सोशल मीडिया से जुड़ें
Parivehan_Vishesh

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

www.newsparivahan.com

परिवहन विशेष

वर्ष 03, अंक 103, नई दिल्ली, रविवार 22 जून 2025, मूल्य ₹ 5, पेज 8

देश का पहला ट्रांसपोर्ट दैनिक समाचार पत्र

आज का सुविचार

आदत किसी भी चीज की अच्छी नहीं होती, अति होने पर हमेशा कष्टदायक होती है।

03 दिल्ली पुलिस अकादमी ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस बड़े उत्साह के साथ मनाया
06 भारतीय छात्र विदेश में एमबीबीएस की पढ़ाई करना पसंद कर रहे
08 कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी अस्पताल में नवीन पटनायक की होगी सर्जरी

भारतीय योग संस्थान द्वारा पश्चिम विहार जिले में मनाया गया मनाया गया

संजय बाटला

नई दिल्ली। पश्चिम विहार जिले में आज भारतीय योग संस्थान द्वारा अंतरराष्ट्रीय योगा दिवस ब्लाक ए 4 प्रियदर्शिनी अपार्टमेंट के साथ सिमटे हो नेबर हुड पार्क मे मनाया गया। इस योगा दिवस पर राष्ट्रीय, क्षेत्रीय और जिला के अधिकारी सम्मिलित हुए और उन्होंने अपनी योग्यता अनुसार वहां उपस्थित सभी योगा करने वालों को अभ्यास करवाया। इस प्रोग्राम का मंच संचालन क्षेत्रीय अधिकारी स्वाति बाटला द्वारा किया गया।

दिल्ली मेट्रो में निकली डॉक्टर की भर्ती, प्रति घंटे 2300 रुपये मिलेगा वेतन; देखें रिक्तियां

दिल्ली मेट्रो में डॉक्टर बनने का सुनहरा मौका है। दिल्ली मेट्रो ने कंसल्टेंट डॉक्टर के पद पर भर्ती निकाली है, जहां चयन इंटरव्यू के जरिए होगा और वेतन घंटे के हिसाब से दिया जाएगा।

नई दिल्ली। अगर आप दिल्ली मेट्रो के साथ जुड़कर काम करना चाहते हैं, तो ये एक अच्छा मौका है। दिल्ली मेट्रो रेल कॉरपोरेशन (DMRC) को डॉक्टर्स की जरूरत है। हाल ही में DMRC ने कंसल्टेंट डॉक्टर के पद के लिए भर्ती निकाली है। इसका नोटिफिकेशन दिल्ली मेट्रो की आधिकारिक वेबसाइट delhimetrorail.com पर उपलब्ध है।

इस भर्ती के तहत दो पदों पर भर्ती की जाएगी। इनमें से एक पद अजरोंडा स्टाफ क्वार्टर, दिल्ली में और दूसरा पद मुंडका स्टाफ क्वार्टर, दिल्ली में स्थित है। यानी दोनों ही जगहों पर एक-एक कंसल्टेंट डॉक्टर की नियुक्ति की जाएगी। इस भर्ती के लिए उम्मीदवार 11 जुलाई 2025 तक आवेदन कर सकते हैं। चयन की प्रक्रिया भी काफी सीधी है।

कौन कर सकता है आवेदन?

यह भर्ती कंसल्टेंट डॉक्टर (जनरल फिजिशियन) के पद के लिए निकाली गई है। इस पद के लिए आवेदन करने वाले उम्मीदवार के पास किसी मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालय से MBBS की डिग्री होनी चाहिए, जो MCI (मेडिकल काउंसिल ऑफ इंडिया) से मान्यता प्राप्त हो। इसके साथ ही आवेदक का दिल्ली मेडिकल काउंसिल (DMC) में पंजीकरण होना अनिवार्य है।

अगर किसी उम्मीदवार के पास जनरल मेडिसिन में पोस्ट ग्रेजुएशन डिग्री है, तो वे भी इस पद के लिए आवेदन कर सकते हैं। इसके अलावा जिन आवेदकों को पब्लिक सेक्टर यूनिट (PSU) में काम करने का पूर्व अनुभव है, उन्हें चयन प्रक्रिया में प्राथमिकता दी जाएगी।

आवेदन करने वाले उम्मीदवार की अधिकतम आयु 30 जून 2025 तक 65 वर्ष से अधिक नहीं होनी चाहिए। यदि आप निर्धारित शैक्षणिक योग्यता और आयुसीमा में आते हैं, तो आप इस पद के लिए आवेदन करने के पात्र हैं।

भारी बारिश के कारण दिल्ली एयरपोर्ट पर कैनोपी गिरी, टर्मिनल-1 पर हुआ हादसा; कई फ्लाइट्स लेट

परिवहन विशेष न्यूज

दिल्ली के आईजीआई एयरपोर्ट के टर्मिनल 1 पर भारी बारिश के कारण फोरकोर्ट एरिया की छत का एक हिस्सा ढह गया। घटना के बाद का वीडियो वायरल हो रहा है। डायल (DIAL) इस मामले पर फिलहाल चुप्पी साधे हुए है और आधिकारिक बयान का इंतजार करने को कह रहा है। भारी बारिश के कारण दिल्ली एयरपोर्ट पर शेड क्षतिग्रस्त होने से यात्रियों को परेशानी हो सकती है।

नई दिल्ली। शनिवार देर रात आईजीआई एयरपोर्ट टर्मिनल-1 के फोरकोर्ट एरिया में तेज हवाओं और भारी बारिश के बीच कैनोपी का टेंसिल फैब्रिक (एक तरह का तिरपाल) फट गया। इस घटना में कैनोपी का ऊपरी हिस्सा दो जगह से क्षतिग्रस्त हो गया, जिससे वहां जमा पानी अचानक नीचे गिर गया।

गनीमत रही कि इस हादसे में कोई हताहत नहीं हुआ। दिल्ली इंटरनेशनल एयरपोर्ट लिमिटेड (डायल) ने तुरंत मरम्मत का काम शुरू कर दिया। फिलहाल क्षतिग्रस्त फैब्रिक को जोड़ने का प्रयास किया जा रहा है, बाद में इसे बदला भी जा सकता है।

घटना की वजह क्या थी?

घटना का एक वीडियो इंटरनेट मीडिया पर प्रसारित हो रहा है, जिसमें साफ दिख रहा है कि टर्मिनल-1 के आगमन क्षेत्र की छत से बारिश का पानी सीधे फोरकोर्ट की छतरी पर गिर रहा था। छतरी पर अचानक बड़ी मात्रा में पानी जमा होने और तेज हवाओं के दबाव के कारण कपड़ा फट गया।

छतरी पर जल निकासी की व्यवस्था होने के बावजूद यह स्पष्ट नहीं हो पाया है कि पानी की निकासी ठीक से क्यों नहीं हुई। डायल के अनुसार 24 मई को सुबह करीब 2 बजे 30-45 मिनट में 80 मिमी बारिश दर्ज की गई और हवा की गति 70-80 किलोमीटर प्रति घंटा थी। इस चरम मौसम ने छतरी पर असामान्य दबाव डाला, जिससे यह दुर्घटना हुई।

पहले भी हो चुकी है ऐसी घटना

करीब दो साल पहले जून 2023 में टर्मिनल-1 पर भारी बारिश और हवा के कारण छतरी फटने की घटना हुई थी। उस समय मरम्मत में देरी हुई थी और मामला ज्यादा चर्चा में नहीं आया था। हालांकि इस बार डायल ने तुरंत कार्रवाई करते हुए रविवार शाम तक मरम्मत का काम शुरू कर दिया।

लोगों में चर्चा, उठ रहे सवाल

इस घटना ने एक बार फिर टर्मिनल-1 की संरचनागत गुणवत्ता पर सवाल खड़े कर दिए हैं। लोग पूछ रहे हैं कि बार-बार ऐसी घटनाएं क्यों हो रही हैं? छत से पानी सीधे कैनोपी पर क्यों गिरा, जबकि वहां ड्रेनेज सिस्टम है? साथ ही कैनोपी के टेंसिल फैब्रिक की गुणवत्ता और डिजाइन पर भी सवाल उठ रहे हैं। लोगों का कहना है कि कैनोपी को मौसम की चरम स्थितियों को झेलने के लिए डिजाइन किया गया होगा, फिर यह हादसा कैसे हुआ?

DIAL का पक्ष

DIAL का कहना है कि चरम मौसम के कारण कैनोपी पर अत्यधिक दबाव पड़ा, जिससे टेंसिल फैब्रिक का एक हिस्सा फट गया। यह नुकसान जल निकासी में सहायक था और टर्मिनल के अन्य हिस्सों को कोई नुकसान नहीं हुआ। DIAL ने मरम्मत का काम शुरू कर दिया है और स्थिति पर नजर रख रहा है।

आगे की जांच जरूरी

इस घटना ने टर्मिनल-1 की बुनियादी संरचना की तैयारियों पर सवाल खड़े कर दिए हैं। विशेषज्ञों का मानना है कि ड्रेनेज सिस्टम और कैनोपी डिजाइन की गहन जांच जरूरी है, ताकि भविष्य में ऐसी घटनाओं को रोका जा सके।

दिल्ली-देहरादून हाईवे ट्रायल रन पर आ गया बड़ा अपडेट, एनएचएआई ने कर दिया सब कुछ

दिल्ली-देहरादून हाईवे पर ट्रायल रन की तैयारी है। एनएचएआई द्वारा निर्मित इस हाईवे पर वाहन चालकों के लिए लूप की समझ और साइन बोर्ड की स्पष्टता जांची जाएगी। भारतमाला परियोजना के तहत बने इस हाईवे के 14.75 किलोमीटर हिस्से में 6.5 किलोमीटर का एलिवेटेड खंड है। पहले बैरिंग में खामी पाई गई थी जिसे अब ठीक कर दिया गया है।

दिल्ली। राजधानी में दिल्ली-देहरादून हाईवे पर ट्रायल रन कराया जा सकता है। भारतीय राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण (एनएचएआई) इस पर विचार कर रहा है। इस हिस्से में हाईवे से उतरने और उस पर चढ़ने के लिए कई लूप हैं। ट्रायल रन में देखा जाएगा कि वाहन चालकों को यह आसानी से समझ आ रहा है या नहीं। किसी तरह की दिक्कत सामने आती है तो उसे दूर किया जाएगा। भारतमाला परियोजना के तहत एनएचएआई ने इस हाईवे का निर्माण कर रहा है। राष्ट्रीय राजधानी की सीमा में अक्षरधाम मंदिर के पास एनएच-नौ से गीता कॉलोनी, न्यू उस्मानपुर, शास्त्रीपार्क, खजूरी खास होते हुए यूपी बॉर्डर (लोनी) तक पुश्ता रोड पर इसका 14.75 किलोमीटर का हिस्सा बन चुका है।

इस हिस्से में 6.5 किलोमीटर एलिवेटड खंड है। दिल्ली विधानसभा चुनाव से पहले इसे चालू करने पर विचार किया जा रहा था। लेकिन केंद्रीय सड़क अनुसंधान संस्थान (सीआरआरआई) की जांच में 35 बैरिंग में खामी पाई गई थी।

बाद में इन बैरिंग को बदल दिया गया। अब इसे हिस्से को चालू करने से पहले ट्रायल रन पर कराने पर विचार किया जा रहा है। एनएचएआई के अधिकारी के मुताबिक, इसके तहत कुछ दिनों के लिए अलग-अलग समय पर हाईवे को वाहनों के लिए खोला जाएगा। उस दौरान देखा जाएगा कि सभी साइन बोर्ड वाहन चालक समझ पा रहे हैं या नहीं। लूप को उपयोग किस तरह से कर रहे हैं। किसी हिस्से में कोई दिक्कत तो नहीं जिसकी वजह से वाहनों की स्पीड पर फर्क पड़ रहा हो।

लुटियंस दिल्ली की ये 79 सड़कें होंगी चकाचक, मार्च 2026 तक पूरा होगा काम

नई दिल्ली नगरपालिका परिषद (एनडीएमसी) लुटियंस दिल्ली की 79 सड़कों को नया बनाने जा रही है। मानसून के बाद काम शुरू होगा और मार्च 2026 तक पूरा करने का लक्ष्य है। केंद्रीय सड़क अनुसंधान संस्थान (सीआरआरआई) के सुझावों के आधार पर सुधार किया जाएगा जिसमें सड़कों की दरारों और बनावट की कमियों को दूर किया जाएगा। सड़कों की गुणवत्ता सुधारने पर एनडीएमसी का फोकस है।

नई दिल्ली। लुटियंस दिल्ली में अगले नौ माह में 79 सड़कें नई बनी हुई नजर आएगी। मानसून की समाप्ति के बाद ही इनके बनाने का कार्य शुरू हो जाएगा जबकि मार्च 2026 तक नई दिल्ली नगरपालिका परिषद (एनडीएमसी) ने इसका कार्य पूरा करने का लक्ष्य रखा है। एनडीएमसी इन सड़कों में सुधार केंद्रीय सड़क अनुसंधान संस्थान (सीआरआरआई) के सुझावों के आधार पर कर रहा है। जिसमें सीआरआरआई ने सड़कों में दरारों से लेकर उनकी ऊंचाई और उनकी बनावट में खामियों की रिपोर्ट एनडीएमसी को दी थी।

एनडीएमसी के उपाध्यक्ष कुलजीत चहल ने बताया कि 19 सितंबर 2024 में हमने पांच वर्षों की अवधि के लिए समझौता सीआरआरआई के साथ किया था। इसके तहत हमने एजेंसी से सड़क नेटवर्क के रखरखाव, सड़क की मोटाई, गुणवत्ता नियंत्रण का पता लगाने के साथ ही सड़कों के निर्माण के लिए एनडीएमसी के कर्मचारियों और अधिकारियों का प्रशिक्षण किया जाना शामिल था।

इस पर सीआरआरआई ने वृहद सर्वेक्षण एनडीएमसी की सड़कों का किया है। इसकी एक विस्तृत रिपोर्ट हमें दी है। इस रिपोर्ट में सड़कों में गहरी दरारें, गड्ढों और सड़क की अतिरिक्त मोटाई या सड़क ती सतह पतली होने, साइनेज की व्यवस्था न होने की ओर हमारा ध्यान दिलाया गया है। उन्होंने बताया कि कुछ स्थानों पर रिहायशी इलाकों का स्तर सड़कों से नीचे हो गया है। ऐसे में सुधार के लिए जो हमें सुझाव दिए गए हैं हम उनको लागू करने जा रहे हैं। इसके तहत 79 सड़कों के सुधार कार्य हम मानसून खत्म शुरू होते कर देंगे। इसके लिए हम प्रोजेक्ट बना रहे हैं और टेंडर की प्रक्रिया को भी शुरू कर रहे हैं।

ताकि जैसे ही अक्टूबर में मानसून खत्म हो हम इसका काम शुरू कर दें। चहल ने बताया कि हमने मार्च 2026 तक इस कार्य को पूरा करने का लक्ष्य रखा है। एनडीएमसी उपाध्यक्ष ने बताया कि वर्ष 2023 में देखने में आया था कि जब वर्षा और दिल्ली में बाढ़ आई थी तो वर्षा का पानी सड़क के सहारे, दिल्ली गोल्फ क्लब, गोल्फ लिंक, सुजान सिंह पार्क और इसके पास ही बने इलाकों में घुस गया था।

इसकी निकासी में भी दिक्कत आई थी। इसको देखते हुए सीआरआरआई ने सड़क की मोटाई को 150-160 मिलीमीटर तक सड़क को खुरचने और उसमें 40 एमएम की बैटुमिन-कंकरीट की परत डालने का सुझाव दिया है उन्होंने यह बताया कि कनाट प्लेस डिवीजन में कनॉट प्लेस का आउटर सर्किल, जनपथ, केजी मार्ग, संसद मार्ग, पंचकुइंया रोड, बाब खड़ग सिंह मार्ग का भी सर्वे किया गया गया।

चहल ने कहा कि रोड से संबंधित हमारी छह डिवीजन है। सभी डिवीजन अपने-अपने इलाके की सड़कों में सुधार करेगी। ताकि कार्य में देरी न हो। उल्लेखनीय है कि एनडीएमसी की 110 एवेन्यू रोड हैं इसमें 79 का सुधार किया जाएगा।

विश्व वर्षावन दिवस आज

हर साल 22 जून को विश्व वर्षावन दिवस मनाया जाता है। यह दिवस रेनफॉरेस्ट के महत्व के बारे में जागरूकता बढ़ाने, उनकी सुरक्षा और संरक्षण के प्रयासों को बढ़ावा देने का अवसर प्रदान करता है। बता दें कि रेनफॉरेस्ट अविश्वसनीय रूप से जैव-विविध पारिस्थितिक तंत्र हैं जो कई पारिस्थितिक लाभ प्रदान करते हैं, जिसमें जलवायु को विनियमित करना, विभिन्न प्रकार के पौधों और जानवरों की प्रजातियों का समर्थन करना और आवश्यक संसाधनों की आपूर्ति करना शामिल है।

विश्व वर्षावन दिवस का इतिहास क्या है?

==========

वर्षावन यानी रेनफॉरेस्ट, पृथ्वी की सबसे पुराने जीवित इकोसिस्टम हैं। आपको बता दें कि इसकी स्थापना 2017 में रेनफॉरेस्ट पार्टनरशिप द्वारा की गई थी, जो एक गैर-लाभकारी संगठन है। यह संगठन रेनफॉरेस्ट को संरक्षित करने और स्थानीय समुदायों को सशक्त बनाने के लिए समर्पित है।बाद में वर्ष 2021 में, विश्व वर्षावन दिवस शिखर सम्मेलन को दुनिया भर के सभी क्षेत्रों के लोगों और संगठनों को एक साझा उद्देश्य के साथ बातचीत और सामुदायिक निर्माण के लिए एक साथ लाने के उद्देश्य से शुरू किया गया था। तब से लेकर हर साल यह दिवस मनाया जा रहा है।

विश्व वर्षावन दिवस का महत्व क्या है?

==========

विश्व वर्षावन दिवस का महत्व निम्नलिखित है:

यह दिवस रेनफॉरेस्ट के महत्व के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए मनाया जाता है।

रेनफॉरेस्ट को संरक्षित करके हम जलवायु परिवर्तन के प्रभावों को कम कर सकते हैं।

विश्व वर्षावन दिवस स्वस्थ वातावरण बनाए रखने के लिए इन ऑक्सीजन उत्पादक इकोसिस्टम के महत्व पर जोर देता है।

रेनफॉरेस्ट इकोसिस्टम से जुड़ी कई सेवाएं प्रदान करते हैं जो मानव कल्याण के लिए आवश्यक हैं, जिनमें जल शुद्धिकरण, मिट्टी की उर्वरता और लकड़ी, औषधीय पौधे और भोजन जैसे प्राकृतिक संसाधन शामिल हैं।

सृष्टि का सृजन और समय पर उसका संहार दोनों भगवान रुद्र के ही कार्य हैं

शुभा दुबे

भगवान हर अपनी शरण में आने वाले भक्तों को आधिभौतिक, आधिदैविक, आध्यात्मिक तीनों प्रकार के तपों से मुक्त कर देते हैं। इसलिए भगवान रुद्र का हर नाम भी सार्थक है। इनका पिनाक अपने भक्तों को अभय करने के लिए सदैव तत्पर रहता है।

शैवगाम के अनुसार भगवान रुद्र के आठवें स्वरूप का नाम हर है। भगवान हर को सर्पभूषण कहा गया है। इसका अभिप्राय यह है कि मंगल और अमंगल सब कुछ ईश्वर शरीर में है। समय पर सृष्टि का सृजन और समय पर उसका संहार दोनों भगवान रुद्र के ही कार्य हैं। भगवान हर अपनी शरण में आने वाले भक्तों को आधिभौतिक, आधिदैविक, आध्यात्मिक तीनों प्रकार के तपों से मुक्त कर देते हैं। इसलिए भगवान रुद्र का हर नाम भी सार्थक है। इनका पिनाक अपने भक्तों को अभय करने के लिए सदैव तत्पर रहता है।

जब भगवान शंकर के पुत्र स्कन्द ने तारकासुर को मार डाला, तब उसके तीनों पुत्रों को महान संताप हुआ। उन्होंने मेरु पर्वत की एक कंदरा में जाकर हजारों वर्षों तक तपस्या करके ब्रह्माजी को प्रसन्न किया। ब्रह्माजी ने उन तीनों के वर मांगने पर उनके लिए स्वर्ण, चांदी और लौह के अजेय नगर का निर्माण करने के लिए मय दानव को आदेश दिया। इस प्रकार मय ने अपने तपो बल से तारकाक्ष के लिए स्वर्णमय, कमलाक्ष के लिए रजतमय और विद्युन्माली के लिए लौहमय तीन प्रकार के उत्तम दुर्ग तैयार कर दिये। इन पुरों का भगवान हर के अतिरिक्त कोई भेदन नहीं कर सकता था। ब्रह्माजी के वरदान एवं शिवभक्ति के प्रभाव से तीनों असुर अजेय होकर देवताओं के लिए संतापकारी हो गये। इंद्रादि देवता उनके अत्याचार से पीड़ित होकर भटकने लगे।

तारक पुत्रों के प्रभाव से दग्ध हुए सभी देवता ब्रह्माजी को साथ लेकर दुखी अवस्था में भगवान हर के पास गये। अंजुलि बांधकर उन सभी देवों ने नाना प्रकार के दिव्य स्तोत्रों द्वारा त्रिशूलधारी भगवान हर की स्तुति करते हुए कहा महादेव! तारक के पुत्र तीनों भाइयों ने मिलकर इंद्र सहित सभी देवताओं को परास्त कर दिया है। उन्होंने संपूर्ण सिद्ध स्थानों को नष्ट भ्रष्ट कर दिया है। वे यज्ञ भागों को स्वयं ग्रहण करते हैं। सबके लिए कष्टकारी वे असुर जब तक सृष्टि का विनाश नहीं कर डालते, उसके पहले आप उनको नष्ट करने का कोई उपाय करें।

भगवान हर ने कहा देवताओं! मैं तुम्हारे कष्टों से परिचित हूं। फिर भी मैं तारक पुत्रों का वध नहीं कर सकता हूं। जब तक वे असुर मेरे भक्त हैं मैं उन्हें कैसे मार सकता हूं। तारक पुत्रों के वध के लिए तुम लोगों को भगवान विष्णु के पास जाना चाहिए। जब वे दैत्य विष्णु माया के प्रभाव से धर्म विमुख हो जाएंगे तथा मेरी भक्ति का त्याग कर देंगे, तब मैं शर्व रुद्र के रूप में उन असुरों का संहार करके तुम लोगों को उनके अत्याचार से मुक्त करूंगा। आठवें हर रुद्र की आधिभौतिक मूर्ति काठमांडू (नेपाल) में पशुपतिनाथ के नाम से प्रसिद्ध है। इसे यजमान मूर्ति कहते हैं।

अपने घर में रोजाना तुलसी जी पूजा और आरती कैसे करें आओ जानें

सुबह और शाम को माता वृन्दावती- तुलसी जी की पूजार्चन करने से जीवन में सकारात्मक बदलाव आते हैं। लेकिन इस के लिए सही विधि से पूजा करनी चाहिए। क्योंकि गलत तरीके से की गई पूजार्चन या उपासना, लाभ के बजाय विपरीत प्रभाव पहुंचा सकता है।।

तुलसी स्थापना का सही नियम

(१) तुलसीजी का पौधा किसी भी बुधवार को लगा सकते हैं।।

(२) तुलसी का पौधा लगाने के लिए कार्तिक का महीना सबसे उत्तम है।।

(३) विशेषतः कार्तिक महीने में तुलसी के पौधे की पूजा से हर कामना पूरी होती है।।

(४) तुलसी का पौधा घर की मुख्य दरवाजा के सामने या आंगन के बीच में लगाना चाहिए।।

(५) अपार्टमेंट है तो शयन कक्ष की बालकोनि में भी तुलसी पौधा लगा सकते हैं।।

(६)तुलसी के पौधे के पास सुबह शाम धूप/दीप जलाकर तथा पौधे में जल डालकर,सुबह और शाम को उसकी परिक्रमा करनी चाहिए।।

धार्मिक मान्यताओं में तुलसी को लेकर और कुछ विशेष नियम और सावधानियां भी हैं, जिनका ध्यान रखने से गृहस्थ/ गृहिणियों की खराब से खराब किस्मत भी चमक उठती है। इसलिए तुलसी पूजन में निम्नोक्त बात पर ध्यान रखना जरूरी है; यथा--

(१) तुलसी के पत्ते हमेशा सुबह के समय ही तोड़ना चाहिए।।

(२) रविवार के दिन तुलसी के पौधे के नीचे दीपक न जलाएं ना जल चढ़ाएं।।

(२) भगवान विष्णु और इनके अवतारों को तुलसी दल जरूर अर्पित करें।।

(३) भगवान गणेश, शिव जी और माता (पार्वती) दुर्गा को तुलसी कतई न चढ़ाएं।।

(४) तुलसी के पत्ते कभी बासी नहीं होते। इसीलिए पूजा में तुलसी के पुराने पत्तों का भी प्रयोग किया जा सकता है।।

पूजा समाप्ति से पहले आरती गान

ॐ जय तुलसि माता
हो मैय्या जय तुलसी माता,
निसदीन तूम 0को सेवत, मैय्या जी को निस दीन सेवत,
भक्ती मूक्ती पाता।। ॐ जय...

सेवा तुम्हारी प्रभु को भाए
तूम प्रभू को प्यारी,
हो मैय्या, तूम प्रभू को प्यारी,
तुम बीना भोग लगेना
चाहे छप्पन भोग धरे।। ॐ जय...

मुनी जन संत है ढूंडे
माहीमा तेरी भारी,
हो मैय्या महीमा तेरी भारी
तूम बिना सेवा अधूरी
भक्तन हीतकारी।। ॐ जय...

तूम हरी की पटरानी
कहते मूनी ज्ञानी,
हो मैय्या, कहते मूनी ग्यानी,
हरी हरी पत्तीयां तुम्हारी
जिवन रखवारी।। ॐ जय...

जो कोई तूमको ध्यावे
पाप उतर जाता,
हो मैय्या, पाप उतर जाता,
भवसागर तर जाता
मूक्ती पँथ पाता।। ॐ जय...

जन्मकुंडली में गुरु अस्त हो तो विवाह में देरी होती है स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्या आती है।

शनि देव की साढ़े साती और ढैया

ज्योतिष में शनिदेव को न्याय करने वाला देवता माना गया है। मनुष्य अपने जीवन में जो भी अच्छे या बुरे काम करता है, उसका फल उसे शनिदेव ही देते हैं। जब किसी व्यक्ति पर शनि की साढ़े साती व ढय्या का प्रभाव होता है तो उस समय वह शनि से सबसे ज्यादा प्रभावित होता है।

शनि के वक्रीय होने के कारण जिन राशियों पर शनि की साढ़ेसाती और ढय्या का प्रभाव है, उन्हें और अधिक परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है।

साढ़े साती 2025

मकर राशि शनि की साढ़े साती 29 मार्च 2025 को समाप्त हो जाएगी।

कुंभ राशि शनि की साढ़े साती का तीसरा और अंतिम चरण रहेगा।

मीन राशि शनि की साढ़े साती का दूसरा चरण रहेगा।

मेष राशि शनि की साढ़े साती का पहला चरण शुरू होगा।

ढैय्या 2025

कर्क राशि शनि की ढैय्या का प्रभाव समाप्त हो जाएगा।

वृश्चिक राशि शनि की ढैय्या का प्रभाव समाप्त हो जाएगा।

धनु राशि शनि की ढैय्या का प्रभाव शुरू होगा।

सिंह राशि शनि की ढैय्या का प्रभाव शुरू होगा।

1. शनि का प्रिय मंत्र

ॐ शं शनैश्चराय नमः।।

2. शनि का पौराणिक मंत्र

ॐ नीलांजनसमाभासं रविपुत्रं यमाग्रजम्। छायामार्तण्डसम्भूतं तं नमामि शनैश्चरम्।।

3. शनि मंत्र

ॐ शन्नोदेवीरभिष्टय आपो भवन्तु पीतये। शंयोरभिश्रवन्तु नः। ॐ शं शनैश्चराय नमः।

4. महामृत्युंजय मंत्र

ॐ त्र्यम्बकम्यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्द्धनं उर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीय मामृतात्।।

5. शनि का तांत्रोक्त मंत्र

ॐ प्रां प्रीं प्रौं सः शनैश्चराय नमः।।

6. शनि देव की पत्नि के नाम

ध्वजिनी धामिनी चैव कंकाली कलहप्रिया।

कंटकी कलही चाऽथ तुरंगी महिषी अजा।।

शनेर्नामानि पत्नीनामेतानि संजपन् पुमान्।

दुःखानि नाशयेन्नित्यं सौभाग्यमेधते सुखम।।

शनि ढैय्या से बचाव के उपाय जिन लोगों पर शनि ढैय्या चल रही है, उन्हें शराब पीना, झूठ बोलना, वाद-विवाद, क्रोध करने या फिर किसी जीव-जंतु को परेशान करने जैसे कार्यों से दूर रहना चाहिए। इसी के साथ शनि ढैय्या के प्रभाव को कम करने के लिए हनुमान जी की पूजा-अर्चना करें व शनिवार के दिन हनुमान चालीसा और सुंदरकांड का पाठ करें। शनिवार के दिन पीपल के पेड़ की पूजा करें और सरसों के तेल का दीपक जलाएं। इस सभी कार्यों से आपको शनि ढैय्या के प्रभाव से कुछ राहत मिल सकती है।

मरने के बाद स्वर्ग की प्राप्ति से श्रेष्ठ बात है कि जीते-जी जीवन में स्वर्ग जैसी परिस्थितियों का निर्माण कर लेना।

सब से प्रेमपूर्ण व्यवहार रखते हुए छल-कपट/दंभ-रहित और परस्पर प्रीति/सहयोग/सर्व-मंगल की कामना से समाविष्ट आनंदपूर्ण जीवन ही स्वर्ग है। जहाँ पर दूसरों के साथ छल-कपट का व्यवहार किया जाता हो। जहाँ पर नित्य दूसरों को गिराने की योजनायें बनाईं जाती हों और जहाँ पर ईर्ष्या-वश दूसरों की उन्नति में अवरोध उत्पन्न किया जाता हो, वह जीवन नरक के ही समान है। नरक अर्थात ऐसा वातावरण जिसका निर्माण दुष्प्रवृत्तियों/दुर्गुणों द्वारा होता है। इसके विपरीत स्वर्ग अर्थात ऐसा वातावरण जिसका निर्माण सदप्रवृत्तियों/सदगुणों के द्वारा होता है। यह सत्य है कि मन के भाव बदलने मात्र से, हमारे कर्म/व्यवहार बदलते हैं। ध्यान रहे कि हमारे जीवन की ऐसी अवस्था/आनंद/शांति/प्रसन्नता ही हमारे जीवन का वास्तविक स्वर्ग है।

जिन लोगों की ब्लड शुगर बढ़ी रहती है, उनके लिए घरेलू उपाय

1. मेथी दाना (Fenugreek Seeds): रात को 1 चम्मच मेथी के दाने 1 कप पानी में भिगो दें। सुबह खाली पेट पानी समेत चबा-चबाकर खाएं। मेथी में फाइबर और एंटी-डायबिटिक गुण होते हैं जो इंसुलिन सेंसिटिविटी बढ़ाते हैं।

2. जामुन (Blackberry) और इसकी गुठलीः जामुन के मौसम में फल खाएं (30-40 जामुन प्रतिदिन)। जामुन की गुठली सुखाकर पीस लें और रोज 1 चम्मच पानी के साथ लें। यह रक्त में शुगर को नियंत्रित करने में मदद करता है।

3. करेला (Bitter Gourd): सुबह 1 गिलास करेले का रस खाली पेट पिएं या सब्जी में शामिल करें। इसमें चरंतिन और पॉलीपेप्टाइड-P नामक तत्व होते हैं जो प्राकृतिक इंसुलिन की तरह कार्य करते हैं।

4. गिलोय (Tinospora Cordifolia): 1–2 चम्मच गिलोय रस सुबह खाली पेट लें। यह इम्यूनिटी और ब्लड शुगर दोनों को नियंत्रित करता है।

5. दालचीनी (Cinnamon): आधा चम्मच दालचीनी चूर्ण गुनगुने पानी में या चाय में मिलाकर रोज पिएं। यह इंसुलिन की क्षमता बढ़ाता है।

6. अमरूद के पत्ते (Guava Leaves): 5–6 पत्तों को पानी में उबालकर छान लें और चाय की तरह पिएं। यह ब्लड ग्लूकोज स्पाइक को कम करता है।

7. एलोवेरा + हल्दी + मेथीः 1 चम्मच एलोवेरा जेल + चुटकी भर हल्दी + 1 चम्मच मेथी पाउडर – सुबह खाली पेट लें। यह मिश्रण पाचन, लिवर और शुगर तीनों के लिए अच्छा है।

8. नीम और बेल के पत्तेः नीम और बेल के 5-7 पत्ते चबाना या उबालकर पीना फायदेमंद है। इनका रक्त शोधक और शुगर नियंत्रक प्रभाव होता है।

9. त्रिफला चूर्णः रात को सोते समय 1 चम्मच त्रिफला चूर्ण गुनगुने पानी से लें। यह पाचन सुधारेगा और शुगर लेवल स्थिर रखने में मदद करेगा।

आहार ज्ञान

1. उष्ण आहार लें - गर्म भोजन से जठराग्नि तेज होती है, भोजन शीघ्र पच जाता है।
2. स्निग्ध आहार लें- स्निग्ध भोजन शरीर का पोषण, इन्द्रियों को दृढ़ और बलवान बनाता है।
*. मात्रा पूर्वक आहार लें- पाचन शक्ति के अनुकूल उचित मात्रा में भोजन स्वास्थ्यवर्धक होता है।
4. पचने पर आहार लें- पहले खाया पचने के बाद भूख लगने पर ही दूसरा भोजन करें।
5. अविरूद्ध वीर्य वाले आहार लें- परस्पर विरूद्धवीर्य (गुण व शक्ति) का भोजन रोग उत्पन्न करता है।
6. अनुकूल स्थान में आहार लें- मन के अनुकूल स्थान में मन के प्रिय पदार्थो का सेवन करें।
7. जल्दी- जल्दी आहार न लें- जल्दी भोजन करने से लालारस ठीक से न मिलने के कारण भोजन के पाचन में विलम्ब होता है।
8. बहुत धीरे- धीरे आहार न लें- धीरे- धीरे, रूक रूक कर भोजन करने से तृप्ति नहीं होती, आहार ठंडा तथा पाक विषम हो जाता है।
9. एकाग्रचित्त हो आहार लें- ऐसा करने से भोजन भली भाँति पचता है और अंग लगता है।
10. आत्म शक्ति के अनुसार आहार लें- यह आहार मेरे लिए लाभकारी है या हानिकारक है, विचार करके अपनी शक्ति के अनुकूल मात्रा में लिया भोजन हितकारी होता है।

1000 से अधिक योग प्रेमियों ने VMMC और सफदरजंग अस्पताल में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया

स्वतंत्र सिंह भुल्लर नई दिल्ली

नई दिल्ली। स्वास्थ्य और जागरूकता के एक उल्लेखनीय प्रदर्शन में, 1000 से अधिक योग प्रेमी अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025 मनाने के लिए वर्धमान महावीर मेडिकल कॉलेज (VMMC) और सफदरजंग अस्पताल में एकत्र हुए। भव्य समारोह ने योग उत्कृष्टता और सामुदायिक कल्याण पहल के एक दशक को चिह्नित किया।

इस कार्यक्रम में निम्नलिखित प्रतिष्ठित गणमान्य व्यक्ति शामिल हुए: डॉ. संदीप बंसल, निदेशक, सफदरजंग अस्पताल सुश्री आराधना पटनायक, अतिरिक्त सचिव, मिशन निदेशक NHM।

योग उत्कृष्टता के दस वर्षों को चिह्नित करते हुए, समारोह में विकास और स्थिरता का प्रतिनिधित्व करने वाले 10 पेड़ों के रोपण के साथ पर्यावरण चेतना का एक प्रतीकात्मक संकेत दिखाया गया। यह पहल योग के समग्र दृष्टिकोण को दर्शाती है जो न केवल शारीरिक और मानसिक कल्याण बल्कि पर्यावरणीय सद्भाव को भी शामिल करती है।

योग समावेश में विशेष सम्मान

योग समावेश समारोह के दौरान एक गौरवपूर्ण क्षण तब आया जब अतिरिक्त सचिव आराधना पटनायक और निदेशक संदीप बंसल ने महिलाओं और बच्चों के कल्याण के लिए एक संस्था देवया की संस्थापक डॉ. मनीषा जोशी को गर्भवती माताओं के लिए विशेष रूप से डिजाइन किए गए 10 दिवसीय योग कार्यक्रम के आयोजन में उनके असाधारण योगदान के लिए सम्मानित किया।

इस अभिनव कार्यक्रम ने प्रसवपूर्व स्वास्थ्य और जागरूक मातृत्व के महत्व पर प्रकाश डाला।

कार्यक्रम का आयोजन निम्नलिखित के विशेषज्ञ मार्गदर्शन में किया गया:

डॉ. आर.पी. अरोड़ा ए.एम.एस., डॉ. सुजाता, योग और प्राकृतिक चिकित्सा में सलाहकार मनीषा और सतिंदर योग चिकित्सक।

इस समारोह में #एक पृथ्वी एक स्वास्थ्य के लिए योग# की थीम को शामिल किया गया, जो इस प्राचीन अभ्यास की समावेशी प्रकृति को दर्शाता है। विविध पृष्ठभूमियों से 1000 से अधिक व्यक्तियों की भारी भागीदारी ने समग्र कल्याण के लिए एक उपकरण के रूप में योग की सार्वभौमिक अपील और पहुंच को प्रदर्शित किया। इस अवसर पर बोलते हुए, डॉ बंसल ने शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक स्पष्टता और आध्यात्मिक कल्याण को बढ़ावा देने में योग की भूमिका पर जोर दिया, जिससे यह आधुनिक जीवन के लिए एक आवश्यक अभ्यास बन गया है। वीएमएमसी और सफदरजंग अस्पताल में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस समारोह समग्र स्वास्थ्य देखभाल दृष्टिकोण को बढ़ावा देने के लिए संस्थान की प्रतिबद्धता में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर है। इस कार्यक्रम ने पारंपरिक योग प्रथाओं को आधुनिक स्वास्थ्य देखभाल दृष्टिकोणों के साथ सफलतापूर्वक जोड़ा, जिससे सभी प्रतिभागियों के लिए एक व्यापक कल्याण अनुभव तैयार हुआ। समारोह ने इस संदेश को पुष्ट किया कि योग केवल एक व्यायाम नहीं है।

256 मंडलों में योग दिवस कार्यक्रम हुए जिनमें सांसद एवं विधायकों के साथ समिति अध्यक्ष तक सम्मिलित हुए : वीरेन्द्र सचदेवा

मुख्य संवाददाता/सुषमा रानी

नई दिल्ली : अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर नई दिल्ली के पंडित दीनदयाल उपाध्याय पार्क में आयोजित कार्यक्रम में राष्ट्रीय संगठन महामंत्री बी.एल. संतोष एवं भाजपा के वरिष्ठ केन्द्रीय नेताओं के साथ दिल्ली भाजपा अध्यक्ष वीरेन्द्र सचदेवा भी सम्मिलित हुए।

भाजपा के सांसद, विधायक, पार्षद, प्रदेश, जिला एवं मंडल सभी स्तर के कार्यकर्ता आज पार्टी अथवा सरकारी कार्यक्रमों में सम्मिलित हुए। पंडित दीनदयाल उपाध्याय के स्मृति स्थल पर पहली बार आयोजित योग दिवस कार्यक्रम में भाजपा के राष्ट्रीय महामंत्री अरूण सिंह, दिल्ली सरकार के स्वास्थ्य मंत्री डा. पंकज सिंह, भाजपा के राष्ट्रीय संगठक वी. सतीश, कार्यालय मंत्री महेन्द्र पांडे, राज्य सभा सांसद श्री लक्ष्मीकांत वाजपेयी, चांदनी चौक जिलाध्यक्ष अरविंद गर्ग, दिल्ली भाजपा के सह कार्यालय मंत्री अमित गुप्ता सहित सैकड़ों भाजपा कार्यकर्ता एवं पार्क में नियमित आने वाले सैकड़ों लोग भी सम्मिलित हुए। इस अवसर पर दिल्ली भाजपा अध्यक्ष वीरेन्द्र सचदेवा ने कहा की योग भारत की वो प्राचीन शैली है जो स्वास्थ्य एवं चरित्र दोनों के निर्माण का माध्यम हैं। नियमित योग करना हमे जीवन में आत्मविश्वास एवं खुद पर नियंत्रण बढ़ाने में सहयोग देता है।

वीरेन्द्र सचदेवा ने कहा की आज दिल्ली भाजपा के सभी 256 मंडलों में योग दिवस कार्यक्रम हुए जिनमें सांसद एवं विधायकों के साथ समिति अध्यक्ष तक सम्मिलित हुए।

केन्द्रीय राज्य मंत्री हर्ष मल्होत्रा ने हुमायूं टोमब परिसर में आयोजित योग दिवस कार्यक्रम में सम्मिलित होकर योग किया और कहा की गत 20 वर्ष से अधिक से मेरा दिन योग से शुरू होता है और इसी से मेरे जीवन में अनुशासन है

सांसद मनोज तिवारी वजीराबाद में आयोजित योग दिवस कार्यक्रम में सम्मिलित हुए। वरिष्ठ सांसद रामवीर सिंह बिधूड़ी संसद भवन परिसर में आयोजित योग दिवस कार्यक्रम में सम्मिलित हुए। सांसद प्रवीन खंडेलवाल लाल किला मैदान में आयोजित ब्रह्म कुमारी संस्थान के योग दिवस कार्यक्रम में सम्मिलित हुए।

सांसद योगेन्द्र चांदोलिया ने प्रह्लादपुर स्पोर्ट्स कॉम्पलेक्स में आयोजित कार्यक्रम में योग किया।

सरकारी स्टेंडिंग कमेटी टीम के साथ मैंगलोर गईं पश्चिम दिल्ली सांसद कमलजीत सहरावत ने सभी सहयोगी सांसदों के साथ योग किया और प्रधान मंत्री का योग दिवस सम्बोधन सुना। नई दिल्ली सांसद बाँसुरी स्वराज ने पुराना किला परिसर में योग दिवस कार्यक्रम में योगा कर युवाओं को नियमित योग करने के लिए आमंत्रित किया।

मनोहर लाल खट्टर ने एक पेड़ मां के नाम अभियान के तहत वृक्षारोपण व योग किया

मुख्य संवाददाता

नई दिल्ली : अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में केन्द्रीय मंत्री मनोहर लाल खट्टर ने आज जंतर मंतर लॉन में आयोजित कार्यक्रम 'एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य' में सहभागिता कर योगाभ्यास किया।

केन्द्रीय मंत्री मनोहर लाल खट्टर ने एक पेड़ मां के नाम अभियान के तहत वृक्षारोपण कर पर्यावरण संरक्षण के प्रति अपनी प्रतिबद्धता को दोहराया।

इसके साथ ही प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की विशाखापत्तनम से वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से उनके भाषण को कार्यकर्ताओं के साथ सुना और कहा की उनका मार्गदर्शन प्राप्त कर ऊर्जा और प्रेरणा से अभिभूत हूं।

योगाभ्यास से बाद मीडिया से बात करते हुए केंद्रीय मंत्री मनोहर लाल खट्टर ने कहा कि योग केवल व्यायाम नहीं, बल्कि स्वास्थ्य, संतुलन और शांति का मार्ग है। इसे अपने जीवन का अभिन्न हिस्सा बनाना चाहिए। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने योग को अपने निजी जिवन में अपनाने का जो आज मूलमंत्र दिया है, उसे हम सबको अपनाना चाहिए और हम तभी दूसरों को प्रेरित कर सकते हैं जब हम खुद योग करें। उन्होंने कहा कि पर्यायवरण को बेहतर बनाने के लिए एक पेड़ मां के नाम अभियान को भी हमें जन आंदोलन बनाना चाहिए।

11वें अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर मदनगीर मंडल में प्रसिद्ध योगा एक्सपर्ट लीलाधर शर्मा जी के द्वारा सभी साथियों के योगाभ्यास किया। इस अवसर पर अम्बेडकर नगर विधानसभा प्रभारी श्री अमित तंवर जी, एससी मोर्चा जिलाध्यख चंद्रपाल बैरवा जी, निगम प्रत्याशी मनीषा बैरवा जी, एससी मोर्चा जिला प्रभारी सुनील पहलवान जी, मंडल अध्यक्ष दिलीप देवतवाल जी, जिला प्रवक्ता राजकुमार गोठवाल जी, सतीश मेहरा जी, अनिल सागर जी, ताराचंद जी, बबलू प्रधान जी, प्रमिला शर्मा जी, संजीत सिंह जी, विपिन बसवाल जी, गोलू जी आदि क्षेत्र के ज्येष्ठ श्रेष्ठ साथियों ने योगाभ्यास किया।

रायन इंटरनेशनल स्कूल, सेक्टर-25, रोहिणी द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस समारोह

मुख्य संवाददाता

नई दिल्ली। रायन इंटरनेशनल स्कूल, सेक्टर-२५, रोहिणी ने २१ जून को स्कूल के एम्फीथिएटर में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस को बड़े उत्साह और श्रद्धा के साथ मनाया। इस अवसर पर छात्रों, अभिभावकों और प्रतिष्ठित पूर्व छात्रों की भागीदारी रही, जिससे यह एक यादगार और प्रभावशाली सुबह बन गई जो स्वास्थ्य और एकता से परिपूर्ण थी। कार्यक्रम की शुरुआत प्रार्थना के साथ हुई, जिसमें यीशु वंदना , धर्मग्रंथों का पाठ और विशेष प्रार्थना शामिल थीं, जिससे दिन का प्रारंभ एक शांत और आध्यात्मिक वातावरण में हुआ। छात्रों और उनके अभिभावकों ने खुले आसमान के नीचे विभिन्न योगासनों का अभ्यास किया और समग्र स्वास्थ्य के भाव को अपनाया। इस कार्यक्रम की मुख्य आकर्षण थे डॉ. नीलांक जायसवाल, जो स्कूल के गौरवशाली पूर्व छात्र और जायसवाल सुपर स्पेशलिटी क्लिनिक के प्रतिष्ठित डेंटिस्ट हैं। उन्होंने सक्रिय रूप से योग सत्र में भाग लिया और सभी को योग को जीवनशैली में अपनाने के लिए प्रेरित किया। हर योगासन के साथ उसके लाभों और सही मुद्रा की विस्तृत जानकारी दी गई, जिससे प्रतिभागियों ने केवल योग का अभ्यास ही नहीं किया, बल्कि उसकी वैज्ञानिकता और महत्व को भी समझा। इस सत्र ने मानसिक एकाग्रता, संतुलन, लचीलापन और शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य पर विशेष बल दिया। स्कूल ने माननीय चेयरमैन डॉ. ए.एफ. पिंटो की दूरदृष्टि को दोहराते हुए, योग के माध्यम से अच्छे स्वास्थ्य, आंतरिक शांति और अनुशासित जीवन के मूल्यों को प्रोत्साहित किया। एम्फीथिएटर सकारात्मक ऊर्जा से भर गया जब रायन परिवार एक साथ मिलकर स्वास्थ्य में साँस लेता और तनाव को बाहर छोड़ता दिखा। यह उत्सव एक और कदम था युवा मनों को स्वस्थ, संतुलित व्यक्तित्व के रूप में विकसित करने की दिशा में — जो स्कूल के समग्र विकास के मिशन के अनुरूप है।

निगम पार्षद टिम्सी सुरेश शर्मा ने किया क्षेत्र का दौरा, सुनीं लोगों की समस्याएं

परिवहन विशेष न्यूज

नई दिल्ली: बादली विधानसभा क्षेत्र के अन्तर्गत आने वाले वार्ड-18 जहांगीर पुरी वार्ड की निगम पार्षद टिम्सी सुरेश शर्मा ने जहांगीरपुरी वार्ड के कई इलाको में दौरा किया और जनता की समस्याएं सुनीं। इस मौके पर निगम पार्षद टिम्सी सुरेश शर्मा के साथ सुरेश शर्मा, अनुज सिंह, प्रदीप गोयल, मिस्टर गोखले सहित कई गणमान्य लोग मौजूद रहे।

इस मौके पर स्थानीय लोगों ने निगम पार्षद टिम्सी शर्मा को कई समस्याओं से अवगत कराया। पार्षद ने जनता की समस्याओं को ध्यान सुना और अधिकारियों को आदेश दिया की जनता की समस्याओं का जल्द से जल्द समाधान होना चाहिए, जिससे की जनता को परेशान न होना पडे।

उन्होंने जानकारी देते हुए बताया कि जहांगीर पुरी के जे ब्लॉक गली न-100 से लेकर 500 तक सफाई कार्य का निरीक्षण किया और साथ ही जहांगीर पुरी आई- ब्लॉक गली न-1500 से लेकर 2000 तक नालियो का कूड़ा उठवाया गया और जहांगीर पुरी आई- ब्लॉक और जे- ब्लॉक के मैन मार्किट में 1000 से लेकर 2000 तक नालियो की सफाई करवाई साथ ही सुरेश शर्मा ने स्वामी श्रद्धानंद कॉलोनी के कई ब्लॉको में सफाई कार्य का निरीक्षण भी किया।

फन वे लर्निंग एनजीओ में बच्चों को योग करवाया गया और अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया

दिल्ली पुलिस अकादमी ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025 को बड़े उत्साह के साथ मनाया

स्वतंत्र सिंह भुल्लर नई दिल्ली

दिल्ली पुलिस अकादमी ने अपने चार परिसरों में सामूहिक योग सत्र आयोजित करके अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 2025 को बड़े उत्साह के साथ मनाया। इस कार्यक्रम में 2500 प्रशिक्षुओं, प्रशिक्षकों और वरिष्ठ अधिकारियों ने सक्रिय भागीदारी की, जिसमें शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देने में योग के महत्व पर प्रकाश डाला गया।

द्वारका परिसर में, श्री आसिफ मोहम्मद अली, आईपीएस, संयुक्त निदेशक ने 600 प्रशिक्षुओं और प्रशिक्षकों के साथ योग सत्र में भाग लेकर उदाहरण प्रस्तुत किया।

इसी तरह, वजीराबाद परिसर में, श्री मोहम्मद अली, आईपीएस, उप निदेशक ने 900 प्रशिक्षुओं और प्रशिक्षकों के साथ योग सत्र में भाग लिया, जिसमें समग्र स्वास्थ्य के प्रति प्रतिबद्धता को रेखांकित किया गया।

झरोदा कलां परिसर में, सहायक निदेशक श्री अनिल कुमार और श्री रिचपाल ने लगभग 1000 प्रशिक्षुओं और प्रशिक्षकों के साथ योग सत्र में भाग लिया, जिससे अकादमी के स्वास्थ्य पर जोर और मजबूत हुआ।

अभनपुरा कमांडो कैंपस में भी योग सत्र का आयोजन किया गया, जिसमें कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और योग के लाभों को अपनाया।

श्री संजय कुमार, आईपीएस, स्पेशल सीपी/ट्रेनिंग की देखरेख और दूरदर्शी दृष्टिकोण ने प्रशिक्षण अकादमी में सर्वोत्तम परिणामों में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है।

इस पहल के माध्यम से, दिल्ली पुलिस अकादमी अपने कर्मियों के बीच स्वास्थ्य और फिटनेस की संस्कृति को बढ़ावा देने के लिए अपनी प्रतिबद्धता की पुष्टि करती है, जो अंततः एक अधिक केंद्रित और कुशल कार्यबल में योगदान देती है।

करो योग रहो निरोग यही है जीवन का बोध योग ही स्वस्थ जीवन की कुंजी डॉ हृदयेश कुमार

परिवहन विशेष न्यूज

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस दिवस पर अटल पार्क सैक्टर 2 में अखिल भारतीय मानव कल्याण ट्रस्ट द्वारा योग दिवस पर विशेष प्रकाश डालते हुए ट्रस्ट के संस्थापक डॉ हृदयेश कुमार ने बताया कि योग के अभ्यास का सम्मान करने और दुनिया भर में इसके लाभों को बढ़ावा देने के लिए हर साल 21 जून को योग दिवस मनाया जाता है। इस वर्ष अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की थीम 'एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग' है। यह एक विशेष मील का पत्थर भी है क्योंकि 2025 इस वैश्विक उत्सव की 11वीं वर्षगांठ है। योग से जीवन में सुख और शांति आती है। योग करने से व्यक्ति में एक नई शक्ति का संचार होता है, जो आपके हर बॉडी पार्ट को हेल्दी रखने का काम करता है. इसके साथ ही ये आपके शरीर के 7 चक्रों को भी प्रभावित करता है

योग, वैदिक समय से हमारे जीवन का हिस्सा रहा है. योग की महिमा ऐसी है कि ये ना केवल आपके शारीरिक स्वास्थ्य को बल्कि मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य को भी दुरुस्त करता है. भारत समेत पूरी दुनिया योग करने से मिलने वाले फायदों के बारे में जानती है और उन्हें मानती भी है. ऐसे हर साल 21 जून को दुनियाभर के लोग अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस बड़े ही चाव से मनाते हैं. योग करने से व्यक्ति में एक नई शक्ति का संचार होता है, जो आपके हर बॉडी पार्ट को हेल्दी रखने का काम करता है. इसके साथ ही ये आपके शरीर के 7 चक्रों को भी प्रभावित करता है ! सिर्फ आध्यात्मिक नहीं हैं, बल्कि ये आपके शरीर, मन और भावनाओं को ठीक रखने की चाबी भी हैं. चाहे आपने अभी नया-नया योग करना शुरू किया हो या लंबे समय से कर रहे हों, अगर आप इन चक्रों को समझते हैं और सही तरीके से उन्हें एक्टिवेट करते हैं, तो योग आपके शरीर पर और भी गहरा पॉजिटिव प्रभाव डालता है. चलिए जानते शरीर में मौजूद इन 7 चक्रों के बारे में और कैसे अलग-अलग योग आसन इन्हें एक्टिवेट करके आपकी सेहत को बेहतर बनाते हैं और उसे शांति और संतुलन की ओर ले जाते हैं

शरीर में मौजूद इन एनर्जी चक्रों की बात करें तो इनका मतलब एक तरह के खास बिंदु होते हैं. इन खास बिंदुओं पर आपके शरीर की एनर्जी जमा होती है. हर चक्र शरीर के किसी खास हिस्से में होता है और उसी से उस हिस्से को एनर्जी मिलती है. अगर आपका मन शांत, खुश और स्ट्रेस फ्री है तो आपके च्रक सही ढंग से काम करते हैं और शरीर में एनर्जेटिक बना रहता है । मूलाधार चक्र (Root Chakra)

लाल रंग का मूलाधार चक्र शरीर में रीढ़ की हड्डी के बिल्कुल नीचे होता है. ये चक्र जब बैलेंस रहता है तो आपको जीवन में स्थिरता महसूस होती है

मणिपुर चक्र (Solar Plexus Chakra)

पीले रंग का मणिपुर चक्र आपकी नाभि के पास होता है. यह आपके जीवन में आत्मविश्वास देता है, जिसकी मदद से आप कॉन्फिडेंटली आप उसे संभाल पाते हैं और हर परिस्तिथि को कंट्रोल कर पाते हैं.

सैक्रल च्रक (Sacral Chakra)

दूसरा चक्र सैक्रल होता है, जो यह मूलाधार चक्र के ऊपर और मणिपुर चक्र (Solar Plexus Chakra) के नीचे होता है. आसान भाषा में कहें तो ये आपके शरीर में पेट के निचले हिस्से में होता है. नारंगी रंग के इस च्रक से आपके शरीर का जल तत्व जुड़ा होता है.

सहस्रार चक्र (Crown Chakra)

सहस्रार या क्राउन चक्र, सबसे ऊंचा चक्र, सिर के ऊपर है. पर्पल या वाइट कलर का यह चक्र आध्यात्मिक रूप से पूरी तरह से जुड़े रहने की हमारी क्षमता को प्रभावित करता है.

विशुद्ध चक्र (Throat Chakra)

विशुद्ध चक्र गले के हिस्से में मौजूद होता है. नीले रंग का यह चक्र आपकी बात को साफ और अच्छे तरीके से कहने की क्षमता को प्रभावित करता है. जिन लोगों का यह चक्र बंद होता है, उन्हें अपनी भावनाओं को व्यक्त करने के लिए सही समय पर सही शब्दों का प्रयोग करना मुश्किल लगता है.

अनाहत चक्र (Heart Chakra)

अनाहत चक्र दिल के ठीक ऊपर छाती में मौजूद होता है. यह शरीर में मौजूद नीचे वाले चक्रों और ऊपर के चक्रों के बीच एक पुल के रूप में काम करता है. इस च्रक का रंग हरा या पिंक होता है और यह चक्र दूसरों को समझने और उन्हें प्यार देने की हमारी क्षमता को प्रभावित करता है

आज्ञा चक्र (Third Eye Chakra)

यह चक्र माथे में आंखों के बीच में होता है और इसे ब्रो चक्र भी कहा जाता है. इंडिगो कलर के इस चक्र को आत्मा की आंख के रूप में देखा जा सका है. यह चक्र आपकी इंट्यूशन से जुड़ा होता है. आप जिसे छठी इंद्री कहते हैं, वह इसी चक्र की खास ताकत होती है.

मूलाधार चक्र के लिए

इस चक्र को एक्टिवेट करने के लिए ऐसा कोई भी आसन करना चाहिए, जो कमर के हिस्से की मसल्स को एक्टिव करता है. मूलाधार चक्र को खोलने के लिए वॉरियर पोज, ट्री पोज, उत्थित पार्श्व अंगुष्ठासन जैसे आसन करने चाहिए.

सैक्रल च्रक के लिए

जब सैक्रल चक्र की बात आती है तो कोई भी ऐसा आसन करना चाहिए, जो एनस और नाभि के बीच के हिस्से को एफेक्ट करता है. यह खोलने के लिए चेयर पोज, पादहस्तासन और पादंगुष्ठासन करने चाहिए.

मणिपुर चक्र के लिए

मणिपुर चक्र को खोलने के लिए सभी कोर स्ट्रेंथनिंग पोज बहुत अच्छे होते हैं जैसे बोट पोज, क्रेन पोज, शलभासन, पुवोइत्तानासन, पश्चिमोत्तानासन, तोलांगुलासन, प्लैंक, साइड प्लैंक और मयूरासन.

योग है स्वस्थ जीवन की कुंजी,
रखे हर रोग को दूर की पुंजी।
हर दिन करें योग से शुरुआत,
योग दिवस पर हो नई बात।

इस योगशाला में सुबोध कुमार साह, वेदप्रकाश पाराशर, शिव शंकर राय, सतपाल सिंह मनीषा देवी बेबी देवी बंटी कोहली , विमलेश देवी, राहुल, नीरज कुमार, सतपाल सिंह और अन्य बहुत से गणमान्य लोग मौजूद रहे।

अंतर्राष्ट्रीय दिवस पर : योग की सरिता में डूबा कानपुर ग्रीन पार्क में उमड़ी भीड़

सुनील बाजपेई

कानपुर। शनिवार को विश्व योग दिवस के अवसर पर शहर के गली, मुहल्ले व घर घर योग की धूम रही। अब एक त्यौहार का रूप ले चुके अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आज कानपुर के ग्रीन पार्क मैदान में भी लाखों लोगों ने योगासन किया।

इसके लिए सुबह सबेरे से ही लोग ग्रीन पार्क समेत अन्य पार्कों व सार्वजनिक स्थानों पर योग के लिए निकल पड़े। लोगों के उत्साह को देख ऐसा लग रहा था कि जैसे वे कोई त्यौहार मनाने जा रहे हों।

आज अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के इस मौके पर शहर का कोई ऐसा पार्क नही था, जहां योग के कार्यक्रम आयोजित न किए गये हों। हर जगह लोगों का उत्साह देखते बन रहा था। बच्चे ,महिलाएं व नौजवान सभी योग करते नजर आए। बुजुर्गों ने भी इस योग दिवस पर पार्कों में योग गुरुओं के सानिध्य मे खूब हाथ-पैर चलाए।

हर साल की तरह इस बार भी ग्रीनपार्क स्टेडियम में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर उत्साह और उमंग नजारा दिखा। सुबह ठंडी हवाओं ने योग के संगम ने हर मन और तन को प्रफुल्लित कर दिया। एक साथ हजारों शहरवासियों ने योग क्रियाएं कर वातावरण को योगमय कर दिया। इस दौरान विधानसभा अध्यक्ष सतीश महाना, जिलाधिकारी जितेंद्र प्रताप सिंह, पुलिस कमिश्नर अखिल कुमार, एमएलसी अरुण पाठक अन्य गणमान्य लोगों ने भी योगाभ्यास किया।

हर गांव को नशामुक्त बनाना हमारा सपना: पायल लाठ

पायल एक नया सवेरा फाउंडेशन द्वारा नशा मुक्ति अभियान एवं समाज सेवा कार्यक्रम का आयोजन

कोटा, बिलासपुर। समाज सेवा के क्षेत्र में अग्रणी भूमिका निभा रही "पायल एक नया सवेरा फाउंडेशन" द्वारा जनपद कोटा के ग्राम करखा में एक प्रेरणादायक नशा मुक्ति जागरूकता अभियान एवं मानव समाज सेवा कार्यक्रम का सफल आयोजन किया गया। इस अवसर पर ग्रामीणों को नशा त्यागने का संदेश दिया गया एवं जरूरतमंदों को वस्त्र, फल और बिस्किट वितरित कर सेवा की मिसाल पेश की गई।

इस आयोजन का नेतृत्व संस्था की अध्यक्ष पायल शब्द लाठ ने किया। उनके साथ संस्था के सचिव चंचल सलूजा, कोटा थाना प्रभारी तोप सिंह नवरंग, ग्राम करखा के सरपंच, समाजसेवी अनिल बामने और प्रशांत सिंह राजपूत उपस्थित रहे।

इन सभी अतिथियों ने अपने-अपने उद्बोधन में समाज से नशा उन्मूलन की आवश्यकता पर बल दिया तथा संस्था के कार्यों की सराहना की।

कोटा के थाना प्रभारी तोप सिंह नवरंग ने अपने विचार साझा करते हुए कहा नशा किसी व्यक्ति की नहीं, पूरे परिवार और समाज की जड़ों को खोखला कर देता है। ऐसे अभियानों से ही जागरूकता की लौ जगाई जा सकती है।

संस्था की अध्यक्ष पायल शब्द लाठ ने कहा कि हमारा सपना है – नशा मुक्त समाज, शिक्षित युवा और सेवा भाव से भरा गांव। ये कार्यक्रम उस दिशा में एक कदम है। इस कार्यक्रम में करखा गांव के गरीब और जरूरतमंद लोगों को सप्रेम वस्त्र, फल और बिस्किट वितरित किए गए। संस्था द्वारा की गई इस सेवा से ग्रामीणों के चेहरों पर संतोष और मुस्कान दिखाई दी, सभी प्रफुल्लित नजर आये।

पायल एक नया सवेरा फाउंडेशन के सचिव चंचल सलूजा ने कहा कि हमारा प्रयास सिर्फ सेवा नहीं, बल्कि समाज को सकारात्मक दिशा देना है। हर गांव में यह भावना फैले, यही हमारा संकल्प है। ग्राम करखा में आयोजित इस कार्यक्रम में सैकड़ों ग्रामीणों उत्साह के साथ सहभागिता निभाई। सभी ने नशा छोड़ने और समाज सेवा में भागीदारी निभाने का संकल्प लिया। ग्राम सरपंच, स्थानीय युवा, महिलाओं और बच्चों सभी ने इस आयोजन को सफल बनाने में अपना सहयोग दिया।

एक देश के प्रधानमंत्री का फोन कॉल लीक-तख़्ता पलट की आशंका- सियासी घमासान- गठबंधन टूटा-सड़कों पर प्रदर्शन- माफी मांगी

₹वड्डा सडावण,वड्डा दुख पावण₹- जितने बड़े पद प्रतिष्ठा जिम्मेदारी या ओहदे में रहेंगे,उतने ही बड़े कष्ट,जिम्मेदारियाँ और दुख भी सहने पड़ेंगे

वैश्विक स्तरपर सरकार,शासन, प्रशासन से लेकर समाज़ तक का नेतृत्व करके सार्वजनिक जीवन जीने वाले व्यक्ति को हर पग़ पर नई चुनौतियों का सामना करना पड़ता है–**एडवोकेट किशन सनमुखदास भावनानीं गोंदिया महाराष्ट्र**

वैश्विक स्तरपर दुनियाँ के हर देश की प्रौद्योगिकी ने इतनी उन्नति कर ली है,कि अब हूबहू कृत्रिम मानव एआई कार्यबल, दिमाग, इतना ही नहीं हम अपने दिमाग में क्या सोच रहे हैं वह भी मशीन द्वारा बता दिया जाएगा जैसे मानव जीवन में नई चुनौतियों को उदय कर दिया है मैं एडवोकेट किशनसनमुखदास भावनानीं गोंदिया महाराष्ट्र मानता हूं कि हम प्रौद्योगिकी जीवन की जितनी सुख सुविधाओं का उपयोग करेंगे, तो हमें उससे होने वाले अनेकों हानियों को भी सहने के लिए तैयार रहना चाहिए हम प्रिंट, इलेक्ट्रॉनिक मीडिया में हमेशा पढ़ते रहते हैं इतने लोग लिफ्ट में फंसे, इतनें उस हादसे में मृत्यु हुए घायल हुए, सबसे दुखद अभी सटीक उदाहरण 12 जून 2025 प्लेन क्रैश है। आज हम इस विषय पर चर्चा इसलिए कर रहे हैं क्योंकि आज मंत्री से लेकर संत्री तक यानी टॉप से लेकर बॉटम तक बैठे व्यक्तियों द्वारा फोन का उपयोग किया जाता है, हालांकि यह दशकों से हो रहा है परंतु इसकी प्रौद्योगिकी इतनी उन्नत हो गई है कि आज हर कॉल टेप हो रहा है,जो मुसीबत की जड़ बन सकता है। ऐसा ही काम थाईलैंड की युवा 38 वर्षीय प्रधानमंत्री पैटोंगटारन शिनावात्रा के साथ हुआ है, उन्होंने अपने पड़ोसी मुल्क कंबोडिया के पूर्व पीएम और सांसद के साथ अभी हाल ही मई में माह में हुए थाईलैंड कंबोडिया सीमा पर कुछ विवाद के संबंध में कुछ दिन पूर्व 17 मिनट की फोन पर बातचीत की व पारिवारिक संबंधों के कारण अंकल कहकर संबोधन किया और फिर वह कॉल लीक हो गया, जिससे ऐसा सियासी धामासान हुआ कि गठबंधन टूट गया, सड़कों पर प्रदर्शन शुरू हो गए, व तख्ता पलट की आशंकाएं उत्पन्न हो गई है, जिससे थाई प्रधानमंत्री को 19 जून 2025 को माफी मांगनी पड़ी है। इसलिए ही मेरा मानना है कि पंजाबी भाषा में एक मशहूर कहावत है, ₹वड्डा सडावण,वड्डा दुख पावण₹- जितने बड़े पद प्रतिष्ठा जिम्मेदारी या ओहदे में रहेंगे,उतने ही बड़े कष्ट, जिम्मेदारियाँ और दुख भी सहने पड़ेंगे, इसलिए आज हम मीडिया उपलब्ध जानकारी के सहयोग से इस आर्टिकल के माध्यम से चर्चा करेंगे, एक देश के प्रधानमंत्री का फोन कॉल लीक,तख़्ता पलट की आशंका, सियासी घमासान,गठबंधन टूटा, सड़कों परज़ोरदार प्रदर्शन,माफी मांगी।

साथियों बात अगर हम थाईलैंड की पीएम व कंबोडिया के पूर्व पीएम की फोन पर 17 मिनट की बातचीत की करें तो, दुनियाँ के कई पड़ोसी देशों में बॉर्डर पर झड़प होती रहती है,ऐसे माहौल में दोनों देशों की सेनाएं आमने सामने होती हैं, मरने मारने की नौबत आती है, हालांकि एक देश के पीएम ने ऐसे समय में पड़ोसी देश के नेता को फोन मिलाकर जो बातें कहीं, उसने सरकार की कुर्सी हिला दी हैं,अब 10 महीने पुरानी इस सरकार के सहयोगी ने गठबंधन का साथ छोड़ दिया है, जनता और सेना में भारी गुस्सा देखा जा रहा है, पीएम को माफी मांगनी पड़ी है और वह झट से सैनिकों के बीच पहुंच गई हैं,ये मामला थाईलैंड की प्रधानमंत्री पैटोंगटारन शिनावात्रा से जुड़ा हैं।एक फोन कॉल से सरकार गिर सकती है, खासकर उस समय जब देश के प्रधान मंत्री ने फोन कॉल पर क्या सिक्रेट बात की थी, उसकी रिकॉर्डिंग लीक हो जाए, ऐसा थाइलैंड

में होता दिख रहा है जहां की प्रधान मंत्री पैटोंगटारन शिनावात्रा पर पद छोड़ने का दबाव बढ़ रहा है, कंबोडिया से बढ़ते सीमा विवाद को लेकर कंबोडिया के शक्तिशाली पूर्व नेता के साथ हुई पैटोंगटार्न की 17 मिनट की कॉल रिकॉर्डिंग लीक हो गई है।कॉल पर ऐसी क्या बात हो गई ?थाइलैंड और कंबोडिया के बीच विवादित सीमा को लेकर कई सप्ताह से कलह जारी है, 15 जून को पीएम पैटोंगटारन शिनावात्रा ने हुन सेन के साथ बात की थी जिन्हें वह ₹चाचा₹ कहती थी,अपनी कॉल में पैटोंगटारन न केवल अनुभवी कंबोडियन राजनेता के सामने झुकती हुई दिखाई दीं, बल्कि एक वरिष्ठ थाई सैन्य कमांडर की संभावितआलोचना भी करती सुनी गईं, उनके इस फोन कॉल को उनके आलोचकों और सहयोगियों, दोनों ने समान रूप से खतरे की रेखा के रूप में देखा उन्होंने रिपोर्टरों से कहा,₹यह मेरे प्राइवेट फोन से एक प्राइवेट कॉल थी.₹सरकार गिरने के करीब पैटोंगटारन ने माफी तब मांगी है। जब एक दिन पहले संसद के निचले सदन में तीसरी सबसे बड़ी कंजर्वेटिव भूमजैथाई पार्टी ने कॉल के ऑडियो का हवाला देते हुए सत्तारूढ़गठबंधन से हाथ खींच लिया था, पैटोंग टारन की फू थाई पार्टी के पास अब थाईलैंड की 500 सदस्यीय संसद में केवल 255 एक संकीर्ण बहुमत है, और कुछ अन्य गठबंधन सहयोगियों के बाहर निकलने से सरकार आसानी से गिर सकती है।बातचीत के लीक होते ही राजधानी बैंकॉक में सैकड़ों प्रदर्शनकारी सड़कों पर उतर आए, विपक्ष ने पार्लियामेंट भंग करने और नए चुनाव की मांग कर दी है। लीक कॉल में पेटोंगटार्न ने हुन सेन को अंकल कहकर संबोधित किया, हालांकि यह व्यक्तिगत विनम्रता हो सकती थी, लेकिन थाई जनता और राष्ट्रवादी संगठनों ने इसे राष्ट्रीय गरिमा के खिलाफ माना, इससे भी बड़ी बात यह थी कि उन्होंने थाई सेना के एक अधिकारी को विरोधी कहा, जो उस बॉर्डर जोन की कमान संभाल रहा था जहां झड़प हुई थी,थाई सेना, जो देश की राजनीति में ऐतिहासिक प्रभाव रखती है, इस टिप्पणी से बुरी तरह आहत हुई, इसी बयान ने सैन्य असंतोष और तख्तापलट की आशंका को हवा दी है, बता दें कंबोडियाई नेता हुन सेन ने इस कॉल को न केवल 80 कंबोडियाई अधिकारियों के साथ साझा किया, बल्कि इसे फेसबुक पर सार्वजनिक भी कर दिया, उनका यह कदम दोनों देशों के कूटनीतिक संबंधों में तनाव का कारण बन गया। पेटोंगटार्न की सरकार को सबसे बड़ा झटका तब लगा जब भूमजयथाई पार्टी, जो गठबंधन में दूसरी सबसे बड़ी पार्टी थी, उन्होंने सरकार से समर्थन वापस ले लिया,इससे संसद में बहुमत घट गया है और अब सरकार गिरने की नौबत आ चुकी है, विपक्षी नेता नट्टाफोंग रुएंगपन्यावुट ने संसद भंग करने की मांग की है, उनकी दलील है कि प्रधानमंत्री ने राष्ट्रीय हितों से समझौता किया है।

साथियों बात कर हम का थाईलैंड पीएम द्वारा 19 जून 2025 को अपना पक्ष रख माफी मांगने की करें तो थाईलैंड की प्रधानमंत्री पैटोंगटार्न शिनावात्रा ने गुरुवार को माफी मांगी। दरअसल, कंबोडिया के पूर्व प्रधानमंत्री हुन सेन के साथ उनकी बातचीत की रिकॉर्डिंग लीक हुई। इसके बाद दोनों देशों के बीच सीमा विवाद के मुद्दे नया सियासी बवाल खड़ा हो गया है। सरकार की एक बड़ी सहयोगी पार्टी गठबंधन से बाहर निकल गई है। वहीं, पैटोंगटार्न के इस्तीफे की मांग और तेज हो गई है। इससे उनकी पहले से ही डगमगा रही सरकार और कमजोर हो गई, जिसे उनकी पार्टी 'फ्यू थाई पार्टी' चला रही है। हालांकि आलोचना होने लगी तो पीएम ने तर्क दिया कि यह उनकी बात करने की टेक्निक थी, उन्होंने कहा, 'मैं बस कूल दिखाना चाहती थी,यह इतनी भी महत्वपूर्ण चीज नहीं है, विवाद नहीं थमा तो पीएम को जनता से माफी मांगनी पड़ी, दक्षिणपंथी उन्हें जमकर कोस रहे हैं।

अतः अगर हम उपरोक्त पूरे विवरण का अध्ययन कर इसका विश्लेषण करें तो हम पाएंगे कि एक देश के प्रधानमंत्री का फोन कॉल लीक- तख़्ता पलट की आशंका-सियासी घमासान- गठबंधन टूटा-सड़कों पर प्रदर्शन- माफी मांगी,₹वड्डा सडावण,वड्डा दुख पावण₹- जितने बड़े पद प्रतिष्ठा जिम्मेदारी या ओहदे में रहेंगे,उतने ही बड़े कष्ट, जिम्मेदारियाँ और दुख भी सहने पड़ेंगे, वैश्विक स्तरपर सरकार, शासन,प्रशासन से लेकर समाज़ तक का नेतृत्व करके सार्वजनिक जीवन जीने वाले व्यक्ति को हर पग़ पर नई चुनौतियों का सामना करना पड़ता है।

महिंद्रा BE 6 को दिया ट्रांसफॉर्मर्स के Bumblebee जैसा लुक, सोशल मीडिया पर वीडियो वायरल

परिवहन विशेष न्यूज

सोशल मीडिया पर Mahindra BE 6 का एक वीडियो वायरल हो रहा है। इस वीडियो में BE 6 को ट्रांसफॉर्मर्स (Transformers) फिल्म दिखाई देने वाले कैरेक्टर बम्बलबी (Bumblebee) का लुक दिया गया है।

नई दिल्ली। भारतीय बाजार में इलेक्ट्रिक गाड़ियों का क्रेज काफी तेजी से बढ़ रहा है। दरअसल हाल के समय में आने वाली इलेक्ट्रिक कार कई बेहतरीन फीचर्स के साथ आती है। ऐसे ही प्रीमियम फीचर्स के साथ Mahindra BE 6 आती है। हाल में इसका एक वीडियो सोशल मीडिया में वायरल हो रहा है, जिसमें यह कार ट्रांसफॉर्मर्स (Transformers) फिल्म दिखाई देने वाला बम्बलबी (Bumblebee) की तरह दिखाई दे रही है। इसे लोग ट्रांसफॉर्मर स्टाइल 'बंबलबी' लुक कहा जा रहा है। सबसे बड़ी बात की इस कलर में कंपनी इसे ऑफर तक नहीं करती है। आइए जानते हैं कि वायरल वीडियो को लोग इतना क्यों पसंद कर रहे हैं।

भारत की पहली येलो EV

सोशल मीडिया पर वायरल हो रही वीडियो में Mahindra BE 6 पूरी तरह से ब्राइट येलो विनायल रैप में दिखाई दे रही है। यह रैप गाड़ी के बोनट, बंपर, व्हील आर्च, रूफ, डोर और बूट सहित हर हिस्से को कवर करता है। दावा किया जा रहा है कि यह भारत की पहली पीली रंग की BE 6 है। इसे यह कलर देने का काम Modzz.kl और Yellowghost_6666 की जोड़ी ने किया है। यह जोड़ी ने इससे पहले Toyota Fortuner को भी येलो रैप में बदल चुकी है।

Mahindra BE 6 की खुबियां

इसे दो बैटरी पैक 59 kWh और 79 kWh के साथ पेश किया जाता है। इसकी 59 kWh बैटरी 557 किमी की रेंज के साथ 228 bhp और 380 Nm टॉर्क जनरेट करती है, जबकि 79 kWh बैटरी 682 किमी की रेंज के साथ ही 282 bhp और 380 Nm टॉर्कस जनरेट करती है। यह इलेक्ट्रिक कार 175 kW DC फास्ट चार्जर से 20% से 80% तक सिर्फ 20 मिनट में चार्ज हो जाती है। 79 kWh वेरिएंट सिर्फ 6.7 सेकंड में 0 से 100 kmph की स्पीड पकड़ लेता है। इसमें जनरेशन मोड, साथ ही लेवल 2 ADAS जैसी एडवांस फीचर्स मिलते हैं। भारत में इसकी एक्स-शोरूम कीमत 19.65 लाख से लेकर 27.65 लाख रुपये के बीच है, जिसमें 75,000 रुपये का चार्जर भी शामिल है।

हाई स्पीड सुपरबाइक ने 2 लोगों की जान, सीसीटीवी में खुला राज

परिवहन विशेष न्यूज

नोएडा वेस्ट के चार मूर्ति चौक के पास मंगलवार तड़के एक भीषण सड़क हादसे में दो युवकों की जान चली गई। यह हादसा उस वक्त हुआ जब एक तेज़ रफ्तार डुकाटी सुपरबाइक पुलिस के बैरिकेड से टकराकर सीधे एक निर्माणाधीन अंडरपास के 7 फीट गहरे गड्ढे में गिर गई।

नई दिल्ली। नोएडा वेस्ट के चार मूर्ति चौक के पास मंगलवार को एक भीषण सड़क हादसे में दो युवकों की जान चली गई। यह हादसा उस समय हुआ जब एक तेज रफ्तार डुकाटी सुपरबाइक पुलिस के बैरिकड से टकराकर सीधे एक निर्माणधीन अंडरपास के 7 फीट गहरे गड्ढे में गिर गई। यह पूरी घटना वहां पर लगे सीसीटीवी में कैद हो गई। आइए जानते हैं कि इस घटना के बारे में विस्तार में।

CCTV फुटेज में क्या दिखा?

सीसीटीवी में कैद घटना में सुपरबाइक की स्पीड बेहद तेज थी। वीडियो में साफ दिखाई दे रहा है कि बाइक चालक ब्रेक लगाने की कोशिश की, लेकिन रफ्तार इतनी ज्यादा थी कि बाइक समय पर नहीं रुक सकी और सीधे जाकर बैरिकेड से टकरा गई। बैरिकेट से टकक्र के बाद दोनों बाइक सवार निर्माणाधीन गड्ढे में जा गिरे।

ग्रेटर नोएडा वेस्टः गौर सिटी अंडरपास के पास हुए दो दिन पुराने हादसे का CCTV वीडियो आया सामने।

तेज रफ्तार सुपर बाइक ने पहले पुलिस की बैरिकेडिंग को टक्कर मारी और फिर सीधे अंडरपास में जा गिरी।

pic.twitter.com/YfuGW9Hpfy

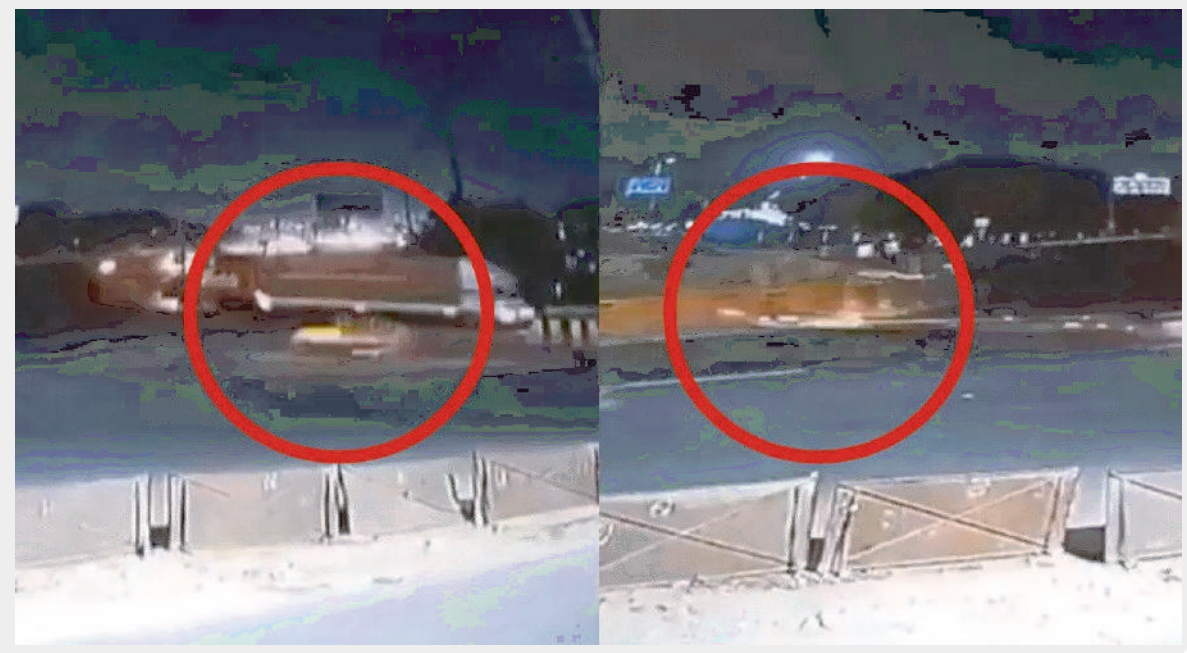
— Greater Noida West (@GreaterNoidaW) June 19, 2025

सुरक्षा के नियमों की अनदेखी

पुलिस के मुताबिक, दोनों युवक हेलमेट नहीं पहने हुए थे, जो इस हादसे को और ज्यादा घातक बना दिया। सिर में गंभीर चोट लगने की वजह से दोनों की मौके पर ही मौत हो गई। निर्माणधीन गड्ढे को घेरने के लिए लोहे की रेलिंग लगाई गई थी, लेकिन टक्कर की ताकत इतनी ज्यादा थी कि रेलिंग टूट गई और बाइक सीधा नीचे जा गिरी। जिसकी वजह से दोनों बाइक सवार की जान चली गई है।

कौन-सी बाइक थी?

हादसे में Ducati Scrambler बाइक शामिल थी, जो एक हाई-एंड सुपरबाइक है, जिसकी कीमत करीब 9.97 लाख से लेकर 12.60 लाख रुपये के बीच है। भारतीय बाजार में इसे दो इंजन ऑप्शन में पेश किया जाता है, जिसमें से एक 647.95cc का इनलाइन ट्विन-सिलेंडर, 4-स्ट्रोक, SOHC इंजन और दूसरा 803 cc का इंजन है। इन दोनों में 6-स्पीड गियरबॉक्स और क्विक शिफ्ट अप/डाउन तकनीक दी गई है। इसके 800 सीसी का इंजन वाले की टॉप स्पीड 299 kmph है। यह 140-150 किमी प्रति घंटे की रफ्तार तक आसानी से पहुंच जाती है।



टाटा मोटर्स ने शुरू किया मानसून चेक-अप कैंप, लोगों को मुफ्त में मिलेंगे कई फायदे

परिवहन विशेष न्यूज

टाटा मोटर्स ने 6 जून से 20 जून 2025 तक मानसून चेक-अप कैंप की घोषणा की है। यह कैंप 500 से ज्यादा शहरों में 1090 से अधिक वर्कशॉप पर लगाया गया है। इस कैंप में 30 से अधिक टेस्टिंग पॉइंट पर मुफ्त जांच की जाएगी जिसमें इलेक्ट्रिक वाहनों के लिए विशेष डायग्नोस्टिक सर्विस भी शामिल है। इसके अतिरिक्त ग्राहकों को स्पेयर पार्ट्स इंजन ऑयल और एक्सेसरीज़ पर छूट मिलेगी।

नई दिल्ली। टाटा मोटर्स ने अपने ग्राहकों के लिए मानसून चेक-अप कैंप की घोषणा की है। इस मानसूक चेक-अप कैंप की शुरुआत 6 जूसे से लेकर 20 जून 2025 तक लगाया गया है। टाटा मोटर्स का यह कैंपेन 500 से ज्यादा शहरों और 1,090 से अधिक अधिकृत वर्कशॉप्स जरिए लगाया गया है। आइए जानते हैं कि टाटा मोटर्स मानसूक चेक-अप कैंप का लोगों को क्या फायदा मिलेगा?

मानसून में जरूरी वाहनों का चेकअप

बारिश के मौसम में सड़कें फिसलन भरी हो जाती है और ज्यादा दूर तक साफी दिखाई भी नहीं देता है। इसकी वजह से गाड़ी की सेफ्टी और परफॉर्मेंस पर असर पड़ता है। इस मौसम में गाड़ी की सेफ्टी और वह सही से काम करें यह काफी जरूरी होता है। ऐसे में टाटा मोटर्स का यह चेक-अप कैंप टाटा की गाड़ियों के मालिकों को लिए काफी उपयोगी हो सकता है।

फ्री में करवा सकते हैं गाड़ी की जांच

टाटा मोटर्स मानसूक चेक-अप कैंप में लोग अपनी गाड़ियों की जांच को मुफ्त में करवा सकते हैं, जिसमें 30 से अधिक जरूरी टेस्टिंग पॉइंट शामिल हैं। इसमें इलेक्ट्रिक वाहनों के लिए विशेष डायग्नोस्टिक सर्विस को भी कवर करती है, जिससे ईवी मालिकों को भी फायदा होगा।

ये भी मिलेगा फायदा

टाटा मोटर्स मानसूक चेक-अप कैंप में लोगों को मुफ्त कार टॉप वॉश, मूल स्पेयर पार्ट्स, इंजन ऑयल, एक्सेसरीज़, एक्सटेंडेट वारंटी और श्रम शुल्क पर विशेष छूट मिलेगी। इसके साथ ही नए टाटा वाहनों पर आकर्षक एक्सचेंज ऑफर, जिसमें मौजूदा वाहन का मुफ्त मूल्यांकन शामिल है।

टाटा ग्राहकों के लिए लाई पहल

टाटा मोटर्स मानसूक चेक-अप कैंप को कंपनी ने अपने ग्राहकों के लिए शुरू करेगी। इसके जरिए कंपनी ग्राहकों के साथ सुरक्षा, विश्वास और सुविधा को प्राथमिकता दी जाती है। कंपनी अपने ग्राहकों को प्रोत्साहित करती है कि वे इस अवसर का लाभ उठाने के लिए निकटतम अधिकृत टाटा मोटर्स वर्कशॉप पर जाएं।

कभी हर घर की पसंद थी राजदूत मोटरसाइकिल, लाहौर से आए व्यापारी ने रखी थी नींव; अब क्यों नहीं दिखती सड़कों पर

परिवहन विशेष न्यूज

भारत में जब भी किसी क्लासिक और भरोसेमंद मोटरसाइकिल का जिक्र होता है, तो राजदूत का नाम सबसे पहले आता है। यह मोटरसाइकिल किसी जमाने में भारत की सड़कों पर राज करती थी और लोगों के जीवन का अहम हिस्सा बन गई थी।

नई दिल्ली। भारत के मोटरसाइकिल इतिहास में एक ऐसा नाम है, जिसे आज भी लोग बड़े ही गर्व और भावनात्मक तरीके से लेते हैं। उस मोटरसाइकिल का नाम है राजदूत। यह कभी सड़कों और लोगों के दिलों पर राज करने वाली मोटरसाइकिल केवल यादों में ही बची है। साल 2005 में यह भारतीय बाजार से पूरी तरह से बाहर हो गई। आइए विस्तार में राजदूत के लॉन्च होने से लेकर भारतीय बाजार से पूरी तरह से गायब होने के पीछे की कहानी जानते है।

लाहौर से भारत आए व्यापारी ने रखी थी नींव

राजदूत की शुरुआत 1947 में भारत विभाजन के बाद लाहौर से भारत आए व्यापारी हर प्रसाद नंदा ने की थी। इन्होंने 1962 में राजदूत 175 को भारतीय बाजार में पेश किया गया। इसके बाद 1983 में राजदूत डीलक्स और 1991 में राजदूत 350 को भारत में लॉन्च किया गया। इस बाइक का नाम रखने से पहले नंदा ने कहा कि वह मेरी बाइक राजा की तरह चलेगी, जैसे कोई राजदूत लेकर देश के गौरव को लेकर चलता है। यही से उन्हें बाइक के लिए नाम मिला। उन्होंने पहली राजदूत 175 को पोलैंड की कंपनी WSK के साथ मिलकर मोटरसाइकिल SHL M 11 175 cc की तर्ज पर बनाई थी। इसके बाद कंपनी ने 1983 में यामाहा के साथ पार्टनरशिप से राजदूत 350 को लॉन्च किया था।

ऐसे बनी बाजार की धड़कन

1975 में इस मोटरसाइकिल की सालाना बिक्री 50,000 यूनिट्स तक पहुंच गई थी। 1960 से 1980 के बीच यह मजदूरों, किसानों, पुलिस, सेना और सरकारी विभागों में काफी ज्यादा पॉपुलर हो गई थी। इसमें 2-स्ट्रोक इंजन तकनीक का इस्तेमाल किया गया था, जो कम मेंटेनेंस और ज्यादा परफॉर्मेंस देती थी। राजदूत 175 लोगों के बीच तब सबसे ज्यादा पॉपुलर हो गई, जब इसका इस्तेमाल मशहूर फिल्म 'बॉबी' में इस्तेमाल किया गया। इसी बाइक के जरिए ऋषि कपूर और डिंपल कपाड़िया बैठकर भागते हैं। इसकी वजह से यह बॉबी बाइक के नाम से पॉपुलर हो गई। इसके साथ ही उस समय के युवाओं में फैशन और स्टाइल का प्रतीक बन गई थी।

धीरे-धीरे क्यों पिछड़ी राजदूत

भारतीय बाजार में 1985 में हीरो-होंडा की एंट्री हुई। यह नई तकनीक और फीचर्स वाली मोटरसाइकिलों को अपने सा लेकर आई। नई तकनीकों की बाइको के कारण राजदूत की पॉपुलिरिटी में गिरावट आने लगी। 1990 के बाद 4-स्ट्रोक इंजन वाली मोटरसाइकिलों की मांग बढ़ गई, लेकिन राजदूत उसमें पिछड़ गई। 2000 के दशक तक भारतीय बाजार में 2-स्ट्रोक इंजनों पर कई पाबंदियां लगने लगी, जिसकी वजग से उनका प्रोडक्शन और बिक्री एक तरह के खत्म हो गई। 2005 के बाद एस्कॉर्ट ने यामाहा के साथ समझौता खत्म कर दिया और मोटरसाइकिल सेक्टर से पूरी तरह बाहर हो गई।

धीरे-धीरे क्यों पिछड़ी राजदूत

1985 में हीरो-होंडा के आगमन और नई तकनीक की बाइकोंकारण राजदूत की लोकप्रियता में गिरावट आने लगी। 1990 के बाद 4-स्ट्रोक इंजन वाली मोटरसाइकिलों की मांग बढ़ गई, लेकिन राजदूत उसमें पिछड़ गई। 2000 के दशक तक भारतीय बाजार में 2-स्ट्रोक इंजनों पर कई पाबंदियाँ लगने लगीं, जिससे इसका उत्पादन और बिक्री लगभग खत्म हो गई। अब कंपनी ट्रैक्टर, रेलवे उपकरण और ऑटोमोबाइल्स के दूसरे हिस्सों के प्रोडक्शन का काम करती है।

अब नई बाइक और स्कूटर में मिलेगा ABS, डीलर को भी देने होंगे दो हेलमेट

परिवहन विशेष न्यूज

जनवरी 2026 से सभी नई मोटरसाइकिल और स्कूटर्स के लिए ABS को अनिवार्य कर दिया गया है। इसके साथ ही डीलर्स को नए दोपहिया के साथ खीददार को दो BIS-सर्टिफाइड हेलमेट भी देना होगा, जिसमें से एक राइडर के लिए और एक पीछे बैठने वाले पिलीयन के लिए होगा।

नई दिल्ली। भारत में सड़क सुरक्षा को बेहतर बनाने के लिए केंद्र सरकार की तरफ से अहम फैसला लिया गया है। जनवरी 2026 से देश में बिकने वाली सभी नए दोपहिया वाहनों में एंटी-लॉक ब्रेकिंग सिस्टम (ABS) को सभी कंपनियों को देना अनिवार्य कर दिया गया है, चाहे उनका इंजन कैपेबल हो या भी नहीं। इतना ही नहीं, दोपहिया डीलरों को अब हर नए टू-व्हीलर के साथ दो BIS-सर्टिफाइड हेलमेट भी देना होगा, जिसमें से एक राइडर के लिए और एक पीछे बैठने वाले पिलीयन के लिए होगा।

सड़क सुरक्षा को लेकर बड़ा कदम

सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्रालय का यह फैसला टू-व्हीलर एक्सीडेंट में होने वाली मौतों और चोटों को कम करने को लेकर लिया गया है। सरकारी रिपोर्ट्स के मुताबिक, बाइक-स्कूटर से होने वाली हादसों में बड़ी संख्या में मामले ब्रेक फेल या स्किडिंग के कारण होते हैं साथ ही सिर पर चोल लगने से भी गंभीर हादसे होते हैं। ABS और हेलमेट दोनों इन दोनों ही जोखिमों को काफी हद तक कम कर सकते हैं।

सभी दोपहियां कंपनियां करेंगी ये बदलाव?

जनवरी 2026 से यह नियम लागू होने के बाद हर दोपहिया निर्माता कंपनी जैसे Hero, Honda, TVS, Bajaj और Suzuki को अपने मौजूदा मॉडलों में तकनीकी बदलाव करने होंगे, खासकर उन गाड़ियों में जो 125cc से कम कैपेसिटी वाले हैं। अभी तक यह नियम केवल 150cc से ज्यादा वाली मोटरसाइकिलों पर लागू होता था, लेकिन 2026 से यह हर बाइक और स्कूटर में लागू किया जाएगा।

कितनी बढ़ेगी कीमत?

कीमतों की बात करें, तो 100cc एंट्री-लेवल बाइक के दाम पर सबसे ज्यादा असर देखने के लिए मिलगा। हाल में जिन मोटरसाइकिलों की कीमतें 60 हाजर रुपये से शुरू होती है, उनकी कीमत में करीब 6,000 रुपये से लेकर 10,000 रुपये तक की बढ़ोतरी हो सकती है, क्योंकि ABS सिस्टम और फ्रंट डिस्क ब्रेक जोड़ने की लागत बढ़ेगी। कुछ कंपनियों ने इस फैसले से एंट्री-लेवल मॉडलों की कीमत बढ़ने को लेकर चिंता जताई है, वहीं सरकार का मानना है कि लोगों की जान बचाने और गंभीर चोटों को रोकने का फायदा लागत से कहीं अधिक है।

भारतीय छात्र विदेश में एमबीबीएस की पढ़ाई करना पसंद कर रहे हैं

विजय गर्ग
सेवानिवृत्त प्रिंसिपल, शैक्षिक स्तंभकार, प्रख्यात शिक्षाविद्, गली कौर चंद एमएचआर मलोट पंजाब

जैसा कि भारत में नीट युजी उम्मीदवारों की संख्या 2025 में 23 लाख हो गई, देश की चिकित्सा शिक्षा प्रणाली में अड़चन कभी अधिक स्पष्ट नहीं हुई। सिर्फ 1.1 लाख एमबीबीएस सीटों के साथ, मुश्किल से मांग का एक अंश, हजारों युवा भारतीय तेजी से राष्ट्रीय सीमाओं से परे एक रास्ता बना रहे हैं। यह विशेषाधिकार की कहानी नहीं बल्कि आवश्यकता की कहानी है, क्योंकि महत्वाकांक्षी डॉक्टरों की एक पीढ़ी भारत के भयंकर प्रतिस्पर्धी चिकित्सा परिदृश्य की सीमाओं के आसपास एक रास्ता चाहती है।

नीट पहेली: बहुत सारे उम्मीदवार, बहुत कम सीटें

राष्ट्रीय पात्रता सह प्रवेश परीक्षा पर केंद्रित भारत की चिकित्सा प्रवेश प्रणाली एक अक्षम्य प्रवेश द्वार है। कुल एमबीबीएस सीटों में से केवल 55,000 के आसपास सरकारी मेडिकल कॉलेजों में हैं, जहां औसत घर के लिए ट्यूशन पहुंच के भीतर रहता है। शेष सीटें, बड़े पैमाने पर निजी संस्थानों में, अत्यधिक शुल्क की मांग करती हैं जो कई परिवार बीमार कर सकते हैं।

यहां तक कि सराहनीय नीट स्कोर वाले छात्र अक्सर खुद को फंसे हुए पाते हैं, सब्सिडी वाली सीट को सुरक्षित करने या निजी संस्थानों के माध्यम से अपना रास्ता चुकाने में असमर्थ होते हैं। विदेश में अध्ययन करना, इस संदर्भ में, एक विकल्प नहीं बल्कि एकमात्र व्यवहार्य मार्ग बन जाता है।

शैक्षणिक दबाव बनाम लचीलापन: एक राहत भरा बोझ

एकल राष्ट्रीय प्रवेश परीक्षा का अथक दबाव अक्सर छात्रों को एक प्रयोगशाला कोट दान करने से पहले जला देता है। विदेशी चिकित्सा कार्यक्रम, इसके विपरीत, एक अधिक समग्र प्रवेश प्रक्रिया प्रदान करते हैं - एक उम्मीदवार के शैक्षणिक रिकॉर्ड, भाषा प्रवीणता, व्यक्तिगत बयान और यहां तक कि साक्षात्कार प्रदर्शन का मूल्यांकन।

विश्व स्तरीय बुनियादी ढांचा और प्रारंभिक नैदानिक जोखिम

जबकि कई भारतीय मेडिकल कॉलेज भीड़भाड़ वाली कक्षाओं और पुरानी प्रयोगशालाओं के साथ संघर्ष करते हैं, विदेशों में संस्थान अक्सर अत्याधुनिक सुविधाओं, डिजीटल पाठ्यक्रम और सिमुलेशन-आधारित प्रशिक्षण का दावा करते हैं। कैरिबियन चिकित्सा विश्वविद्यालय, विशेष रूप से, प्रारंभिक नैदानिक विसर्जन के साथ कक्षा शिक्षण को एकीकृत करने के लिए जाने जाते हैं। छात्र अपने पाठ्यक्रम के शुरुआती वर्षों से रोगियों और स्वास्थ्य प्रणालियों के साथ बातचीत करना शुरू करते हैं - एक जोखिम जो उन्हें अपने घरेलू समकक्षों की तुलना में वास्तविक दुनिया के कौशल से लैस करता है।

वैश्विक मान्यता और लाइसेंसिंग मार्ग

विदेश में अध्ययन करने के निर्णय में प्रत्यायन महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। मेडिकल स्कूलों की विश्व निर्देशिका में सूचीबद्ध संस्थान और डब्ल्यूएफएमई, ईसीएफएमजी और सीऐऐएम-एचपी जैसे निकायों द्वारा मान्यता प्राप्त स्नातकों को अंतर्राष्ट्रीय अभ्यास की ओर एक स्पष्ट मार्ग प्रदान करते हैं। ये क्रेडेंशियल भारतीय छात्रों को यूके में (यूनाइटेड स्टेट्स मेडिकल लाइसेंसिंग

एग्जामिनेशन) या (प्रोफेशनल एंड लिंगुइस्टिक असेसमेंट बोर्ड) जैसी लाइसेंसिंग परीक्षा देने की अनुमति देते हैं - विदेशों में प्रतिष्ठित निवास और फैलोशिप के लिए दरवाजे खोलते हैं।

विविध कक्षाओं, वैश्विक दृष्टिकोण

एक तेजी से जुड़े हेल्थकेयर पारिस्थितिकी तंत्र में, क्रॉस-सांस्कृतिक दक्षताएं अब वैकल्पिक नहीं हैं। विभिन्न राष्ट्रीयताओं के साथियों के साथ अध्ययन सहयोग, सहिष्णुता और संचार कौशल को बढ़ावा देता है जो आधुनिक चिकित्सा चिकित्सकों के लिए महत्वपूर्ण हैं। चाहे पूर्वी यूरोप, दक्षिण पूर्व एशिया, या कैरिबियन में, भारतीय छात्र केवल डिग्री प्राप्त नहीं कर रहे हैं - वे वैश्विक नागरिक बन रहे हैं, विभिन्न स्वास्थ्य वातावरण में काम करने के लिए प्रशिक्षित हैं।

विदेशों में विशेषज्ञता और करियर के लिए संरचित रास्ते

भारत के विपरीत- जहां स्नातकोत्तर चिकित्सा सीटें एमबीबीएस की तुलना में भी दुर्लभ हैं- कई विदेशी संस्थान विशेषज्ञता के लिए परिभाषित, योग्यता आधारित मार्ग प्रदान करते हैं। चाहे वह अमेरिका में मैच कार्यक्रमों के माध्यम से हो या ब्रिटेन में एनएचएस के निवास के माध्यम से, विदेश में चिकित्सा का अध्ययन वैश्विक स्वास्थ्य प्रणालियों में प्रतिष्ठित करियर के लिए एक कदम पत्थर के रूप में काम कर सकता है। अपनी चिकित्सा यात्रा में स्थिरता, संरचना और स्केलेबिलिटी की मांग करने वालों के लिए, यह अंतर्राष्ट्रीय जोखिम अक्सर सबसे चतुर निवेश होता है।

समझौता नहीं, बल्कि गणना की गई पसंद

विदेश में चिकित्सा का अध्ययन करने के निर्णय को अब अकादमिक रूप से कम तैयार के लिए एक गिरावट के रूप में नहीं देखा जाता है। यह तेजी से, व्यावहारिक बाधाओं और वैश्विक आकांक्षाओं से प्रेरित एक रणनीतिक कदम है। जैसा कि भारत अपने स्वास्थ्य सेवा शिक्षा विरोधाभास से जूझ रहा है, वैश्विक कक्षा अपने चिकित्सा आशाओं के लिए एक आशाजनक नुस्खा बन गई है।

कहानी: चमत्कार

विजय गर्ग

वर्षा का मौसम था। एक बैलगाड़ी कच्ची सड़क पर जा रही थी। यह बैलगाड़ी श्यामू की थी।

वह बड़ी जल्दी में था। हल्की-हल्की वर्षा हो रही थी। श्यामू वर्षा के तेज़ होने से पहले घर पहुँचना चाहता था। बैलगाड़ी में अनाज के बोरे रखे हुए थे। बोझ काफ़ी था इसलिए बैल भी ज्यादा तेज़ नहीं दौड़ पा रहे थे।

अचानक बैलगाड़ी एक ओर झुकी और रूक गई। 'हे भगवान, ये कौन-सी नई मुसीबत आ गई अब!' श्यामू ने मन में सोचा।

उसने उतरकर देखा। गाड़ी का एक पहिया गीली मिट्टी में धँस गया था। सड़क पर एक गड्ढ़ा था, जो बारिश के कारण और बड़ा हो गया था। आसपास की मिट्टी मुलायम होकर कीचड़ जैसी हो गई थी और उसी में पहिया फँस गया था।

श्यामू ने बैलों को खींचा ..... और खींचा .... फिर पूरी ताक़त से खींचा। बैलों ने भी पूरा ज़ोर लगाया लेकिन गाड़ी बाहर नहीं निकल पाई।

श्यामू को बहुत गुस्सा आया। उसने बैलों को पीटना शुरू कर दिया। इतने बड़े दो बैल इस गाड़ी को बाहर नहीं निकाल पा रहे हैं, यह बात उसे बेहद बुरी लग रही थी।

हारकर वह ज़मीन पर ही बैठ गया। उसने ईश्वर से कहा, 'हे ईश्वर, अब आप ही कोई चमत्कार कर दो, जिससे कि यह गाड़ी बाहर आ जाए। मैं ग्यारह रूपए प्रसाद चढ़ाऊँगा।'

तभी उसे एक आवाज़ सुनाई दी, 'श्यामू, ये तू क्या कर रहा है? अरे, बैलों को पीटना छोड़ और अपने दिमाग का इस्तेमाल कर। गाड़ी में से थोड़ा बोझ कम कर। फिर थोड़े पत्थर लाकर इस गड्ढे को भर। तब बैलों को खींच। इनकी हालत तो देख। कितने थक गए हैं बेचारे!'

श्यामू ने चारों ओर देखा। वहाँ आस-पास कोई नहीं था।

श्यामू ने वैसा ही किया, जैसा उसने सुना था। पत्थरों से गड्ढा थोड़ा भर गया और कुछ बोरे उतारने से गाड़ी हल्की हो गई।

श्यामू ने बैलों को पुचकारते हुए खींचा - 'ज़ोर लगा के .....' और एक झटके के साथ बैलगाड़ी बाहर आ गई।

वही आवाज़ फिर सुनाई दी, 'देखा श्यामू, यह चमत्कार ईश्वर ने नहीं, तुमने खुद किया है। ईश्वर भी उनकी ही मदद करते हैं, जो अपनी मदद खुद करते हैं।'

पढ़ाई को रुचिकर बनाने की पहल

विजय गर्ग

राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के प्रभाव में आने के बाद से भारतीय शिक्षा प्रणाली एक आमूलचूल सुधार की प्रक्रिया से गुजर रही है। इस नीति के लागू होने के बाद से ही देश की शिक्षा पद्धति में अनेक नवाचार देखने को मिल रहे हैं। इसी क्रम में राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद (एनसीईआरटी) द्वारा कक्षा एक से 12 तक के लिए हाल में विशेष शिक्षण माड्यूल प्रस्तुत किए गए हैं। इन माड्यूलों में डिजिटल तकनीक, स्वच्छता, कोविड-19, पर्यावरण, खेल, भारतीय लोकतंत्र विकसित भारत, संविधान दिवस मानसिक स्वास्थ्य, सांस्कृतिक विरासत जैसे विविध विषय शामिल हैं। एनसीईआरटी के अनुसार इन माड्यूलों का उद्देश्य कक्षा शिक्षण को और अधिक प्रभावी रोचक एवं सुग्राह्य बनाना है। इन्हें कहानियों, प्रश्नोत्तरी और संवादात्मक गतिविधियों के माध्यम से प्रस्तुत किया गया है, ताकि छात्रों में रचनात्मक सोच और सक्रिय भागीदारी को बढ़ावा मिले। वस्तुतः ये शिक्षण माड्यूल न केवल शैक्षिक नवाचार को दर्शाते हैं, अपितु भारतीय विद्यालयी शिक्षा प्रणाली को छात्र-केंद्रित, विषयानुकूल और समसामयिक बनाने की दिशा में एक समयोचित कदम भी हैं। इन माड्यूलों का उद्देश्य शैक्षणिक विषयवस्तु को अधिक जीवनोपयोगी बनाने के साथ-साथ शिक्षण-अधिगम प्रक्रिया को छात्र की जिज्ञास और अनुभवों से जोड़ते हुए पठनीय और रुचिकर बनाना भी है। इन माड्यूलों की रचन तीन स्तरों प्रारंभिक, मध्यम और माध्यमिक के अनुसार की गई है, जिससे कि छात्र की उम्र, समझ और अनुभव के अनुरूप विषय-वस्तु प्रस्तुत की जाए।

समग्रशिक्षा को साधने वाले माइयल एनसीईआरटी द्वारा प्रस्तुत कुछ प्रमुख माड्यूलों पर दृष्टि डालें तो 'डिजिटल इंडिया' पर केंद्रित शिक्षण माड्यूल विद्यार्थियों को समकालीन तकनीकी परिदृश्य से जोड़ने के प्रयास को केंद्र में रखता है। इसमें डिजिटल साक्षरता, ई-गवर्नेंस आनलाइन सेवाओं, साइबर सुरक्षा तथा डाटा सुरक्षा जैसे महत्वपूर्ण बिंदुओं को समाहित किया गया है। यह माड्यूल न केवल बच्चों में तकनीक के प्रयोग की सही समझ पैदा करता है, अपितु उन्हें डिजिटल नागरिकता की नैतिकता और उत्तरदायित्व का भी बोध कराता है। यह माड्यूल राष्ट्रीय विकास के एक अत्यंत महत्वपूर्ण अभियान को शिक्षा से जोड़ने का कारगर माध्यम बन सकता है। 'स्वच्छ भारत' से संबंधित माड्यूल विद्यार्थियों में स्वच्छता, स्वास्थ्य और सामाजिक दायित्वबोध की भावना को विकसित करने हेतु निर्मित किया गया है। यह छात्रों को स्वच्छता को जीवन पद्धति के रूप में अपनाने हेतु प्रेरित करता है विद्यालय और समुदाय देनों स्तरों पर सक्रिय भागीदारी को बढ़ावा देने वाला यह प्रयास व्यवहार में परिवर्तन की दृष्टि से अत्यंत प्रभावी है। 'स्वच्छता जादूगर' नामक एक चरित्र के माध्यम से सभी जानकारियां देना इस माड्यूल को रोचक भी बनाता है।

आज जब जलवायु परिवर्तन विश्व के समक्ष सबसे बड़ी समस्या बनकर उपस्थित है, तब पर्यावरण संरक्षण केवल विज्ञान का विषय न रहकर समाजिक चेतना का अनिवार्य पक्ष बन गया है। पर्यावरण संबंधी माड्यूल में जल संरक्षण, जैव विविधता, रीसाइकल, प्रदूषण नियंत्रण तथा जलवायु परिवर्तन जैसे मुद्दों को सरल, परंतु वैज्ञानिक दृष्टिकोण से प्रस्तुत किया गया है। इस मोड्यूल के अंतर्गत एक पेड़ मां के नाम' अभियान की कहानियों के माध्यम से प्रस्तुत करते हुए छात्रों में पेड़-पौधों के प्रति जागरूकता लाने का रचनात्मक प्रयास किया गया है।

भारत की डिजिटल धोखाधड़ी महामारी: एक मूक उत्तराधिकारी

विजय गर्ग

पूरे भारत में, हजारों लोग अदृश्य डिजिटल घोटालेबाजों के लिए अपनी मेहनत की कमाई खो रहे हैं जो शायद ही कभी पकड़े जाते हैं

हर बार जब आप फोन करते हैं और अमिताभ बच्चन की आवाज सुनते हैं तो आपको डिजिटल धोखाधड़ी के बारे में चेतावनी देते हैं, याद रखें - यह सिर्फ एक जन जागरूकता संदेश से अधिक है। यह एक बढ़ते संकट का प्रतिबिंब है जो ज्यादातर लोगों की तुलना में कहीं अधिक व्यापक है। हजारों संदिग्ध व्यक्ति फोन कॉल, फर्जी वेबसाइटों और सोशल मीडिया जाल के माध्यम से काम करने वाले धोखेबाजों का शिकार हो रहे हैं, इस प्रक्रिया में अपनी मेहनत की कमाई खो रहे हैं। यह और भी चिंताजनक है कि, ज्यादातर मामलों में, स्कैमर की पहचान अज्ञात रहती है और उन्हें पकड़ने की संभावना दर्दनाक रूप से पतली होती है। कैशलेस अर्थव्यवस्था की ओर चकाचौंध भरी भीड़ में, भारत के डिजिटल परिदृश्य ने समृद्धि और संकट दोनों के दरवाजे खोल दिए हैं।

जैसे ही स्मार्टफोन वॉलेट में बदल जाते हैं और स्वाइप की गति से पैसा चलता है, घोटालेबाज भी डिजिटल हो गए हैं - एक ही लहर की सवारी करते हुए एक मूक उत्तराधिकारी को ऑर्केस्ट्रेट करते हैं जो लाखों भारतीयों को उनकी गाढ़ी कमाई से लूट रहा है। संकट का पैमाना चिंताजनक है। अकेले 2024-25 के पहले दस महीनों में, डिजिटल वित्तीय धोखाधड़ी देश भर में 2.4 मिलियन से अधिक मामलों की रिपोर्ट के साथ, बिना सोचे-समझे नागरिकों से `4,245 करोड़ से अधिक हो गई। यह पिछले वर्ष से तेज 67 प्रतिशत की छलांग लगाता है, और हर संख्या के पीछे नुकसान, भ्रम और टूटे हुए विश्वास की कहानी है। भारत में डिजिटल धोखाधड़ी अब शौकिया हैकिंग या फ़िशिंग प्रयासों तक ही सीमित नहीं है। अब इसमें आपराधिक रणनीति की एक विस्तृत वेब शामिल है - जिसमें नकली निवेश योजनाएं और धोखाधड़ी वाले ऋण ऐप से लेकर मैलवेयर-ग्रस्त वेबसाइट, डीपफेक प्रतिरूपण और फोन कॉल पुलिस या बैंक अधिकारी के रूप में प्रस्तुत होते हैं। इनमें से कई घोटालों के केंद्र में, रमनी खच्चरस्र खातों का उपयोग होता है, जो बिना किसी संदिग्ध लोगों या मनगढ़ंत पहचान के नाम से खोले जाते हैं और चोरी किए गए धन को लूट लेते थे। इस तरह के धोखाधड़ी के तेजी से विकास को तीन

यौगिक कारकों का पता लगाया जा सकता है। पहला भारत में डिजिटल वित्तीय सेवाओं का बिजली-तेजी से प्रसार है, विशेष रूप से UPI, मोबाइल वॉलेट और इंटरनेट बैंकिंग के माध्यम से, डिजिटल सुरक्षा की सार्वजनिक समझ में समानांतर वृद्धि के बिना। दूसरा कानून प्रवर्तन प्रणाली के भीतर पर्याप्त संसाधनों की कमी है, जो अक्सर साइबर अपराध की जटिल और विकसित प्रकृति का मुकाबला करने के लिए सुसज्जित है।

और तीसरा सामाजिक आर्थिक दबाव है, विशेष रूप से तकनीक की समझ रखने वाले युवाओं में उच्च बेरोजगारी है, जो कभी-कभी उन्हें डार्क वेब और अवैध ऑनलाइन गतिविधि की ओर धकेलता है। भारत ने अब विश्व साइबर अपराध सूचकांक में विश्व स्तर पर खुद को 10 वें स्थान पर पाया है, न केवल पीड़ितों की एक उच्च संख्या बल्कि अपराधियों की बढ़ती संख्या का संकेत दिया है। यह खतरे की गंभीरता और उस तात्कालिकता को दर्शाता है जिसके साथ इसे निपटाया जाना चाहिए। चुनौती का सामना करने के लिए, नियामकों और अधिकारियों ने सिस्टम की लचीलापन को मजबूत करना शुरू कर दिया है। जब तक नीति निर्माता, बैंक, नियामक और नागरिक जागरूकता और प्रवर्तन को मजबूत करने के लिए संगीत कार्यक्रम में कार्य नहीं करते हैं, तब तक देश अपनी सबसे बड़ी छलांग को अपनी सबसे खतरनाक भेद्यता में बदल देता है। डिजिटल धोखाधड़ी के खिलाफ युद्ध केवल एक तकनीकी या वित्तीय लड़ाई नहीं है - यह हर ईमानदार भारतीय की रक्षा करने के लिए एक लड़ाई है जो बेहतर, अधिक जुड़े भविष्य में विश्वास करने की हिम्मत करता है। क्योंकि तत्काल भुगतान के युग में, घोटाले सिर्फ एक क्लिक दूर हैं।

राजनैतिक व्यंग्य-समागम

1. मनुस्मृति पढ़ाने तो दो यारो! : राजेंद्र शर्मा

ये लो कर लो बात। ये सेकुलरिस्ट, ये वामी अब क्या बच्चों को मनुस्मृति पढ़ाने भी नहीं देंगे? पढ़ाने पर, जी हां सिर्फ पढ़ाने पर, बल्कि पढ़ाने के आइडिया पर ही इतना हंगामा खड़ा कर दिया है, तो जरा सोचिए कि जब हिंदू राष्ट्र में मनुस्मृति लागू होगी, तो ये कैसा तांडव करेंगे। फौज बुलानी पड़ेगी फौज ; उससे कम में हालात संभलने से रहे।

हम तो कहते हैं कि इस खतरे की वजह से भी मोदी जी की सरकार को कम-से-कम इस मामले में किसी यू-टर्न की इजाजत नहीं देनी चाहिए। अकेले अपने बूते बहुमत नहीं है, तो न सही। बैसाखियों का सहारा लेने की मजबूरी है, तो वह भी सही। जैसे वक्फ कानून समेत सभी मामलों में जोड़-जुगाड़ का पुख्ता इंतजाम किया है, वैसा ही इंतजाम इस मामले में भी सही। पर एक बार मनुस्मृति पढ़ाने का फैसला ले लिया है, तो फिर मनुस्मृति पढ़ाई जाए।

दलितों-वलितों, महिलाओं-वहिलाओं के शोर मचाने की सरकार को परवाह नहीं करनी चाहिए। चार दिन शोर करेंगे, बहुत से बहुत दो-चार महीने शोर करेंगे, फिर खुद ही थक-हार कर बैठ जाएंगे। तब तक सरकार भी ध्यान बंटाने के लिए कोई-न-कोई मामला खड़ा कर ही देगी।

असली बात यह है कि मनुस्मृति पढ़ाने से शुरूआत तो हो। आज बच्चों को पढ़ाएंगे, तभी तो उनके देश के कर्णधार बनने तक, मनुस्मृति के लागू होने तक पहुंच पाएंगे। कहने में अच्छा नहीं लगता, पर सच है कि मनुस्मृति की पूजा करने वालों के राज को बिना शुरूआत के ही बारहवां साल लग गया है। अब शुरुआत के लिए ग्यारह साल भी कोई कम तो नहीं होते हैं। अब भी शुरूआत नहीं होगी, तो कब होगी। आखिर, मनुस्मृति का नंबर कब आएगा!

पर हाय, मोदी जी के राज के बारहवें साल में भी लक्षण अच्छे नहीं हैं। राजधानी की सबसे बड़ी यूनिवर्सिटी में मनुस्मृति पढ़ने-पढ़ाने का सिलसिला शुरू ही नहीं हो पा रहा है। और तो और, संस्कृत विभाग तक में मनुस्मृति की पढ़ाई शुरू नहीं हो पा रही है। बेचारे संस्कृत विभाग ने धर्मशास्त्र स्टडीज के नाम से मनुस्मृति की पढ़ाई शुरू करने का फैसला लिया था, पर विरोधियों ने बे-बात का हंगामा खड़ा कर दिया। जिद पकड़ ली कि बाकी सब विषयों की छोड़ो, संस्कृत विभाग में भी और उसमें भी धर्मशास्त्र स्टडीज तक में, मनुस्मृति की पढ़ाई नहीं होने देंगे। कहते हैं कि धर्मशास्त्र स्टडीज में चाहे रामायण पढ़ा लो, गीता पढ़ा लो, महाभारत पढ़ा लो, आपस्तंभ का, बौधायन का, वशिष्ठ का, किसी का भी धर्मसूत्र पढ़ा लो, चाहे तो नारद, याज्ञवल्क्य की स्मृतियां भी पढ़ा लो, पर मनुस्मृति नहीं पढ़ाई जाएगी।

हद तो यह है कि मनुस्मृति को पढ़ाने का विरोध वही लोग कर रहे हैं, जो मोदी राज पर पढ़ाई-लिखाई का विरोधी होने के इल्जाम लगाते हैं। बताइए, मोदी जी के आशीर्वाद से किसी किताब पर घोषित-अघोषित रोक लगायी जाए, तो उन पर शिक्षा से लेकर तर्क और बुद्धि-विरोधी होने तक की तोहमत और ये मनुस्मृति की पढ़ाई का रास्ता रोकें तो, डेमोक्रेसी की मांग। इतना दोहरापन कहां से लाते हैं ये मनुस्मृति-भक्तों का विरोध करने वाले!

फिर मनुस्मृति में विरोध करने वाली बात ही क्या है? जो लोग मनुस्मृति को निचली जातियों और औरतों वगैरह का विरोधी बताते हैं, उन्होंने अव्वल तो मनुस्मृति पढ़ी नहीं है और पढ़ी भी है, तो समझी नहीं है। मनुस्मृति क्या है? मनुस्मृति हमारी प्राचीन और इसलिए आदर्श समाज व्यवस्था की संहिता है। मनुस्मृति में समग्रता में हमारे समाज का ताना-बाना है और

उसे सुरक्षित रखने का इंतजाम है। उसमें हरेक की जगह है, जो सुस्पष्ट और सुनिश्चित है। बल्कि हरेक की जगह हमेशा के लिए स्थायी या आरक्षित है। जो आरक्षण का झंडा उठाए फिरते हैं, नाहक मनुस्मृति के विरोधी बने फिरते हैं।

आरक्षण के आइडिया का ऑरिजिन तो मनुस्मृति में ही है। दलित के लिए और औरत के लिए सेवा का कार्य सुनिश्चित है और दासता का जीवन भी। क्षत्रिय के लिए राज करने का कार्य सुरक्षित है और प्रभुता का जीवन। ब्राह्मण के लिए पूजा-पाठ के बदले में वसूली का कार्य और परजीवी जीवन। और वैश्य के लिए कमाई का और सब का पेट पालने का कार्य।

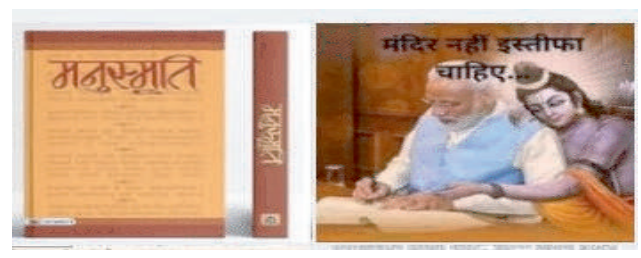
कितनी सुंदर व्यवस्था है और सुचारु रूप से काम करने वाली। हजारों वर्षों से सारे विरोध के बावजूद चल रही है और हिंदू राष्ट्र बन गया, तो मजे में हजारों वर्ष और चलेगी, जब तक हजार वर्ष वाला मोदी जी का रामलला की पहली प्राण प्रतिष्ठा के साथ शुरू हुआ नया युग चलेगा। आरएसएस वालों ने तो पहले ही पहचान लिया था कि मनुस्मृति ही असली भारतीय संविधान है। पर नेहरू जी ने नहीं सुनी। उल्टे, मनुस्मृति जलाने वाले आंबेडकर को संविधान बनाने का जिम्मा दे दिया। नतीजा यह कि साठ-पैंसठ साल यूं ही बर्बाद हो गए। वह तो ग्यारह साल पहले मोदी जी आ गए और मनुस्मृति का महत्व स्वीकार करने का सिलसिला शुरू हुआ। तब भी खास कुछ कहां हो पाया है। अभी तो कालेज-यूनिवर्सिटी में मनुस्मृति की पढ़ाई शुरू कराने पर ही झगड़ा पड़ा हुआ है; संविधान की जगह मनुस्मृति आएगी, कब।

पर हमें तो डर है कि अब भी हवा उल्टी ही चल रही है। ठीक से हंगामा शुरू भी नहीं हुआ था, पर दिल्ली विश्वविद्यालय के वाइस चांसलर ने एलान कर दिया कि मनुस्मृति नहीं पढ़ाने देंगे। धर्मशास्त्र स्टडीज में भी नहीं, किसी और पाठ्यक्रम में भी नहीं, बस मनुस्मृति नहीं पढ़ाने देंगे। जनाब यह मानकर अकड़े हैं कि उनके अकड़ने को ऊपर वालों का आशीर्वाद है। कह रहे हैं कि हमने तो पहले ही कह दिया था कि मनुस्मृति नहीं पढ़ाई जाएगी। पहले कानून के कोर्स के हिस्से के तौर पर मनुस्मृति पढ़ाने की बात आयी थी, तभी हल्ले-हंगामे के बाद कह दिया गया था कि मनुस्मृति नहीं पढ़ाएंगे। अब फिर कह रहे हैं कि मनुस्मृति नहीं पढ़ाएंगे। आगे के लिए भी अभी से कहे देते हैं कि जब तक ऊपर वालों का इशारा नहीं होगा, आगे भी अगर किसी विभाग ने मनुस्मृति पढ़ाने की कोशिश की, तो नहीं पढ़ाने देंगे।

बारहवें साल में भी अभी मनुस्मृति पढ़ाना शुरू होने का ही भरोसा नहीं है। फिर मनुस्मृति का राज आएगा, कब? बस एक ही बात की तसल्ली है कि कहीं लिखा हुआ नहीं है कि पहले मनुस्मृति पढ़ाना शुरू होगा, उसके बाद उसका राज आएगा। यह भी तो हो सकता है कि राज पहले आ जाए, मनुस्मृति पढ़ने-पढ़ाने का क्या है, वह तो बाद में भी होता रहेगा।

(राजेंद्र शर्मा वरिष्ठ पत्रकार और 'लोकलहर' के संपादक हैं।)

मंदिर नहीं, इस्तीफा चाहिए : विष्णु नागर



अभी कुछ दिन पहले मंगोलिया के प्रधानमंत्री को इस्तीफा देना पड़ा।

त्यागपत्र देने का कारण हमारे देश की दृष्टि से इतना मामूली था कि इस पर तो चूहा भी भारत के प्रधानमंत्री से इस्तीफा नहीं मांगता। उन प्रधानमंत्री जी का कसूर यह था कि हमारे प्रधानमंत्री के विपरीत वह एक लड़के के पिता हैं। प्रधानमंत्री के साहबजादे हैं, तो जाहिर है, ऐश करना उनका परम कर्तव्य है। तो इस कर्तव्य के निर्वहन के लिए वह अपनी मंगेतर के साथ छुट्टियां मनाने कहीं गए। स्वाभाविक है कि उन्होंने मंगेतर को महंगे-महंगे ढेर सारे तोहफे भी दिलवा दिए। इंटरनेट पर सारा मामला सामने खुल गया (अपने यहां भी खुलता है, मगर बंद होता रहता है)। बस फिर क्या था, लोग साहबजादे जी की महंगी जीवनशैली के खिलाफ सड़कों पर उतर आए। प्रधानमंत्री से इस्तीफा मांगने लगे। सामान्यत: कोई प्रधानमंत्री कुछ भी हो जाए, मगर इस्तीफा देना नहीं चाहता। उसे मरना मंजूर है, मगर इस्तीफा देना नहीं। इधर संसद में उनके खिलाफ अविश्वास प्रस्ताव आ गया और गजब यह कि पास भी हो गया! उन बेचारे को त्यागपत्र देना पड़ा। उन्होंने कहा भी कि मेरे त्यागपत्र देने से लोकतंत्र कमजोर हो जाएगा, मगर वहां भी लोकतंत्र की किसे परवाह है! चुनांचे वे भूतपूर्व हो गए। भूतपूर्वों का पुनर्वास उतना ही मुश्किल होता है, जितना कि झुग्गी-बस्ती टूटने पर दिल्ली के गरीबों का! हमारा लोकतंत्र इतना 'आदर्श' है कि यहां ऐसी सड़ी-सड़ी बातों को कोई मुद्दा नहीं बनाता। प्रधानमंत्री तो क्या, किसी राज्य के राज्य मंत्री का बेटा भी रोज-रोज अय्याशी करे, रोज नई-नई प्रेमिकाएं बनाए और रोज-रोज उन्हें छोड़े और छोड़ने से पहले उन्हें महंगे से महंगे तोहफे समर्पित करे, तो भी कोई यूं नहीं करेगा कि किसी का सिंहासन नहीं डोलेगा, क्योंकि मंत्री होने का मतलब है ऐश करना और अपनों को ऐश करवाना! बाकी बातें बाद में आती हैं और कई बार तो बाद में भी नहीं आतीं! यही जनता की वास्तविक सेवा है, लोकतंत्र की मर्यादा का पालन है। और मान लो, कोई इस पर चूं कर ही दे, तो चूं करके भी देख ले, लोकतंत्र में चूं करने का अधिकार सबको है। उसके पास जितनी भी ताकत है, सब चूं करने में लगा दें! इसके अलावा कुछ नहीं होगा कि वह जेल में होगा और उस पर ऐसी-ऐसी धाराएं मंत्री जी लगवाएंगे कि जज उसे जमानत पर छोड़ने से डरेगा जिंदगी भर फिर कभी न चूं करेगा, न चां, क्योंकि भारत में अब सच्चा लोकतंत्र आ चुका है! 2014 से पहले तो यहां तानाशाही थी!

पिछले साल नवंबर में सर्बिया के प्रधानमंत्री के इस्तीफे का कारण बना एक रेलवे स्टेशन की छत का गिर जाना और इस कारण पंद्रह लोगों की जान चली जाना! बताइए ऐसे-ऐसे मामूली कारण हैं दुनिया में इस्तीफा मांगने के और देने के! इसी तरह कनाडा के प्रधानमंत्री जस्टिन ट्रुदो ने इस्तीफा दे दिया। वजह यह थी कि अगला चुनाव पास था और उनकी लोकप्रियता घटती जा रही थी। पार्टी के अंदर से उनके त्यागपत्र की मांग भी उठ रही थी। इस मांग के आगे ट्रुदो जी ने समर्पण कर दिया। अपने यहां भाजपा के अंदर ऐसी मांग उठ सकती है? इसके आगे समर्पण करने की बात तो अकल्पनीय है! सच्चे लोकतंत्र में वही होता है, जो हमारे यहां इन दिनों हो रहा है! बताइए ऐसी मामूली-मामूली बातों पर वहां इस्तीफे हो जाते हैं। वैसे अफवाह तो हमारे यहां भी फैलाई जा रही थी कि संघ प्रमुख, प्रधानमंत्री जी से उनका इस्तीफा लेने उनके घर गए थे। एक अफवाह यह चल रही है कि 17 सितंबर को जीवन के 75 वर्ष पूरे करने के बाद प्रधानमंत्री नैतिक आधार पर इस्तीफा दे देंगे, क्योंकि इसी आधार पर उन्होंने लालकृष्ण आडवाणी, मुरली मनोहर जोशी आदि से इस्तीफे मांग लिये थे और उन्हें किसी अज्ञात मार्गदर्शक मंडल में भेज दिया था। वैसे मोदी जी का 'नैतिक आधार' इतना कमजोर भी नहीं है, जितना इन बुजुर्गों का था! वह सेंत-मेंत में इस्तीफा देनेवालों में नहीं है। वे इस्तीफा मांगने वाले का इस्तीफा ले लेते हैं! वैसे भी हमारा लोकतंत्र मात्र लोकतंत्र नहीं है, मदर आफ डेमोक्रेसी है! वाइल्ड, मदर को अपना इस्तीफा सौंप सकता है, मगर मदर, वाइल्ड का इस्तीफा स्वीकार नहीं करती! वह मां होने की जिद पर अड़ी रहती है!

वैसे हमारे यहां इस्तीफा दो, इस्तीफा दो का खेल रोज ही चलता रहता है और चूंकि यह खेल है, इसलिए कभी कोई किसी भी बात पर इस्तीफा नहीं देता! यहले विपक्ष, सरकार में बैठे लोगों से इस्तीफे मांगता था, अब सताधारी लोग विपक्ष के लोगों से इस्तीफे मांगते हैं। मदर आफ डेमोक्रेसी की संतान हैं न हम!

लोग तो मुझसे भी लेखक पद से नैतिक आधार पर इस्तीफा मांगने लगे हैं, क्योंकि मैं लेखक होते हुए मोदी जी और उनकी सरकार के विरुद्ध लिखता रहता हूं। मुझे बार-बार बताया जाता है कि यह लेखक का काम नहीं है। मगर मैं भी इस्तीफा नहीं दूंगा, क्योंकि मोदी जी भी इस्तीफा नहीं देंगे बल्कि यह असंभव संभव भी हो जाए तो भी मैं इस्तीफा नहीं दूंगा, क्योंकि पद पर बने रहने का लालच सबको होता है! कोई हटा सकता है, तो हटा के देख ले मुझे! हिम्मत हो तो अविश्वास प्रस्ताव लाकर देख ले। पास करा ले, फिर भी अपुन इस्तीफा नहीं देगा!

(कई पुरस्कारों से सम्मानित विष्णु नागर साहित्यकार और स्वतंत्र लेखक हैं।)

दुनिया को अस्थिरता की ओर अग्रसर करते युद्ध !

आज पूरी दुनिया दुनिया बारूद के ढ़ेर पर खड़ी हुई है। कहना ग़लत नहीं होगा कि आज विश्व में हर तरफ युद्ध, अशांति, तनाव और अस्थिरता का साया नजर आ रहा है। पहले रूस-यूक्रेन युद्ध, बाद में इजरायल और हमास के बीच युद्ध और अब इजराइल-ईरान के बीच भी युद्ध प्रारम्भ हो गया है। पाठक जानते हैं कि 22 अप्रैल 2025 को जम्मू-कश्मीर के पहलगाम आतंकी हमले के बाद भारत-पाकिस्तान के बीच भी युद्ध छिड़ गया था, परंतु अमेरिका की भूमिका के चलते इस युद्ध को शीघ्रता से समाप्त करने में सफलता मिल गई थी। हालांकि, यह बात अलग है कि हमारे देश के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प को भारत पाकिस्तान मध्यस्थता पर दो टूक बातें कहीं हैं कि भारत ने कभी भी तीसरे पक्ष(अमेरिका) की मध्यस्थता स्वीकार नहीं की है और भविष्य में भी इसे स्वीकार नहीं करेगा। दरअसल, भारत-पाकिस्तान के बीच सीजफायर के लिए बार-बार मध्यस्थता का दावा कर रहे अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप को यह साफतौर पर स्पष्ट कर दिया है कि भारत ने पाकिस्तान और पीओके पर ऑपरेशन सिंदूर के दौरान सैन्य कार्रवाई पाकिस्तान के अनुरोध पर रोकी थी न कि अमेरिकी मध्यस्थता या व्यापार समझौते की पेशकश के कारण। बहरहाल, कहना ग़लत नहीं होगा कि ईरान इजरायल युद्ध पर दुनिया दो फाड़ होती नजर आ रही है। अमेरिका इजरायल का तो वहीं दूसरी ओर रूस ईरान का समर्थन कर रहा है। दूसरे शब्दों में कहें तो अमेरिका ईरान पर हमले की तैयारी कर रहा है, तो वहीं रूस ने ईरान का समर्थन करते हुए अमेरिका को यह खुली धमकी दी है कि यदि अमेरिका जंग में कूदता है तो अमेरिका को इसके गंभीर परिणाम भुगतने होंगे। पावरफुल चीन ने भी ईरान का समर्थन किया है और इजरायल से सीजफायर (युद्ध विराम) करने को कहा है। पाठकों को बताता चलूं कि चीनी राष्ट्रपति शी जिनपिंग ने दो टूक लहजे में यह कहा है कि अंतरराष्ट्रीय विवादों को सुलझाने का सही तरीका युद्ध कभी नहीं हो सकता है। गौरतलब है कि इससे पहले चीन ने पांच दिनों की जंग पर चुप्पी तोड़ते हुए कहा था कि बीजिंग इस गहराते युद्ध से चिंतित है। हालांकि, ईरान ने जोर देकर यह बात कही है कि उसका परमाणु कार्यक्रम केवल शांतिपूर्ण उद्देश्यों के लिए है।बहरहाल, कहना ग़लत नहीं होगा कि ईरान-इजरायल के बीच युद्ध से दोनों देशों को आर्थिक रूप से काफी नुकसान हो रहा है। मीडिया रिपोर्ट्स बतातीं हैं कि इस युद्ध में दोनों ही देश पानी की तरह पैसा बहा रहें हैं, ऐसे में इनकी जीडीपी में गिरावट आ सकती है। एक रिपोर्ट के अनुसार, इस युद्ध में इजरायल को हर दिन करीब 725 मिलियन डॉलर (करीब6300 करोड़ रुपये) का सिर्फ सैन्य खर्च हो रहा है। रिपोर्ट्स बतातीं हैं कि इजरायल ने शुरुआती दो दिनों में ही करीब 1.45 अरब डॉलर (12000 करोड़ रुपये से ज्यादा) खर्च कर दिए।

इसमें हमले और बचाव दोनों तरह के खर्चे शामिल हैं। इसमें से 500 मिलियन डॉलर से ज्यादा की रकम, तो बमबारी और जेट ईंधन जैसे हमलों पर ही खर्च हुई है। बाकी पैसा मिसाइल इंटरसेप्टर और सैनिकों को जुटाने जैसे रक्षा कार्यों पर खर्च हुआ है। इजरायल जहां गाजा में हमास के साथ लड़ाई जारी रखे हुए है वहीं एक अन्य मोर्चे पर वह ईरान से भी लोहा ले रहा है।इस प्रकार से इजरायल की अर्थव्यवस्था पर युद्ध से दोहरा असर पड़ रहा है। कहना ग़लत नहीं होगा कि युद्ध के चलते देश के घरेलू उत्पादन पर भी असर पड़ रहा है। कच्चे तेल के दाम 5% तक बढ़ चुके हैं।एक उपलब्ध जानकारी के अनुसार ब्रेंट क्रूड 74.60 डॉलर प्रति बैरल तक पहुंच गया है। वहीं, एस एंड पी 500 और एशियाई शेयर बाजारों में गिरावट आई है। जल मार्गों पर खतरे से ऊर्जा आपूर्ति पर भी असर पड़ा है। बहरहाल, कहना ग़लत नहीं होगा कि दो देशों के बीच युद्ध में किसी एक देश का फायदा नहीं होकर बल्कि दोनों ही देशों का नुकसान ही होता है। वैसे भी कोई भी युद्ध किसी भी समस्या का कोई स्थाई समाधान नहीं होता है। युद्ध विनाश और अशांति को ही जन्म देता है और युद्ध के कारण कोई भी देश बरसों पीछे चला जाता है, उसकी अर्थव्यवस्था पर इसका बहुत गहरा प्रभाव पड़ता है और युद्ध के बाद किसी भी देश का जल्दी से उबरना मुश्किल हो जाता है। यह एक विडंबना ही है कि आज हर कोई देश छोटी-छोटी बातों को लेकर आवेश में एक-दूसरे से टकरा बैठते हैं और दो देशों के पक्ष एवं विपक्ष में कुछ देश खड़े हो जाते हैं, जिससे कुछ इस प्रकार की परिस्थितियां निर्मित हो जाती हैं कि विश्व युद्ध छिड़ जाते हैं। वर्ष 1914 से वर्ष 1918 के बीच प्रथम विश्व युद्ध एवं वर्ष 1939 से वर्ष 1945 के बीच द्वितीय विश्व युद्ध इसके प्रत्यक्ष उदाहरण हैं। इजराइल ईरान के बीच हाल ही में प्रारम्भ हुए युद्ध में अमेरिका, रूस और चीन यदि कूद पड़ते हैं, तो यह बहुत सम्भव है यह युद्ध तृतीय विश्व युद्ध का स्वरूप ले ले। वास्तव में, सच तो यह है कि इजराइल और ईरान दोनों ही देशों के पास शक्तिशाली सहयोगी हैं। ऊपर जानकारी दे चुका हूं कि इजराइल को अमेरिका का समर्थन प्राप्त है। इतना ही नहीं,ब्रिटेन और जर्मनी के साथ भी इसकी रणनीतिक साझेदारी है। ईरान के भी अपने कुछ सहयोगी हैं। जो भी हो मध्य-पूर्व में हालात कुल मिलाकर ठीक नहीं हैं। आज विश्व के बड़े देश अपने यहां परमाणु हथियारों की बढ़त करने में लगे हैं।सच तो यह है कि वैश्विक स्तर पर आज परिस्थितियां बहुत सहज रूप से नहीं चल रही हैं। यह बहुत ही दुखद है कि आज कुछ देश अपनी विस्तारवादी नीतियों को बढ़ावा देने में लगे हैं तो कुछ बहती गंगा में हाथ धोना चाहते हैं। पाठकों को बताता चलूं कि इजराइल भी भारत की तरह आतंकवाद से पीड़ित देश है तथा इजराइल की सीमाएं चार मुस्लिम राष्ट्रों से जुड़ी हुई हैं, यथा, उत्तर में लेबनान, दक्षिण पश्चिम में ईजिप्ट (एवं गाजा), पूर्व में जॉर्डन (एवं वेस्ट बैंक) एवं उत्तर पूर्व में सीरिया। वास्तव में, इजराइल अत्यधिक आक्रात्मकता के साथ आतंकवादियों (हमास एवं हिजबुल्ला आदि संगठनों) से युद्ध करता रहता है। इस्लाम के अनुयायी यहूदियों के कट्टर दुश्मन हैं, इसके चलते भी इजराइल के नागरिकों को आतंकवाद को लम्बे समय से झेलना पड़ रहा है।दूसरी तरफ ईरान, हमास और हिजबुल्लाह के साथ खड़ा है। अंत में यही कहूंगा कि आज दुनिया के सामने आर्थिक चुनौतियां लगातार बड़ी होती जा रही हैं। वहीं, क्लाइमेट चेंज(जलवायु परिवर्तन) भी हमारी चिंताएं बढ़ा रहा है। वास्तव में युद्ध दुनिया को लगातार अस्थिरता की ओर ले जा रहे हैं। कहना ग़लत नहीं होगा कि ये तनाव और खतरे, यदि हल नहीं किए जाते हैं, तो आने वाले समय में ये एक बड़ी वैश्विक आपदा का कारण बन सकते हैं। वास्तव में, विश्व को आज असमानता और अनिश्चितता से निपटने की नितांत आवश्यकता है।

सुनील कुमार महला, टिप्पणीकार,
पिथौरागढ़, उत्तराखंड।

"गले में डंक, दिल में सन्नाटा: मधुमक्खी से मृत्यु और मानव की नाजुकता"

लंदन में उद्योगपति संजय कपूर की मृत्यु एक मधुमक्खी के डंक से हुई – यह घटना एक साधारण प्राणी द्वारा जीवन लीने की असाधारण त्रासदी बन गई। इस अप्रत्याशित मौत ने आधुनिक विज्ञान की सीमाओं, मानव शरीर की नाजुकता और स्वास्थ्य आपात स्थितियों को लेकर समाज की लापरवाही को उजागर किया है। यह सिर्फ एक व्यक्ति की मृत्यु नहीं, बल्कि चेतावनी है कि प्रकृति के छोटे खतरे भी बड़े परिणाम ला सकते हैं। क्या हमारी स्वास्थ्य व्यवस्था ऐसी आपात स्थितियों के लिए तैयार है? यह सवाल अब टाला नहीं जा सकता।

-प्रियंका सौरभ

12 जून 2025 को लंदन के एक पोलो मैदान में जब उद्योगपति संजय कपूर घोड़े पर सवार थे, किसी ने नहीं सोचा था कि प्रकृति का एक नन्हा जीव – मधुमक्खी – उनका जीवन लील लेगी। न गोली चली, न विस्फोट हुआ, न किसी ने जानबूझ कर हमला किया। बस एक मधुमक्खी उड़ती हुई उनके मुंह में घुस गई, जिसने या तो उनके गले में डंक मारा या श्वास नली में अवरोध पैदा कर दिया। इसके बाद आए हार्ट अटैक से संजय कपूर की मृत्यु हो गई।

सवाल यह है – क्या इतनी सी बात से मृत्यु संभव है?

जवाब है – हां, और यह हमारे समय की एक क्रूर सच्चाई है।

जब जीवन और मृत्यु के बीच सिर्फ एक डंक हो

हम आधुनिक युग में जी रहे हैं। स्मार्टफोन से लेकर अंतरिक्ष यान तक हम सबकुछ नियंत्रित करने का दावा करते हैं। मगर संजय कपूर की मृत्यु हमें यह याद दिलाती है कि मानव शरीर कितना नाजुक है और प्रकृति कितनी अपराजेय।

मधुमक्खी, जिसे आम तौर पर हम सिर्फ शहद बनाने वाली एक शांत प्राणी के रूप में जानते हैं, यदि गलती से गले में चली जाए और डंक मार दे, तो यह सीधे श्वास नली को अवरुद्ध कर सकती है। इसके अलावा यदि व्यक्ति को एपिटॉक्सिन नामक ज़हर से एलर्जी हो, तो एनाफिलेक्सिस जैसी स्थिति जानलेवा हो सकती है।

क्या यह पहली घटना है? नहीं! पर दुर्लभ है

माना जा रहा है कि संजय कपूर की मौत गले में मधुमक्खी के डंक और फिर एनाफिलेक्सिस की प्रतिक्रिया से हुई। हालाँकि उनकी कंपनी ने आधिकारिक रूप से सिर्फ "हार्ट अटैक" को कारण बताया, मगर करीबी मित्रों ने मधुमक्खी निगलने की घटना की पुष्टि की।

ऐसे मामले दुनिया में पहले भी दर्ज हुए हैं, लेकिन वे बहुत दुर्लभ होते हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, मधुमक्खियों और ततैयों के डंक से हर साल लगभग 50,000 मौतें होती हैं। इनमें से अधिकांश एनाफिलेक्सिस या एक साथ कई डंक से होती हैं।

गले में डंक से मृत्यु के मामले कम होते हैं लेकिन होते ज़रूर हैं। भारत में 2021 में उत्तर प्रदेश के एक किसान की मृत्यु भी मधुमक्खियों के झुंड के हमले से हुई थी, जब उनके गले और चेहरे पर डंक लगे और श्वास लेने में तकलीफ़ हुई।

नेटफ्लिक्स, कल्पना और असलियत का टकराव

दिलचस्प बात यह है कि इस तरह की घटना नेटफ्लिक्स की मशहूर सीरीज़ ब्रिजरटन के दूसरे सीज़न में दिखाई गई थी, जिसमें काउंट एडमंड ब्रिजरटन की मौत एक मधुमक्खी के डंक से होती है। वह दृश्य एक पटकथा थी – लेकिन अब वही दृश्य वास्तविकता बन चुका है। यह कल्पना और जीवन की भयानक समानता का नमूना है।

प्रकृति की चेतावनी और विज्ञान की सीमाएं

इस घटना को एक व्यक्तिगत त्रासदी के रूप में देखने की बजाय इसे एक प्रतीकात्मक चेतावनी समझना ज़रूरी है। हमने विज्ञान और प्रौद्योगिकी में इतनी प्रगति की है कि दिल खोल कर शौर्य से बात कर सकते हैं, लेकिन जब एक मधुमक्खी इंसान की जान ले सकती है, तो हमें याद रखना चाहिए कि हम अभी भी प्रकृति के सामने बेहद कमजोर हैं।

हमने मिसाइलें बना ली हैं, रोबोट तैयार कर लिए हैं, लेकिन एनाफिलेक्सिस जैसी एलर्जी के प्रति आज भी अधिकांश लोगों में जागरूकता की कमी है। भारत जैसे देशों में तो एपिनेफ्रिन (EpiPen) जैसी जीवन रक्षक दवाएं आम लोगों की पहुंच से बाहर हैं।

हेल्थ इमरजेंसी की उपेक्षा क्यों?

हम आज भी हेल्थ इमरजेंसी को गंभीरता से नहीं लेते। एम्बुलेंस समय पर नहीं आती, मेडिकल स्टाफ ट्रेन नहीं होता, और एलर्जी जैसी ₹छोटी₹ समस्याओं को नजरअंदाज कर दिया जाता है।

संजय कपूर की मृत्यु एक अमीर आदमी की दुखद कहानी है। कल्पना कीजिए कि अगर यही घटना किसी गरीब मजदूर के साथ हुई होती, तो शायद हम खबर तक नहीं पढ़ते।

व्यवस्था के सवाल – क्या हम तैयार हैं ऐसी आपात स्थितियों के लिए?

भारत और दुनिया के कई हिस्सों में स्वास्थ्य व्यवस्था अभी भी मूलभूत प्राथमिकताओं से जूझ रही है। गांवों में एंटी एलर्जिक दवाएं, एयरवे ऑब्स्ट्रक्शन के लिए मेडिकल किट, प्रशिक्षित पैरामेडिक्स आदि तक नहीं हैं। शहरी क्षेत्र बेहतर हैं, लेकिन वहाँ भी बहुत कम लोग EpiPen लेकर चलते हैं – खासकर वे जिन्हें मधुमक्खी के डंक से एलर्जी है।

क्या हर डंक घातक है? नहीं। लेकिन लापरवाही ज़रूर हो सकती है।

मधुमक्खी का डंक आमतौर पर दर्द, सूजन और कुछ जलन पैदा करता है। परंतु कुछ लोगों के शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली इतनी संवेदनशील होती है कि एक छोटा सा डंक भी जीवन के लिए खतरा बन सकता है।

यह विषय सिर्फ एक व्यक्ति की मृत्यु नहीं, बल्कि इस बात की गवाही है कि प्राकृतिक जोखिमों को हम कितना हल्के में लेते हैं।

क्या किया जाना चाहिए?

प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों और एंबुलेंस में EpiPen जैसी दवाएं रखी जानी चाहिए।

मधुमक्खियों और ततैयों की अधिकता वाले इलाकों में जागरूकता अभियान चलाए जाने चाहिए।

खेल आयोजनों में मेडिकल सपोर्ट यूनिट्स में एनाफिलेक्सिस प्रोटोकॉल लागू होना चाहिए।

स्कूलों में बच्चों को बताया जाए कि एलर्जी क्या होती है, और कैसे पहचानें।

मधुमक्खी, मृत्यु और मनुष्यता: एक अंतर्विरोध

मधुमक्खियां मानव सभ्यता की मित्र हैं – वे फूलों का परागण करती हैं, शहद देती हैं, जैव विविधता को संतुलित रखती हैं। मगर वही मधुमक्खी जब मौत का कारण बन जाए, तो हमें यह स्वीकार करना होगा कि प्रकृति से दोस्ती भी एक मर्यादा मांगती है – लापरवाही की कोई जगह नहीं।

एक डंक जो सवाल छोड़ गया

संजय कपूर का जाना न सिर्फ एक अमीर उद्योगपति की असमय मृत्यु है, बल्कि यह एक प्रतीक है – उस अनदेखे खतरे का जिसे हम रोज़ अपने आस-पास नज़रअंदाज करते हैं।

आज जरूरत है जागरूकता की, संवेदना की और उस वैज्ञानिक विवेक की, जो हमें सिखाए कि कभी-कभी जान बचाने के लिए हथियार नहीं, एक सुई काफी होती है।

(स्वतंत्र स्तंभकार, कवयित्री एवं सामाजिक विषयों पर लेखिका)

उधर उर्वशी व्यस्त हुई है

परिवर्तन ऐसा आया है, रहन सहन सब भव्य हो गए।
भोलापन हो गया नदारद, कहने को हम सभ्य हो गए।।

नर-नारी में होड़ लगी है, किससे आगे कौन रहेगा।
कोई नहीं बताने वाला, अपने घर की कौन कहेगा।।

परिधि पार कर चुकी लाज की, नारी की गर्दन ऊँची है।
नर का नाम शिखर पर टंकित, लेकिन नाक हुई नीची है।।

जब पड़ोस की बहन बेटियाँ, गर्ल फ्रैंड बन रहीं खुशी से।
बॉय फ्रैंड की लगी लॉटरी, खबर मिल रही गली-गली से।।

ब्रह्मचर्य पालन से पहले, ताक रहे हैं संसारी से।
कामाचार्य किशोर बन गए, वात्स्यायन के अवतारी से।।

बचपन तक को भ्रष्ट कर दिया, टीवी फिल्म स्टाइल ने।
रही-सही सो पूरी कर दी, कसर नए मोबाइल ने।।

लिए वासना भरी जवानी, भटक रही प्यासी की प्यासी।
नर, नारी का दास हो गया, नारी, नर की भोग प्रिया सी।।

बिकने लगी देह बस्ती में, बाजारू हो रहा जमाना।
कुत्सित काम वासना खुलकर, पुण्य प्रेम का बनी बहाना।।

अंग प्रदर्शन करते-करते, देवी खुद बन गई अप्सरा।
आज किसी की भोग वस्तु है, कल भोगेगा और दूसरा।।

सात जनम तक साथ निभाने, की कसमें हो गई पुरानी।
बदल-बदल कर भोग उठे सुख, नई रात की नई कहानी।।

रूप मण्डियों की रौनक में, रंग रँगीली सौगातें हैं।
देह-देह पर मोल लिखे हैं, कहने को लाखों बातें हैं।।

अन्धी सी हो गई जवानी, इंजन से दिल धड़क रहे हैं।
धधक रही कामाग्नि देह में, मछली जैसे तड़प रहे हैं।

नंगी नाच रही फूहड़ता, सिखा रही है काम कला सी।
लील गई सौम्यता लालसा, जीवन को कर दिया विलासी।।

लज्जा शील चरित्र आचरण, की मर्यादा ध्वस्त हुई है।
सीना ताने खड़ी सभ्यता, शेष संस्कृति पस्त हुई है।।

मादकता खिलखिला उठी है, मस्ती में मद मस्त हुई है।
इधर उरवशा लस्त पस्त है, उधर उर्वशी व्यस्त हुई है।।

जिस कन्या के लिए पिता क्या, पुरखों तक ने पाँव पखारे।
आज वही निर्वसना होकर, बोल्ड बन गयी छोड़ सहारे।।

सास ससुर की आश मर गई, माता-पिता हुए दुखियारे।
कहाँ सात फेरों के झंझट, सपने तक रह गए कुँआरे।।

जो न कभी देखे थे वे सब, दृश्य आज द्रष्टव्य हो गए।
आँखों से बस रहो देखते, हम सब के मन्तव्य हो गए।।

लिव इन की पोषक सत्ता के, कानूनी वक्तव्य हो गए।
नए जवानों से क्या बोलूँ, बूढ़े हत्कर्तव्य हो गए।।

गिरेन्द्रसिंह भदौरिया 'प्राण'

योग केवल कसरत ही नहीं- जीवन को बदलने वाली भारतीय विद्या है:डा0 इरफान अंसारी,स्वास्थ्य मंत्री

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड -झारखंड

रांची। योग दिवस पर झारखंड के स्वास्थ्य मंत्री डॉ इरफान अंसारी ने कहा कि मुख्यमंत्री हेमन्त सोरेन का सपना है कि झारखंड एक स्वस्थ राज्य बने, और स्वास्थ्य विभाग इस दिशा में निरंतर कार्य कर रहा है। योग न केवल हमें ऊर्जावान बनाता है, बल्कि जीवन में अनुशासन, शांति और सामंजस्य भी लाता है। यदि हर नागरिक प्रतिदिन कुछ मिनट योग करे तो न केवल उसका जीवन, बल्कि पूरा समाज स्वस्थ और समृद्ध बन सकता है। डॉ अंसारी ने शनिवार अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर झारखंड की राजधानी रांची स्थित बिरसा मुंडा फन पार्क में आयोजित भव्य सामूहिक योग कार्यक्रम में स्वयं भाग लेकर उपस्थित जनसमूह को योग के लाभ और महत्व के बारे में जागरूक किया।इस वर्ष की थीम "एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग" के अनुरूप आयोजित इस कार्यक्रम में बड़ी संख्या में योगप्रेमियों, अधिकारियों जनप्रतिनिधियों ने जहां भाग लिया वहीं झारखंड के हर जिले में योग दिवस पर कार्यक्रम आयोजित किए गए।

डॉ. इरफान अंसारी ने कहा की योग सिर्फ एक व्यायाम नहीं, बल्कि एक जीवनशैली है जो मन, शरीर और आत्मा के बीच संतुलन बनाता है। स्वास्थ्य मंत्री ने बताया कि राज्य सरकार पारंपरिक भारतीय चिकित्सा पद्धतियों को बढ़ावा दे रही है।

स्वास्थ्य मंत्री ने कहा कि योग हमारी परंपरा का अभिन्न अंग है, जिसे हमें नई पीढ़ी तक पहुँचाना है। उन्होंने बताया कि पूर्वी जेल रोड, रांची में आम लोगों के लिए राज्य स्तरीय योग केंद्र संचालित है।कक्षा 6 से 12 तक के छात्र-छात्राओं को योग का प्रशिक्षण दिया जा रहा है। राज्य के 745 आयुष्मान आरोग्य मंदिरों में लगभग 1000 योग प्रशिक्षक कार्यरत हैं।पुरुष प्रशिक्षक द्वारा प्रति माह 32 योग सत्र और महिला प्रशिक्षक द्वारा 20 योग सत्र आयोजित किए जा रहे हैं। 50 बिस्तरों वाले धन्वंतरि आयुष अस्पताल का निर्माण पूर्वी सिंहभूम और रांची में किया जा रहा है।10 चलंत आयुष अस्पताल, पंचकर्म केंद्र, और आदिवासी बहुल क्षेत्रों में विशेष आयुष कैंप की योजना पर कार्य प्रगति पर है।

कार्यक्रम में रांची विधायक श्री सीपी सिंह भी उपस्थित रहे। उन्होंने कहा की "योग दिवस एक वैश्विक उत्सव बन चुका है। झारखंड सरकार का यह प्रयास सराहनीय है और हमें योग को अपनी दिनचर्या का हिस्सा बनाना चाहिए।"

उधर झारखंड के हर जिले में योग कार्यक्रम आयोजित किए गए जिसमें सरायकेला में उपायुक्त सिंह ने योग को भारतीय संस्कृति का अभिन्न अंग कहते हुए उपयोगिता पर प्रकाश डाला। जहां एस पी लुनायत भी योग क्रिया में शिरकत की।साथ में हर विभाग के अधिकारी उपस्थित थे।

इसके अतिरिक्त कार्यक्रम में स्वास्थ्य विभाग के अपर मुख्य सचिव अजय कुमार, अभियान निदेशक शशि प्रकाश झा, निदेशक प्रमुख स्वास्थ्य सेवाएं डॉ. डी के शाही ,आयुष निदेशक श्रीमती सीमा कुमारी उदयपुरी सहित कई वरिष्ठ अधिकारी और गणमान्य व्यक्तित्वों ने भी भाग लिया।

योग: मन की शुद्धि से मोक्ष तक का मार्ग

मन ही सब कुछ है – यही योग का मूल मंत्र है। मन की शुद्धि, आत्म-चिंतन और संतुलन से ही जीवन में स्थिरता और शांति आती है। योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं, बल्कि मन, आत्मा और चेतना को जोड़ने की विद्या है। आज के तनावपूर्ण समय में, योग हमें भीतर की शक्ति, करुणा और विवेक से जोड़ता है। भारत द्वारा अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की पहल इसी प्राचीन ज्ञान को विश्व तक पहुंचाने का माध्यम है। जब मन शांत होता है, तभी व्यक्ति समाज के लिए उपयोगी बनता है। योग – आत्मविजय का मार्ग है।

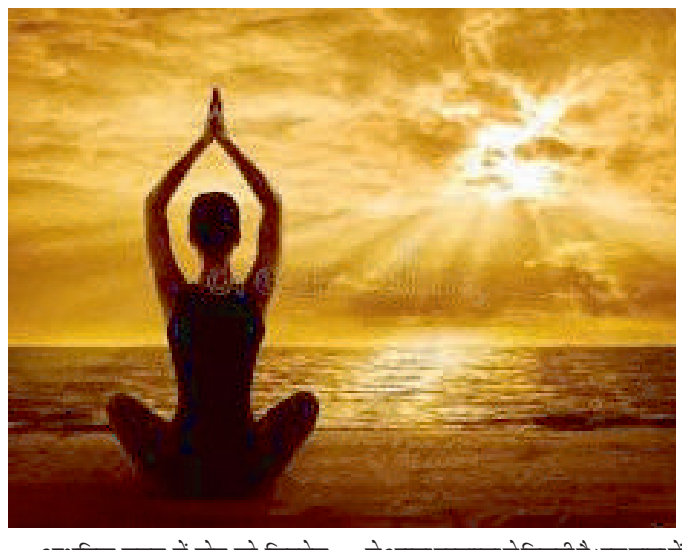
-प्रियंका सौरभ

"मन ही सब कुछ है। जो आप सोचते हैं, आप वही बन जाते हैं।" – भगवान बुद्ध की यह उक्ति केवल कोई भावनात्मक वक्तव्य नहीं, बल्कि जीवन की एक मौलिक सच्चाई है। भारतीय संस्कृति और दर्शन में मन को नियंत्रण में लाना, उसकी दिशा को सही मार्ग पर स्थापित करना, सबसे बड़ा साध्य माना गया है। योग उसी साधना का नाम है – जो मन को अपने उच्चतम स्वरूप तक ले जाता है।

जब हम 'योग' शब्द सुनते हैं, तो आँखों के सामने एक व्यक्ति ध्यान की मुद्रा में बैठा दिखता है — शांत, स्थिर और एकाग्र। लेकिन योग केवल शारीरिक व्यायाम नहीं है। योग का वास्तविक अर्थ है – जोड़, मिलन और संतुलन। यह आत्मा और परमात्मा का मिलन है, शरीर और मन का संतुलन है, और अंततः मन के विक्षेपों को शांत करने की विद्या है।

भारत द्वारा प्रस्तावित और अब हर वर्ष 21 जून को मनाया जाने वाला अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस इस बात का प्रमाण है कि योग अब केवल एक प्राचीन परंपरा नहीं, बल्कि आधुनिक विश्व की भी आवश्यकता बन चुका है। यह उस चेतना का जागरण है जो यह स्वीकार करती है कि आज की सारी समस्याओं की जड़ मन की अस्थिरता और संतुलनहीनता में है।

भारतीय दर्शन कहता है कि दुख और सुख, दोनों की जड़ मन है। बुद्ध ने स्पष्ट कहा था – "मन ही सब कुछ है, जो तुम सोचते हो, वही बनते हो।" यह विचार योग के मूल में है। पतंजलि योगसूत्र का पहला सूत्र ही है – "योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः" अर्थात, योग वह है जो चित्त (मन) की वृत्तियों को रोकता है। चित्तवृत्तियाँ हैं – चिंता, क्रोध, मोह, वासना, द्वेष, घृणा, लालच, भ्रम, जो मन को अस्थिर करती हैं। योग इन विकारों को शुद्ध करने की प्रक्रिया है।



आधुनिक समय में योग को फिटनेस और फ्लेक्सिबिलिटी तक सीमित कर दिया गया है, जबकि प्राचीन भारतीय मनीषा ने योग को आध्यात्मिक उन्नति का साधन माना। योग आठ अंगों में विभाजित है – यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि। इनका अंतिम लक्ष्य है – मन की शुद्धि। आसन से शरीर स्थिर होता है, प्राणायाम से प्राण नियंत्रित होते हैं, ध्यान से मन एकाग्र होता है, और समाधि से आत्मा परमात्मा से मिलती है। इस यात्रा में मन सबसे बड़ा रुकावट भी है और सबसे बड़ा साधन भी।

मन में जो बीज बोया जाता है, वही जीवन में फल देता है। यदि मन में भय, असुरक्षा, ईर्ष्या और अहंकार बोए जाएँ, तो जीवन में संघर्ष, अकेलापन और दुख पैदा होते हैं। पर यदि शांति, संतोष, करुणा और संयम बोए जाएँ, तो जीवन सुंदर हो उठता है। योग हमें यह विवेक देता है कि हम क्या सोचें, क्यों सोचें, और कैसे सोचें। यही मानसिक अनुशासन है।

महात्मा गांधी ने भी कहा था – "व्यक्ति अपने विचारों से निर्मित प्राणी है। जो वह सोचता है, वही बनता है।" गांधी जी का जीवन स्वयं एक 'चलता-फिरता योग' था – आत्मानुशासन, सेवा, त्याग और मन की स्पष्टता। उन्होंने मन को साध कर ही अहिंसा को जीवन का मार्ग बनाया। वहीं, भगत सिंह ने विचारों की अग्नि को क्रांति में बदला। दोनों ने अलग राह चुनी, पर आधार उनका मन ही था।

आज के समय में मन की बीमारियाँ तेजी से बढ़ रही हैं – अवसाद, चिंता, आत्महत्या, क्रोध, भ्रम और तनाव। मानसिक अस्पतालों की संख्या बढ़ रही है, पर समाधान केवल दवा नहीं है, ध्यान और योग ही असली उपाय हैं। विशेषज्ञ भी मानते हैं कि योग-निद्रा, ध्यान और प्राणायाम से मस्तिष्क का ब्रेन वेव पैटर्न बदलता है, तनाव हार्मोन (कॉर्टिसोल) कम होता है और सजीवता, रचनात्मकता व संतुलन बढ़ता है।

जब व्यक्ति का मन शांत होता है, तभी वह करुणामय बनता है। और जब समाज के लोग करुणामय हों, तो हिंसा, द्वेष, असहिष्णुता, कट्टरता अपने आप मिटने लगती है। इसलिए योग एक व्यक्ति नहीं, समाज के पुनर्निर्माण का माध्यम है। भारत की विविधता – भाषा, जाति, धर्म, क्षेत्र – अगर कहीं एक सूत्र में बंध सकती है, तो वह आंतरिक शांति और आत्म-संयम के माध्यम से ही संभव है। योग उसी का मार्ग है।

इतिहास ऐसे उदाहरणों से भरा पड़ा है जिन्होंने योग और ध्यान के माध्यम से अपने व्यक्तित्व को ऊँचाई दी। भगवान महावीर और गौतम बुद्ध – दोनों ने ध्यान और मानसिक संयम को मुक्ति का मार्ग बताया। स्वामी विवेकानंद ने योग को आत्मज्ञान की कुंजी माना। डॉ. एपीजे अब्दुल कलाम ने योग और ध्यान को अपने जीवन का अनिवार्य अंग बनाया था। नेल्सन मंडेला ने जेल में भी ध्यान और मौन के माध्यम से मन को शांत रखा। यह सब दर्शाता है कि जो भी महान हुआ, उसने पहले मन को साधा।

2014 में भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने संयुक्त राष्ट्र में जब अंतरराष्ट्रीय योग दिवस की घोषणा की पहल की, तो 177 देशों ने उसका समर्थन किया। यह इतिहास में पहली बार हुआ जब योग ने बिना किसी प्रचार के, बिना किसी हथियार के, संस्कृति और चेतना का विश्वव्यापी आंदोलन खड़ा कर दिया। हर साल 21 जून को, जब लोग सूर्य नमस्कार करते हैं, तब वह केवल शरीर की कसरत नहीं कर रहे होते, वे अपने मन को आत्मचिंतन की स्थिति में ला रहे होते हैं।

श्रीमद्भगवद्गीता में श्रीकृष्ण कहते हैं – "समत्वं योग उच्यते" – अर्थात, मन की समता ही योग है। जब न खुशी से हम फूले, न दुख से हम टूटें – तब हम योग में स्थित होते हैं। जब न हमें क्रोध बहा सके, न मोह डुबा सके – तब हम योगी होते हैं। गीता का हर श्लोक अंततः हमें मन के सामर्थ्य की ओर ले जाता है – कैसे विचार बदलें, कैसे दृष्टिकोण पर नियंत्रण रखें, और कैसे कर्म को स्वच्छ मन से किया जाए।

आज के समय में, जब मनुष्य बाहरी दुनिया में सब कुछ जीत चुका है – चाँद, मंगल, समुद्र, आकाश – पर अपने भीतर की अशांति से हार रहा है, तब योग ही वह विज्ञान है जो उसे स्वयं से मिलवाता है। योग शरीर का सौंदर्य नहीं, मन की स्वच्छता और आत्मा की ऊँचाई है। अगर हर बच्चा, हर नागरिक, हर नेता और हर शिक्षक अपने दिन की शुरुआत केवल 20 मिनट के ध्यान और प्राणायाम से करे – तो भारत केवल एक आर्थिक शक्ति नहीं, एक आध्यात्मिक विश्वगुरु बन सकता है।

योग करो, संयम से सोचो, और अपने मन को स्वयं का मित्र बना लो। फिर न तुम डिगोगे, न टूटोगे, केवल खिलते जाओगे।

विश्व वर्षावन दिवस: चेतना, चुनौती और परिवर्तन की घड़ी

[पेड़ नहीं बचे तो पीढ़ियाँ नहीं बचेंगी]

पृथ्वी की धड़कन, हरे-भरे वर्षावन, आज हमारे सामने एक चेतावनी के साथ खड़े हैं—या तो हम इन्हें बचा लें, या अपनी सभ्यता का अंत देखने को तैयार रहें। 22 जून को मनाया जाने वाला विश्व वर्षावन दिवस केवल एक तारीख नहीं, बल्कि एक वैश्विक आह्वान है, जो हमें इस ग्रह के सबसे कीमती खजाने—हमारे वर्षावनों—के संरक्षण की जिम्मेदारी सौंपता है। ये जंगल, जो पृथ्वी की सतह का मात्र 6% हिस्सा कवर करते हैं, विश्व की 50% से अधिक जैव विविधता को आश्रय देते हैं और मानव जीवन के लिए अपरिहार्य हैं। ये पृथ्वी के फेफड़े हैं, जो हर सांस के साथ ऑक्सीजन देते हैं, कार्बन डाइऑक्साइड सोखते हैं, और जलवायु को संतुलित रखते हैं। लेकिन, जब हर मिनट फुटबॉल मैदान जितना जंगल काटा जा रहा हो, तो क्या हम सचमुच इनकी रक्षा के लिए पर्याप्त कर रहे हैं? आइए, इस विश्व वर्षावन दिवस पर इन जंगलों की महिमा को समझें, उनकी चुनौतियों का सामना करें, और एक ऐसी दुनिया के लिए कदम उठाएं जहां प्रकृति और मानव एक साथ पनप सकें।

वर्षावन पृथ्वी के सबसे जीवंत और जटिल पारिस्थितिक तंत्र हैं। अमेज़न, कांगो बेसिन, बोर्नियो, और मेडागास्कर जैसे क्षेत्रों में फैले ये जंगल न केवल लाखों प्रजातियों का घर हैं, बल्कि ग्रह के पर्यावरणीय स्वास्थ्य की रीढ़ हैं। विश्व वन्यजीव कोष (डब्ल्यूडब्ल्यूएफ) के अनुसार, अमेज़न वर्षावन में 400 बिलियन पेड़ और 16,000 से अधिक पौधों की प्रजातियां मौजूद हैं। ये जंगल वैश्विक ऑक्सीजन का 20% से अधिक उत्पादन करते हैं और प्रतिवर्ष 20 बिलियन टन कार्बन डाइऑक्साइड अवशोषित करते हैं, जो जलवायु परिवर्तन के खिलाफ एक प्राकृतिक ढाल प्रदान करते हैं। नासा के शोध बताते हैं कि अमेज़न वर्षावन वैश्विक जलवायु पैटर्न को नियंत्रित करता है और 20% ताजे पानी का स्रोत है। ये जंगल नमी छोड़ते हैं, जो वर्षा के रूप में दूर-दराज के क्षेत्रों तक पहुंचती है, जिससे वैश्विक कृषि और जल संसाधन निर्भर हैं। लेकिन, जब हर साल 15 मिलियन हेक्टेयर जंगल वनों की कटाई के कारण नष्ट हो रहे हैं, तो यह स्पष्ट है कि हम इन अनमोल संसाधनों को खोने की कगार पर हैं।

वर्षावनों का महत्व केवल पर्यावरण तक सीमित नहीं है; ये मानव सभ्यता के लिए भी अपरिहार्य हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन के आंकड़ों के

अनुसार, 25% आधुनिक दवाएं वर्षावनों से प्राप्त पौधों पर आधारित हैं। मलेरिया के इलाज में उपयोगी क्विनाइन, कैंसर के उपचार में मददगार विंका पौधा, और कई अन्य औषधियां इन जंगलों की देन हैं। इसके अलावा, कॉफी, कोको, केले, और ताड़ का तेल जैसे उत्पाद भी वर्षावनों से आते हैं। इन जंगलों में रहने वाले 350 मिलियन से अधिक स्वदेशी लोग अपनी आजीविका, संस्कृति, और आध्यात्मिकता के लिए इन पर निर्भर हैं। संयुक्त राष्ट्र के अनुसार, स्वदेशी समुदायों का पारंपरिक ज्ञान वर्षावनों के संरक्षण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, लेकिन वनों की कटाई के कारण उनकी संस्कृति और अस्तित्व भी खतरे में है।

विश्व वर्षावन दिवस की शुरुआत 22 जून, 2017 को रेनफॉरेस्ट पार्टनरशिप द्वारा की गई थी, जिसका उद्देश्य वैश्विक स्तर पर वर्षावनों के संरक्षण के लिए जागरूकता बढ़ाना है। यह संगठन, जो संयुक्त राष्ट्र आर्थिक और सामाजिक परिषद से संबद्ध है, 70 से अधिक वैश्विक भागीदारों के साथ मिलकर कार्य करता है। 2021 में शुरू हुए विश्व वर्षावन शिखर सम्मेलन ने इस मिशन को और मजबूती दी, जिसमें सरकारें, वैज्ञानिक, और सामाजिक संगठन एक साथ आए। यह दिन हमें वनों की कटाई, अवैध शिकार, और खनन जैसी समस्याओं के खिलाफ कार्रवाई करने की प्रेरणा देता है। लेकिन चुनौतियां कम नहीं हैं। ग्लोबल फॉरेस्ट वॉच के अनुसार, 2022 में अकेले अमेज़न में 11,088 वर्ग किलोमीटर जंगल नष्ट हुआ, जो पिछले दशक की तुलना में 11% अधिक है। कांगो बेसिन में अवैध लकड़ी व्यापार और दक्षिण-पूर्व एशिया में पाम ऑयल के लिए जंगल साफ करना जैव विविधता को खतरे में डाल रहा है।

इन चुनौतियों का सामना करने के लिए व्यक्तिगत और सामूहिक प्रयासों की आवश्यकता है। हम टिकाऊ उत्पादों का उपयोग करके, पुनर्चक्रण को बढ़ावा देकर, और वृक्षारोपण में भाग लेकर बदलाव ला सकते हैं। उदाहरण के लिए, पाम ऑयल जैसे उत्पादों का बहिष्कार और पर्यावरण-अनुकूल विकल्प चुनना वनों की कटाई को कम कर सकता है। सरकारों को कठोर नीतियां लागू करने, अवैध गतिविधियों पर रोक लगाने, और स्वदेशी समुदायों के अधिकारों की रक्षा करने की जरूरत है। संयुक्त राष्ट्र के सतत विकास लक्ष्य (एसडीजी-15) में स्थलीय पारिस्थितिक तंत्रों के संरक्षण को प्राथमिकता दी गई है, और हमें इस दिशा में ठोस कदम उठाने होंगे। शिक्षा और जागरूकता भी इस लड़ाई में महत्वपूर्ण हथियार हैं।

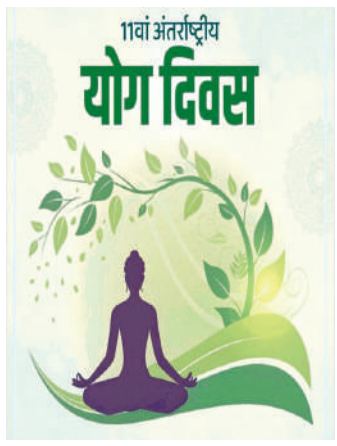
विश्व वर्षावन दिवस हमें एक तीखी चेतावनी देता है—ये जंगल महज पेड़ों का समूह नहीं, बल्कि हमारी धरती का जीवंत हृदय हैं, जिनकी हर धड़कन में जीवन की सांस बसी है। ये वो हरे फेफड़े हैं, जो हमें ऑक्सीजन देते हैं, जलवायु को संतुलित रखते हैं, और हमारी सभ्यता को पनपने का आधार प्रदान करते हैं। यदि हम आज इन वर्षावनों को नहीं बचाएंगे, तो हम अपनी आने वाली पीढ़ियों से न केवल उनका हक, बल्कि उनके जीने का अधिकार भी छीन लेंगे। यह समय शब्दों का नहीं, बल्कि ठोस कदमों का है। एक पौधा लगाइए, टिकाऊ उत्पादों को अपनाइए, अपने समुदाय में जागरूकता की लहर फैलाइए—हर छोटा प्रयास इस ग्रह की रक्षा का मजबूत कदम है। इस विश्व वर्षावन दिवस पर एक अटल संकल्प लें कि हम इन हरे खजानों को बचाएंगे, क्योंकि जब तक ये जंगल सांस लेंगे, हमारी धरती जीवित रहेगी। यह हमारा वचन है, हमारा कर्तव्य है, और सबसे बढ़कर, हमारी माटी के प्रति हमारा अटूट प्रेम है। अपनी आवाज को बुलंद करना होगा और इस हरे ग्रह को बचाने के लिए एकजुट होना होगा क्योंकि अगर वर्षावनों की सांस थम गई, तो हमारी धरती का हृदय भी हमेशा के लिए खामोश हो जाएगा।

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

अब घर घर मे योग कर रहे हैं।

दुनिया में योग से शान्ति मिल रही
यहां सांसें अनमोल है
इसे सन्तुलन करने हेतु योग जरूर है
तभी तो विश्व पटल हो
या देश विदेश या फिर शहर गांव मोहल्ला
अब घर घर मे योग कर रहे हैं।

हरिहर सिंह चौहान इन्दौर



श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर यल्मपेट में पौधे रोपण व योग दिवस

जगदीश सीरवी

हैदराबाद श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर (यल्मपेट,) मेड़चल निर्माण स्थल पर आज योगनी एकादशी और साल का सबसे बड़ा दिन तथा अंतराष्ट्रीय योग दिवस के पावन अवसर पर आज गुरुमाता स्नेहलता रॉय बंसल और उनकी सुपुत्री गीतिका मुदाली ने नारियल और तुलसी के वृक्ष लगाकर सेवा दी । इस अवसर पर श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर के फाउंडर सदस्य बलवीर प्रसाद पैनोली, मिथिलेश पैनोली, कमला देवी बौदुरी, फाउंडर सदस्य राजेंद्र सिंह रावत तथा ठाकुर जयपाल सिंह नयाल सनातनी ने भी अपनी सेवा दी ।

जयपाल नयाल सनातनी ने बताया कि श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर में मंदिर, सुनदीशाला (गौशाला) और ब्राह्मणों के कमरे का निर्माण चल रहा है । आगामी 11 जुलाई सावन के महीने में श्री दक्षिणेश्वर केदारनाथ मंदिर स्थल पर श्री रुद्रेश्वर शिव लिंग, शिव परिवार की स्थापना नंदीशाला का उद्घाटन होने के बाद पूरे 36 दिनों का महारुद्राभिषेक का कार्यक्रम तय है ।

अन्नोजीगुड़ा में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर योगाभ्यास करते कोरेमुला सीरवी समाज वडेर के अध्यक्ष कालूराम, कंचनदेवी काग , नरेश कुमार, ललित कुमार, सुरेन्द्र , रंजीत, तरुण, भावेश, रेणुका, योगिता , गीता देवी, पुष्पा देवी, ममता, अनीता व अन्य।

सर्तकता के साथ अमेरिका से तालमेल बढ़ना चाहिए भारत को

हरिहर सिंह चौहान इन्दौर

' विश्व की महाशक्ति अमेरिका की दोहरी मानसिकता से भारत भी हैरान हो रहा है। अब इस समय पकिस्तान के बिकाऊ रवेये से भारत को लंबे कूटनीतिक एवं सेन्य शक्ति को जागृत करने हेतु कमर कासनी ही होगी । विश्व चौधरी देश आज से नहीं बल्कि इतिहास में इसके धोखे के कई किस्से हैं जिसका वह रसपान करते आ रहे है। वह हाथों में प्याला लेकर तो आते है पर उसमें ज़हर होता है। पकिस्तान से मैत्री संबंध के भी कई मायने कल भी देखें गये थें और आज भी देखें जा रहे हैं। डोनाल्ड ट्रंप ने जरनल आसिफ मुनीर को व्हाइट हाउस बुला कर मूंह में राम बगल में छुरी वाली कहावत चरितार्थ कर दी है। बढ़ते भारत की साख के कारण अमेरिका हमारे दुश्मन देशों से दोस्ताना व्यवहार कर रहा है। अमेरिका ने हमेशा से व्यापार को महत्व देता रहा है। इसलिए वह एक और आतंक के खिलाफ भारत से दोस्ती के कसीदे कसता है। वहीं कट्टर जिहादी सोच वाले पकिस्तान जो आतंक को पालने के लिए प्रसिद्ध है। उसके सिपहेसलहाकार को दावत दे रहा है ? यहां कैसी कूटनीतिक साझेदारी समझ नहीं आता है। अमेरिकी परिदृश्य में देखें तों रोनाल्ड रीगन हो जार्ज डब्ल्यू बुश हो उनका पकिस्तान प्रेम जगजाहिर है। इसलिए भारत को अपनी कामन को मजबूती से पाकड़ के रखें, क्योंकि दुश्मन का दोस्त भी दुश्मन ही होता है। अमेरिका के साथ जहां तक देखें तो दुश्मनी भी ठीक नहीं है और ना ही दोस्ती, इसलिए भारत को सतर्क रहने की आवश्यकता है। पकिस्तान के पड़ोसी ईरान से बदला लेने के लिए एक रणनीतिक के तहत अमेरिका अपनी शह और मात के चक्कर में तेहरान में सत्ता परिवर्तन की इबादत वहीं लिखना चाह रहा है। तभी तो अमेरिका व पकिस्तान दोनों का साथ सच्चा बनने के लिए दिखावे का खेल चल रहा है। जो भी

घटनाक्रम विश्व में चल रहा है, उसे देखकर ऐसा लगता है कि धोखे की कूटनीति से लाभ पाने की साजिशों का बोलबाला हो रहा है। आतंक पर विश्व के सभी देशों में भारत ने जिस प्रकार अपना पक्ष रखा है। उससे पाकिस्तान घबराया हुआ है। लेकिन अभी बहुत कुछ और करना होगा । क्योंकि खतरा बहुत बड रहा है। भारत पर चारों ओर दुश्मनों की भीड़ हो या दोस्तों की इसके लिए ठोस कूटनीति प्रयास करना होगा। पकिस्तान जो पिछले कई वर्षों से ईरान के साथ था, लेकिन अब उसने दुश्मनों से हाथ मिला कर धोखे से बाज़ नहीं आ रहा है। वहीं भारत को अब सतर्कता के साथ सुपर पावर से तालमेल बढ़ना चाहिए । विश्व युद्ध की डगर पर बहुत देश खड़े हैं तो भारत को भी गंभीर रहना चाहिए। अमेरिका क्यों नहीं सुधार रहा है क्षेत्रीय समीकरण को देखते हुए भारत के सभी देशों से अच्छे संबंध हैं । वहीं सुपर पावर की आकड अब नहीं चलने वाली है। भारत ऐसा देश है जो युद्ध के खिलाफ रहा है। हम किसी प्रकार के युद्ध के विरोधी हैं हमें विश्व में शांति चाहिए लेकिन अमेरिका हमें घेरना चाह रहा है और खुद उलझ रहा है। भारत की दोस्ती ईरान इसराइल दोनों से है और युद्ध पर या उनके व्यक्तिगत विवाद में भारत दूरी बनायें रखने में समझदारी भरा क़दम उठा रहा है। ऐसी सर्तकता हमेशा बनी रहे तो अच्छा होगा।

कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी अस्पताल में नवीन पटनायक की होगी सर्जरी

मनोरंजन सासमल , स्टेट हेड ओड़िशा

भूबनेश्वर : पूर्व मुख्यमंत्री और विपक्ष के नेता नवीन पटनायक को सर्वाइकल अर्थराइटिस के इलाज के लिए कोकिलाबेन धीरूभाई अंबानी अस्पताल में भर्ती कराया गया है। वे कल मुंबई गए थे और उन्हें नवीन मेडिकल कॉलेज में भर्ती कराया गया। पता चला है कि कल सुबह उनकी सर्जरी होगी।इस बीच, नवीन की बीमारी को लेकर पूरे राज्य में हलचल मची हुई है और उनके शीघ्र स्वस्थ होने की प्रार्थना की जा रही है। कल जब नवीन भुवनेश्वर से रवाना हुए तो बड़ी संख्या में महिलाओं और बीजद नेताओं व कार्यकर्ताओं ने उन्हें बधाई दी। नवीन के अच्छे स्वास्थ्य की कामना करते हुए पूरे राज्य में दीप जलाए जा रहे हैं। आज पूर्व मंत्री ज्योति प्रकाश पाणिग्रही के नेतृत्व में सैकड़ों महिलाओं और पुरुषों ने नवीन के शीघ्र स्वस्थ होने की कामना करते हुए बालासोर जिले के बाबा बकरेश्वर शैव पीठ में 108 दीप जलाए। उन्होंने बाबा की पूजा-अर्चना भी की। इसमें सिमुलिया विधानसभा क्षेत्र के कई नेताओं और कार्यकर्ताओं ने हिस्सा लिया। महिलाओं ने उत्साह में आकर व्रत रखा और नवीन के लिए प्रार्थना की। उन्होंने कामना की कि नवीन शीघ्र स्वस्थ होकर ओडिशा लौटकर लोगों की सेवा करते रहें। उदला बीजद ने आज दीप चढ़ाए। उदला के पूर्व विधायक श्रीनाथ सोरेन समेत उपजिला के सभी बीजद नेताओं ने उदला हनुमान मंदिर पहुंचकर 108 दीप जलाए और बीजद सुप्रीमो के शीघ्र स्वस्थ होने की कामना करते हुए प्रार्थना की। सभी ने भगवान से नवीन के शीघ्र स्वस्थ होने और वापस लौटने की प्रार्थना की। वहीं, नीलगिरि बीजद ने मां भूधर चंडी पर दीप अर्पित कर नवीन के शीघ्र स्वस्थ होने की कामना की। पूर्व विधायक सुकांत नायक के नेतृत्व में सैकड़ों बीजद कार्यकर्ताओं ने मां के दरबार में पहुंचकर दीप अर्पित किए और नवीन के लिए प्रार्थना की।

प्रेम के कारण घर से भागी लड़की, गांव वालों ने पूरे परिवार को कर दिया मुंडन

मनोरंजन सासमल , स्टेट हेड ओड़िशा

भूबनेश्वर : लड़की प्रेम में पड़ गई। घर-परिवार के लोग मुंडन के लिए मजबूर हो गए। दूसरी जाति के युवक से प्रेम के कारण घर से भागी लड़की के बाद गांव वालों का दबाव बढ़ गया। उन्होंने उसे आग और पानी से भगाने की धमकी दी। जाति के दबाव में परिवार और गोत्र के 40 लोगों ने मुंडन कर लिया। एक तरफ कुछ पुरुष बैठे थे और दूसरी तरफ कुछ महिलाएं बैठी थीं। इनमें कुछ छोटे बच्चे भी थे। गांव वालों ने सबको इकट्ठा किया। क्योंकि इस परिवार की बेटी प्रेम के कारण अगवा हुई थी। इसलिए गांव वालों के अनुसार बेटी गई, यानी सजा तय है। इसलिए गांव वालों ने बेटी के लिए पूरे परिवार को सजा देने का फैसला किया। और ऐसा न करने पर उसे भगाने की धमकी दी। फिर गांव वालों ने पारंपरिक आदिवासी रीति-रिवाज के अनुसार बेटी को मरा हुआ समझकर पूरे परिवार को मुंडन कर लिया। जिसका नजारा सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। यह घटना रायगढ़ जिले के काशीपुर ब्लॉक के विंगीगुडा गांव की है। खबरों के मुताबिक, अनुसूचित जनजाति समुदाय की एक लड़की ने अनुसूचित जाति के लड़के से शादी कर ली। इस घटना को लेकर गांव वालों ने लड़की के परिवार के 40 लोगों को निशाना बनाया। मुंडन के लिए मजबूर किया गया। अगर वह ऐसा नहीं करती तो उसे गांव से निकाल देने की धमकी दी गई। परिवार को शुद्धिकरण अनुष्ठान करने के लिए मजबूर किया गया।

कुल, समाज और प्रचलित रीति-रिवाज। इन रीति-रिवाजों को लेकर हमारे समाज में अलग-अलग विचार बन सकते हैं। सामाजिक बहिष्कार जैसी कुरीतियां आज भी कायम हैं। जिसे रोकने में प्रशासन नाकाम रहा है। जिसका एक उदाहरण आज की घटना है। गांव वालों की ओर से बहिष्कार की धमकी के डर से यह परिवार आज सिर झुकाने को मजबूर है।

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