

03 नवयुग का शंखनाद..

06 जहां सड़क धूल बसती है: भारत अपनी हवा को साफ करने में चुनौती देता है

08 ऑल इंडियन कल्याण द्वारा व्यवसायिक लाइसेंस डायरेक्ट बेनिफिट के विषय पर सुझाव...

वाहन नहीं सड़क धूल और सड़को के हालात हवा की गुणवत्ता के लिए मायने रखता है और सरकार और सरकारी एजेंसियों को इस पर ध्यान देना जनहित में आवश्यक, फिर भी क्यों नहीं कर रहे कार्यवाही ?

संजय बाटला

सड़क धूल भारतीय शहरों में कण प्रदूषण का एक महत्वपूर्ण, फिर भी कम आंका गया स्रोत। यह सिर्फ प्रदूषण उत्पन्न नहीं करता है, यह पुनर्स्थापित करता है, फिर से निर्लिंबित करता है, और परिवेशी पीएम स्तरों में योगदान देता रहता है। भारत में धूल को व्यवस्थित करने के प्रयासों में इंजीनियरिंग (पैकिंग, सड़क का पुनः डिजाइन), प्रकृति-आधारित समाधान (हरितोत्पत्ति) और सक्रिय रखरखाव (स्वैपर, संप्रिंक्लर) शामिल हैं। हालांकि, पानी का उपयोग, वित्तपोषण और निरंतर नीति कार्यान्वयन बड़ी चुनौतियां बनी हुई हैं। यदि ये प्रयास सफलतापूर्वक पैमाने पर हैं, तो सड़क धूल को नियंत्रित करने से भारत के शहरी वायु प्रदूषण की समस्या में महत्वपूर्ण कमी आ सकती है पर सरकार और सरकारी विभाग इस तरह विचार करने के लिए ही तैयार नहीं हैं।

केस उदाहरण:-
मुंबई: नौरी (राष्ट्रीय पर्यावरण इंजीनियरिंग अनुसंधान संस्थान) ने पाया कि सड़क धूल शहर में पीएम उत्सर्जन भार का 71% बनाती है।

कोलकाता: एक हालिया टीईआरआई (ऊर्जा और संसाधन संस्थान) अध्ययन में पाया गया कि सड़क धूल शहर के पीएम10 का ₹35% और पीएम2.5 का ₹16% हिस्सा है।

पंजाब (लुधियाना, जालंधर जैसे शहर): पीपीसीबी (संयुक्त प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड) के निष्कर्षों के अनुसार, सड़क धूल एक प्रमुख योगदानकर्ता है। इसका मुकाबला करने के लिए, वे पैडिंग, वैक्यूम सफाई और यांत्रिक झाड़ू लगाने का प्रस्ताव करते हैं।

क्यों सड़क धूल का निपटारा हवा को साफ करने की कुंजी है:- सड़कों से वायुजनित धूल (पीएम) को कम करना न केवल उत्सर्जन को रोकने के बारे में है, बल्कि पहले से जमा हुई धूल के पुनः निर्लिंबन को भी रोकता है। यदि धूल को सड़क की सतहों पर अनियंत्रित रूप से जमा होने दिया जाता है, तो गुजरने वाला हर वाहन एक "डस्ट



सड़कों पर चलने वाले वाहन या सड़के, कौन है वायु गुणवत्ता खराब करने के लिए जिम्मेदार ?

November 27, 2025

वाहन नहीं सड़क धूल और सड़को के हालात हवा की गुणवत्ता के लिए मायने रखता है और सरकार और सरकारी एजेंसियों को इस पर ध्यान देना जनहित में आवश्यक, फिर क्यों नहीं कर रहे कार्यवाही

सड़क धूल भारतीय शहरों में कण प्रदूषण का एक महत्वपूर्ण, फिर भी कम आंका गया स्रोत। यह सिर्फ प्रदूषण उत्पन्न नहीं करता है, यह पुनर्स्थापित करता है, फिर से निर्लिंबित करता है, और परिवेशी पीएम स्तरों में योगदान देता रहता है। भारत में धूल को व्यवस्थित करने के प्रयासों में इंजीनियरिंग (पैकिंग, सड़क का पुनः डिजाइन), प्रकृति-आधारित समाधान (हरितोत्पत्ति) और सक्रिय रखरखाव (स्वैपर, संप्रिंक्लर) शामिल हैं। हालांकि, पानी का उपयोग, वित्तपोषण और निरंतर नीति कार्यान्वयन बड़ी चुनौतियां बनी हुई हैं। यदि ये प्रयास सफलतापूर्वक पैमाने पर हैं, तो

मिक्सर" बन जाता है, जो लगातार हवा को फिर से प्रदूषित करता है। प्रभावी रणनीतियों को धूल के संचय को रोकने की आवश्यकता है (बेहतर डिजाइन, पैकिंग, हरी बाधाओं के माध्यम से) और मौजूदा धूल का प्रबंधन (साफ करने, छिड़काव करके)।

चुनौतियां / अंतराल जो शेष हैं
पानी का उपयोग:- सड़कों को गीला करना (संप्रिंक्लर या धुंध के साथ) धूल को दबाने में प्रभावी है, लेकिन यह बहुत अधिक पानी की खपत करता है।

रखरखाव: पक्की होने के बाद भी सड़कों को नियमित रखरखाव की आवश्यकता होती है। समय के साथ खराब सड़क की गुणवत्ता (तट, गड्ढे) धूल को फिर से पैसा करती है।

संसाधन बाधाएं: सभी नगरपालिका निकायों के पास यांत्रिक झाड़ू लगाने, वाहन को धुंधला

करने या पैमाने पर हरितकरण लागू करने का बजट या क्षमता नहीं हो सकती है।

व्यवहारिक और डिजाइन: कुछ सड़कें खराब तरीके से डिजाइन की गई हैं (जैसे, संकीर्ण कंधे, कोई वनस्पति नहीं), जिससे धूल नियंत्रण मुश्किल हो जाता है।

निगरानी और जवाबदेही: नीतियों को लागू करना एक बात है, लेकिन यह सुनिश्चित करने के लिए कि सड़क का पुनः डिजाइन / धूल नियंत्रण प्रभावी हो, निरंतर, डेटा-संचालित निगरानी (जैसे जीआईएस सिस्टम का उपयोग) की आवश्यकता है।

पीएम प्रदूषण में प्रमुख योगदानकर्ता: कई भारतीय शहरों में, सड़क धूल कणों के प्रदूषण का एक नगण्य हिस्सा नहीं है - यह एक प्रमुख स्रोत है। उदाहरण के लिए:- दिल्ली में, सड़क धूल को पीएम 2.5 और पीएम 10 के प्रमुख योगदानकर्ता के

रूप में अध्ययनों द्वारा पहचाना गया है।

विभिन्न मूल: सड़क धूल कई स्रोतों से उत्पन्न होती है (जैसे बजरी और कंक्रीट), सड़क की सतह का क्षरण, टायर पहनने, और वाहन गुजरते समय बसे हुए धूल के पुनः संबद्ध।

पुनः निर्लिंबन: सड़कों पर बसे हुए धूल को नहीं रखा जाता है। जब वाहन चलते हैं, विशेष रूप से उच्च गति पर या खराब रखरखाव वाली सड़कों पर, तो धूल फिर से लात मार दी जाती है जो बार-बार हवा में मौजूद कणों में योगदान करती है।

भौतिक रूप से धूल कहां बसती है ? जब हम सड़क धूल के बारे में बात करते हैं, तो हम दोनों सड़क पर संचय और यह कैसे परिवेशी (वायुजनित) प्रदूषण में योगदान देता है

1. अनपेक्षित शोल्डर: कई भारतीय शहरों में, भले ही सड़कें पक्की हों, लेकिन कंधे (सीम) नहीं हो

टैपल आफ लिबरलाइजेशन एंड वेलफेयर अलाइड ट्रस्ट पंजीकृत

<https://tolwa.com/about.html> | tolwaindia@gmail.com
tolwadelhi@gmail.com

आज का साइबर सुरक्षा विचार

पिकी कुंडू महासचिव टोलवा

बैंगलूरु के 74 वर्षीय व्यक्ति ने 1.33 करोड़ एक धोखेबाज को गंवा दिए, जो खुद को वेल्थ मैनेजमेंट कंपनी का प्रतिनिधि बता रहा था। यह घटना एक दर्द का एहसास दिलाती है कि कैसे ठग भरोसे, तकनीक और वित्तीय आकांक्षाओं का शोषण करते हैं—विशेषकर वरिष्ठ नागरिकों का।

“High Returns = High Risk. निवेश से पहले सत्यापन करें।”
क्यों ये अपराध जारी रहते हैं

- ऑनलाइन प्रतिरूपण की आसानी: धोखेबाज नकली वेबसाइट बनाते हैं, लोगों का पीछे करते हैं और व्हाट्सएप कॉल से वैध दिखते हैं।
- मनोवैज्ञानिक निशाना: वरिष्ठ नागरिक अधिक भरोसेमंद होते हैं, डिजिटल रूप से कम जागरूक और “सुरक्षित उच्च रिटर्न” के वादों के प्रति संवेदनशील।
- सीमा-पार गुप्तता: VoIP नंबर, नकली डोमेन और म्यूल्टि अकाउंट्स का उपयोग कर ट्रेस करना कठिन बना देते हैं।
- देरी से रिपोर्टिंग: शर्म या डर के कारण पीड़ित देर से शिकायत करते हैं, जिससे अपराधियों को भागने का समय मिल जाता है।
- ठगी का तेजी से बदलना: लॉटरी से निवेश धोखाधड़ी, सेक्सटॉर्शन और ऐप-आधारित जाल तक लगातार नए रूप।

इस खतरों को रोकने के वास्तविक उपाय

- प्रणालीगत एवं नियामक हस्तक्षेप
- वित्तीय वेबसाइट/ऐप का

अनिवार्य सत्यापन: SEBI और RBI को सख्त जांच लागू करनी चाहिए और “सत्यापित रजिस्ट्री” सार्वजनिक करनी चाहिए।

- बैंक-स्तरीय AI धोखाधड़ी पहचान: असामान्य बड़े ट्रांसफर पर रीयल-टाइम अलर्ट, खासकर नए खातों में।
- दूरसंचार नियमन: अप्रमाणित व्हाट्सएप बिजनेस नंबरों पर रोक और कॉलर आईडी प्रमाणीकरण लागू।
- नागरिक जागरूकता एवं सशक्तिकरण

- वरिष्ठ नागरिक साइबर सुरक्षा अभियान: RWAs, बैंकों और सामुदायिक केंद्रों में स्थानीय पुलिस की सक्रिय भागीदारी से कार्यशालाएं।
- सरल चेकलिस्ट:
 - अनचाहे निवेश प्रस्तावों पर भरोसा न करें।
 - कंपनी वेबसाइट को SEBI/RBI पोर्टल से सत्यापित करें।
 - अज्ञात लिंक से ऐप डाउनलोड न करें।
 - हेल्पलाइन प्रचार: 1930 (राष्ट्रीय साइबरक्राइम हेल्पलाइन) और cybercrime.gov.in को क्षेत्रीय भाषाओं में व्यापक रूप से प्रचारित करें।
 - तकनीकी सुरक्षा उपाय
 - ब्राउजर चैतावनी: संदिग्ध डोमेन जैसे anewadmini.top को फ्लैग करना।
 - व्हाट्सएप एवं सोशल मीडिया निगरानी: धोखाधड़ी खातों का तेजी से हटाना।
 - डिजिटल साक्षरता ऐप्स: वरिष्ठ नागरिकों को नकली साइट, फिशिंग और ठगी

पहचानने के आसान उपकरण।

- समुदाय एवं परिवार की भूमिका
 - विश्वसनीय वित्तीय संरक्षकता: परिवार को वरिष्ठ नागरिकों के बड़े लेन-देन पर नजर रखनी चाहिए।
 - सामूहिक सतर्कता समूह: RWAs और वरिष्ठ क्लब “Cyber Safety Circles” बना सकते हैं।
 - बैंक अधिकारियों को भूमिका: उभरते रुझान के अनुसार बैंक अधिकारी इन अपराधों को रोकने में बड़ी भूमिका निभा सकते हैं और करोड़ों बचा सकते हैं।
- कानून प्रवर्तन एवं क्रॉस-सेक्टर सहयोग
 - वरिष्ठ नागरिक धोखाधड़ी के लिए समर्पित साइबरक्राइम इकाईयां।
 - बैंकों और दूरसंचार कंपनियों के साथ साझेदारी कर संदिग्ध खातों को तुरंत फ्रीज करना।
 - धोखाधड़ी डोमेन का सार्वजनिक रूप से नाम उजागर करना और शर्मिंदा करना।
 - व्यावहारिक नागरिक सुरक्षा उपाय (याद रखने में आसान)
 - STOP – अज्ञात लिंक पर क्लिक करने से पहले रुकें।
 - CHECK – कंपनी का SEBI/RBI पंजीकरण देखें।
 - CALL – केवल आधिकारिक ग्राहक सेवा नंबर पर कॉल करें (व्हाट्सएप नहीं)।
 - REPORT – संदिग्ध लगे तो तुरंत 1930 पर रिपोर्ट करें।

सामाजिक समस्याओं के समाधान हेतु

पिकी कुंडू महासचिव,



पिकी कुंडू
सदस्य बंगाली प्रकोष्ठ
भाजपा दिल्ली प्रदेश,
सदस्य उज्ज्वला योजना
भाजपा दिल्ली प्रदेश

पिकी कुंडू
सदस्य बंगाली प्रकोष्ठ भाजपा दिल्ली प्रदेश सदस्य उज्ज्वला योजना भाजपा दिल्ली प्रदेश

माननीय प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने जी20 शिखर सम्मेलन (Johannesburg) में स्पष्ट कहा कि कृत्रिम बुद्धिमत्ता (AI) का उपयोग आतंकवाद, अपराध और डीपफेक जैसे क्षेत्रों में सख्ती से प्रतिबंधित होना चाहिए। उन्होंने विश्व नेताओं से आग्रह किया कि एक वैश्विक



और अरुण जेटली जी तथा सुषमा स्वराज से पिछले कई महीनों से बोलचाल बंद है जबकि मोदी जी के सद्भावना उपवास के इस कार्यक्रम में आडवाणी जी सुषमा स्वराज जी अरुण जेटली जी तीनों आए और तीनों ने जोरदार भाषण दिया।

मीडिया में कई दिनों तक यह बहस प्लांट करवाई गई कि प्रधानमंत्री पद के काबिल उम्मीदवार तो सुषमा स्वराज और अरुण जेटली जी हैं नरेंद्र मोदी जी नहीं हैं और बाद में सारे मीडिया वालों ने बताया यह सारी खबरें अहमद पटेल द्वारा प्लांट करवाई जाती थी मालिकों को करोड़ों रुपए से भरे सूटकेस मिलते थे।

है कि उस समस्या से आम जनमानस को राहत मिले और किसी भी तरीके से समाज प्रभावित न हो

- लेकिन जाम की समस्या से लगातार जुड़ा रहा आम जनमानस
- ऐसी खबरें प्रकाशित होने के बावजूद भी जिम्मेदार मामले को

संज्ञान में नहीं ले रहे हैं, जिससे आम जनमानस को भारी समस्या का सामना करना पड़ता है।

क्या आप भी चाहते हैं की आप की परेशानियों को सरकारी अधिकारी, सरकार और राजनीतिक पार्टियों के साथ न्यायिक प्रणाली

दरकिनार करते रहे और आप परेशान होते रहे अगर नहीं तो एक होकर आवाज बनें जुड़े टैपल आफ लिबरलाइजेशन एंड वेलफेयर अलाइड ट्रस्ट पंजीकृत अपनी आवाज उठाने और सब को जगाने के लिए।

व्यक्तियों को बदनाम या ब्लैकमेल करने के लिए नकली सामग्री का उपयोग किया जा सकता है, जिससे प्रतिष्ठा और मानसिक स्वास्थ्य को नुकसान पहुँचता है।

आतंकवादी मॉड्यूल में एआई का उपयोग

- प्रोपेगंडा का विस्तार: आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और अल-कायदा जैसे संगठन एआई टूल्स का प्रयोग कर परिष्कृत वीडियो, सिंथेटिक वॉइस क्लिप और नकली समाचार बना रहे हैं जो असली पत्रकारिता जैसे दिखते हैं।
- भर्त्ता और कट्टरपंथीकरण: एआई-जनित सामग्री भावनात्मक रूप से कमजोर व्यक्तियों को प्रभावित कर सकती है, जिससे उग्रवादी विचार अधिक प्रभावी बन जाते हैं।
- संचालन योजना: बड़े भाषा मॉडल आतंकवादियों को रणनीति सीखने, हमले की योजना बनाने और लॉजिस्टिक्स समन्वय में मदद कर सकते हैं।
- साइबर युद्ध: एआई का उपयोग हैकिंग, फिशिंग और मैलवेयर फैलाने के लिए हथियार के रूप में किया जा सकता है, जिससे महत्वपूर्ण ढाँचे और वित्तीय प्रणालियों निशाना बनती हैं।
- युद्धक्षेत्र भ्रम: नकली छवियाँ और वीडियो संघर्षों की वास्तविकता को विकृत कर सकते हैं, अंतरराष्ट्रीय पर्यवेक्षकों को गुमराह कर सकते हैं और मानवीय प्रतिक्रियाओं को प्रभावित कर सकते हैं।

पीएम मोदी के वक्तव्य की मुख्य बातें

- एआई दुरुपयोग पर सख्त रोक: एआई को कभी भी आतंकवाद,

अपराध या डीपफेक को बढ़ावा देने की अनुमति नहीं दी जानी चाहिए।

- वैश्विक समझौते का प्रस्ताव: एआई को नियंत्रित करने के लिए अंतरराष्ट्रीय समझौते की आवश्यकता है, जिसमें मानव पर्यवेक्षण, सुरक्षा आधारित डिजाइन और पारदर्शिता पर ध्यान हो।
- जिम्मेदार एआई उपयोग: तकनीक मानवता की सेवा करे, नुकसान न पहुँचाए। अनियंत्रित दुरुपयोग समाजों को अस्थिर कर सकता है।
- डीपफेक चिंताएँ: डीपफेक लोकतंत्र को खतरों में डालते हैं, गलत सूचना फैलाने हैं और विश्वास को कमजोर करते हैं।
- यह क्यों महत्वपूर्ण है
 - वैश्विक सुरक्षा: आतंकवादी संगठन एआई का उपयोग प्रोपेगंडा या साइबर हमलों के लिए कर सकते हैं, जिससे अभूतपूर्व जोखिम पैदा हो सकते हैं।
 - जन विश्वास: डीपफेक लोकतंत्र, न्याय और सामाजिक सद्भाव को भ्रामक बातों के माध्यम से कमजोर कर सकते हैं।
 - पीएम मोदी का जोहानेसबर्ग संबोधन अंतरराष्ट्रीय सहयोग के लिए एक सशक्त आह्वान था, ताकि एआई प्रगति का साधन बने, हथियार नहीं। उनका रुख एआई दुरुपयोग पर बंदगी वैश्विक चिंता और सामूहिक सुरक्षा उपायों को तात्कालिक आवश्यकता को दर्शाता है।

सतर्क रहें। सशक्त बनें। डिजिटल जागरूकता = राष्ट्रीय सुरक्षा

2013 में प्रधानमंत्री मोदी जी ने एक सद्भावना उपवास कार्यक्रम रखा था

पिकी कुंडू

सदस्य बंगाली प्रकोष्ठ भाजपा दिल्ली प्रदेश
सदस्य उज्ज्वला योजना भाजपा दिल्ली प्रदेश

दरअसल मोदी जी को संघ का संकेत मिल चुका था कि अगला लोकसभा चुनाव आपके नेतृत्व में लड़ा जाएगा इसलिए यह कार्यक्रम रखा गया था

तभी स्टार न्यूज़ एनडीटीवी आजतक सहित तमाम फ्रंट मीडिया ने खबर छपा कि नरेंद्र मोदी जी हैं नरेंद्र मोदी जी नहीं हैं और बाद में सारे आडवाणी सुषमा स्वराज और अरुण जेटली नहीं आएंगे इतना ही नहीं उस वक्त अखबार मीडिया में यह भी खबर आया कि नरेंद्र मोदी जी

स्वास्थ्य विशेष

स्वास्थ्य आपका कोशिश हमारी

आरोग्य चूर्ण, मोटापा कम करने और आरोग्य प्रदान करने का आयुर्वेदिक उपाय

पिकी कुंठ
सदस्य बंगाली प्रकोष्ठ भाजपा दिल्ली प्रदेश
सदस्य उज्ज्वला योजना भाजपा दिल्ली प्रदेश

मोटापा कम करने के लिए (आरोग्य चूर्ण) इस योग का परिचय तो इसके नाम से ही प्रकट हो जाता है आरोग्य प्रदान करने वाले और स्वास्थ्य की रक्षा करने वाले इस योग का नामकरण बहुत सोच समझ कर किया गया है क्योंकि यह योग अनेक रोगों और शारीरिक विकृतियों को दूर कर निस्सन्देह आरोग्य का वर्धन करता है आज भी यह योग आयुर्वेदिक चिकित्सक वौदों का प्रिय और विश्वास भाजन बना हुआ है।

घटक द्रव्य-- शुद्ध गन्धक, शहस्र फुटी, लोह भस्म, अभ्रक भस्म, ताम्र भस्म, 10-10 ग्राम त्रिफला 300 ग्राम, शुद्ध शीलाजीत 30 ग्राम, शुद्ध गुग्गुलु 40 ग्राम, चित्रक मूल की छाल 40 ग्राम और कुटकी 60 ग्राम
बनाने की विधि सबको विधि पूर्वक मिल कर, नीम के पत्तों के रस में तीन दिन तक खरल करके सुखा ले, आरोग्य चूर्ण तैयार है।

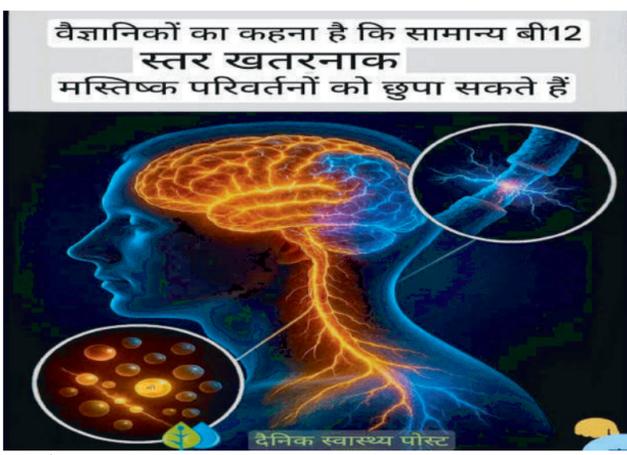


उपयोग-- यह वात पित्त या कफ जनित ज्वर और कुष्ठ रोग को प्रसिद्ध औषधि है। यह पाचक, दीपन, पथ्य कारक, हृदय के लिये हितकारी, मेद (चर्बी) घटाने वाली, मलशुद्धिकारक, भूख बढ़ाने वाली और आमतौर से सभी रोगों का शमन करने वाली श्रेष्ठ औषधि है। यह

“सामान्य B12 रिपोर्ट दिमाग को नुकसान से नहीं बचाती”

रक्त में कुल B12 नॉर्मल दिख सकता है, लेकिन दिमाग को सक्रिय B12 (Holotranscobalamin) की जरूरत होती है। गैर-सक्रिय B12 शरीर उपयोग नहीं कर पाता, इसलिए रिपोर्ट सामान्य हो सकती है पर ब्रेन को B12 नहीं मिल रहा होता है।

शोध में जिन लोगों का सक्रिय B12 कम था, उनमें पाया गया:
1. नर्व सिमनल धीमे
2. MRI में ब्राइट मैटर डैमेज
3. Alzheimer से जुड़े टारु प्रोटीन अधिक बुनगुँ और पाचन संबंधी समस्याओं वाले लोग ज्यादा जोखिम में, क्योंकि उम्र के साथ इंट्रिन्सिक फैक्टर और एंसिड कम हो जाते हैं। ज्यादातर लैब केवल कुल B12 देखती हैं, जिससे सही स्थिति छिप जाती है।
सही जांच:
1. Active B12 (Holotranscobalamin)
2. MMA (Methylmalonic Acid)
3. Homocysteine
B12 की कमी सिर्फ एनीमिया नहीं, नर्व की माइलिन परत टूटना, धीमी याददाश्त, प्रतिक्रिया में



कमी और मानसिक गिरावट का कारण बनती है।
संभावित समाधान:
1. रिपोर्ट में सक्रिय B12 की जांच की मांग करें
2. MMA व Homocysteine भी करवाएँ
शाकाहारी/वीगन लोग विशेष ध्यान दें
सर्पिलेट लेते समय डॉक्टर से उचित फॉर्म व डोज पर चर्चा करें
निष्कर्ष: “रिपोर्ट नॉर्मल” का मतलब हमेशा “दिमाग सुरक्षित” नहीं। सक्रिय B12 की जांच करें और दिमाग को समय रहते सुरक्षित दें।

20 साल के बाद हर महिला को जरूर खानी चाहिए ये 3 चीजें, डॉक्टर ने बताया 40-50 की उम्र में भी दिखेंगी जवां

डॉक्टर बताते हैं, अगर महिलाएं 20 साल की उम्र से ही सही खान-पान पर ध्यान देना शुरू कर दें, तो आने वाले सालों में वे ज्यादा फिट, एनर्जेटिक और जवां महसूस कर सकती हैं। इसके लिए डॉक्टर ने 3 खास चीजों के बारे में बताया है, जैसे- जैसे उम्र बढ़ती है, शरीर में कई तरह के बदलाव आते हैं। स्किन कमजोर होने लगती है, एनर्जी लेवल कम हो जाता है, त्वचा ढीली दिखने लगती है और वजन भी जल्दी बढ़ने लगता है। खासकर महिलाओं में ये दिक्कत ज्यादा देखने को मिलती है। हालांकि, अगर आप चाहें, तो बढ़ती उम्र के इन लक्षणों को रोक कर 40-50 की उम्र में भी खुद को जवां और एक्टिव रख सकती हैं। आइए जानते हैं इस बारे में विस्तार से क्या है ये खास तरीका? अगर महिलाएं अपनी 20 साल की उम्र से ही सही खानपान पर ध्यान

देना शुरू कर दें, तो आने वाले सालों में वे ज्यादा फिट, एनर्जेटिक और जवां महसूस कर सकती हैं। इसके लिए डॉक्टर ने 3 खास चीजों के बारे में बताया है, जैसे- जैसे उम्र बढ़ती है, शरीर में कई तरह के बदलाव आते हैं। स्किन कमजोर होने लगती है, एनर्जी लेवल कम हो जाता है, त्वचा ढीली दिखने लगती है और वजन भी जल्दी बढ़ने लगता है। खासकर महिलाओं में ये दिक्कत ज्यादा देखने को मिलती है। हालांकि, अगर आप चाहें, तो बढ़ती उम्र के इन लक्षणों को रोक कर 40-50 की उम्र में भी खुद को जवां और एक्टिव रख सकती हैं। आइए जानते हैं इस बारे में विस्तार से क्या है ये खास तरीका? अगर महिलाएं अपनी 20 साल की उम्र से ही सही खानपान पर ध्यान

अच्छी तरह अवशोषित होता है।
नंबर 3- प्रोटीन इन सब से अलग डॉक्टर बताते हैं, प्रोटीन शरीर का बिल्डिंग ब्लॉक है, यह मांसपेशियों को मजबूत बनाता है, नेटालीज्म को बढ़ाता है और बढ़ती उम्र में वजन बढ़ने से बचाता है। हर महिला को अपनी डाइट में दाल, अंडे, दूध, दही, पनीर, सोया, चने आदि शामिल करने चाहिए। रोज पर्याप्त प्रोटीन लेने से त्वचा टाइट रहती है, मांसपेशी मजबूत बनते हैं और एंजिंग की प्रक्रिया धीमी होती है।
इस तरह 20 की उम्र के बाद अपने खानपान में ये 3 बदलाव कर आप भविष्य में बड़ा अंतर ला सकती हैं। कैल्शियम, आयरन और प्रोटीन जैसे न्यूट्रिएंट्स अगर रोजाना की डाइट में शामिल हों, तो 40-50 की उम्र में भी महिलाएं खुद को जवां रख सकती हैं।
नंबर 2- आयरन वाले फूड महिलाओं में आयरन की कमी बहुत आम है, जिससे कमजोरी, चक्कर आना, बाल गिरना और पीरियड्स के दौरान थकान महसूस होना जैसी परेशानियां बढ़ जाती हैं। इनसे बचने के लिए 20 की उम्र के बाद आयरन वाली चीजों को रोजाना डाइट का हिस्सा बनाएं। आप पालक, चुकंदर, चना जैसे फूड्स खा सकती हैं। ये आयरन से भरपूर होते हैं और शरीर में हिमोग्लोबिन बढ़ाकर एनर्जी बनाए रखते हैं। आयरन के साथ विटामिन C जरूर लें, इससे आयरन



किसी भी उम्र में सुंदर लगना और दिखना है तो शरीर से ज्यादा मन को सुंदर रखिए

पिकी कुंठ
सदस्य बंगाली प्रकोष्ठ भाजपा दिल्ली प्रदेश
सदस्य उज्ज्वला योजना भाजपा दिल्ली प्रदेश

खुद को बढ़ती उम्र के साथ स्वीकारना एक तनावमुक्त जीवन देता है। हर उम्र एक अलग तरह की खूबसूरती लेकर आती है उसका आनंद लीजिये
बाल रंगने है तो रंगिये, वजन कम रखना है तो रखिये, मनचाहे कपड़े पहनने है तो पहनिए, बच्चों की तरह खिलखिलाइये, अच्छा सोचिये, अच्छा माहौल रखिये, शौच में दिखते हुए अपने अस्तित्व को स्वीकारिये।
कोई भी क्रोम आपको गौरा नहीं बनाती, कोई भी शैम्पू बाल झड़ने को नहीं रोकता, कोई भी तेल बाल नहीं उगता, कोई भी साबुन आपको बच्चों जैसी स्किन नहीं देता।
चाहे वो प्रॉक्टर गैम्बल हो या पतंजलि सब सामान बेचने के लिए झूठ बोलते हैं। ये सब कुदरती होता है। उम्र बढ़ने पर त्वचा से लेकर बॉलों तक मे बदलाव आता है। पुरानी मशीन को Maintain करके बढ़िया चला तो सकते हैं, पर उसे नई नहीं कर सकते। ना किसी ट्यूबपेस्ट में नमक होता है ना किसी में नीम। किसी क्रोम में केसर नहीं होती, क्योंकि 2 ग्राम केसर भी 500 रुपए से कम की नहीं होती ! कोई बात नहीं अगर आपकी नाक मोटी है, कोई बात नहीं अगर आपकी आंखें छोटी हैं, कोई बात नहीं अगर आप गोरें नहीं हैं



या आपके होंटों की shape perfect नहीं है... याद रखे फिर भी हम सुंदर हैं, अपनी सुंदरता को पहचानिए। दूसरों से कमेट या वाह वाही लुटने के लिए सुंदर दिखने से ज्यादा जरूरी है, अपनी सुंदरता को महसूस करना। हर बच्चा सुंदर इसलिए दिखता है क्योंकि वो छल कपट से परे मासूम होता है और बड़े होने पर जब हम छल व कपट से जीवन जीने लगते हैं तो वो मासूमियत खो देते हैं, और उस सुंदरता को पैसे खर्च करके खरीदने का प्रयास करते हैं। मन की खूबसूरती पर ध्यान दो। पेट निकल गया तो कोई बात नहीं उसके लिए शर्माना जरूरी नहीं। आपका शरीर आपकी उम्र के साथ बदलता है तो वजन भी उसी हिसाब से घटता बढ़ता है उसे समझिये। सारा इंटरनेट और सोशल मीडिया तरह तरह के

उपदेशों से भरा रहता है, यह खाओ, वो मत खाओ टंडा खाओ, गम पीओ, कपाल भाती करो, सवरे नीम्बू पीओ, रात को दूध पीओ जोर से सांस लो, लंबी सांस लो दाहिने से सोइये, दाहिने से उठिए, हरी सब्जी खाओ, दाल में प्रोटीन है, दाल से क्रिएटिनिन बढ़ जायेगा। अगर पूरे एक दिन सारे उपदेशों को पढ़ने लगे तो पता चलेगा ये जन्दिगी बेकार है ना कुछ खाने को बचेगा ना कुछ जीने को !! आप डिप्रेंड हो जायेंगे। ये सारा ऑर्गेनिक, एलोवेरा, करेला, मेथी, पतंजलि में फंसकर दिमाग का दही हो जाता है। स्वस्थ होना तो दूर स्ट्रेस हो जाता है। हम मरने के लिये जन्म लेते हैं, कभी ना कभी तो मरना है अभी तक बाजार में अमृत बिकना शुरू नहीं हुआ। हर चीज सही मात्रा में खाइये, हर वो चीज थोड़ी थोड़ी जो आपको अच्छी लगती है। भोजन का संबंध मन से होता है और मन अच्छे भोजन से ही खुश रहता है। मन को मारकर खुश नहीं रहा जा सकता। थोड़ा बहुत शारीरिक कार्य करते रहिए, टहलने जाइये, लाइव करतुर करिये, व्यस्त रहिये, खुश रहिये, शरीर से ज्यादा मन को सुंदर रखिए।

तांबे (कॉपर) के बर्तन में रात भर पानी रखो फिर उसे रोज सुबह उठते ही पीया करो...

यह नसीहत देने वाले बहुत मिल जाएंगे। मगर टर्म्स एंड कंडीशंस अपलाई कौन बताएगा? चलो हम बता देते हैं।
रात भर तांबे (कॉपर) के संपर्क में रहने से तांबे का कुछ अंश पानी में चला जाता है जो एक स्वस्थ व्यक्ति के लिए और भी फायदेमंद होता है। मगर यही पानी अगर एक मधुमेह वाला पी ले तो उसके लिए यह नुकसानदेह होता है। कैसे? उस पानी में मौजूद कॉपर कोशिकाओं के अंदर पहुंचकर नई ब्लड वेसल्स बनने की प्रक्रिया जिसे 'एंजियोजेनेसिस' कहते हैं उसे रोक

देता है। इसके अलावा ब्लड वेसल्स की फ्लेक्सिबिलिटी को खत्म कर देता है, उनको लीकी बना देता है और उनके अंदर प्लेक जमने की प्रवृत्ति बढ़ा देता है। बोले तो चौतरफा वार... इन सबका परिणाम क्या हो सकता है? मधुमेह वाला व्यक्ति को हार्ट अटैक आ सकता है। उसे पैरालिसिस हो सकता है जिसके कारण उसे अपना कोई हाथ या पैर खाना पच सकता है या फिर उसे घाव ना भरने की समस्या आ सकती है। वैसे तो एंजियोजेनेसिस के लिए कॉपर आवश्यक है मगर कॉपर की अधिकता में यह प्रॉसेस रुक जाती है।

एक होता है ATP7A... ये कुली का काम करता है। कोशिका के अंदर कॉपर कम है तो बाहर से कॉपर अंदर ले आएगा और अगर किसी भी वजह से कोशिका के अंदर कॉपर ज्यादा हो गया तो बाहर छोड़ आएगा। मगर डाइबेटिक लोगों में ये ATP7A नामक कुली कम होता है। इसकी कमी के कारण कोशिका के अंदर कॉपर इकट्ठा होने पर यह बाहर नहीं ले जाया जा सकता और इसके कारण एंजियोजेनेसिस की प्रॉसेस रुक जाती है। इसलिए बेहतर होगा कि मधुमेह वाले लोग जिनके अंदर ये ATP7A नामक कुली का

प्रोसेसड फूड हैं धीमा जहर; चिप्स और बिस्किट कैसे बढ़ा रहे हैं मोटापा समेत 12 बीमारियों का खतरा?

पैकेटड और प्रसंस्कारित भोजन पर निर्भरता के चलते अनेक बीमारियों का जोखिम बढ़ रहा है। लांसेट के शोध अध्ययन में इससे लेने वाले मोटापा, टाइप-2 डायबिटीज, उच्च रक्तचाप को लेकर बताया गया है। पैकेटड भोजन किस तरह बन रहा है खतरनाक और क्या है बचाव के उपाय, आइए जानें।
आधुनिक जीवनशैली ने मोटापे को ऐसी चुनौती दी है, जिससे पार पार पाना आसान नहीं है। इससे डायबिटीज, बर्ट, लिवर और किडनी जैसी बीमारियों का जोखिम बढ़ रहा है। लांसेट ने इसे लेकर अध्ययन की एक श्रृंखला प्रकाशित की है, जिसमें दो बातें स्पष्ट हैं, पहली प्रसंस्कारित भोजन (अर्था प्रोसेसड फूड) की प्रकृता ने हमारे स्वस्थ भोजन के विकल्पों को सीमित कर दिया है और दूसरी, स्वस्थ आहार के लिए व्यक्तिगत से लेकर नीतिगत स्तर तक जागरूक लेने की अब अतिवृत्ति बढ़ गई है।
यह जानते हुए कि इस तरह के भोजन सेहत के लिए नुकसानदेह हैं,

फिर भी चिप्स, बिस्किट, पैकेज पेय, इंस्टेंट नूट्रल्स जैसे तमाम अर्था प्रोसेसड खाद्य पदार्थ हमारी रसोई में जगह बढ़ाते जा रहे हैं। भारत में मोटापा और डायबिटीज बढ़ाने में अर्था प्रोसेसड भोजन सिर्फ एक वजह बर नहीं है, बल्कि प्रमुख कारण है। लांसेट के अनुसार, अगर गैर-संवारी रोगों की घंटे में आने से बचना है, तो अर्था प्रोसेसड भोजन को लेकर तुरंत ध्यान देना ही आवश्यक है।
जानें अर्था प्रोसेसड फूड के बारे में
इस तरह के खाद्य पदार्थों में पांच से अधिक ऐसे घटक होते हैं, जो रसोई में नहीं पाए जाते, जैसे- प्रिजर्वेटिव एडि्टिव, डार, स्वीटनर और प्रोसेसड फूड। बिस्किट, पेस्ट्री, सास, इंस्टेंट सूप, नूट्रल, आइसक्रीम, ब्रेड, फिजि ड्रिंक्स जैसे अर्था प्रोसेसड खाद्य कई सारे घटकों में तैयार किए जाते हैं। अनेक सर्वे बताते हैं कि बड़ी संख्या में लोग तब फाइबर और प्रोटीन के बजाय अत्यधिक शुगर, नुकसानदेह वसा और नमक का सेवन करते तब हैं। खास बात है

कि पैकेटड और अत्यधिक कैलोरी वाले इस तरह के भोजन छोटे शरीरों और गंभीर रूप से कुंठ को देते हैं।
12 तरह की बीमारियों का कारण है अर्था प्रोसेसड फूड
लांसेट में प्रकाशित इस समीक्षात्मक अध्ययन में 43 वैश्विक विशेषज्ञों ने 104 अध्ययनों के आधार पर प्रसंस्कारित भोजन के दुष्प्रभावों के बारे में विस्तार से बताया है। इससे 12 तरह की संभावित समस्याओं को बिल्किट किया गया है, जिसमें टाइप-2 डायबिटीज, कार्डियोवैस्कुलर किडनी की बीमारी, डिप्रेशन और अस्वस्थ नींद जैसी स्थितियां उल्लेख से सकती हैं। कुछ विज्ञानियों का मानना है कि आरंभ से बताया है। इससे 12 तरह की बीमारियों को बचाव प्रसंभव है। वहीं, अध्ययन के आलोचकों की मान्यता है कि आरंभ से बताया है। इससे 12 तरह की बीमारियों को बचाव प्रसंभव है। वहीं, अध्ययन के आलोचकों की मान्यता है कि आरंभ से बताया है। इससे 12 तरह की बीमारियों को बचाव प्रसंभव है।

जलेबी और अन्य मिठाइयां जिसमें जरूरत से ज्यादा चीनी होती है वह सभी मिठाइयां स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हो सकती है

जलेबी स्वादिष्ट है, पर उसमें अतिशय मुक्त-शर्करा (added/free sugar) और कैलोरी होती है। अतिरिक्त शर्करा का नियमित उपयोग मधुमेह, नॉन-अल्कोहॉलिक फैटी लिवर डिजीज (NAFLD) तथा दीर्घकालिक रूप से कुछ प्रकार के कैंसर-जोखिम को बढ़ा सकता है।
तर्क और विज्ञान
1. शुगर और रक्त-शर्करा (डायबिटीज) जलेबी में मिलने वाली 'मुक्त शुगर' शीघ्र पचकर रक्त शर्करा में तेज उछाल (spike) कर देती है। बार-बार ऐसे स्पाइक्स से इंसुलिन-मांग बढ़ती है, इंसुलिन-प्रतिरोध (insulin resistance) विकसित हो सकता है और HbA1c जैसी दीर्घकालिक मापें बिगड़ सकती हैं — परिणामस्वरूप मधुमेह के जटिल परिणामों (आंख, किडनी, नस) का जोखिम बढ़ता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) मुक्त शर्करा को कुल ऊर्जा का 10% से कम रखने की सलाह देता है; अतिरिक्त लाभ के लिए $\le 5\%$ (≈25 ग्राम/दिन) सुझाता है —

जबकि एक सामान्य जलेबी-सर्विंग यह सीमा आसानी से पार कर देती है।
2. फैटी लिवर (NAFLD) — फ्रुक्टोज का विशेष योगदान अतिरिक्त शर्करा विशेषकर फ्रुक्टोज का मेटाबोलिज्म सीधे यकृत (लिवर) पर असर डालता है। फ्रुक्टोज लैक्टिक पथ (hepatic de novo lipogenesis) को बढ़ाकर ट्राइग्लिसराइड्स बनवाता है और लिवर में वसा जमाव को तीव्र कर सकता है—जिससे सूजन, फाइब्रोसिस और रोग की प्रगति संभव है। हाल की समीक्षाएं फ्रुक्टोज-समृद्ध आहार और NAFLD के बीच सुसंगत संबंध दर्शाती हैं।
3. कैंसर और शुगर अत्यधिक शर्करा मोटापा, दुष्पोषण, इंसुलिन-प्रतिरोध और दीर्घकालिक जटिल सूजन (chronic inflammation) को बढ़ा सकती हैं — और ये सभी कारक कुछ प्रकार के कैंसर (उदा. कोलोरेक्टल, स्तन) के जोखिम से जुड़े पाए गए हैं। साथ ही, हाल के बड़े-पैमाने के अध्ययनों ने अल्ट्रा-प्रोसेसड फूड्स (जो अक्सर उच्च मात्रा में शर्करा व वसा रखते हैं) और कोलोरेक्टल-



पोलिप/कैंसर जैसे जोखिमों के बीच मजबूत संबंध दर्शाया है। हालांकि पर्यवेक्षणीय अध्ययन कारण-निष्कर्ष सिद्ध नहीं करते, वे सार्वजनिक-स्वास्थ्य चेतावनी देते हैं कि बार-बार मोटा व प्रोसेसड स्नैक लेना नकारात्मक प्रभाव डाल सकता है।
4. जलेबी का पोषण-प्रोफाइल (एक अंदाजा)
बाजार में मिलने वाली एक छोटी जलेबी-पाटी आस-पास 40-35 ग्राम कार्बोहाइड्रेट (अधिकतांश शर्करा), ₹150 कैलोरी और कुछ वसा देती है — यानी एक-दो पीस खाकर ही दैनिक शुगर-सीमा पार होने की संभावना रहती है। (न्यूट्रिशन वैरिएशन ब्रांड/वजन के हिसाब से बदलती है)।

नवीनतम विकास (Latest evidence / 2023-2025 की झलक) अल्ट्रा-प्रोसेसड फूड्स का सभूत-भार बढ़ा है। 2023-2025 की बड़ी समीक्षाओं व कोहॉर्ट-अध्ययनों में अल्ट्रा-प्रोसेसड फूड्स के उच्च उपभोग को कार्डियो-मेटाबोलिक रोग और कुछ कैंसर जोखिमों से जोड़ा गया है — यह नीति-निर्माताओं और सार्वजनिक-स्वास्थ्य विशेषज्ञों के लिए चिंताजनक संकेत है।
फ्रुक्टोज-केंद्रित बायो-मेकेनिज्म पर शोध तेज हुआ है। 2024-2025 की समीक्षाएं बताती हैं कि फ्रुक्टोज न केवल लिवर में वसा बनाती है, बल्कि सूजन, इम्यून-सेल मेटाबोलिज्म और माइक्रोबायोटा पर भी असर डालती है — इसलिए NAFLD में फ्रुक्टोज-कमी एक संभावित इंटरवेंशन बिंदु माना जा रहा है।
प्रेवेंटिव सुझाव — रोगियों के लिए (प्रैक्टिकल और विनम्र सलाह)
1. यदि आप मधुमेह, NAFLD या कैंसर-उपचार में हैं — जलेबी एवं अन्य मीठी तली हुई/प्रोसेसड मिठाइयों से पूरी तरह परहेज करना

सबसे सुरक्षित है। किसी भी सीमा-निर्धारण के पहले अपने संबंधित चिकित्सक/डायटीशियन से जरूर परामर्श लें।
2. बदलाव के विकल्प: ताजे फल (नियंत्रित मात्रा), दही-आधारित मीठा, या कम-शुगर/कम-तैल युक्त पारंपरिक विकल्पों को प्राथमिकता दें; कुल कैलोरी और वजन-नियंत्रण पर ध्यान रखें।
3. निगरानी: नियमित HbA1c, लिवर एंजाइम (ALT/AST), वजन और डॉक्टर द्वारा सुझाई अन्य जाँचों से अपने आहार-प्रभाव को मॉनिटर करवाते रहें।
अंतिम चेतावनी (Important) यह विवरण समर्थित वैज्ञानिक साक्ष्य और हालिया समीक्षाओं पर आधारित सामान्य जानकारी है। आपके व्यक्तिगत उपचार-निर्देश (दवाएँ, टेस्ट रिपोर्ट, चिकित्सा-स्थिति) के आधार पर सलाह बदल सकती है — अतः कस्टम सलाह के लिए अपने चिकित्सक, हेपेटोलॉजिस्ट (लिवर-डॉक्टर) या ऑन्कोलॉजिस्ट और एक प्रमाणित डायटीशियन से परामर्श अवश्य करें।

धर्म अध्यात्म



एक बार की बात है, वीणा बजाते हुए नारद मुनि भगवान श्रीराम के द्वार पर पहुँचे। नारायण नारायण !! नारदजी ने देखा कि द्वार पर हनुमान जी पहरा दे रहे हैं।



पिकी कुंड़
सदस्य बंगाली प्रकोष्ठ भाजपा दिल्ली प्रदेश
सदस्य उज्ज्वला योजना भाजपा दिल्ली प्रदेश

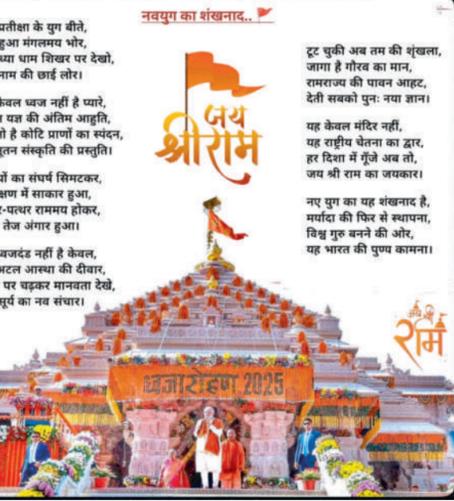
हनुमान जी ने पूछा: नारद मुनि! कहाँ जा रहे हो? नारदजी बोले: मैं प्रभु से मिलने आया हूँ। नारदजी ने हनुमानजी से पूछा प्रभु इस समय क्या कर रहे हैं?
हनुमानजी बोले: पता नहीं पर कुछ बही खाते का काम कर रहे हैं, प्रभु बही खाते में कुछ लिख रहे हैं।
नारदजी: अच्छा? क्या लिखा पढ़ी कर रहे हैं?
हनुमानजी बोले: मुझे पता नहीं मुनिवर आप खुद ही देख आना।
नारद मुनि गए प्रभु के पास और देखा कि प्रभु कुछ लिख रहे हैं।

नारद जी बोले: प्रभु आप बही खाते का काम कर रहे हैं? ये काम तो किसी मुनीम को दे दीजिए।
प्रभु बोले: नहीं नारद, मेरा काम मुझे ही करना पड़ता है। ये काम मैं किसी और को नहीं सौंप सकता।
नारद जी: अच्छा प्रभु ऐसा क्या काम है? ऐसा आप इस बही खाते में क्या लिख रहे हो? प्रभु बोले: तुम क्या करोगे देखकर, जाने दो।
नारद जी बोले: नहीं प्रभु बताइये ऐसा आप इस बही खाते में क्या लिखते हैं?
प्रभु बोले: नारद इस बही खाते में उन भक्तों के नाम हैं जो मुझे हर पल भजते हैं। मैं उनकी नित्य हाजिरी लगाता हूँ।
नारद जी: अच्छा प्रभु जरा बताइये तो मेरा नाम कहाँ पर है? नारद मुनि ने बही खाते को खोल कर देखा तो उनका नाम सबसे ऊपर था।

नारद जी को गव हो गया कि देखो मुझे मेरे प्रभु सबसे ज्यादा भक्त मानते हैं। पर नारद जी ने देखा कि हनुमान जी का नाम उस बही खाते में कहीं नहीं है? नारद जी सोचने लगे कि हनुमान जी तो प्रभु श्रीराम जी के खास भक्त हैं फिर उनका नाम, इस बही खाते में क्यों नहीं है? क्या प्रभु उनको भूल गए हैं?
नारद मुनि आये हनुमान जी के पास बोले: हनुमान! प्रभु के बही खाते में उन सब भक्तों के नाम हैं जो नित्य प्रभु को भजते हैं पर आप का नाम उस में कहीं नहीं है?
हनुमानजी ने कहा: मुनिवर! होगा, आप ने शायद ठीक से नहीं देखा होगा?
नारदजी बोले: नहीं नहीं मैंने ध्यान से देखा पर आप का नाम कहीं नहीं था।
हनुमानजी ने कहा: अच्छा कोई बात नहीं। शायद प्रभु ने मुझे इस लायक नहीं समझा होगा जो मेरा नाम उस बही खाते में लिखा जाये। पर

नारद जी प्रभु एक अन्य दैनंदिनी भी रखते हैं उसमें भी वे नित्य कुछ लिखते हैं।
नारदजी बोले: अच्छा?
हनुमानजी ने कहा: हाँ!
नारद मुनि फिर गये प्रभु श्रीराम के पास और बोले प्रभु! सुना है कि आप अपनी अलग से दैनंदिनी भी रखते हैं! उसमें आप क्या लिखते हैं?
प्रभु श्रीराम बोले: हाँ! पर वो तुम्हारे काम की नहीं है।
नारदजी: प्रभु! बताइये, मैं देखना चाहता हूँ कि आप उसमें क्या लिखते हैं?
प्रभु मुस्कुराये और बोले: मुनिवर मैं इन में उन भक्तों के नाम लिखता हूँ जिन को मैं नित्य भजता हूँ।
नारदजी ने डायरी खोल कर देखा तो उसमें सबसे ऊपर हनुमान जी का नाम था। ये देख कर नारदजी का अभिमान टूट गया।

नवयुग का शंखनाद..



पिकी कुंड़
सदस्य बंगाली प्रकोष्ठ भाजपा दिल्ली प्रदेश
सदस्य उज्ज्वला योजना भाजपा दिल्ली प्रदेश

- > चिर प्रतीक्षा के युग बीते, अब हुआ मंगलमय भोर,
- > अयोध्या धाम शिखर पर देखो, राम नाम की छाई लोर।
- > चिर प्रतीक्षा के युग बीते, अब हुआ मंगलमय भोर,
- > अयोध्या धाम शिखर पर देखो, राम नाम की छाई लोर।
- > टूट चुकी अब तम की शृंखला, जागा है गौरव का मान,
- > रामराज्य की पावन आहट, देती सबको पुनः नया ज्ञान।
- * यह केवल ध्वज नहीं है प्यारे, यह राष्ट्रीय चेतना का द्वार, हर दिशा में गूँजे अब तो, जय श्री राम का जयकार।
- * यह केवल मंदिर नहीं, यह राष्ट्रीय चेतना का द्वार, हर दिशा में गूँजे अब तो, जय श्री राम का जयकार।
- * यह केवल ध्वज नहीं है प्यारे, यह राष्ट्रीय चेतना का द्वार, हर दिशा में गूँजे अब तो, जय श्री राम का जयकार।
- * यह नूतन संस्कृति की प्रस्तुति।
- * यह ध्वजदंड नहीं है केवल, यह अटल आस्था की दीवार, जिस पर चढ़कर मानवता देखे, धर्म-सूर्य का नव संचार।
- * यह अटल आस्था की दीवार, जिस पर चढ़कर मानवता देखे, धर्म-सूर्य का नव संचार।

क्या आप जानते हैं कि स्नान और नहाने में क्या अन्तर है

पिकी कुंड़
सदस्य बंगाली प्रकोष्ठ भाजपा दिल्ली प्रदेश
सदस्य उज्ज्वला योजना भाजपा दिल्ली प्रदेश

'स्नान' और 'नहाने' में बहुत अंतर है कृपया एक बार अवश्य पढ़िए एक बार देवी सत्यभामा ने देवी रुक्मिणी से पूछा कि दीदी क्या आपको मालूम है कि श्री कृष्ण जी बार बार द्रोपदी से मिलने क्यों जाते हैं। कोई अपनी बहन के घर बार बार मिलने थोड़ी ना जाता है, मुझे तो लगता है कुछ गड़बड़ है, ऐसा क्या है?
जो बार बार द्रोपदी के घर जाते हैं। तो देवी रुक्मिणी ने कहा: बेकार की बातें मत करो ये बहन भाई का पवित्र सम्बन्ध है जाओ जाकर अपना काम करो।
ठाकुर जी सब समझ गए। और कहीं जाने लगे तो देवी सत्यभामा ने पूछा कि प्रभु आप कहाँ जा रहे हो ठाकुर जी ने कहा कि मैं द्रोपदी के घर जा रहा हूँ। अब तो सत्यभामा जी और बेचैन हो गई और तुरन्त देवी रुक्मिणी से बोली, 'देखो दीदी फिर वही द्रोपदी के घर जा रहे हैं'।
कृष्ण जी ने कहा कि क्या तुम भी हमारे साथ चलोगी तो सत्यभामा जी फौरन तैयार हो गई और देवी रुक्मिणी से बोली कि दीदी आप भी मेरे साथ चलो और द्रोपदी को ऐसा मजा चखा के आएं कि वो जीवन भर

याद रखेगी। देवी रुक्मिणी भी तैयार हो गई। जब दोनों देवियां द्रोपदी के घर पहुंची तो देखा कि द्रोपदी अपने केश खोपड़ी में ही जब द्रोपदी केश संवार रही थी तो भगवान श्री कृष्ण ने पूछा: द्रोपदी क्या कर रही हो तो द्रोपदी बोली:
भैया केश संवार के अभी आई तो भगवान बोले तुम काहे को केश संवार रही हो, तुम्हारी तो दो दो भाभी आई है ये तुम्हारे केश संवारोगे फिर कृष्ण जी ने देवी सत्यभामा से कहा कि तुम जाओ और द्रोपदी के सिर में तेल लगाओ और देवी रुक्मिणी तुम जाकर द्रोपदी की चोटी करो। सत्यभामा जी ने रुक्मिणी जी से कहा बड़ा अच्छा मौका मिला है ऐसा तेल लगाओ कि इसको खोपड़ी के एक-एक बाल तोड़ के रख दूंगी। और जैसे ही सत्यभामा जी ने द्रोपदी के सिर में तेल लगाना शुरू किया और एक बाल को तोड़ा तो बाल तोड़ते ही आवाज आई:
"हे कृष्ण" फिर दूसरा बाल तोड़ा फिर आवाज आई:
"हे कृष्ण" फिर तीसरा बाल तोड़ा तो फिर आवाज आई: "हे कृष्ण"
"सत्यभामा जी को समझ नहीं आया और देवी रुक्मिणी से पूछा, "दीदी आखिर ऐसी क्या बात है द्रोपदी के मस्तक से जो भी बाल तोड़ते हैं तो कृष्ण का नाम क्यों निकल कर आता है, "रुक्मिणी जी बोली, " मैं तो नहीं जानती", पीछे से भगवान बोले:

"देवी सत्यभामा तुम देवी रुक्मिणी से पूछ रही थी कि मैं दौड़-दौड़ कर इस द्रोपदी के घर क्यों जाता हूँ,"
क्योंकि पूरे भूमण्डल पर, पूरी पृथ्वी पर कोई सन्त, कोई साधु, कोई संन्यासी, कोई तपस्वी, कोई साधक, कोई उपासक ऐसा नहीं हुआ जिसने एक दिन में साढ़े तीन करोड़ बार मेरा नाम लिया हो और द्रोपदी केवल ऐसी है जो एक दिन में साढ़े तीन करोड़ बार मेरा नाम लेती है।
प्रति दिन स्नान करती है इसलिए उसके हर रोम में कृष्ण नजर आता है और इसलिए मैं रोज इसके पास आता हूँ।"
इसे कहते हैं "स्नान" जो देवी द्रोपदी प्रतिदिन किया करती थी
हम जो हर रोज साबुन, शैम्पू और तेल लगा कर अपने तन को स्वच्छ कर लिया, इसके केवल 'नहाना' कहा गया है।
स्नान का मतलब है: हमारे शरीर में साढ़े तीन करोड़ रोम छिद्र हैं जब नारायण से पूछा गया: ये साढ़े तीन करोड़ रोम छिद्र कर्मों के दिए गए हैं तो नारायण ने कहा:- जब मनुष्य साढ़े तीन करोड़ बार भगवान का नाम ले लेता है तब जीवन में एक बार उसका स्नान हो पाता है।
"इसको कहते हैं स्नान" श्री कृष्ण का नाम तब तक जपते रहिए जब तक साढ़े तीन करोड़ बार भगवान का नाम ना जाप लें।
हरे कृष्ण हरे कृष्ण। कृष्ण कृष्ण हरे हरे।। हरे राम हरे राम। राम राम हरे हरे।।

मां अन्नपूर्णा जी की पूजा

पिकी कुंड़ महासचिव,
सदस्य बंगाली प्रकोष्ठ भाजपा दिल्ली प्रदेश
सदस्य उज्ज्वला योजना भाजपा दिल्ली प्रदेश

आज करें मां अन्नपूर्णा जी की पूजा मां अन्नपूर्णा जी का पूजन विधि हिंदू धर्म में बहुत महत्वपूर्ण है। मां अन्नपूर्णा जी को अन्न की देवी माना जाता है और अन्न का पूजन करने से अन्न की कमी नहीं होती है और घर में सुख-समृद्धि आती है। मां अन्नपूर्णा जी का पूजन विधि:
1. पूजन का समय: मां अन्नपूर्णा जी का पूजन करने का सबसे अच्छा समय सुबह या शाम का होता है।
2. पूजन की सामग्री: मां अन्नपूर्णा जी के पूजन के लिए आपको निम्नलिखित सामग्री की आवश्यकता होगी:-
- एक साफ और पवित्र स्थान
- एक थाली या पात्र
- एक दीपक
- एक फूल
- एक फल
- एक मिठाई
- अन्न (चावल, गेहूँ, आदि)
- एक कम्बल
- एक गिलास जल
3. पूजन की विधि:
- सबसे पहले, एक साफ और पवित्र स्थान पर थाली या पात्र रखें।
- थाली में दीपक रखें और उसे जलाएं।
- फूल, फल, और मिठाई को थाली में रखें।
- अन्न को थाली में रखें और उसे कम्बल से ढक दें।
- गिलास में जल भरें और उसे थाली में रखें।
- मां अन्नपूर्णा जी का ध्यान करें और उन्हें अन्न, फूल, फल, और मिठाई अर्पित करें।
- मां अन्नपूर्णा जी से प्रार्थना करें और उनसे अन्न की कमी न लेने की प्रार्थना करें।
4. पूजन का अंत: पूजन के अंत में, मां अन्नपूर्णा जी को धन्यवाद दें और उन्हें प्रणाम करें।
मां अन्नपूर्णा जी के पूजन के लाभ:
1. अन्न की कमी नहीं होती: मां अन्नपूर्णा जी के पूजन से अन्न की कमी नहीं होती है।
2. सुख-समृद्धि आती है: मां अन्नपूर्णा जी के पूजन से घर में सुख-समृद्धि आती है।
3. कमी नहीं होती: मां अन्नपूर्णा जी के पूजन से किसी भी चीज की कमी नहीं होती है।
4. भगवान की कृपा: मां अन्नपूर्णा जी के पूजन से भगवान की कृपा प्राप्त होती है।
मां अन्नपूर्णा जी का पूजन करने का सबसे अच्छा समय सुबह या शाम का होता है।
मां अन्नपूर्णा जी के पूजन के लिए आपको निम्नलिखित सामग्री की आवश्यकता होगी:-
- एक साफ और पवित्र स्थान
- एक थाली या पात्र
- एक दीपक
- एक फूल
- एक फल
- एक मिठाई
- अन्न (चावल, गेहूँ, आदि)
- एक कम्बल
- एक गिलास जल
पूजन की विधि:
- सबसे पहले, एक साफ और पवित्र स्थान पर थाली या पात्र रखें।
- थाली में दीपक रखें और उसे जलाएं।
- फूल, फल, और मिठाई को थाली में रखें।
- अन्न को थाली में रखें और उसे कम्बल से ढक दें।
- गिलास में जल भरें और उसे थाली में रखें।
- मां अन्नपूर्णा जी का ध्यान करें और उन्हें अन्न, फूल, फल, और मिठाई अर्पित करें।
- मां अन्नपूर्णा जी से प्रार्थना करें और उनसे अन्न की कमी न लेने की प्रार्थना करें।
मां अन्नपूर्णा जी के पूजन के लाभ:
1. अन्न की कमी नहीं होती: मां अन्नपूर्णा जी के पूजन से अन्न की कमी नहीं होती है।
2. सुख-समृद्धि आती है: मां अन्नपूर्णा जी के पूजन से घर में सुख-समृद्धि आती है।
3. कमी नहीं होती: मां अन्नपूर्णा जी के पूजन से किसी भी चीज की कमी नहीं होती है।
4. भगवान की कृपा: मां अन्नपूर्णा जी के पूजन से भगवान की कृपा प्राप्त होती है।



अतिरुद्र महायज्ञ व श्री मद् भागवत कथा ज्ञान यज्ञ पर निकाली गई भव्य कलश यात्रा



स्थानीय सर्राफ स्कूल मैदान में विश्व शांति एवं जनकल्याण विराट महोत्सव, हेतु अतिरुद्र महायज्ञ व श्रीमद् भागवत कथा ज्ञान यज्ञ के नौ दिवसीय भव्य आयोजन पर कॉन्सुलर टॉउन रिश्तत श्री गोपाल कृष्ण मंदिर से पूरे उत्साह व श्रद्धा के साथ भव्य कलश यात्रा निकाली गई। जो राँय एल्ड कम्पनी लेते हुए शहर के मुख्य मार्ग से लेते हुए यज्ञ स्थल तक पहुँची। करीबन पैंच सौ महिलाओं ने कलश यात्रा में बड़ बड़ कर हिस्सा लिया। पूर्ण भक्तिमय गालेल व वातावरण में भव्य कलश शोभा यात्रा सम्बन्ध हुआ।- आयोजन स्थल पर भव्य मंडप बनाया गया है और पूरे क्षेत्र व परिसर को सुरक्षित ढंग से सजाया गया है। कथा वाचन के साथ-साथ यज्ञ का भी आयोजन किया गया है। आयोजन को तेकर लोगो ने भारी उत्साह देखा रही है। पूरा आयोजन स्थल देवताओं के तब्दील से गया है।

प्रख्यात साहित्यकार व शिक्षाविद् कार्तिकेय त्रिपाठी "राम" के काव्य संग्रह "मंद मंद मुस्काते भोले" का लोकार्पण 28 नवम्बर 2025 को मुख्य अतिथि होंगे रघुप्री रत्नर डॉ. गोपाल चतुर्वेदी

वृन्दावन। इन्दौर की अति प्रतिष्ठित व सुप्रसिद्ध साहित्यिक व सामाजिक संस्था "अग्रकूट संघ" के द्वारा इन्दौर के प्रख्यात साहित्यकार व शिक्षाविद् कार्तिकेय त्रिपाठी "राम" के काव्य संग्रह "मंद मंद मुस्काते भोले" का अर्नालाइन लोकार्पण 28 नवम्बर 2025 को सायं 04 बजे किया जाएगा। "अग्रकूट संघ" के संस्थापक अध्यक्ष नुकेश इन्दोरी ने बताया है कि प्रख्यात साहित्यकार व शिक्षाविद् कार्तिकेय त्रिपाठी "राम" के काव्य संग्रह "मंद मंद मुस्काते भोले" में भगवान शिव पर केंद्रित 208 कवितारों संग्रहित हैं जिसके अर्नालाइन लोकार्पण समारोह के मुख्य अतिथि वृन्दावन के प्रख्यात साहित्यकार "रघुप्री रत्न" डॉ. गोपाल चतुर्वेदी होंगे। साथ ही संस्कृत विश्वविद्यालय, उज्जैन के पूर्व कुलपति व राष्ट्रपति द्वारा सम्मानित पण्डित मिथिला प्रसाद त्रिपाठी समारोह की अध्यक्षता करेंगे।



हिंदू औरतों को जब 9 दिन के लिए उठा लिया जाता उस नवरोजा प्रथा को छुड़वाया मां राजल चारण देवी ने

पिकी कुंड़
सदस्य बंगाली प्रकोष्ठ भाजपा दिल्ली प्रदेश
सदस्य उज्ज्वला योजना भाजपा दिल्ली प्रदेश

अकबर मीना बाजार लगवाता सुंदर स्त्री की सूचना उसको उसके गुप्त घर देते रात को उस घर से स्त्री उठा ली जाती 9 दिन रखकर छोड़ दी जाती पर उसके घरवाले अपनाते नहीं ऐसे करके उस स्त्री की विवशता हो जाती हरम में रहना अकबर ने 5438 औरतों को हरम में रखा इस प्रथा को नवरोज कहते थे
इस प्रथा से छुड़वाया मां राजल बाईसा ने चारण कुल में अवतरित देवी जिन्होंने अकबर के कंठ पकड़ लिए शेरनी रूप में
अकबर ने अपनी जिंदगी के बदले तामपत्र पर लिखकर यह प्रथा बंद की थी
बात यह है कि पहले के समय में सौंदर्यता का समान बेचने वाले ही घर की स्त्रियों के पास जा सकते जिसमें अधिकतर औरतें होती थी पर वो जानकारी

बाहर दे देती थी
बीकानेर के राजा पृथ्वीराज राठौड़ जी की पत्नी काफ़ी सुंदर थे और उन दिनों किसी कारण पृथ्वीराज राठौड़ दिल्ली गए हुए थे और पीछे से अकबर को यह जानकारी मिली कि पृथ्वीराज राठौड़ की पत्नी बहुत सुंदर हे तो कामी अकबर के मन में छल आ गया और उसने एक चाल चली
उसने पृथ्वीराज राठौड़ के साथ खाना खाया और एक सोने के काम करने वाले सुनार को बोला कि तू पृथ्वीराज राठौड़ ने जैसी अंगूठी पहन रखी हे वैसी की वैसी अंगूठी तू बना लेना
सुनार ने बहुत अंगूठी बना दी और अकबर ने दूत बीकानेर भेजे की रानी को बोला गया कि पृथ्वीराज राठौड़ की तबियत बहुत खराब हे मरने की स्थिति हे आप चलो रानी ने पूछने पर अंगूठी निशानी के रूप में बता दी कि पृथ्वीराज राठौड़ आपको बुला रहे हे
रानी ने अपने दूत भी दिल्ली भेजे और खुद पालकी में बैठकर एक छोटी टुकड़ी सेना के साथ चल दी

पृथ्वीराज राठौड़ को अकबर की इस चाल का पता लगा पर तब तक अकबर ने पृथ्वीराज को नजर बंद कर दिया और कोई भी दूत पृथ्वीराज नहीं भेज पाए
तब पृथ्वीराज ने उदय राज जी चारण की लड़की मां राजल को याद किया मां प्रकट होकर बोली कि तू चिंता मत कर यह मेरी ही लीला हे आज से एक भी मुगल नवरोजा नहीं ले पाएगा
तब मां अदृश्य हो गई और रानी तब तक चरु आ गई थी मां यहां इस गांव समना में प्रकट हुई रानी को वापिस भेज दिया और खुद बैठ गई पालकी में
अकबर का गला पकड़ कर शेरनी रूप धारण किया और अकबर ने गाय गाय कहकर अपने प्राण बचाए और लिख कर दिया किसी भी हिंदू औरत को कभी भी नहीं उठाया जाएगा
यह चारण देवी राजल मां का ही चमत्कार था मां का समना गांव में मंदिर हे और मूल मंदिर गुजरात में है।

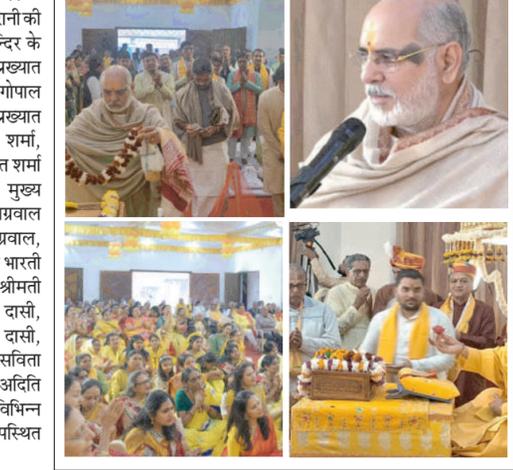
सप्त दिवसीय श्रीमद्भागवत कथा में पधारें प्रख्यात धर्माचार्य ब्रह्मर्षि रमेश भाई ओझा

(डॉ. गोपाल चतुर्वेदी)
वृन्दावन। कालीदह क्षेत्र स्थित राधा कृपा आश्रम में लाला सहनलाल अग्रवाल परिवार (मुम्बई) के द्वारा ठाकुरश्री ब्रजवल्लभ लाल महाराज एवं सद्गुरुश्री सन्त मां ब्रजदेवी जी के पावन सानिध्य में चल रहे सप्तदिवसीय श्रीमद्भागवत कथा ज्ञान यज्ञ महोत्सव में पधारें प्रख्यात धर्माचार्य ब्रह्मर्षि रमेश भाई ओझा ने श्रीमद्भागवत महापुराण का पूजन किया। साथ ही समस्त भक्तों-श्रद्धालुओं को अपने आशीर्वाचन देते हुए कहा कि श्रीमद्भागवत में वस्तुतः भगवान श्रीकृष्ण की समस्त लीलाओं का वर्णन है। श्रीकृष्ण ने ब्रज में बाल लीलाएं करके समस्त ब्रज वासियों को आनंद प्रदान करते हुए जीव और ब्रह्म के अंतर भेद को समाप्त करके एकत्व की शिक्षा प्रदान की। भगवान ने माखन चोरी करके भक्तों को अद्भुत प्रेम और भक्ति का संदेश प्रदान किया। भगवान

ने माखन चोरी लीला करके समस्त भक्तों को बताया कि जो भक्त निस्वार्थ भाव से मुझसे प्रेम करता है, तो मैं उसके प्रेम रूपी माखन को प्रेम से ग्रहण करता हूँ।
उन्होंने कहा कि भगवान ने ब्रज रज का पान करके समस्त संसार को ब्रज के महत्व के बारे में शिक्षा प्रदान की। साथ ही पृथ्वी तत्व का शोधन किया तथा यमुना के अंदर बसे हुए प्रदूषण रूपी कालीया को नाथ कर भगवान ने समस्त संसार के भक्तों को ये अद्भुत संदेश प्रदान किया, कि मेरी भक्ति केवल पूजन, पाठ, जप, तप, दर्शन से ही नहीं अपितु प्रकृति की शुद्धि, प्रकृति का संरक्षण एवं प्रकृति की सेवा के द्वारा भी की जा सकती है।
तत्पश्चात सन्तश्री प्रेमधन लालनजी महाराज ने व्यास पीठ से महाराज लाला, मथुरा गमन, कंस वध एवं भगवान श्रीकृष्ण और रुक्मिणी विवाह की कथा श्रवण कराई। साथ ही भगवान श्रीकृष्ण

और रुक्मिणी विवाह की अत्यंत दिव्य व भव्य झांकी सजाई गई। साथ ही विवाह से संबंधित बधाईयों का संगीत की मृदुल स्वर लहरियों के मध्य गायन किया गया।
व्यास पीठाधीन श्रद्धेय प्रेमधन लालनजी महाराज ने महाराज का प्रसंग श्रवण कराते हुए कहा कि महाराज लीला भगवान श्रीकृष्ण की एक अद्भुत व परम रसमयी लीला है। जिससे उन्हीं असंख्य ब्रजगोपियों के हृदय की अभिलाषा को पूर्ण करने लिए व अभिमानी कामदेव के अभिमान को नष्ट करने के लिए श्रीधाम वृन्दावन के यमुना तट पर शरद पूर्णिमा की रात्रि को किया था। जिसमें उन्हीं अनेकों रूपों में अपनी बांसुरी बजाकर संपूर्ण विश्व को ब्रजमंडल की ओर आकर्षित किया। लीला पुरुषोत्तम भगवान श्रीकृष्ण की महाराज लीला के दर्शनों के लिए समस्त देवी-देवताओं के साथ भगवान शिव भी ब्रज गोपी का स्वरूप

धारण कर श्रीधाम वृन्दावन पधारें थे।
महोत्सव में मुखराई (श्रीराधानी की ननिहाल) स्थित मुखरा देवी मन्दिर के महंत बाबा यादव शरण महाराज, प्रख्यात साहित्यकार रघुप्री रत्नर डॉ. गोपाल चतुर्वेदी, राष्ट्रपति पुरस्कार प्राप्त प्रख्यात रासाचार्य स्वामी फतेह कृष्ण शर्मा, पण्डित रवि शर्मा, स्वामी राधाकांत शर्मा (छोटे स्वामी), कृष्णांशु शर्मा, मुख्य यजमान अशोक कुमार अग्रवाल (मुम्बई), श्रीमती ऊषा अग्रवाल, अरविन्द कुमार अग्रवाल, श्रीमती भारती अग्रवाल, अरुण कुमार अग्रवाल, श्रीमती कल्पना अग्रवाल, साध्वी कुंज दासी, साध्वी प्रिया दासी, साध्वी हरि दासी, गुंजन मेहता, अश्विनी अग्रवाल, सविता अग्रवाल, नवीन अग्रवाल व अदिती अग्रवाल (अमेरिका) के अलावा विभिन्न क्षेत्रों के तमाम गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।



तेजस हादसा : रक्षा आत्मनिर्भरता अभियान और निर्यात पर कितना होगा असर

ज्ञान चंद पाटनी

स्वदेशी लड़ाकू विमान तेजस के दुबई एयर शो में दुर्घटनाग्रस्त होने से रक्षा क्षेत्र में आत्मनिर्भरता की तरफ बढ़ रहे भारत का आत्मविश्वास कम नहीं होने वाला। यह हादसा 21 नवंबर 2025 को तब हुआ जब तेजस लड़ाकू विमान एक डेमो प्रदर्शन के दौरान अचानक नियंत्रण खो बैठा और जमीन पर टकरा गया, जिससे विंग कमांडर नर्माशा स्याल का निधन हो गया।

तेजस विमान को हिंदुस्तान एयरोनॉटिक्स लिमिटेड (एचएएल) ने विकसित किया है जो देश की स्वदेशी सैन्य उत्पादन क्षमता का प्रतीक माना जाता है। एक दशक के परीक्षण के बाद यह विमान भारतीय वायुसेना में शामिल हुआ और इसे हल्का लड़ाकू विमान कहा जाता है। कार्बन फाइबर के ढांचे के कारण कम वजन और उच्च मजबूती इसकी विशेषता है। साथ ही इसका सेंसर तंत्रंग खाद्य दुश्मन के विमानों और मिसाइल से सुरक्षा में मदद करता है।

इस दुर्घटना से पहले मार्च 2024 में रासस्थान के जैसलमेर में भी एक तेजस विमान दुर्घटनाग्रस्त हुआ था जिसकी वजह इंजन की खराबी माना जा रहा है। भारतीय वायुसेना ने दुबई दुर्घटना की जांच के लिए कोर्ट ऑफ इक्वायरी का गठन कर दिया है। जांच के बाद ही हादसे के सही कारण का पता चलेगा लेकिन

यह तो मानकर चलना चाहिए तेजस की यह दुर्घटना रक्षा निर्यात के लिए झटका जरूर है, लेकिन इससे भारत का संकल्प कमजोर नहीं पड़ने वाला। यह विमान अंतरराष्ट्रीय बाजार में अपनी पकड़ मजबूत बना रहा था, खासकर मिश्र, आर्मेनिया और दक्षिण पूर्वी एशियाई देशों में। दुबई एयर शो जैसे अंतरराष्ट्रीय आयोजन में हुई ऐसी दुर्घटना का सीधा असर रक्षा मामले में भारत की आत्मनिर्भरता के साथ रक्षा निर्यात पर पड़ने की आशंका से इनकार नहीं किया जा सकता। इसके बावजूद भारत का इतिहास इस बात का साक्षी है कि वह अपने लक्ष्य में आने वाली सभी बाधाओं को दूर करने में सक्षम है।

भारत सरकार ने रक्षा क्षेत्र में अनेक महत्वपूर्ण नीतिगत सुधार किए हैं जिनका परिणाम सामने भी आया है। भारत का रक्षा उत्पादन वित्त वर्ष 2024-25 में 1.54 लाख करोड़ रुपए दर्ज किया गया है। आत्मनिर्भर भारत की नीति के तहत यह रक्षा उत्पादन वृद्धि देश की रक्षा क्षमता और आर्थिक विकास दोनों के लिए उत्साहवर्धक है। भारत न केवल स्वदेशी रक्षा उत्पादन बढ़ा रहा है बल्कि वैश्विक रक्षा बाजार में अपनी स्थिति भी मजबूत कर रहा है। भारत आज अमेरिका, फ्रांस और आर्मेनिया सहित 100 से अधिक देशों को रक्षा उपकरणों का निर्यात करता है।

तेजस की किफायती कीमत, तकनीक

साझा करने की नीति और उन्नत हथियारों से लैस क्षमता इसे भारतीय वायु वाहन बेड़े के लिए मजबूत विकल्प बनाती है। भारत ने 2029 तक 50,000 करोड़ रुपए के रक्षा निर्यात का लक्ष्य रखा है जिसमें तेजस विमान का निर्यात भी प्रमुख है। दुर्घटना का प्रभाव आर्थिक और कूटनीतिक रूप में गहरा हो सकता है। फिर वैश्विक रक्षा उद्योग में कड़ी प्रतिस्पर्धा है। इसलिए गुणवत्ता, विश्वसनीयता और निरंतर सुधार आवश्यक हैं। इस हादसे को भारत में रक्षा उत्पादन की मजबूती के लिए एक चेतावनी और सीख के रूप में लिया जाना चाहिए। स्वदेशी विमानों के निर्माण, रखरखाव — प्रशिक्षण में निरंतर निगरानी और सुधार आवश्यक है। एचएएल, डीआरडीओ

भारत को गुणवत्ता नियंत्रण और निरंतर नवाचार के जरिए विष्व स्तर पर अपनी रक्षा ताकत को स्थापित करना होगा। तेजस कार्यक्रम की शुरुआत 198० के दशक में इस संकल्प के साथ हुई थी कि भारत अपनी जरूरतों के अनुरूप, पूरी तरह स्वदेशी हल्का लड़ाकू विमान विकसित करेगा। प्रोटोटाइप ने 2001 में पहली उड़ान भरी और तत्कालीन प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी ने इसे “तेजस” नाम दिया। प्रतीकत्मक उपलब्धियों

के बावजूद, इसे भारतीय वायुसेना की नियमित स्ववाड़नों में आने में और 14 वर्ष लग गए। इनसे लंबे अंतराल ने साफ कर दिया कि महत्वाकांक्षा और तकनीकी क्षमता के बीच बहुत बड़ा फासला था।

भारतीय वायु सेना में तेजस लड़ाकू विमान 2016 में शामिल हुआ था। 2025 के अक्टूबर में भारतीय वायु सेना को पहला तेजस एमके 1ए मॉडल सीपा गया जो एमके 1 का उन्नत संस्करण है। आज की तारीख में तेजस के मात्र दो ऑपरेशनल स्ववाड़न भारतीय वायुसेना में हैं जिनमें कुल 38 विमान शामिल हैं। इसके बावजूद, पूरे बेड़े के आधुनिकीकरण की योजना इसी पर टिकी हुई है। पुराने हो चुके मिग-21 बेड़े के रिटायर होने के बाद तेजस से उम्मीद की गई कि वह इन स्ववाड़नों की जगह लेगा और वायुसेना की ऑपरेशनल ताकत को संभाले रखेगा। सरकार ने तेजस एमके 2 के 180 से अधिक विमानों का ऑर्डर दे दिया है और भविष्य में तेजस एमके2 को भी शामिल करने का रोडमैप बनाया गया है। समस्या यह है कि यजनाएँ तेजी से कागज पर आगे बढ़ती गईं, जबकि उत्पादन और डिलीवरी की गति बहुत पीछे रह जाती है। यही वजह है कि 42 स्ववाड़न की स्वीकृत ताकत के मुकाबले वायुसेना आज 30 से भी कम स्ववाड़न पर सिमट गई है और आने वाले वर्षों में मिग-29, जगुआर और फ़िराज-2000 जैसे पुराने

न्याय के शिखर पर हिंदी: सीजेआई की शपथ से खुला नई दिशा का द्वार (आलेख)

देश के 53वें मुख्य न्यायाधीश जस्टिस सूर्यकांत हिंदी में शपथ लेने वाले पहले मुख्य न्यायाधीश (सीजेआई) बन गए। वास्तव में, प्रधान न्यायाधीश न्यायमूर्ति सूर्यकांत राव हिंदी में शपथ लेने के गहरे निहितार्थ हैं। कहना गलत नहीं होगा कि मुख्य न्यायाधीश जस्टिस सूर्यकांत का हिंदी में शपथ लेना भारत की राजभाषा के संवैधानिक सम्मान का प्रतीक है। यह कदम न केवल संविधान के अनुच्छेद 343 और 348 के उद्देश्य को पूरा करता है, बल्कि न्याय प्रणाली को आम जनता के लिए अधिक सुलभ बनाता है। हिंदी में शपथ लेना हमारी राष्ट्रीय पहचान और हमारी सांस्कृतिक एकता को भी मजबूत करता है तथा अन्य न्यायिक संस्थाओं और सरकारी भाषाओं में हिंदी के प्रयोग को बढ़ावा देने का शानदार व जानदार उदाहरण भी पेश करता है। इस तरह यह कदम राजभाषा के सम्मान, न्याय तक पहुँच की समानता और राष्ट्रीय गौरव का प्रत्यक्ष संदेश देता है। यहां यह भी कहना गलत नहीं होगा कि हिंदी में शपथ लेने, हिंदी में हस्ताक्षर करने, हिंदी में लिखने, बोलने, पढ़ने और सुनने से हिंदी का वास्तविक विकास संभव है। भाषा केवल औपचारिक मान्यता से नहीं, बल्कि इसके दैनिक प्रयोग से ही मजबूत होती है। जब लोग सरकारी कामकाज, शिक्षा और संवाद में हिंदी का अधिक प्रयोग करेंगे, तो यह हमारी सांस्कृतिक पहचान को भी सशक्त बनाएगी और राजभाषा के रूप में हिंदी की स्थिति को मजबूत करेगी। इसके साथ ही ज्ञान और सूचना तक पहुँच आसान होगी, लोगों में भाषाई स्वाभिमान बढ़ेगा और आपसी समझ व सहयोग में सहजता आएगी। व्यावहारिक प्रयोग ही किसी भाषा की असली शक्ति और विकास का आधार है। मुख्य न्यायाधीश जस्टिस सूर्यकांत द्वारा हिंदी में शपथ लेने के गहरे निहितार्थ इस रूप में भी हैं कि पिछले कुछ समय में देश में हिन्दी विरोध की राजनीति कई रूपों में सामने आई है। ऐसे समय में जस्टिस सूर्यकांत ने हिंदी में शपथ लेकर न केवल भाषा का गौरव बढ़ाया है, बल्कि उनका

यह कदम हिंदी को राजभाषा के रूप में सशक्त बनाएँ और जनता के बीच इसकी उपयोगिता बढ़ाने की दिशा में महत्वपूर्ण संदेश देता है। इस तरह के उदाहरण अन्य अधिकारियों और नागरिकों को भी अपनी मातृभाषा में काम करने और संवाद करने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। बहरहाल, हिंदी विरोध राजनीति की बात करें तो कभी भाषा थोपने के आरोपों के रूप में, तो कभी क्षेत्रीय पहचान बनाम राष्ट्रीय पहचान की बहस के रूप में यह सामने आई है। कई राज्यों में लोग महसूस करते हैं कि हिन्दी के नाम पर उनकी स्थानीय भाषाओं और संस्कृतियों को पीछे धकेला जा रहा है, जबकि दूसरी ओर कुछ समूह हिन्दी को एक साझा सेतु-भाषा मानते हुए उसके विस्तार की मांग करते हैं। इसी आपसी खींचतान ने भाषा को संवाद का माध्यम बनाने के बजाय कहीं न कहीं राजनीतिक धुवीकरण का औजार बना दिया है। बहरहाल, कहना गलत नहीं होगा कि आजादी के बाद भारत में हिन्दी भाषा को लेकर दो तरह की प्रवृत्तियाँ उभरकर सामने आईं।मसलन, एक ओर हिन्दी को राष्ट्रीय एकता की भाषा मानते हुए उसके पक्ष में आंदोलन हुए, तो दूसरी ओर कई राज्यों में हिन्दी विरोध में भी तीव्र प्रतिक्रियाएँ भी देखी गईं। आजादी से या यूं कहें कि वर्ष 1947 से 1950 के बीच हिन्दी को राजभाषा बनाने की मांग तेज थी, जिसके लिए विभिन्न संगठनों और नेताओं ने व्यापक अभियान चलाए। बाद में 19६0–7० के दशक में ‘अंग्रेजी हटाओ’ आंदोलन भी उत्तर भारत में मजबूत हुआ, जिसमें सरकारी कामकाज और शिक्षा में हिन्दी के पूर्ण उपयोग की मांग रखी गई। इसी दौरान दक्षिण भारत, विशेषकर तमिलनाडु में हिन्दी थोपे जाने के डर से बड़े पैमाने पर विरोध हुआ और 19६5 में हुए तमिलनाडु हिन्दी-विरोध आंदोलन ने राष्ट्रीय भाषा-बहस को नया रूपा दिया। इन विरोध प्रदर्शनों का प्रभाव यह रहा कि हिन्दी को एकमात्र राष्ट्रभाषा बनाने का प्रस्ताव कमजोर पड़ गया और भारत ने बहुभाषी व्यवस्था को अपनाते हुए अंग्रेजी और क्षेत्रीय भाषाओं को भी समान महत्व दिया। इस तरह हिन्दी के पक्ष

और विरोध दोनों आंदोलनों ने मिलकर भारत की भाषा-नीति को संतुलित और विविधतापूर्ण दिशा दी। हमारे देश में हिंदी का प्रचार-प्रसार धीरे-धीरे कई ऐतिहासिक और सामाजिक प्रक्रियाओं के जरिए हुआ। उदाहरण के तौर पर भक्ति आंदोलन के संतों ने सरल बोलचाल की भाषा में रचनाएँ लिखकर हिंदी को आमजन तक पहुँचाया। बाद में प्रिंटिंग प्रेस और आधुनिक शिक्षा व्यवस्था ने हिंदी को साहित्य, पत्रकारिता और विद्यालयों में मजबूत आधार दिया।कटु सत्य है कि स्वतंत्रता आंदोलन के दौरान हिंदी राष्ट्रीय एकता की भाषा के रूप में उभरी और नेताओं ने इसे जन-भाषा के रूप में बढ़ावा दिया। आजादी के बाद हमारे संविधान में 14 सितंबर 194९ को हिंदी को राजभाषा (आफिशियल लैंग्वेज) का दर्जा मिला, जिससे प्रशासन, शिक्षण संस्थानों और सरकारी कार्यों में इसका उपयोग लगातार बढ़ा। इसके साथ ही फ़िल्मों, रेडियो, टीवी, अखबारों और आज के डिजिटल मीडिया ने पूरे देश में हिंदी को लोकप्रिय भाषा बना दिया। इस प्रकार हिंदी का प्रसार परंपरा, स्वतंत्रता आंदोलन, शिक्षा, मीडिया और संविधान सभी के सामूहिक प्रयास से हुआ। बहरहाल, यहां पाठकों को बताता चलूँ आज हिंदी विश्व की प्रमुख भाषाओं में शामिल है और लगभग 60 करोड़ से अधिक (609 मिलियन) लोग इसे बोलते या समझते हैं, जिससे यह दुनिया की तीसरी सबसे अधिक बोली जाने वाली भाषा बन गई है। भारत के अलावा नेपाल, फ़िजी, मॉरीशस, दक्षिण अफ़्रीका, अमेरिका जैसे अनेक देशों में भारतीय समुदाय के कारण इसका उपयोग बढ़ा है। डिजिटल मीडिया, फ़ैक्ट्स और सोशल प्लेटफ़ॉर्म्स ने भी हिंदी को वैश्विक स्तर पर नई पहचान दी है। हालाँकि, अंतरराष्ट्रीय संस्थानों और तकनीकी क्षेत्रों में हिंदी का स्थान अभी सीमित है, फिर भी इसकी लोकप्रियता लगातार बढ़ रही है और यह वैश्विक भाषा के रूप में अपनी स्थिति मजबूत कर रही है। गौरतलब है कि भारत में हिंदी आज सबसे अधिक बोली जाने वाली भाषा है। वर्ष 2011 की जनगणना के अनुसार लगभग 52.83

करोड़ लोग हिंदी को अपनी मातृभाषा के रूप में बोलते हैं, जो देश की कुल आबादी का 43.63% हिस्सा है। यदि उन लोगों को भी शामिल कर लिया जाए जो हिंदी को दूसरी या तीसरी भाषा के रूप में बोलते-समझते हैं, तो यह संख्या बढ़कर 57% से अधिक तक पहुँच जाती है। पिछले चार दशकों में हिंदी बोलने वालों में लगातार वृद्धि हुई है, और यह सिर्फ उत्तर भारत तक सीमित नहीं रही-बल्कि दक्षिण व पूर्वोत्तर के राज्यों में भी इसकी समझ और प्रयोग बढ़ा है। साहित्य, सिनेमा, टीवी, डिजिटल मीडिया और संगीत ने हिंदी को देश के कोने-कोने तक पहुँचाया है, यहाँ तक कि वे क्षेत्र भी आज हिंदी को समझते-बोलते हैं जहाँ कभी इसके विरोध की राजनीति प्रबल थी। हाल फ़िलहाल, पाठकों को बताता चलूँ कि देश की उच्च न्यायपालिका (हाईकोर्ट और सुप्रीम कोर्ट) में हिंदी का प्रयोग वर्जित रहा है। गौरतलब है कि भारत में सुप्रीम कोर्ट और अधिकांश हाईकोर्टों में कामकाज की मुख्य भाषा अंग्रेजी ही है, लेकिन उत्तर प्रदेश, बिहार, मध्यप्रदेश और राजस्थान के उच्च न्यायालयों को विशेष अनुमति दी गई है कि वे अदालत में दायरियों (वे सभी दस्तावेज़, आवेदन, धार्तना-पत्र और कागजात जो किसी केस को शुरू करने, आगे बढ़ाने या अदालत के सामने रखने के लिए दायर किए जाते हैं) बहस और सामान्य कार्यवाही में हिन्दी का प्रयोग कर सकते हैं। इन राज्यों की सरकारी भाषा हिन्दी होने के कारण अदालतों में इसका उपयोग काफी व्यापक है। फिर भी अंतिम न्यायिक आदेश, निर्णय और आधिकारिक दस्तावेज़ अंग्रेजी में ही जारी किए जाते हैं या उच्चतम अंग्रेजी अनुवाद आवश्यक होता है। इसलिए कहा जा सकता है कि इन चारों राज्यों के हाईकोर्टों में हिन्दी का प्रयोग वैकल्पिक और व्यवहारिक रूप से मौजूद है, लेकिन अंग्रेजी अब भी मुख्य न्यायिक भाषा बनी हुई है। हमारे देश के संविधान के अनुच्छेद 348 के अनुसार, भारत के सुप्रीम कोर्ट और उच्च न्यायालयों में कार्यवाही की मुख्य भाषा अंग्रेजी है। मतलब यह है कि इस अनुच्छेद के तहत उच्च न्यायालयों

विमानों के रिटायर होने से यह कमी और बढ़ेगी। ऐसे समय में तेजस का हर विमान सिर्फ एक तकनीकी प्रोजेक्ट नहीं, बल्कि राष्ट्रीय सुरक्षा की जरूरत भी है। उड़ान क्षमता, हथियार लोड और ऑपरेशनल रेंज के मामले में तेजस विदेशी विमानों जैसे एफ-16 और प्रिपेन से कुछ मामलों में पिछड़ा दिखता है। इसके बावजूद तेजस भारतीय वायु सेना की भविष्य की ताकत बनने की राह पर है, क्योंकि इसकी क्षमता में लगातार सुधार हो रहा है।

तेजस लड़ाकू विमान का एक कमजोर पक्ष यह है कि इसके लिए इस्तेमाल होने वाले इंजन मुख्य रूप से अमेरिका से आयातित हैं। तेजस विमान के लिए स्वदेशी इंजन विकास के प्रयास किए गए थे, वे विफल हो गए। इसके कारण भारत को आयातित इंजनों पर निर्भर रहना पड़ रहा है। यह निर्भरता कई बार उत्पादन में देरी का कारण बनती है। जाहिर है इससे तेजस कार्यक्रम की स्वदेशी और आत्मनिर्भरता की छवि भी प्रभावित होती है। इंजनों की खरीद में बड़ी राशि खर्च होती है और सीमित साझेदारी तकनीकी हस्तांतरण भी एक बड़ी चुनौती है। तेजस कार्यक्रम में स्वदेशी इंजन की कमी भारत की रक्षा स्वावलंबन की राह में एक बड़ी बाधा है। यह न केवल उत्पादन की गति को प्रभावित करता है बल्कि युद्धकालीन आवश्यकताओं में भी अनिश्चितताओं को बढ़ाता है। इसी वजह से भारत इस पर तीव्र ध्यान दे रहा है कि भारत में

अधिक सक्षम, विश्वसनीय और स्वदेशी इंजन विकसित किए जाएँ, ताकि भविष्य में आयात पर निर्भरता कम हो सके।

यह सही है कि इंजन के आयात के कारण तेजस कार्यक्रम की स्वदेशी छवि कुछ हद तक प्रभावित हो है लेकिन यह विमान अपनी अंतरनीकी क्षमताओं के कारण भारत की भारतीय वायुसेना में और निर्यात बाजारों में अपनी जगह बनाने में सक्षम है। अब तक कम दुर्घटना दर को तेजस के पक्ष में बड़ी दलील के तौर पर पेश किया जाता रहा है। यह तर्क अब भी कुछ हद तक सही है क्योंकि किसी भी जेट फ़ाइटर के जीवनकाल में कुछ दुर्घटनाएं " ऑपरेशनल रिस्क" मानी जाती हैं। फिर भी, जब कोई विमान अंतरराष्ट्रीय मंच पर, लाइव डेमो के दौरान क़ैश होता है तो सवाल सिर्फ टेक्निकल नहीं रहते; वे धरोसे, छवि और गुणवत्ता से भी जुड़ जाते हैं।

हादसे का कारण पायलट फैक्टर है या जी-फ़ोर्स ब्लैक-आउट, तकनीकी गड़बड़ी है या कोई दूसरी वजह, इसका जवाब जो केवल विस्तृत जांच रिपोर्ट ही दे सकती है। इस बीच जो जरूरी है, वह है खुला संवाद। वायुसेना, एचएएल और रक्षा मंत्रालय तीनों को मिलकर यह साफ संदेश देना होगा कि हादसे की निष्पक्ष जांच के बाद कमियों को दूर किया जाएगा, ताकि तेजस की क्षमता पर कोई सवाल नहीं उठा सके।

दबाव के कारण कानून बदलकर हिंदी को न्याय की भाषा बनाने का साहस नहीं दिखा पाई। जैसा कि इस आलेख में ऊपर बताया जा चुका है कि हमारे देश में 52 करोड़ से अधिक लोग हिंदी बोलते हैं और लगभग 80-90 करोड़ लोग इसे समझते हैं, इसलिए अदालतों में हिंदी का उपयोग स्वाभाविक और जरूरी है। सुप्रीम कोर्ट की हिंदी वेबसाइट, एआई अनुवाद तकनीक और मुख्य न्यायाधीश द्वारा हिंदी में शपथ-ये सब दिखाते हैं कि न्यायपालिका हिंदी को महत्व दे रही है। उम्मीद की जा सकती है कि आम धीरे-धीरे अदालतों से अंग्रेजी का वचस्व खत्म हो सकेगा और इनमें हिंदी स्थापित होगी। निस्संदेह, अंग्रेजी भी सभी भाषाओं की भांति बहुत अच्छी भाषा है और आज अंतरराष्ट्रीय स्तर पर सभी इसे समझते,बोलते,लिखते,पढ़ते भी हैं, लेकिन हमारे देश की भाषा हिंदी है, हमें हमारी भाषा को लेकर कोई झिझक,शर्म महसूस नहीं करनी चाहिए।भारतेंदु हरिश्चंद्र ने मातृभाषा हिंदी को राष्ट्रीय चेतना, शिक्षा, साहित्य और जनजागरण का सबसे प्रभावी साधन माना है। वे कहते थे कि जिस राष्ट्र की भाषा विकसित होती है, कुछ हाईकोर्टों में क्षेत्रीय भाषाओं का सीमित उपयोग भी संभव है। दूसरे शब्दों में कहें तो संविधान के अनुच्छेद 348 (1) (अ) के मुताबिक अभी सुप्रीम कोर्ट और हाईकोर्ट में कामकाज अंग्रेजी में ही होता है, जब तक कि संसद इस निर्णय को बदल न दे। लेकिन अनुच्छेद 348 (2) कहता है कि अगर किसी राज्य का राज्यपाल, राष्ट्रपति की अनुमति से चाहे, तो वह अपने हाईकोर्ट में हिंदी या किसी दूसरी आधिकारिक भाषा के अनुमाल को मंजूरी दे सकता है। पाठक जानते हैं कि देश के ज्यादातर हाईकोर्ट आज भी हिंदी का इस्तेमाल नहीं करती हैं, और इसकी मुख्य वजह कानून नहीं, बल्कि राजनीति है। कितने आश्चर्य की बात है कि कई गैर-हिंदीभाषी राज्यों के नेता भी राष्ट्रीय मंच पर हिंदी बोलते हैं, क्योंकि उनकी यह सोच है कि इससे वे ज्यादा लोगों तक पहुँचते हैं। यह भी एक कड़वा सच है कि सरकारें भी राजनीतिक

इथियोपिया में फटा ज्वालामुखी, दिल्ली तक पहुँची ‘साइलेंट फिलर काँच वाली’ राख

अफ्रीका के इथियोपिया में एक बड़ा ज्वालामुखी फटा है। इस ज्वालामुखी का नाम है हायली गुब्बी। यह ज्वालामुखी करीब 10 से 12 हजार साल बाद फटा है। विस्फोट के बाद राख का एक बड़ा बादल उठा। यह राख लगभग 4000 किलोमीटर दूर भारत तक आ गया है। राख का यह बादल 130 किलोमीटर प्रति घंटे की बहुत तेज रफ्तार से आया। यह लाल सागर और अरब सागर को पार करते हुए आया। सोमवार (24 नवंबर 2025) रात करीब 11 बजे यह राख दिल्ली पहुंची। सबसे पहले यह पश्चिमी राजस्थान के जोधपुर और जैसलमेर के ऊपर देखी गई। इसके बाद यह दिल्ली, हरियाणा और राजस्थान के बड़े हिस्सों में फैल गई। विशेषज्ञों का कहना है कि यह राख जमीन से 25,000 से 45,000 फीट की बहुत ऊँचाई पर है, इसलिए, अभी लोगों को सैतह को खास खतरा नहीं है लेकिन इस राख से हवाई उड़ानों पर असर पड़ा है। अकासा एयर और इंडिगो जैसी कई एयरलाइंस ने अपनी उड़ानें रद्द कर दी हैं या उनके रास्ते बदल दिए हैं। भारत सरकार के विमानन नियामक डीजीसीए ने सभी एयरलाइंस को चेतावनी दी है। उन्हें राख वाले

खतरनाक इलाकों से दूर रहने को कहा गया है। इथियोपिया में ज्वालामुखी कैसे फटा और राख इतनी दूर कैसे पहुंची? राख बादल ने सबसे पहले राजस्थान के जोधपुर और जैसलमेर के आसमान को ढका, फिर धीरे-धीरे दिल्ली, हरियाणा और पंजाब की ओर बढ़ गया। क्योंकि यह राख जमीन से लगभग 25,000 से 45,00० फीट की ऊँचाई पर थी, इसलिए लोगों को यह सीधे दिखाई नहीं दी, लेकिन इसके असर ने हवा को भारी और जहरीला बना दिया है। दिल्ली के आनंद विहार में एक्युआई 400 के ऊपर चला गया और यह ‘सीवियर’ श्रेणी में पहुँच गया। एम्स और सफ़दरजंग के आसपास भी घना जहरीला स्मॉग दिखाई दिया। हवा में चुपन, सांस लेने में भारीपन और आँखों में जलन महसूस होने लगी। यह स्थिति स्थानीय प्रदूषण और ज्वालामुखी राख के ऊपरी परत में मिलने से बनी। सुबह का सूरज सामान्य से ज्यादा लाल और चमकीला दिखा क्योंकि राख के सूक्ष्म कण रोशनी को अलग तरह से मोड़ते हैं। इस तरह का दृश्य बड़े ज्वालामुखी विस्फोटों के बाद आम होता है। जानकारों के अनुसार ज्वालामुखी राख विमान के लिए बेहद खतरनाक मानी जाती है। राख दिखती भले धूल जैसी हो

लेकिन असल में यह बारीक काँच और जली चट्टानों के कण होते हैं। ये गर्म इंजन में जाते ही पिघलकर कांच जैसी परत बना देते हैं जिससे इंजन बंद हो सकता है। इसके अलावा राख विंडशील्ड को धुंधला कर देती है, सेंसर को खराब कर सकती है और पंखों की सतह पर चिपककर विमान की लिफ्ट भी प्रभावित कर सकती है। 1982 में ब्रिटिश एयरवेज की एक फ्लाइट ऐसे ही राख के कारण चारों इंजन फेल होने के बाद 25,000 फीट नीचे गिर गई थी, हालाँकि बाद में पायलट इंजन को दोबारा स्टार्ट करने में कामयाब रहे थे। यही कारण है कि अकासा एयर, इंडिगो और कई एयरलाइंस को उड़ानें रद्द करनी पड़ीं। कुछ उड़ानों को बीच में डायवर्ट किया गया। डीजीसीए ने तत्काल एडवाइजरी जारी करके एयरलाइंस को राख वाले क्षेत्रों से बचकर उड़ान भरने और पोस्ट-फ्लाइट इंजन जाँच अनिवार्य करने को कहा। एयर इंडिया और इंडिगो ने भी यात्रियों को सतर्क करते हुए कहा कि स्थिति पर लगातार नजर रखी जा रही है। जानकारों की माने तो अच्छी बात यह है कि राख अभी ऊपरी वायुमंडल में है। जमीन पर यह भारी मात्रा में गिरने की संभावना बहुत कम है। मौसम विभाग ने कहा है कि कुछ इलाकों में हल्की

परत दिख सकती है लेकिन फिलहाल इसका सीधा खतरा मामूली है। हालाँकि, हवा की गुणवत्ता पहले से खराब होने के कारण दिल्ली-छ्ब में स्मॉग और भारी हो गया है। स्वास्थ्य विशेषज्ञों के मुताबिक, जिन लोगों को अस्थमा, सीओपीडी, दिल की बीमारी या एलर्जी की समस्या है, उन्हें ज्यादा सावधानी रखनी चाहिए। आँखों में जलन, गले में खराब, सांस फूलना और सिरदर्द जैसे लक्षण बढ़ सकते हैं। यह भी बताया जा रहा है कि यह पूरा राख का गुबार हवा के साथ पूर्व की ओर खिसकता रहेगा और धीरे-धीरे बंटकर खत्म हो जाएगा। अगर ज्वालामुखी में दूसरा बड़ा विस्फोट होता है या राख की ऊँचाई और बढ़ती है तो उड़ानों पर असर लंबे समय तक रह सकता है। मौसम विभाग और अंतरराष्ट्रीय एजेंसियाँ लगातार इसकी निगरानी कर रही हैं। जानकारों का कहना है कि ज्वालामुखी राख सूर्य की रोशनी को रोकती है, इसलिए जिस क्षेत्र में यह पहुँचती है, वहाँ अस्थायी रूप से धुंध जैसा माहौल बन जाता है। बड़े विस्फोटों में तामपान तस गिर सकता है हालाँकि इस बार ऐसा अस्सर नहीं दिखेगा क्योंकि राख की मात्रा बहुत बड़ी वैश्विक स्तर की नहीं है। राख में मौजूद सल्फर डाइऑक्साइड गैस बाद में सल्फेट एयरोसोल बनाती है,

दिल्ली टैक्सी एन्ड टूरिस्ट टूरिस्ट ट्रांसपोर्टर्स एसोसिएशन ने मंजिन्दर सिंह सिरसा को पत्र लिखा

परिवहन विशेष न्यूज

दिल्ली टैक्सी एन्ड टूरिस्ट टूरिस्ट ट्रांसपोर्टर्स एसोसिएशन के अध्यक्ष श्री संजय सम्राट जी ने कमीशन फॉर एयर क्वालिटी मैनेजमेंट द्वारा BS 3/4 डीजल आल इंडिया टूरिस्ट परमिट को बसों-टैक्सि(LMV)टेम्पोट्रेवलर को ग्रेडरिस्पांसएक्शन प्लान फॉर एनसीआर के ग्रेप स्ट्रेज से परमानेंट बाहर रखे जाने के लिए 20 हजार के ट्रैफिक चलाना को माफ़ करने के लिए पर्यावरण मंत्री श्री मंजिन्दर सिंह सिरसा को एक पत्र लिखा.

ट्रांसपोर्टर्स एसोसिएशन के अध्यक्ष संजय सम्राट का कहना है की पूर्व एवं वर्तमान दिल्ली सरकार द्वारा और CAQM (कमिसन फॉर एयर क्वालिटी मैनेजमेंट) ने वास्तव में प्रदूषण के नाम पर टूरिस्ट टैक्सी -बसों और टेम्पो ट्रेवलर के माफ़ि को ही टारगेट किया था, और जान भूजुकर हमारी डीजल BS 3/4 आल इंडिया टूरिस्ट परमिट की टैक्सी-बसों और टेम्पो ट्रेवलर को प्रेव स्ट्रेज से परमानेंट बाहर रखा जाए. क्योंकि हमारी आल इंडिया टूरिस्ट परमिट की टैक्सी- बसों और टेम्पो ट्रेवलर ज्यादातर दिल्ली से बाहर दुसरे राज्यों में टूर पर लम्बे समय के लिए चली जाती है. हमारे टैक्सी बस मालिक हर महीने इन गाइयिों की क्रिस्टे देते हैं साथही इन्सुरन्स, टैक्स, रोड टैक्स और ड्राइवर्स की तनखा भी देनी पडती हैं. हमारी गाइयिों बंद होने से डर बा हमारे ड्राइवर बेरोजगार हों जाते हैं. इसलिए इसी डीजल BS 3/4 टैक्सी बसों को ग्रेडरिस्पांस एक्शन प्लान फॉर एनसीआर के ग्रेप स्ट्रेज से बाहर रखवाया जाए, क्योंकि ये रात के लाडों ट्रांसपोर्टर्स और ड्राइवर्स को रोजी रोजी का सवाल है. इसके अलावा पूर्व और वर्तमान दिल्ली सरकार के आर्डर द्वारा, 15 नवम्बर 2024 के बाद जितने भी चालान 20--2० हजार रूपए के इन गाइयिों के हुए हैं

ना पूर्व दिल्ली सरकार ने और ना ही वर्तमान सरकार ने और ना ही कस्ट्रक्शन की धुल मिट्टी और फैक्ट्रीयो के धुएँ की वजह से होता था और दिवाली में पटाख जलाने से थोड़ा बहुत AQI बढ़ जाता है. इसमें BS 4 डीजल टैक्सी बस और जन्मभुज कर हमारे गरीब टैक्सी बसों और ट्रेम्पोट्रेवलर वालो की रोजी रोटी छीनी गई दिल्ली की पूर्व सरकार और वर्तमान सरकार द्वारा



जहां सड़क धूल बसती है: भारत अपनी हवा को साफ करने में चुनौती देता है



। क्यों सड़क धूल हवा की गुणवत्ता के लिए मायने रखता है

पीएम प्रदूषण में प्रमुख योगदानकर्ता: कई भारतीय शहरों में, सड़क धूल कणों के प्रदूषण का एक नगण्य हिस्सा नहीं है - यह एक प्रमुख स्रोत है। उदाहरण के लिए, दिल्ली में, सड़क धूल को पीएम 2.5 और पीएम 10 के प्रमुख योगदानकर्ता के रूप में अध्ययनों (आईआईटी-कैनपुर सहित) द्वारा पहचाना गया है।

विभिन्न मूल: सड़क धूल कई स्रोतों से उत्पन्न होती है (जैसे बजरी और कंक्रीट), सड़क की सतह का क्षरण, टायर पहनने, और वाहन गुजरते समय बसे हुए धूल के पुनर्संबंध।

पुनः निलंबन: सड़कों पर बसे हुए धूल को नहीं रखा जाता है। जब वाहन चलते हैं, विशेष रूप से उच्च गति पर या खराब रखरखाव वाली सड़कों पर, तो धूल फिर से लात मार दी जाती है जो बार-बार हवा में मौजूद कणों में योगदान करती है।

2। भौतिक रूप से धूल कहाँ बसती है? जब हम सड़क धूल के बारे में बात करते हैं, तो हम दोनों सड़क पर संचय और यह कैसे परिवेशी (वायुमय) प्रदूषण में योगदान देता है।

क) सड़क की सतहों और कंधों पर अनपक्व शोल्डर: कई भारतीय शहरों में, भले ही सड़कें पक्की हों, लेकिन कंधे (सीम) नहीं हो सकते हैं। ये अनपक्व खंड बहुत सारी मिट्टी और गाद जमा करते हैं, जो फिर धूल में भारी योगदान देता है।

ख) सड़क के किनारों पर कंक्रीट और पत्थर के किनारों पर, धूल जमा हो सकती है, जो फिर धूल में भारी योगदान देता है।

ग) सड़क के बीचों-बीच सड़क के बीचों-बीच, धूल जमा हो सकती है, जो फिर धूल में भारी योगदान देता है।

घ) सड़क के किनारों पर सड़क के किनारों पर, धूल जमा हो सकती है, जो फिर धूल में भारी योगदान देता है।

च) सड़क के बीचों-बीच सड़क के बीचों-बीच, धूल जमा हो सकती है, जो फिर धूल में भारी योगदान देता है।

हवा में फिर से निलंबित: जैसा कि उल्लेख किया गया है, यातायात बसे हुए धूल को परेशान करता है, जिससे यह हवा में चला जाता है। यह पीएम 10 में महत्वपूर्ण योगदान देता है, और यहां तक कि कई मामलों में पीएम 2.5 भी।

विशेष रूप से दिल्ली जैसे स्थानों में, धूल का अधिकांश भाग रसिटाइन सिटुरी है जिसका अर्थ है कि यह न केवल दूर के रेगिस्तानों से उड़ रहा है, बल्कि शहर से ही आ रहा है (सड़क, निर्माण, सड़क कंधे)।

निकटवर्ती सतहों पर जमाव: कुछ धूल अंततः पास की सतहों (बिल्लियों, वनस्पति, फुटपाथ) पर फिर से बसती है, लेकिन लगातार यातायात के कारण, एक गतिशील संतुलन अक्सर मौजूद होता है।

3। स्वास्थ्य और पर्यावरणीय प्रभाव श्वसन जोखिम: सड़क धूल से पीएम 10 और पीएम 2.5 (कण कण) फेफड़ों में गहराई तक प्रवेश कर सकते हैं, अस्थमा, ब्रोंकाइटिस और अन्य श्वसन रोगों को बढ़ा सकते हैं।

शहरी गर्मी और दृश्यता: धूल स्थानीय सूक्ष्म जलवायु (अल्बेडो को कम करके) और दृश्यता (धूम्रपान) को भी प्रभावित कर सकती है, खासकर जब अन्य प्रदूषकों के साथ संयुक्त हो।

4। भारत में सड़क धूल को संबोधित करने के लिए प्रयास किए हैं। सड़क धूल को कम करने के प्रयास बढ़ रहे हैं, लेकिन चुनौतियाँ बनी हुई हैं।

1। मैकेनिकल स्वॉपिंग और स्रिकलिंग नगरपालिका निकाय सड़क की सतहों को साफ करने के लिए यांत्रिक / ई-चालित स्वीपर का उपयोग तेजी से कर रहे हैं।

धूल को दबाने के लिए स्रिकलर या वाटर मिस्ट सिस्टम का भी उपयोग किया जा रहा है। उदाहरण के लिए, मुंबई में बीएमसी (ब्रिहानमुंबई नगर निगम) ने

सड़क की धूल को निपटाने के लिए धुंधला उपकरण वाले वाहनों का प्रस्ताव रखा है।

2। पैकिंग और बेहतर सड़क डिजाइन एक प्रमुख रणनीति अलंकृत कंधों को मोहरा बनाना और सड़क की सतहों में सुधार करना है ताकि धूल का पुनर्संबंध कम हो।

दिल्ली-एनसीआर क्षेत्र में, एजेंसियां (सीएक्यूएम, सीएसआईआर-सीआरआई, एसपीए) पक्कीकरण + ग्रीनिंग पर ध्यान केंद्रित करते हुए सड़कों के पुनर्विकास के लिए सहयोग कर रही हैं।

धूल उत्पान को कम करने के लिए बेहतर सड़क क्रांस-सेक्शन, डिजाइन और रखरखाव प्रथाओं को एकीकृत किया जा रहा है।

3। ग्रीनिंग / वनस्पति बाधाएं सड़क के किनारों पर पेड़, घास, ऊर्ध्वारंभ हरी दीवारों और अन्य वनस्पति लगाने से धूल को फंसाने में मदद मिलती है और एक बाधा के रूप में कार्य करता है।

शहरी नियोजन में हरित बुनियादी ढांचे को धूल-प्रतिरोधी उपकरण के रूप में तेजी से मान्यता दी जा रही है।

4। विनियमित निर्माण पवन कटाव को कम करने के लिए निर्माण स्थलों पर धूल दबाने वाले पदार्थों का उपयोग। निर्माण स्थलों से निकलने वाले वाहनों को साफ करने के लिए नीतियां (जैसे, पहिया धोना) सड़कों पर धूल ले जाने को कम करती हैं।

5। संस्थागत ढांचे उपर्युक्त त्रिपक्षीय एमओयू (सीएक्यूएम, सीआरआई, एसपीए) में धूल-नियंत्रण रणनीतियों को लागू और ट्रैक करने के लिए एक परियोजना निगरानी सेल (पीएमसी) शामिल है।

राष्ट्रीय स्वच्छ वायु कार्यक्रम (एनसीएपी) के तहत, कई शहरों को इन धूल नियंत्रण उपायों को लेने का आदेश दिया गया है।

5। चुनौतियां / अंतराल जो शेष हैं पानी का उपयोग: सड़कों को गीला करना (स्रिकलर या धुंध के साथ) धूल को दबाने में प्रभावी है, लेकिन यह बहुत अधिक पानी को खपत करता है।

रखरखाव: पक्की होने के बाद भी सड़कों को नियमित रखरखाव की आवश्यकता होती है। समय के साथ खराब सड़क की गुणवत्ता (टट, गड्डे) धूल को फिर से पेश करती है।

संसाधन बाधाएं: सभी नगरपालिका निकायों के पास यांत्रिक झाड़ू लगाने, वाहन को धुंधला करने या पैमाने पर हरितकरण लागू करने का बजट या क्षमता नहीं हो सकती है।

व्यवहारिक और डिजाइन: कुछ सड़कें खराब तरीके से डिजाइन की गई हैं (जैसे, संकीर्ण कंधे, कोई वनस्पति नहीं), जिससे धूल नियंत्रण मुश्किल हो जाता है।

निगरानी और जवाबदेही: नीतियों को लागू करना एक बात है, लेकिन यह सुनिश्चित करने के लिए कि सड़क का पुनः डिजाइन / धूल नियंत्रण प्रभावी हो, निरंतर, डेटा-संचालित निगरानी (जैसे जीआईएस सिस्टम का उपयोग) की आवश्यकता है।

6। कैसे उदाहरण मुंबई: निरी (राष्ट्रीय पर्यावरण इंजीनियरिंग अनुसंधान संस्थान) ने पाया कि सड़क धूल शहर में पीएम उत्सर्जन भार का 71% बनाती है।

कोलकाता: एक हालिया टीईआईआईआई (ऊर्जा और संसाधन संस्थान) अध्ययन में पाया गया कि सड़क धूल शहर के पीएम10 का 35% और पीएम2.5 का 16% हिस्सा है।

हालांकि, पानी का उपयोग, वित्तपोषण और निरंतर नीति कार्यान्वयन बड़ी चुनौतियां बनी हुई हैं। यदि ये प्रयास सफलतापूर्वक पैमाने पर हैं, तो सड़क धूल को नियंत्रित करने से भारत के शहरी वायु प्रदूषण की समस्या में महत्वपूर्ण कमी आ सकती है।

सेवानिवृत्त प्रिंसिपल एजुकेशनल कॉलमिस्ट एमिनेंट एजुकेशनलिस्ट स्ट्रीट कुर चंद एमएचआर मलोट पंजाब

विजय गर्ग

अनपक्व शोल्डर: कई भारतीय शहरों में, भले ही सड़कें पक्की हों, लेकिन कंधे (सीम) नहीं हो सकते हैं। ये अनपक्व खंड बहुत सारी मिट्टी और गाद जमा करते हैं, जो फिर धूल में भारी योगदान देता है।

खराब सड़क रखरखाव: क्षतिग्रस्त या बिगड़ी हुई सड़कें (टट, गड्डे) अधिक ढीले कणों को फंसाते हैं। समय के साथ, इन सतहों पर कीचड़ जमा हो जाता है, जिससे वे पुनः निलंबन का स्रोत बन जाते हैं।

शादियों के इस सीजन में अपनी सेहत को न भूलें

डॉ. विजय गर्ग

शादियों का मौसम आते ही रोशनी, रंग, रिश्ते और रस्में हमारे जीवन में एक अलग ही उल्हास भर देते हैं। पर इन्हीं चकाचौंध के बीच हम अक्सर अपनी सबसे कीमती पूंजी—सेहत—को पीछे छोड़ देते हैं। लगातार चलने वाली दावतों, देर रात तक जागना, मोटे और तले हुए भोजन की भरमार, और भागदौड़ भरी तैयारियाँ हमारे शरीर और मन पर गहरा असर डालती हैं। यही कारण है कि शादी के इस व्यस्त मौसम में सेहत को याद रखना बेहद जरूरी है।

1. दावतों का स्वाद, लेकिन संतुलन के साथ शादी-ब्याह में व्यंजन इतने आकर्षक होते हैं कि कोई भी खुद को रोक नहीं पाता। लेकिन वही प्लेट आपकी सेहत के लिए बोझ भी बन सकती है। एक बार में कम मात्रा में खाएँ। सलाद, सूप या हल्के व्यंजन से शुरुआत करें, ताकि पेट पर भार न पड़े। अत्यधिक मीठा और तला भोजन सीमित रखें—ये कैलोरी तो बढ़ाते ही हैं, पाचन को भी बिगाड़ते हैं। पानी अधिक पिएँ और कोल्ड ड्रिंक/पैक जूस से दूरी बनाएँ।
2. देर रात तक जागना: मजा भी, खतरा भी लगातार कई दिनों तक देर रात तक जागने से रोग प्रतिरोधक क्षमता कम होती है, शरीर थकान महसूस करता है, माइग्रेन और तनाव बढ़ सकते हैं। शादी की मस्ती जरूरी है, पर अपनी नींद को

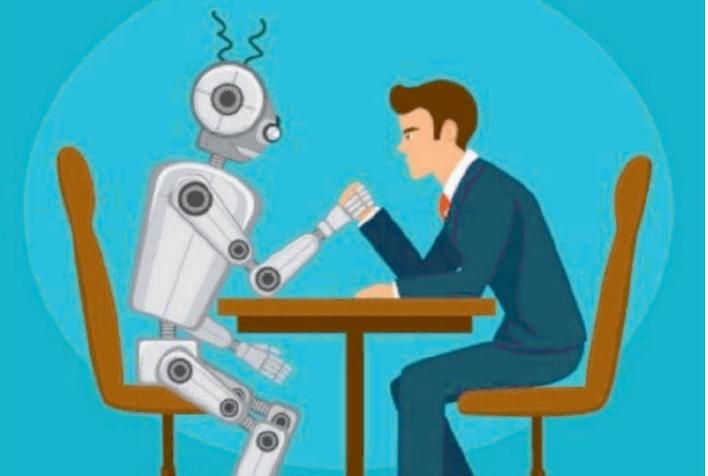


भी उसी महत्व दें। कम से कम 6 घंटे की नींद जरूर लें।
3. पाचन पर विशेष ध्यान शादी के मौसम में सबसे ज्यादा शिकायतें पाचन से जुड़ी होती हैं—गैस, एसिडिटी, पेट दर्द, उल्टी-दस्त आदि। भोजनों के बीच पर्याप्त अंतर रखें। भारी भोजन के बाद छोटी सैर करें। अदरक, सौंफ या गुनगुना पानी पाचन में काफी मदद करता है।
4. हाइड्रेशन को न भूलें सर्दियों में प्यास कम लगती है और गर्मियों में शरीर को पानी की जरूरत रहती है। हर कार्यक्रम में एक बोतल पानी साथ रखें। शराब का सेवन हो तो पानी की मात्रा और बढ़ाएँ, ताकि शरीर डिहाइड्रेशन से बचे।
5. भीड़ और संक्रमण से बचें। शादियों में बड़ी संख्या में लोग एकत्र होते हैं, जहाँ संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है—सर्दी-

जुकाम, वायरल या फिर फूड पॉइजनिंग। हाथ साफ रखें, सैनिटाइजर साथ रखें। खुले में रखे भोजन से थोड़ा सतर्क रहें। हल्का बुखार, थकान या खांसो हो तो कुछ समय आराम को प्राथमिकता दें।
6. डांस करें, पर शरीर को सुनकर डांस शादी का आनंद बढ़ाता है, पर लगातार थकावट पर भी ध्यान दें। पहले हल्की स्ट्रेचिंग करें।
हाई हील या असुविधाजनक फुटवेयर से बचें।
घुटनों या पीठ के दर्द वाले लोग अति उत्साह में शरीर को जोर न डालें।
7. मानसिक सेहत का भी रखें ख्याल शादी की तैयारियों, रिश्तेदारों की व्यवस्थाओं और लगातार कार्यक्रमों के बीच मानसिक थकान भी बढ़ सकती है। समय-समय पर गहरी साँसें लेकर खुद को शांत करें। छोटे-छोटे ब्रेक लें।

जरूरी कामों को बाँटें, सबकुछ अकेले करने का दबाव न लें।
8. मौसम के अनुसार सावधानियाँ सर्दियों में: गर्म कपड़े पहनें, खासकर रात के कार्यक्रमों में। गर्मियों में: हल्के कपड़े, छाया और पर्याप्त हाइड्रेशन जरूरी है। प्रदूषण (यदि शहरी इलाकों में): बाहर ज्यादा देर न रहें, मास्क पहनें।
निष्कर्ष शादी का मौसम खुशियों का मौसम होता है—पर यह तभी आनंददायी है जब हमारी सेहत साथ दे। चमक-दमक, संगीत और स्वाद का मजा तब ही पूरा मिलता है जब शरीर और मन स्वस्थ हों। इसलिए इस शादी सीजन में थोड़ा समय अपने लिए भी निकालें, भोजन और दिनचर्या को संतुलित रखें, और अपनी सेहत को सबसे ऊपर रखें। क्योंकि शादी साल में कई बार आ सकती है, लेकिन सेहत हर दिन जरूरी है।

मानव बनाम मशीन



डॉ. विजय गर्ग

भविष्य में एआई के दौर में असली ताकत उन लोगों के पास होगी, जिनके पास वे मानवीय गुण होंगे। मसरल, सवाल पूछने की हिम्मत, कठिनाई में टिके रहने का अनुशासन, अपने विचारों को लिखकर स्पष्ट करने की कला, भरोसे से बातचीत करने की क्षमता और दूसरों को प्रेरित करने का नेतृत्व। आज हम ऐसे युग में प्रवेश कर चुके हैं जहाँ कृत्रिम बुद्धिमत्ता हमारे जीवन, कामकाज और सोचने के तरीके को बदल रही है। एआई आज हर क्षेत्र—शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, बैंकिंग, उद्योग, मीडिया—में अपनी पैठ बना चुकी है। जहाँ एक ओर यह तकनीक कार्यक्षमता बढ़ा रही है, वहीं दूसरी ओर यह चिंता भी बढ़ा रही है कि भविष्य में क्या मनुष्य के रोजगार छिन जाएंगे?

यह सवाल बेहद प्रासंगिक है। क्या इंसान एआई से मुकाबला कर पाएगा? जवाब है—हाँ, बिल्कुल कर सकता है। लेकिन इसके लिए जरूरी है कि हम ऐसी क्षमताएँ विकसित करें जिनकी बराबरी एआई कभी नहीं कर सके। एआई तेजी से डेटा को प्रोसेस कर सकता है, पैटर्न पहचान सकता है, और जटिल निर्णय भी ले सकता है। लेकिन यह एक सच्चाई है कि एआई में मानवीय भावनाएं, नैतिकता, रचनात्मकता और सहानुभूति नहीं होती। एआई 'सोचता' नहीं, बल्कि 'सीखाए गए पैटर्न' पर काम करता है। यह वही कर सकता है जो उसे सिखाया गया है, नई परिस्थितियों में मानवीय समझ से परे। एआई के पास भावनाएँ नहीं हैं, लेकिन इंसानों के पास यह सबसे बड़ी ताकत है। नेतृत्व, टीम वर्क, ग्राहक सेवा, या लोगों के साथ जुड़ने की

क्षमता—ये सब भावनात्मक समझ से ही संभव हैं। अपनी सहानुभूति, संवाद शैली और दूसरों की भावनाओं को समझने की क्षमता को बढ़ाएँ। भविष्य में जो व्यक्ति 'लोगों को समझना' जानता है, वही 'मशीनों को चलाना' भी बेहतर कर पाएगा। रचनात्मक सोच वह क्षेत्र है जहाँ एआई अभी भी पीछे है। एआई मौजूदा डेटा के आधार पर सुझाव देता है, लेकिन नई और मौलिक अवधारणा गढ़ने की क्षमता केवल मनुष्य के पास है। कलाकार, डिजाइनर, लेखक, उद्यमी और इनोवेटर—इन सभी को भविष्य में बड़ा स्थान मिलेगा। रचनात्मक सोच का अभ्यास करें: पेंटिंग, कहानी लेखन, संगीत, डिजाइन थिंकिंग या किसी समस्या के नए समाधान निकालना। सिर्फ जानकारी याद कर लेना काफी नहीं है। जरूरी है सवाल करना, 'ये बात सच में सही है या नहीं?' इसके पीछे कौन-सी धारणाएँ छिपी हैं? इसका दूसरा पहलू क्या है? मशीन आपको बहुत जवाब दे सकती है, लेकिन सही को चुनना और गहराई से समझना इंसान ही कर सकता है। आपके सामने कोई अज्ञात की खबर आती है कि 'यह दवा हर बीमारी का इलाज है।' मशीन उस खबर को हजारों तरीकों से काँपी कर सकती है, लेकिन एक इंसान ही यह सवाल पूछ सकता है, 'क्या यह सच है?' इसके पीछे किसका लाभ छिपा है? क्या इसके प्रमाण हैं?' जैसे किसी समझदार किसान की तरह, जो बीज बोने से पहले मिट्टी को परखता है। वह आँख बंद करके नहीं बोता। उसी तरह, संवेदनशीलता ही हर बात को परखता है। यही आदत आपको थोड़े से बचाती है और सच्चाई तक ले जाती है।

मिहिरा और अनुशासन आदत है अपने वचन निभाने की। वह काम पूरा करना जो आपने तय किया, चाहे मन न हो, चाहे थकान हो। मशीन को मेहनत करने की जरूरत नहीं होती, लेकिन इंसान जब मुश्किल होने पर भी टिकता है, तभी असली ताकत पैदा होती है। थॉमस एडिसन, उब खबाने

वाला वैज्ञानिक, उसने हजारों बार प्रयोग किया और असफल हुआ। अगर वह बीच में छोड़ देते तो आज अंधेरा ही रहता। एआई किसी समस्या का समाधान डेटा के आधार पर करता है, लेकिन जटिल मानवीय या सामाजिक समस्याओं का समाधान केवल इंसान ही सोच सकता है। 'क्यों', 'कैसे' और 'क्या' पूछने की आदत डालें। समस्या को देखने के कई दृष्टिकोण अपनाएँ और विश्लेषण करने की क्षमता विकसित करें। तकनीक तेजी से बदल रही है, इसलिए 'सोचते रहना' ही भविष्य का सबसे बड़ा हथियार है। नई तकनीकों, टूलस और ट्रेंड्स के साथ खुद को अपडेट रखें। अगर आप एक कौशल में विशेषज्ञ हैं, तो उससे जुड़े नए क्षेत्रों में भी ज्ञान बढ़ाएँ।

एआई के प्रयोग के साथ कई नैतिक सवाल भी उठते हैं—डेटा गोपनीयता, फेक न्यूज़, साइबर सुरक्षा आदि। भविष्य में वे पेशेवर मूल्यवान होंगे जो तकनीक के साथ-साथ उसकी नैतिक सीमाओं को भी समझेंगे। समाज के लिए जिम्मेदार तकनीकी उपयोग की समझ विकसित करना बहुत जरूरी है। इसलिए, भविष्य में आपको मशीन से मुकाबला करने की जरूरत नहीं है। वह तो हमेशा तेज़ रहेगी। आपको इंसाइनियत को संभालना है, स्पष्ट सोच, मजबूत चरित्र, सच लिखने-बोलने की हिम्मत, बातचीत और समझौते की कला, और दूसरों को प्रेरित करने की शक्ति। यही असली ताकत है, यही गुण कभी भी बदले नहीं जा सकते।

भविष्य में एआई के दौर में असली ताकत उन लोगों के पास होगी, जिनके पास वे मानवीय गुण होंगे। मसरल, सवाल पूछने की हिम्मत, कठिनाई में टिके रहने का अनुशासन, अपने विचारों को लिखकर स्पष्ट करने की कला, भरोसे से बातचीत करने की क्षमता और दूसरों को प्रेरित करने का नेतृत्व। यही वह रास्ता है जिससे इंसान हमेशा मशीन से आगे रहेगा।
सेवानिवृत्त प्रिंसिपल मलोट पंजाब

वैज्ञानिकों ने स्पष्ट दृष्टि में 'उच्च ऊर्जा' पानी की खोज की

डॉ. विजय गर्ग

क्या पता चला ब्रेमन के कार्ल्सरूहे इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी (केआईटी) और कंस्ट्रक्टर यूनिवर्सिटी के शोधकर्ताओं ने दिखाया है कि जब पानी बहुत छोटी आणविक छिद्रों में फंस जाता है तो वह सामान्य बल्क जल की तुलना में बहुत अलग व्यवहार करता है।

उन्होंने छिद्र से पानी निकालने पर कितनी ऊर्जा शामिल होती है, यह समझने के लिए कंप्यूटर सिमुलेशन के साथ उच्च परिशुद्धता कैलेंड्रीमेट्री (गर्म परिवर्तनों को मापने) का संयोजन किया। उनके मॉडल से पता चला कि जितना अधिक रूजुवाननर सीमित पानी होता है, उतना ही यह मेहमान की मेजबानी के प्रति बाध्यकारी

लेकिन यह खोज उस धारणा को उलट देती है: जब पानी घनिष्ठ रूप से सीमित होता है, तो वह केवल सह-अस्तित्व नहीं करता - यह ऊर्जावान सक्रिय होता है। शोधकर्ताओं द्वारा उपयोग की गई समानता: भीड़-भाड़ वाली लिफ्ट में लोगों की तरह पानी के अणुओं की कल्पना करें। जैसे ही दरवाजा खुल जाता है (यानी, एक अतिथि आता है), वे रबाहर निकल जाते हैं, रू जो नए अणु को अंदर धकेलने में मदद करता है - यह उछाल ऊर्जा की रिहाई होती है।

वैज्ञानिक आधार और प्रकाशन यह कार्य एंजेवंडे केमि इंटरनेशनल संस्करण में प्रकाशित हुआ। मुख्य पेपर: जेफरी सेतियाडी, फ्रैंक बीडरमैन, वनर एम द्वारा रबाईडिंग साइट्स से पानी के स्थानांतरण का थर्मोडायनामिक और सुपरमोलेकुलर तथा बायोमॉलिक्यूलर आन्वीयता में इसका योगदानर नाउ, और माइकल के. गिलसन. उन्होंने अपने दावों का समर्थन करने के लिए विस्तृत थर्मोडायनामिक माप (केलेंड्रीमेट्री के माध्यम से) किए और सैद्धांतिक मॉडलिंग का उपयोग किया।
व्यापक संदर्भ और संबंधित खोजें यह हाल ही में पानी का एकमात्र र-अजीब व्यवहार नहीं है। एक अन्य अध्ययन (मैचेंस्टर विश्वविद्यालय से) में पाया गया कि जब पानी बहुत पतली परतों तक सीमित होता है, तो इसकी विद्युत गुण नाटकीय रूप से बदल जाते हैं - इसका डिप्लेक्ट्रिक स्थिर (इलेक्ट्रिकल क्षेत्रों के प्रति प्रतिक्रिया का माप) विमान में 1,000 के करीब (बहुत बड़े पैमाने पर जल की तुलना में

अधिक) हो जाता है, और इसकी चालकता भी सुपरियोनिक तरल पदार्थों जैसी ही होती है। ऐसी खोजें इस बात को बदल रही हैं कि वैज्ञानिक पानी के बारे में कैसे सोचते हैं - न केवल एक सरल, निर्भ्रिय विलायक, बल्कि रसायन विज्ञान और सामग्री विज्ञान में एक जटिल, सक्रिय प्रतिभागी। यह क्यों मायने रखता है 1। मौलिक विज्ञान यह हमें समझने में मदद करता है कि आणविक बंधन वास्तव में गहरे, अधिक सूक्ष्म स्तर पर कैसे काम करते हैं। जैविक प्रणालियों में पानी की भूमिका के पारंपरिक दृष्टिकोण को चुनौती देता है। प्रयुक्त विज्ञान औषधि विकासकर्ता इस अंतर्दृष्टि का उपयोग बेहतर दवाओं को डिजाइन करने के लिए कर सकते हैं। सामग्री वैज्ञानिक नई सामग्रियाँ (जैसे, सेंसर या स्टोरेज सिस्टम) बना सकते हैं जो सीमित पानी में संग्रहीत ऊर्जा का सक्रिय रूप से उपयोग करते हैं।
संभावित नवाचार इससे अधिक प्रभावी उपचार हो सकते हैं, विशेष रूप से ऐसे मामलों में जहाँ घनिष्ठ आणविक बंधन महत्वपूर्ण हैं। उनके छिद्रों में पानी मौजूद है या नहीं के आधार पर व्यवहार बदलने वाली स्मार्ट सामग्री संक्षम कर सकते हैं।
सेवानिवृत्त प्रधान शैक्षिक स्तंभकार प्रतिष्ठित शिक्षाविद् एमएचआर मलोट पंजाब

आन्वीयता को बढ़ा देता है, क्योंकि उस पानी को स्थानांतरित करने से एक अनुकूल ऊर्जा योगदान मिलता है।
डिस्कवरी के प्रभाव 1। दवा डिजाइन कई जैविक प्रणालियों में, पानी के अणु प्रोटीन (उदाहरण के लिए एंटीबॉडी binding sites) की बाध्यकारी जेब पर कब्जा करते हैं। इस ऊर्जावान पानी को स्थानांतरित करने वाली दवाओं का डिजाइन करके, वैज्ञानिक ऐसे अणु बना सकते हैं जो अधिक मजबूत और चुनिंदा तरीके से बंधते हैं - दवा की प्रभावशीलता में वृद्धि। अध्ययन से यह भी पता चलता है कि प्राकृतिक एंटीबॉडी (जैसे एस्पेआर एस-सीउबी-2 के खिलाफ) इस तंत्र पर आंशिक रूप से निर्भर हो सकते हैं: जिस तरह से वे अपनी बाध्यकारी जेबों में पानी के अणुओं को ले जाते हैं और स्थानांतरित करते हैं, इससे इसमें योगदान मिल सकता है।
सामग्री विज्ञान इंजीनियर सामग्री (उदाहरण के लिए, सिंथेटिक रिसेप्टर्स या सेंसर) के लिए, ऐसे छिद्रों का डिजाइन करना जो इस ऊर्जावान पानी का उपयोग कर सकते हैं, इससे बेहतर संवेदन, भंडारण या बाध्यकारी प्रदर्शन हो सकता है।
नैनो-या आणविक पैमाने पर छिद्रों में पानी को मजबूर करने वाली सामग्री इस ऊर्जा रिजिलीज का नवीन तरीकों से लाभ उठा सकती है। यह आश्चर्यजनक क्यों है।
आमतौर पर, पानी को एक निर्भ्रिय माध्यम के रूप में देखा जाता है - यह आणविक बंधन में सक्रिय रप्लेयर नहीं होता।



ऑल ड्राइवर कल्याण द्वारा व्यवसायिक लाइसेंस डायरेक्ट बेनिफिट के विषय पर सुझाव और आवेदन

परिवहन विशेष न्यूज

मैं सेवक सुरिंदर प्रसाद बताना चाहता हूँ कि जब किसी प्राइवेट ड्राइवर को सड़क दुर्घटना में मृत्यु हो जाती है, तो उसके परिवार में जो लोग पीछे रह जाते हैं, वह एक तो पहले से ही आर्थिक तंगी, आर्थिक स्थिति में जीवनयापन मुश्किल से कर रहे होते हैं। फिर जब ऐसी स्थिति हो जाती है तो जीवनयापन करना और भी मुश्किल हो जाता है। ड्राइवर की दुर्घटना में मौत के बाद जो सदस्य पीछे रह जाते हैं, बच जाते हैं जैसे—माँ, बाप, पत्नी, बेटे, बेटियाँ, भाई, बच्चे आदि रह जाते हैं। जिनका जीवन बेसहारा हो जाता है। उन्हें सहारा देने वाला कोई भी नहीं रह जाता है। परंतु जब गाड़ी का इंश्योरेंस हुआ होता है तो ड्राइवर का भी इंश्योरेंस साथ में ही हुआ होता है। बड़ी दुख की बात है इंश्योरेंस कंपनियों गाड़ी ऑनर इतनी आसानी से ड्राइवर को क्लेम नहीं देती हैं। जिसका लाभ उसके पीछे बचे हुए सदस्यों को आसानी से नहीं मिल पाता है। उन्हें पहले पुलिस के पास जाना पड़ता है। FIR करवाने के लिए फिर कोर्ट कचहरी में केस जाता है। परंतु लाभ कोई नहीं मिलने के सालों साल महीनों चलता रहता है। हमारे भारत में 100 में से 10% लोग पुलिस और कोर्ट कचहरी में जाने की हिम्मत करते हैं बाकी 90% लोग पुलिस और कोर्ट कचहरी में जाने और धक्के खाने से डरते हैं। क्योंकि एक तो केस सालों साल ऐसे ही चलते रहते हैं, कोई लाभ तो होता ही नहीं। मानो की ऐसा लगता ऐसा महसूस होता है कि इस देश में ड्राइवर बनना किसी गुनहगार और अपराधी से कम नहीं। दूसरा एक गरीब आम व्यक्ति जिसका जीवन पहले से

ही ना जाने कितनी समस्याओं से आर्थिक तंगी से चल रहा होता है जुड़ रहा होता है। फिर जब ऐसी स्थिति हो जाती है तो उसे ड्राइवर की मृत्यु के बाद उसका परिवार भी सहारा हो जाता है माँ बाप भाई पत्नी बच्चे आदि जो सदस्य रह जाते हैं। वह जैसे कमा कर जीवन यापन करे या पुलिस कोर्ट कचहरी के धक्के खाए जैसे अगर पत्नी है तो वह पति की मृत्यु के बाद घर की स्थिति जो बहुत नाजुक मोड़ पर आ खड़ी है तो उसे अपने बच्चों का पालन पोषण करना होता है वह फिर इस स्थिति में कहां पुलिस कोर्ट कचहरी के धक्के खाए। हालात इतनी खराब हो जाते हैं कि कहीं से कोई सहायता नहीं मिलती। इस तरह अगर 100 में से 10% लोग हिम्मत करके कोई केस कर भी देते हैं तो उसे कोई भी तरह की सहायता आसानी से नहीं मिलती तथा केस सालों साल महीनों चलता रहता है और फिर भी किसी प्रकार का न्याय, न्यायपालिका से और कानून से नहीं मिल पाता है। ड्राइवर का परिवार अनेकों समस्याओं से और आर्थिक तंगी से जूझता रहता है। आज हमारा देश सर्वप्रथम पर है, इसमें देश के ड्राइवर का भी बहुत बड़ा योगदान है। देश को आजाद हुए 78 साल हो गए हैं फिर भी किसी भी प्राइवेट ड्राइवर के लिए कुछ नहीं किया गया है। मोटर व्हीकल एक्ट में संशोधन करके जिस टाइम में ड्राइविंग लाइसेंस बनते हैं या रिन्यूवल होते हैं। उसी टाइम में ड्राइवर के बीमा किया जाए। ड्राइविंग लाइसेंस में पॉलिसेस नंबर बीमा नंबर दिया जाए। ड्राइवर का बीमा करवाने के लिए अगर कोई शुल्क लगता है तो ड्राइविंग लाइसेंस बनाने वाले व्यक्ति से लिया जाए। हमें या ड्राइवर को, ड्राइवर

यूनियन को कोई एतराज नहीं जिस टाइम में ड्राइविंग लाइसेंस बनता है। ड्राइविंग लाइसेंस को बीमा पॉलिसी करके ड्राइवर को दिया जाए। ताकि ड्राइवर के कुछ मिस हैपनिंग होने पर हाथ पैर टूटने पर इंजरी होने पर या देहांत होने पर ड्राइवर परिवारों को और ड्राइवर को लाभ मिल सके। मेरा अनुरोध है कि भारत में सभी प्राइवेट ड्राइवरों की तनख्वाह को एक निश्चित निर्धारित रूप दिया जाए और सभी व्यावसायिक लाइसेंस को किसी भी तरह की प्रधानमंत्री बीमा योजना के साथ जोड़ा जाए। जैसे उदाहरण के तौर पर एक 12 रुपए वाली और दूसरा 330 रुपए वाली योजना है ऐसे ही अगर किसी भी तरह की प्रधानमंत्री बीमा योजना चल रही है या चलेंगे के साथ जोड़ा जाए। महोदय इस योजना पॉलिसी से जो लोग ड्रिफ्टिंग लाइसेंस पर या बिना ड्राइविंग लाइसेंस के वाहन चलाते थे उस पर भी रोक लगेंगी। इस योजना पॉलिसी से करस्थान में गिरावट आयेगी। इस योजना से हजारों करोड़ों ड्राइवर परिवारों को लाभ पहुंचेगा। अतः आप जी से विनम्र अनुरोध है कि आप देश के हर विषय पर बहुत गंभीरता से कार्य करते हैं, तो कृपया आप देश के सभी ड्राइवर के विषय पर गंभीरता से कार्य करें और देश के सभी ड्राइविंग लाइसेंस बनाने वाली ऑथोरिटी को आदेश करें। हमारे ड्राइवर समाज पर हो रहे इस शोषण, अत्याचार और उनकी समस्याओं पर शीघ्रता से कार्य करते हुए देश के ड्राइवर को ईसाफ दिलाएँ। मैं आशा तथा उम्मीद करता हूँ कि हमारे देश के प्रधानमंत्री जी इस विषय पर गंभीरता से कार्य करेंगे तथा हमारे इस विषय पर

ड्राइवर भाइयों के लिए एक छोटा सा प्रयास करके ईसाफ जरूर दिलाएँगे और देश के ड्राइवर की सहायता करेंगे। मैं आप जी से बहुत ही उम्मीद तथा आशा के साथ आप जी के जवाब की प्रतीक्षा, बहुत ही विश्वास से कर रहा हूँ कि आप देश के ड्राइवर के साथ ईसाफ करेंगे तथा कोई न कोई सुखद कार्य भी अवश्य करेंगे। आप जी से निवेदन है कि मुझे इसका जवाब स्पष्ट रूप में और संतोषजनक रूप में अवश्य दें। महोदय मेरे द्वारा मांगी गई योजना पॉलिसी केवल मेरे स्वयं की नहीं है। यह संपूर्ण भारत के सभी ड्राइवर की है जो की जनहित जनकल्याण के लिए है। नोट: उपरोक्त मांग उक्त प्रकरण पर की गई कार्यवाही से पत्र के माध्यम से मुझे भी अवगत कराने की कृपया करें। महोदय मैं आप जी का बहुत बहुत आभारी रहूँगा।

प्रतिलिपि: प्रधानमंत्री भारत सरकार राष्ट्रपति भारत सरकार गृहमंत्री भारत सरकार ट्रांसपोर्ट मंत्री भारत सरकार प्रशासक के सलाकार चंडीगढ़ यूनियन टेरिटी भारत सरकार उच्चतम न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश भारत सरकार पंजाब के मुख्यमंत्री पंजाब के राज्यपाल पंजाब हरियाणा हाई कोर्ट के मुख्य न्यायाधीश

दुनिया महंगाई, EMI और बचत पर चर्चा कर रही है और उधर इंडिया में एक नंबर प्लेट बिक गई पूरे 1.17 करोड़ में!



परिवहन विशेष न्यूज

हाँ जी, सिर्फ नंबर प्लेट — न इंजन, न टायर, बस रौब gv-रुतबा! सच कहूँ तो मैंने कभी सपने में भी नहीं सोचा था कि एक दिन मैं नंबर प्लेट पर सोशल मीडिया पोस्ट लिख रहा हूँऊँगा। पर देश में कुछ भी हो सकता है

यहाँ digits भी VIP बन जाते हैं! अब तो लग रहा है HR 88B 8888 को जल्द ही चाहिए होंगे— अपना निजी बॉडीगार्ड, चमक बरकरार रखने के लिए मेकअप आर्टिस्ट, और मीडिया से निपटने के लिए खुद का PR मैनेजर! बेचारी कार तो एक कोने में सुबक रही होगी:

“भाई, चलना मुझे है या आपकी हाई-प्रोफाइल शान को?” अगर पैसा बोल सकता, तो कहता: “यार, थोड़ा सोच-समझकर खर्च करो नंबर प्लेट पर ही मत उड़ा दो!” सचमुच, भारत अद्भुत देश है — यहाँ ईसान करोड़पति बने न बनें,

नंबर जरूर बन जाते हैं! चैलेंज टाइम: एक मजेदार एक लाइन में बताइए— अगर कोई आपको 1.17 करोड़ की नंबर प्लेट गिफ्ट कर दे, तो आप क्या करेंगे? सबसे फनी जवाब को मिलेगा मेरी ओर से इज़्जत + imaginary गोल्डन ट्रॉफी!

इन्दौर क्रिश्चियन कॉलेज में पहला किशोर अलंकरण समारोह 29 नवम्बर को।

परिवहन विशेष न्यूज

संस्था राग इंदोरियंस द्वारा क्रिश्चियन कॉलेज परिसर इन्दौर के मैदान में जहाँ वहाँ इमली के पेड़ के नीचे किशोर जी गाना गाते थे। उसी होस्टल के मैदान में पहला किशोर अलंकरण समारोह शनिवार 29 नवम्बर को शाम 5-30 बजे किया जाएगा। कार्यक्रम में प्रथम अलंकरण मुंबई के जाने-माने गायक राजेश अय्यर को प्रदान किया जाएगा। कार्यक्रम की

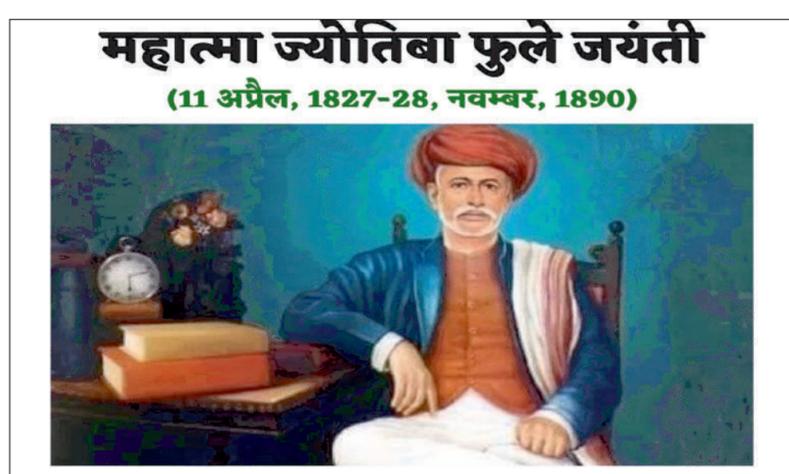
शुरुआत उसी कालेज से की जा रही है, जहाँ से प्रसिद्ध अभिनेता गायक किशोर कुमार जी ने पढ़ाई की थी। इस अवसर पर एक संगीत संस्था का आयोजन किया जा रहा है जिसमें सुधमुर गीतों की प्रस्तुति राजेश अय्यर और गायिका मुक्ति का गांगुली (पुत्री अमित किशोर कुमार) और शिफा अंसारी भी प्रस्तुत देंगी। संगीत आयोजन राजेश मिश्रा व संचालन टोनी शुक्ला करेंगे।



ज्योतिबा फुले: बराबरी के उस अलख के प्रथम यात्री [इतिहास का नहीं, चेतना का अध्याय — ज्योतिबा फुले]

भारत के सामाजिक इतिहास में कुछ व्यक्तित्व ऐसे होते हैं जो तारीखों में नहीं, मनुष्यों की चेतना में दर्ज होते हैं—ज्योतिबा फुले उन्हीं में से एक थे। 28 नवम्बर 1890, उनका अंतिम दिन था, लेकिन किसी अंत की तरह नहीं, एक नई शुरुआत की तरह। इस दिन एक शरीर थमा, पर वह विचार नहीं जो सदियों से जकड़े समाज में बराबरी की पहली लौ बनकर जला था। वे व्यक्ति नहीं थे, एक प्रश्न थे; एक चिंगारी थे; एक ऐसा विजन थे जो अपने समय से सौ साल आगे खड़ा था। आज जब उनके जीवन को पीछे मुड़कर देखते हैं, तो महसूस होता है कि वह शरीर से गए, पर उनके विचार आज भी उसी तीव्रता से धड़कते हैं जैसे उन दिनों पुणे की तंग गलियों में धड़कते थे, जहाँ हर कदम पर जाति और मनुष्यता का संघर्ष टकराता था।

कारण केवल व्यवस्था नहीं—सोच है। और सोच को बदलने का एकमात्र रास्ता था शिक्षा। उनके लिए शिक्षा केवल किताबों का ज्ञान नहीं, बल्कि आत्मसम्मान का पहला अधिकार था। इसीलिए उन्होंने लड़कों की शिक्षा को अपना सबसे पवित्र संघर्ष माना। सावित्रीबाई फुले के साथ जब उन्होंने पहली कन्या-शाला खोली, तो वह कदम उताना ही क्रांतिकारी था जितना आज किसी पूरी व्यवस्था को उलट देना। उन्हें अपशब्द कहे गए, उन पर कीचड़ फेंका गया, उन्हें समाज से निकाल देने की धमकियाँ मिलीं—पर फुले पीछे नहीं हटे। क्योंकि उनके भीतर उस व्यवस्था से अधिक शक्तिशाली चीज थी: मनुष्य की गरिमा पर अडिग विश्वास। उनका संघर्ष केवल जाति या शिक्षा तक सीमित नहीं था। वे स्त्री को केवल शिक्षित करना नहीं चाहते थे; वे स्त्री को उसके संपूर्ण मनुष्यत्व के साथ स्थापित करना चाहते थे। वे चाहते थे कि स्त्री अपने भीतर की पहचान को पहचान सके—अपना अधिकार, अपनी गरिमा, अपनी आवाज। उस समय, जब विधवाओं को जीवित दफनाने की अभ्यास प्रथा मौजूद थी; जब स्त्री की शिक्षा को पाप कहा जाता था; जब पुरुषसत्ता का फैसला अंतिम सच माना जाता था—फुले ने इन सब दीवारों को एक-एक कर ढहाया। विधवा पुनर्विवाह के समर्थन से लेकर बालिकाओं की सुरक्षा के लिए आश्रय-गृहों की स्थापना तक, उनकी हर पहल स्त्री-मुक्ति की ओर एक नई, सुरक्षित जमीन तैयार कर रही थी।



समता—जागरण के शिल्पी ज्योतिबा फुले का जीवन इस सच का प्रमाण है कि परिवर्तन की सबसे बड़ी शक्ति विचार होता है। उनके पास न सत्ता थी, न पद; न सेना थी, न संपत्ति—फिर भी वे व्यवस्था की जड़ें हिला सके, क्योंकि उनका आधार सत्य था। और सत्य जब संकल्प से जुड़ता है, तो इतिहास की दिशा बदल देता है। फुले किसी व्यक्ति से नहीं, मानसिकता से लड़ने निकले थे। उन्होंने बताया कि समाज की सबसे ऊँची दीवारें जन्म नहीं खड़ी करती, सोच खड़ी करती है। और उन्हें गिराने का उपाय है—प्रश्न

मनुष्यत्व के प्रथम संरक्षक ज्योतिराव फुले ने समाज को बदलने के लिए हथियार नहीं चुना, उन्होंने चेतना को हथियार बना दिया। उस समय, जब जन्म ही ईसाण की किस्मत लिख देता था; जब शिक्षा कुछ ऊँची जातियों की निजी संपत्ति थी; जब स्त्री को ईसाण जाता था; जब ऊँच-नीच की दीवारें इतनी ऊँची थीं कि रोशनी भी लौट जाती थी—उसी घने अंधकार में फुले एक दीप लेकर खड़े हुए। और सबसे विलक्षण यह था कि वह दीप उन्होंने अपने मार्ग के लिए नहीं, दूसरों की राह रोशन करने के लिए उलथा।

किताबों में अक्सर लिखा मिलता है कि ज्योतिबा फुले “समाज सुधारक” थे, पर यह शब्द उनके लिए छोटा पड़ जाता है। वे समाज को सुधारने नहीं, पुनर्निर्माण करने आए थे। वे उस नींव को बदलने आए थे जिस पर सदियों से अन्याय की दीवारें खड़ी थीं। उनकी दृष्टि इतनी गहरी थी कि उन्होंने न सिर्फ सामाजिक बंधनों को पहचाना, बल्कि यह समझा कि

होती है। यहाँ जन्म से ऊपर कर्म था; पूजा से ऊपर न्याय; और देवी-देवताओं की ऊँची वेदियों से ऊपर मनुष्य की गरिमा। सत्यशोधक समाज ने उन वर्गों को चेहरा, आवाज और आत्मपहचान दी, जिन्हें सदियों तक अंधेरे में कैद रखा गया था। फुले ने उन्हें केवल सहारा नहीं दिया—उन्होंने उन्हें यह सामर्थ्य भी दिया कि वे स्वयं अपने पैरों पर उठ सकें।

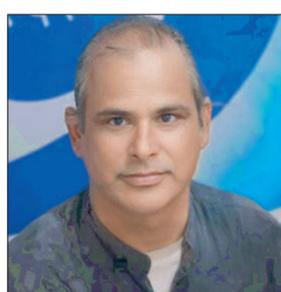
समता—जागरण के शिल्पी ज्योतिबा फुले का जीवन इस सच का प्रमाण है कि परिवर्तन की सबसे बड़ी शक्ति विचार होता है। उनके पास न सत्ता थी, न पद; न सेना थी, न संपत्ति—फिर भी वे व्यवस्था की जड़ें हिला सके, क्योंकि उनका आधार सत्य था। और सत्य जब संकल्प से जुड़ता है, तो इतिहास की दिशा बदल देता है। फुले किसी व्यक्ति से नहीं, मानसिकता से लड़ने निकले थे। उन्होंने बताया कि समाज की सबसे ऊँची दीवारें जन्म नहीं खड़ी करती, सोच खड़ी करती है। और उन्हें गिराने का उपाय है—प्रश्न

पहुँचती है जहाँ कोई बच्चा शिक्षा की रोशनी चाहता है, कोई स्त्री अपने सम्मान के लिए खड़ी होती है, कोई मजदूर अपने अधिकार की माँग करता है, कोई युवा अन्याय के आगे सिर झुकाने से इंकार करता है। फुले का जीवन हमें बताता है कि रोशनी कभी समाप्त नहीं होती, वह केवल हाथ बदलती है। आज, 28 नवम्बर को उन्हें याद करते हुए हम केवल इतिहास को नहीं पढ़ते—हम अपने वर्तमान की जिम्मेदारी पहचानते हैं। फुले का जाना एक समाप्ति नहीं, एक आह्वान था। और यदि हम उस आह्वान का सम्मान करना चाहते हैं, तो हमें हर उस मनुष्य के साथ खड़ा होना होगा जिसे समाज ने किनारे धकेला है। यही उनकी सच्ची श्रद्धांजलि है—न भाषण, न फूल, न समारोह; बल्कि वह साहस, वह संवेदना और वह समता, जिसे उन्होंने जीवनभर जिया।

प्रो. आरके जैन “अरिजीत”, बड़वानी (मप्र)

“अर्ध शतक नेताओं को “हार” के कारण जिम्मेदार नेता ने कारण बताओं नोटिस जारी किया ?”

किसी समय देश में एक राजनैतिक पार्टी की इतनी धक और धमक के साथ नाम की चमक थी यह देखने के बाद एक फिल्म में डायलॉग की याद आ गया “ एक बार जो मैंने कमेंट्स कर दिया उसके बाद मैं अपने आप की भी नहीं सुनातू हूँ । “ मगर इन दिनों मेंदेश में आज वही नामी-गिरामी सबसे पुरानी राजनीतिक पार्टी “ घर-घर पार्टी “ की ऐसी स्थिति हो गई अगर उस पार्टी के जिम्मेदार नेता, पदाधिकारी या फिर प्रतिनिधि ही क्यों ना हो वह अपने या किसी अन्य शहर में भंडारे में शामिल होने जाए तो वहाँ का भोजन खत्म हो जाए और बाहर निकल कर आएँ तो उसकी चप्पल ही गायब हो जाए और फिर वह संबंधित संस्था के पदाधिकारी की “ भंडारगिरी “ को अनदेखा करके उसकी “ गांधीगिरी “ पर उटपटंग बयान बाजी करके अपने गुस्से को कंट्रोल (नहीं करता है) कर लेता है । सवाल यह सभी को मालूम है कि , देश की प्रतिष्ठित पार्टी को इन दिनों चुनाव में लगातार सैकड़ों के नजदीक पराजय का सामना करना पड़ा रहा है । चुनाव के समय अपनी सक्रियता दिखाने वाले “ हाथ में हाथ “ लेकर “ ममता माई “ से बंधे हुए “ नजदीक पराजय को सामना करना पड़ा रहा है । प्रशासक के सलाकार चंडीगढ़ यूनियन टेरिटी भारत सरकार उच्चतम न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश भारत सरकार पंजाब के मुख्यमंत्री पंजाब के राज्यपाल पंजाब हरियाणा हाई कोर्ट के मुख्य न्यायाधीश



से “ ई वी एम “ इलेक्ट्रॉनिक विकल्प मशीन के माध्यम से बताते हुए स्थिति को आर्डेन की तरह साफ कर दिया है । चुनाव में मिली पराजय के कारण पर कारण बताओ नोटिस जिन नेताओं को मिला है वह एकदम “ सकंते “ में आ गए आखिर ये सब कुछ हुआ तो कैसे हुआ ? एक समाचार के अनुसार मुझे भी पता चला कि बिहार चुनाव में करारी हार के बाद एक्शन मोड में कांग्रेस ने 43 नेताओं को कारण बताओं नोटिस भेजा । इन 43 नेताओं को कारण बताओ नोटिस भेजने के बजाय आजादी की अविश्वसित की तरह मेरा तो ऐसा मानना है एक ही नेता को ही कारण बताओ नोटिस भेजना था । अगर इशारों-इशारों को समझो तो राज रहने दो । वैसे भी इन 43 नेताओं को मेरी एक नेक सलाह है की नोटिस के जवाब में हार का मुख्य कारण में बस एक ही ध्यान , ज्ञानी नेता का नाम लिख देना और हमेशा हमेशा के लिए किस्सा खत्म कर देना चाहिए “ न रहेगा बांस और न बजेगी बांसुरी “ । उगली पर गिनने वाले नेताओं की पार्टी घर-घर पार्टी के जिम्मेदार नेताओं के सानिध्य में अगर दमदार राजनीति में दमदार पकड़ रखने वाला ही नेता चुनाव में पराजित हो जाएँ तो इसका जिम्मेदार कौन-कौन है ? और जो खुद खास तौर पर जिम्मेदार है उसी के सानिध्य में रहकर ही चुनाव हार जाए तो फिर कारण बताओं नोटिस किसको दिया जाए ? गोपनीय सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार उनकी शरण में उनकी सोच और क्षमता के आधार पर नौ कम “ शतक “ के नजदीक चुनाव हार गए हैं । जरा सोचो और समझो मेरे इशारों को मैं क्या कहना चाहता हूँ ? अब उनको कौन नोटिस जारी करेगा जरा यह तो सोचो नोटिस तो तुमने अपने चिंता का बताया एक ही समाधान । अपने ही “ पंजे “ से थमा दिया अब तुम्हें कौन सा “ पंजा “ नोटिस धामएगा ?

इतना सारा घटनाक्रम देखने वह सुनने के बाद एक बात तो है यह इन दिनों सोशल मीडिया के तमाम न्यूज चैनल एवं इलेक्ट्रॉनिक न्यूज चैनल वालों के घघने में, टीम में इतनी प्रतिभाएं भरी हुई हैं और अपनी इच्छा शक्ति इतनी मजबूत हैं वह जो भी कोई काम नहीं भाई जान पूरे के पूरे सात काम अर्ध शतक नेताओं को चुनाव में “ हार “ के कारण पार्टी के वरिष्ठ पदाधिकारी एवं जिम्मेदार नेता ने कारण बताओं नोटिस जारी करके उनसे जवाब मांगा है हारे हुए टैशन पीडित प्रत्याशी अब यह जवाब कब, कहाँ, किस वक्त , कैसा देता है यह तो अभी समय के गर्भ में छिपा हुआ है लेकिन , आम नागरिक ने अपनी उगली

प्रकाश हेमावत

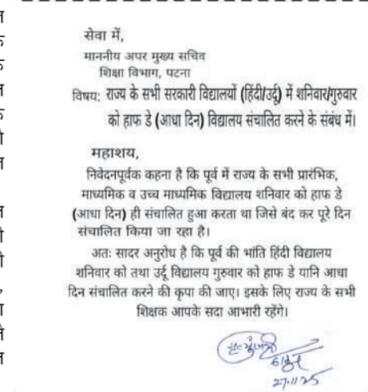
राज्य के सरकारी विद्यालयों (हिंदी/उर्दू) में शनिवार/गुरुवार को हाफ़ डे की व्यवस्था पुनर्बहाल करने की मांग तेज

परिवर्तनकारी शिक्षक महासंघ, बिहार ने अपर मुख्य सचिव, शिक्षा विभाग को भेजा विस्तृत ज्ञापन।

पटना। राज्य के सरकारी विद्यालयों में हिंदी/उर्दू माध्यम के लिए पहले से लागू हाफ डे व्यवस्था को पुनः बहाल करने को लेकर शिक्षकों ने फिर से आवाज बुलंद की है।

इस दिशा में निर्णायक पहल करते हुए परिवर्तनकारी शिक्षक महासंघ, बिहार ने शिक्षा विभाग के अपर मुख्य सचिव को एक विस्तृत ज्ञापन भेजकर आग्रह किया है कि विद्यालयों में शनिवार/गुरुवार को हाफ डे की पुरानी व्यवस्था तत्काल प्रभाव से पुनः लागू की जाए। संघ की ओर से ज्ञापन प्रेषित करते हुए प्रदेश मीडिया प्रभारी मृत्युंजय ठाकुर ने कहा कि विद्यालयी वातावरण, मौसमी परिस्थितियों, विद्यार्थियों की उपस्थिति तथा शिक्षकों के दैनिक कार्यों को देखते हुए हाफ डे की व्यवस्था पहले अत्यंत उपयोगी एवं प्रभावी साबित हुई थी। उन्होंने बताया कि लंबे समय से शिक्षक वर्ग यह मांग कर रहा है कि बच्चों की सुविधा और उनके स्वास्थ्य के हित में सप्ताह के एक दिन हाफ डे समय-सारणी लागू हो, ताकि शिक्षण-गुणवत्ता पर भी सकारात्मक असर पड़े।

मृत्युंजय ठाकुर ने कहा कि वर्तमान में शिक्षकों पर शैक्षणिक गतिविधियों के साथ-साथ गैर-शैक्षणिक कार्यों का भी काफी दबाव है, ऐसे में हाफ डे का प्रावधान उन्हें सप्ताह में एक दिन अतिरिक्त राहत प्रदान करेगा। उन्होंने इस बात पर भी बल दिया कि हाफ डे से विद्यालयों में अनुशासन, उपस्थिति और शिक्षण-सिखने की प्रक्रिया पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। विशेषकर गर्मी के मौसम में छोटे बच्चों के लिए सुबह की पाली में हाफ डे अत्यंत उपयोगी और स्वास्थ्य के अनुकूल होता है। ज्ञापन में यह भी उल्लेख किया गया है कि



राज्य के कई जिलों में शिक्षक संगठन इस विषय को लेकर लगातार अपनी आवाज उठा रहे हैं तथा शिक्षकों और छात्रों दोनों के हित में शीघ्र निर्णय लेने की मांग कर रहे हैं। संघ ने शिक्षा विभाग से अपेक्षा की है कि वे इस मांग पर संवेदनशीलता के साथ विचार करें और जल्द से जल्द उपयुक्त निर्णय लें, जिससे सरकारी विद्यालयों में पढ़ाई की गुणवत्ता और संचालन की प्रणाली दोनों में सुधार हो सके। परिवर्तनकारी शिक्षक महासंघ ने कहा कि यदि विभाग इस मांग पर सकारात्मक पहल करता है, तो राज्य के सभी प्रारंभिक, माध्यमिक एवं उच्च माध्यमिक विद्यालयों में हाफ डे व्यवस्था लागू होने से शिक्षण-कार्य की गति को नया आयाम मिलेगा और विद्यालयों में शिक्षा का वातावरण अधिक अनुकूल बनेगा।

कोयला व्यापार में ईडी रेड के बाद बाबूलाल का झारखंड सरकार पर तेज हुआ हमला

प्रयुक्त कूट शब्द, कौन किसका आदमी, पुलिस कैसे लेती कोयले से रिश्त विस्तार से बताया

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड - झारखंड

बोकारो, झारखंड में अवैध कोयला कारोबार एक बार फिर राजनीतिक मुद्दा बन गया। भाजपा प्रदेश अध्यक्ष और नेता प्रतियक्ष बाबूलाल मरांडी ने राज्य सरकार और पुलिस प्रशासन पर गंभीर आरोप लगाये हैं। यह आरोप ऐसे समय पर लग रहा है जब धनबाद में ईडी सक्रिय हैं। बाबूलाल मरांडी ने कहा कि प्रदेश में कोयला चोरी अब केवल अपराधियों का काम नहीं रहा, बल्कि यह पुलिस प्रशासन और कोल माफिया की संगठित साझेदारी में चलाया जा रहा एक व्यापक अवैध व्यापार बन गया है। उन्होंने दावा किया कि पहले चोर चोरी करके पुलिस तक कमीशन पहुंचाते थे, लेकिन अब पुलिस और माफिया मिलकर इस धंधे को आगे बढ़ा रहे हैं,

जिससे सरकार को भारी राजस्व का नुकसान हो रहा है और राज्य की कानून व्यवस्था खतरे में है।

झारखंड ने नेता प्रतिपक्ष और प्रदेश बीजेपी अध्यक्ष बाबूलाल मरांडी ने कहा, 'धनबाद में कोयले का काला साम्राज्य कोई नई बात नहीं है, लेकिन मौजूदा सरकार में इसका चरित्र पूरी तरह बदल गया है। पहले माफिया चोरी करता था और पुलिस को कमीशन देता था। आज स्थिति यह है कि पुलिस और प्रशासन ने माफिया को हटाकर खुद माफिया का चोला पहन लिया है। अब साझेदारी नहीं, बल्कि पुलिस अधिकारी सीधे तौर पर कोयला खदानें चला रहे हैं। आज हम उस सिंडिकेट का पदोपार्थक्य कर रहे हैं जो धनबाद में कोड-वर्ड्स के जरिए चल रहा है। असली अपराधी पकड़े न जाएं, इसलिए गुर्गों को कोड नेम दिए गए हैं। मैं आपको सिलसिलेवार बताता हूँ कि कौन सी साइट, किस कोड नेम से, किस अधिकारी के संरक्षण में चल रही है।

बाबूलाल मरांडी ने बताया, 'सबसे पहले 'भौरा साइट', जिसे 'अरविंद' और 'करण' नाम के कोड वर्ड वाले दो लोग चला रहे हैं। ये दोनों सीधे तौर पर धनबाद एसएसपी प्रभात कुमार के आदमी हैं। दूसरी है 'कुजामा साइट'। यहां तीन कोड वर्ड काम कर रहे हैं- 'आकाश', 'मनीष' और 'अजय'। इसमें 'आकाश' एसएसपी धनबाद का आदमी है, 'अजय' कुभनाथसिंह का आदमी है और 'मनीष' मुकेशसिंह का आदमी है। तीसरी 'पंचेत साइट', जिसे 'अंजनी' नाम के कोड वर्ड से चलाया जा रहा है। यह व्यक्ति पंकज मिश्रा का आदमी है। चौथी 'निरसा साइट', जिसे संजय सिंह चला रहा है। यह उसका असली नाम है और यह भी धनबाद एसएसपी का खास आदमी है। पांचवीं 'गोपालीचक' और 'बायसबारा साइट', जिसे कौशल पांडे चला रहा है। यह भी एसएसपी धनबाद का ही आदमी है।

उन्होंने कहा, 'हद तो तब हो गई है जब 'बरोया', 'तेदुलमारी', 'जमुनिया' और 'रामकनली' जैसी



बड़ी साइट्स को कोर्ट गुर्गों नहीं, बल्कि बाघमारा के डीएसपी पुरुषोत्तम सिंह खुद चला रहे हैं। एक डीएसपी सीधे तौर पर कोयला खनन करवा रहा है। धनबाद में इस वक्त अवैध व्यापार के तीन केंद्र बन चुके हैं- बाघमारा, निरसा और झरिया। इनके अंतर्गत 25 थाने और 40 अवैध साइट्स चल रही हैं। यहां से हर दिन 150 से 200 ट्रक, यानी करीब 10,000 टन अवैध कोयला बंगाल और लोकल

मंडियों में खपाया जा रहा है। ये पूरा खेल एक व्यवस्थित पदानुक्रम में चल रहा है। 'हाउस' यानी सत्ता का शीर्ष केंद्र 'महाराजा' की भूमिका में है। एसएसपी महोदय 'प्रधान सेनापति' हैं और डीसी साहब 'महामंत्री' हैं। इन सभी का प्रॉफिट शेयर फिक्स है।

बाबूलाल मरांडी ने बताया, 'धनबाद एसएसपी ने वसुली का एक सेंट्रलाइज्ड सिस्टम बना रखा है। जिले के थानेदार, डीएसपी, सीओ से लेकर माइनिंग ऑफिसर तक सबका हिस्सा तय है। इस वसुली सिंडिकेट के राइट हैंड हैं बाघमारा डीएसपी पुरुषोत्तम सिंह और लेफ्ट हैंड हैं इम्पेक्टर अजीत भारती। ये दोनों मिलकर मलाईदार थानों की बोली लगाते हैं और जो सबसे ज्यादा बोली लगाता है, उसे ही थानेदारी मिलती है। डीएसपी पुरुषोत्तम सिंह, जो पूर्व में मुख्यमंत्री की सुरक्षा में रहे हैं, अपनी उस पहुंच का धौंस जमाकर वसुली करते हैं। इनका खीफ इतना है कि सभी माइनिंग साइट्स में इन्होंने

50% की पार्टनरशिप जबरन ले रखी है।

बाबूलाल मरांडी के निशाने पर पुनः अनुराग गुप्ता रहे। उन्होंने कहा, 'इसमें पूर्व डीजीपी अनुराग गुप्ता की भूमिका 'संरक्षक' की रही है। जब वे सीआईडी और डीजीपी दोनों प्रभार में थे, तो दोनों पदों की अलग-अलग फीस वसूलते थे। यह पैसा बाघमारा डीएसपी उन तक पहुंचाते थे। गंभीर बात यह है कि उनके हटने के बाद आज भी 'डीजीपी' के नाम पर वसुली जारी है। अब यह पैसा किस डीजीपी को जा रहा है, यह एक बड़ी जांच का विषय है। अंत में, इस लूट की कीमत आम मजदूरों को जान देकर चुकानी पड़ रही है। एसएसपी साहब ने 'हाउस' में कुछ ज्यादा ही बड़ा कॅम्पिटमेंट कर दिया है, जिसे पूरा करने के लिए नियमों की धज्जियां उड़ाई जा रही हैं। बरसात में कई मजदूरों की खदान में दबकर मौत हुई, लेकिन प्रशासन ने पैसे और पावर के दम पर उनका मुंह बंद करा दिया और खबरें बाहर नहीं आने दी।

सरायकेला बार संगठन ने मनाया संविधान दिवस डा० अंबेडकर तथा मिहिर कवि को दी श्रद्धांजलि

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड - झारखंड

सरायकेला। कभी स्वतंत्र देशी रियासत फिर भारतीय अधिराज्य का हिस्सा, तत्पश्चात ओडिशा का एक राजस्व जिला, आगे बिहार, संप्रति झारखंड में पुनः जिला स्थित बार एसोसिएशन सरायकेला खरसावा में संविधान दिवस हर्ष उल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर सर्वप्रथम भारत के संविधान सह उसके निर्माता डॉ० भीमराव अंबेडकर एवं सरायकेला अधिवक्ता संघ के प्रथम बार अध्यक्ष, विशिष्ट अधिवक्ता सह प्रथम एम एल ए सरायकेला अनारक्षित सीट के

मिहिर कवि के फोटो पर पुष्प एवं माल्यार्पण कर अधिवक्ताओं ने कार्यक्रम को शुभारंभ की। तत्पश्चात अधिवक्ता संघ के अध्यक्ष प्रभात कुमार, उपाध्यक्ष केदारनाथ अग्रवाल, सहसचिव जलेश कवि, बरीय अधिवक्ता आशीष पत्र, जीवानंद पांडा, सुभाष दास, अनिल कुमार सिंह, राजकुमार साहू, निर्मल कुमार



आचार्य अधिवक्ताओं ने अपने अपने विचार प्रकट की। साथ ही भारतीय संविधान के प्रस्तावना को सभी अधिवक्ताओं ने एक साथ पढ़ा। संविधानिक तौर तरीके से कार्य को करने का शपथ लिया। इस अवसर पर जिला बार एसोसिएशन के कोषाध्यक्ष लखींद्र नायक, कार्यकारिणी सदस्य दुर्गा चरण जॉको, प्रदीप तेंदू रूख, सुकुमति हेसा, सरोज महाराणा, अधिवक्ता आशीत सड़ंगी, दिनेश चंद्र राय, सुनील सिंह देव, प्रदीप पति, अधीश



कवि, भीम सिंह कुंदादा, सहदेव महतो, शिव शंकर साहू, नैना पहाड़ी, राम गोविंद मिश्रा, विवेक मंडल, रामजी महतो, ए. हजरा, सेफाली मंडल, पार्वती तिवारी, रिकू कुमारी सिन्हा, एवं अन्य सभी बार एसोसिएशन के अधिवक्ता गण उपस्थित थे।

आदिवासी जागृति मंच ने संविधान सभा के सदस्य के गांव में मनाया संविधान दिवस

कोल्हान रक्षा संघ दोपाई में देवेंद्र सामंता का स्थापित करेगा प्रतिमा :डीबार जॉको, अध्यक्ष

कार्तिक कुमार परिच्छा, स्टेट हेड - झारखंड

सरायकेला, भारतीय संविधान के पांचवीं अनुसूची में दर्ज कोल्हान इलाका स्थित दोपाई गांव में संविधान दिवस धूमधाम से मनाया गया। यह वही पवित्र माटी है जहां संविधान सभा के सदस्य देवेंद्र सामंता जन्में हैं।

संविधान दिवस के अवसर पर ग्राम दोपाई, प्रखंड खूंटेपानी, जिला पश्चिमी सिंहभूम में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। ग्राम दोपाई में संविधान सभा के सदस्य रहे स्वा देवेंद्र नाथ सामंता का जन्म हुआ था। इस कार्यक्रम आदिवासी जागृति मंच ग्राम दोपाई के द्वारा किया गया। इस कार्यक्रम में कोल्हान रक्षा संघ के अध्यक्ष दिवार जॉको एवं सभी कार्यकारिणी सदस्य को आमंत्रित किया गया था। इस कार्यक्रम में कई बुद्धिजीवी खूंटेपानी प्रखंड प्रमुख मुखिया, विधायक प्रतिनिधि, कई गांव के ग्रामीण मुंडा संविधान दिवस के महत्व पर अपने विचारों रखा। कोल्हान रक्षा संघ के तरफ से मानसिंह हेंब्रम, रविंद्र मंडल, लक्ष्मी



सरदार आदि ने भी अपने विचारों व्यक्त किया। मुख्य रूप से अध्यक्ष दिवार जॉको ने सभा में अपने बहुमूल्य संबोधन में संविधान सभा के सदस्य रहे झारखंड प्रदेश के जयपाल सिंह मुंडा, देवेंद्र नाथ सामंता, बेनी महापुरुषों के संरक्षण के लिए संविधान में विशेष प्रावधान किए गए

हैं। उन्होंने अंत में यह घोषणा किया, कि कोल्हान रक्षा संघ की तरफ से इस दोपाई गांव में देवेंद्र नाथ सामंता का प्रतिमा स्थापित करने का सहयोग का वादा किया। इस अवसर पर हजारों महिला पुरुषों एवं बच्चों ने तीनों महापुरुषों के चित्रों पर पुष्प एवं माल्यार्पण अर्पित किए।

बांगिरिपोशी-पुरी सुपर फास्ट एक्सप्रेस अब मेल एक्सप्रेस होगी

मनोरंजन सासमल, स्टेट हेड ओडिशा

भुवनेश्वर : बांगिरिपोशी-पुरी सुपर फास्ट एक्सप्रेस ट्रेन 1 फरवरी, 2026 से मेल एक्सप्रेस के तौर पर चलेगी। ट्रेन के टाइमटेबल के साथ-साथ ट्रेन का इंजन भी बदलेगा। इस बारे में ईस्ट कोस्ट रेलवे से एक नोटिफिकेशन मिला है। यह सुपर फास्ट ट्रेन पहले भुवनेश्वर तक चलने के बाद पुरी तक बढ़ा दी गई थी, लेकिन अब यह देरी से चल रही थी। इस बारे में, डिपार्टमेंट ने सुपर फास्ट एक्सप्रेस कैटेगरी में ईई एक्सप्रेस कैटेगरी में डिमोट किया है। टाइम शेड्यूल में भी बदलाव किया गया है। ट्रेन पहले बांगिरिपोशी रेलवे स्टेशन से सुबह 4:20 बजे निकलती थी और सुबह 11:05 बजे भागलपुर पहुंचती थी। अब यह बदलकर सुबह 4 बजे निकलेगी और बालासोर, भद्रक, जाजपुर



लोक, कटक, भुवनेश्वर, खुर्दा रोड, साक्षी गोपाल होते हुए शाम 5 बजे पुरी रेलवे स्टेशन पहुंचेगी और सुबह 11:31 बजे पुरी रेलवे स्टेशन पहुंचेगी। इसी तरह, वापसी का टाइमटेबल भी बदल दिया गया है। ट्रेन पुरी रेलवे स्टेशन से शाम 4:20 बजे के बजाय

शाम 4 बजे रवाना होगी और रात 11:11 बजे बांगिरिपोशी रेलवे स्टेशन पहुंचेगी। इसी तरह, यह भी बताया गया है कि ट्रेन के इंजन नंबर 12891 और 12892 को बदलकर इलेक्ट्रिक ट्रेन इंजन के तौर पर 18401 और 18402 कर दिया जाएगा।

पर्यावरण पाठशाला : पेड़ चुप हैं, पर धरती पुकार रही है

-डॉ. अंकुर शरण

पेड़ कभी बोलते नहीं। वे न शिकायत करते हैं, न कोई मांग रखते हैं। वे बस चुपचाप अपना कार्य करते रहते हैं—हवा को साफ करना, धूप से बचाना, पानी को थामना, मिट्टी को जीवन देना और हमें सांस देना। लेकिन इंसान? हम बोलते बहुत हैं और करते उतना नहीं, जितनी इस धरती को जरूरत है। आज पौधारोपण की तस्वीरें सोशल मीडिया पर खूब दिखती हैं, पर सच यह है कि पौधा लगाना आसान है, उसे जीवित रखना कठिन और सबसे महत्वपूर्ण है। क्या हम कभी जाकर देखते हैं कि वह पौधा जिसे हमने लगाया था, आज भी खड़ा है या कब का गिर चुका? इसी भावनात्मक सच्चाई के बीच एक और सच है—कई लोग

हमारे आसपास चुपचाप पर्यावरण के लिए अद्भुत कार्य कर रहे हैं। कोई अपने घर की छत पर बड़स के लिए कटोरे रखता है, कोई पार्कों की सफाई



में सप्ताहांत विताता है, कोई बच्चों को प्रकृति से जोड़ने के अभियान चलाता है, और कोई अपनी जेब से सैकड़ों पौधे

बचाता है। ऐसे लोग हमारे समाज के पर्यावरण योद्धा हैं, जो किसी सम्मान की मांग नहीं करते, पर हमारे सम्मान के हकदार जरूर हैं। आज समय है कि हम इन लोगों को पहचानें, सराहें और इनकी कहानियों को आगे बढ़ाएं। समाज तभी बदलता है जब बदलाव करने वालों को मंच मिलता है और प्रेरणा देने वालों को आवाज मिलती है। पर्यावरण संरक्षण केवल सरकार या कुछ सक्रिय संगठनों का काम नहीं—यह हर नागरिक का, हर परिवार का, हर बच्चे का कर्तव्य है। अगर धरती हमारी है, तो उसकी हर सांस, हर धड़कन भी हमारी जिम्मेदारी है। चलो, इस सदी एक नया संकल्प लें—पौधे सिर्फ लगाए नहीं, उन्हें जिंदा रखें। पर्यावरण योद्धाओं को पहचानें

और उनके प्रयासों को सम्मान दें। अपनी प्रकृति से जुड़ी कहानियाँ, अपने अनुभव और अपने छोटे-छोटे प्रयास दुनिया के साथ साझा करें। यदि आप अपने समुदाय में ऐसे किसी व्यक्ति को जानते हैं, जो पर्यावरण के लिए निरव्याय सेवा कर रहा है, या आपके पास अपनी कोई प्रेरक कहानी है—तो उसे दुनिया से छिपा कर न रखें। हम आपकी कहानी को मंच देंगे, उसे पाठकों तक पहुँचाएँगे। अपनी कहानियाँ और अनुभव हमें भेजें: indiangreenbuddy@gmail.com आइए मिलकर इस धरती की साँसें बचाएँ—क्योंकि यह सिर्फ पर्यावरण की लड़ाई नहीं, यह हम सबके अस्तित्व की लड़ाई है।

ओडिशा बस मालिक संघ ने हड़ताल वापस ली

मनोरंजन सासमल, स्टेट हेड ओडिशा

भुवनेश्वर: ऑल ओडिशा बस ओनर्स एसोसिएशन (AOBOA) ने पुलिस डिपार्टमेंट को गाड़ियों की चेकिंग के लिए एक्स्ट्रा पावर देने के विरोध में 1 दिसंबर से पूरे राज्य में हड़ताल की धमकी दी थी। एसोसिएशन ने इस बारे में 17 नवंबर को चेतावनी दी थी। हालांकि, सरकार के पुलिस डिपार्टमेंट को और अधिकार देने से मना करने के बाद यूनिनियन ने गुरुवार को अपनी हड़ताल वापस ले ली। मीडिया से बात करते हुए, AOBOA के जनरल सेक्रेटरी देवेन्द्र कुमार साहू ने कहा कि सरकार के इस कदम से बस ऑपरेटर्स की चिंता बड़ गई है। क्योंकि डर था कि पुलिस को ज्यादा अधिकार देने, बस सर्विस में रुकावट डालने और सजा देने वाली कार्रवाइयों में बढ़ोतरी करने की



सरकार की योजना के कारण वे हमें बेवजह परेशान करेगे लेकिन सरकार ने एक्स्ट्रा पावर देने का कोई फैसला नहीं लिया है, उन्होंने कहा। ट्रांसपोर्ट डिपार्टमेंट से बातचीत के बाद यह बात सामने आई। इसलिए हड़ताल पर जाने की कोई जरूरत नहीं है। हम हड़ताल का कॉल वापस ले रहे हैं। सरकार ने इस बारे

में वादा किया है। अगर कोई वायलेशन होता है, तो हम आगे एक्शन लेंगे, उन्होंने कहा। गौर करने वाली बात यह है कि करीब 40 साल पहले, बढ़ते कर्रप्शन और पावर के गलत इस्तेमाल की वजह से सरकार का ऐसा फैसला फेल हो गया था। तब से, पुलिस को शामिल किए बिना

मोटर व्हीकल की चेकिंग की जा रही है। हम सेक्शन 184 का सपोर्ट करते हैं। सेक्शन 184 के तहत, तेज रफ्तार और लापरवाही से गाड़ी चलाने वाले ट्रू-व्हीलर और फोर-व्हीलर चलाने वालों के खिलाफ एक्शन लिया जा रहा है। इसमें हेलमेट, सीट बेल्ट और ट्रिपल राइडिंग की चेकिंग शामिल है। हम इसका सपोर्ट करते हैं क्योंकि यह सड़क हादसों में होने वाली मौतों को रोकने में मददगार है, उन्होंने कहा। आगे की कार्रवाई को फाइनल करने के लिए एसोसिएशन ने 25 नवंबर को एक जनरल बोर्ड मीटिंग की। मीटिंग में इस बात पर चर्चा हुई कि क्या सरकार ने पुलिस को यह पावर देने से ऑफिशियली मना कर दिया है। इसके कारण 1 दिसंबर से पूरे ओडिशा में प्राइवेट बस सर्विस बंद करने का आह्वान वापस ले लिया गया है।

बीजू पटनायक इंटरनेशनल एयरपोर्ट से 4 जगहों के लिए प्लाइट्स: मंत्री

मनोरंजन सासमल, स्टेट हेड ओडिशा

भुवनेश्वर: विधानसभा का विंटर सेशन आज से शुरू हो गया है। मुख्यमंत्री मोहन माझी ने दिवंगत सदस्यों की याद में शोक प्रस्ताव पेश किया। बाद में, विपक्ष के नेता नवीन पटनायक, इंडियन नेशनल कांग्रेस लोजिस्टिक्स पार्टी के नेता रामचंद्र कदम और CPI पार्टी के नेताओं ने इसका समर्थन किया। इस बीच, लॉकडाउन के दौरान, रणेंद्र प्रताप स्वैन ने कॉमर्स और ट्रांसपोर्ट मिनिस्टर बिभूति भूषण जेना से पूछा कि अभी बीजू पटनायक इंटरनेशनल एयरपोर्ट से विदेशों के लिए कितनी फ्लाइट्स चल रही हैं? हर रूट पर किन शहरों में चलने वाली प्लाइट्स का मंथली एवरेज क्या है? पैसेंजर लोड फैक्टर क्या है? इन प्लाइट्स को ऑपरेट करने के लिए सरकार हर खाली सीट पर कितना पैसा दे रही है? उन्होंने यह भी पूछा कि पिछले तीन फाइनैशियल ईयर में इस मकसद के लिए किन एयरलाइंस को कितना पैसा दिया गया है और यह पैमेंट कितने सालों तक किया जाएगा? रणेंद्र प्रताप स्वैन के सवाल के जवाब में, बिभूति जेना ने कहा कि



राज्य में लागू नई डेस्टिनेशन पॉलिसी 2024 के अनुसार, अभी बीजू पटनायक इंटरनेशनल एयरपोर्ट दुबई, सिंगापुर, गंगटोक, अबु धाबी जैसे चार विदेशी डेस्टिनेशन के लिए डायरेक्ट फ्लाइट्स ऑपरेट कर रहा है। इन रूट्स पर फ्लाइट्स ऑपरेट करने के लिए हर खाली सीट पर पैमेंट करने की सरकार की कोई योजना नहीं है। राज्य सरकार 750 km तक के हर इंटरनेशनल राउंड ट्रिप के लिए 10 लाख रुपये और 750 km से ज्यादा के डेस्टिनेशन के लिए 15 लाख रुपये की फाइनैशियल मदद दे रही है। उन्होंने आगे कहा कि इनमें से किसी भी रूट ने 3 साल पूरे नहीं किए हैं। डेस्टिनेशन को जोड़ने के लिए हर राउंड ट्रिप के लिए एयरलाइंस को फाइनैशियल मदद दी जाती है। यह फाइनैशियल मदद पहले 6 महीने के लिए दी जाती है। रूट के परफॉर्मेंस को रिव्यू करने के बाद इसे अगले 6 महीने के लिए रिन्यू किया जा सकता है।

योग भारत की सांस्कृतिक विरासत का अभिन्न हिस्सा रहा है

डॉ. मुस्ताक अहमद शाह

योगानस का भारतीय इतिहास अत्यंत प्राचीन और समृद्ध है, जिसकी जड़ें सिंधु घाटी सभ्यता तक फैली हुई हैं, जहाँ की पुरातात्विक खोजों में योग मुद्राओं और योगाभ्यास के तत्व मिले हैं जो बताते हैं कि योग भारत की सांस्कृतिक विरासत का अभिन्न हिस्सा रहा है। वैदिक काल में योग का उल्लेख ऋग्वेद और उपनिषद जैसे ग्रंथों में मिलता है, जहाँ इसे मुख्यतः ध्यान, मानसिक एकाग्रता और आध्यात्मिक उन्नति का माध्यम माना गया। महाकाव्यों और धर्मग्रंथों जैसे भगवद्गीता में योग के विभिन्न प्रकार - ज्ञान योग, भक्ति योग, कर्म योग, राज योग का वर्णन है, जो समाज के हर स्तर के लिए योग के व्यापक उपयोग को दर्शाता है। महान योगाचार्य महर्षि पतंजलि ने लगभग 200 ईसा पूर्व में योग सूत्रों के माध्यम से योग को व्यवस्थित सिद्धांतों में बाँधा, जिसने योग को एक प्रणालीबद्ध और वैज्ञानिक अभ्यास के रूप में स्थापित किया। इसके बाद हठ योग के ग्रंथों जैसे हठ योग प्रदीपिका और गोरक्षपद व्यास की रचनाओं ने योगसन और प्राणायाम के शारीरिक पहलुओं को विस्तार दिया। भारतीय संस्कृत साहित्य, पुराण, और शास्त्रों में योग का महत्व बार-बार सामने आता है, जहाँ योग को केवल एक शारीरिक अभ्यास नहीं बल्कि जीवन के चारों आयामों - शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक और नैतिक विकास के लिए सम्पूर्ण विज्ञान माना गया। योग की यह परंपरा कालक्रम में विकसित होती रही और आज भी विश्वभर में अपनी विविध शाखाओं और विधाओं के माध्यम से लोगों को स्वास्थ्य, मानसिक शांति और आध्यात्मिक उन्नति की ओर मार्गदर्शन प्रदान कर रही है। योग के आदर्शों और आसनों का यह भारतीय इतिहास मानव जीवन की समग्र उन्नति के लिए अनमोल धरोहर है, जो सदियों से हमारे संस्कारों और संस्कृति का अभिन्न हिस्सा बन चुका है। योग के इस विशाल और प्राचीन इतिहास से यह स्पष्ट होता है कि योग मात्र व्यायाम नहीं, बल्कि भारतीय जीवन दर्शन और आध्यात्मिकता का मूल आधार है।

