

03 भगवान शिव ने 'राम - नाम' कण्ठ में क्यों धारण किया है ?

06 बुजुर्गों की उपेक्षा और सुरक्षा का सवाल

08 सहारा समूह निवेशकों का मैजिस्ट्रेटि राशि दिलायेगा श्री लीगल एसोसिएट

स्क्रेप माफिया पर पुलिस छापेमारी: दिखावा या गंभीर कार्रवाई?

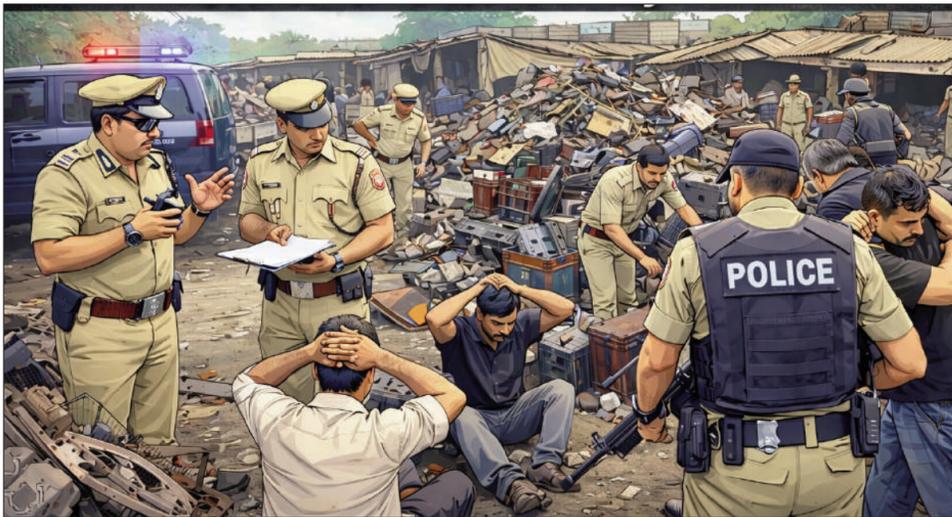
बड़े नाम अभी भी बाहर, स्थानीय कर्मचारी और छोटे कारोबारी ही निशाने पर

परिवहन विशेष न्यूज

राउरकेला: राउरकेला में हाल ही में स्क्रेप माफिया के खिलाफ हुई पुलिस छापेमारी ने कई सवाल खड़े कर दिए हैं। कार्रवाई के दौरान कुछ गोदामों में छापे मारकर स्थानीय कर्मचारियों और छोटे कारोबारियों को हिरासत में लिया गया, लेकिन इस पूरे नेटवर्क के कथित बड़े संचालक अब भी गिरफ्त से बाहर हैं।

सूत्रों के अनुसार, अवैध स्क्रेप कारोबार का जाल राउरकेला से निकलकर रायगढ़, रायपुर, गोरखपुर, बनारस और पटना जैसे शहरों तक फैला हुआ है। बताया जाता है कि रोजाना लाखों रुपये का टर्नओवर करने वाले बड़े माफिया भुवनेश्वर और रायपुर में सुरक्षित बैठे हैं, जबकि पुलिस कार्रवाई का दायरा केवल स्थानीय स्तर तक सीमित नजर आ रहा है।

विशेषज्ञों का कहना है कि बीएसएनएल रेल लाइन के लोहे और अन्य औद्योगिक कबाड़ को गैस कटर से काटकर गलाया जा रहा है। गोदामों में टैपो के जरिए दर्जनों गैस सिलेंडरों का रोज



इस्तेमाल हो रहा है। इसके बावजूद इन गतिविधियों के मुख्य सरगनाओं तक पुलिस की पहुंच अब तक नहीं पाई है। मंदियाकूदार, बेल डीह, डांडिया पाली, टीसीआई, राजगंगपुर, कुवारमुण्डा,

हाथिबाड़ी और रहमतनगर जैसे इलाकों में अवैध स्क्रेप गोदाम सक्रिय बताए जा रहे हैं। वहीं, “लो मैंग माल” के नाम पर कई क्रशर बिना जरूरी दस्तावेजों के प्रतिदिन ट्रकों में माल बाहर भेज रहे हैं। स्थानीय लोगों का आरोप है कि

यदि प्रशासन वास्तव में गंभीर है तो कार्रवाई केवल मजदूरों और छोटे व्यापारियों तक सीमित नहीं रहनी चाहिए। बड़े संचालकों की गिरफ्तारी ही इस मुहिम की पारदर्शिता और ईमानदारी को साबित करेगी।

फिलहाल यह छापेमारी चर्चा और संदेह के घेरे में है। आने वाले दिनों में यह साफ होगा कि पुलिस की यह कार्रवाई महज औपचारिकता है या फिर सचमुच स्क्रेप माफिया के पूरे नेटवर्क को ध्वस्त करने की ठोस पहल।

आरएनआई द्वारा अनुमोदित दो भाषाओं में प्रकाशित समाचार पत्र "परिवहन विशेष" के वार्षिक समारोह की घोषणा

"मार्च अंत या अप्रैल की शुरुआत"

आरएनआई द्वारा अनुमोदित हिंदी भाषा के दैनिक समाचार पत्र "परिवहन विशेष" के तीसरे वार्षिक समारोह और आरएनआई द्वारा अनुमोदित अंग्रेजी भाषा के दैनिक समाचार पत्र "परिवहन विशेष" के पहले समारोह के विषय और थीम निम्नलिखित हैं:

“सड़क सुरक्षा, प्रदूषण, साइबर अपराध और महिला सुरक्षा”

एवम

“सामाजिक कार्यकर्ताओं और कार्यरत समूहों को पुरस्कार”

परिवहन विशेष
देश का पहला ट्रांसपोर्ट दैनिक समाचार पत्र
RNI No :- DELHIN/2023/86499

3, प्रियदर्शिनी अपार्टमेंट, A-4 पश्चिम विहार, नई दिल्ली : 110063
सम्पर्क : 9212122095, 9811902095

www.newsparivahan.com, www.newstransport.in
news@newsparivahan.com, bathlasanjaybathla@gmail.com

2025 में चौंकाने वाली प्रवृत्ति: स्कूल बच्चों में फैटी लिवर

संजय कुमार बाठला

2025 के दौरान दिल्ली, नोएडा और मुंबई में रैडम हेल्थ चेकअप में कई स्कूल बच्चों में बिना किसी लक्षण के फैटी लिवर पाया गया था। यह स्थिति चिंताजनक है क्योंकि अधिकतर बच्चों में कोई स्पष्ट शिकायत नहीं थी।

चिकित्सकीय रूप से इसे पहले गैर-अल्कोहलिक फैटी लिवर रोग कहा जाता था, जिसे अब नया नाम दिया गया है।

मेटाबोलिक एसोसिएटेड स्टेटोटिक लिवर रोग (एमएसएलडी) — ताकि यह स्पष्ट हो सके कि यह मेटाबोलिक असंतुलन से जुड़ी बीमारी है।

बच्चों में यह कैसे हो रहा है ?

1. कोलेस्ट्रॉल और शुगर लोड एक कोलेस्ट्रॉल की बोटल में 8-12 चम्मच तक चीनी हो सकती है। इसमें मौजूद हाई फ्रुक्टोज कॉर्न सिरप (या अधिक फ्रुक्टोज) सीधे लिवर में जाकर फैट में बदलता है। बच्चों का लिवर तेजी से प्रतिक्रिया करता है, जिससे वसा जमा होने लगती है। समस्या यह है कि कई बच्चे रोजाना या सप्ताह में कई बार ये ठंडे पेय (कोलेस्ट्रॉल) का सेवन करते हैं।

2. अल्ट्रा-प्रोसेस्ड स्नैक्स

1. चिप्स, पप्स, इस्टेंट नूटल्स

- पैकेज्ड बिस्किट, केक,
- चॉकलेट
- प्रोसेस्ड मीट
- फ्रोजन फास्ट फूड

* इन सबमें:

- रिफाईंड कार्बोहाइड्रेट
- ट्रांसफैट
- अत्यधिक नमक
- कृत्रिम फ्लेवर

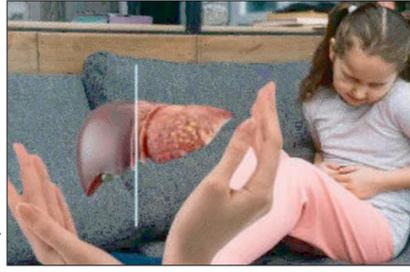
यह सभी इंसुलिन रेजिस्टेंस बढ़ाते हैं और लिवर में फैट जमा करते हैं।

क्यों अधिकतर बच्चों में लक्षण नहीं होते ?
बच्चों में फैटी लिवर अक्सर "साइलेंट" रहता है। कोई दर्द, बुखार या स्पष्ट बीमारी का संकेत नहीं होता। कभी-कभी:

- थकान
- पेट में हल्का भारीपन
- खेलकूद में जल्दी थक जाना
- अक्सर यह सभी बातें रूटीन ब्लड टेस्ट (एसजीपीटी/एलटीबी बढ़ा हुआ) या अल्ट्रासाउंड में पकड़ा जाता है।

बच्चों में बढ़ते जोखिम कारक

- स्क्रीन टाइम 4-6 घंटे प्रतिदिन
- आउटडोर खेल की कमी



- स्कूल के बाद ट्यूशन + मोबाइल
- मीटोपेय/कोलेस्ट्रॉल और पैकेज्ड स्नैक्स
- नॉट की कमी
- "स्क्रीन टाइम" बच्चे — दिखने में पतले, लेकिन पेट के अंदर वसा अधिक।

नवीनतम समझ (2025 परिष्कृत)

- भारत के मेट्रो शहरों में 10-18 वर्ष के बच्चों में फैटी लिवर के केस तेजी से बढ़ रहे हैं।
- डॉक्टर अब बीएमआई के साथ-साथ कमर का घेरा और इंसुलिन स्तर भी देख रहे हैं।
- शुरुआती अवस्था में यह पूरी तरह रिवर्स हो सकता है — यदि तुरंत जीवनशैली बदली जाए।

माता-पिता के लिए महत्वपूर्ण संदेश:-

* तुरंत कम करें:

- कोलेस्ट्रॉल (सप्ताह में शून्य या विशेष अक्सर पर सीमित)
- पैकेज्ड स्नैक्स
- रोजाना बिस्किट/चॉकलेट

* बढ़ाएं:

- घर का बना खाना
- फल (जूस नहीं, पूरा फल)
- प्रोटीन: दाल, भुने चने, पनीर, अंडा इत्यादि
- प्रतिदिन कम से कम 60 मिनट आउटडोर खेल

यह केवल लिवर की समस्या नहीं है, बचपन में फैटी लिवर आगे चलकर जुड़ सकता है:

- टाइप 2 डायबिटीज
- हाई ब्लड प्रेशर
- हृदय रोग
- यह एक "मेटाबोलिक अलार्म बेल" है।

निष्कर्ष:- 2025 का यह संकेत हमें चेतावनी दे रहा है कि जंक फूड और मीठे पेय बच्चों के भविष्य के स्वास्थ्य को प्रभावित कर रहे हैं।

अच्छी खबर: बच्चों में लिवर तेजी से रिकवर भी करता है — यदि समय रहते कदम उठा जाएं।

फैटी लिवर और पेट भारीपन में कुटकी पाउडर का पारंपरिक नुस्खा

संजय कुमार बाठला

अगर फैटी लिवर की वजह से पेट भारी रहता है, भूख कम लगती है या सुस्ती महसूस होती है, तो कुटकी (पिकोराइजा) आयुर्वेद में लिवर सपोर्ट के लिए जानी जाती है। इसे पाचन और लिवर फंक्शन को संतुलित करने में सहायक माना गया है।

कुटकी क्यों लाभकारी मानी जाती है

* लिवर को डिटॉक्सिफाई करने में सहायक

* पाचन सुधारने में मददगार

* भूख बढ़ाने में सहायक

* शरीर की अतिरिक्त गर्मी संतुलित करने में उपयोगी

* सुस्ती और भारीपन कम करने में सहायक

* संभावित फायदे

* फैटी लिवर में सहायक सपोर्ट

* पेट का भारीपन कम होना

* सुस्ती और अपचन में राहत

* ऊर्जा स्तर में सुधार

* त्वचा की चमक में हल्का सुधार

सेवन करने का सही तरीका

* आधा छोटा चम्मच कुटकी पाउडर लें

* एक कप गुनगुने पानी के साथ मिलाकर पिएं

* दिन में 1 बार सुबह खाली पेट लें

* 4-6 हफ्ते नियमित लेने पर असर दिख सकता है

बेहतर परिणाम के लिए

* तली-भुनी और ज्यादा तेल वाली चीजें कम करें

* रोज 30 मिनट तेज चाल से चलें

* मीठा और कोलेस्ट्रॉल से परहेज करें

* वजन नियंत्रित रखें

* पर्याप्त पानी पिएं

* सावधानियां

* गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाएं बिना

सलाह न लें

* अत्यधिक मात्रा लेने से दस्त या पेट दर्द हो सकता है

* यदि लिवर एंजाइम बहुत अधिक बढ़े हों तो डॉक्टर की

देखरेख जरूरी है

* पहले से कोई दवा चल रही हो तो आयुर्वेदिक औषधि

शुरू करने से पहले चिकित्सक से सलाह लें

नोट: फैटी लिवर एक मेटाबोलिक कंडीशन है उस समय

यह नुस्खा सपोर्ट के रूप में लिया जा सकता है, लेकिन

नियमित जांच और डॉक्टर की सलाह जरूरी है।

टैपल आफ लिबरलाइजेशन एंड वेलफेयर अलाइड ट्रस्ट पंजीकृत

<https://tolwa.com/about.html>

tolwaindia@gmail.com, tolwadelhi@gmail.com



पिकी कुंडू

1. भारतीय विशिष्ट पहचान प्राधिकरण (UIDAI) आधार का संचालन करता है, जो दुनिया का सबसे बड़ा डिजिटल पहचान तंत्र है और 1.3 अरब से अधिक निवासियों को कवर करता है।

* पहचान की विशिष्टता सुनिश्चित करना और धोखाधड़ी रोकना हमेशा एक बड़ी चुनौती रही है।

* 20 फरवरी 2026 को UIDAI ने एक एआई-सक्षम बायोमेट्रिक डिडुप्लीकेशन और दस्तावेज सत्यापन प्लेटफॉर्म लॉन्च किया। यह भारत की डिजिटल सुरक्षा संरचना में एक महत्वपूर्ण उन्नयन है।

2. प्लेटफॉर्म की मुख्य विशेषताएँ

* एआई आधारित बायोमेट्रिक डिडुप्लीकेशन

o उन्नत एल्गोरिथ्म का उपयोग कर डुप्लीकेट नामांकन को अधिक सटीकता से पहचानता है।

o तेज कंप्यूटिंग के माध्यम से करोड़ों गणनाएँ तुरंत करता है।

* दस्तावेज सत्यापन एवं डेटा निष्कर्षण

o नामांकन/अपडेट के दौरान पहचान दस्तावेजों का स्वचालित सत्यापन।

o मानवीय त्रुटि कम होती है और प्रक्रिया तेज होती है।

* बहु-स्तरीय सुरक्षा प्रणाली ("इनविजिबल शील्ड")

o आधार डेटा की अखंडता की रक्षा करता है।

o धोखाधड़ी और असामान्य गतिविधियों का

वास्तविक समय में पता लगाता है।

* स्वदेशी तकनीक

o देश में विकसित, जिससे पहचान अवसंरचना पर संप्रभुता सुनिश्चित होती है।

* प्रमुख लाभ

1. पहचान धोखाधड़ी, फर्जी नामांकन और डुप्लीकेट आधार नंबरों से बेहतर सुरक्षा।

2. एआई बायोमेट्रिक मिलान और दस्तावेज सत्यापन को अधिक सटीक बनाता है।

3. स्वचालित सत्यापन से नामांकन और अपडेट में देरी कम होती है।

4. अरबों रिकॉर्ड को कुशलतापूर्वक संभालने के लिए डिज़ाइन किया गया।

5. आधार को पहचान सत्यापन का "सिंगल सोर्स ऑफ ट्रुथ" बनाता है।

6. नामांकन आधारित

धोखाधड़ी और दस्तावेजों के

दुरुपयोग का वास्तविक समय में पता लगाता है।

7. सरल प्रक्रिया, कम अस्वीकृति और तेज सेवा वितरण।

8. भारत के डिजिटल सुरक्षा मिशन को मजबूत करता है।

* रणनीतिक महत्व

* भारत को एआई-सक्षम पहचान प्रबंधन में वैश्विक अग्रणी बनाता है।

* साइबर अपराध और पहचान चोरी के खिलाफ मजबूती प्रदान करता है।

* सरकारी सेवाओं, वित्तीय समावेशन और नियामक अनुपालन को विश्वसनीय पहचान सत्यापन के माध्यम से समर्थन देता है।



स्वास्थ्य विशेष

स्वास्थ्य आपका कोशिश हमारी

पावन होली के दौरान बालों तथा त्वचा की देखभाल : शहनाज हुसैन

होली का त्यौहार खुशियों, मस्ती, रोमांच तथा उत्साह लेकर आता है / लेकिन रंगों के इस त्यौहार को हम सब लोग उत्साह से मनाने के साथ ही रंग खेलने से ज्यादा रंग छुड़ाने, त्वचा एवं बालों को हुए नुकसान को लेकर टेशन में ज्यादा रहते हैं। क्यों? कहीं बुरा न मानो होली हैर कहकर रंग फेंकने वाले अल्ट्राड युवक युवतियों की टोलियां पिचकारी, गुब्बारे, डाई वा गुलाल में बाजार में बिकने वाले जिन रंगों का प्रयोग करते हैं उनमें माइका, लेड जैसे हानिकारक रसायनिक मिले होते हैं। जिससे बाल तथा त्वचा रूखी एवं बेजान हो जाती है, बल झड़ना शुरू हो जाते हैं तथा त्वचा में जलन एवं खारिश शुरू हो जाती है।

आज के युग में बाजार में बिकने वाले रंगों में हर्बल तथा प्राकृतिक उत्पाद नाममात्र ही होते हैं / लेकिन ऐसे में आप घर पर छुप कर कतई न बैठें / अगर आप कॉलोनी के पार्क में खुशनुमा माहौल में दिल खोल कर होली खेलना चाहते हैं तो जमकर रंग खेलने के बाद चूटकियों में रंग छुड़ाने के तरीके बता रही हैं सौंदर्य विशेषज्ञ शहनाज हुसैन होली का त्यौहार ज्यादातर खुले आसमान में खेला जाता है जिससे सूर्य की गर्मी से भी त्वचा पर विपरीत प्रभाव पड़ता है। खुले आसमान में हानिकारक यू.वी. किरणों के साथ-साथ नमी की कमी की वजह से त्वचा के रंग में कालापन आ जाता है। होली खेलने के बाद त्वचा निर्जीव बन जाती है।

होली के पावन त्यौहार में अपनी त्वचा की रक्षा के लिए होली खेलने से 20 मिनट पहले त्वचा पर

20 एस.पी.एफ. सनस्क्रीन का लेप कीजिए। यदि आपकी त्वचा पर फोडे, फन्सियां आदि हैं तो 20 एस.पी.एफ. से ज्यादा दर्ज की सनस्क्रीन का उपयोग करना चाहिए। ज्यादातर सनस्क्रीन में माइस्चराइजर ही विद्यमान होता है। यदि आपकी त्वचा अत्यधिक शुष्क है तो पहले सनस्क्रीन लगाने के बाद कुछ समय इंतजार करने के बाद ही त्वचा पर माइस्चराइजर का लेप करें।

आप अपनी बाजू तथा सभी खुले अंगों पर माइस्चराइजर लोशन या क्रीम का उपयोग करें।

होली खेलने से पहले सिर में बालों पर हेयर सीरम या कंडीशनर का उपयोग करें। इससे बालों को गुलाल के रंगों की वजह से पहुंचने वाले सुखेपन से सुरक्षा मिलेगी तथा सूर्य की किरणों से होने वाले नुकसान से भी बचाव मिलेगा।

आजकल बाजार में सनस्क्रीन सहित हेयर क्रीम आसानी से उपलब्ध हो जाती है। थोड़ी से हेयर क्रीम लेकर उसे दोनों हथेलियों पर फैलाकर बालों की हल्की-हल्की मालिश करें। इसके लिए आप विशुद्ध नारियल तेल की बालों पर मालिश भी कर सकते हैं। इससे भी रसायनिक रंगों से बालों को होने वाले नुकसान को बचाया जा सकता है।

होली के रंगों से नाखूनों को बचाने के लिए नाखूनों पर नेल वार्निश की मालिश करनी चाहिए। होली खेलने के बाद त्वचा तथा बालों पर जमें रंगों को हटाना काफी मुश्किल कार्य है।

उसके लिए सबसे पहले चेहरे को बार-बार साफ निर्मल जल से धोएं तथा इसके बाद क्लींजिंग क्रीम या लोशन का लेप कर लें तथा कुछ समय बाद इसे गीले कटान वूल से धो डालें। आंखों के



इर्द गिर्द के क्षेत्र को हल्के-हल्के साफ करना न भूलें। क्लींजिंग जेल से चेहरे पर जमें रंगों को धुलने तथा हटाने में काफी मदद मिलती है। अपना घरेलू क्लीनजर बनाने के लिए आधा कप ठण्डे दूध में तिल, जैतून, सूर्यमुखी या कोई भी वनस्पति तेल मिला लीजिए। कटान वूल पैड को इस मिश्रण में डुबोकर त्वचा को साफ करने के लिए उपयोग में लाएं। शरीर से रसायनिक रंगों को हटाने में तिल के तेल की मालिश महत्वपूर्ण



भूमिका अदा करती है। इससे न केवल रसायनिक रंग हट जायेंगे बल्कि त्वचा को अतिरिक्त सुरक्षा भी मिलेगी।

तिल के तेल की मालिश से सूर्य की किरणों से हुए नुकसान को भरपाई में मदद मिलती है। नहाते समय शरीर को लुफ या वाश कपड़े की मदद से रूब रूब कीजिए तथा नहाने के तत्काल बाद शरीर तथा चेहरे पर माइस्चराइजर का उपयोग कीजिए। इससे शरीर में नमी बनाए रखने में मदद मिलेगी।

यदि त्वचा में खुजली हो तो पानी के मग में दो चम्मच सिरका मिलाकर उसे त्वचा पर उपयोग करें तथा इससे खुजली खत्म हो जाएगी। इसके बाद भी त्वचा में खुजली जारी रहती है तथा त्वचा पर लाल चकते तथा दाने उभर आते हैं तो आपकी त्वचा को रंगों से एलर्जी हो गई तथा इसके लिए आपको डॉक्टर से आवश्यक सलाह मशवरा जरूर कर लेना चाहिए। बालों को साफ करने के लिए बालों में फंसे सुखे रंगों तथा माइका को हटाने

के लिए बालों को बार-बार सादे ताजे पानी से धोते रहिए। इसके बाद बालों को हल्के हर्बल शैम्पू से धोएं तथा उंगलियों की मदद से शैम्पू को पूरे सिर पर फैला लें तथा इसे पूरी तरह लगाने के बाद पानी से अच्छी तरह धो डालिए।

बालों की अंतिम धुलाई के लिए बियर को अंतिम हथियार के रूप में प्रयोग किया जा सकता है। बियर में नींबू का जूस मिलाकर शैम्पू के बाद सिर पर उडेल लें। इसे कुछ मिनट बालों पर लगा रहने के बाद साफ पानी से धो डालें।

होली के अगले दिन दो चम्मच शहद को आधा कप दही में मिलाकर थोड़ी सी हल्दी में मिलाए तथा इस मिश्रण को चेहरे, बाजू तथा सभी खुले अंगों पर लगा लें। इसे 20 मिनट लगा रहने दें तथा बाद में साफ ताजे पानी से धो डालें। इससे त्वचा से कालापन हट जाएगा तथा त्वचा मुलायम हो जाएगी। होली के अगले दिनों के दौरान अपनी त्वचा तथा बालों को पोषाहार तत्वों की पूर्ति करें। एक चम्मच शुद्ध नारियल तेल में एक चम्मच अरण्डी का तेल मिलाकर इसे गर्म करके अपने बालों पर लगा लीजिए। एक तौलिए को गर्म पानी में भिगो कर पानी को निचोड़ दीजिए तथा तौलिए को सिर पर लपेट लीजिए तथा इसे 5 मिनट तक पगड़ी की तरह सिर पर बंधा रहने दीजिए। इस प्रक्रिया को 4-5 बार दोहराएँ इसे खोपड़ी पर तेल को जमाने में मदद मिलती है। एक घण्टा बाद बालों को साफ ताजे पानी से धो डालिए।

लेखिका - अन्तर्राष्ट्रीय ख्याति प्राप्त सौंदर्य विशेषज्ञ है तथा हर्बल क्वीन के नाम से लोकप्रिय है।

फोन कॉल - सीढ़ी - गलत कदम

फोन पर बात करते हुए नीचे को उतरना अनाड़ीपन के बारे में नहीं है, दिमाग के बारे में है। आपका दिमाग "चलना + फोन" मल्टीटैस्किंग बहुत खराब आदत है खासकर नीचे उतरते समय।

सीढ़ियाँ रिस्की क्यों हैं? जब आप नीचे जाते हैं, तो आपका दिमाग इन कामों में बिजी रहता है:

- * बैलेंस
- * गहराई का अंदाजा
- * पैरों की जगह
- * कुछ ही सेकंड में सुधार

एक फोन कॉल और → ध्यान भटकना → रिएक्शन टाइम कम होना, बस इतना ही काफी है।

सिर की कुछ सबसे बुरी चोटें जो देखने में आती हैं वह आम गिरने से होती हैं, बड़े एक्सीडेंट से नहीं। इसलिए आपसे अनुरोध है अपना फोन तब इस्तेमाल न करें जब आप निम्नलिखित कार्य कर रहे हो:



1. सीढ़ियाँ चढ़ते या उतरते समय
2. सड़क पार करते समय
3. ऊबड़-खाबड़ ज़मीन पर चलते समय
4. गाड़ी चलाते समय / राइडिंग करते समय

आपका दिमाग मूवमेंट पर या आपके फोन पर फोकस कर सकता है, दोनों पर

सेफ़ नहीं। सबसे आसान सेफ्टी हैक

1. कॉल पॉज करें।
2. सीढ़ियों को देखें।
3. रिलेंस पकड़ें।

आपकी जिन्दगी और आपका दिमाग इतना कोमती है कि उसे नोटिफिकेशन के लिए रिस्क में नहीं डाला जा सकता।

'दबा हुआ नर्व' क्या होता है?



पिकी कुंडू

कभी-कभी आपको अपनी गर्दन, पीठ, कमर या हाथ-पैर में बहुत तेज दर्द, सुन्नपन या झुंझुनी महसूस होती है।

कई बार, इसका कारण दबी हुई नर्व हो सकती है।

दबी हुई नर्व क्या होती है? कभी-कभी आपकी रीढ़ की हड्डी में दो हड्डियों के बीच की डिस्क (इंटरवर्टेब्रल डिस्क) खिसक जाती है, उभर जाती है या बाहर निकल आती है। इससे पास की नर्व पर दबाव पड़ता है। इस दबाव से ये लक्षण हो सकते हैं—

- * दर्द
 - * सुन्नपन
 - * कमचोरी
- इसे ही आसान शब्दों में रदबा हुआ नर्व कहते हैं।
- आम कारण**
1. भारी सामान उठाना
 2. बैठने या सोने की गलत आदतें
 3. लंबे समय तक एक ही पोजीशन में बैठे रहना
 4. उम्र के कारण डिस्क का खराब होना

5. अचानक झटका या चोट लगना

लक्षण

1. गर्दन, पीठ, कंधे या कमर में तेज दर्द
2. हाथों या पैरों में सुन्नपन, जलन, झुंझुनी
3. मांसपेशियों में कमजोरी
4. हिलने-डुलने में दिक्कत
5. नींद न आना

आसान घरेलू नुस्खे

1. आराम करें - दर्द वाली जगह पर दबाव न डालें।
 2. आइस पैक (पहले 48 घंटे) - सूजन कम करने के लिए 10-15 मिनट।
 3. हॉट पैक (2-3 दिन बाद) - मांसपेशियों को ढीला करने के लिए।
 4. सही तकिया इस्तेमाल करें - बहुत ऊंचे या बहुत पतले तकिए इस्तेमाल न करें।
 5. हल्के तेल की मालिश - नारियल या बादाम के तेल से हल्की मालिश करें। फायदेमंद एक्सरसाइज और योग आसन
- * गर्दन की हल्की स्ट्रेचिंग (आगे-पीछे, बाएं-दाएं)

* कंधे घुमाना

* सेतुबंधासन (ब्रिज पोज) - कमर को मजबूत करने के लिए

* योजाना 20-30 मिनट टहलें

* अगर एक्सरसाइज करते समय दर्द बढ़े, तो तुरंत रुक जाएं।

अपनी डाइट में शामिल करें

- * कैल्शियम - दूध, दही, पनीर, हरी पत्तेदार सब्जियाँ
 - * मैग्नीशियम - केला, बादाम, काजू
 - * विटामिन B12 - दूध, अंडे, मछली
 - * ओमेगा-3 - अखरोट, अलसी, मछली
- सूजन कम रखने के लिए काफ़ी पानी
- आपको डॉक्टर से कब सलाह लेनी चाहिए?**
1. अगर दर्द 1-2 हफ़्ते से ज्यादा रहे
 2. अगर हाथ/पैर पूरी तरह सुन्न हो जाएं
 3. अगर आप अपने यूरिन या पॉटी पर कंट्रोल खो दें
 4. अगर किसी एक्सीडेंट के बाद तेज दर्द होने लगे
- जरूरी सूचना:--** अगर आपको गंभीर लक्षण हैं, तो किसी स्पेशलिस्ट डॉक्टर से तुरन्त सलाह लें।

कमजोरी और चक्कर आना हो सकता है खून की कमी का संकेत, यह देसी फूड्स तुरंत बढ़ाएंगे हीमोग्लोबिन

पिकी कुंडू

1. चुकंदर (Beetroot): चुकंदर आयरन, फोलिक एसिड और विटामिन C से भरपूर है। रोज इसका सलाद या जूस लेने से खून की कमी जल्दी दूर होती है।
2. अनार (Pomegranate): अनार में आयरन, विटामिन A, C और E के साथ पोटेशियम भी होता है। यह खून को बढ़ाता है और कमजोरी दूर करता है।
3. गुड़ और तिल: गुड़ में आयरन और तिल में कैल्शियम व अन्य मिनरल्स होते हैं। इनका लड्डू या मिश्रण खाएं।
4. हरी पत्तेदार सब्जियाँ: पालक, मेथी, सरसों, बथुआ आदि में भरपूर आयरन और फोलिक एसिड होता है, जो हीमोग्लोबिन बढ़ाने में मदद करते हैं।
5. सेब और खरबूजा: सेब और खरबूजा में भी आयरन व विटामिन C मिलता है। इन्हें रोजाना खाने से फायदा होता है।
6. ड्राई फ्रूट्स: खजूर, किशमिश, अंजीर व बादाम जैसे ड्राई फ्रूट्स हीमोग्लोबिन बढ़ाने में मददगार हैं।
7. दालें और अंकुरित अनाज: मसूर, चना और मूंग जैसी दालें और स्प्राउट्स आयरन व प्रोटीन से भरपूर होते हैं।



'ताली बजाना'—मुफ्त का वह 'जादुई इलाज' जिसे आधुनिक विज्ञान और आयुर्वेद दोनों ने माना 'शक्तिशाली'!

क्या आपने कभी सोचा है कि हमारे त्यौहारों, कीर्तनों और उत्सवों में ताली बजाना अनिवार्य क्यों है? जिसे हम केवल खुशी जाहिर करने का तरीका समझते हैं, वह वास्तव में शरीर के 'इलेक्ट्रिक स्विच' को ऑन करने की एक प्राचीन प्रक्रिया है। शोध बताते हैं कि रोजाना सिर्फ 10 से 15 मिनट ताली बजाना आपको दर्जनों गंभीर बीमारियों से बचा सकता है।

जाने, कैसे आपके हाथों की हथेलियों में छिपा है आपकी संपूर्ण सेहत का रिमोट कंट्रोल।

आयुर्वेद में ताली (कर-वादन) का महत्त्व और श्लोक आयुर्वेद के अनुसार, हमारे हाथ और हथेलियाँ शरीर के सभी अंगों का प्रतिबिंब होती हैं। हथेलियों में शरीर के सभी महत्वपूर्ण 'मर्म बिंदु' (Vital points) स्थित होते हैं। जब हम ताली बजाते हैं, तो इन बिंदुओं पर दबाव पड़ता है, जिसे 'एक्यूप्रेशर' का सबसे प्राकृतिक रूप माना जाता है। आयुर्वेदिक ग्रंथों के संदर्भ में एक प्रसिद्ध श्लोक मिलता है:

हस्तद्वयसमायोगात् जायते यः सुखावहः। करवादनमित्युक्तं सर्वरोगनिवारणम्॥

अर्थ: दोनों हाथों के आपस में मिलने (ताली बजाने) से जो सुखद ध्वनि और ऊर्जा उत्पन्न होती है, वह 'कर-वादन' कहलाता है और यह समस्त रोगों के निवारण में सहायक है। आयुर्वेद इसे शरीर की 'प्राण ऊर्जा' (Prana Energy) को सक्रिय करने वाली क्रिया मानता है।



विज्ञान द्वारा प्रमाणित स्वास्थ्य लाभ (Proved Benefits)

दिल की सुरक्षा (Heart Health): ताली बजाने से धमनियों में रक्त का प्रवाह (Blood Circulation) सुगम होता है। यह कोलेस्ट्रॉल को कम करने और ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने में सहायक होता है।

मानसिक स्वास्थ्य और तनाव: ताली बजाने से मस्तिष्क में 'डोपामाइन' और 'सेरोटोनिन' (Happy Hormones) का स्तर बढ़ता है, जो अवसाद और एंजायटी को कम करता है।

फेफड़ों की शक्ति: दमा या अस्थमा के रोगियों के लिए यह रामबाण है। यह शरीर

में ऑक्सीजन के संचार को बढ़ाता है, जिससे फेफड़े मजबूत होते हैं।

पाचन और इम्युनिटी: हथेलियों के बीच में स्थित बिंदुओं का सीधा संबंध आंतों और लिवर से होता है। ताली बजाने से पाचन में सुधार होता है और शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है।

बच्चों का बौद्धिक विकास: बच्चों को ताली बजाने के लिए प्रोत्साहित करने से उनकी एकाग्रता (Concentration) और याददाश्त तेज होती है।

दुर्लभ और अज्ञात तथ्य (Rare but True Facts)

नेचुरल वार्म-अप: ताली बजाना शरीर के आंतरिक तापमान को तेजी से बढ़ाता है। सर्दियों में यह शरीर को प्राकृतिक रूप से

गर्म रखने का सबसे सरल तरीका है।

30 फीट की ऊर्जा: जिस तरह हृदय खून को 30 फीट तक फेंकने का दबाव बना सकता है, उसी तरह ताली से उत्पन्न वाइब्रेशन शरीर की सूक्ष्म रक्त वाहिकाओं (Capillaries) में जमे अवरोधों को खोल सकती है।

हड्डियों का घनत्व: नियमित ताली बजाने से हाथों की हड्डियाँ और जोड़ों में रक्त संचार बढ़ता है, जिससे बुढ़ापे में अर्थराइटिस का खतरा कम हो जाता है।

रात की नींद का इलाज: जो लोग अनिद्रा (Insomnia) से परेशान हैं, उन्हें सोने से पहले 5 मिनट ताली बजानी चाहिए, यह नसों को शांत कर गहरी नींद में मदद करती है।

अभ्यास का सही तरीका ताली बजाने का सबसे अधिक लाभ तब मिलता है जब आप अपने हाथों पर थोड़ा सा रसोया या नारियल का तेल लगा लें। इससे घर्षण (Friction) बढ़ता है और ऊर्जा का अवशोषण बेहतर होता है। सुबह खाली पेट ताली बजाना सबसे अधिक प्रभावी माना जाता है।

निष्कर्ष ताली बजाना केवल एक क्रिया नहीं, बल्कि एक 'हर्बल थेरेपी' है।

यह मुफ्त है, सरल है और इसके फायदे हजारों रुपयों की दवाओं से बढ़कर हैं। तो अगली बार जब आप ताली बजाएं, तो याद रखें कि आप सिर्फ उत्सव नहीं मना रहे, बल्कि अपने शरीर को 'रिचार्ज' कर रहे हैं।

धर्म अध्यात्म



जन्म कुंडली में लग्न से जाने जातक का रंग रूप और स्वभाव



ज्योतिषाचार्य पं योगेश पौराणिक (इंजी)

जातक अधिक प्रभावशाली, आकर्षक, तेजस्वी तथा आत्मविश्वासी होता है। लग्न में उपस्थित सूर्य जातक को उच्च पदाधिकारी तथा प्रशासनिक अधिकारी बनाता है। किंतु ऐसे जातक जिद्दी और मूढ़ी स्वभाव के होते हैं। जातक की आँखें कुछ कमजोर तथा चेहरे पर मुंहासे होते हैं। ऐसे जातक अपने शत्रु को दबाकर रखते हैं।

चंद्र: यदि लग्न में चंद्र हो तो जातक का चेहरा गोल तथा दिखने में आकर्षक होता है। लग्नस्थ चंद्र जातक को संवेदनशील, कल्पनाशील, भावुक और चंचल प्रवृत्ति का बना देता है। ऐसा जातक कुशल कलाकार या लेखक होता है। इन्हें यात्रा करना तथा रचनात्मक कार्य अधिक पसंद होता है।

मंगल: यदि लग्न में मंगल उपस्थित हो तो जातक साहसी, निडर और हार न मानने वाले स्वभाव का होता है। यहां उपस्थित मंगल जातक को तेजस्वी और जल्दी फैसले लेने वाला बनाता है यहाँ कारण है कि कभी कभी जल्दी में गलत फैसले ले लेता है। लग्न में उपस्थित मंगल जातक को पुलिस, सेना तथा तकनीकी क्षेत्र में सफलता प्रदान करता

है। यदि मंगल अशुभ ग्रह के प्रभाव में हो तो जातक को फिर में चोट लगती तथा जातक काफी क्रोधी स्वभाव का हो जाता है।

गुरु: यदि लग्न में गुरु हो तो जातक चरित्रवान, ज्ञानवान, स्पष्टवादी, सत्य बोलने वाला, धार्मिक प्रवृत्ति का तथा भाग्यशाली होता है। लग्न में गुरु होने से जातक की आँखें बड़ी तथा चेहरा गोल होता है। किंतु कम उम्र में ही बड़े लगने लगते हैं यह काफी अनुभवी तथा सौम्य स्वभाव के होते हैं। लग्नस्थ गुरु यदि उच्च का हो तो जातक कुशल अध्यापक, कुशल सलाहकार या फिर कथावाचक बनाते हैं ऐसे जातक ज्योतिष में भी रुचि रखता है।

बुध: कुंडली में यदि लग्न में बुध हो तो जातक चतुर, उग्र से छोटा दिखने वाला, कुशल वक्ता तथा बुद्धिमान होता है। ऐसे जातक वाणी और व्यापार में सफल होते हैं। बुध कला का कारक है इसलिए लग्न में स्थित बुध जातक को कला प्रेमी और कलाकार बनाता है। यदि बुध किसी बुरे ग्रह से प्रभावित है तो जातक को नर्सी तथा त्वचा से संबंधित बीमारी देता है तथा एकाग्रता में कमी लाता है।

शुक्र: जन्म कुंडली के लग्न में यदि



शुक्र हो तो जातक दिखने में काफी आकर्षक, मनमोहक, गौर वर्ण का होता है। शुक्र के प्रभाव से जातक में चुंबकीय प्रभाव अधिक देखने को मिलता है। यह लोगों को अपनी ओर आकर्षित करने में माहिर होते हैं। लग्न में शुक्र होने से जातक ऐश्वर्यपूर्ण और लकजरी जीवन जीता है। यहां बैठा शुक्र जातक को

नृत्य, अभिनेता, गायन और कला के क्षेत्र में सफल बनाता है। **शनि:** जन्म कुंडली में यदि शनि लग्न में हो तो जातक अनुशासित, गंभीर और मेहनती होता है। ऐसा जातक दिखने में कुछ सांवला लेकिन ऊंचे कद का दुबला शरीर किंतु अंदर से मजबूत होता है। लग्नस्थ शनि हर काम देरी से

बनाते हैं जातक को पारिवारिक कष्टों का सामना करना पड़ता है, किंतु बाद में जीवने में स्थिरता भी देते हैं। लग्न में स्थित शनि जातक को संघर्ष के बाद सफलता प्रदान करते हैं। **राहु:** यदि लग्न में राहु हो तो जातक के चेहरे पर कोई निशान अवश्य होगा और जातक के दांतों में भी कोई विकार

होगा। लग्नस्थ राहु जातक को अत्यधिक महत्वाकांक्षी और जिज्ञासु बनाता है। जातक संघर्ष करने में माहिर होता है और अचानक से शून्य से शिखर पर पहुंचता है। यहां बैठा राहु जातक को बातूनी, कुशलवक्ता और साहसी बनाता है लेकिन ऐसे जातक हठी और छली प्रवृत्ति के भी हो सकते हैं। लग्नस्थ राहु जातक को भ्रम पैदा करता है यहाँ कारण है कि कभी कभी ये समय पर फैसला नहीं ले पाते और स्वयं का नुकसान कर बैठते हैं। ऐसे जातकों का वैवाहिक जीवन भी समस्या से भरा होता है।

केतु: यदि लग्न में केतु हो तो जातक रहस्यमयी और अंतर्मुखी स्वभाव का होता है ऐसा जातक चंचल, आध्यात्मिक, वैरागी प्रवृत्ति का होता है। ऐसे जातक स्वयं के आत्म विश्लेषण में लगे रहते हैं यह दुनिया से दूर खुद की एक काल्पनिक दुनिया में रहना पसंद करते हैं।

मन अस्थिर होने से कैरियर भी अस्थिर होता है तथा वैवाहिक जीवन में रोमांस कर बैठते हैं। ऐसे जातकों को रोमांस से बचना चाहिए। इन्हें मानसिक और त्वचा संबंधित रोग होने की संभावना अधिक होती है।

श्मशान की काली — विनाश में छुपा जागरण

पिकी कुंडू

रात गहरी है, वन शांत है और श्मशान की राख भरी भूमि पर विराजमान हैं माँ काली — स्थिर, जागृत, करुणा और क्रोध से परे एक दिव्य सत्य की तरह। उनके एक हाथ में खप्पर, दूसरे से वह अपने भक्त पर रक्त बरसा रही हैं। यह दृश्य डर का नहीं है, बल्कि आत्मा के लिए अमृत है। घटनों के बल बैठा भक्त सिर झुकाए उस प्रसाद को स्वीकार कर रहा है। वह जानता है देवी जो देती हैं, वह अहंकार के लिए मृत्यु हो सकती है, पर आत्मा के लिए अमृत है।

काली का यह रूप सिखाता है: आध्यात्मिक जागरण फूलों की सेज पर नहीं मिलता। वह भीतर की परतें तोड़ता है — भय की, भ्रम की, झूठी पहचान की। श्मशान क्या है? वह स्थान जहाँ सब अंत होते हैं और काली वहीं बैठकर बताती हैं — जहाँ अंत है, वहीं से असली शुरुआत होती है। रक्त यहाँ हिंसा नहीं, बल्कि जीवन - शक्ति का प्रतीक है — पुराने को बहाकर नए चेतन को जन्म देने वाली शक्ति। भक्त का झुकना हार नहीं है, वह समर्पण है — "माँ, मेरा झुटा स्वरूप ले लो मुझे मेरा सच्चा स्वरूप दे दो।"

जब काली कृपा करती हैं, तो वह हमें बचाती नहीं — वह हमें बदल देती हैं। जो डरते हैं, उन्हें यह रूप भयानक लगता है जो समर्पित हैं, उन्हें यही रूप मुक्तिदाता लगता है। माँ काली का आशीर्वाद हमेशा कोमल नहीं होता, पर वह हमेशा सच्चा होता है।

सर्वाइकल स्पोण्डिलोसिस

पिकी कुंडू

आजकल की बिजो लाइफस्टाइल में गर्दन का दर्द एक बहुत आम प्रॉब्लम बन गई है। घंटों मोबाइल और लैपटॉप इस्तेमाल करने से यह प्रॉब्लम बढ़ जाती है।

- मुख्य लक्षण**
1. गर्दन में अकड़न और भारीपन
 2. कंधे और उंगलियों तक दर्द
 3. हाथों में झुनझुनी या सुनपन
 4. चक्कर आना या सिरदर्द

- * मुख्य कारण**
1. गलत पोस्चर
 2. बहुत ऊंचा/सख्त तकिया
 3. बढ़ती उम्र के साथ हड्डियों का कमजोर होना
 4. एक्सरसाइज की कमी

- घरेलू नुस्खे (राहत के टिप्स)**
1. हॉट शेक — मांसपेशियों का तनाव कम करें
 2. गर्दन की हल्की एक्सरसाइज — तब करें जब ज्यादा दर्द न हो
 3. हर 30-40 मिनट में ब्रेक लें — स्क्रीन से दूर हट जाएं

- सही तकिया इस्तेमाल करें — मीडियम ऊंचाई का और मुलायम डॉक्टर से कब सलाह लें?**
1. आपको अपने हाथों में कमजोरी महसूस हो सकती है
 2. चलते समय आपका बैलेंस बिगड़ सकता है
 3. आपका दर्द बहुत बढ़ गया होगा



क्यों? क्योंकि वह दार्शनिक ऊहापोह में

एक दिन तो दार्शनिक चर्चा में ऐसा लीन था कि चाय ही पीना भूल गया सुबह की। पत्नी को ऐसा क्रोध आया, चाय बनाकर बैठी है और वह बाहर बैठा चर्चा कर रहा है अपने शिष्यों के साथ, उसके क्रोध की सीमा ना रही और उसने वह भरी हुई केतली को लाकर उसके सिर पर उड़ेल दिया। सुकरात का आधा मुंह जल गया और जीवन - भर उसका मुंह जला हुआ ही रहा और वह आधा हिस्सा काला।

लेकिन सुकरात सिर्फ हंसा। उसके शिष्यों ने पूछा : आप हंसते हैं इस पीड़ा में! उसने कहा : नहीं, मैं इसलिए हंसता हूँ कि स्त्री का मन हमने कितना छोटा कर दिया है! उसके लिये दर्शन भी, यह दर्शन का ऊहापोह भी ऐसा लगता है जैसे कोई सौतेली पत्नी। फिर बोला उसने मेरे ऊपर नहीं डाली यह चाय, मैं तो सिर्फ निमित्त हूँ। अगर कही उसे दर्शनशास्त्र मिल जाये तो वह मेरी गर्दन ही काट ले। दर्शनशास्त्र कहीं मिल नहीं सकता, इसलिए मैं तो सिर्फ बहाना हूँ।

पिकी कुंडू

हनुमान और बजरंग दोनों ही रामभक्त महावीर जी के पर्यायवाची शब्द हैं, नाम से ही स्पष्ट है कि ये दोनों ही श्री हनुमान जी से सम्बंधित भक्त के माध्यम हैं।

परन्तु दोनों में बहुत ज्यादा अंतर है:-
हनुमान चालीसा में हनुमान जी की स्तुति में दोहा का उपयोग किया गया है अर्थात् यह सिर्फ उनकी प्रशंसा करने वाले दोहा मात्र हैं जिसे कोई भी भक्त स्त्री हो या पुरुष, वृद्ध हो या बालक पढ़ सकते हैं और उनको प्रसन्न करके अपने मनोरथ को पूरा कर सकते हैं।

* बजरंग बाण एक दिव्यास्त्र है जो विषम परिस्थितियों में चलाया जाता है, दूसरे शब्दों में इसे समझने के लिए कह सकते हैं कि हनुमान चालीसा ईलाज की आयुर्वेदिक पद्धति है जिसमें समय अधिक लगता है परन्तु बजरंग बाण एलोपैथिक पद्धति का इंजेक्शन है जो तुरंत प्रभाव देता है और इसे घोर विपत्ति के समय उपयोग में लाया जाता है।

हनुमान चालीसा और बजरंग बाण की रचना का समय और परिस्थिति
--- जब मुगल बादशाह ने संत गोस्वामी तुलसीदास जी को चमत्कार दिखाने के लिए मजबूर किया और उनसे कब बंधू भी वो तैयार नहीं हुए तो उन्हें कारागार में डाल दिया गया। उस समय जेल से मुक्ति के लिए तुलसीदास जी ने हनुमान चालीसा की रचना की थी।

ऐसा कहा जाता है कि जब काशी में तुलसीदास जी पर किसी तांत्रिक ने मारण मंत्र का प्रयोग करके उन्हें बहुत कष्ट दिया, उनके शरीर पर बहुत सारे फोड़े फुसी हो गए जो उन्हें अत्यंत कष्ट दे रहे थे तब असह्य पीड़ा से परेशान होकर उन्होंने बजरंग बाण की रचना की थी।

इसे कौन और कब पढ़ सकता है? कोई भी भक्त स्त्री हो या पुरुष

- * यदि शत्रु से बहुत ज्यादा परेशान हो
- * या किसी बीमारी से बहुत दुखी हो
- * या कोई ऐसा कार्य जो बार - बार प्रयास करने के बाद भी सफल न हो रहा हो और जिसका होना बेहद जरूरी हो अर्थात् कोई भी सात्विक कठिन कार्य
- * के लिए बजरंग बाण का पाठ किया जा सकता है

- पाठ की विधि क्या होनी चाहिए --**
1. ॐ गुरुवे नमः -- कम से कम 11 बार
 2. ॐ गणेशाय नमः -- कम से कम 11 बार
 3. ॐ कुलदेवाय नमः -- कम से कम 11 बार
 4. ॐ गंगा देव्यै नमः -- कम से कम 11 बार
 5. ॐ तुलसी देव्यै नमः -- कम से कम 11 बार

प्रेम और वैराग्य



किसी ने सुकरात से पूछा - मैं विवाह करने का सोचता हूँ। सोचा आपसे ज्यादा अनुभवी और कौन

होगा !विचार में भी आप अंतिम शिखर हैं आप जीवन के भी सब मीठे - कड़वे अनुभव आपके हैं। क्या

सलाह देते हैं?

सुकरात की सलाह सुनकर तुम चकित होओगे, सुकरात ने कहा !विवाह करो !वह युवक बोला : आप कहते हैं विवाह करूं ! और मुझे सारी कथाएं पता हैं। आपकी पत्नी जेनथिपे और आपके बीच जो घटना है रोज - रोज, वह सब मुझे पता है। वह अफवाहें मुझ तक भी पहुंची हैं, उनमें से अगर एक प्रतिशत भी सच है तो भी पर्याप्त है विवाह नहीं करने के लिए।

सुकरात ने कहा : उसमें सौ प्रतिशत सत्य है, लेकिन फिर भी तुमसे कहता हूँ विवाह करो, विवाह के लाभ ही लाभ हैं!

उस युवक ने कहा : जरा मैं भी सुनूँ कौन - से लाभ हैं?
सुकरात ने कहा :
* अगर अच्छी पत्नी मिली, समझदार पत्नी मिली तो प्रेम का विस्तार होगा और प्रेम का विस्तार इस जगत में सबसे बड़ा लाभ है। और
* अगर मेरी जैसी पत्नी मिल गई तो वैराग्य का उदय होगा और वैराग्य तो राग से भी ऊपर है।
* वह तो प्रेम की परतकाड़ा है।
* वह तो परमात्मा से प्रेम है।

हनुमान चालीसा और बजरंग बाण

श्री हनुमान चालीसा

॥दोहा॥

श्री गुरु दरन सरोज स्न, विज मन मुकुट सुधार ।
बरबड रघुबर भिल्ल जसु, जो दायक फल चारि ॥ १ ॥
बुद्धिहीन तनु जानिके, सुमिरो पवन - कुमार ॥
बल बुद्धि धिया देहु मोहि, हरहु क्लेश शिकार ॥ २ ॥

॥दोहा॥

जय हनुमान ज्ञान गुण सागर, जय कपीस तिहुँ लोक उजागर ॥ १ ॥
रामदुत अतुलित बल धामा, अंजनि -पुत्र पवनसुत नामा ॥ २ ॥
महावीर शिक्रम बजरंगी, युज्जति निवार सुमति के संगी ॥ ३ ॥
कंधन बरन विराज सुवैसा, कानन कुंडल मुष्टि केसा ॥ ४ ॥
हाथ वक्र और ध्याजा विराजे, कधि मूज जनेऊ साजे ॥ ५ ॥
शंकर सुबन केसरी बन्दन, तेज प्रताप महा जग बन्दन ॥ ६ ॥
विद्यादान गुणी अति वातुर, राम काज करिये को आतुर ॥ ७ ॥
प्रभु बरिष्ठ सुखिबे को रसिया, राम लखन सीता मन बसिया ॥ ८ ॥

सूक्ष्म रूप धरि सिधहि दिव्याया, शिकट रूप धरि लंक जरवा ॥ ९ ॥
भौम रूप धरि असुर संहारे, रामचन्द्र के काज संवारे ॥ १० ॥
लाय सजीवन लखन जियाये, श्री रघुवीर हृदि उर लाये ॥ ११ ॥
रघुपति कीर्ण्य बहुत बड़ाई, तुम मन प्रिय भरत राम भाई ॥ १२ ॥
रहस बदन तुम्हरो यत जावै, अत कहि श्रीपति कठ लगावै ॥ १३ ॥
सन्काटिक प्रह्लादि मुनीसा, जाय सादर सहीत अहोसा ॥ १४ ॥
यम कुबेर विद्यादान जहाँ ते, कधि कोबिदि कहि सके कहाँ ते ॥ १५ ॥
तुम उपकार सुधीहि कीर्णा, राम निलाय राज वद रीणा ॥ १६ ॥

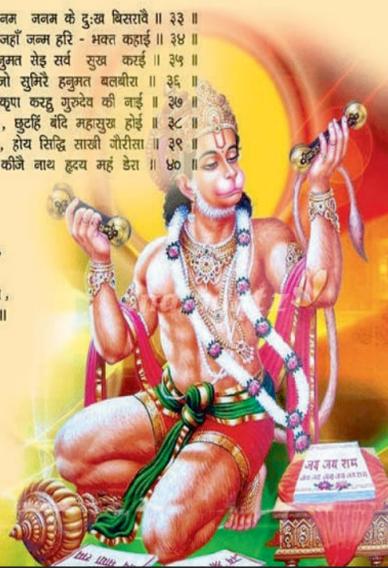
तुम्हरो मन्त्र विभीषन मावा, लंकेधर भये सब जग जाना ॥ १७ ॥
जुग सहस्र जोजव पर भानु, लील्यो ताहि मधुर फल जानु ॥ १८ ॥
प्रभु बुद्धिका मेलि मुख माहीं, जलधि ताधि गए अचरज नाहीं ॥ १९ ॥
दुर्गम काज जगत के जेते, सुखम अनुग्रह तुम्हरे तेते ॥ २० ॥
राम दुआरे तुम रखवाते, होत न आशा बिनु पंजाते ॥ २१ ॥
सब सुख लहै तुम्हारी सरना, तुम राक्षक कहू को डरना ॥ २२ ॥
आपव तेज सन्महो आपे, लीबो लोक हाँकि ते कौपे ॥ २३ ॥
भूत पिशाच शिकट न्ही आवै, नहानीय जय नाम सुनावै ॥ २४ ॥

नादै रोज हरे सब पीरा, जपत निरंतर हनुमत बीरा ॥ २५ ॥
संकट से हनुमान छुड़ावे, मन क्रम बचन ध्याव जो लावे ॥ २६ ॥
सम पर राम तपस्वी राजा, तिको काज राकल तुम साजा ॥ २७ ॥
और मनोरथ जो कोई लावे, सोई अमित जौव फल पावे ॥ २८ ॥
घारों युग परताप तुम्हारा, है पररिद्ध जगत उधियारा ॥ २९ ॥
राधु सनत के तुम रखवाते, असुरे शिकंदन राम दुआरे ॥ ३० ॥
अष्ट सिद्धि नै विधि के दाता, अस वर दीन जानकी माता ॥ ३१ ॥
राम रसावन तुम्हरे पासा, सदा रहो रघुपति के दासा ॥ ३२ ॥

तुम्हरे भजन राम को भावै, जनम जनम के दुःख बिसरावै ॥ ३३ ॥
अल काल रघुपति पुर जाई, जहाँ जन्म हरि - भक्त कहाई ॥ ३४ ॥
और देवता पित न धरई, हनुमत सेइ सर्व सुख करई ॥ ३५ ॥
संकट हरे मिटे सब पीरा, जो सुमिरे हनुमत बलबीरा ॥ ३६ ॥
जे जे जे हनुमान गोसाईं, कृपा करहु गुरुदेव की नाई ॥ ३७ ॥
यह सत बार पाठ कर सोई, छुटहि बंदि महासुख होई ॥ ३८ ॥
जो यह पढ़ै हनुमान वलीसा, होय सिद्धि सारो जीरीसा ॥ ३९ ॥
तुलसीदास सदा हरि घेरा, कीजे नाथ हृदय जहं डेरा ॥ ४० ॥

॥दोहा॥

पवनतनय संकट हरन,
मंगल मूर्ति रूप ।
राम लखन सीता सहित,
हृदय बसहु सुर भूप ॥



6. ह राम रामेंत रामेंत रमे रामे मनोरमे । सहस्रनाम तत्तुल्यं रामनाम वरानने ॥र --- कम से कम बार
7. मनोजवं मारुततुल्यवेंगं जितेन्द्रियं बुद्धिमतां वरिष्ठम् । * वातात्मजं वानरयूथमुख्यं श्रीराम दूतं शरणं प्रपद्ये ॥ --- कम से कम बार
8. चौपाई * कहई रीछपति सुनु हनुमाना। का चुप साधि रहेहु बलवाना ॥ * पवन तनय बल पवन समाना। बुधि बिबेक बिग्यान निधाना ॥

- * कवन सो काज कठिन जग माहीं। जो नहिं होइ तात तुम्ह पाहीं। कम से कम 11 बार
9. हनुमान चालीसा --- कम से कम 1 बार
10. इन सबके बाद बजरंग बाण का पाठ कम से कम 11 बार करना चाहिए।
11. यदि कोई अत्यंत कठिन कार्य हो तो उस परिस्थिति में 108 बार भी पाठ किया जा सकता है लेकिन यह तभी करना चाहिए जब पाठ करने वाला भक्त पहले से लगातार हनुमान चालीसा लम्बे समय से पढ़ता रहा हो।
12. और अंत में -- सीता राम हनुमान का जाप 108 बार करना चाहिए.

13. उसके बाद * पूजा जप तप नेम अचारा नहीं जानत हों दास तुम्हारा --- कम से कम 11 बार
14. अंत में श्री हनुमान अर्पणम् अस्तु !
15. सबसे अंत में -- थोड़ा सा जल आसन के सामने छोड़कर बोलना है -- इन्द्राय नमः, शक्राय नमः !
- इसके बाद कम से कम 5 मिनट तक आसन पर बैठकर ध्यान करना है और मन में ही बोलना है कि हे सकारात्मक ऊर्जा जिसे मैंने अपने जप, तप ध्यान और उपासना से उत्पन्न की है वो सदैव मेरी सहायता करें।

राजकीय दर्जा प्राप्त बरसाना की लड्डुमार होली (25 फरवरी 2026) पर विशेष

एडीसी जगनिवास ने बैठक में राजस्व एवं आपदा प्रबंधन, कृषि विभाग के अधिकारियों को दिए जरूरी निर्देश

झज्जर, 17 फरवरी। अतिरिक्त उपायुक्त जगनिवास

-डॉ. गोपाल चतुर्वेदी



बरसाना भगवान श्रीकृष्ण और उनकी स्वरूप भूता आल्हादिनी शक्ति राधा की लीला भूमि रही है। फाल्गुन शुक्ल नवमी को होने वाली यहां की लड्डुमार होली न केवल अपने देश में अपितु विदेशों तक में प्रसिद्ध है। जिसे देखने के लिए दुनिया के प्रत्येक कोने से लाखों लोग प्रति वर्ष आते हैं। बरसाना, दिल्ली-आगरा राजमार्ग पर स्थित कोसीकला से 19 किलोमीटर और मथुरा से (वाया गोवर्धन) 47 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है।

बरसाना की लड्डुमार होली में अन्य स्थानों की होली के अनुरूप रंग-अबीर एवं नृत्य-संगीत के अलावा लाठियों से होली खेलने की जो विशिष्टता है, वो इस बात की द्योतक है कि राधा-कृष्ण की इस लीला भूमि के कण-कण में आज भी इतना रस व्याप्त है कि यहां लाठियां चल कर भी रस की वृष्टि होती है।

होली का रंग यहां स्थित श्रीजी मन्दिर में बसन्त पंचमी के दिन होली का डांडा गड़ते ही छाने लग जाता है। साथ ही मंदिर में आने वाले दर्शनार्थियों के माथे पर गुलाल लगाना प्रारम्भ हो जाता है। इसके अलावा मन्दिर में प्रतिदिन सायंकाल समाज गायन होता है। महाशिवरात्रि के दिन मन्दिर से रंगीली गली तक होली की प्रथम चौपाई अत्यंत धूमधाम के साथ निकाली जाती है। इस चौपाई में गोस्वामीगण संगीत की मृदुल स्वर लहरियों के मध्य होली के पदों का गायन करते हुए साथ चलते हैं। फाल्गुन शुक्ल सप्तमी को श्रीजी मन्दिर में राधा रानी के छप्पन प्रकार की भोग लगते हैं। फाल्गुन शुक्ल अष्टमी को श्रीकृष्ण के प्रतीक के रूप में नंदगाँव का एक गुसाई बरसाना की गोपिकाओं को होली खेलने का निमंत्रण देने बरसाना आता है। बरसाना की गोपिकाओं द्वारा इस गुसाई का लड्डुओं और माखन-मिश्री से अत्यधिक स्वागत सत्कार किया जाता है इसके साथ ही वह होली खेलने का निमंत्रण स्वीकार कर लेती हैं। बरसाना का भी एक गुसाई नंदगाँव जाकर वहां के गुसाइयों को बरसाना में होली खेलने हेतु आने का निमंत्रण देता है। इसी दिन बरसाना के श्रीजी मन्दिर से होली की दूसरी चौपाई सुदामा मोहल्ला होकर रंगीली गली तक जाती है। साथ ही इसी दिन फाल्गुन शुक्ल अष्टमी को श्रीजी मन्दिर प्रांगण में लड्डु होली व पाण्डे लीला का भव्य आयोजन होता है। जिसमें गोस्वामीगण भक्तों व श्रद्धालुओं पर लड्डुओं और जलेबियों आदि की बौछार करते हैं।

अगले दिन फाल्गुन शुक्ल नवमी को नंदगाँव के तकरबीन 600 गोस्वामी परिवारों के हुरियारे अपनी-अपनी ढालों को लेकर नंदगाँव स्थित नंदराय मन्दिर में एकत्रित होते हैं और वहां से पैदल ही गाते-बजाते, नाचते-झूमते लगभग 9 किलोमीटर दूर बरसाना पहुँचते हैं। नंदगाँव के इन हुरियारों का बरसाना में पहला पड़ाव रपीली पोखर (प्रिया कुंड) पर होता है। यह वही सरोवर है जिसमें राधा रानी ने हल्दी का उबतन लगा कर स्नान किया था। इस कारण इसका रंग आज भी पीला है। नंदगाँव के हुरियारों पीली पोखर में स्नान आदि कर यहां स्थित वट वृक्ष के तले बरसाना की गोपिकाओं के साथ होली खेलने के लिए सजते-संवरते हैं। वह अपनी ढालों को भी सजाते हैं। साथ ही वह चिलम पीते हैं, हुक्का गुड़गुड़ाते हैं और सिल-बड़ा चला-चला कर भांग-ठण्डाई छानते हैं। इस सबके नशे से वह इतना मदमस्त हो जाते हैं कि उनके नेत्र व होठ आदि फड़फड़ उठते हैं। यह नशा वह इसलिए करते हैं ताकि वह गोपिकाओं के द्वारा किये जाने वाले लाठियों के प्रहारों को अपनी ढालों पर आसानी से झेल सकें। नंदगाँव के हुरियारों में 10-12 वर्ष के बच्चों से लेकर 60-70 वर्ष के बूढ़े तक हुआ करते हैं। इस सबके बाद यह हुरियारों अपराह्न लगभग 3 बजे नंदगाँव के नंदराय मन्दिर का झंडा लेकर अपनी पारम्परिक वेशभूषा में रबम्मर (बड़ा नगाड़ा) व मंजीरों की ताल पर होली व रसिया आदि गाते हुए श्रीजी मन्दिर की ओर चल पड़ते हैं। रास्ते में इनकी बरसाना के वयोवृद्ध गुसाइयों के द्वारा उसी प्रकार रमिलनीर की जाती, जिस प्रकार की विवाहों में कन्या पक्ष की ओर से वर पक्ष की रमिलनीर होती है। यह रमिलनीर गले मिलकर, रंग-अबीर लगा कर और इलायची-मिश्री आदि खिलाकर होती है। होली के रसिया गाते, अबीर-गुलाल उड़ाते और नाचते-झूमते नंदगाँव के हुरियारों 250 सौदियों की कवायद कर बरसाना के ब्रह्मेश्वर गिरि के उच्च शिखर पर स्थित श्रीजी मन्दिर में पहुँचते हैं। यहां राधा रानी की मनोहारी प्रतिमा के समक्ष बरसाना और नंदगाँव के गुसाइयों द्वारा समाज गायन होता है। इस समाज में नंदगाँव के गुसाई अपने को श्रीकृष्ण का प्रतिनिधि मान कर राधा रानी के प्रतीक के

रूप में बरसाना के गुसाइयों को और बरसाना के गुसाई अपने को राधा रानी का प्रतिनिधि मान कर, श्रीकृष्ण के प्रतीक के रूप में नंदगाँव के गुसाइयों को प्रेम भरी गालियाँ सुनाते हैं। साथ ही सभी परस्पर टेसू के फूलों से बने रंग के द्वारा होली खेलते हैं। ततपश्चात नंदगाँव के हुरियारों मन्दिर की सीढ़ियों उतर कर रंगीली गली में प्रवेश करते हैं, जहां पर कि रंगों की बौछारों एवं सज्जीत की मृदुल स्वर लहरियों के मध्य ठिठोली यानी हंसी-मजाक की जमकर होली होती है। ठिठोली होली में नंदगाँव के हुरियारों बरसाना की गोपिकाओं के साथ श्रृंगार रस से परिपूर्ण हंसी-मजाक करते हैं। इस हंसी-मजाक में बरसाना की गोपिकाएँ भी बह-चढ़ कर हिस्सा लेती हैं। आखिर लें भी क्यों न, होली कौन सी रोज-रोज होती है।

ठिठोली होली हो चुकने के बाद बरसाना की गोपिकाएँ (श्रीजी मन्दिर के गुसाई घरों की स्त्रियाँ) एवं नंदगाँव के हुरियारों लड्डुमार होली खेलने हेतु रंगीली गली के चौक पर एकत्रित होते हैं। उनके हाथों में मेहन्दी, पांव में महावर और आंखों में कटीला कामजल हुआ करता है। कंठ-हार हमेल, हथफूल व कर्णफूल आदि अनेकानेक आभूषण उनके अंग-प्रत्यंग की शोभा बढ़ाते हैं। इसके अलावा उनके हाथों में लंबी-लंबी लाठियाँ और मुँह पर लंबे-लंबे घूँघट होते हैं। यह गोपिकाएँ अपने-अपने घूँघटों की ओट से नंदगाँव के हुरियारों पर उछल-उछल कर अलावा-अपनी लाठियों के प्रहारों से बरसाना की गोपिकाएँ और नंदगाँव के हुरियारों की ढालें छलनी हो जाती हैं। यदि इस लड्डुमार होली में किसी के खून आदि निकल आये तो उसे एक शूभ-शुभ समाज माना जाता है। उससे किसी में कोई दुर्भावना उत्पन्न नहीं होती है। नंदगाँव के हुरियारों को बरसाना की गोपिकाओं की लाठियाँ भी इतनी अच्छी

लगत हैं कि जब-जब गोपिकाओं का लाठियाँ चलाने का जोश ठंडा पड़ता है, तब-तब नंदगाँव के हुरियारों श्रृंगार रस की कड़ियाँ गा-गाकर उन्हें उच्चजित कर देते हैं। अतः यह लड्डुमार होली काफी देर तक चलती है। जब यह होली हो चुकती है तब बरसाना की गोपिकाएँ अपनी लाठियों को दर्शकों के माथे पर टिका-टिका कर उनसे इनाम माँगती हैं। जो देना चाहे वह दे, किसी से कैसी भी कोई जबरदस्ती नहीं होती है। लड्डुमार होली के खेलने की तैयारी बरसाना की गोपिकाएँ और नंदगाँव के हुरियारों कइ महीनों पूर्व से बड़े ही उत्साह व उमंग के साथ किया करते हैं। बरसाना में जिस दिन यह होली खेली जाती है उस दिन लोग-बाग इस होली को देखने के लिये सुबह से ही घरों की छतों पर बैठना शुरू कर देते हैं। रंगीली गली के किनारे बने सारे मकानों के छज्जे इस होली के असेंख्य दर्शकों से पट जाते हैं। इसके अलावा रंगीली गली में भी दर्शकों का सैलाब उमड़ पड़ता है। बरसाना में जिस दिन लड्डुमार होली होती है उस दिन यहां सुबह से ही घर-घर में पूड़ी-पकवान बनने शुरू हो जाते हैं। क्योंकि पता नहीं कब और किसके घर पर बरसाना की लड्डुमार होली देखने हेतु मेहमान आ जाएँ। इस दिन प्रायः प्रत्येक बरसाना वासी के यहां कोई न कोई मेहमान अवश्य आता है।

अगले दिन यानी फाल्गुन शुक्ल दशमी को इसी प्रकार की लड्डुमार होली नंदगाँव में गांव से बाहर रंगीली चौक पर होती है। नंदगाँव में होने वाली लड्डुमार होली में हुरियारों होवे बरसाना के गुसाई और लाठियाँ चलाती हैं नंदगाँव की गोपिकाएँ। नंदगाँव में होली खेलने हेतु लड्डुमार होली के गुसाई बरसाना स्थित श्रीजी मन्दिर की ध्वजा को लेकर नंदगाँव जाते हैं। वहां के यशोदा मन्दिर में उनका भांग-ठण्डाई से स्वागत-सत्कार किया जाता है। उसके बाद नंदराय मन्दिर में संगीत समाज होता है। ततपश्चात वहां होती है बरसाना की भाँति लड्डुमार होली।

यूजीसी के विरोध में 8 मार्च 2026 को दिल्ली के रामलीला मैदान में विशाल प्रदर्शन

परिवहन विशेष न्यूज

(रिंकू शर्मा ब्यूरो) लखनऊ अखिल भारतीय कायस्थ महासभा के तत्वाधान में एवं संगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष डाक्टर अनूप कुमार श्रीवास्तव की अध्यक्षता में दिनांक 24 फरवरी 2026 को एन सी सी, विकास नगर लखनऊ उत्तर प्रदेश कार्यालय पर यूजीसी कानून को लेकर प्रेसवार्ता एवं एक महत्वपूर्ण बैठक की गई, जिसमें सभी की सहमति से 8 मार्च 2026 को राम लीला मैदान दिल्ली में विशाल विरोध प्रदर्शन करने का निर्णय लिया गया उक्त प्रदर्शन में सभी संगठनों के संस्थापक और अध्यक्ष भी शामिल रहेंगे। संगठन के अध्यक्ष ने बैठक को सम्बोधित करते हुए कहा कि यूजीसी जैसे काले क्रान्तु हमारे देश की एकता व अखंडता को तोड़ सकती है इसलिए इस कानून का राष्ट्रीय स्तर पर विरोध करना अनिवार्य है ताकि भारत देश की एकता बनी रहे। बैठक में राष्ट्रीय अध्यक्ष



अनूप श्रीवास्तव पूर्व आईआरएस भारत सरकार ने कहा कि सवर्ण समाज को समाज के पिछड़े वर्गों के उत्थान के लिए सरकार द्वारा चलाए जा रहे किसी भी कार्यक्रम से कोई आपत्ति नहीं है, लेकिन वोटे बैंक की राजनीति में अंधा होकर सरकार यदि सवर्ण समाज के शोषण का कानूनी रस्ता बना दे, तो सवर्ण समाज चुप नहीं बैठेगा। डॉ. श्रीवास्तव ने याद दिलाया कि भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) को मात्र दो सौंदी वाली पार्टी से विश्व की सबसे बड़ी पार्टी बनाने में सवर्ण समाज- चाहे क्षत्रिय हों, ब्राह्मण हों,

बनिया हों या कायस्थ इनका अत्यंत महत्वपूर्ण योगदान रहा है। सवर्ण समाज की संज्ञा के पिछड़े राष्ट्रप्रेम को उनकी कमजोरी समझने की भूल सरकार को कभी नहीं करनी चाहिए। डॉ. अनूप कुमार श्रीवास्तव ने स्पष्ट चेतावनी देते हुए कहा कि यदि भाजपा अपनी इस भूल को सुधारते हुए इस विवादास्पद बिल को वापस (रोलबैक) ले लेती है, तो सवर्ण समाज इस गलती को भुला सकता है। अन्यथा, आगामी 2027 के विधानसभा चुनावों तथा उसके बाद होने वाले सभी चुनावों में भाजपा को इसकी भारी कीमत

चुकानी पड़ सकती है, क्योंकि अंततः जनता ही किसी भी राजनीतिक दल के भाग्य का निर्धारण करती है और भाजपा इस सत्य को अच्छी तरह समझती है। अंत में, श्रीवास्तव ने कायस्थ समाज के साथ-साथ समस्त सवर्ण समाज के लोगों से अपील की है कि वे 8 मार्च 2026 को दिल्ली के रामलीला मैदान में अपराह्न 12:00 बजे आयोजित होने वाले यूजीसी रोल बैंक महासम्मेलन में भारी संख्या में पहुंचें और इस अन्यायपूर्ण विनियम के विरुद्ध अपनी एकजुट आवाज बुलंद करें। उक्त में राष्ट्रीय सचिव व भारतीय एकता युवा मोर्चा संस्थापक दीपक लाल श्रीवास्तव, अंतरराष्ट्रीय सनातन परिषद संस्थापक एवं अखिल भारतीय कायस्थ महा सभा प्रदेश अध्यक्ष मयंक श्रीवास्तव, आनंद प्रकाश, दीवाकर खरे, अजय दीप, मिथिलेश श्रीवास्तव, अरुण श्रीवास्तव एवं समस्त पदाधिकारीगण उपस्थित रहे।

प्रसिद्ध संत, बाबा मुक्तेश्वरपुरी जी महाराज, कोसली की जन्मोत्सव - पर सेकंड रन फॉर बाबा मुक्तेश्वरपुरी जी महाराज कार्यक्रम का हुआ आयोजन

झज्जर :जिला मुख्यालय के अंतिम छोर पर बसे वीरों की देवभूमि कहे जाने वाले गांव धारौली की सामाजिक संस्था मां-मातृभूमि सेवा समिति द्वारा शाहीद हवा सिंह लांबा राजकीय माध्यमिक विद्यालय, धारौली में प्रसिद्ध दिव्य संत, बाबा मुक्तेश्वरपुरी जी महाराज, कोसली की जन्मोत्सव - स्मृति के उपलक्ष्य पर सेकंड रन फॉर बाबा मुक्तेश्वरपुरी जी महाराज कार्यक्रम का आयोजन बाबा रामदास जी महाराज, महंत, प्राचीन शिव मंदिर, कोसली की गरिमामयी उपस्थिति में सम्पन्न हुआ।



वार के रक्तदानी योगेश कुमार जाखड़ जी, विशिष्ट अतिथि - 2 के रूप में कार्यक्रम में शामिल हुए।

माननीय सतीश कुमार जी, हेडमास्टर, शाहीद हवा सिंह लांबा राजकीय माध्यमिक विद्यालय, धारौली ने कार्यक्रम की अध्यक्षता की।

कक्षा पांचवी व छठी के विद्यार्थियों की 400 मीटर की दौड़ में सोनिया ने प्रथम आकर 1200 रुपये की काँपी, पेन व पेंसिल का इनाम जबकि कोमेश ने द्वितीय स्थान प्राप्त करके 600 रुपये की काँपी, पेन व पेंसिल का इनाम जीता।

कक्षा तीसरी व चौथी की 200 मीटर की दौड़ में यश ने प्रथम प्राप्त करके 1000 रुपये का इनाम

जबकि दिव्या ने द्वितीय स्थान प्राप्त करके 500 रुपये का इनाम जीता। कक्षा पहली व दूसरी के विद्यार्थियों की 100 मीटर की दौड़ में दक्ष ने प्रथम प्राप्त करके 700 रुपये का इनाम जबकि व मोहित ने द्वितीय स्थान पर आकर 400 रुपये का इनाम जीता। 23वीं बार रक्तदान कर चुके युद्धवीर सिंह लांबा, अध्यक्ष, मां-मातृभूमि सेवा समिति, वीरों की देवभूमि धारौली ने बताया कि 1.शिक्षाविद सुखवीर जाखड़, चेंबरमैन, रिलायंस ग्रुप ऑफ स्कूल्स 2.समाजसेवी एडवोकेट रिंकू कोसलिया जी सिविल कोर्ट कोसली 3.युद्धवीर सिंह लांबा, अध्यक्ष, मां-मातृभूमि सेवा समिति 4.शिक्षा व समाजसेवा को समर्पित मास्टर सतीश यादव जी भाकली 5.कोसली रेलवे स्टेशन से नाहड रोड पर सोनू मोटर वाईडिंग सेंटर प्रो. सोनू कुमार धारौली 6. जोगिंद्र सिंह जी, ईसा ग्रुप आदि ने अपनी इमानदारी व मेहनत से कमाया नेक धन के सहयोग से कार्यक्रम का आयोजन सफलतापूर्वक संपन्न हुआ।

जिलाभर में बोर्ड परीक्षाएं आज से शुरू, 1 अप्रैल तक 52 केंद्रों पर होंगी

परिवहन विशेष न्यूज

झज्जर, 24 फरवरी।

हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड द्वारा आयोजित सैकेण्डरी, सीनियर सैकेण्डरी (शैक्षिक/मुक्त विद्यालय) एवं डी.एल.एड. प्रथम व द्वितीय वर्ष (रि-अपीयर) की बोर्ड परीक्षाएं आज से जिले में प्रारंभ हो गई हैं। ये परीक्षाएं फरवरी-मार्च 2026 के दौरान जिले के कुल 52 परीक्षा केंद्रों पर आयोजित की जाएंगी और सीनियर सैकेण्डरी की परीक्षाएं 1 अप्रैल तक चलेंगी।

यह जानकारी देते हुए अतिरिक्त उपायुक्त जगनिवास ने बताया कि परीक्षाओं के निष्पक्ष, पारदर्शी और नकल-मुक्त संचालन को सुनिश्चित करने के लिए जिला प्रशासन ने सभी आवश्यक तैयारियां पूरी कर ली गई हैं। शिक्षा बोर्ड द्वारा जारी परीक्षा कार्यक्रम के अनुसार सैकेण्डरी (नियमित/रि-अपीयर/मुक्त विद्यालय) परीक्षाएं 20 मार्च तक, सीनियर सैकेण्डरी (नियमित/रि-अपीयर/मुक्त विद्यालय) परीक्षाएं 1 अप्रैल तक, डी.एल.एड. प्रथम वर्ष (रि-अपीयर) परीक्षाएं 26 फरवरी से 20 मार्च तक तथा

डी.एल.एड. द्वितीय वर्ष (रि-अपीयर) परीक्षाएं 19 मार्च तक आयोजित की जाएंगी। सभी परीक्षाओं का समय दोपहर 12:30 बजे से सायं 3:30 बजे तक निर्धारित किया गया है।

एडीसी ने बताया कि जिले में बनाए गए 52 परीक्षा केंद्र बहादुरगढ़, बादली, बेरी तथा झज्जर उपमंडल के विद्यालयों में स्थित हैं। सभी केंद्रों पर विशेष निगरानी रखी जा रही है।

साथ ही नकल-रहित परीक्षाओं के संचालन और कानून-व्यवस्था बनाए रखने के लिए प्रत्येक परीक्षा केंद्र पर पर्याप्त पुलिस बल तैनात किया गया है। वहीं भारतीय न्यायिक सुरक्षा संहिता, 2023 की धारा-163 के तहत परीक्षा केंद्रों के 200 मीटर के दायरे में प्रतिबंध लागू रहेगा। इस दौरान अनधिकृत व्यक्तियों के प्रवेश पर सख्त रोक रहेगी। इसके अलावा परीक्षा केंद्रों के आसपास फोटोस्टेट, प्रिंटिंग और स्कैनिंग गतिविधियों पर भी रोक रहेगी।

परीक्षाओं के चलते इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों पर रहेगा पूर्ण प्रतिबंध

एडीसी ने बताया कि परीक्षा

केंद्रों पर मोबाइल फोन, स्मार्ट वॉच, ब्ल्यूटूथ व अन्य इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों का उपयोग पूर्णतः प्रतिबंधित रहेगा। केवल मुख्य अधीक्षक, केंद्र अधीक्षक एवं बोर्ड पर्यवेक्षक को आधिकारिक कार्य हेतु मोबाइल रखने की अनुमति होगी। सभी केंद्रों पर अनिवार्य चैकिंग व औचक निरीक्षण किए जाएंगे।

परीक्षाओं की निगरानी के लिए जिला स्तर, उपमंडल स्तर तथा शिक्षा विभाग के उड़नदस्तों का गठन किया गया है, जो नियमित रूप से औचक निरीक्षण करेंगे। परीक्षा अवधि के दौरान जिला स्तर पर कंट्रोल रूम स्थापित किया गया है तथा जिला राजस्व अधिकारी झज्जर को नोडल अधिकारी नियुक्त किया गया है।

इसके अतिरिक्त, जिले के सभी बीडीपीओ को ग्राम पंचायतों के सरपंचों के साथ बैठक कर परीक्षा केंद्रों के आसपास भीड़ न लगने देने और शांतिपूर्ण वातावरण बनाए रखने के निर्देश दिए गए हैं। झज्जर को बोर्ड परीक्षाओं के संचालन का ओवरऑल इंचार्ज नियुक्त किया गया है।

गोधा के स्कूल में बच्चों को लगा खसरा-रुबेला का टीका

परिवहन विशेष न्यूज

गोधा/गोधा क्षेत्र में अब

स्वास्थ्य विभाग के द्वारा लगाए खसरा-रुबेला टीकाकरण हो रहा है। रुबेला एक गंभीर संक्रामक रोग है, यह रोग संक्रमित व्यक्ति के खांसने या छींकने से भी फैलता है। गोधा क्षेत्र के गांव शिकारगढ़ी के जी एस पब्लिक स्कूल में टीकाकरण कैप आयोजित किया गया, जहां स्वास्थ्य विभाग की टीम ने बच्चों को प्रतिरक्षित किया जहां पांच से दस वर्ष तक के बच्चों को यह टीका लगाया जा रहा है। टीकाकरण अभियान के तहत सुरक्षित माहौल में वैक्सिने दी इस कार्य को एएनएम पुष्पा, लतेश



और आशा कार्यकर्ता पूनम ने मिलकर पूरा किया। स्वास्थ्य विभाग टीम ने बच्चों में खसरा रुबेला से बचाव के लिये एमआर टीकाकरण के फायदे और महत्व के बारे में बताया उन्होंने बताया कि यह एम

आर टीका इन बच्चों को सुरक्षित रखने में सहायक है और गोधा क्षेत्र में इस संक्रमण से कुछ बच्चे ग्रस्त हो चुके हैं। स्कूल प्रबंधक प्रेम शर्मा ने स्वास्थ्य विभाग की इस पहल की सराहना की।

विश्व हिन्दू परिषद के इंद्रप्रस्थ दिल्ली प्रांत के प्रिंट मीडिया प्रमुख के दायित्व पर मनोनीत किये गए: स्वतंत्र सिंह भुल्लर

परिवहन विशेष न्यूज

इंद्रप्रस्थ दिल्ली प्रांत के पदाधिकारियों ने उन्हें शुभकामनाएं देते हुए आशा जताई कि देशहित में, वे अपने दायित्वों का निर्वहन हमेशा की तरह पूरी प्रतिबद्धता और समर्पण के साथ करेंगे। नई दिल्ली। विश्व हिन्दू परिषद के इंद्रप्रस्थ दिल्ली प्रांत में संगठनात्मक संरचना को और सुदृढ़ करते हुए स्वतंत्र सिंह भुल्लर को प्रिंट मीडिया प्रमुख के दायित्व पर मनोनीत किया गया है। इस मनोनयन की घोषणा प्रांत स्तर पर आयोजित बैठक में की गई, जिसमें संगठन के वरिष्ठ

पदाधिकारी एवं कार्यकर्ता उपस्थित रहे, सभी ने उन्हें शुभकामनाएं दीं। स्वतंत्र सिंह भुल्लर लंबे समय से देशहित में, सामाजिक एवं वैचारिक गतिविधियों में सक्रिय भूमिका निभाते रहे हैं। संगठन के प्रति उनकी निष्ठा, सक्रियता और मीडिया क्षेत्र की समझ को देखते हुए उन्हें यह महत्वपूर्ण जिम्मेदारी सौंपी गई है। प्रिंट मीडिया प्रमुख के रूप में वे हमेशा की तरह संगठन की विचारधारा, गतिविधियों और कार्यक्रमों को जन-जन तक प्रभावी ढंग से पहुंचाने का कार्य करेंगे।



आगामी त्योहारों को लेकर ड्रिंक एंड ड्राइव पर सख्ती

यातायात पुलिस का विशेष चैकिंग अभियान, चालान भी किए

त्यूरों रिंकू शर्मा

इटवा। आगामी त्योहारों के मेहनत जनपद में सड़क सुरक्षा और कानून व्यवस्था बनाए रखने के उद्देश्य से वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक बृजेश कुमार श्रीवास्तव के निर्देशानुसार विशेष ड्रिंक एंड ड्राइव चैकिंग अभियान चलाया गया। यह अभियान अपर पुलिस अधीक्षक के मार्गदर्शन एवं क्षेत्राधिकारी यातायात रामगोपाल शर्मा के निर्देशन में संचालित किया गया।



अभियान के अंतर्गत प्रभारी यातायात सूवेदार सिंह द्वारा प्रमुख चौराहों और सड़कों पर सघन वाहन चैकिंग की गई। चैकिंग के दौरान यातायात नियमों का उल्लंघन करने वाले कई वाहन चालकों के खिलाफ कार्रवाई करते हुए कुल 4000 के चालान किए गए। साथ ही वाहन चालकों को सख्त चेतावनी देते हुए शराब पीकर वाहन न चलाने और यातायात नियमों का पालन करने की हिदायत दी गई।

प्रभारी यातायात ने बताया कि त्योहारों के दौरान सड़कों पर यातायात का दबाव बढ़ जाता है, ऐसे में दुर्घटनाओं की संभावना भी अधिक रहती है। इसी को ध्यान में रखते हुए ड्रिंक एंड ड्राइव के खिलाफ विशेष

अभियान चलाया जा रहा है, ताकि किसी भी अप्रिय घटना को रोका जा सके और आमजन सुरक्षित रह सके। चैकिंग अभियान के दौरान कार्टेबल दुर्गेश कुमार, कांस्टेबल मनोज कुमार सहित यातायात पुलिस की टीम मौजूद रही और अभियान को प्रभावी रूप से संपन्न कराया। यातायात पुलिस ने आमजन से अपील की है कि त्योहारों की खुशियों के बीच यातायात नियमों का पालन करें, शराब पीकर वाहन न चलाएं और सुरक्षित यातायात व्यवस्था बनाए रखने में पुलिस का सहयोग करें। पुलिस द्वारा यह अभियान आगे भी लगातार जारी रखा जाएगा।

सामाजिक विषमता, जातिगत भेदभाव, ऊंच-नीच और आरक्षण पर संघ प्रमुख डॉ मोहन भागवत की दो टूक

परिवहन विशेष न्यूज

समाज में जब तक भेदभाव है, तब तक आरक्षण जारी रहना चाहिए जब तक सामाजिक विषमता है, तब तक भेदभाव ऊंच नीच है - शहरों में अलग तरीके से अस्पृश्यता के मामले देखे जाते हैं। गांवों में अलग तरीके से भेदभाव की बात सामने आती है - स्वतंत्रता, समानता का सभी को अधिकार है - इस भेदभाव को सामाजिक समरसता से ही समाप्त किया जा सकता है। स्वतंत्रता, समानता और न्याय का सभी को अधिकार है - इस भेदभाव को सामाजिक समरसता से ही समाप्त किया जा सकता है।

नई दिल्ली। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (RSS) के सरसंघचालक डॉ मोहन भागवत का सामाजिक विषमता, जातिगत भेदभाव, ऊंच- नीच और आरक्षण को लेकर राष्ट्रहित में एक बार फिर स्पष्ट बयान दिया है। उनके बयान ने हलचल तेज की है, इस बार डॉ. भागवत ने आरक्षण के पक्ष में

महत्वपूर्ण बयान दिया। उनके इस बयान को वर्तमान राजनीतिक परिपेक्ष्य में काफी महत्वपूर्ण माना जा रहा है।

सामाजिक विषमता की कही बात आरएसएस प्रमुख के सामाजिक विषमता, जातिगत भेदभाव, ऊंच-नीच और आरक्षण को लेकर संघ के शताब्दी वर्ष के कार्यक्रमों की कड़ी में सरसंघचालक डॉ मोहन भागवत ने साफ साफ कहा कि जब तक समाज में भेदभाव है, तब तक आरक्षण जारी रहना चाहिए। संविधान में आरक्षण के तय प्रावधानों का पालन होना चाहिए। उन्होंने कहा कि सामाजिक चेतना का असर दिख रहा है। जो लोग आरक्षण का लाभ लेकर संपन्न हो चुके हैं, वे अब खुद इसका लाभ छोड़ने लगे हैं। जब तक सामाजिक विषमता है, तब तक भेदभाव है। शहरों में अलग तरीके से अस्पृश्यता के मामले देखे जाते हैं। गांवों में अलग अलग तरीके से भेदभाव और ऊंच नीच की बात सामने आती है। स्वतंत्रता, समानता और न्याय का सभी को अधिकार है। इस भेदभाव को सामाजिक समरसता से ही समाप्त किया जा सकता है।

संघ की कार्यप्रणाली का जिज्ञा आरएसएस प्रमुख मोहन भागवत ने संघ



की कार्यप्रणाली का जिज्ञा किया। उन्होंने संघ में जातीय भेदभाव न होने की बात कही। उन्होंने कहा कि सामाजिक समरसता के की जाते हैं। गांवों में अलग अलग तरीके से भेदभाव और ऊंच नीच की बात सामने आती है। स्वतंत्रता, समानता और न्याय का सभी को अधिकार है। इस भेदभाव को सामाजिक समरसता से ही समाप्त किया जा सकता है।

देश में सबका डीएनए एक संघ प्रमुख ने कहा कि भारत के सभी लोगों का डीएनए एक ही है। ये बात वैज्ञानिक

प्रमाणित है। उन्होंने कहा कि खानपान, पूजा, रीति-रिवाज भले ही अलग-अलग हो, लेकिन इन सबसे ऊपर सभी को आपस में दिशा में संघ लगातार सक्रिय है। संघ में किसी की जाति नहीं पूछी जाती। उन्होंने कहा, हिंदू शास्त्रों में भी सामाजिक कुरितियों और भेदभाव को कोई जगह नहीं है।

आखिर में आरएसएस सरसंघचालक ने कहा कि हमें सामाजिक विषमता, जातिगत भेदभाव,

और ऊंच-नीच से ऊपर उठकर देशहित में एक होकर अपने राष्ट्र को इतना मजबूत बनाना होगा कि कोई भी हमें डर न दिखा पाए। जब राष्ट्र सुरक्षित और प्रतिष्ठित होता है, तो विश्व में भी हम सुरक्षित होते हैं। उन्होंने कहा कि अपने स्वदेशी सिस्टम को हमें और मजबूत बनाना होगा। तभी हम विकसित राष्ट्र, विश्व गुरु बनेंगे। मोहन भागवत ने कहा कि आने वाले समय में विश्व का हर रास्ता भारत से ही होकर निकलेगा।



अलीगढ़ में होली से पहले मिलावटखोरों पर सख्ती, 11 नमूने लिए गए

गोधाम न्यूज। अलीगढ़ में होली से पहले खाद्य सुरक्षा एवं औषधि प्रशासन ने मिलावटखोरों के खिलाफ विशेष छापा मार अभियान चलाया। मुख्य खाद्य सुरक्षा अधिकारी मनोज तोमर के नेतृत्व में टीम ने अचलताल, सुतमिल चौगहा और मेडिकल रोड क्वारंटीन क्षेत्र में कार्रवाई की। खोया, पनीर, दूध से बने मिष्ठान, गुड़िया, नमकीन और खाद्य तेल की जांच की गई। रघुनंदन मावा स्टोर, नीरज डेयरी, कृष्णा मावा स्टोर सहित नौ प्रतिष्ठानों से कुल 11 नमूने लेकर प्रयोगशाला भेजे गए। रिपोर्ट के आधार पर खाद्य सुरक्षा एवं मानक अधिनियम 2006 के तहत कार्रवाई होगी। विभाग ने मिलावटखोरी पर सख्त चेतावनी दी है।

बाल भारती पब्लिक स्कूल के छात्र ने UIGKO 2025-26 में ऑल इंडिया रैंक 2 हासिल की

कक्षा पाँचवीं के छात्र अहान कुमार को राष्ट्रीय स्तर की उपलब्धि पर हैदराबाद में किया जाएगा सम्मानित

सुनील चिंचोलकर बिलासपुर, छत्तीसगढ़। बाल भारती पब्लिक स्कूल के लिए अत्यंत गौरव का विषय है कि कक्षा पाँचवीं के छात्र अहान कुमार ने प्रतिष्ठित Unified International General Knowledge Olympiad (UIGKO) 2025-26 में ऑल इंडिया रैंक 2 प्राप्त कर विद्यालय का नाम राष्ट्रीय स्तर पर गौरवान्वित किया है। देशभर के हजारों विद्यार्थियों के बीच प्रतिस्पर्धा करते हुए अहान ने असाधारण ज्ञान, तीक्ष्ण बुद्धि और अद्भुत लगन का परिचय दिया। उनकी यह उल्लेखनीय सफलता न केवल उनके परिश्रम, समर्पण और निरंतर प्रयासों को दर्शाती है, बल्कि विद्यालय की शैक्षणिक उत्कृष्टता एवं समग्र विकास के प्रति प्रतिबद्धता को भी उजागर करती है। विद्यालय के प्राचार्य शलभ निगम ने अहान कुमार को इस शानदार उपलब्धि पर हार्दिक बधाई दी और उनके निरंतर प्रयासों एवं दृढ़ संकल्प की सराहना की। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि अहान की सफलता अन्य विद्यार्थियों को भी उच्च लक्ष्य निर्धारित करने और उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए प्रेरित करेगी।

इस उपलब्धि के सम्मान स्वरूप अहान को मार्च माह में हैदराबाद में आयोजित होने वाले आधिकारिक सम्मान समारोह में आमंत्रित किया गया है। विद्यालय परिवार की ओर से अहान कुमार एवं उनके अभिभावकों को इस गौरवपूर्ण उपलब्धि पर हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ।



RKVY और कृषि उन्नति योजनाओं की समीक्षा: शिवराज सिंह चौहान ने 11 राज्यों के कृषि मंत्रियों के साथ की उच्चस्तरीय बैठक

संगिनी घोष

कृषि विकास की दिशा में समन्वय पर जोर केंद्रीय कृषि एवं किसान कल्याण मंत्री शिवराज सिंह चौहान ने 11 राज्यों के कृषि मंत्रियों के साथ बैठक कर राष्ट्रीय कृषि विकास योजना (RKVY) और विभिन्न कृषि उन्नति योजनाओं की प्रगति की समीक्षा की। बैठक में राज्यों के साथ समन्वय, बजट उपयोग, उत्पादन वृद्धि और किसानों की आय बढ़ाने से जुड़े मुद्दों पर चर्चा की गई। हल मानी जा सकती है।

MSP लाभ सुनिश्चित करने के लिए खरीद को मंजूरी बैठक के दौरान किसानों को न्यूनतम समर्थन मूल्य (MSP) का लाभ सुनिश्चित करने पर विशेष ध्यान दिया गया। इसी क्रम में मध्य प्रदेश, राजस्थान, गुजरात और

महाराष्ट्र को चना, मसूर और सरसों की खरीद की मंजूरी प्रदान की गई। अधिकारियों के अनुसार, यह कदम किसानों को बाजार उतार-चढ़ाव से राहत देने में सहायक होगा।

RKVY के तहत राज्यों की प्रगति पर चर्चा

समीक्षा बैठक में RKVY के अंतर्गत चल रही परियोजनाओं की स्थिति, नवाचार आधारित कृषि मॉडल, और तकनीक के उपयोग पर भी विचार-विमर्श हुआ। राज्यों से कहा गया कि वे योजनाओं के प्रभावी क्रियान्वयन और समयबद्ध लक्ष्य प्राप्ति पर विशेष ध्यान दें।

व्योम महत्वपूर्ण है यह निर्णय विशेषज्ञों का मानना है कि MSP के तहत दलहन और तिलहन की खरीद बढ़ाने से किसानों की आय स्थिर रखने



में मदद मिलती है और फसल विविधीकरण को भी प्रोत्साहन मिलता है। साथ ही, केंद्र-राज्य समन्वय कृषि क्षेत्र में दीर्घकालिक सुधारों के लिए आवश्यक है। ऐसे देखें तो, यह बैठक कृषि क्षेत्र में नीति और क्रियान्वयन के बीच संतुलन स्थापित करने की दिशा में एक अहम कदम हो सकती है।

मुख्य बिंदु

- * 11 राज्यों के कृषि मंत्रियों के साथ RKVY की समीक्षा बैठक।
- * कृषि उन्नति योजनाओं के क्रियान्वयन पर जोर।
- * मध्य प्रदेश, राजस्थान, गुजरात और महाराष्ट्र को चना, मसूर व सरसों खरीद की मंजूरी।
- * MSP के लाभ को सुनिश्चित करने की पहल।
- * राज्यों के साथ समन्वय और तकनीकी नवाचार पर चर्चा।
- * किसानों की आय वृद्धि और फसल विविधीकरण पर फोकस।

आगे की दिशा विश्लेषकों का कहना है कि यदि MSP आधारित खरीद और RKVY परियोजनाओं का प्रभावी क्रियान्वयन सुनिश्चित किया गया, तो इससे किसानों की आय सुरक्षा और कृषि उत्पादन दोनों में सकारात्मक असर दिख सकता है। आने वाले समय में राज्यों की प्रगति रिपोर्ट इस रणनीति की सफलता तय करेगी।

विलक के दलदल में फँसा समाज: गालियों से ग्रोथ, शोर से शोहरत

(जहाँ सच सन्नाटा है, तमाशा उत्सव है - विलक की संस्कृति में खोता हुआ समाज और डिजिटल मंच पर किनारे पड़ा विवेक)

डॉ. सत्यवान सौरभ

डिजिटल दुनिया कभी ज्ञान, संवाद और रचनात्मकता की प्रयोगशाला मानी जाती थी। यह विश्वास था कि इंटरनेट लोकतंत्र को मजबूत करेगा, हाशिये पर खड़े लोगों को आवाज देगा और असली प्रतिभा को पहचान दिलाएगा। लेकिन आज जब हम स्क्रीन पर उँगली चलाते हैं, तो एक अलग ही सच सामने आता है। यहाँ हनुन से ज़्यादा हंगामा बिकता है, विचार से ज़्यादा विवाद और मेहनत से ज़्यादा मीम। Facebook और Instagram जैसे मंचों पर 'वायरल' होना सफलता की कसौटी बन चुका है। सवाल यह नहीं कि लोग मशहूर क्यों हो रहे हैं, सवाल यह है कि हम किस तरह की मशहूरी को पुरस्कार बना रहे हैं।

डिजिटल प्लेटफॉर्म का पूरा धाँचा ध्यान के व्यापार पर टिका है। जितनी देर आप स्क्रीन पर टिके रहेंगे, उतना अधिक मुनाफा पैदा होगा। इस गणित में शोर सबसे सस्ता और अस्वरदार हथियार है। ऊँची आवाज़, उग्र भाषा, भड़काऊ हावभाव और अति-नाटकियता - यही वह मुद्रा है जिसे एल्गोरिथ्म सबसे ज़्यादा पसंद करते हैं। जो व्यक्ति ठहराव से, तर्क से और संयम से बात करता है, वह भीड़ में गुम हो जाता है, जबकि तमाशा करने वाला मंच के बीचोंबीच बैठा होता है। यह केवल कंटेंट की समस्या नहीं है, बल्कि प्रोत्साहन की है। जब प्लेटफॉर्म वही दिखाते हैं जो लिक्क दिलाता है, तो रचनाकार भी वही बनाने को मजबूर होता है। इस दौड़ में गुणवत्ता पीछे छूट जाती है और उज्ज्वला आगे बढ़ती जाती है। धीरे-धीरे यह एक आदत बन जाती है, और आदत अंततः संस्कृति में बदल जाती है।



कभी हुनर का अर्थ था - अभ्यास, अनुशासन और धैर्य। आज हुनर का मतलब है ट्रेंड पकड़ लेना। कोई सड़क पर नाचकर मशहूर है, कोई गालियाँ देकर 'बोल्ड' कहलाता है, कोई निजी जीवन को सार्वजनिक तमाशा बनाकर 'रियल' होने का दावा करता है। असली प्रश्न यह नहीं कि ये लोग क्यों देखे जा रहे हैं, बल्कि यह है कि समाज किस तरह के आदर्श गढ़ रहा है।

यह नया मापदंड युवाओं के मन में एक खतरनाक संदेश बैठा रहा है - कि शॉर्टकट ही सफलता है। अगर आप शांत हैं, तो आप उबाऊ हैं। अगर आप गहरे हैं, तो आप अप्रसंगिक हैं। यह सोच न केवल कला और ज्ञान का अपमान है, बल्कि मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी जहरिली है। युवा खुद को लगातार तुलना के आँदने में देखने को मजबूर है, जहाँ आत्मसम्मान लाइक्स और व्यूज की संख्या से तय होता है। डर इस बात का है कि आने वाली पीढ़ी कितना ज्ञान के लिए नहीं, बल्कि कंटेंट के लिए पढ़े। इतिहास, साहित्य और दर्शन अब क्विज़ के साधन नहीं, बल्कि विवाद पैदा करने की सामग्री बनते जा रहे हैं। लंबी सोच, संदर्भ और नैतिकता - इन सबको 'बोरिंग' कहकर किनारे किया जा रहा है। जबकि सच यह है कि ज्ञान कभी त्वरित नहीं होता। वह समय मांगता है, धैर्य मांगता है और असहज सवालों से जुझने की ताकत मांगता है।

है। आज सच बोलने वाले के पास अक्सर सन्नाटा होता है। उसकी बातों में सनसनी नहीं होती, उसके निष्कर्ष तुरंत तालियाँ नहीं बटोरते। दूसरी ओर, तमाशा करने वालों के पास मेला होता है - लाइक्स, शेयर, फॉलोअर्स और ब्रांड डीलस। यह असंतुलन खतरनाक है, क्योंकि समाज शोर से नहीं, संचाद से आगे बढ़ता है। जब संवाद की जगह शोर ले लेता है, तो बेहस तमाशा बन जाती है और असहमति दुश्मनी। युवावर्ग इस पूरे परिदृश्य में सबसे ज़्यादा उलझन में है। एक ओर रोजगार की अनिश्चितता, दूसरी ओर डिजिटल चमक का झूठा वादा। उसे बताया जा रहा है कि पहलाने पाने का सबसे तेज रास्ता विवाद है। मेहनत, अध्ययन और धैर्य - ये सब धीमे रास्ते हैं, जबकि दुनिया तुरंत नतीजे चाहती है। इस जल्दबाजी की कीमत युवा थकान, अकेलेपन और अंदरूनी खालीपन के रूप में चुका रहा है।

अक्सर यह मान लिया जाता है कि प्लेटफॉर्म तटस्थ हैं, लेकिन सच्चाई यह है कि एल्गोरिथ्म नैतिक नहीं होते। वे केवल लक्ष्य देखते हैं, और लक्ष्य है - अधिक समय, अधिक ध्यान। इमर्सेन के वही दिखाते हैं जो हमें बाँधे रखे, चाहे वह नफ़रत हो, झूठ हो या खोखला मनोरंजन। ऐसे में जिम्मेदारी केवल

(डॉ. सत्यवान सौरभ, पीएचडी (राजनीति विज्ञान), एक कवि और सामाजिक विचारक हैं।)

अंतरराष्ट्रीय कॉक्विलियर इम्प्लॉट दिवस: आधुनिक चिकित्सा से 'सशक्तीकरण' की ओर।



सुनील कुमार महला

प्रतिवर्ष 25 फरवरी को 'अंतरराष्ट्रीय कॉक्विलियर इम्प्लॉट दिवस' मनाया जाता है। इस दिवस का प्राथमिक उद्देश्य श्रवण बाधित व्यक्तियों के लिए कॉक्विलियर इम्प्लॉट तकनीक के लाभों के प्रति जागरूकता बढ़ाना है। यह दिन चिकित्सा इतिहास की एक गौरवशाली घटना का प्रतीक है। दरअसल, 25 फरवरी, 1957 को फ्रांसीसी चिकित्सक चार्ल्स आइरीज और ऑद्रे जुनो द्वारा दुनिया का पहला सफल कॉक्विलियर इम्प्लॉट किया गया था।

क्या है कॉक्विलियर इम्प्लॉट ? पाठकों को बताता चलूँ कि कॉक्विलियर इम्प्लॉट एक परिष्कृत छोटा इलेक्ट्रॉनिक उपकरण है, जिसे सर्जरी के माध्यम से कान के अंतर्गत हिस्से (कोक्विलीया) में लगाया जाता है। यह उपकरण श्रवण तंत्रिका (ऑडिटरी नर्व) को सीधे उत्तेजित करता है, जिससे गंभीर रूप से सुनने में अक्षम व्यक्ति भी ध्वनियों को महसूस कर सकता है।

जागरूकता और मिथकों का निवारण:- वास्तव में, इस दिवस को मनाने का मुख्य लक्ष्य समाज में व्याप्त उन भ्रांतियों को तोड़ना है, कि जन्मजात मूक-बधिर बच्चे कभी सुन या बोल नहीं सकते। सच तो यह है कि यह दिन स्पष्ट संदेश देता है कि बहरेपन का उपचार संभव है। साथ ही, यह सरकारों और स्वास्थ्य संस्थाओं का ध्यान इस ओर आकर्षित करता है कि आधुनिक तकनीक को हर जरूरतमंद के लिए सस्ती और सुलभ बनाया जाना अनिवार्य है।

श्रवण हानि-एक वैश्विक चुनौती:- वर्तमान में श्रवण अक्षमता एक गंभीर

सार्वजनिक स्वास्थ्य चुनौती का रूप ले रही है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) के आंकड़े चौंकाने वाले हैं। इस संदर्भ में वर्तमान स्थिति की बात करें तो दुनिया भर में लगभग 43 करोड़ लोग (जिनमें 3.4 करोड़ बच्चे शामिल हैं) मध्यम से गंभीर श्रवण हानि से जूझ रहे हैं और यदि इस संबंध में समय पर निवारक उपाय नहीं किए गए, तो वर्ष 2050 तक यह संख्या 70 करोड़ से अधिक हो सकती है। यानी दुनिया का हर 10 में से 1 व्यक्ति इस समस्या से प्रभावित होगा। डब्ल्यूएचओ द्वारा 'विश्व श्रवण हानि से निवारण' (3 मार्च) से पूर्व जारी पहली वैश्विक रिपोर्ट के अनुसार, 2050 तक प्रत्येक 4 में से 1 व्यक्ति (लगभग 2.5 बिलियन लोग) किसी न किसी स्तर की श्रवण क्षति का सामना कर सकता है। भारत के संदर्भ में स्थिति की बात करें तो भारत में श्रवण संबंधी समस्याएँ व्यापक हैं। आंकड़ों के अनुसार देश में लगभग 6 से 7 करोड़ लोग श्रवण अक्षमता से प्रभावित हैं। गौरतलब है कि प्रतिवर्ष भारत में 27,000 से अधिक बच्चे जन्मजात बधिर पैदा होते हैं।

इस संदर्भ में व्यापक विभिन्न चुनौतियाँ:- वास्तव में, श्रवण बाधा केवल सुनने की क्षमता तक सीमित समस्या नहीं है, बल्कि यह व्यक्ति के संपूर्ण सामाजिक, शैक्षिक और भावनात्मक जीवन को प्रभावित करती है। श्रवण बाधित लोगों को संचार में कठिनाई का सामना करना पड़ता है, जिससे शिक्षा प्राप्त करने, रोजगार पाने और सामाजिक संबंध बनाए रखने में चुनौतियाँ बढ़ जाती हैं। आम जनता में जागरूकता की कमी, निदान में अनावश्यक देरी, कुपोषण, शोर प्रदूषण और प्राथमिक क्षेत्रों में सीमित स्वास्थ्य सुविधाएँ इस समस्या को और जटिल बनाती हैं।

निवारण और सुधार के मार्ग:- श्रवण बाधा के निवारण और सुधार के लिए समय पर पहचान, उचित उपचार और जागरूकता बेहद आवश्यक हैं। गर्भावस्था में देखभाल, टीकाकरण, तेज आवाज़ से बचाव और कान के संक्रमण का इलाज रोकथाम में मदद करता है। जिन लोगों को समस्या है, उनके लिए हियरिंग एड, कॉक्विलियर इम्प्लॉट, स्पीच थेरेपी और संचिकित्सा भाषा उपयोगी साधन हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार सही हस्तक्षेप से कई मामलों में श्रवण हानि को रोका या कम किया जा सकता है। दूसरे शब्दों में कहें तो व्यक्ति के जीवन की गुणवत्ता में बड़ा सुधार किया जा सकता है और यह तभी संभव है जब हम नवजात शिशुओं की समय पर स्क्रीनिंग करवाएँ। इनका निर्यात टीकाकरण और सुरक्षित दवाओं का उपयोग किया जाए। अत्यधिक शोर से बचाव हो। श्रवण यंत्रों और इम्प्लॉट तकनीक को व्यापक उपलब्धता से श्रवण बाधाओं का काफी हद तक निवारण किया जा सकता है।

अंत में निष्कर्ष के तौर पर यही कहूँगा कि अंतरराष्ट्रीय कॉक्विलियर इम्प्लॉट दिवस हमें यह विश्वास दिलाता है कि आधुनिक विज्ञान ने सुनने की अक्षमता को अब एक 'बाधा' के बजाय 'उपचार योग्य स्थिति' बना दिया है। सहायता से कहीं अधिक आवश्यक सशक्तीकरण है। सही समय पर पहचान और तकनीक का उपयोग न केवल सुनने की शक्ति लौटा सकता है, बल्कि प्रभावित व्यक्ति को समाज की मुख्यधारा में भी स्थापित कर सकता है।

सुनील कुमार महला, प्रीलांस राइटर, कालमिस्ट व युवा साहित्यकार, पिथौरा

सहारा समूह निवेशकों का मैच्योरिटी राशि दिलायेगा श्री लीगल एसोसिएट

झारखंड के जिला कोर्ट से सुप्रीम कोर्ट तक लडेगा लीगल एसोसिएट फोर वेलफेयर

के 0 के परिच्छा, स्टेट डेड - झारखंड

रांची, सरायकेला में सर्वश्री लीगल एसोसिएट फोर वेलफेयर (लव) के कार्यालय का उद्घाटन साहबगंज कस्तुरबा विधालय के निकट किया गया। इसके साथ ही व्यवहार न्यायालय परिसर में आज अनेक महिलाओं के बीच जहां साड़ीयां बांटी गयी वही अधिवक्ता सतीश कुमार का जन्मदिन भी मनाई गयी। इस संस्थान मुख्य रूप से सहारा समूह निवेशकों द्वारा निवेशित राशि को मैच्योरिटी के साथ सूट समेत वापस दिलाने हेतु काम करेगा। सहारा समूह से मैच्योरिटी दिलाने हेतु श्री लीगल एसोसिएट



फोर वेलफेयर जिला न्यायालय से सर्वेच्च न्यायालय तक मामले को लडेगा तथा न्याय दिलायेगा। इस संगठन ने 10,000 रूपये से लेकर 10 लाख रूपये तक तयशुदा न्यूनतम राशि से केस लडेगा। आज न्यायालय निकट आयोजित इस कार्यक्रम में

कार्यकारी अधिकारी सुभाष मन्ना, मुख्य कानूनी सलाहकार शशीश कुमार (अधिवक्ता), संजीव पति (अधिवक्ता), अधिवक्ता कुमार (अधिवक्ता), मनोज कुमार सिंह, विनोद सिन्हा, मोहन मुखी, लखींदर तांती, शेखर बर्मा, श्रीमती प्रभा टूडू,

जगू पंडिहारी, नितिश महतो, दिनेश, आदि उपस्थित रहे। जिनका संपर्क नंबर 9128795579 तथा नाम शशीश कुमार अधिवक्ता है। मेल आईडी satishadvocatessrailel@gmail.com के रूप में दर्ज है।

लाइफस्टाइल में छोटे बदलाव से लिवर को रखें लाइफटाइम हेल्दी

अमृतसर 24 फरवरी (साहिल बेरी)

अमृतसर: हमारा लिवर शरीर का सबसे मेहनती अंग है, जो रोजाना 500 से अधिक जरूरी काम करता है। यह शरीर से टॉक्सिन्स को बाहर निकालता है, भोजन को पचाने में मदद करता है और एनर्जी बनाने में अहम भूमिका निभाता है। लेकिन आज की मांडन लाइफस्टाइल—जंक फूड, लंबे समय तक बैठकर काम करना, तनाव और अनियमित दिनचर्या, चुपचाप लिवर को नुकसान पहुंचा रही है। इसका नतीजा फैटी लिवर, सूजन या गंभीर लिवर डिजीज के रूप में सामने आ सकता है।

खराब खानपान और निष्क्रिय जीवनशैली के कारण लिवर में फैट जमा होने लगता है, जिसे एनएफएलडी (NAFLD) कहा जाता है। भारत में बढ़ता मोटापा और डायबिटीज शहरी आबादी के लिए बड़ी चिंता बन चुका है। ज्यादा शराब का सेवन लिवर सेल्स को सीधे नुकसान पहुंचाता है, जबकि धूम्रपान ब्लड प्रेशर को कम कर लिवर पर अतिरिक्त दबाव डालता है।

बीएलके मैक्स सुपर स्पेशलिटी हॉस्पिटल के एचपीबी सर्जरी एवं लिवर ट्रांसप्लांटेशन विभाग के चेयरमैन एवं एचओडी डॉ. अभिषेक चौधरी ने बताया "सही डाइट लिवर को स्वस्थ रखने की सबसे बड़ी कुंजी है। हरी सब्जियां जैसे पालक,

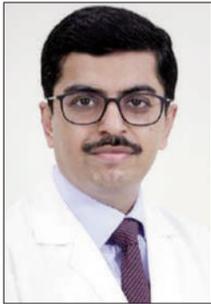
साबुत अनाज, फल, दालें और मछली जैसे लीन प्रोटीन लिवर के लिए फायदेमंद हैं। वहीं मीठे कोल्ड ड्रिंक्स, तले हुए स्नैक्स और प्रोसेस्ड मीट लिवर में फैट बढ़ाते हैं। अपनी प्लेट का आधा हिस्सा सब्जियों से भरने की आदत डालें। नट्स और ग्रीन टी शरीर की नेचुरल डिटॉक्स प्रक्रिया में सहायक होते हैं। रोज लगभग 3 लीटर पानी पीना टॉक्सिन्स को बाहर निकालने में मदद करता है। छोटे बदलाव, जैसे मैदा की रोटी को जगह गेहूं की रोटी चुनना, भी बड़ा फर्क ला सकते हैं। नियमित शारीरिक गतिविधि भी बेहद जरूरी है। हफ्ते में कम से कम 150 मिनट ब्रिस्क वॉक, योग या साइकिलिंग करने से लिवर के आसपास जमा फैट कम होता है और इंसुलिन की कार्यक्षमता बेहतर होती है। रोज रात के खाने के बाद 30 मिनट टहलना या ऑफिस में सीढ़ियां इस्तेमाल करना भी लाभदायक है। एक्टिव रहने से फैटी लिवर का जोखिम लगभग 50% तक कम किया जा सकता है।"

इसके अलावा, स्वस्थ वजन बनाए रखना

बेहद जरूरी है। कुल वजन का 5-10% कम करना शुरुआती लिवर डैमेज को रिवर्स कर सकता है। मेडिटेशन और रिलैक्सेशन तकनीक से तनाव कम होता है, जिससे लिवर एंजाइम्स

संतुलित रहते हैं। बिना जरूरत दवाओं का सेवन न करें और प्लास्टिक की बजाय कांच या स्टील के बर्तनों का उपयोग करें। हेपेटाइटिस बी का टीकाकरण करवाना और यदि वजन अधिक है तो सालाना जांच कराना समझदारी भरा कदम है। रोज 7-8 घंटे की अच्छी नींद भी लिवर की डिटॉक्स प्रक्रिया को संतुलित रखती है।

आखिरकार, इलाज से बेहतर है बचाव। आज ही एक छोटा बदलाव चुनें—इस हफ्ते सोडा छोड़ दें या रोज वॉक शुरू करें। अपनी प्रगति को नोट करें और परिवार को भी इस हेल्दी रूटीन में शामिल करें। स्वस्थ लिवर का मतलब है ज्यादा एनर्जी, बेहतर कामकाज और खुशहाल जीवन। व्यक्तिगत सलाह के लिए डॉक्टर से परामर्श अवश्य लें, क्योंकि आज की सही आदतें ही कल की बेहतर सेहत की गारंटी हैं।



महाशिवरात्रि के अवसर पर मनोज कुमार (सीए) द्वारा पुतलीघर में अपने ऑफिस के बहर आठवां विशाल लंगर भंडारा आयोजित

अमृतसर, 24 फरवरी (साहिल बेरी)

पावन महाशिवरात्रि के शुभ अवसर पर हर वर्ष की तरह इस वर्ष भी मनोज कुमार (सीए) द्वारा पुतलीघर स्थित अपने कार्यालय के बाहर आठवां विशाल लंगर भंडारा आयोजित किया गया। इस धार्मिक आयोजन में बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने प्रसाद ग्रहण किया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में अश्वनी कुमार पप्पू, पूर्व शहरी अध्यक्ष, भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस, अमृतसर उपस्थित रहे। उनके साथ विकास मिश्रा, अशोक मरचंडा, सुमित बंसल सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति भी मौजूद थे। इस अवसर पर मुख्य अतिथि ने आयोजक मनोज कुमार (सीए) के सेवा भाव की सराहना करते हुए कहा कि इस प्रकार के धार्मिक और सामाजिक आयोजन समाज में भाईचारे, प्रेम और एकता को बढ़ावा देते हैं। उन्होंने सभी को महाशिवरात्रि की शुभकामनाएं भी दीं।

मनोज कुमार (सीए) ने आगे



हुए सभी अतिथियों और श्रद्धालुओं का धन्यवाद किया तथा कहा कि

भविष्य में भी इसी प्रकार सेवा कार्य जारी रहेंगे। कार्यक्रम का समापन

श्रद्धालुओं को लंगर प्रसाद वितरित कर किया गया।

मानद कुलपति डॉ. सौरभ पांडेय ने साहित्य साधिका डॉ. गीतांजलि अरोड़ा को डॉक्टरेट ऑफ लिटरेचर से किया अलंकृत

द्विदशक की साहित्य साधना और सामाजिक सरोकारों को मिला अंतरराष्ट्रीय सम्मान

डॉ. शंभु पंवार

नई दिल्ली, 24 फरवरी।

प्रख्यात साहित्यकार, लेखिका, मोटिवेशनल काउंसलर एवं गीतांजलि काव्य प्रसार मंच की राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. गीतांजलि नौरज अरोड़ा 'गीत' को अमेरिकी की एक प्रतिष्ठित यूनिवर्सिटी द्वारा डॉक्टरेट ऑफ लिटरेचर की मानद उपाधि से सम्मानित किया गया है।

यह गरिमामय सम्मान हरियाणा के कलानौर (रोहतक) में आयोजित एक विशेष समारोह में यूनिवर्सिटी के मानद कुलपति डॉ. सौरभ पांडेय द्वारा



प्रदान किया गया इस अवसर पर यूपी माध्यमिक शिक्षा बोर्ड पाठ्यक्रम समिति के सदस्य एवं शिक्षाविद डॉ. एहसान अहमद, वर्ल्ड रिकॉर्ड होल्डर, अंतरराष्ट्रीय लेखक, प्रकाश-विचारक एवं धरागर्वन डॉ. शंभु पंवार, तथा निराला साहित्य एवं कला मंच के अध्यक्ष डॉ. सत्यवीर सिंह निराला सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे। डॉ. अरोड़ा

को यह सम्मान उनके उत्कृष्ट साहित्यिक अवदान एवं सामाजिक सरोकारों के क्षेत्र में किए गए उल्लेखनीय कार्यों के लिए प्रदान किया गया। विगत लगभग दशकों से वे साहित्य सृजन, लेखन और सामाजिक चेतना के क्षेत्र में सक्रिय भूमिका निभा रही हैं। पर्यावरण संरक्षण, मानवाधिकार, बालिका शिक्षा, महिला सशक्तिकरण तथा

अनुसूचित वर्ग के उत्थान जैसे विषयों पर उनका कार्य समाज के लिए प्रेरणास्रोत रहा है। डॉ. अरोड़ा को पूर्व में भी साहित्यिक और सामाजिक सेवा के क्षेत्र में अनेक राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय पुरस्कारों एवं उपाधियों से सम्मानित किया जा चुका है। यह मानद डॉक्टरेट उनकी सतत साहित्यिक साधना, वैचारिक प्रतिबद्धता और समाज के प्रति समर्पण का महत्वपूर्ण प्रमाण माना जा रहा है। दिल्ली, एनसीआर, यूपी, एमपी, हरियाणा एवं राजस्थान की साहित्यिक संस्थाओं और प्रतिष्ठित साहित्यकारों ने डॉ. गीतांजलि अरोड़ा को इस विशिष्ट उपलब्धि पर हार्दिक बधाई देते हुए उनके उज्वल एवं प्रेरणादायी भविष्य की कामना की है।

भारत में लक्जरी विस्तार: रेडिसन होटल ग्रुप और एमबीडी ग्रुप की मास्टर फ्रेंचाइजी साझेदारी

परिवहन विशेष न्यूज

नोएडा/गुरुग्राम। रेडिसन होटल ग्रुप और एमबीडी ग्रुप ने भारत में रेडिसन कलेक्शन और रेडिसन रेड के विस्तार के लिए मास्टर फ्रेंचाइजी समझौते के तहत की रणनीतिक साझेदारी की घोषणा

रेडिसन होटल ग्रुप (आरएचजी) और एमबीडी ग्रुप ने आज एक दीर्घकालिक रणनीतिक साझेदारी की घोषणा की है, जो मास्टर फ्रेंचाइजी समझौते के तहत भारत में आरएचजी के लक्जरी और लाइफस्टाइल ब्रांड्स— रेडिसन कलेक्शन और रेडिसन रेड—के विस्तार को समर्थन देगी। यह साझेदारी आरएचजी के वैश्विक ब्रांड मानकों और गवर्नंस प्रेमवर्क पर आधारित है और भारत में लक्जरी हॉस्पिटैलिटी एवं लाइफस्टाइल सेगमेंट के विस्तार की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। इस सहयोग के माध्यम से आरएचजी के वैश्विक ब्रांड फ्लैटफॉर्म और एमबीडी ग्रुप की विकास व संचालन विशेषज्ञता को एक साथ लाया जाएगा। आरएचजी भारत में इन ब्रांड्स के विकास को विभिन्न माध्यमों और रणनीतिक साझेदारियों के जरिए आगे बढ़ाता रहेगा।

रणनीतिक साझेदारी का ढांचा
इस रणनीतिक साझेदारी के तहत एमबीडी ग्रुप पूरे भारत में रेडिसन कलेक्शन और रेडिसन रेड होटलों के विकास को समर्थन देगा। आरएचजी की स्वतंत्र विकास पहलों और व्यापक पार्टनर नेटवर्क के साथ-साथ, एमबीडी ग्रुप चिह्नित और आपसी सहमति वाले स्थानों पर दोनों ब्रांड्स के लिए बिजनेस डेवलपमेंट, मैनेजमेंट और फ्रेंचाइजिंग की जिम्मेदारी भी निभाएगा। यह साझेदारी भारत जैसे प्रमुख बाजार में आरएचजी की विकास रणनीति को और मजबूती देगी।

रेडिसन ब्लू एमबीडी नोएडा बनेगा रेडिसन कलेक्शन एमबीडी
इस रणनीतिक साझेदारी के तहत प्रतिष्ठित रेडिसन ब्लू एमबीडी होटल नोएडा, जो क्षेत्र का पहला पांच सितारा होटल है, अब व्यापक



उन्नयन (अपग्रेडेशन) के बाद रेडिसन कलेक्शन एमबीडी के रूप में परिवर्तित किया जाएगा। यह होटल भारत में आरएचजी के सबसे बेहतर प्रदर्शन करने वाले होटलों में से एक है। यह बदलाव भारत में आरएचजी के लक्जरी पोर्टफोलियो को और मजबूत करने की रणनीति को दर्शाता है, जिसके तहत स्थापित लैडमार्क होटलों को प्रीमियम ब्रांड श्रेणी में उन्नत किया जा रहा है, साथ ही रेडिसन कलेक्शन और रेडिसन रेड का विस्तार अन्य साझेदारों के नेटवर्क के माध्यम से भी जारी रहेगा।

भारत के लक्जरी और लाइफस्टाइल हॉस्पिटैलिटी सेगमेंट में अगले चरण की वृद्धि
रेडिसन होटल ग्रुप, साउथ एशिया के मैनेजिंग डायरेक्टर और चीफ ऑपरेटिंग ऑफिसर निखिल शर्मा ने कहा, "भारत का प्रीमियम हॉस्पिटैलिटी बाजार लगातार मजबूत वृद्धि देख रहा है और समकालीन, डिजाइन-आधारित लाइफस्टाइल अनुभवों की मांग बढ़ रही है। यह रणनीतिक साझेदारी हमें प्रमुख भारतीय बाजारों में रेडिसन कलेक्शन और रेडिसन रेड के विस्तार को और सशक्त करने में मदद करेगी। एमबीडी ग्रुप पिछले दो दशकों से रेडिसन होटल ग्रुप का भरोसेमंद साझेदार रहा है और हम मिलकर इन ब्रांड्स को आगे बढ़ाने तथा यात्रियों की बदलती अपेक्षाओं के अनुरूप विशिष्ट होटल विकसित करने के लिए पूरी तरह तैयार हैं।"

रेडिसन होटल ग्रुप, साउथ एशिया के सीनियर डायरेक्टर (डेवलपमेंट) देवाशीष श्रीवास्तव ने कहा, "यह सहयोग भारत के प्रीमियम हॉस्पिटैलिटी सेगमेंट में हमारे विकास की गति को समर्थन देता है। एमबीडी टीम के सहयोग से हम नए अवसरों की पहचान करने में मदद मिलेगी। एसेट-लाइट मॉडल पर स्पष्ट फोकस के साथ हम दीर्घकालिक ब्रांड वैल्यू बनाए रखते हुए रणनीतिक रूप से विस्तार करने की स्थिति में हैं।"

रणनीतिक दृष्टि और विकास रोडमैप
एमबीडी ग्रुप की जॉइंट मैनेजिंग डायरेक्टर सोनिका मल्होत्रा कंधारी ने कहा, "यह साझेदारी एमबीडी की हॉस्पिटैलिटी यात्रा में एक निर्णायक रणनीतिक मील का पत्थर है। पहले दशक में रेडिसन कलेक्शन एमबीडी और रेडिसन रेड एमबीडी के तहत 50 सह-ब्रांडेड होटलों का लक्ष्य रखा गया है, जिनमें से अधिकांश एसेट-लाइट मॉडल के माध्यम से विकसित होंगे। एमबीडी की संपत्ति हिस्सेदारी लगभग 25% रहेगी। रेडिसन कलेक्शन एमबीडी लक्जरी सेगमेंट में सोच-समझकर चुने गए स्थानों पर स्थापित किया जाएगा, जबकि रेडिसन रेड एमबीडी लाइफस्टाइल सेगमेंट में अधिक आक्रामक विस्तार करेगा। एमबीडी अपनी पैन-इंटरमिलिटर इन ब्रांड्स को आगे बढ़ाने तथा देश में सभी रेडिसन होटलों में नंबर-1 लीडरशिप प्रदर्शन की स्थिति का लाभ उठाएगा।"

सोनिका ने आगे कहा कि प्रस्तावित

पोर्टफोलियो में लगभग 80% प्रबंधित और फ्रेंचाइजी होटल तथा 20% स्वामित्व वाले होटल शामिल होंगे। यह साझेदारी स्केलेबल और एसेट-लाइट विस्तार पर साझा फोकस को दर्शाती है। यह सहयोग रेडिसन होटल ग्रुप की वैश्विक ब्रांड ताकत और एमबीडी ग्रुप की स्थानीय बाजारों की गहरी समझ व संचालन विशेषज्ञता को एक साथ लाता है, ताकि उच्च-स्तरीय लक्जरी और डिजाइन-आधारित लाइफस्टाइल हॉस्पिटैलिटी की बढ़ती मांग को पूरा किया जा सके।

डिजाइन फिलॉसफी और ब्रांड पोजिशनिंग

एमबीडी ग्रुप की मैनेजिंग डायरेक्टर सोनिका मल्होत्रा कंधारी ने कहा, "आज लक्जरी का अर्थ सौंदर्यपूर्ण परिष्कार और गहन अनुभवों से है। एमबीडी की प्रोजेक्ट डिजाइन और प्रबंधन विशेषज्ञता के माध्यम से हम अतिथि अनुभवों को नई ऊंचाई पर ले जाने का लक्ष्य रखते हैं। रेडिसन कलेक्शन एमबीडी कालातीत, सांस्कृतिक रूप से जुड़ी और क्यूरेटेड लक्जरी को दर्शाएगा, जबकि रेडिसन रेड एमबीडी बॉल्ड, जीवंत और सामाजिक रूप से प्रेरित डिजाइन के साथ भारत में लाइफस्टाइल हॉस्पिटैलिटी को नया स्वरूप देगा। एमबीडी अपनी सांस्कृतिक विरासत को इन ब्रांड्स में समाहित कर भारत में लक्जरी और लाइफस्टाइल हॉस्पिटैलिटी की नई परिभाषा गढ़ेगा। हमारा लक्ष्य भारतीय मूल का नंबर-1 लक्जरी और लाइफस्टाइल ब्रांड बनना है, जो वैश्विक स्तर पर अपनी पहचान बनाए।"

विरासत और मूल्य-आधारित साझेदारी

एमबीडी ग्रुप के चेयरपर्सन सतीश बाला मल्होत्रा ने कहा, "आरएचजी के साथ हमारा संबंध हमेशा विश्वास और गुणवत्ता के प्रति साझा प्रतिबद्धता पर आधारित रहा है। यह विस्तारित साझेदारी हमारे संस्थापक स्वर्गीय श्री अशोक कुमार मल्होत्रा की उस विरासत को दर्शाती है, जिसमें संस्थानों का निर्माण ईमानदारी, उत्कृष्टता और नैतिक मूल्यों के साथ किया गया।

हल्का अजनाला में 10,181 कनाल जमीन पर खेती कर रहे 6,344 किसानों को मालिकाना हक देकर मान सरकार ने उनका सपना साकार कर दिया - धालीवाल

अमृतसर 24 फरवरी (साहिल बेरी)

—2,800 एकड़ सरकारी भूमि पर खेती करने वाले किसानों को बाढ़ में बर्बाद हुई फसलों का अब मुआवजा मिलेगा।

पनाही कदीम किसानों को मालिकाना हक देने और सरकारी जमीन पर खेती करने वाले बाढ़ प्रभावित किसानों को मुआवजा देने के फैसलों के लिए उन्होंने मुख्यमंत्री सहित राजस्व मंत्री का धन्यवाद किया।

अमृतसर/अजनाला, 24 फरवरी— आज आम आदमी पार्टी के सुबई मुख्य प्रवक्ता, विधायक एवं पूर्व कैबिनेट मंत्री कुलदीप सिंह धालीवाल ने पंजाब के मुख्यमंत्री Bhagwant Mann का धन्यवाद करते हुए कहा कि उनकी किसान हितैषी सोच के कारण आजादी के बाद लगभग 75 वर्ष बीत जाने के बावजूद हल्का अजनाला के किसानों गांवों में 10,181 कनाल 'पनाही कदीम', 'मालगुजार' और 'मुआफेदार' श्रेणी की उपजाऊ भूमि पर लगातार खेती कर रहे 6,344 किसान, जो अब तक मालिकाना हक से वंचित थे, अब जमीन के मालिक बन सके।

इस संबंध में पंजाब के राजस्व मंत्री Hardeep Singh Mundian ने विभिन्न जिलों के डिप्टी कमिश्नरों के साथ ऑनलाइन बैठक कर निर्देश दिए कि चिन्हित



जमीनों के मालिकाना हक के दस्तावेज जल्द तैयार किए जाएंगे। प्रक्रिया पूरी होने के बाद विशेष कैंप लगाकर संबंधित किसानों को कागजात सौंपे जाएंगे। धालीवाल ने पूर्व की कांग्रेस और अकाली-भाजपा सरकारों की आलोचना करते हुए कहा कि लगभग 70 वर्षों तक सत्ता में रहने के बावजूद उन्होंने इन श्रेणियों के किसानों को मालिकाना हक नहीं दिया। इसके कारण किसान बैंक से ऋण लेने और आवश्यकता अनुसार जमीन बेचने के अधिकांश से वंचित रहे।

उन्होंने बताया कि जब वे मुख्यमंत्री भगवंत मान की सरकार में कैबिनेट मंत्री थे, तब उन्होंने इस मुद्दे को कैबिनेट में उठाया था और मुख्यमंत्री ने प्रस्ताव पारित कर किसानों को मालिकाना हक देने का ऐतिहासिक निर्णय लिया। इसके अतिरिक्त, अगस्त और

सितंबर 2025 में आई भीषण बाढ़ से सरकारी जमीन पर खेती करने वाले किसानों की फसलें नष्ट हो गई थीं। कैबिनेट ने निर्णय लिया है कि 100 प्रतिशत फसल नुकसान होने पर किसानों को 20,000 रुपये प्रति एकड़ मुआवजा दिया जाएगा। अमृतसर जिले में अंतरराष्ट्रीय सीमा के पास 2,800 एकड़ क्षेत्र में फसलें बर्बाद हुई थीं।

धालीवाल ने कहा कि पंजाब के इतिहास में यह पहली बार है कि सरकारी जमीन पर खेती करने वाले किसानों को प्राकृतिक आपदा से हुए नुकसान का मुआवजा दिया जा रहा है। उन्होंने दावा किया कि भगवंत मान के नेतृत्व वाली सरकार ही सच्चे अर्थों में किसानों के हितों को रक्षा कर रही है। कैप्शन: कुलदीप सिंह धालीवाल राजस्व मंत्री हरदीप सिंह मुंडियां के साथ बैठक करते हुए।