वारो के रस को "ग्रीन ब्लेड" कहा गया है। इसे ग्रीन ब्लड कहने का एक कारण यह भी है कि रासायनिक संरचना पर ध्यानाकर्षण किया जाए तो गेहूँ के ज्वारे के रस और मानव मानव रधिर दोनों की रस एक. फैक्टर 7.4 ही है, जिसके कारण इसके रस का सेवन करने से इसका रक्त में अभिशोषण शीघ्र हो जाता है, जिस से रक्ताल्पता (एनीमिया) और पीलिया (जांडिस) रोगी के लिए यह ईश्वर प्रदत्त अमूर्त हो जाता है। गेहूँ के ज्वारे के रस का नियमित सेवन और नाडी शोधन प्रणायाम से मानव शारीर के समस्त नाड़ियों का शोधन होकर मनुष्य समस्त प्रकार के रक्तविकारों से मुक्त हो जाता है। गेहूँ के ज्वारे में पर्याप्त मात्रा में क्लोरोफिल पाया जाता है जो तेजी से रक्त बनता है इसीलिए तो इसे प्राकृतिक परमाणु की संज्ञा भी दी गयी है।

आपकी जानकारी के लिए बता दें

1. गेहूँ के पत्तियों के रस में विटामिन बी.सी. और ई प्रचुर मात्रा में पाया जाता है।

2. Wheat Grass Juice अगर आप भयंकर से भयंकर बीमारी से ग्रस्त हैं, और आपको लगता हैं के ये बीमारिया आपकी जान ले कर ही छोड़ेंगी, और आप दवा ले ले कर थक चुके हो। तो एक बार गेहूँ के जवारे का रस WheatGrass Juice की जरूरत आजमाये।



3. Wheat Grass Juice कैंसर किलर

हैं, कैंसर के मरीजों को ये नियमित लेना चाहिए।

4. Wheat Grass Juice मधुमेह के रोगियों के लिए वरदान हैं।

5. Wheat Grass Juice खून की कमी को चमत्करक रूप से पूरा करता है।

6. Wheat Grass Juice हृदय रोगियों के लिए वरदान हैं।

7. Wheat Grass Juice गर्भिणी महिलाओ के लिए वरदान हैं।

8. Wheat Grass Juice शरीर के टॉक्सिन्स को बाहर निकलता हैं।

9. Wheat Grass Juice मोटापे के रोगियों के लिए वरदान हैं।

10. Wheat Grass Juice शरीर की ऊर्जा को बढ़ा देता हैं, खिलाड़ियों के लिए ये

वरदान हैं।

11. त्वचा सम्बंधित रोगों में वरदान हैं।

12. Wheat Grass Juice शरीरी की दुर्गन्ध को दूर करता हैं।

13. Wheat Grass Juice बुढ़ापे को रोकता हैं। वीर्य की कमी को पूरा करता हैं।

ऐसे ढेरों गुण समाये हैं Wheat grass Juice में

1. Wheat Grass Juice गेहूँ चास के सेवन से कोष्ठबद्धता, एरिडिटी , गडिया, भगंदर, मधुमेह, बवासीर, खासी, दमा, नेत्ररोग, म्यूकस, उच्चरक्तचाप, वायु विकार इत्यादि में भी अप्रत्याशित लाभ होता है।

2. इसके रस के सेवन से अपार शारीरिक शक्ति कि वृद्धि होती है तथा मूत्राशय कि पथरी के लिए तो यह रामबाण है।

●●●●●

●●●●●●●●●●

●●●●●●●●

●●●●●●●●

अल्पसंख्यकों की उम्मीदें रंग लाएंगी, तरक्की मुस्कुराएंगी- ईमरान मसूद

सुष्मा रानी

नई दिल्ली, उत्तर प्रदेश के सहारनपुर से सांसद ईमरान मसूद ने घोषणा पत्र में अल्पसंख्यकों हेतु योजनाओं के संदर्भ में विस्तारपूर्वक चर्चा करने के लिए दिल्ली प्रदेश कांग्रेस कमेटी कार्यालय राजीव भवन में आयोजित संवाददाता सम्मेलन को सम्बोधित किया।

संवाददाता सम्मेलन में सांसद ईमरान मसूद के साथ कांग्रेस प्रवक्ता अभय दूबे, कम्युनिकेशन विभाग के ज्योति सिंह, रश्मि सिंह मिंगलानी, आस्मा तस्लीम और डा0 अरुण अग्रवाल भी मौजूद थे।

ईमरान मसूद ने कहा कि कांग्रेस पार्टी सबकी पार्टी है जो देश के नागरिकों के अधिकारों, सुरक्षा, सम्मान और उत्थान के लिए कटिबद्ध है, अल्पसंख्यक समुदाय के अधिकारों, हितों और सुरक्षा के लिए कटिबद्ध है। हमारे नेता जन नायक राहुल गांधी अल्पसंख्यकों के अधिकारों, हितों और सुरक्षा के लिए पूरे देश में सड़क से संसद तक लड़ाई लड़ रहे हैं।

ईमरान मसूद ने कहा कि दिल्ली में कांग्रेस सरकार बनाने पर कांग्रेस कांग्रेस एएसपी/एसटी0/ओबीसी/अल्पसंख्यक और विकलांग वित्तीय एवं विकास निगम को मजबूत करेगे, ताकि इनको व्यवसाय शुरू करने के लिए कम दरों पर कर्ज ऋा मिल सके। उर्दू, पंजाबी और भोजपुरी के शिक्षकों के खाली पड़े पदों को प्राथमिकता से भरा जाएगा। पंजाब अकादमी को पुर्नजीवित करेगे। जवाहरलाल नेहरू विश्वविद्यालय में पंजाबी चेयर की स्थापना के लिए वित्तपोषण करेगे। गुरु तेग बहादुर के नाम पर



एक विश्वविद्यालय की स्थापना करेगे, जिसमें एक संग्रहालय और एक डिजिटल लाइब्रेरी भी होगी। हम जैन वेलेफेयर बोर्ड स्थापित करेगे जैसे राजस्थान में किया था।

इमरान मसूद ने कहा कि दिल्ली के मंदरसों का विकास चरणबद्ध तरीके से करेगे। वक्फ बोर्ड को गठन करके इमाम और मुअजिनों को मिलने वाले भत्तों का समयबद्ध निस्तारण करेगे। सचर कमेटी की रिपोर्ट के अनुसार कांग्रेस यूपीए सरकार के 15 सूत्री कार्यक्रम पर विशेष तौर पर ध्यान दिया जाएगा।

कांग्रेस पार्टी ने हमेशा से ही देश में अंतिम पंक्ति में खड़े लोगों, अल्पसंख्यकों और मुस्लिम समुदाय के लोगों की बेहतरी के लिए काम किए हैं।

9 मार्च 2005 को कांग्रेस की यूपीए सरकार ने मुस्लिम समुदाय के आर्थिक सामाजिक और शैक्षणिक संदर्भों के लिए एक हाई लेवल की सचर

कमेटी का गठन किया था। जिसकी 76 सिफारिशों में से 72 को तुरंत स्वीकार करते हुए 43 फैसले लिए गए। जिनके आधार पर 72 सिफारिशों को लागू किया गया। (4 सिफारिशें न्यायालय में लंबित थीं) और तुरंत मुस्लिम बहुल्य 90 जिले चिन्हित किए गए तथा 710 अल्पसंख्यक ब्लाकों तथा 66 अल्पसंख्यक बहुल्य कस्बों तक सचर कमेटी की सिफारिशों को लागू किया गया।

शिक्षा के क्षेत्र में स्कॉलरशिप और फेलोशिप स्क्रीम के तहत 3.02 करोड़ बच्चों को स्कॉलरशिप दी जिस पर 5609 करोड़ खर्च, स्कूल कॉलेज को इन्फ्रास्ट्रक्चर में सुधार किया। मुस्लिमों को बैंकों तक पहुंच, मुस्लिम बहुल्य इलाकों में राष्ट्रीयकृत बैंकों का खोला जाना। प्राथमिटी सेक्टर लॉडिंग- 16.09 प्रतिशत तक बढ़ाया गया। 25.46 करोड़ रुपये 75966 लोगों को लाभ मिला। स्कूल डेवलपमेंट- सीखों और

कमाओ योजना शुरू की। 118 आईटीआई और 45 पॉलिटेक्नीक कॉलेज अल्पसंख्यक क्षेत्रों में दिए। मुस्लिम बहुल्य क्षेत्रों में आईटीआई/आईटीसीएस में मुस्लिमों के लिए 234203 अतिरिक्त सीटें दी। मल्टी सेक्टरल डेवलपमेंट प्लान के तहत 6291.62 करोड़ मुस्लिम क्षेत्रों में दिए। और वक्फ अमेंडमेंट बिल दोनो सदनों से पास कराकर ऐसे कई फैसले मुस्लिमों के उत्थान के लिए किए।

ईमरान मसूद ने कहा कि दिल्ली में सरकार बनने पर अल्पसंख्यकों के आर्थिक कार्यकलापों और रोजगार में समुचित हिस्सेदारी देने के लिए स्वरोजगार देने की पहल करेगे। अल्पसंख्यकों के जीवन स्तर की दशा में सुधार लाएंगे। मसूदे ने भाजपा द्वारा दिल्ली दंगों की बनाई गई फिल्म 2 फरवरी को रिलीज होने पर कांग्रेस द्वारा चुनाव से आपत्ति जताई थी, जिस पर चुनाव आयोग द्वारा कोई संज्ञान नहीं लेने पर मसूद ने आपत्ति जताई।

ईमरान मसूद ने कहा कि भाजपा और आम आदमी पार्टी अल्पसंख्यक समुदाय को सिर्फ वोट लेने की वकत ही याद करती है। इन्होंने अल्पसंख्यकों की स्कॉलरशिप बंद कर दी, बजट घटा रहे हैं पिछले 11 वर्षों में देश और दिल्ली में अल्पसंख्यक वर्ग की पूरी तरह अनदेखी की गई हैं। ग्रंथियों को वेतन देने की बात करने वाले इमामों और मुअज्जिनों का वेतन रोक देते हैं जबकि मुस्लिम और सिक्ख दोनो अल्पसंख्यक हैं। अरविन्द केजरीवाल पूरी तरह बेनकाब हो चुके हैं। भाजपा की अल्पसंख्यक वर्ग के प्रति सोच नरनरत की रही जिसे पूरा देश जानता और समझता है।

हरियाणा के सीएम नायब सैनी पल्ला जाकर एक घूंट पानी नहीं पी सके और दिल्ली के लोगों को यही जहरीला पानी पिलाना चाहते हैं- केजरीवाल

सुष्मा रानी

नई दिल्ली, 30 जनवरी आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने हरियाणा से दिल्ली में आ रहे जहरीले पानी को लेकर भाजपा और कांग्रेस को बड़ी चुनौती दी है। उन्होंने कहा कि हम हरियाणा से दिल्ली में आ रहे 7 पीपीएम अमोनिया वाले जहरीले पानी को एक-एक बाल अमित शाह, वीरेंद्र सचदेवा, नायब सिंह सैनी और राहुल गांधी के घर भेज रहे हैं। अगर इनके अंदर हिम्मत है तो यह पानी पीकर दिखाएं, नहीं तो दिल्ली की जनता से माफ़ी मांगें। उन्होंने कहा कि भाजपा ने यमुना के पानी में मिलावट कर उसको जहर बना दिया। इस पर आवाज उठाने पर भाजपा और कांग्रेस मेरे ऊपर केस दर्ज करवा देंगे। हरियाणा के सीएम नायब सिंह सैनी पल्ला जाकर एक घूंट पानी नहीं पी सके और दिल्लीवालों को यही जहरीला पानी पिलाना चाहते हैं। इन लोगों को जो करना है, कर लें, लेकिन जब तक मैं जिंदा हूं, दिल्लीवालों को जहरीला पानी नहीं पीने दूँ।

आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने पार्टी मुख्यालय पर प्रेसवार्ता कर कहा कि दिल्ली में हरियाणा की तरफ से यमुना और उत्तर प्रदेश के जरिए गंगा का पानी आता है। इस पानी को कच्चा पानी कहते हैं। इसके बाद यह पानी वॉटर ट्रीटमेंट प्लांट में जाता है और वहां इस पानी की सफाई होती है। फिर यह पानी दिल्ली के घरों में पीने के लिए भेजा जाता है। हरियाणा से यमुना के जरिए आने वाला पानी कुछ दिनों से जहरीला आ रहा है। इस समय पानी में 7 पीपीएम तक अमोनिया का स्तर पहुंच गया है। 17 पीपीएम अमोनिया सेहत के लिए बहुत खतरनाक है। इससे शरीर के अंगों को बहुत नुकसान पहुंचाता है। लेकिन उन्होंने कुछ नहीं किया। उसके बाद उन्होंने सीएम आतिशी के फोन उठाने बंद कर दिए। अब दिल्ली के लोगों के लिए हम क्या करते? इसका मतलब राजनीति चल रही थी। हरियाणा के



पहले जब यमुना में अमोनिया का स्तर धीरे-धीरे बढ़ने लगा। तब दिल्ली की सीएम आतिशी ने हरियाणा के सीएम नायब सिंह सैनी को फोन किया। उन्होंने हरियाणा के मुख्यमंत्री को कई बार फोन किया और उनसे निवेदन किया कि नदी में अमोनिया का स्तर बहुत बढ़ रहा है इसे कम करवाइए। यह दिल्ली के लोगों के लिए जान का खतरा बन सकता है। यह लोगों के लिए घातक है। अगर अमोनिया का स्तर 1 पीपीएम से ज्यादा हो जाए तो वॉटर ट्रीटमेंट प्लांट उसे ट्रीट नहीं कर सकता। हमें प्लांट को बंद करना पड़ता है और उस पानी वो वापस डायवर्ट करना पड़ता है। अगर पानी में 1 पीपीएम से ज्यादा अमोनिया हो जाएगा तो हमें धीरे-धीरे सारे वॉटर ट्रीटमेंट प्लांट बंद करने पड़ेंगे और दिल्ली के अंदर पानी के लिए हाहाकार मच जाएगी। और अगर इस पानी को सीधे जनता के लिए दे दिया तो यह उनके लिए जानलेवा है।

अरविंद केजरीवाल ने बताया कि हरियाणा के सीएम नायब सैनी बार-बार जब भी फोन पर आए। उन्होंने कहा कि वह इसके लिए कुछ करेंगे। लेकिन उन्होंने कुछ नहीं किया। उसके बाद उन्होंने सीएम आतिशी के फोन उठाने बंद कर दिए। अब दिल्ली के लोगों के लिए हम क्या करते? इसका मतलब राजनीति चल रही थी। हरियाणा के

सीएम ने दिल्ली की सीएम के फोन उठाना क्यों बंद कर दिए? उन्होंने एक तरफ फोन उठाना बंद कर दिया और दूसरी तरफ अमोनिया का स्तर बढ़ते-बढ़ते 7 पीपीएम तक पहुंच गया। जब पानी में अमोनिया का स्तर 7 पीपीएम तक पहुंच गया, तब सीएम आतिशी को सबके सामने आकर इस बात की जानकारी देनी पड़ी कि दिल्ली में जहरीला पानी भेजा जा रहा है। दिल्ली के अंदर यमुना के जरिए अधिक मात्रा वाले अमोनिया का पानी भेजा जा रहा है। वॉटर ट्रीटमेंट प्लांट में पानी का क्लोरीनेशन होता है जिसके तहत पानी के अंदर क्लोरीन मिक्स किया जाता है। अगर अमोनिया और क्लोरीन मिल जाएं तो इससे घातक कुछ नहीं है। अगर यह पानी दिल्ली के घरों में आ जाए तो पता नहीं यहां क्या होगा?

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि हम इस मुद्दे पर राजनीति नहीं करना चाहते हैं। हम आमोनीया से कहें कि हमें इसका समाधान मिले। इसलिए सीएम आतिशी ने कई दिनों तक हरियाणा के सीएम को फोन किया लेकिन उन्होंने कोई समाधान नहीं दिया। मजेदार बात यह है कि जबसे हमने यह मुद्दा उठाया कि पानी में 7 पीपीएम अमोनिया है, उसके बाद से अमोनिया की मात्रा कम होनी शुरू हो गई। आज अमोनिया का स्तर 3 पीपीएम पर आ गया है। इसका मतलब यही लोग सब कर रहे थे। पहले इन्होंने ही उसे ज्यादा किया और अब इन्होंने ही उसे ज्यादा कर दिया। सवाल उठता है कि अचानक शोर करने से इसकी मात्रा कैसे कम हो गई। यह कौन कर रहा था?

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि ये केस करने की धमकी दे रहे हैं। ये जो मज्जी कर लें। ये दिल्ली के लोगों को जहरीला पानी भेजकर उनकी सेहत और जिंदगी के साथ खिलवाड़ करना चाहते हैं। हाई अमोनिया का पानी छोटे बच्चों में अपरिवर्तनीय क्षति कर सकता है और ये कुछ करने के लिए बजाए हमें धमकी दे रहे हैं कि केजरीवाल को जेल में डाल देंगे।

मुझे जेल में डाल दो। अभी-अभी जेल से होकर आ रहा हूं। इन्हें केस करना है तो कर दें। लेकिन मैं जब तक जिंदा हूं, अपने दिल्ली के लोगों को जहरीला पानी नहीं पिलाएंगे। मैं दिल्ली के लोगों के साथ खड़ा हूं। ये मुझे खुलेआम धमकी दे रहे हैं। मैं इनकी धमकियों से डरने वाला नहीं हूं। ये किसी से नोटिस तो किसी से चिट्ठी भिजवा रहे हैं। इन्हें इनकी चिट्ठी और नोटिस इनको मुबारक। इन्हें जो करना है कर लें लेकिन दिल्ली के अंदर जहरीला पानी नहीं आने देंगे। इसके लिए जो कुछ भी करना पड़े, हम करेंगे।

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि बुधवार को हरियाणा के मुख्यमंत्री नायब सिंह सैनी ने एक नोटिक की ओर उसमें खुद ही फंस गए। सच, सच होता है। जब आप सच के रास्ते पर चलते हैं तो ऊपर वाला साथ देता है। बुधवार को ऊपर वाले ने साथ दिया। नायब सिंह सैनी ने कहा कि मैं पल्ला जाकर सबके सामने पानी पी उंगा। उन्होंने पानी पिया और उसे फेंक दिया। पानी में या तो बहुत ज्यादा बदबू थी या पानी बहुत गंदा था। इन्होंने जिस तरह से पानी फेंका ऐसा लगा कि इन्हें उल्टी आ गई। नायब सिंह सैनी खुद जिस पानी का एक घूंट नहीं पी सकते हैं, ये दिल्ली की जनता को वही पानी पिलाना चाहते हैं।

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि भाजपा और कांग्रेस वाले दोनों मिल गए हैं। दोनों मिलकर दिल्ली के लोगों की जान और सेहत के साथ खिलवाड़ कर रहे हैं। अरविंद केजरीवाल ने मीडिया को पानी की बोलते दिखाते हुए कहा कि ये 7 पीपीएम का पानी है और इसमें क्लोरीन मिक्स कर दिया गया है।

इस पानी की एक बोतल हम अमित शाह, एक बोतल वीरेंद्र सचदेवा, एक बोतल नायब सिंह सैनी और एक राहुल गांधी को भेज रहे हैं। चारों लोग ये पानी की बोतल प्रेस कॉन्फ्रेंस में पी कर दिखा दें तो हम मान जाएंगे कि हमने गलत बोला था। अगर इनके अंदर हिम्मत है और ये कह रहे हैं कि सच्चाई इनके साथ है तो ये पानी पीकर दिखा दें।

मुझे पता है ये लोग मुझे दो दिन के अंदर जेल में डालेंगे, डाल दें- केजरीवाल

सुष्मा रानी

नई दिल्ली। 30 जनवरी आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने गुरुवार को चुनाव आयोग पर तीखा हमला बोला। अरविंद केजरीवाल ने चुनौती देते हुए कहा कि हम चुनाव आयोग को भी 7 पीपीएम अमोनिया वाले पानी की बोतल भेज देंगे। तीनों चुनाव आयुक्त प्रेस कॉन्फ्रेंस कर इस पानी को पीकर दिखा दें, तो हम मान जाएंगे कि हमने गलत दी है। मुझे यह भी पता है कि ये लोग मुझे दो दिन के अंदर जेल में डालेंगे, डाल दें। उन्होंने कहा कि सीईसी राजीव कुमार को रिटायरमेंट के बाद नौकरी चाहिए, तभी उन्हें खुलेआम पैसे-चादरें बांट रहे भाजपा नेता नहीं दिख रहे हैं। अगर राजीव कुमार राजनीति करना चाहते हैं तो दिल्ली की किसी विधानसभा सीट से चुनाव लड़कर दिखाएं।

मीडिया से बातचीत के दौरान ‘‘आप’’ के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने कहा कि मैं इसी आई के पूरे सम्मान के साथ कहना चाहता हूं कि उन्हें दिल्ली के अंदर खुलेआम पैसे और चादर बंटते हुए नहीं दिखाई देते। बुधवार को शाम को भी चादरें बांटी



और अभी भी बंट रही है। हमने उन्हें बताया कि पैसे किसके घर में रखे हैं, उन्हें वह भी दिखाई नहीं देता। चुनाव आयोग राजनीति कर रहा है। क्योंकि मुख्य चुनाव आयुक्त राजीव कुमार को रिटायरमेंट के बाद नौकरी चाहिए। राजीव कुमार 28 फरवरी को सेवानिवृत्त हो रहे हैं।

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि मुख्य चुनाव आयुक्त राजीव कुमार को इतिहास माफ नहीं करेगा। राजीव कुमार ने चुनाव आयोग का जितना कबाड़ा किया है, उतना भारत के इतिहास में कभी नहीं हुआ है। मुझे पता है कि ये मुझे 2 दिन के अंदर जेल में डालेंगे। मुझे जेल के अंदर डाल दें। चुनाव आयोग ने आज जिस तरह की भाषा लिखी है, यह चुनाव आयोग का

काम नहीं है।

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि अगर मुख्य चुनाव आयुक्त राजीव कुमार को राजनीति करनी है तो वह दिल्ली की किसी विधानसभा सीट से चुनाव लड़ लें। दिल्ली के अंदर खुलेआम गुंडागर्दी मची हुई है। खुलेआम पैसे और चादरें बांटी जा रही है। इस देश की जनता ने इस किस्म का चुनाव कभी देखा ही नहीं था। मैं हाई अमोनिया वाले पानी की तीन बोतलें चुनाव आयोग के लिए भी भेज दूंगा। हमारे पास 20 बोतलें हैं। कल रात में लेब में बनवाई हैं। राजीव कुमार समेत तीनों चुनाव आयुक्त प्रेस कॉन्फ्रेंस में यह पानी पीकर दिखा दें तो हम मान जाएंगे कि हमने गलती की है।

सुष्मा रानी

नई दिल्ली। 30 जनवरी आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने सरकारी अफसरों, सांसदों और मंत्रियों के यहां काम करने वाले स्टाफ के लिए 7 गारंटी दी है। उन्होंने कहा कि हम सरकार में आने पर सरकारी स्टाफ के लिए सर्वेय रजिस्ट्रेशन पोर्टल बनाएंगे, जहां ये नौकरी तलाश सकेंगे। स्टाफ हॉस्टल बनाएंगे ताकि जब कोई अफसर, सांसद या मंत्री आवास छोड़ता है और उनका पूरा स्टाफ सड़क पर आ जाता है तो वह नौकरी मिलने तक हॉस्टल में रह सके। इसके काम के घंटे और सैलरी पर कानून बनाएंगे। दिल्ली सरकार के इंडब्ल्यूएस के मकान और मोबाइल मोहल्ला क्लीनिक उपलब्ध कराए जाएंगे। ऑटो चालकों को तरह-इन्हें भी 10 लाख का लाइफ व 5 लाख का हेल्थ इंश्योरेंस, बेटी की शादी के लिए एक लाख और बच्चों की स्कॉलरशिप देंगे। साथ ही ‘‘आप’’ सांसद इनकी आवाज संसद में भी उठाएंगे, ताकि केंद्र सरकार के अधीन आने वाले काम कराए जा सकें।

आम आदमी पार्टी के राष्ट्रीय संयोजक अरविंद केजरीवाल ने गुरुवार को पार्टी मुख्यालय में प्रेस वार्ता कर कहा कि सरकारी आवासों में काम करने वाले सर्वेटी के बहुत सारी समस्याएं हैं। किसी भी सरकारी अफसर, एमपी और मंत्री को बंगला दिया जाता है तो उसके साथ सर्वेटी क्वार्टर होता है। सर्वेटी क्वार्टर में उन लोगों को रखा जाता है जो सरकारी अफसर, एमपी और मंत्री के घर में काम करते हैं। जाहिर तौर पर उनके

घर पर काम करने वाले स्टाफ को तनखाह मिलनी चाहिए। लेकिन 70-80 फीसदी स्टाफ को तनखाह नहीं दी जाती है। उन्हें सर्वेय क्वार्टर देकर फ्री में काम करने के लिए कहा जाता है। वह स्टाफ एक तरह से बंधुआ मजदूर बन जाता है। अरविंद केजरीवाल ने कहा कि कई अफसरों, एमपी और मंत्रियों ने सर्वेय क्वार्टर किराए पर चहाए हुए हैं क्योंकि एक अपराध है और इसके लिए जेल हो सकती है। एक एमपी और ऑफिसर जब ट्रांसफर हो जाता है तो उसके यहां काम करने वाला स्टाफ बेघर हो जाता है। क्योंकि जब तब वह घर किसी को को अलॉट नहीं होता, तब तक उस स्टाफ को निकाल दिया जाता है। जब कोई नया अधिकारी, सांसद या मंत्री वहां आता है, तो जरूरी नहीं है कि वह उनको ही रखे। इससे वह स्टाफ सड़क पर आ जाता है। यह बहुत अस्थायी सी व्यवस्था है। 2-3 साल तक उससे काम कर सकते हैं। साथ ही, सरकारी आवास में ऑफिसर या मंत्री को नया स्टाफ चाहिए तो वे भी अपने आप को इस पोर्टल पर रजिस्टर कर सकते हैं। इससे जो स्टाफ काम ढूंढ़ रहा है और जिन्हें स्टाफ की जरूरत है, वे इस पोर्टल के जरिए

एक-दूसरे से संपर्क कर सकते हैं। इससे बहुत सारे लोगों की समस्याएं दूर हो सकती हैं।

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि हमने जैसे एक श्रमिक कार्ड बनाया है, वैसे ही एक सरकारी पर्सनल स्टाफ कार्ड बनाया जाएगा। श्रमिक कार्ड के ऊपर कई योजनाओं की सुविधाएं मिलती हैं वैसे ही सरकारी पर्सनल स्टाफ को भी सारी सुविधाएं दी जाएंगी। एक सर्वेय हॉस्टल बनाया जाएगा। किसी व्यक्ति को अगर निकाल दिया जाए तो उसे निकाल दिया जाएगा। ऐसे में वह स्टाफ को निकाल दिया जाता है। जब कोई नया अधिकारी, सांसद या मंत्री वहां आता है, तो जरूरी नहीं है कि वह उनको ही रखे। इससे वह स्टाफ सड़क पर आ जाता है। यह बहुत अस्थायी सी व्यवस्था है। 2-3 साल तक उससे काम कर सकते हैं। साथ ही, सरकारी आवास में ऑफिसर या मंत्री को नया स्टाफ चाहिए तो वे भी अपने आप को इस पोर्टल पर रजिस्टर कर सकते हैं। इससे जो स्टाफ काम ढूंढ़ रहा है और जिन्हें स्टाफ की जरूरत है, वे इस पोर्टल के जरिए

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि दिल्ली सरकार के इंडब्ल्यूएस मकान हैं, जो सस्ते और आसान किस्तों पर दिए जाते हैं। यह मकान सर्वेटी या स्टाफ को भी मुहैया कराए जाएंगे ताकि उन्हें इसका फायदा मिल सके। पर्सनल स्टाफ के स्वास्थ्य के लिए मोबाइल मोहल्ला क्लीनिक लगाए जाएंगे। इनके काम के घंटे, तनखाह और वक़ीफ कंडीशन पर नियम कानून कायदे बनाए जाएंगे। हमने अभी ऑटो चालक, ईरिक्षा, टेक्सी ड्राइवरों के लिए 10 लाख रुपए लाइफ इंश्योरेंस, 5 लाख रुपए के हेल्थ इंश्योरेंस, उनकी बेटी की शादी के लिए 1-1 लाख रुपए की सहायता राशि और बच्चों की पढ़ाई के लिए स्कॉलरशिप की सुविधाओं का ऐलान किया था। ये चारों सुविधाएं सरकारी सर्वेटी को भी दी जाएंगी।

अरविंद केजरीवाल ने कहा कि ‘‘आप’’ सांसद संजय सिंह और रायच चड्ढा बड़े पुरजोर तरीके से इनकी आवाज को संसद के अंदर भी उठाएंगे और इस बारे में केंद्र सरकार से भी बात करेंगे। क्योंकि ये लोग अधिकतम केंद्र सरकार के दायरे में आने वाले अफसरों और मंत्रियों के यहां काम करते हैं। हमने जितने भी ऐलान किए हैं ये दिल्ली सरकार के अंडर आते हैं। ये कामान सच दंगे। जो काम केंद्र सरकार के अंडर आते हैं, उनके लिए हम केंद्र सरकार के सामने इनके मुद्दे उठाएंगे।

इस दौरान ‘‘आप’’ सांसद संजय सिंह ने कहा कि ऑल पार्टी मीटिंग में इन लोगों का मुद्दा उठा था लेकिन उस पर कोई कार्रवाई नहीं हुई। संसद का सत्र शुरू हो रहा है, वहां ‘‘आप’’ का हर सांसद मजबूती के साथ इनके मुद्दे को उठाएगा। मैं पूरी तरह से अरविंद केजरीवाल और आम आदमी पार्टी की तरफ से आश्वस्त करता हूं।

‘‘आप’’ सांसद रायच चड्ढा ने कहा कि 31 जनवरी से भारत की संसद का सत्र शुरू होने जा रहा है। आम आदमी पार्टी के हर सांसद हम केंद्र के मुद्दे बुलंद तरीके से सदन में रखेंगे, सरकार के कानों तक पहुंचाएंगे और वह सुनिश्चित करेंगे कि इन पर जल्द से जल्द सकारात्मक कार्रवाई हो। इस दौरान सरकारी स्टाफ यूनियन के पदाधिकारी जगमोहन ने कहा कि केवल अरविंद केजरीवाल हैं जिन्होंने हमारे बारे में इतना सोचा। इन्होंने हमारी समस्याएं सुनीं, इसके लिए मैं इनका बहुत आभारी हूं।

वरिष्ठ नेता और राज्यसभा सांसद संजय सिंह ने एसपी भारद्वाज को पटका व टोपी पहनाकर ‘‘आप’’ की सदस्यता दिलाई



सुष्मा रानी

नई दिल्ली, 30 जनवरी दिल्ली विधानसभा चुनाव से चंद रोज पहले गुरुवार को कांग्रेस को बड़ा झटका लगा। कांग्रेस के किसान मोर्चा के प्रदेश उपाध्यक्ष एसपी भारद्वाज आम आदमी पार्टी में शामिल हो गए। आम आदमी पार्टी के वरिष्ठ नेता व राज्यसभा सांसद संजय सिंह ने पार्टी मुख्यालय पर एसपी भारद्वाज को पटका व टोपी पहनाकर पार्टी की सदस्यता दिलाई। इस दौरान संजय सिंह ने कहा कि एसपी भारद्वाज ने नजफगढ़ से पचां दाखिल किया था। उन्होंने आम आदमी पार्टी के प्रत्याशी तरुण यादव को अपना समर्थन देकर अपना नाम वापस ले लिया है। इनके आने से आम आदमी पार्टी को मजबूती मिलेगी।

संजय सिंह ने कहा कि आज बहुत खुशी का दिन है कि आम आदमी पार्टी में कांग्रेस के किसान मोर्चा के प्रदेश उपाध्यक्ष एसपी भारद्वाज शामिल हो रहे हैं। यह कांग्रेस से पहले भाजपा के कई पदों पर भी रह चुके हैं।

बसपा प्रत्याशी वक्कर चौधरी ने पानी के मुद्दे पर आप व भाजपा की खोली पोल

सुष्मा रानी

नई दिल्ली, बहुजन समाज पार्टी को आज एक और मजबूती मिली जब श्री श्याम वेलफेयर ट्रस्ट ने अपने दर्जनों कार्यकर्ताओं के साथ पार्टी की सदस्यता ग्रहण कर ली। ट्रस्ट के राष्ट्रीय अध्यक्ष पूजा राय, संचिन शर्मा, मनोज शर्मा, शिवम शर्मा, महेश यादव सहित कई प्रमुख पदाधिकारी बसपा में शामिल हुए। उन्होंने लक्ष्मी नगर विधान सभा से बसपा प्रत्याशी मोहम्मद वकार चौधरी को अपना संपूर्ण समर्थन देने का ऐलान किया।

प्रेस वार्ता में ट्रस्ट के पदाधिकारियों ने आम आदमी पार्टी और भारतीय जनता पार्टी की नीतियों की कड़ी आलोचना की। उन्होंने कहा कि आप सरकार जनता को पीने का साफ पानी तक देने में विफल रही है और अब अपनी नाकामी छुपाने के लिए दूसरों पर दोष डाल रही है। भाजपा सरकार भी इस समस्या का समाधान करने में असफल रही, जिससे जनता को गंदे और दूषित पानी के कारण स्वास्थ्य संबंधी गंभीर समस्याओं का सामना



करना पड़ रहा है।

बसपा प्रत्याशी मोहम्मद वकार चौधरी ने ट्रस्ट के समर्थन के लिए आभार व्यक्त करते हुए कहा कि क्षेत्र की जनता लंबे समय से मूलभूत सुविधाओं से वंचित है। उन्होंने कहा कि गंदे पानी की समस्या सिर्फ एक प्रशासनिक असफलता नहीं, बल्कि सरकार की लापरवाही का परिणाम

है। अगर वे चुने जाते हैं, तो क्षेत्र में स्वच्छ पेयजल आपूर्ति को अपनी प्राथमिकता बनाकर इस गंभीर समस्या का स्थायी समाधान करेंगे। उन्होंने जनता से अपील की कि वे झुटे वादों और दिखावटी राजनीति से बचें और बसपा को समर्थन देकर एक न्यायपूर्ण और विकासशील सरकार बनाने में सहयोग करें।



विजय गर्ग

उन्हें विभिन्न धार्मिक और व्यक्तिगत प्रार्थमिकताओं के अनुसार मनाया जाता है। लेकिन उनमें से अधिकांश महंगी साजवट, संगीत, नृत्य, भोजन और श्रेष्ठ वस्त्रों का सजावट मनाया जाता है। विवाह के मौसम के दौरान यह देखा जाता है कि लोग अपने अहंकार को संतुष्ट करने के लिए केवल बहुत पैसा खर्च करते हैं। इस प्रकार बर्बाद किए गए सभी धन को कुछ रचनात्मक उपयोग में रखा जा सकता है। हर साल भारत में लगभग 10 मिलियन शादियां होती हैं। बस इन विवाह व्ययव्यथाओं में हर साल औसत पर खर्च की जाने वाली राशि की

विजय गर्ग

कहा जा रहा है कि हम अगले वर्ष यानी 2026 में दुनिया की चौथी बड़ी शक्ति बन जाएंगे और उससे अगले वर्ष 2027 में दुनिया की तीसरी सबसे बड़ी आर्थिक शक्ति 'फिक्की' का कहना है कि भारत की वृद्धि दर का अनुमान घटकर 6.4 फीसद होगा। मगर प्रमुख अर्थशास्त्रियों का निष्कर्ष है कि 2025 में वृद्धि तेज बनी रहेगी। दुनिया में सबसे तेजी से भारत बढ़ेगा और इसके दम पर दक्षिण एशिया की जीडीपी भी बढ़ जाएगी। चाहे विश्व आर्थिक मंच ने भारत के बुनियादी ढांचे में अपेक्षित निवेश न होने की ओर इंगित किया था, लेकिन यूँक इन अर्थशास्त्रियों ने चीन में भी अर्थव्यवस्था के धीमी होने का अनुमान लगाया, इसलिए उसकी तुलना में अपने आप HTM आगे पाकर हम एक ठंडी दिलासा ले सकते हैं। ठंडी दिलासा इसलिए कि असली बात तो यह है कि चाहे विकास दर सबसे ऊँची रहे, आम आदमी का हाल क्या है ? भारत औसत प्रति व्यक्ति आय को देखते दुनिया को छोड़िए, एशिया, फे किण्ड्रे हुए देशों के समकक्ष आ जाती है। अपनी तारीफ में चाहे आप कह लें कि दुनिया भर में अमेरिका के बाद सबसे कुशल भारतीय पेशेवर हैं, भारतीय युवा एआइ, डिजिटल और हरित ऊर्जा क्षेत्रों में सबसे कुशल हैं। मगर याद रखिए कि तीसरी आर्थिक ताकत बनने का सपना देखने वाला भारत दुनिया में 'ओवर हाल रैंकिंग' में पच्चीसवाँ रहा है। यह रैंकिंग 'रिक्ल फिट एकेडेमिक रैंडनेस पय्चुर आउर अवर्क' और आर्थिक बदलाव पर आधारित है। कहने की बात नहीं कि यहां हम तैयारी और परिवर्तनशीलता के अभाव में अभी तक फिसड़ी हैं।

कल्पना करें। विवाह का ध्यान अनुष्ठानों से एक शी ऑफ व्यवसाय में स्थानांतरित हो गया है। वर्तमान परिदृश्य में, जब दहेज अभी भी भारत में एक बड़ी समस्या बनी हुई है, तो लोग अनावश्यक व्यवस्था और सजावट में अपने जीवन की वचत का बहुत उपयोग करते हैं जो सिर्फ एक दिन का मामला है। वे सोचते हैं कि असाधारण व्यवस्था करके वे अपने दोस्तों और रिश्तेदारों पर एक छाप पैदा करेंगे और लंबे समय तक याद किया जाएगा। लोग उन दूसरों की नकल करने की भी कोशिश करते हैं जिनमें सोशल मीडिया एक प्रमुख भूमिका निभाता है क्योंकि यह लोगों के दिमाग को बहुत आसानी से प्रभावित करता है। इस चूहे की दौड़ से लोगों को बाहर लाना और उन्हें सरल विवाह की अवधारणा सिखाना बहुत महत्वपूर्ण है। एक साधारण विवाह को एक असाधारण के रूप में समान रूप से यादगार बनाया जा सकता है। लोगों को यह महसूस करने की आवश्यकता है कि यह उन लोगों की उपस्थिति है जो शादी को भव्य बनाते हैं न कि

साजवपड़े आ भोजन। सीमित व्यंजनों, सरल सजावट और कपड़े और आभूषणों के सीमित खर्च को रखकर विवाह को सरल रखा जाने चाहिए। एक साधारण शादी से बचाया जाने वाला धन बैंक खाते में बचत जैसे कई अन्य रचनात्मक उपयोगों में रखा जा सकता है, स्वास्थ्य देखभाल अडिफ के लिए उपयोग किए जाने वाले फिस्कल डिवाइजों के रूप में जमा किया जाता है। लोगों को यह महसूस करने की आवश्यकता है कि यह लोगों की उपस्थिति है जो एक बनती है शादी का भव्य और सजावट आ भोजन नहीं। एक 'भव्य' शादी की अवधारणा खराब नहीं है, लेकिन एक अवसर के पीछे जो धनराशि होती है, वह अनावश्यक है। शादी के मौसम के दौरान अपने लोगों को अपने लॉट ओ खर्च करते देना है ... सिंपल मैरिज: ए वाज चॉइस मैरिज किसी के जीवन में एक महत्वपूर्ण मील का पथर है, जो प्यार, सहचर्य और प्रतिबद्धता से भरे एक नए अध्याय की शुरुआत का प्रतीक है। हालांकि, हाल के दिनों में, असाधारण

शास्त्रियों की बढ़ती प्रवृत्ति हुई है जो उत्सव के वास्तविक कोष के बजाय धर्म को अतिशयोक्ति और अहंकार के संसार के कर्ने पर अधिक ध्यान केंद्रित करती है। यह अत्यधिक खर्च अक्सर वित्तीय तनाव और संसाधनों के अभाव की ओर जाता है। इसके बजाय, सरल विवाह के लिए चयन न केवल पैसे बचा सकता है, बल्कि एक साथ जीवन शुरू करने के अधिक सार्थक और टिकाऊ तरीके को भी बढ़ावा दे सकता है। वित्तीय विवेक - सरल विवाह। अनानवश्यक खर्चों को कम करके वित्तीय विवेक को प्रोत्साहित करते हैं जो अक्सर जोड़ों और उनके परिवारों को बोल देते हैं। - पैसे बचाने के साथ, जोड़े अपने भविष्य में निवेश कर सकते हैं, जैसे कि घर के लिए डाउन पेमेंट हासिल करना या व्यवसाय शुरू करना। - असाधारण शास्त्रियों से बचने से, जोड़े श्रद्धा के चक्र से बच सकते हैं और अपने विवाहित जीवन के लिए एक मजबूत आधार बनाने पर ध्यान केंद्रित कर सकते हैं। प्यार और एकजुटता पर जोर - सरल विवाह भौतिकवादों प्रदर्शन से

तत्सर्वों के साथ पर ध्यान को केंद्रित करते हैं - दो व्यक्तियों को बीच प्यार और प्रतिबद्धता। एक छोटी, अंतरंग गांधी जाड़ों को अपने नियंत्रणों के साथ अधिक गुणवत्ता का समय बनाते, गहरे कनेक्शन और पोषित यादों को बढ़ावा देने की अनुमति देती है। - प्यार और जुटता पर जोर देना, जो एक सार्थक शादी का अनुभव बनाता है जिसे जीवन भर के लिए याद किया जाएगा।

न्यायपूर्ण स्थिरता - असाधारण श्रद्धायां अक्सर अत्यधिक असेष्टिफ़ का उत्पादन करते हैं, विस्तृत समावृत्त से लेबर अत्यधिक भोजन और पैकेजिंग तक। - एक साधारण विवाह का चयन करने का मतलब है, टिकाऊ प्रथाओं के लिए चयन करना, जैसे कि पर्यावरण के अनुकूल सजावट का उपयोग करना, स्थानीय विक्रेताओं का समर्थन करना, और भोजन के कचरे को कम करना। -

पर्यावरणीय रूप से जागरूक विकल्प बनाने के लिए अपने साथ का जहन मताने हुए हमारे ग्रह के संरक्षण में योगदान कर सकते हैं। एक उदाहरण

सेट करना - सरल विवाह दूसरों के लिए एक प्रेरणा के रूप में काम कर सकते हैं, सामाजिक मानदंडों और अपेक्षाओं को चुनौती देते हैं। - यह प्रदर्शित करके कि प्रेम और प्रतिबद्धता को किसी की शादी के आकार से नहीं मापा जाता है, जोड़े दूसरों को भौतिकता प्रदर्शनों पर सार्थक कनेक्शन को प्राथमिकता देने के लिए प्रोत्साहित कर सकते हैं। - सादगी और विवेक का एक उदाहरण स्थापित करने से शायदियों के प्रति सामाजिक दृष्टिकोण में एक सकारात्मक बदलाव हो सकता है। अंत में, सरल विवाह असाधारण शायदियों पर कई लाभ प्रदान करते हैं। वितीय विवेक, प्रेम और एकजुटता, पर्यावरणीय स्थिरता को प्राथमिकता देने और एक सकारात्मक उदाहरण निर्धारित करके, जोड़े एक शादी का अनुभव बना सकते हैं जो न केवल सार्थक है, बल्कि उनके भविष्य की खुशी और कल्याण में भी योगदान देता है। आइए हम सरल विवाह की अवधारणा को गले लगाएं और प्यार का सच्चा सार मानएं

तरक्की के कोलाहल में सुस्त रफ्तार



भारत अपनी नई उपलब्धियों की घोषणा करते थक नहीं रहा। कहा जा रहा है कि इस साल भारत ने अंतरिक्ष में इतिहास रच दिया, जब उसने दो उपग्रहों को जोड़ दिया। ऐसा करने वाला यह दुनिया का चौथा देश बन गया है। यही नहीं, भरती पर भारत की डिजिटल ताकत वृद्धि करती नहीं। नया आंकड़ा आया। इस साल हमारे देश के इंटरनेट उपयोगकर्ताओं की संख्या नब्बे करोड़ के पार पहुँच जाएगी। 2024 में यह 88.6 करोड़ थी। ग्रामीण भारत भी इंटरनेट के इस्तेमाल में आगे बढ़ रहा है। कुल आबादी में इसकी हिस्सेदारी 55 फीसद हो

गई है। दूसरी ओर, तरक्की का यह आलम कि सोना दो महीने बाद 81 हजार रुपए से पार चला गया चांदी 94 हजार रुपए पर फिले क्रो पार पहुंची । नव धनकुबेरों ने बहुत महंगे फलैटों और बड़ी कारों की बिक्री शिखर पर पहुंचाया । चाहे इस धूम धड़ाके में नव गरीबों की सुध न लेने की उम्मीद पहली फरवरी को पेश होने वाले बजट पर छोड़ दी गई है, जहां उन्हें कुछ और रियायतें देकर शायद उनका जीवन सहज किया जाए आम आदमी की उम्मीद तो यही है कि भूख से मरने न देने की गारंटी तो दे दी, अब शिक्षा के अनुसार रोजगार देने की गारंटी भी दे

दो। पर उसके लिए नई उद्यम नीति बनाने की जरूरत है। निवेशकों का उत्साह गिरने न देने की जरूरत है। मगर हमारे शेयर बाजार के सूचकांक क्यों धराशायी होते नजर आ रहे हैं? क्यों प्रत्यक्ष विदेशी निवेश फेडरल दरों से आकर्षित होकर भगोड़ा हो रहा है? और क्यों देश की स्थायी तकनीकी में कोई आंकड़े प्रेक्षण कर रहे हैं कि पूरी कमाई पर्यटन, होटल और सेवा क्षेत्र के इर्द-गिर्द घूमने लगी है। खेतिहर बेहतर आर्थिक स्थिति में नहीं आया। विनिर्माण क्षेत्र में सुस्ती है। इसके साथ शेयर सूचकांक लगातार

गिरावट दिखा रहे हैं। फिक्की से लेकर अन्य अंतरराष्ट्रीय मूल्योंकन

संस्थानों को कहते हैं कि गिरावट के बावजूद भारत गति पकड़ लेगा और हम अपनी आर्थिक वृद्धि का स्तर बनाए रखेंगे।

इस नए युग आर्थिक विकास दर में हम बाहुबली देशों से आगे रहेंगे। मगर प्रश्न है कि चीन तो अपनी आर्थिक नीतियों की रूग्णवस्था के कारण पिछड़ने लगा, पर 'चीन प्लस' का यह अतिरिक्त निवेश भारत की ओर क्यों नहीं आया? क्यों वैश्विक दक्षिण के दूसरे देशों की ओर मुड़ गया? क्या इसका कारण यह नहीं है कि हम दफ्तरशाही और लालफीताशाही की नाक में नेकेल नहीं दे सके? प्रष्टाचार 6? को शून्य स्तर पर पहुँचाने की घोषणाओं के बावजूद हम प्रष्टाचार के सूचकांक में फिर उसी पायदान पर अटके हैं। वैसे, में भारत में पहले बारते योग्य बहुत-सी बातें हैं। पहली। पहली बात तो यही है कि भारत ने देश में एक युवा वल्लंन का वादा किया है। इस साल प्रधानमंत्री के पहले वक्तव्य और पहले संदेशों को किसानों, युवाओं और कर्मचारियों के के नाम कर दिया गया है। कर्मचारियों के लिए आठवें वेतन आयोग के गठन को मंजूरी दे दी गई है। इससे केंद्रीय कर्मचारियों और राज्य कर्मचारियों की कमाई के बीच एक असंतुलन और असंतुष्ट विभाजन का खतरा भी पैदा हो गया है। पंजाब की ही अगर देखा जाए तो केंद्रीय कर्मचारियों के लिए आठवें वेतन आयोग की घोषणा हो गई, लेकिन पंजाब अपने छठवें वेतन आयोग की कमियां ही पूरी नहीं कर पा रहा।

जहां तक समतावाद का संबंध है, केंद्र सरकार ने गरीबों का भला करने का संकल्प इस वर्ष की शुरुआत में लिया है। उससे गरीबी उन्मूलन का संदेश भी दिया है और युवाओं को

नए युग के । लिए तैयार करने के लिए दिल्ली में 600 करोड़ की नई शैक्षणिक योजनाओं शुरू करने की घोषणा कर दी है । किसी इलाके में चुनाव घोषित होते हैं, तो वहां नई विकास योजनाओं की घोषणाओं की बाढ़ आ जाती है, लेकिन विस्फुरित नेत्रों वाली आम जनता यह पूछती है कि ये परियोजनाएं पूरी कब होंगी ? औसत मूल्यांकन यह है कि जितनी परियोजनाओं की घोषणा होती है, उनमें से तीन चौथाई अपने निर्धारित समय से पिछड़ जाती हैं । इस तरह उनकी लागत और बढ़ जाती है । यह बढ़ी हुई लागत अंततः बजट घाटे को बढ़ाती, रुपए का विनिमय मूल्य गिराती है और महंगे आयात देश में मुद्रास्फीति बढ़ाते हैं । इस चक्रव्यूह से निकलने का रास्ता क्या है ? नए युग की घोषणा करने से पहले यह भी सोच लिया जाए । एक ओर दिशा में चिंतन कर लें । इस युग में हम भारत को आयात अर्थव्यवस्था बना दें, बल्कि निर्यात आधारित अर्थव्यवस्था बनाया चाहते हैं, लेकिन नए अंकड़ कहते हैं कि हमारी आयात जरूरतें कम नहीं हुईं । आत्मनिर्भरता के नारों के बावजूद हम आत्मनिर्भर नहीं हुए, लेकिन हमारा निर्यात अवश्य एक फीसद कम हो गया । अमेरिका और चीन पर हमारी आयात निर्भरता उसी तरह खड़ी है । अगर भारत डालर पर निर्भरता को कम करके किसी वैकल्पिक मुद्रा से विनिमय का सपना देखता है, तो अमेरिका के नर्वनिर्वाचित राष्ट्रपति ट्रंप उसे बढ़े हुए शुल्क या वय दिखाते लागते हैं । इस सब तरक्की के नारों के बावजूद देश की आबादी का बड़ा हिस्सा अपने आप को तरक्की के हाशिये से बाहर क्यों पाता है ? इन कल्याणकारी नीतियों में मुक्तकथनों की झलक मेहनत की आदत के ऊपर क्यों हावी होने लगी है ?

बच्चों का स्कूल से दूर होना ठीक नहीं

विजय गर्ग

हमारे देश के आधे से अधिक स्कूलों में कंप्यूटर और इंटरनेट की सुविधा तक नहीं है। शिक्षा को लोकतंत्र का आधार बनाया जाता है, लेकिन उसी लोकतंत्र में रह कर हालांकि लाखों बच्चे स्कूल छोड़ने को मजबूर हैं। जब बच्चे ही शिक्षा से वंचित रहेंगे, तो देश का भविष्य कैसे संवरेगा? संयुक्त राष्ट्र की रिपोर्टों या हमारे अपने शिक्षा मंत्रालय के आंकड़े, यह जाह्नप यथ सफ झलकाते हैं कि शिक्षा के क्षेत्र में हमारी स्थिति कितनी दयनीय है। बुनियादी के 25 करोड़ बच्चों आज भी स्कूली शिक्षा से वंचित हैं, और इनमें से एक बड़ी संख्या दक्षिण एशिया से है। भारत में तो हालात और भी खराब हैं।

यूनियनाइड इंडस्ट्रिकल् डम्पामेन्स सिस्टम पर एक यूकेशन की रिपोर्ट के मुताबिक विगत वर्ष 2022-23 से 2023-24 के बीच देश के स्कूलों में पंजीकृत संख्या में भारी गिरावट आई है। मिडिल स्कूल तक पहुंचते-पहुंचते डाइप्राउट दर 5.2 प्रतिशत और सेकेंडरी स्तर पर 10.9 प्रतिशत तक पहुंच चुका है। यह सब तब-तब हो रहा है, जब हमारा देश सरकारी नई शिक्षा नीति लागू करने और शिक्षा को सुलभ बनाने का प्रयास कर रही है। मिडिल स्कूल तक पहुंचते-पहुंचते 25.1 करोड़ बच्चे दर्ज थे, वहीं 2023-24 में यह संख्या घटकर 24.80 करोड़ रह गई। यह गिरावट महज संख्या नहीं, बल्कि उन सपनों की टूटन है जो इन बच्चों ने देखे होंगे। सरकारों मुफ्त शिक्षा, मिड-डे मील, और यूनियनाम जैसी योजनाएं चला रही हैं, लेकिन ये योजनाएँ वंचित वर्ग के सपनों को स्कूल तक खींचने में कारगर नहीं हो पा रहे हैं।

एक तरफ डिजिटल इंडिया का नारा बुलंद किया जाता है और दूसरी तरफ देश के 53 फीसद स्कूलों में ही कंप्यूटर की सुविधा उपलब्ध है। इंटरनेट तो केवल 53 फीसद स्कूलों तक ही पहुंच पाया है। ऐसे में बच्चों को आधुनिक शिक्षा देने की बात करना मजाक जैसा लगता है। क्या हम यह उम्मीद कर सकते हैं कि दिन परिस्थितियों में हमारे बच्चे वैश्विक प्रतिस्पर्धा में टिक पाएंगे?

स्कूलों से डाइप्राउट का सबसे बड़ा कारण गरीबी है। हमारी बचत वाल श्रम करने को मजबूर हो, तो स्कूल जाने का सवाल ही कहाँ उठता है? यूनियनादी दांचे की कमी, अपर्याप्त शिक्षण स्टाफ और शिक्षा के प्रति जागरूकता का अभाव स्थिति को और बदतर बना देता है। आजादी 77 साल बाद भी स्कूलों में प्राथम्य सुविधाएं और गुणवत्तापूर्ण शिक्षा का अभाव होना हमारे विकास पर सवालिदा निरूपित लगाता है। सरकारों के प्रयास तो कर रहे हैं। मिड-डे मील योजना हो या मुफ्त पाठ्य पुस्तकें, इनसे कुछ हद तक राहत मिली है, लेकिन ये पर्याप्त नहीं है। यह समझना होगा कि शिक्षा केवल बच्चों का भविष्य नहीं, बल्कि पूरे देश की नींव है। यदि हम इसे प्राथमिकता नहीं देंगे, तो आने वाले समय में विकास के तमाम वादे सिर्फ ढकोसला बनकर रह जाएंगे। यह लोककथा हमें नित्य कमरे भर रहती की प्रेरणा देती है। अमीर हो या गरीब, राजा हो या किसान, सबके पास समय एह कराबर है। किसी के पास न ज्यादा है और न कम। अगर नियमितबद्ध काम करने की आदत डाल लें तो इस शारीरिक और मानसिक, दोनों स्तर पर स्वस्थ्य और प्रसन रहेंगे। अक्सर हम नियमित रूप से कोई काम नहीं कर ' पाते और जब उसमें असफल हो जाते हैं, तब नियति को सोसने लगते हैं। अधिकांश विद्यार्थियों का भी यही स्वभाव होता है। वे नित्य पढ़ाई नहीं करते। परीक्षा सिर पर आती है, तब दिन और रात पढ़ते हैं, जिससे वे मानसिक उद्देलन के शिकार होते हैं। एकाग्र भाव पढ़ नहीं पाते। परीक्षा की घबराहट उनकी स्मरण शक्ति को भी प्रभावित करने लगती है, जिससे वे वाछिन्न सफलता से दूर रह जाते हैं।

गांधीवादी विचारधारा में सत्याग्रह के सिद्धांत को अपनाया गया है। सत्याग्रह आंदोलन की उनकी शैली से अंग्रेज सरकार की झुकने को मजबूर हो गई थी। महात्मा गांधी ने सादा जीवन जीने और स्वरोजगार द्वारा आत्मनिर्भरता की राह चुनने पर बल दिया था। गोपाल कृष्ण गोखले भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के वरिष्ठ नेता और सर्वेंट्स ऑफ इंडियन सोसाइटी के संस्थापक थे और उन्हें महात्मा गांधी के गुरु के रूप में जाना जाता है।

आज भारत सहित दुनिया भर में शहीदी दिवस के रूप में मनाया जा रहा है। यह दिवस भारतीय स्वाधीनता के लिए महात्मा गांधी के अभूतपूर्व रणनीतिक प्रयासों, आंदोलनों के माध्यम से भारतीय जनमानस को एकजुट होने और उनके बलिदान की स्मृति में श्रद्धांजलि देने के दिन के रूप में भी अत्यधिक महत्व रखता है। आज का दिन अहिंसा, सत्य और न्याय के प्रति उन मूल्यों के महत्व को रेखांकित करता है, जिनका बावजूद भी नेतृत्व पर्यन्त बनाम किया था। इसके साथ ही 30 जनवरी का दिन उन शहीदों के सम्मान के रूप में भी मनाया जाता है जिन्होंने नए भारत के निर्माण के लिए अपना बलिदान दिया था। नवीन भारत के अस्तित्व को साकार रूप देने में गांधी जी की भूमिका और वैश्विक मंच पर उनका प्रभाव उन्हें भारतीय इतिहास में एक महान व्यक्तित्व बनाता है, जो अहिंसा, न्याय और स्वतंत्रता की खोज में नैतिक साहस और अहिंसक प्रतिक्रिया की शक्ति का प्रतीक भी है। भारत की स्वतंत्रता की लड़ाई में वे एक

प्रमुख शक्तिस्थित थे, जिन्होंने प्रतिरोध के शक्तिशाली साधनों के रूप में अहिंसा और सविनय अवज्ञा को केवल वकालत की थी, अपितु उसे मूर्त रूप भी दिया।

इतिहास गवाह है कि 1910 के दशक के प्रारंभ से 1947 तक का गांधीवादी कालखंड भारत के स्वतंत्रता संघर्ष में एक महत्वपूर्ण समय था। यह मोहनदास करमचंद गांधी के नेतृत्व और सिद्धांतों की विरासत थी, जिस संघर्ष से उन्हें महात्मा गांधी के नाम से जाना जाता है। यद्यपि मोहनदास करमचंद गांधी को 'महात्मा' की उपाधि बंगाली कवि, लेखक और दार्शनिक रवींद्रनाथ टैगोर ने दी थी। बापू जी ने जीवन भर जिन सिद्धांतों का पालन किया और सिखाया, उनमें अहिंसा, सत्य, ब्रह्मचर्य, अस्तेय, अपरिग्रह, शरीराश्रम, अस्वदा, अभय, सर्व-धर्म-समानत्व, स्वदेशी और असुरक्षात्मक निवारण प्रमुख हैं। जब बात गांधीवाद की आती है तो महात्मा गांधी के आदर्शों, विश्वासों एवं दर्शन से निकले विचारों के संग्रह को ही आदर्शवाद के नाम से जाना जाता है। गांधी जी एक उदारवादी व्यक्ति थे और सत्य बोलना, चोरी नहीं करना, दूसरे के दुःख में शामिल होना, दूसरों की सहायता एवं भलाई करना आदि मानवीय मूल्यों पर विश्वास करते थे। गांधी जी ने अपने पूरे जीवन में निस्वार्थ भावना, विनम्रता, सेवा, अहिंसा और सत्यता के शाश्वत मूल्यों को अपनाया और उन्हें जिया। गांधी जी की नेतृत्व शैली का मलब सत्ता पर काबिज होना नहीं था, बल्कि दूसरों को सशक्त बनाना और आगे बढ़ाना था। वे सर्वोदय में विश्वास रखते थे, जिसका अधिप्राय सभी का

उत्थान था और अक्सर वे समुदाय की भलाई को अपनी भलाई से ऊपर रखते थे। इसका एक उदाहरण 1947 में कलकत्ता में सांप्रदायिक हिंसा को रोकने के लिए एफिया गया उनका उपाय है। उनका दृढ़ विश्वास था कि अहिंसा सबसे बड़ा हथियार है और हमें अहिंसा की भावना को अवश्य समझना चाहिए और जहां तक संभव हो, हिंसा से दूर रहकर मानवता का पालन करना चाहिए। विद्यार्थियों के लिए उनकी सबसे बड़ी सीख थी कि 'जिएं इस तरह से जैसे कि आपको कल हो मर जाना है और सीखें इस तरह से जैसे आपको सदा जीवित रहना है।' गांधी जी ने अहिंसा को दुनिया की सबसे बड़ी ताकत माना और उनका मानना था कि अहिंसक व्यक्ति किसी को मानसिक या शारीरिक पीड़ा नहीं पहुंचा सकता है। जहां तक गांधीवाद, गांधी दर्शन अथवा गांधीवादी विचारधारा की बात है तो उसमें स्वराज, सांप्रदायिक सद्भाव और आत्मनिर्भरता को बहुत महत्व दिया गया है। गांधीवाद में राजनीतिक और आर्थिक शक्ति का विकेंद्रीकरण करना जरूरी माना गया है।

इसी तरह से गांधीवाद में स्वच्छता, पर्यावरण संरक्षण और जरूरत के मुताबिक उपभोग पर जोर दिया गया है। गांधी दर्शन में स्वदेशी और ग्रामीण अर्थव्यवस्था को बढ़ावा देने को प्राथमिकता दी गई है। गांधीवादी विचारधारा में सत्याग्रह के सिद्धांत को अपनाया गया है। सत्याग्रह आंदोलन की उनकी शैली से अंग्रेज सरकार भी झुकने को मजबूर हो गई थी। महात्मा गांधी ने सदा जीवित जीने और स्वरोजगार द्वारा आत्मनिर्भरता की राह चुनने पर

बल दिया था। गोपाल कृष्ण गोखले भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के वरिष्ठ नेता और सर्वेसर्पर ऑफ इंडियन सोसाइटी के संस्थापक थे और उन्हें महात्मा गांधी के गुरु के रूप में जाना जाता है। सैद्धांतिक रूप से गांधीजी भारत के विभाजन के खिलाफ थे क्योंकि इससे उनकी धार्मिक एकता की भावना के सिद्धांत को जोर पहुंचती थी। उन्होंने भारत के विभाजन के बारे में 6 अक्टूबर 1946 को अपने पत्र हरिजन में लिखा भी था कि मुस्लिम लीग द्वारा पाकिस्तान की मांग करना पूर्ण रूप से गैर-इस्लामी है एवं मुझे इसे पापपूर्ण मांग कहते हुए भी कोई संकोच नहीं है क्योंकि इस्लाम पूरी मानवता के भाई-भारत एवं एकता का पक्षधर रहा है।

इसलिए जो भारत के टुकड़े करके दो धर्मों के लोगों को आपस में लड़ाना चाहते हैं, वे सही मायनों में न सिर्फ भारत, बल्कि इस्लाम के भी दुश्मन हैं। चाहे वे मेरे टुकड़े टुकड़े की हों क्यों न कर दें, लेकिन वे मुझे किसी गलत चीज को सही मानने के लिए मजबूर नहीं कर सकते हैं। बापू जी भले ही आज हमारे बर्बर चर्च का लक्ष्य हैं, लेकिन उनके विचार आज भी हमारे दिलों-दिमाग में बसे हुए हैं। हमारी युवा पीढ़ी को भी चाहिए कि वे महात्मा गांधी के विचारों और उनके नेतृत्व गुणों के बारे में स्वयं अध्ययन करें और फिर उनके बारे में अपने जहन में कोई राय बनाएं, किन्हाट्सएप की दुनिया की सुनी सुनाई झूठी बातों के प्रभाव में आकर दुश्चारा का हिस्सा बनें। जरूरत इस बात की भी है कि प्रत्येक भारतवासी उनके बताए मार्ग एवं सिद्धांतों का अनुसरण करें, अनुपालन करें और संदेव उनके बलिदान को याद रखे।

जीवन के 20 मिनट छीन रही एक सिगरेट

विजय गर्ग

आप जानते हैं कि महज एक सिगरेट, धूम्रपान करने वालों के जीवन के 20 मिनट छीन सकती है ? बात होन वाली है जीवा, लेकिन सच है । यूनिवर्सिटी ऑफ कालेज लंदन से जुड़े वैज्ञानिकों ने शोध में पाया है कि एक सिगरेट धूम्रपान करने वाले व्यक्ति के जीवनकाल को करीब 20 मिनट तक कम कर सकती है । इस अध्ययन के नतीजे जर्नल एडिक्शन में प्रकाशित हुए हैं । इस अध्ययन में 10,000 धूम्रपान करने वाले लोगों के जीवनकाल की जांच की है ।

शोध में सामने आया है कि धूम्रपान स्वास्थ्य के लिए एक गंभीर खतरा है । हालांकि यह एक ऐसा खतरा है जिसे टाला जा सकता है । लेकिन इसके बावजूद हर साल दुनिया में लाखों लोगों को जान धूम्रपान की वजह से जा रही है । वैश्विक स्तर पर रखें तो तंबाकू हर चार सेकंड में एक जिंदगी को लाल रहा है । इसका मतलब यह रहा साल होने वाली 87 लाख मौतों के लिए कहीं न कहीं तंबाकू जिम्मेदार है । शिबंडना देखिए कि इन में से 13 लाख लोग

वै है जो न चाहत हुए भी दूसरों द्वारा किए धूम्रपान के कारण बिना हुए धुंआं शिंकार बन जाते हैं।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के मुताबिक दुनिया भर में 130 करोड़ लोग किस्म न किस्मो रूप में तंबाकू का सेवन कर रहे हैं। इनमें से 80 फीसदी निम्न और मध्यम आय वाले देशों में रह रहे हैं। सिर्फ ब्रिटेन से जुड़े आंकड़ों पर नजर डालें तो वहां 65 लाख से अधिक लोग नती भी धूम्रपान करते हैं। ऐसे में इस तरह अध्ययन में यूनिवर्सिटी ऑफ लंदन से जुड़े शोधकर्ताओं ने लोगों के धूम्रपान छोड़ने के लिए प्रोत्साहित करने के वास्ते एक सिगरेट से होतों वाले नुकसान को उजागर किया है। अपने अध्ययन में शोधकर्ताओं ने पुरुषों के लिए ब्रिटिश डाक्टर स्टडी का उपयोग करने के लिए फिलियन स्मूमन स्टडी के आंकड़ों का उपयोग किया है ताकि यह समझना स्यान स्टडी का सके कि धूम्रपान से उध पर क्या प्रभाव पड़ता है।

इस अध्ययन के जो नतीजे सामने आए हैं, उनसे पता चला है कि लंबे समय तक धूम्रपान करने वाले पुरुषों में महज एक सिगरेट पीने से जीवन प्रत्याशा 17 मिनट घट

जाती है। वहीं महिलाओं में इसकी वजह से जीवन के 22 मिन्ट कम हो जाते हैं।

उन्होंने यह भी पाया है कि दोनों स्रोतों से प्राप्त आंकड़े पिछले एक शताब्दी की भी पुष्टि करते हैं। गौरलब है कि इन निष्कर्षों में दर्शाया गया है कि धूम्रपान से होने वाला नुकसान समय के साथ बढ़ जाता है। वहीं धूम्रपान छोड़ने से होने वाले लाभ स्वास्थ्य की मौजूदा स्थिति, आयु और एक व्यक्ति हर दिन कितनी सिगरेट पीता है, जैसे कारकों पर निर्भर करते हैं।

एक अन्य अध्ययन से पता चला है कि धूम्रपान करने से मस्तिष्क सिकुड सकता है। अध्ययन के मुताबिक धूम्रपान की लत दिमाग को समय से पहले बूढ़ा बना सकती है। इसी तरह एक दूसरे अध्ययन से पता चला है कि धूम्रपान न करने वालों की तुलना में इसकी लत का शिकार लोगों को अपनी याददाश्त, सोचने-समझने, बोलने, सीखने और निर्णय लेने जैसे दिमागी कौशल में 85 फीसदी से अधिक की गिरावट का सामना करना पड़ सकता है।



रेल और आम बजट को क्यों किया गया मर्ज, इससे क्या फायदा हुआ?



परिवहन विशेष न्यूज

रेल बजट का विलय 2017 से पहले रेल बजट और आम बजट को अलग-अलग पेश करने की परंपरा थी। यह सिलसिला 1924 से चला आ रहा था। लेकिन सरकार को समय के साथ रेलवे से फायदा की जगह नुकसान होने लगा। ऐसे में रेल बजट को अलग से पेश करने की परंपरा खत्म करने जरूरत महसूस हुई। सरकार ने 2017 में रेल बजट को आम बजट में मर्ज भी कर दिया।

नई दिल्ली। एक वक्त था, जब आम बजट और रेल बजट अलग-अलग पेश होते थे। रेल बजट की अहमियत भी काफी ज्यादा थी, क्योंकि रेलवे सरकार के लिए राजस्व का बड़ा स्रोत थी। इसमें नई ट्रेन चलाने और पटरियां बिछाने जैसे एलान होते थे। अगर रेल किराये में कमी या इजाफा करना होता था, तो उसकी घोषणा भी रेल बजट में भी होती थी। लेकिन, साल 2017 से यूनियन बजट और रेल बजट को एक ही में मर्ज (Railway Budget Merged) कर दिया

सरकार के पास 1 लाख करोड़ की राहत देने का मौका; इनकम टैक्स छूट मिलेगी या रोजगार पर होगा फोकस?

वित्तीय जानकारों के मुताबिक राजकोषीय घाटे के साथ पूंजीगत खर्च में कमी से सरकार के पास एक लाख करोड़ रुपये तक की वित्तीय गुंजाइश है। इससे सरकार इनकम टैक्स की नई व्यवस्था के तहत स्टैंडर्ड डिडक्शन की छूट की सीमा बढ़ा सकती है। गरीब व किसान से जुड़ी पीएम-किसान मनरेगा जैसी स्कीम के तहत भी आवंटन में बढ़ोतरी की जा सकती है ताकि खपत बढ़ाई जा सके।

नई दिल्ली। चालू वित्त वर्ष 2024-25 में राजकोषीय घाटे में कमी और अनुमान से कम पूंजीगत खर्च के रहने से आगामी बजट में सरकार के पास लोगों को एक लाख करोड़ तक की राहत देने की गुंजाइश दिख रही है। यह राहत इनकम टैक्स में छूट से लेकर रोजगार से जुड़ी स्कीम में दी जा सकती है। एक फरवरी को आगामी वित्त वर्ष 2025-26 के लिए वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण बजट पेश करंगी।

चालू वित्त वर्ष में पूंजीगत खर्च के मद में बजट में 11.11 लाख करोड़ रुपए का आवंटन किया गया था, लेकिन इस साल अप्रैल से नवंबर तक इस आवंटन का 46 प्रतिशत ही खर्च

विदेश में क्रिटिकल मिनरल माइंस की खरीद बढ़ाएंगी भारतीय कंपनियां, चीन के दबदबे को मिलेगी चुनौती

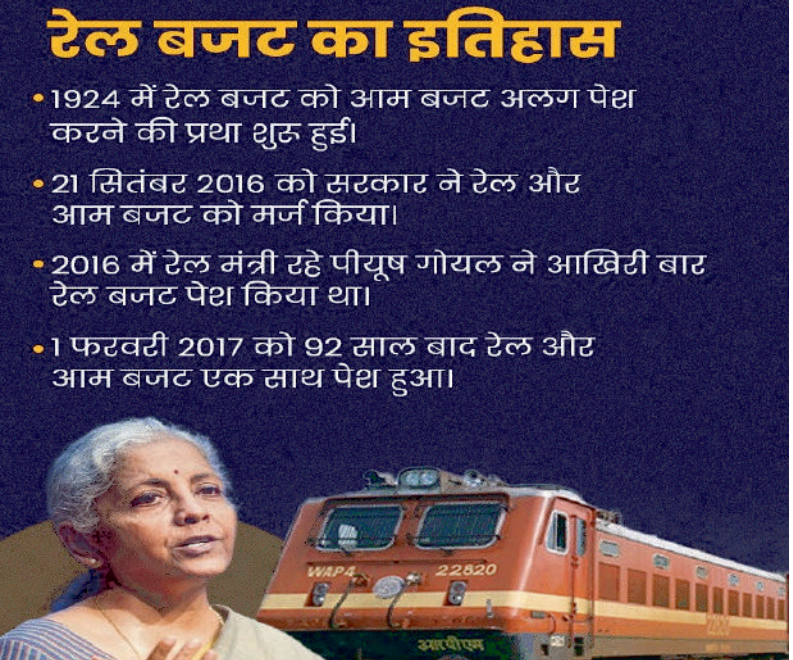
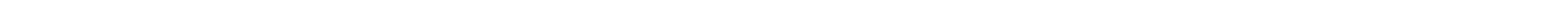
परिवहन विशेष न्यूज

केंद्र सरकार ने पहले 24 तरह के खनिजों को क्रिटिकल मिनरल्स घोषित कर रखा है। इसमें ग्रेफाइट लिथियम निकल नाओबियम गैलियम कोबाल्ट केडीमियम जैसे खनिज हैं। इनमें से कुछ खनिजों के भंडार भारत में हैं जबकि कई सिर्फ विदेशों में पाये जाते हैं। चीन कई वर्षों से अफ्रीका से लेकर दक्षिण अमेरिकी महादेश के देशों इस तरह के खनिज भंडारों का अधिग्रहण कर रहा है।

नई दिल्ली। केंद्र सरकार ने प्रौद्योगिक आधारित उद्योगों जैसे इलेक्ट्रिक वाहनों, सोलर पैनल्स, सेमीकंडक्टर, कंप्यूटिंग आदि में बहुमूल्य धातुओं (क्रिटिकल मिनरल्स) की जरूरत को देखते हुए 16,300 करोड़ रुपये के राष्ट्रीय क्रिटिकल मिनरल्स मिशन (एनसीसीएम) को मंजूरी दी है। इस मिशन के गठन की घोषणा जुलाई, 2024 में आम बजट में की गई थी।

पीएम नरेंद्र मोदी की अध्यक्षता में केंद्रीय मंत्रिमंडल की बैठक में मिशन के गठन का फैसला किया गया जिसका भारत को विकसित राष्ट्र बनाने की कोशिश में अहम योगदान हो सकता है। यह मिशन देश की सरकारी व निजी कंपनियों को बहुमूल्य धातुओं से संपन्न देशों में इनके खानों को खरीदने या अधिग्रहण करने में आर्थिक व दूसरी मदद देगा। अभी इन धातुओं के खदानों के अधिग्रहण के मामले में चीन वैश्विक लीडर है। भारत इस बारे में अमेरिका, आस्ट्रेलिया समेत कई दूसरे देशों के साथ सहयोग स्थापित कर रहा है।

6 साल तक चलेगा मिशन



रेल बजट का इतिहास

- 1924 में रेल बजट को आम बजट अलग पेश करने की प्रथा शुरू हुई।
- 21 सितंबर 2016 को सरकार ने रेल और आम बजट को मर्ज किया।
- 2016 में रेल मंत्री रहे पीयूष गोयल ने आखिरी बार रेल बजट पेश किया था।
- 1 फरवरी 2017 को 92 साल बाद रेल और आम बजट एक साथ पेश हुआ।

रेलवे के संचालन से नुकसान तक भी होने लगा। 1970 के दशक तक रेलवे बजट का कुल राजस्व में योगदान 30 फीसदी तक था। लेकिन, 2015-16 तक यह घटकर 11.5 प्रतिशत पर आ गया। ऐसे में कई एक्सपर्ट के साथ सरकारी थिंक टैंक नीति आयोग ने भी रेल बजट को अलग से पेश करने की परंपरा खत्म करने का सुझाव दिया, जिसे सरकार ने 2016 में मान भी लिया।

रेल और आम बजट का विलय कब हुआ ?

केंद्र सरकार ने 21 सितंबर 2016 को रेल बजट को आम बजट के साथ मर्ज करने की मंजूरी दे दी। दिवंगत अरुण जेटली उस समय वित्त मंत्री थे। उन्होंने 1 फरवरी, 2017 को आजाद भारत का

पहला संयुक्त बजट पेश किया, जिसमें रेल और आम बजट एक साथ शामिल थे। इस तरह रेल बजट को अलग पेश करने की 92 साल पुरानी प्रथा खत्म हो गई।

रेल बजट को आम बजट में मर्ज करने से सरकार का काफी समय बचने लगा, जो इसकी तैयारी और संसद में चर्चा पर लगता था। इससे रेलवे को भी फायदा हुआ, क्योंकि उसे सरकार को डिबिडेंड देने की जरूरत खत्म हो गई। इस बदलाव के बाद रेलवे अपनी जरूरतों को ज्यादा बेहतर तरीके से मैनेज करने लगी। साथ ही, रेल बजट में लोकलुभावन योजनाओं का एलान भी रुक गया, जो कई बार अर्थव्यवस्था के लिए नुकसानदेह होता था।

परिवहन विशेष न्यूज

प्रयागराज के लिए हवाई टिकटों की मांग काफी ज्यादा बढ़ गई है क्योंकि अधिक से अधिक श्रद्धालु महाकुंभ का हिस्सा बनना चाहते हैं। हालांकि अभी एयरलाइंस के पास डिमांड के मुकाबले काफी कम प्लाइट और सीटें उपलब्ध हैं। इसलिए विमानन कंपनियों ने हवाई किराया बढ़ा दिया है। इस पर सरकार ने चिंता जताई है। उसने विमानन रेगुलेटर DGCA से किराया कम कराने के लिए कहा है।

नई दिल्ली। महाकुंभ के लिए प्रयागराज जाने वाले श्रद्धालुओं की संख्या काफी ज्यादा बढ़ गई है। इनमें से बहुत-से श्रद्धालु हवाई रास्ते से जा रहे हैं। इस बढ़ी डिमांड का फायदा उठाने के लिए विमानन कंपनियों ने हवाई किराये में इजाफा कर दिया है। इस पर सरकार ने चिंता जताई है। प्रयागराज में 26 फरवरी तक महाकुंभ मेला रहेगा।

उपभोक्ता मामलों के मंत्री प्रह्लाद जोशी ने प्रयागराज के लिए 'अत्यधिक' हवाई किराये पर चिंता जताई है। उन्होंने किराये में कमी करने की मांग करते हुए विमानन नियामक डीजीसीए को पत्र लिखा है। जोशी ने सोशल मीडिया पोस्ट में कहा, 'प्रयागराज के लिए

हवाई किराया काफी अधिक है। इससे श्रद्धालुओं के लिए 'महाकुंभ में भाग लेना मुश्किल हो रहा है।' प्रयागराज के लिए कितना बढ़ा हवाई किराया ?

इस महीने की शुरुआत में ट्रैवल पोर्टल ixigo ने कहा कि प्रयागराज के लिए उड़ानों की बुकिंग के साथ-साथ हवाई किराए में भी कई गुना वृद्धि हुई है। इसकी वजह महाकुंभ के लिए प्रयागराज का सफर करने वाले श्रद्धालुओं की बढ़ी संख्या है। दिल्ली-प्रयागराज उड़ानों के लिए हवाई टिकट की

कीमतें 21 प्रतिशत तक बढ़ गई हैं। नागरिक विमानन मंत्रालय का क्या कहना है ? नागरिक विमानन मंत्रालय ने प्रयागराज के लिए बढ़े हवाई किराये मामले में दखल दिया है। उसने सोमवार (27 जनवरी) को कहा था कि हवाई किराए को तर्कसंगत बनाने के लिए कदम उठाए जा रहे हैं। डीजीसीए के अधिकारियों ने पिछले हफ्ते एयरलाइन प्रतिनिधियों के साथ मीटिंग की थी। इसमें उनसे अधिक उड़ानें जोड़ने और टिकट की कीमतों को तर्कसंगत बनाने की अपील की

गई थी। **कौन घटाता-बढ़ाता है हवाई किराया ?** मौजूदा नियमों के तहत विमानन कंपनियां हवाई किराये को खुद तय करती हैं। इस पर सरकार नियंत्रण नहीं होता है। हालांकि, सरकार किराये में ज्यादा बढ़ोतरी होने पर विमान कंपनियों को किराया घटाने की सलाह दे देती है। पिछले साल दीवाली के समय भी एयरलाइंस ने हवाई किराया काफी बढ़ा दिया था। उस वक्त एविएशन मिनिस्टर राम मोहन नायडू ने कंपनियों से किराया घटाने को कहा था। हालांकि, कंपनियां सरकार की सलाह मानने के लिए बाध्य नहीं हैं।

प्रयागराज के लिए कितनी उड़ानें चल रही हैं ? प्रयागराज के लिए फिलहाल लगभग 80,000 मासिक सीटों के साथ 132 उड़ानें संचालित हो रही हैं। यह पिछले महीने आठ की तुलना में अब 17 शहरों से सीधे जुड़ा हुआ है। हालांकि, प्रयागराज के लिए हवाई टिकटों की मांग काफी ज्यादा बढ़ गई है, क्योंकि अधिक से अधिक श्रद्धालु महाकुंभ का हिस्सा बनना चाहते हैं। हालांकि, अभी एयरलाइंस के पास डिमांड के मुकाबले काफी कम प्लाइट और सीटें उपलब्ध हैं।

कर्मचारियों का हौसला बढ़ाने वाली पहल है। इससे वे और बेहतर करने के लिए प्रेरित होंगे।' एक अन्य ने कहा, 'मेरी हमेशा से ऐसे ही बोनस पाने की हसरत थी, लेकिन अफसोस यह किसी और कंपनी में सच हो रही है।' एक यूजर ने बोनस बांटने के तरीके की आलोचना की। उसने लिखा, 'यह अपमानजनक है। आपने बोनस बांटने को एकदम सर्कस बना दिया। इससे अच्छा होता आप पैसों को सीधे वर्कर्स के अकाउंट में जमा करते।' एक यूजर ने कमेंट किया, 'क्या ये स्कैंडल गेम है ? स्कैंडल गेम एक चर्चित साउथ कोरियाई वेब सीरीज है। इसकी कहानी पैसों को लेकर चलने वाले एक गेम के इर्द-गिर्द घूमती है।

बोनस के लिए मशहूर है हेनान

यह पहली बार नहीं था, जब हेनान माइनिंग क्रेन कंपनी ने अपने दरियादिल बोनस के लिए सुर्खियों में आई है। कंपनी ने 2023 में भी अपने सालाना डिनर के दौरान अपने कर्मचारियों को बड़ी मात्रा में केश दिया था। इससे कर्मचारियों को शानदार तरीके से इनाम देने वाली कंपनी के रूप में इसकी प्रतिष्ठा मजबूत हो रही है।

मोदी सरकार ने हेवी मोलासीस का खरीद मूल्य बढ़ाया, क्या किसानों को होगा फायदा?



परिवहन विशेष न्यूज

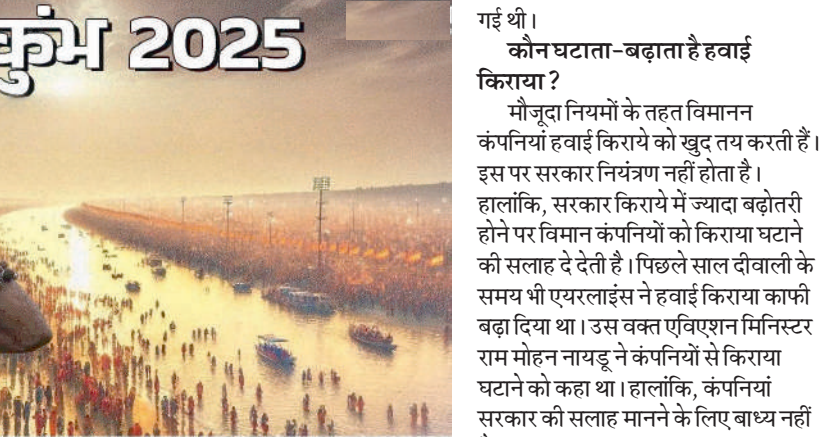
सरकार ने पिछले इथेनॉल सप्लाई वर्ष में इथेनॉल की खरीद के लिए किसानों को 40 हजार करोड़ रुपये का भुगतान किया है। इथेनॉल मिश्रण करने से देश को वर्ष 2014-15 से वर्ष 2023-24 तक 113000 करोड़ रुपये की विदेशी मुद्रा की बचत की गई है। इससे देश के पर्यावरण में 578 लाख मेट्रिक टन कार्बन उत्सर्जन को रोकने में मदद मिली है।

नई दिल्ली। पीएम नरेंद्र मोदी की अध्यक्षता में आर्थिक मामलों की मंत्रिमंडलीय समिति (सीसीए) ने बुधवार को अपनी बैठक में पेट्रोल में इथेनॉल मिलाने के लिए खरीद की जाने वाली हेवी मोलासीस की खरीद मूल्य को 56.58 रुपये प्रति लीटर से बढ़ा कर 57.97 रुपये प्रति लीटर कर दिया है।

हेवी मोलासीस (Heavy Molasses) की दो श्रेणियाँ हैं, सी और बी। खरीद कीमत सिर्फ सी श्रेणी को मोलासीस की बढ़ाई गई है। बी श्रेणी की हेवी मोलासीस और गन्ने के जूस, चीनी या शुगर सिरप की खरीद की कीमत क्रमशः 60.73 रुपये प्रति

प्रयागराज के लिए अब मिलेगा सस्ता हवाई टिकट? सरकार बोली - किराया घटाएं एयरलाइंस

महाकुंभ 2025



हवाई किराया काफी अधिक है। इससे श्रद्धालुओं के लिए 'महाकुंभ में भाग लेना मुश्किल हो रहा है।' प्रयागराज के लिए कितना बढ़ा हवाई किराया ? इस महीने की शुरुआत में ट्रैवल पोर्टल ixigo ने कहा कि प्रयागराज के लिए उड़ानों की बुकिंग के साथ-साथ हवाई किराए में भी कई गुना वृद्धि हुई है। इसकी वजह महाकुंभ के लिए प्रयागराज का सफर करने वाले श्रद्धालुओं की बढ़ी संख्या है। दिल्ली-प्रयागराज उड़ानों के लिए हवाई टिकट की

'जितना गिन सको, उतना ले जाओ', चीन की इस कंपनी ने गजब तरीके से बांटा बोनस



परिवहन विशेष न्यूज

चीनी फर्म चीन की हेनान माइनिंग क्रेन द्वारा अनुदी बोनस योजना ने अपने कर्मचारियों को साल के आखिर का बोनस दिया है। उसने मेज पर ढेर सारा कैश रखा और फिर कर्मचारियों से कहा गया कि वे जितना पैसे गिन लेंगे उतना घर ले जा सकेंगे। कंपनी ने कर्मचारियों को अधिकतम 15 मिनट का समय दिया।

सोशल मीडिया पर वीडियो वायरल

इस अनोखे बोनस के वीडियो को सबसे पहले चीन की Douyin और Weibo जैसी सोशल मीडिया साइट्स पर शेयर किया गया। वहां वायरल होने के बाद यह ग्लोबल सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर भी छा गया। इस वायरल क्लिप में एक बड़ी सी टेबल पर ढेर सारे पैसे रखे हुए थे। कर्मचारी जितना हो सके, उतना पैसा उठाते नजर आ रहे थे। एक कर्मचारी ने कथित तौर पर तय समय में 100,000 युआन यानी करीब 12.07 लाख रुपये जमा किए।

सोशल मीडिया यूजर के रिएक्शन

Henan Mining के बोनस बांटने के तरीके पर सोशल मीडिया यूजर अलग-अलग प्रतिक्रिया दे रहे हैं। कुछ ने इस पर खुशी और हैरानी जताई। उन्होंने कंपनी की दरियादिली की भी तारीफ की। वहीं, कुछ अन्य इस कॉन्सेप्ट की आलोचना की और इसे अपमानजनक भी बताया। एक यूजर ने लिखा, 'यह असल में

भारतीय अर्थव्यवस्था की रीढ़ है गौवंश !

हाल ही में उत्तर प्रदेश के प्रयागराज में महाकुंभ मेला के दौरान मौनी अमावस्या के दिन मची भगदड़ में 30 लोगों की मौत हो गई। वहीं, इस दर्दनाक हादसे में 90 लोग घायल हो गए। दरअसल, संगम तट से पहले बने द्वार के पास रात करीब 1 बजे भगदड़ की स्थिति बनी। वास्तव में, कई श्रद्धालुओं की मौत और घायल होने से यकायक मेला स्थल पर अफरातफरी मच गई। हालांकि, पुलिस, प्रशासन, आपदा प्रबंधन की टीम ने तत्परता दिखाते हुए राहत और बचाव कार्य शुरू कर दिया और स्थिति नियंत्रण में बताई जा रही है, लेकिन जो हुआ है वह बहुत ही दुखद है। पाठकों को जानकारी देना चाहूंगा कि हाल ही में 28 अक्टूबर को दक्षिण कोरिया के सियोल के इटावन में हैलोवीन कार्यक्रम के दौरान 150 से अधिक लोगों की मौत हो गई थी और 2 अक्टूबर को इंडोनेशिया के मलंग में एक फुटबॉल मैच के बाद 130 से अधिक लोगों की मौत का कारण भी भगदड़ से पता चलता है कि भगदड़ कितनी खतरनाक होती है। वास्तव में किसी भगदड़ में मौत का सबसे आम कारण कंप्रेसिव एस्त्रिक्सिया को माना जाता है, जो एक खतरनाक स्थिति है, यह तब होती है जब शरीर पर बाहरी दबाव के कारण सांस लेना बंद हो जाता है। पाठकों को जानकारी के लिए बताता चलूँ कि महाकुंभ में स्नान के लिए 45 घाट बनाए गए हैं, लेकिन लोग मुख्य संगम पर ही स्नान करने की जिद करते लगे, जिससे भीड़ एक दूसरे को धक्का देते हुए आगे बढ़ने लगी और भीड़ को नियंत्रित करने के लिए लगे हुए बैरिकेटिंग टूटने लगे। बताया जा रहा है कुछ महिलाओं का दम घुटने लगा और वह नीचे गिरने लगी, जिससे भगदड़ और बढ़ गई और चीख पुकार मचने लगी। घटनास्थल का वह मंजर बड़ा ही भयावह था। वास्तव में, भगदड़ भीड़ प्रबंधन की असफलता या अभाव की स्थिति में पैदा हुई मानव निर्मित आपदा है। अक्सर भगदड़ किसी अफवाह के कारण पैदा होती है और भगदड़ में लोग दिशाहीन होकर इधर-उधर भगाने लगते हैं, जिसके परिणामस्वरूप दम घुटने व कुचलने से चोटिल होने एवं मृत्यु की घटनाएँ होती हैं। अक्सर भगदड़ मचने

के पीछे जो कारण निहित होते हैं उनमें क्रमशः मनोरंजन कार्यक्रम, एस्केलेटर और मूविंग वॉकवे, खाद्य वितरण, जुलूस, प्राकृतिक आपदाएँ, धार्मिक आयोजन, धार्मिक / अन्य आयोजनों के दौरान आग लगने की घटनाएँ, दंगे, खेल आयोजन, मौसम संबंधी घटनाएँ आदि शामिल होते हैं। बैरिकेड्स, अवरोध, अस्थायी पुल, अस्थायी संरचनाएँ और पुल की रेलिंग का गिरना, दुर्गम क्षेत्र (पहाड़ियों की चोटी पर स्थित धार्मिक स्थल जो पहुँचना मुश्किल है), फिसलन युक्त या कीचड़ युक्त मार्ग, संकरी गलियाँ एवं संकरी सीढ़ियाँ, खराब सुरक्षा रेलिंग, कम रोशनी वाली सीढ़ियाँ, बिना खिड़की वाली संरचना, संकीर्ण एवं बहुत कम प्रवेश या निकास स्थान, आपातकालीन निकास का अभाव भी बहुत बार भगदड़ के कारण बन सकते हैं। अप्रभावी भीड़ प्रबंधन तो भगदड़ मचने का कारण है ही। बहुत बार यह देखा जाता है कि किसी एक प्रमुख निकास मार्ग पर ही लोगों की निर्भरता होती है, जो भगदड़ का कारण बन जाती है। आज अक्सर यह भी देखने को मिलता है कि किसी कार्यक्रम विशेष के लिए क्षमता से अधिक लोगों को अनुमति दे दी जाती है। बहुत से स्थानों पर उचित सार्वजनिक संबोधन प्रणाली का भी अभाव होता है, जिससे सूचना देने में दिक्कत आती है। भीड़ अनेक बार गैर-जिम्मेदारा व्यवहार अपनाती है और सुरक्षा नियमों का ठीक से पालन नहीं करती है। आग या बिजली का प्रसार भी अनेक अपनाती है और सुरक्षा तर्जों कि भगदड़ आदि के समय सुरक्षा उपायों को तुरंत किया जा सके। सीसीटीवी, आधुनिक तकनीक को भी इस्तेमाल में लाया जा सकता है पुलिस प्रशासन, अग्निशमन सेवा, चिकित्सा सेवा एजेंसियों और आयोजक प्रबंधन के



बीच समन्वय होना भी बहुत ही जरूरी और आवश्यक है। संचार व्यवस्थाएँ भी अच्छी और सुदृढ़ होनी चाहिए। भगदड़ से बचने के लिए भगदड़ वाले स्थानों पर आगमन एवं निकास की समुचित व्यवस्था (पुरुष एवं महिलाओं के लिए अलग-अलग) यथा बैरिकेडिंग की व्यवस्था होनी चाहिए। चिकित्सा दल एवं एम्बुलेंस की पर्याप्त व्यवस्था, बिजली के तारों एवं उपकरणों में सुरक्षा के पूर्ण उपायों की व्यवस्था, पार्किंग की समुचित एवं सुचारु व्यवस्था, नियंत्रण कक्ष, पर्याप्त रोशनी, वॉच टावर की व्यवस्था होनी चाहिए। इतना ही नहीं उपहार, भोजन, प्रसाद, कंबल आदि मुफ्त वितरण के दौरान भगदड़ रोकने की व्यवस्था की जाए एवं अधिक भीड़ होने पर सामग्री के वितरण पर प्रतिबंध लगाने हेतु आयोजकों को पर्याप्त निर्देश दिए जाने चाहिए। किसी भी स्थान पर अनावश्यक रूप से एक स्थान पर भीड़ नहीं लगानी चाहिए। छोटे बच्चों, महिलाओं, बीमारों या वृद्धों को मेले में ले जाते समय उनकी जेब में (या गले में लॉकेट की तरह) घर का पता और फोन नम्बर साथ रखा जाना चाहिए। भगदड़ के समय संयम पूर्ण व्यवहार करना चाहिए और घबराना नहीं चाहिए। किसी भी आपात स्थिति में तत्काल नियंत्रण कक्ष में संपर्क स्थापित करने के प्रयास किए जाने चाहिए। भीड़ वाले स्थान पर किसी भी प्रकार के पटाखे/ज्वलनशील पदार्थ नहीं ले जाना चाहिए तथा धूम्रपान नहीं करना चाहिए। प्रशासन की ओर से की जाने वाली घोषणाओं को ध्यान से सुनना चाहिए और उसके अनुसार व्यवहार करना चाहिए। यदि भीड़ में फंस जाएं तो किनारा ढूँढना चाहिए और किसी दीवार और पोल के सहारे खड़े हो जाना चाहिए। ऐसी स्थिति में भीड़ में फंसने का डर कम रहता है। सीनें और लेंस को दबने से बचना चाहिए। इमरजेंसी नंबर भी हर किसी के पास होने बहुत ही जरूरी है। यदि हम इन एहतियाती उपायों को अपनाएं तो भगदड़ से बचा जा सकता है।

—सुनील कुमार महला

प्रयागराज भगदड़: प्रशासनिक लापरवाही या भक्तों का उन्माद

एक पौराणिक शहर की सीमाओं पर विचार करना चाहिए, जिसे अपनी धार्मिक विरासत को बनाए रखते हुए आठ करोड़ लोगों की सुरक्षा सुनिश्चित करने का काम सौंपा गया है। दस लोगों के लिए डिज़ाइन की गई जगह में सी लोग कैसे रह सकते हैं? यह विचार करने के लिए एक महत्वपूर्ण मुद्दा है। इसके अलावा, वीवीआईपी संस्कृति और सरकार के मुनाफे की खोज, जिसमें राजस्व के लिए हर उपलब्ध भूमि को पट्टे पर देना और बिचौलियों को शामिल करना शामिल है, के बीच का संबंध मामले को और जटिल बनाता है। यह धार्मिक भक्ति का मामला है, प्रतिस्पर्धा या उन्माद का नहीं।

—प्रियंका सौरभ

प्रयागराज में हुई भगदड़ के बारे में सुनना दुर्भाग्यपूर्ण है, जिसके परिणामस्वरूप कई लोगों की जान चली गई। यह घटना निस्संदेह विभिन्न मीडिया प्लेटफॉर्म पर व्यापक चर्चाओं को जन्म देगी। विपक्ष आलोचना करेगा, जबकि सरकार अपने कार्यों को सही ठहराने का प्रयास करेगी, लेकिन जो लोग मर चुके हैं उन्हें वापस नहीं लाया जा सकता। ऐसा पहली बार नहीं हुआ है। प्रयागराज में संगम तट पर वर्ष 2013 के कुंभ मेले के दौरान 10 फरवरी दिन रविवार को मौनी अमावस्या का स्नान था। कुचलने और गिरने से 35 लोगों की मौत हो गई थी। जबकि दर्जनों लोग घायल हुए थे। जिनका अस्पताल में कई दिनों तक इलाज चला था। 1954 में मौनी अमावस्या के दिन नेहरू जी ने संगम में स्नान किया, जो इस मेले का मुख्य आकर्षण था। इस कुंभ मेले के दौरान एक दर्दनाक हादसा भी हुआ। मौनी अमावस्या के स्नान के समय, एक हाथी नियंत्रण से बाहर हो गया और भगदड़ मच गई। इस दुर्घटना में करीब 500 लोग मारे गए।

भगदड़ के बाद भीड़ को नियंत्रित करने और सूचना देने के लिए लाउडस्पीकर्स का इस्तेमाल किया गया। इसके अलावा, रात के समय मेले में

रोशनी के लिए 1000 से अधिक स्ट्रीट लाइट्स लगाई गई थीं। इस घटना ने पूरे देश को झकझोर कर रख दिया। इसके बाद, कुंभ मेले में हाथियों के उपयोग पर हमेशा के लिए रोक लगा दी गई। अपने घर में छोटा-सा कार्यक्रम करिए उसको संकुशल संपन्न कराने में हवा निकल जाती है यहाँ तो पूरा विश्व आया हुआ है करोड़ों की संख्या में। एक पौराणिक शहर की सीमाओं पर विचार करना चाहिए, जिसे अपनी धार्मिक विरासत को बनाए रखते हुए आठ करोड़ लोगों की सुरक्षा सुनिश्चित करने का काम सौंपा गया है। दस लोगों के लिए डिज़ाइन की गई जगह में सी लोग कैसे रह सकते हैं? यह विचार करने के लिए एक महत्वपूर्ण मुद्दा है। इसके अलावा, वीवीआईपी संस्कृति और सरकार के मुनाफे की खोज, जिसमें राजस्व के लिए हर उपलब्ध भूमि को पट्टे पर देना और बिचौलियों को शामिल करना शामिल है, के बीच का संबंध मामले को और जटिल बनाता है। यह धार्मिक भक्ति का मामला है, प्रतिस्पर्धा या उन्माद का नहीं।

कुछ लोग इसे प्रशासन की नाकामी बता रहे हैं। लिखना और आलोचना करना बहुत आसान है लेकिन जहाँ पर लाखों, करोड़ों लोगों की भीड़ हो और उसमें भी बहुत बड़ी संख्या में बुजुर्ग। घाटों पर जहाँ बड़ी संख्या में श्रद्धालु स्नान कर रहे हो, बड़ी संख्या में श्रद्धालु स्नान करके बाहर निकल रहे हो और बड़ी संख्या में श्रद्धालु संगम स्नान करने जा रहे हों। हादसे की संभावना बनी रहती है और अफ़सोस हादसा हो ही गया। हमेशा याद रखें। प्रशासन एक-एक का हाथ पड़कर स्नान नहीं करवा सकता। हादसा कहीं भी हो सकता है। ना इसमें पूरा प्रशासन का दोष है और ना ही इसे विपक्ष की साक्षिण कहा जा सकता है। यह महज एक हादसा है। हादसे के बाद पूरे संगम क्षेत्र में स्थिति बिलकुल सामान्य है लेकिन मीडिया अपने टीआरपी के लिए सनसनी पैदा कर रहा है। जबकि मीडिया की जिम्मेवारी है कि वह घटना (भगदड़) की वजह की रिपोर्टिंग पर करें। इसके अतिरिक्त लोग महाकुम्भ में जिस श्रद्धा

कर्मव्योबध भी रहे। सरकार के नियम, अनुशासन, चेतावनी का उसी आस्था से पालन करें। जब अयोध्या और काशी में आशातीत भीड़ हो गई है तो प्रयागराज में महाकुंभ में सम्मिलित श्रद्धालुओं की संख्या का अनुमान भी नहीं किया जा सकता। सभी लोग त्रिवेणी संगम में ही स्नान के लिए हट न करें, चालीस किलोमीटर इधर और उधर, यानी अरसी किलोमीटर तक फैला हुआ स्नान घाट बनाया गया है। वहीं स्नान कर कृपया व्यवस्था में सहयोग बनाएँ।

ऐसा लगता है कि सरकार खुद को सर्वश्रेष्ठ आयोजक के रूप में दिखाने पर केंद्रित है, जबकि कुछ लोग स्नान मीडिया के माध्यम से सनातन को बढ़ावा देने में अधिक रुचि रखते हैं, आम भक्तों की भावनाओं की उपेक्षा करते हैं। ब्रह्म कल्प के दौरान लगभग 45 दिनों तक, शाही स्नान (शाही स्नान) प्रतिदिन होता है, फिर भी हमारे धार्मिक नेताओं ने इसे श्रद्धालुओं तक प्रभावी ढंग से नहीं पहुँचाया है। इन नेताओं द्वारा कुंभ स्नान का वास्तविक महत्व जनता को पर्याप्त रूप से नहीं बताया गया है। यदि सनातन धर्म पर चर्चा करने के लिए अक्सर टेलीविजन पर आने वाले धार्मिक व्यक्ति कल्पवास के इन 45 दिनों के दौरान प्रत्येक प्रहर के दौरान स्नान के महत्व पर जोर देते, तो भारी भीड़ को अलग-अलग दिनों में फैलाया जा सकता था, जिससे संभावित रूप से ऐसी त्रासदियों को रोका जा सकता था।

अत्यधिक प्रचार के कारण महाकुंभ में बेहिसाब भीड़ जमा हो गई। इसके अतिरिक्त वीआईपी यानी अति विशिष्ट को ज़रूरत से ज़्यादा महत्त्व और आमजन को अनेक हासतों पर रोकना या वापस भेजना या मोक्ष मार्ग पर अति विशिष्ट के लिए अलग मार्ग भी एक कारण। भगदड़ के लिए बस एक छोटी—सी गलती की ज़रूरत होती है। एक बात और असरदार या धनी लोग द्वारा अपने पैसों के दम पर सामान्य तीर्थयात्रियों का हक मार लेना, उनको पीछे धकेल देना। क्या यह पाप नहीं है? क्या गंगाजी इस तरह के पापियों के पाप को पाएंगी? दिवंगत आत्माओं को शांति मिले।

कांग्रेस ने अपने शासनकाल में कमी भी बाबा साहब के संविधान का आदर नहीं किया: लाल सिंह आर्य

स्वतंत्र सिंह भुल्लार

नई दिल्ली। संविधान गौरव अभियान के तहत बीजेपी एससी मोर्चा के राष्ट्रीय अध्यक्ष लाल सिंह आर्य ने राजस्थान के सीकर में प्रबुद्ध जनों को संबोधित किया। इस अवसर पर कार्यक्रम के प्रवेश संयोजक विद्याक गोवर्धन वर्मा, विधायक सुभाष मिल, पूर्व विधायक रतन जलधारी, जिला अध्यक्ष कमल सिखवाल, मोर्चा प्रदेश महामंत्री मुकेश गर्ग, पूर्व जिला अध्यक्ष इंदिरा चौधरी के अलावा भारी संख्या में लोगों ने भाग लेकर कार्यक्रम को सफल बनाया। अनुसूचित जाति मोर्चा के राष्ट्रीय अध्यक्ष लाल सिंह आर्य ने कहा कि जो कांग्रेस आज बाबा साहब के आदर्श एवं संविधान की दुहाई दे रही है उसके सैकड़ों प्रमाण हैं जिससे यह साबित होता है कि कांग्रेस ने ना तो बाबा साहब को कभी सम्मान दिया और नहीं उनके संविधान को महत्व दिया। श्री आर्य ने कहा कि 1949 में कांग्रेस ने



जम्मू कश्मीर में धारा 370 लागू कर बाबा साहब के संविधान को वहाँ लागू नहीं होने दिया। कांग्रेस शासन में 80 बार संविधान

संशोधन किया गया, यह बाबा साहब के संविधान का घोर अपमान है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस कार्यकाल में 51 बार अनुच्छेद 356

का दुरुपयोग कर राष्ट्रपति शासन लगाया गया। प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने कभी भी संविधान को महान या पूजनीय नहीं माना। बाबा साहब भीमराव अंबेडकर जैसे आदर्श पुरुष को कांग्रेस ने भारत रत्न देने के योग्य भी नहीं समझा। लगभग 70 वर्षों के कांग्रेस शासन काल में जम्मू कश्मीर के हजारों वाल्मीकि समुदाय को वोट देने के अधिकार से वंचित रखा गया तथा जम्मू कश्मीर में दलित आदिवासियों को आरक्षण से वंचित रखा गया। महिलाओं को आरक्षण से कांग्रेस शासन में वंचित रखा गया। कभी भी कांग्रेस के नेता बाबा साहब की जन्मस्थली का दौरा करने नहीं गए तथा उनके जीवन से जुड़े स्थलों के विकास के बारे में कोई काम नहीं किया। आज तक किसी आदिवासी महिला को कांग्रेस ने राष्ट्रपति नहीं बनाया। इसके बावजूद भी अगर कांग्रेस संविधान और बाबा साहब की दुहाई देती है तो यह बेशर्मी की हद है।

भरणी नक्षत्र में जन्मे जातक का स्वभाव, कैरियर, रोग और उपाय:

आकाश में भरणी नक्षत्र तीन तारों से बना एक त्रिकोण, जो कि स्त्री के प्रजनन अंग यानी योनि मंडल का प्रतीक के रूप में जान पड़ता है। कदाचित यह योनि सरीखे रूप वाला भरणी नक्षत्र विभिन्न लोको के आवागमन का प्रवेश द्वार मान पड़ता है। भरणी शब्द भरण पोषण से जान पड़ता है। गर्भ धारण कर उसका भरण पोषण करना तथा सृष्टि बढ़ाने में सहयोग भरणी का कार्य जान पड़ता है। जन्म, मृत्यु व पुनः उत्पत्ति का कारकत्व भरणी नक्षत्र के पास है। यहीं कारण है कि मृत्यु के स्वामी यमराज को ही भरणी नक्षत्र का देवता माना गया है। स्वभाव : भरणी नक्षत्र में जन्मे जातक का स्वभाव सुजनात्मक प्रवृति का होता है। इनके नेत्र बड़े और काफी आकर्षक होते हैं। मनमोहक स्वरूप लिए भरणी के जातक

अति उत्साही व ऊर्जावान होते है। यह ऊपर से काफी शांत लेकिन अंदर से लगातार विचारशील बने रहते है। इस नक्षत्र के जातक जिज्ञासु, सीखने की इच्छुक और दूसरो की सहायता के लिए सदैव तत्पर होते है।

भरणी नक्षत्र को स्त्री नक्षत्र माना गया है इसलिए इस नक्षत्र में जन्मे प्रायः सभी व्यक्तियों में ममता स्पष्ट रूप से देखने को मिलती है।

भगवान राम के गुरु महर्षि वसिष्ठ से भरणी का संबंध है वसिष्ठ का अर्थ है धनी संपन्न यहीं कारण है कि इस नक्षत्र का जातक बहुधा धनी व संपन्न व्यक्ति होता है।

कैरियर: भरणी नक्षत्र का स्वामी शुक्र होने से, मनोरंजन से जुड़े सभी कार्य,

सिनेमा, मॉडलिंग तथा रूप व सौंदर्य से जुड़े व्यवसाय काफी लाभप्रद होते है। इसके अलावा गोपनीय विभाग, माइनिंग, खाद व बीज का उद्योग, अग्निशमन अधिकारी, चाय, तंबाकू से जुड़े कार्य, शिशु पालन केंद्र, खिलौना उद्योग और फोटोग्राफी इत्यादि में सफलता प्राप्त करते है।

रोग: भरणी नक्षत्र के जातक को सिर ,पैर तथा त्वचा संबंधित रोग अक्सर परेशान करते है।

उपाय: भरणी नक्षत्र में जन्मे लोगो को दुःख निवारण व सफलता प्राप्ति हेतु ॐ ह्रीं मंत्र का जाप एक माला करना चाहिए। इसके अलावा मां काली की उपासना अत्यंत लाभ करी होती है। भाग्य वृद्धि के लिए लाल, सफेद और काले रंग के वस्त्रों का उपयोग करें।



ज्योतिषाचार्य पंडित योगेश पौराणिक(इंजी.)

भुवनेश्वर रेलवे स्टेशन पुनर्विकास: प्रवेश और निकास के लिए एलिवेटेड ड्राइववे के निर्माण की अनुमति दी गई

मनोरंजन सासमल , स्टेट हेड ओइशिया

भुवनेश्वर, 29.1: राज्य सरकार ने भुवनेश्वर रेलवे स्टेशन के मास्टर प्लान के पास एक एलिवेटेड ड्राइववे और प्रवेश और निकास सड़क के निर्माण की अनुमति दे दी है। यह स्टेशन के आधुनिकीकरण में एक महत्वपूर्ण कदम है। भुवनेश्वर विकास प्राधिकरण (बीडीए) द्वारा आवंटित भूमि पर एलिवेटेड पहुँच और निकास सड़कों के निर्माण की अनुमति दी गई है। स्टेशन पुनर्विकास के विकास के रूप में, भुवनेश्वर विकास प्राधिकरण के परामर्श से स्टेशन परिसर में पार्किंग और वाणिज्यिक स्थान विकसित किए जाएंगे। बीडीए दी गई भूमि पर एक व्यावसायिक क्षेत्र विकसित करने की भी योजना बना रहा है। जिससे रेलवे स्टेशन और बीडीए दोनों को फायदा होगा। भविष्य में एक आधुनिक स्टेशन परिसर बनाया जाएगा। निर्माण कार्य



तुरंत शुरू हो जाएगा, तथा एलिवेटेड ड्राइववे के लिए नींव का काम भी शुरू हो जाएगा। स्टेशन पर नए प्रवेश और निकास द्वार, लिफ्ट, सभी प्लेटफार्मों पर एस्केलेटर और एक एयर-कॉन्कोर्स होगा। भुवनेश्वर रेलवे स्टेशन का पुनर्विकास भारतीय रेलवे की अमृत स्टेशन योजना के तहत एक प्रयास है। भारतीय रेलवे इस पुनर्विकास परियोजना में 419 करोड़ रुपये का निवेश कर रही

है। इसके परिणामस्वरूप यात्रियों के लिए अत्यधुनिक सुविधाएँ सृजित होंगी। इसमें विश्वस्तरीय मानकों के अनुरूप आधुनिक भवन, हवाई अड्डे के टर्मिनलों की तरह डिजाइन किए गए यात्री संचलन क्षेत्र, अलग-अलग प्रवेश और निकास क्षेत्र, सभी प्लेटफार्मों को जोड़ने वाले एयर कॉन्कोर्स, लिफ्ट, एस्केलेटर, सामान सुरक्षा जांच क्षेत्र, सूचना केंद्र, फूड प्लाजा और प्रतीक्षा शौचालयों

राज्य में 23 ट्रक टर्मिनल जल्द ही चालू हो जाएंगे



मनोरंजन सासमल , स्टेट हेड ओइशिया

भुवनेश्वर: हाईवे पर अवैध पार्किंग की समस्या का समाधान होगा। राज्य में जल्द ही 23 ट्रक टर्मिनल चालू होने जा रहे हैं। ओडिशा एक्सिलेंस कॉन्क्लेव 2025 में राज्य सरकार के वाणिज्य एवं परिवहन विभाग तथा राष्ट्रीय राजमार्ग रसद प्रबंधन लिमिटेड के साथ इस संबंध में एक समझौते पर हस्ताक्षर किए गए हैं। पहले चरण में इसे 18 जिलों में क्रियान्वित किया जाएगा, जबकि राज्य के सभी जिलों में महत्वपूर्ण राजमार्गों के किनारे ट्रक टर्मिनल स्थापित किए जाएंगे।