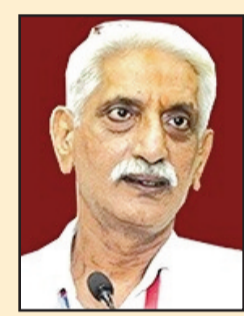
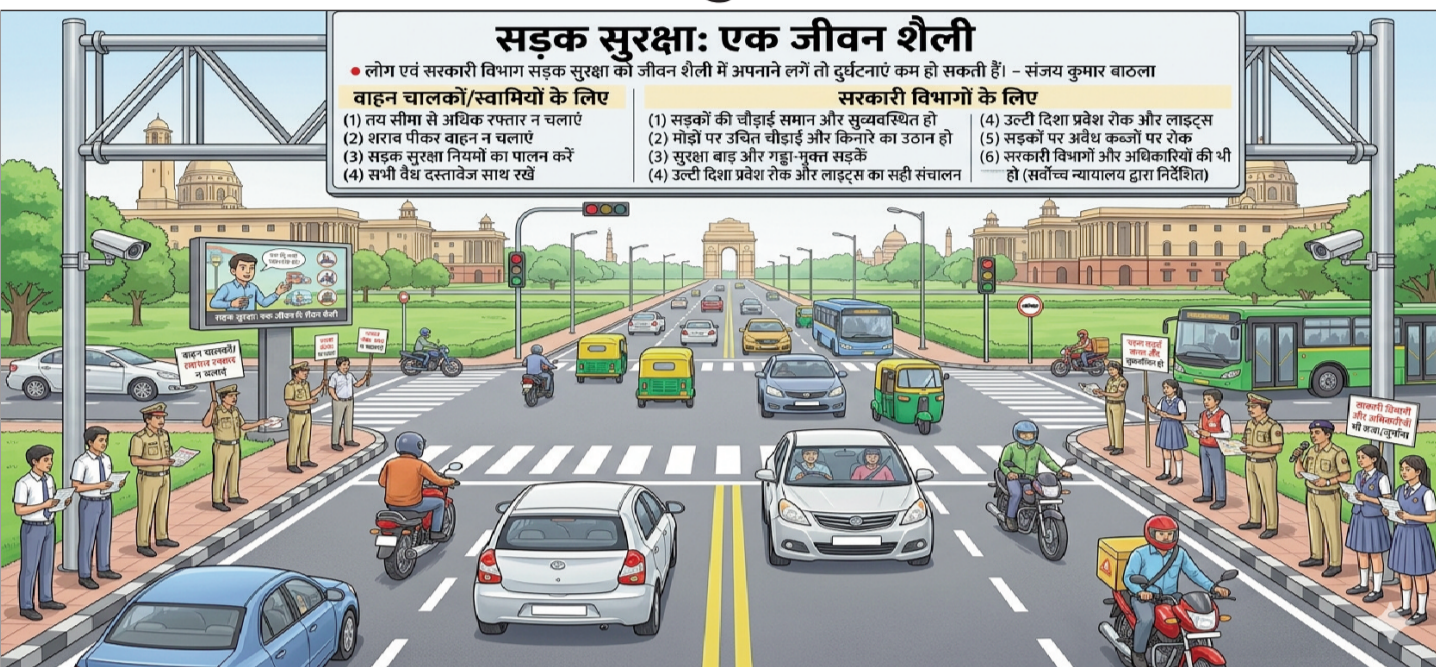


03 अंक 1 - सूर्य उपाय...

06 बारहवीं कक्षा के बाद कैरियर विकल्प: आधुनिक विकल्पों की खोज की

08 18 मई 1948 तत्कालीन बिहार - ओडिशा का वह काला सच सरायकेला खरसावां...

लोग एवं सरकारी विभाग सड़क सुरक्षा को जीवन शैली में अपनाने लगे तो दुर्घटनाएं कम हो सकती हैं



संजय कुमार बाठला

1. वाहन स्वामी शराब पीकर वाहन न चलाएँ,
2. सड़क सुरक्षा नियमों का पालन करें, ताकि दुर्घटनाओं पर प्रभावी नियंत्रण किया जा सके।
3. सड़क सुरक्षा अभियान - स्कूल कॉलेज व सड़कों पर उतरकर यातायात नियमों के लिए जागरूक करना आवश्यक, सड़क हादसों पर काबू पाना सरकार के लिए बड़ी चुनौती है। तमाम जागरूकता अभियानों,

यातायात नियमों में कड़ाई, भारी जुर्माने के प्रावधान तथा सड़कों पर सीसीटीवी कैमरे से निगरानी आदि की व्यवस्था के बावजूद हर वर्ष सड़क दुर्घटनाओं और उनमें घायल होने तथा मरने वालों की संख्या बढ़ी हुई ही दर्ज होती है।
आमतौर पर इसकी वजह सरकार, विभाग और प्रवर्तन शाखाओं द्वारा बताया जाता है

1. तय सीमा से अधिक रफ्तार,
 2. नशे में वाहन चलाना,
 3. यातायात नियमों का पालन न करना
- जब की विशेषज्ञों द्वारा जांच में बताया गया है कि सड़क की अनेक दुर्घटनाओं में देखा गया है :-
1. सड़कों की चौड़ाई समान न होने,
 2. मोड़ों पर उचित चौड़ाई और किनारों की उठान न होने,

3. उनके किनारे समुचित सुरक्षा बाड़ न लगी होने,
 4. उल्टी दिशा से गलत ढंग से वाहनों के प्रवेश पर रोक का इंतजाम न होने,
 5. सड़कों पर गड्ढे इत्यादि का होना,
 6. सड़कों पर अवैध कब्जों का होना,
 7. सड़कों पर आवाजाही के लिए लगी लाइट्स का सही संचालन नहीं होना
- इत्यादि की वजह से दुर्घटनाएँ अधिक होती हैं।
यहां यह बात स्पष्ट है कि दुर्घटनाओं के पीछे सिर्फ वाहन चालक की नहीं अपितु उससे भी अधिक बड़ी गलतियाँ सरकारी विभागों एवं उनके अधिकारियों की हैं, इसलिए वाहन चालक पर जिस तरह गलती का नाम लेकर जुर्माना/ सजा निश्चित की जाती है उसी तर्ज पर सरकारी विभागों और उनके अधिकारियों की भी

सजा/ जुर्माना उसी समय निश्चित होनी चाहिए।
सरकारी विभागों और उनके अधिकारियों की गलती के प्रति सजा/ जुर्माने का प्रावधान भारत देश की सर्वोच्च न्यायालय द्वारा निर्दिष्ट है।
जन जागरण अभियान और खास तौर से युवा पीढ़ी के लिए स्कूलों, कॉलेजों में जाकर छात्रों को सड़क सुरक्षा के नियमों की जानकारी देना एक अच्छा विकल्प है। आज की युवा पीढ़ी को यह समझाना होगा कि सड़क सुरक्षा और यातायात अनुशासन से किसी तरह का समझौता नहीं किया जाना चाहिए क्योंकि आप क भविष्य हमारे देश और आपके अपने के लिए महत्वपूर्ण के साथ नींव है।
उन्हें समझाना होगा वाहन के

1. सभी वैध दस्तावेज साथ रखें,
 2. शराब पीकर वाहन न चलाएँ और
 3. सड़क सुरक्षा नियमों का पालन करें,
- जिससे सड़क दुर्घटनाओं पर प्रभावी नियंत्रण किया जा सके। साथ ही साथ यह भी अति आवश्यक है कि सभी सरकारी विभागों जिनका इन सड़क हादसों से सीधा संबंध है को भी यह समझाना होगा कि अब उनकी अनदेखी बकशी नहीं जाएगी।

जस्टिस जेबी पारदीवाला और जस्टिस केवी विश्वनाथन की बेंच ने 'एस राजशेखरन बनाम भारत संघ' मामले की सुनवाई करते हुए ये निर्देश दिए। यह मामला पूरे देश में सड़क दुर्घटनाओं में होने वाली मौतों को कम करने के उपायों को लागू करने से जुड़ा है।

1. दिल्ली परिवहन विभाग
2. दिल्ली यातायात पुलिस
3. दिल्ली पुलिस
4. दिल्ली नगर निगम
5. दिल्ली नगर पालिका
6. लोक निर्माण विभाग दिल्ली
7. केंद्रीय लोक निर्माण विभाग
8. इत्यादि

ट्रैकिंग डिवाइस और इमरजेंसी पैनिक बटन के बिना पब्लिक सर्विस गाड़ियों को कोई फिटनेस सर्टिफिकेट या परमिट नहीं: सुप्रीम कोर्ट



संजय कुमार बाठला

यात्रियों की सुरक्षा को बढ़ावा देने के लिए एक अहम कदम उठाते हुए सुप्रीम कोर्ट ने मंगलवार को निर्देश दिया कि किसी भी पब्लिक सर्विस गाड़ी को तब तक फिटनेस सर्टिफिकेट या परमिट नहीं दिया जाएगा, जब तक उसमें व्हीकल लोकेशन ट्रैकिंग डिवाइस (VLTDS) और इमरजेंसी पैनिक बटन लगे न हो, उनकी जांच न हो गई हो और वे 'वाहन' डेटाबेस में दर्ज न हो।

जस्टिस जेबी पारदीवाला और जस्टिस केवी विश्वनाथन की बेंच ने 'एस राजशेखरन बनाम भारत संघ' मामले की सुनवाई करते हुए ये निर्देश दिए। यह मामला पूरे देश में सड़क दुर्घटनाओं में होने वाली मौतों को कम करने के उपायों को लागू करने से जुड़ा है।

कोर्ट ने ये निर्देश तब दिए, जब उसने इस बात पर चिंता जताई कि सेंट्रल मोटर व्हीकल रूलस, 1989 के नियम 125H के तहत कानूनी जरूरत होने के बावजूद, अभी 1% से भी कम ट्रांसपोर्ट गाड़ियों में जरूरी व्हीकल ट्रैकिंग डिवाइस लगे हुए हैं।
इस स्थिति को रूपांतरण करने वाला बताते हुए बेंच ने कहा कि ये डिवाइस यात्रियों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए बहुत जरूरी हैं - खासकर महिलाओं, बच्चों और बुजुर्गों के लिए - क्योंकि ये समय पर इमरजेंसी मदद पहुंचाने में मदद करते हैं।
कोर्ट ने आदेश दिया, रहम सभी राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों को निर्देश देते हैं कि किसी भी पब्लिक सर्विस गाड़ी को मोटर व्हीकल एक्ट,

1988 की धारा 56 के तहत फिटनेस सर्टिफिकेट या धारा 66 के तहत परमिट तब तक न दिया जाए, जब तक उसमें VLTDS और इमरजेंसी बटन सही तरीके से लगे न हों, और वे 'वाहन' ऐप में दर्ज न हों।
बेंच ने सभी राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों को यह भी निर्देश दिया कि वे नियम 125H को सख्ती से लागू करें। इसके लिए उन्हें सुनिश्चित करना होगा कि नई और पुरानी, दोनों तरह की पब्लिक सर्विस गाड़ियों में व्हीकल लोकेशन ट्रैकिंग डिवाइस और पैनिक बटन एक तय समय-सीमा के अंदर और जाँच-योग्य तरीके से लगाए जाएं।

इसके अलावा, कोर्ट ने आदेश दिया कि दिसंबर 2018 तक रजिस्टर्ड पब्लिक सर्विस गाड़ियों में भी VLTDS और पैनिक बटन लगाए जाएं (जिन्हें 'रेट्रोफिटिंग' कहते हैं), ताकि कानूनी जरूरतों का पालन हो सके। राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों को यह भी निर्देश दिया गया कि वे इन डिवाइसों को लगाने और उनके काम करने की जानकारी को 'वाहन' डेटाबेस से जोड़ें, ताकि वे असल समय में (Real-Time) यह देख सकें कि नियमों का पालन हो रहा है या नहीं।

ये निर्देश तब आए, जब एमिक्स क्यूरी (कोर्ट के सलाहकार) गौरव अग्रवाल ने कोर्ट को व्हीकल ट्रैकिंग सिस्टम से जुड़े कानूनी ढाँचे के बारे में जानकारी दी। इस ढाँचे में केंद्र सरकार द्वारा जारी किया गया 'मोटर व्हीकल (व्हीकल लोकेशन ट्रैकिंग डिवाइस और इमरजेंसी बटन) आदेश, 2018' भी शामिल है।
कोर्ट ने इस बात पर गौर किया कि

एमिक्स ने इन डिवाइसों के महत्व और कानूनी आदेश का पालन न करने पर होने वाले नतीजों के बारे में विस्तार से बताया था। सुनवाई के दौरान, बेंच ने सड़क अनुशासन और दुर्घटनाओं की रोकथाम से जुड़े व्यापक मुद्दों पर भी चिंता जताई।

जस्टिस पारदीवाला ने टिप्पणी की, "आप इस देश में यह कैसे सुनिश्चित करेंगे कि ड्राइवर 'लेन ड्राइविंग' के नियमों का उल्लंघन न करें? इस देश में 'लेन ड्राइविंग' की कोई अवधारणा ही नहीं है। ज्यादातर दुर्घटनाएँ इसी वजह से होती हैं।"
बड़े शहरों में यातायात की स्थिति का चिन्न करते हुए उन्होंने आगे कहा: 'लेन ड्राइविंग एक ऐसी चीज है, जिससे दुर्घटनाओं में काफ़ी कमी आ सकती है। सरकार को इस पर ज़रूर ध्यान देना चाहिए।'
एडिशनल सॉलिसिटर जनरल विक्रमजीत बनर्जी ने जब यह बताया कि केंद्र सरकार ने राज्य सरकारों को इस संबंध में पत्र लिखा है, तो कोर्ट ने केवल सूचना देने के बजाय नियमों के प्रभावी अनुपालन (पालन) की आवश्यकता पर जोर दिया।
बेंच ने 'एमिक्स' (न्याय-मित्र) और याचिकाकर्ता द्वारा दिए गए एक सुझाव का भी स्वागत किया, जिसमें कहा गया कि वाहन निर्माताओं को ही वाहनों में 'ट्रैकिंग डिवाइस' पहले से ही (प्री-फिट) उपकरण के तौर पर) लगाकर देने चाहिए। कोर्ट ने केंद्र सरकार को निर्देश दिया कि वह पूरे देश के वाहन निर्माताओं से संपर्क करे और इस संबंध में एक उचित रिपोर्ट कोर्ट के समक्ष प्रस्तुत करे।

टैपल आफ लिबरलाइजेशन एंड वेलफेयर अलाइड ट्रस्ट पंजीकृत

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

आज का साइबर सुरक्षा विचार : क्या आप जानते हैं आपके नाम पर कितने बैंक खाते हैं?



पिंकी कुंडू

जैसे संचार साथी ऐप से आप यह देख सकते हैं कि आपके नाम से कितने सिम कार्ड जारी हुए हैं, उसी तरह भारत में कुछ आधिकारिक और सुरक्षित तरीके हैं जिनसे आप जान सकते हैं कि आपके नाम पर कितने बैंक खाते मौजूद हैं। इन तरीकों का उपयोग करने से म्यूल अकाउंट्स के खिलाफ लड़ाई और मजबूत होती है।
RBI का Account Aggregator फ्रेमवर्क
RBI द्वारा लाइसेंस प्राप्त Account Aggregators (AA) वे कंपनियाँ हैं जो आपके वित्तीय डेटा को सुरक्षित रूप से एकत्रित और साझा करती हैं। कई NBFC AA सक्रिय हैं और इनमें से किसी पर पंजीकरण करके आप अपने PAN या आधार से जुड़े सभी बैंक खातों की जानकारी देख सकते हैं।
प्रमुख RBI लाइसेंस प्राप्त Account Aggregators:
1. Finvu - मोबाइल ऐप आधारित AA, व्यक्तिगत और कॉर्पोरेट डेटा शेरिंग की सुविधा।
2. OneMoney - भारत का पहला AA, बैंकों और NBFCs से डेटा एकत्रित करता है।
3. NESL AA (National E Governance Services Ltd.) - सरकारी समर्थित AA, सुरक्षित डेटा शेरिंग पर केंद्रित।
4. CAMS FinServ - CAMS समूह की इकाई, निवेश और बैंकिंग डेटा एकत्रित करती है।
5. Perfios AA - फिनटेक आधारित AA, तेज और सुरक्षित डेटा एक्सेस।
6. Yodlee FinSoft - अंतरराष्ट्रीय कंपनी, भारत में



AA सेवाएँ प्रदान करती है। इन AAs पर पंजीकरण करके आप अपने PAN/आधार से जुड़े सभी बैंक खातों की जानकारी एक ही जगह देख सकते हैं।
AA का उपयोग कैसे करें
1. AA ऐप/वेबसाइट पर पंजीकरण करें - आधार या PAN से लॉगिन करें।
2. बैंक/वित्तीय संस्थान चुनें - जिनसे डेटा चाहिए, उन्हें चुनें।
3. OTP आधारित सहमति दें - डेटा केवल आपकी अनुमति से साझा होगा।
4. कंसोलिडेटेड रिपोर्ट देखें - आपके नाम से जुड़े सभी बैंक खाते और वित्तीय उत्पाद सूचीबद्ध होंगे।

सावधानियाँ
- केवल RBI लाइसेंस प्राप्त AA का ही उपयोग करें।
- किसी थर्ड पार्टी या अनधिकृत ऐप पर भरोसा न करें।
- डेटा शेरिंग पूरी तरह आपकी सहमति पर आधारित है; बिना अनुमति कोई जानकारी साझा नहीं होती।
सबसे आसान विकल्प है Finvu या OneMoney जैसे AA ऐप डाउनलोड करना, जिससे आप तुरंत देख सकते हैं कि आपके PAN/आधार से कितने बैंक खाते जुड़े हैं।
अन्य आधिकारिक तरीके
- आयकर विभाग (Form 26AS / AIS): आयकर पोर्टल पर लॉगिन करके PAN से जुड़े बैंक खातों की जानकारी देखें।
- क्रेडिट रिपोर्ट (CIBIL/Experian/Equifax/CRIF Highmark): इसमें आपके PAN से जुड़े सभी खाते और ऋण दिखाते हैं।
- बैंक विशेष पृष्ठताछ: आधार/PAN लेकर शाखा जाएँ और अपने नाम से जुड़े खातों की जानकारी माँगें।
- संचार साथी पोर्टल (DoT): मुख्यतः मोबाइल नंबरों के लिए है, लेकिन कभी कभी थोड़ा थड़ी वाले खातों से जुड़े मोबाइल नंबरों की जाँच में मदद करता है।
यदि आपके संदेह हैं कि किसी ने आपके नाम पर खाते खोले हैं, तो तुरंत बैंक को सूचित करें और पुलिस साइबर सेल में शिकायत दर्ज करें।

परिवहन विशेष समाचार पत्र से जुड़े सभी पाठकों और सहयोगियों के लिए विशेष सूचना

परिवहन विशेष समाचार पत्र को जिस तरह आप लोगों के सहयोग लगातार पाएँ उसे 3 वर्षों से प्राप्त हुआ और दिन प्रतिदिन आपकी आवाज को आगे पहुँचाने में आपका सहयोगी बना उसको देखते हुए परिवहन विशेष समाचार पत्र के प्रबंधक मंडल और ट्रांसपोर्ट विशेष न्यूज लिमिटेड कंपनी द्वारा अनंतिम, जलकल्पना जनसुचना और जानकारी को और तेजी से भारत सरकार और राज्य सरकारों के साथ सभी राजनीतिक संगठनों को सबसे पहले पहुँचाने के उद्देश्य से अक्टूबर माह से जनता की आवाज का अपना चैनल "परिवहन विशेष न्यूज दूरदर्शन" शुरू करने का निर्णय लिया है।

जल्द आपके बीच में....

परिवहन विशेष न्यूज दूरदर्शन

बड़ी खुशखबरी! अब आपकी आवाज गुंजेगी पूरी दुनिया में परिवहन विशेष समाचार पत्र के सफल 3 वर्षों के बाद अब नई क्रांति

आशा करते हैं कि हम अपने चैनल के माध्यम से आपको 1. प्रतिदिन की देश विदेश की जानकारी 2. आपके वह आपके बच्चों के कैरियर, 3. आपके बच्चों के भविष्य से संबंधित जानवर्धक आवश्यक जानकारी, 4. आपकी सेहत से जुड़ी सभी उपयोगी जानकारियाँ 5. धार्मिक एवं आध्यात्मिक ज्ञान विश्व के सभी क्षेत्रों के जानदत्ताओं के माध्यम से प्रदान करने का प्रयास करेंगे। हम अपने चैनल द्वारा प्रतिदिन एक घंटे के कार्यक्रम "जनता की पुकार" में आपकी आवाज को विश्व के सामने प्रस्तुत कर सकेंगे और सरकारी विभागों के साथ माननीय न्यायालयों से उसके उचित हल और उसके प्रति पालिसी लागू करवाने में मध्यांतर का माध्यम बनने। आप सभी से अनुरोध आप के अपने शुरू होने वाले चैनल के माध्यम से अपनी शिकायतें, परेशानियाँ और अनुभव अन्य सभी से साझा करने के लिए तैयार एवं तयार रहें। आशा करते हैं जैसे आपने आज के इस दौर में "परिवहन विशेष समाचार पत्रों" को इतना आगे ले कर जाने में सहयोग दिया उसी प्रकार हमारे द्वारा आपकी आवाज बनने के लिए शुरू किए जा रहे "परिवहन विशेष न्यूज दूरदर्शन" को विश्व का सबसे बड़ा चैनल बनवाएँगे।

संजय बाठला
मुख्य संपादक

स्वास्थ्य विशेष

स्वास्थ्य आपका कोशिश हमारी

1983 में मेरठ में जन्मी इरा सिंघल को स्कोलियोसिस है, यह स्पाइडल डिस्क ऑर्डर है जिसमें रीढ़ की हड्डी मुड़ जाती है और हाथ का मूवमेंट रुक जाता है।

पिकी कुंझ



कोई पोस्टिंग नहीं मिली। वही वजह।

किया, लेकिन वह अपनी इयूटी करने के लिए फिट नहीं है।

उन्के माता-पिता ने उनके साथ कभी अलग बर्ताव नहीं किया, और उन्होंने कंप्यूटर इंजीनियरिंग की, और फिर दिल्ली यूनिवर्सिटी से MBA किया। उन्होंने कैडबरी इंडिया में स्ट्रेटजी मैनेजर के तौर पर काम किया और कोका कोला में इंटरशिप की।

2009 में, उन्होंने IAS बनने का फैसला किया, और 2010 में, उन्होंने अपनी पहली कोशिश में ही UPSC सिविल सर्विसेज एग्जाम पास कर लिया।

उन्हें इंडियन रेवेन्यू सर्विस में भेज दिया गया।

लेकिन सरकार ने उनकी डिसेंबिलिटी का हवाला देते हुए उन्हें पोस्टिंग देने से मना कर दिया। सरकार ने बताया कि उनकी रीढ़ की हड्डी की हालत की वजह से, वह धक्का नहीं दे सकती, खींच नहीं सकती या उठा नहीं सकती। इसलिए, वह एक IAS ऑफिसर की इयूटी के लिए अनाफिट है।

दिल टूटा, लेकिन पक्के इरादे के साथ, उन्होंने सेंट्रल एडमिनिस्ट्रेटिव ट्रिब्यूनल में केस फाइल किया। और इंतजार किया। ऐसा लगता है कि सरकार कोई बदलाव करने में इंटरेस्ट नहीं थी।

लेकिन इरा नहीं रुकीं। 2011 में, वह फिर से UPSC एग्जाम में बैठी, और फिर से पास हो गई। उसे IRS तो मिल गया, लेकिन

एग्जाम में टॉप भी किया। उसकी ऑल इंडिया रैंक #1 थी।

असल में, UPSC एग्जाम में अब तक का सबसे ज्यादा स्कोर: 2025 में से 1082 मार्क्स।

इससे सरकार को अपना स्टैंड बदलना पड़ा, और उसे अलीपुर, नॉर्थ दिल्ली में सब-डिविजनल मजिस्ट्रेट का पद दिया गया।

अपने पहले साल में, उन्होंने दिल्ली में बंधुआ मजदूरी करने के लिए मजबूर 340 बच्चों को बचाया और उन्हें उनके परिवारों के पास वापस भेज दिया।

सरकार को अब पूरा यकीन था कि एक IAS ऑफिसर के तौर पर वह कितना पुश या पुल हासिल कर पाएंगी। वह अभी अरुणाचल प्रदेश में एडिशनल सेक्रेटरी के तौर पर काम कर रही हैं।

इसके अलावा, वह भारत सरकार के सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय के डिपार्टमेंट ऑफ डिसेंबिलिटी की ब्रांड एंबेसडर भी हैं।

वह महिला और बाल विकास मंत्रालय और नीति आयोग की ब्रांड एंबेसडर में से एक हैं और भारत के चुनाव आयोग के एक्सेसिबल इलेक्शन के नेशनल पैनल में हैं।

वह कहती हैं, "अपने सपनों को वैलिडेट करने के लिए किसी और का इंतजार मत करो।"

पक्के इरादे और हिम्मत की एक अविश्वसनीय कहानी, जो लाखों लोगों को प्रेरित करती है।

स्टेरॉयड (आमतौर पर मेडिकल इलाज के लिए इस्तेमाल होने वाले कॉर्टिकोस्टेरॉयड या मसल बनाने के लिए इस्तेमाल होने वाले एनाबॉलिक स्टेरॉयड)



उषा मल्होत्रा

कई तरह के साइड इफेक्ट हो सकते हैं। असर इस बात पर निर्भर करता है कि वे किस तरह के हैं, डोज क्या है और कितने समय तक इस्तेमाल किए जा रहे हैं।

1. कॉर्टिकोस्टेरॉयड (जैसे, प्रेडनिसोन) ये आमतौर पर अस्थमा, एलर्जी, आर्थराइटिस या ऑटोइम्यून बीमारियों जैसे बीमारियों के लिए दिए जाते हैं।

* एनाबॉलिक = मसल/एथलेटिक असर, अक्सर गलत इस्तेमाल, बिना प्रिस्क्रीप्शन के गैर-कानूनी

* कॉर्टिको = एंटी-इंफ्लेमेटरी/मेडिकल, प्रिस्क्रीप्शन के साथ कानूनी लेकिन फिर भी गंभीर साइड इफेक्ट

दोनों तरह के स्टेरॉयड का गलत इस्तेमाल खतरनाक हो सकता है।

एनाबॉलिक स्टेरॉयड कई देशों में शेड्यूल III कंट्रोलड सब्सटेंस हैं।

शरीर पर समग्र प्रभाव

- 1. **हृदय क्षति**: हृदय को मजबूत और स्वस्थ रखने में मदद करता है।
- 2. **लिवर की क्षति**: लिवर की क्षति, यकृत, पीलिया, वीरिया।
- 3. **शुक्ल**: आकस्मिकता, विचित्र और अनिर्धार्य।
- 4. **बुना हुआ प्रभाव**: बदन घुमा, हाडों का टूटना, दाढ़ी का बढ़ना।

लंबे समय तक इस्तेमाल करने से सावधान रहें!

- 1. **हृदय क्षति**: हृदय को मजबूत और स्वस्थ रखने में मदद करता है।
- 2. **लिवर की क्षति**: लिवर की क्षति, यकृत, पीलिया, वीरिया।
- 3. **शुक्ल**: आकस्मिकता, विचित्र और अनिर्धार्य।
- 4. **बुना हुआ प्रभाव**: बदन घुमा, हाडों का टूटना, दाढ़ी का बढ़ना।
- 5. **बांझपन**: गर्भधारण के दौरान सावधान रहें।
- 6. **गुर्दों की क्षति**: गुर्दों को स्वस्थ और मजबूत रखने में मदद करता है।
- 7. **हार्मोन असंतुलन**: एंजियोएंगीन, डायलिसिस से सावधान रहें।
- 8. **प्रतिक्रिया प्रणाली**: एंटीबॉडी प्रतिक्रिया से सावधान रहें।

एनाबॉलिक स्टेरॉयड पर निर्भरता के लिए, एडिक्शन स्पेशलिस्ट भी मदद कर सकते हैं।

लंबे समय तक चलने वाले खतरे:

1. हार्ट की समस्याएं: हाई BP, हार्ट अटैक, स्ट्रोक, दिल का बढ़ना
2. लिवर डैमेज: ट्यूमर, जॉन्डिस, खासकर ओरल स्टेरॉयड के साथ
3. किडनी की समस्याएं
4. हॉर्मोन क्लैश: शरीर नैचुरल टेस्टोस्टेरोन बनाना बंद कर देता है। बंद करने के बाद, आपको थकान, डिप्रेशन, लिबिडो में कमी, इनफर्टिलिटी होती है।
5. साइकेट्रिक असर: निभरता, डिप्रेशन, एंग्जायटी
6. टोनएज में हड्डियों के जल्दी जुड़ने के कारण ग्रोथ रुक जाना

लंबे समय तक चलने वाले या गंभीर असर

1. कमजोर हड्डियां (ऑस्टियोपोरोसिस)
2. इन्फेक्शन का खतरा

बढ़ना

3. हाई ब्लड प्रेशर
4. मोतियाबिंद या ग्लूकोमा
5. स्किन का पतला होना और आसानी से चोट लगना
6. मसल में कमजोरी

कॉर्टिकोस्टेरॉयड को सिर्फ डॉक्टर की देखरेख में ही लेना चाहिए, और आपको उन्हें कभी भी अचानक बंद नहीं करना चाहिए। अगर आप मेडिकल कारणों से स्टेरॉयड लेने के बारे में सोच रहे हैं

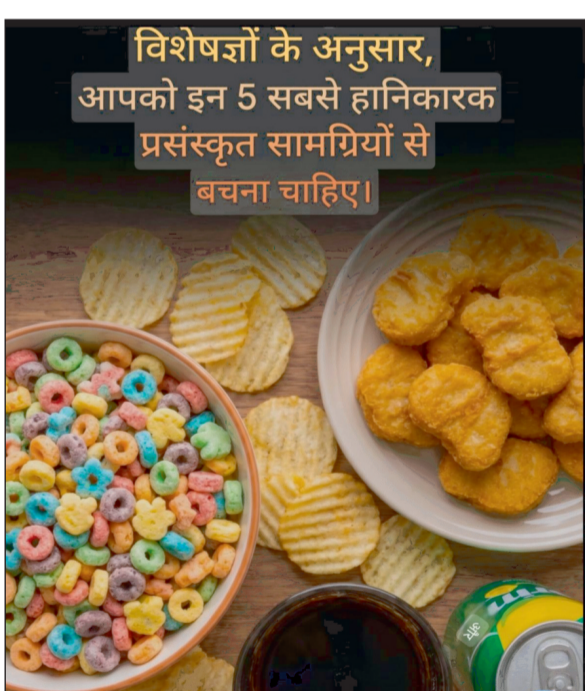
या अभी इस्तेमाल करने से होने वाले साइड इफेक्ट को लेकर परेशान हैं, तो डॉक्टर से बात करें। वे आपके हॉर्मोन, लिवर, हार्ट की जांच कर सकते हैं और एक सुरक्षित प्लान बनाने में मदद कर सकते हैं।

एक्सपर्ट्स इन पांच प्रोसेस चीजों से बचने की सलाह देते हैं:

अल्ट्रा-प्रोसेस फूड (UPFs) अब UK और US में औसत डाइट का आधे से ज्यादा हिस्सा हैं, फिर भी हाल के ग्लोबल रिव्यू बताते हैं कि ये प्रोडक्ट हर बड़े ऑर्गेनिज्म को नुकसान पहुंचा सकते हैं।

एक्सपर्ट्स खास तौर पर पांच केमिकल बड़े खलनायकों के खिलाफ चेतावनी देते हैं: बचपन की बिहेवियरल दिक्कतों से जुड़े आर्टिफिशियल कलर, प्रोसेसड मीट में नाइट्रेट और नाइट्राइट जो बाउल कैंसर से जुड़े हैं; पॉलीसोबेट-80 जैसे पेट खराब करने वाले इमल्सीफायर, इंटेरेस्टरिफाइड पाम ऑयल जो कार्डियोवैस्कुलर हेल्थ पर असर डालते हैं; और हाई-फ्रुक्टोज कॉर्न सिरप, जिससे फेटी लिवर की बीमारी और इंसुलिन रेजिस्टेंस हो सकता है।

NutriNet-SantÉ कोहोर्ट की 2026 की एक जरूरी फ्रेंच स्टडी में बताया गया कि सोडियम नाइट्राइट जैसे आम प्रिजर्वेटिव का ज्यादा इस्तेमाल टाइप 2 डायबिटीज होने के 47% ज्यादा



विशेषज्ञों के अनुसार, आपको इन 5 सबसे हानिकारक प्रसंस्कृत सामग्रियों से बचना चाहिए।

रिस्क से जुड़ा है, जो रेगुलर इस्तेमाल की गंभीरता को दिखाता है।
अलग-अलग चीजों के अलावा, रिसर्चर कॉकटेल इफेक्ट के बारे में भी ज्यादा चिंतित हैं—एक साथ कई एडिटिव्स लेने का हेल्थ पर असर। रेगुलेटर अक्सर केमिकल को

अलग-अलग टेस्ट करते हैं, लेकिन असल जिंदगी की डाइट में कॉम्प्लेक्स मिक्सचर होते हैं जो अकेले एडिटिव्स की तुलना में सूजन और मेटाबॉलिक डिस्फंक्शन को ज्यादा गंभीर रूप से बढ़ा सकते हैं।

इन छिपे हुए खतरों से बचने के लिए, न्यूट्रिशनल उन प्रोडक्ट्स को प्राथमिकता देने की सलाह देते हैं जिनमें इंफ्रीडिपेंडेंट्स की लिस्ट कम हो और उन चीजों से बचें जिनमें पेसे इंफ्रीडिपेंडेंट्स हों जो आपको घर की रसोई में नहीं मिलेंगे, जैसे कि कार्बोक्सिमिथाइलसेलुलोज। हालांकि कभी-कभी कुछ अच्छा खाना ठीक रहता है, लेकिन लंबे समय का लक्ष्य कम से कम प्रोसेसड सावत खाने की चीजों को ओर जाना है ताकि गट माइक्रोबायोम और पूरी मेटाबॉलिक हेल्थ के नाजुक संतुलन को बचाया जा सके।

सोर्स: मैकड्यू, एच. (2026). 5 सबसे नुकसानदायक प्रोसेसड इंफ्रीडिपेंडेंट्स जिन्हें एक्सपर्ट्स कहते हैं कि आपको कम करना चाहिए। साइंस फोकस।

झुर्रियों को कंट्रोल करने का एलोपैथिक इलाज

झुर्रियों का इलाज मसल को आराम देकर, कोलेजन को स्टिमुलेट करके या स्किन को रीसर्फेस करके किया जाता है।
मेडिसिन: विटामिन-A, रेटिनोइड्स, ट्रेटिनॉइन, एडापलॉन, टैजरोटीन, एंटीऑक्सीडेंट्स, ज्यादा स्ट्रेच वाला विटामिन-C और पियोटाइड्स
इंजेक्शन: बोटुलिनम टॉक्सिन*: *बोटॉक्स, डिस्पॉर्ट, जियोमिन।
डर्मल फिलर्स: हायलुरोनिक एसिड, कैल्शियम हाइड्रॉक्सीलैपेटाइट, PLLA.
एनर्जी-बेस्ड डिवाइस
1 लेजर रीसर्फेसिंग: CO2 और Er:YAG लेजर
2 फ्रैक्शनल लेजर:
3 रेडियोफ्रीक्वेंसी और अल्ट्रासाउंड: थर्मोजेनेसिस, एंडोथर्मल स्किन को टाइट करने के लिए गहरी परतों को गर्म करते हैं।



4 केमिकल पील: OTC की तुलना में ज्यादा कंसंट्रेशन में TCA, फिनोल, या ग्लाइकोलिक एसिड का इस्तेमाल करके मेडिकल-ग्रेड पील।
5 दूसरे प्रोसीजर RF के साथ माइक्रोनीडलिंग
6 सर्जिकल ऑप्शन: ज्यादा ढीलेपन के लिए फेसलिफ्ट, ब्रो लिफ्ट। ज्यादा असरदार, सबसे लंबे समय तक चलने वाला।

जरूरी बातें
01 - असर झुर्रियों के टाइप पर निर्भर करता है: डायनैमिक झुर्रियां बोटॉक्स पर सबसे अच्छा असर करती हैं। स्टैटिक झुर्रियां और वॉल्यूम लॉस के लिए फिलर्स, लेजर या रेटिनोइड्स की जरूरत होती है।
02 - साइड इफेक्ट्स होते हैं: रेटिनोइड्स से जलन, इन्फ्लेमेशन से चोट लगना, लेजर से पिगमेंटेशन में बदलाव। स्किन टाइप और धूप में रहना बहुत मायने रखता है।
03 - सन प्रोटेक्शन जरूरी है: अगर आप रोज SPF का इस्तेमाल नहीं करते हैं, तो ये सभी ट्रीटमेंट स्किन को और खराब कर सकते हैं। सन डैमेज झुर्रियों का मुख्य कारण है।
चेतावनी: - क्योंकि ये मेडिकल ट्रीटमेंट हैं, इसलिए एक डर्मटोलॉजिस्ट को आपकी स्किन टाइप, मेडिकल हिस्ट्री और आपकी झुर्रियों के प्रकार को देखना होगा, फिर तय करना होगा कि आपके लिए क्या सुरक्षित और सही है।

वर्ल्ड हाइपरटेंशन डे: सेहत का रखें ख्याल, दूर भगाएं साइलेंट किलर

वर्ल्ड हाइपरटेंशन डे: सेहत का रखें ख्याल, दूर भगाएं साइलेंट किलर। हाइपरटेंशनर यानी उच्च रक्तचाप को एक बेहद गंभीर वजह से 'साइलेंट किलर' कहा जाता है। यह बीमारी शरीर में बिना किसी बड़े या स्पष्ट लक्षण के धीरे-धीरे बढ़ती है और अंदर ही अंदर अंगों को नुकसान पहुंचाती है। आज के समय में इस भागदौड़ भरी जिंदगी में थोड़ा रुकना, गहरी सांस लेना और आराम करना बेहद जरूरी है। हर साल वर्ल्ड हाइपरटेंशन डे मनाने का असल मकसद यही है कि लोग अपनी सेहत के प्रति जागरूक हों। आज सिर्फ एक सिंपल ब्लड प्रेशर (BP) चेक करवाने की आदत आपको कल होने वाले हार्ट अटैक, ब्रेन स्ट्रोक या किडनी की गंभीर बीमारियों के खतरे से बचा सकती है। अपने दिल का ख्याल रखना कोई वैकल्पिक चॉइस या ऑप्शन नहीं है, बल्कि यह अपने और अपने परिवार के प्रति एक बड़ी जिम्मेदारी है। इस साइलेंट किलर से बचने के लिए आज से ही अपनी जीवनशैली में बदलाव करना जरूरी है। भोजन में नमक की मात्रा कम करें, रोजाना व्यायाम या वॉक करें, तनाव से दूर रहें और समय-समय पर अपना वीपी जरूर मापें। याद रखें, आज की अपनाई गई हेल्दी आदतें ही आपके कल को मजबूत, सुरक्षित और दीर्घायु बनाती हैं। स्वास्थ्य ही सबसे बड़ी पूंजी है, इसे नजरअंदाज न करें।

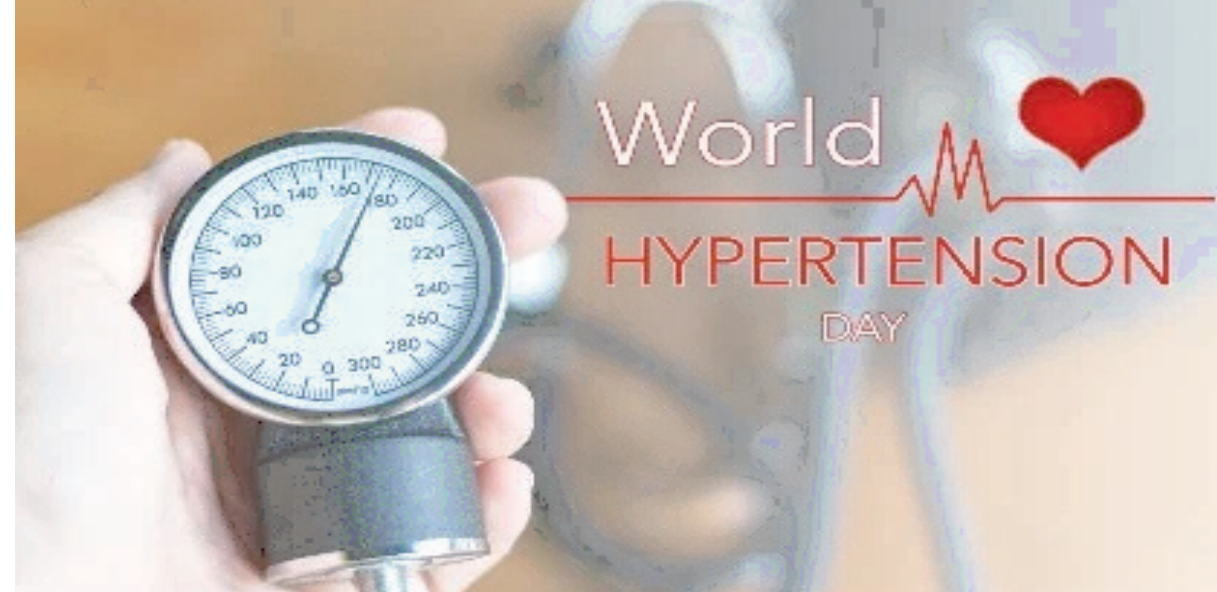
रक्तचाप माप चेकलिस्ट

18 वर्ष या उससे अधिक आयु के सभी वयस्कों का रक्तचाप मापें।

- माप के दौरान और बीच में कोई बातचीत नहीं।
- पढ़ने से 30 मिनट पहले व्यायाम करने और चाय/काफी पीने से बचें।
- मरीज को 5 मिनट तक आराम करना चाहिए।
- डिजिटल उपकरण से प्रायः सटीक रीडिंग रिकॉर्ड करें। इसे राउंड ऑफ न करें।
- पिछे समर्थित।
- हृदय स्तर पर कफ।
- भुजा समर्थित।
- पैर सीधे रखें और पैरों को सहारा दें।

कफ अलग-अलग साइज़ में आते हैं, इसलिए सही साइज़ और सही पोजीशन वाले कफ का इस्तेमाल करें।

1. स्वीकार्य कफ की लंबाई रोगी की बांह की परिधि का कम से कम 80% होनी चाहिए।
2. स्वीकार्य कफ की चौड़ाई रोगी की ऊपरी बांह की परिधि का कम से कम 40% होनी चाहिए।
3. सुनिश्चित करें कि कफ नीची बांह पर हो। कफ के नीचे कपड़ों के गुच्छे बन्ने से बचें।
4. प्रत्येक रीडिंग से पहले कफ को खाली करें।



धर्म अध्यात्म



साप्ताहिकी अंकशास्त्र

अंक 1 — सूर्य उपायः



सूर्यांक 1



डॉ. पूजाप्रसून एन गोल्ड मैडलिस्ट
Shivoham Shastr
shivohamshastr.com
09599101326, 07303855446

अंक ज्योतिष और वैदिक ज्योतिष में नंबर 1 का स्वामी सूर्य माना जाता है, जो दिव्य ब्रह्मांडीय राजा के रूप में प्रतिनिधित्व करते हैं। सूर्य दर्शाता है: आत्मिक शक्ति अधिकार पिता ऊर्जा आत्मविश्वास नेतृत्व सरकार यश सफलता जीवन शक्ति पहचान राजसी ऊर्जा आत्म-सम्मान आंतरिक प्रकाश मजबूत सूर्य देता है: सम्मान नेतृत्व आत्मविश्वास आर्थिक वृद्धि सरकारी सहयोग मजबूत प्रतिरक्षा नाम और प्रसिद्धि कमजोर या पीड़ित सूर्य दे सकता है:

कम आत्मविश्वास अहंकार समस्याएं आर्थिक अस्थिरता पहचान की कमी पिता से संबंधित समस्याएं कमजोर प्रतिरक्षा करियर बाधाएँ रिश्तों में दबाव और नियंत्रण की समस्या अवसाद या दिशा की कमी। सूर्य के पारंपरिक उपाय पाए जाते हैं: वैदिक ज्योतिष अंक ज्योतिष लाल किताब जेपी ज्योतिष परंपरा तंत्र और मंत्र परंपरा वास्तु आयुर्वेद और योग प्रणाली में। 1. सूर्य के दैनिक मुख्य उपाय: उगत सूर्य को अर्घ्य देना: यह सभी परंपराओं में सबसे शक्तिशाली सूर्य उपाय माना जाता है। तिथि: सूर्योदय से पहले लाल तांबे के पात्र का उपयोग करें। उमर में जल, लाल फूल, कुमकुम, गुड़ या चावल डालें, उगत सूर्य की ओर मुख करके जल अर्पित करें। मंत्र जाप करें: ॐ सूर्याय नमः ॐ ऋषि सूर्याय नमः। लाल: आत्मविश्वास

बढ़ाता है नकारात्मकता हटाता है सरकारी सहयोग बढ़ाता है करियर मजबूत करता है आभा और आकर्षण बढ़ाता है। सूर्य मंत्र: मूल मंत्र ॐ सूर्याय नमः प्रतिदिन 108 बार जाप करें। बीज मंत्र: ॐ ऋषि सूर्याय नमः आदित्य हृदय स्तोत्र: यह सबसे शक्तिशाली उपायों में से एक है: आत्मविश्वास विजय भय दूर करने सफलता के लिए। सूर्य नमस्कार: प्रतिदिन सूर्य नमस्कार: सूर्य ऊर्जा को मजबूत करता है प्रतिरक्षा बढ़ाता है अनुशासन बढ़ाता है आत्म-सम्मान सुधारता है इसे सूर्योदय के समय करना सबसे उत्तम माना जाता है। 2. नंबर 1 के अंक ज्योतिष उपाय: शुभ दिन: रविवार सोमवार शुभ रंग: सुनहरा नारंगी लाल तांबे जैसे रंग अत्यधिक उपयोग से बचें: काला गहरा धूसर शुभ दिशा:

पूर्व शुभ धातुएँ: तांबा सोना शुभ अंक: 1/2/3/5/6/9 जीवनशैली उपाय: अनुशासन बनाए रखें: सूर्य पसंद करता है: समय पालन स्वच्छता व्यवस्था जिम्मेदारी। पिता और बड़ों का सम्मान करें यह लाल किताब और ज्योतिष दोनों में सबसे शक्तिशाली सूर्य उपायों में से एक है। पिता या अधिकार का अपमान सूर्य ऊर्जा को कमजोर करता है। अहंकार और घमंड से बचें: कमजोर सूर्य अक्सर देता है: असुरक्षा श्रेष्ठता भावना क्रोध दबाव बनाने की प्रवृत्ति विनम्रता सूर्य को संतुलित करती है। 3. करियर और धन के उपाय: करियर उपाय: कार्य करते समय पूर्व दिशा की ओर बैठें: इससे बढ़ता है: अधिकार एकाग्रता पहचान प्रमोशन। कार्यस्थल को उज्वल रखें

अंधेरा वातावरण सूर्य ऊर्जा को कमजोर करता है। उपयोग करें: सूर्य प्रकाश तांबे की वस्तुएँ सुनहरे रंग। रविवार को दान करें: दान करें: गेहूँ गुड़ तांबा लाल वस्त्र। गाय को गेहूँ और गुड़ खिलाएँ: यह पारंपरिक लाल किताब उपाय है। आर्थिक स्थिरता अधिकारियों का सहयोग बाधाएँ दूर करने के लिए। करियर में झूठे अभिमान से बचें सूर्य अधिकार के दुरुपयोग को दंडित करता है। हमेशा: वचन निभाएँ जूनियर्स का अपमान न करें। अनैतिक नेतृत्व से बचें। सरकार और अधिकार संबंधी उपाय: यदि सामना हो: कोर्ट केस सरकारी बाधाएँ करियर रुकावटों का तब: आदित्य हृदय स्तोत्र का पाठ करें। रविवार को तांबा दान करें पिता या पिता समान व्यक्तियों की सहायता करें। प्रतिदिन सूर्य को जल दें। 4. रिश्ते और विवाह के उपाय: कमजोर या पीड़ित सूर्य दे सकता है:

अहंकार टकराव दबाव बनाने की प्रवृत्ति समझौता न कर पाना भावनात्मक दूरी अधिकार संबंधी संघर्ष। विशेष रूप से जब सूर्य: शुक्र और चंद्र को प्रभावित करें। रिश्तों के उपाय: रविवार के दौरान अहंकार निर्यात करें। सूर्य असंतुलन देता है: "मैं हमेशा सही हूँ" व्यवहार। दबाव। भावनात्मक कठोरता। सचेत रूप से विनम्रता अपनाएँ। सार्वजनिक रूप से सम्मान दें। यह अहंकार कर्म को संतुलित करता है। रिश्तों में हल्के रंग पहनें: अत्यधिक लाल/नारंगी आक्रामकता बढ़ा सकता है। उपयोग करें: क्रम: हल्का सुनहरा हल्का केसरिया। रविवार को साथ में मंदिर जाएँ। विशेष रूप से: सूर्य मंदिर Lord Vishnu मंदिर Lord Shiva मंदिर। जीवनसाथी की गरिमा का सम्मान करें। साथी का अपमान न करें। अनावश्यक क्रोध से बचें। रसोई और मुख्य द्वार स्वच्छ रखें। 5. स्वास्थ्य के उपाय: कमजोर सूर्य प्रभावित कर सकता है:

हृदय, हड्डियाँ, आँखें, रक्त संचार, प्रतिरक्षा, जीवन शक्ति। स्वास्थ्य उपाय: सुबह की धूप लें सूर्योदय से सुबह 8 बजे तक धूप लें। सूर्य से जुड़े आहार लें: गेहूँ गुड़ केसर अनार नारंगी फल गाय का घी। तांबे का जल: रातभर तांबे के पात्र में रखा जल पीएँ। अत्यधिक सोने से बचें: देर से उठना सूर्य ऊर्जा को कमजोर करता है। रविवार का व्रत: सादा सात्विक व्रत सूर्य को मजबूत करता है। बच्चे: नमक (कुछ परंपराओं में) तामसिक भोजन शराब। 6. सामाज्य उपाय: प्रतिदिन सूर्य को जल दें, गेहूँ और गुड़ दान करें, गाय को भोजन कराएँ, तांबा धारण करें, अनावश्यक मुफ्त उपहार

लेने से बचें, पिता का सम्मान करें, नैतिक आचरण बनाए रखें, रविवार को वृक्ष लगाएँ, शुठ और अहंकारी व्यवहार से बचें। बहते जल में गुड़ प्रवाहित करें: कुछ परंपराओं में यह 43 दिनों तक किया जाता है। पूर्व दिशा में घी का दीपक जलाएँ: सूर्योदय या सूर्यास्त के समय। मंदिर में लाल वस्त्र रखें: यह सूर्य तत्व को मजबूत करने का प्रतीकात्मक उपाय है। रविवार को शराब और मांसाहार से बचें: विशेषकर उपाय काल में। 7. रत्न उपाय: माणिक (Ruby) यह सूर्य का मुख्य रत्न है। लाल: आत्मविश्वास नेतृत्व यश जीवन शक्ति अधिकार। इसे केवल उचित कुंडली परामर्श के बाद पहनें। धातु: सोना या अष्टधातु

उंगली: अनामिका दिन: शुक्ल पक्ष का रविवार प्रातः। 8. शक्तिशाली आध्यात्मिक उपाय: गायत्री मंत्र यह सौर चेतना से गहराई से जुड़ा है। पिता की सेवा यह सबसे उच्च सूर्य कर्म उपायों में से एक है। अहंकार रहित दान: सच्चा सूर्य महान नेतृत्व से विकसित होता है। मंदिर सेवा: मंदिर की सफाई या धार्मिक स्थानों की सेवा सूर्य कर्म को मजबूत करती है। 9. कमजोर सूर्य के वास्तु उपाय: पूर्व दिशा स्वच्छ रखें पूर्व दिशा सूर्य का प्रतिनिधित्व करती है। बच्चे: अत्यवस्था अंधकार पूर्व दिशा में शौचालय। घर में सूर्य प्रकाश आने दें प्राकृतिक प्रकाश सौर प्राण शक्ति बढ़ाता है। तांबे के सूर्य प्रतीक लगाएँ यदि उपयुक्त हो तो पूर्व

दीवार पर लगाएँ। सारांश: नंबर 1 का स्वामी सूर्य है, जो नेतृत्व, आत्मविश्वास, अधिकार, जीवन शक्ति और सफलता का ग्रह है। मजबूत सूर्य व्यक्ति को यश, सम्मान, शासक, मजबूत करियर वृद्धि और दिव्य आभा प्रदान करता है, जबकि कमजोर या पीड़ित सूर्य अहंकार, कम आत्मविश्वास, आर्थिक संघर्ष, रिश्तों में समस्याएँ, स्वास्थ्य संबंधी परेशानियाँ और पहचान की कमी दे सकता है। नंबर 1 के सबसे शक्तिशाली संयुक्त उपाय: प्रतिदिन: सूर्योदय से पहले लाल सूर्य को जल दें सूर्य मंत्र का जाप करें पिता और बड़ों का सम्मान करें अनुशासन और स्वच्छता बनाए रखें रविवार को गेहूँ और गुड़ दान करें विनम्रता अपनाएँ सुबह की धूप लें सूर्य नमस्कार करें अहंकार और क्रोध से बचें।

आज का राशिफल

मिस सपाम चानू प्रेमा
ज्योतिष-अंकशास्त्री, इफाल, मणिपुर।
संपर्क नंबर: 9366411415, ईमेल: chanuprema39@gmail.com

आज का राशिफल (18/05/2026) - सपाम चानू प्रेमा (खगोल-अंकशास्त्री)

मेघ
काम पर तनाव पनप सकता है। आपका सामाजिक जीवन भी कुछ खास उत्साहजनक नहीं है। मन में निराशा का भाव व्याप्त है। आपको आर्थिक परेशानियों का भी सामना करना पड़ सकता है। यात्रा के लिए भी यह अछूत समय नहीं है।

वृषभ
कामकाजी सप्ताह की शुरुआत काफी व्यस्त रहने वाली है, कई लोग आपसे संपर्क करने के लिए आगे आएंगे। यह एक सकारात्मक दौर है क्योंकि आपके प्रयासों से सकारात्मक परिणाम और भावनात्मक संतुष्टि मिलेगी।

मिथुन
आपसे संपर्क बनाए रखने के आपके प्रयास की प्रतीक्षा कर रहे सभी लोग सराहना करेंगे। आप तनाव और स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं के प्रति संवेदनशील हो सकते हैं। इस समय खर्च बढ़ सकता है, इसलिए संतुलन बनाए रखने का प्रयास करें।

कर्क
सता की हेराफेरी और जोड़-तोड़ में बहुत ही सूक्ष्म तरीके शामिल हो सकते हैं। इस समय आपकी पीठ पीछे बहुत कुछ चल रहा है। आपकी आय में वृद्धि हो सकती है। व्यापार में भी लाभ हो सकता है।

सिंह
आपके पास अपनी पीठ थपथपाने और अपनी वर्तमान उलझियों पर थोड़ा गर्व करने का अछूत कारण है। आपका बॉस आपके काम की सराहना कर सकता है। आप बहुत ऊर्जावान और भाग्यशाली महसूस कर सकते हैं।

कन्या
किसी के अछूते व्यवहार के बावजूद, हो सकता है कि आपके रवैये को गलत समझा जाए। आप कड़ी मेहनत करेंगे, लेकिन कुछ समस्याओं के कारण आपकी प्रतिष्ठा को नुकसान हो सकता है। आपको कुछ स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है।

तुला
अत्यधिक जान-पहचान से मनमुटाव पैदा हो सकता है। बहुत जल्दी और बहुत करीब आना बेवनी का कारण बन सकता है। आपको स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। फिलहाल आपको किसी भी तरह के झगड़े या बहस से बचना चाहिए।

वृश्चिक
आपको अपने भविष्य को लेकर विशेष रूप से सकारात्मक महसूस करना चाहिए। घर पर ज्यादा समय न बिताएँ। प्रेम और रोमांस में वृद्धि हो सकती है। आप अपने जीवनसाथी के साथ स्वस्थ और सुखी संबंध का आनंद ले सकते हैं।

धनु
एक छोटी सी अनबन सुबह को खराब कर सकती है। प्रियजन दिन के अंत तक असहिष्णु और चिड़चिड़े बने रह सकते हैं। आपको इस समय सफलता और प्रसिद्धि प्राप्त हो सकती है।

मकर
स्वास्थ्य या रोजगार जैसे किसी एक क्षेत्र पर ध्यान केंद्रित करने से घटनाओं के घटित होने पर मार्गदर्शन मिल सकता है। इस समय कुछ स्वास्थ्य समस्याएँ हो सकती हैं। आपके सौदे फिलहाल उतने लाभदायक साबित नहीं हो सकते हैं।

कुंभ
कार्यदिवस की शुरुआत बेहद सकारात्मक है। कार्यालय में, एक समय में एक ही काम निपटाने का प्रयास करें। खर्चों में भी काफी वृद्धि हो सकती है। इस दौरान स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ भी उत्पन्न हो सकती हैं।

मीन
भाग्य आपके पक्ष में है। सर्वोत्तम की उम्मीद रखें और अच्छी घटनाओं के घटित होने की पूरी संभावना है। आपके जीवनसाथी के साथ आपके संबंध फिलहाल अछूते बने रहेंगे। आपके स्वास्थ्य में भी सुधार हो सकता है।

क्या आपका घर आपको थका रहा है?



पारुल भटनागर
(एस्ट्रो-न्यूमरो-वास्तु विशेषज्ञ)

जियोपैथिक स्ट्रेस (Geopathic Stress) का छिपा हुआ विज्ञान क्या कभी ऐसा हुआ है कि आपने अपने कमरे का नक्शा बदल दिया, एक नया और आरामदायक गद्दा ले आया, या अपनी डाइट को भी हेल्दी कर लिया, फिर भी जब आप सुबह उठते हैं तो पूरी तरह से थका हुआ महसूस करते हैं? अक्सर हम इसके लिए अपनी आधुनिक जीवनशैली को दोष देते हैं, लेकिन इसका असली कारण आपके पैरों के नीचे छिपा हो सकता है। जियोपैथिक स्ट्रेस (GS) एक अदृश्य पर्यावरणीय खतरा है जो धरती की सतह के नीचे चुपचाप काम करता है, और आपके स्वास्थ्य, नैतिक समग्र कल्याण (well-being) को प्रभावित करता है। सौराष्ट्र, प्राचीन भारतीय विज्ञान वास्तुशास्त्र में इन नकारात्मक ऊर्जाओं को पहचानने और उन्हें दूर करने के लिए समय-परीक्षित (time-tested) सिद्धांत मौजूद हैं। वास्तव में जियोपैथिक स्ट्रेस क्या है? रजियापैथिक शब्द की उत्पत्ति ग्रीक शब्दों Geo (पृथ्वी) और pathos (पीड़ा या कष्ट) से हुई है। यह पृथ्वी के प्राकृतिक विद्युत चुंबकीय क्षेत्र (electromagnetic field) में होने वाली गड़बड़ियों के कारण स्वास्थ्य पर पड़ने वाले हानिकारक प्रभावों को दर्शाता है। ये गड़बड़ियाँ आमतौर पर तब होती हैं जब पृथ्वी का प्राकृतिक कंपन (vibrations) भूमिगत समस्याओं से टकराता है, जैसे: - भूमिगत बहाव पानी: चट्टानों की दरारों से बहने वाली भूमिगत धाराएँ, नदियाँ और पानी की नसें घर्षण (friction) पैदा करती हैं, जिससे एक असामान्य स्थानीय विद्युत चुंबकीय क्षेत्र बनता है। - भूगर्भीय फॉल्ट लाइन्स (Geological Fault Lines): पृथ्वी की पपड़ी (crust) में आने वाले खिंचाव, फ्रैक्चर और दरारें केन्द्रित व अनियंत्रित तरंगों को सतह पर आने का रास्ता देती हैं। - खनिज भंडार: विशिष्ट खनिजों या अयस्क (ores) के घने जमाव पृथ्वी के प्राकृतिक चुंबकीय क्षेत्र को मोड़ और बढ़ा सकते हैं। - मानव निर्मित व्यवधान: सुरंगें, बड़े पैमाने पर खनन, इमारतों की गहरी नींव और जमीन में दबी उपयोगिता लाइनें (सौर या विजली के तार) पृथ्वी के प्राकृतिक ऊर्जा मार्गों को बाधित कर सकती हैं। जब पृथ्वी की प्राकृतिक ऊर्जा इन बाधाओं से

होकर गुजरती है, तो इसकी प्रोक्सिमी (आवृत्ति) अचानक बढ़ जाती है, जिससे एक अनियमित ऊर्जा क्षेत्र ऊपर की ओर विकीर्ण (radiate) होने लगता है। चूंकि ये तरंगें कंक्रीट, लकड़ी और धातु को आसानी से पार कर सकती हैं, इसलिए ये सीधे आपकी माँजलों से होती हुई आपके रहने की जगह को प्रभावित करती हैं। यह आपके स्वास्थ्य और काम को कैसे प्रभावित करता है जियोपैथिक स्ट्रेस के लगातार संपर्क में रहने से—विशेष रूप से उन जगहों पर जहाँ आप कई घंटे बिताते हैं, जैसे कि आपका बिस्तर या ऑफिस डेस्क—यह धीरे-धीरे आपके शरीर के बायोफील्ड (biofield) को कमजोर कर सकता है। 1. स्वास्थ्य और जीवन पर प्रभाव हालाँकि जियोपैथिक स्ट्रेस सीधे तौर पर बीमारियाँ पैदा नहीं करता, लेकिन यह आपकी रोग प्रतिरोधक क्षमता (Immune System) को गंभीर रूप से कमजोर कर देता है। जब आप किसी स्ट्रेस लाइन के ऊपर सोते हैं, तो आपका शरीर आराम करने और खुद को रीचार्ज करने के बजाय उस रिजिड्यू को लड़ने में अपनी ऊर्जा खर्च करता है। इससे अक्सर यह समस्याएँ होती हैं: - लगातार थकान रहना और सुबह उठने पर भी ताजगी महसूस न होना - अनिद्रा (Insomnia) और सोते समय बेवैनी होना - बार-बार सिरदर्द होना या बिना वजह चिंता/धक्कड़ महसूस होना - इम्यूनिटी कमजोर होना, जिससे आप जल्दी-जल्दी बीमार पड़ने लगते हैं। 2. कार्यक्षमता पर प्रभाव व्यावसायिक माहौल में, जियोपैथिक स्ट्रेस एक रिजिड्यू को लड़ने में अपना समय खर्च करता है। यह इस प्रकार दिखाने दे सकता है: - कर्मचारियों में लगातार अनुपयुक्तता (unproductivity) या मानसिक रुकावट आना - टीम के सदस्यों के बीच बिना किसी ठोस कारण के तनाव या मनमुटाव होना - कर्मचारियों का कंपनी छोड़ना (high turnover) या मशीनों/उपकरणों का बार-बार खराब होना संकेतों को पहचानें: क्या आपका घर प्रभावित है? किसी विशेष उपकरण का उपयोग करने से पहले, आप अपने आस-पास के वातावरण में इन सूक्ष्म संकेतों को देख सकते हैं: संकेतक का प्रकार चेतनावणी के संकेत चौधे उचित देखभाल के बावजूद घर के अंदर के चौधे कुछ खास जगहों पर सूख जाते हैं या बह नहीं पाते। पालतू जानवर और कोड़े बिल्लियों और कुत्तों को (जैसे चोंचियाँ) प्राकृतिक रूप से जियोपैथिक क्षेत्रों की ओर आकर्षित होते हैं, जबकि कुत्ते इन जगहों से दूर रहते हैं। मानव व्यवहार बच्चों का बार-बार नखरे करना, बुरे सपने देखना, या सोते समय लगातार बिस्तर के किसी एक खास कोने की तरफ छिस्कना।

जियोपैथिक स्ट्रेस (GS) - धरती के नीचे की गड़बड़ियाँ

जियोपैथिक स्ट्रेस का पता कैसे लगाया जाता है? 'एनर्जी हीलिंग वास्तु' के अनुसार, किसी भी संपत्ति पर उपाय लागू करने से पहले उसकी सटीक जांच होना जरूरी है। इसके लिए एक्सपर्ट्स पारंपरिक व्यावहारिक तरीकों और वैज्ञानिक उपकरणों के मिश्रण का उपयोग करते हैं: - एल-रोड्स से डार्विंग (Dowsing with L-Rods): इस पारंपरिक विधि में तांबे की दो एल-आकार की छड़ों को जमीन के समानांतर पकड़ा जाता है। जैसे ही एक्सपर्ट जियोपैथिक स्ट्रेस लाइन को पार करता है, स्थानीय चुंबकीय क्षेत्र में आए बदलाव के कारण ये छड़ें आपस में क्रॉस हो जाती हैं या बाहर की ओर मुड़ जाती हैं। - लेचर एंटीना (The Lecher Antenna): यह जर्मन डिजाइन पर आधारित एक सटीक वैज्ञानिक उपकरण है, जो किसी स्थान की सटीक तरंगदैर्घ्य (vibrational wavelengths) को मापता है। इससे भूमिगत पानी की धारा या फॉल्ट लाइन की सटीक चौड़ाई और रास्ते का पता चलता है। - डिजिटल मैग्नेटोमीटर: ये मीटर पृथ्वी के चुंबकीय प्रवाह में होने वाले सटीक उतार-चढ़ाव को मापते हैं, जिससे सौंदर्य क्षेत्रों में चुंबकीय विकृति का हार्ड डेटा (टोस ऑकडे) मिल जाता है। वास्तु के माध्यम से जियोपैथिक स्ट्रेस को दूर करना अपने घर या ऑफिस को ठीक करने के लिए आपको किसी बड़े तोड़-फोड़ की आवश्यकता नहीं है। वास्तुशास्त्र ऊर्जा के प्रवाह को संतुलित करने के लिए व्यावहारिक और बिना तोड़-फोड़ वाले उपाय प्रदान करता है: 1. फर्नीचर की व्यवस्था बदलें (Rearrange Your Layout) इसका सबसे सरल और प्रभावी उपाय है—बचाव। यदि कोई विशेषज्ञ आपके घर में जियोपैथिक स्ट्रेस लाइन को पहचान सकता है, तो अपने बिस्तर, पसंदीदा सोफे या क्वेडेस्क को उस लाइन से दूर हटा दें। इसके प्रभाव से दूर रहने से (विशेष रूप से सोते समय) आपके शरीर के इम्यूनिटी कमजोर होने का वास्तविक कारण समाप्त हो सकता है। 2. सॉफ्टीफिक न्यूट्रलाइजर रॉड्स का उपयोग करें वास्तु विशेषज्ञ अक्सर जियोपैथिक स्ट्रेस न्यूट्रलाइजर रॉड्स का उपयोग करते हैं। पीतल या तांबे जैसी अत्यधिक सुचालक धातुओं से बनी इन छड़ों को प्रॉपर्टी के रणनीतिक बिंदुओं पर लगाया जाता है, जो जमीन से निकलने वाली नकारात्मक तरंगों को सोख लेती हैं या उनका रास्ता बदल देती हैं। 3. वास्तुपिरामिड और क्रिस्टल की शक्ति प्रभावित क्षेत्रों में वास्तुपिरामिड (पत्थर, क्रिस्टल या धातु से बने) रखने से असंतुलित ऊर्जा क्षेत्रों को रिफ्रेक्ट (reflect) और शांत करने में मदद मिलती है। इसके अलावा, ब्लैक टूर्मलाइन (Black Tourmaline), एमेथिस्ट (Amethyst), या क्लियर क्वार्ट्ज (Clear Quartz) जैसे प्राकृतिक सुरक्षात्मक क्रिस्टल ऊर्जा डाल के रूप में कार्य करते हैं और नकारात्मकता को सोख लेते हैं। 4. पंचतत्वों से सकारात्मकता बढ़ाएँ - हरियरी की ताकत: कमरे की ऊर्जा को पुनर्जीवित करने के लिए हवा को शुद्ध करने वाले इन पौधे (Air-purifying plants) लगाएँ। - बहता हुआ पानी: वास्तु के अनुसार सही कोने में एक छोटा पानी का फव्वारा (fountain) या एक्वैरियम रखने से रुकी हुई, भारी ऊर्जा को दूर करने में मदद मिलती है। - रोशनी का महत्व: सुनिश्चित करें कि आपके कमरों में पर्याप्त प्राकृतिक धूप आए। यदि ऐसा संभव नहीं है, तो माहौल को सकारात्मक बनाने के लिए आर्टिफिशियल प्रकाश का उपयोग करें। निष्कर्ष जियोपैथिक स्ट्रेस हमें याद दिलाता है कि हमारे घर अलग-थलग नहीं हैं, वे हमारे नीचे की पृथ्वी के जीवित ऊर्जा क्षेत्रों से गहराई से जुड़े हुए हैं। जब भूमिगत संरचनात्मक कमियाँ या पानी की धाराएँ इस ऊर्जा को बिगाड़ती हैं, तो यह तनाव चुपचाप हमारे स्वास्थ्य, मानसिक शांति और यहाँ तक कि हमारी संपत्तियों की मजबूती को भी नुकसान पहुँचा सकता है। प्राचीन वास्तु सिद्धांतों, आधुनिक बायो-रेजनेंस टूल्स और वैज्ञानिक अंतर्दृष्टि के बीच की दूरी को पार कर, हम असुरक्षित जगहों को भी फलते-फूलते अभयारण्यों में बदल सकते हैं। जियोपैथिक स्ट्रेस को पहचानना और उसे दूर करना यह सुनिश्चित करता है कि आपका घर वास्तविक स्थिरता, जीवन शक्ति और स्थायी शांति की नींव पर खड़ा हो। आपका घर एक ऐसा स्थान होना चाहिए जो आपको नई ऊर्जा से भर दे, न कि वहाँ से। आपकी जीवन शक्ति को खत्म करे। भले ही जियोपैथिक स्ट्रेस एक अदृश्य समस्या है, लेकिन इसके लक्षण बेहद वास्तविक हैं। एक प्रोफेशनल एस्ट्रो-न्यूमरो-वास्तु विशेषज्ञ (ऊर्जा मूल्यांकन) के साथ समझदारी से किफाएँ वास्तु बदलावों को अपनाकर, आप पृथ्वी के नकारात्मक विकीर्ण को बेअसर कर सकते हैं और एक स्वस्थ व खुशहाल माहौल बना सकते हैं।

जनगणना कार्य में तेजी लाने के निर्देश, समय पर कार्य पूरा करने वाले प्रगणक होंगे सम्मानित : डीसी

जनगणना 2027 को लेकर प्रशासन अलर्ट मोड पर, लापरवाही बरतने वालों पर होगी सख्त कार्रवाई



डीसी स्वप्निल रविन्द्र पाटिल ने जनगणना 2027 को लेकर अधिकारियों की बैठक में दिए जरूरी निर्देश

झज्जर, 17 मई डीसी एवं प्रधान जनगणना अधिकारी स्वप्निल रविन्द्र पाटिल ने जिले में जनगणना 2027 के प्रथम चरण के तहत चल रहे मकान सूचीकरण कार्य को निर्धारित समय सीमा में पूरा करने के सख्त निर्देश दिए हैं। उन्होंने कहा कि इस महत्वपूर्ण कार्य में किसी भी स्तर पर लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी और सभी अधिकारी 30 मई तक कार्य पूर्ण करना सुनिश्चित करें।

रविवार को झज्जर स्थित लघु सचिवालय में हरियाणा के मुख्य सचिव श्री अनुराग रस्तोगी की वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के उपरांत

आयोजित समीक्षा बैठक में डीसी ने अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि जो प्राणिक निर्धारित समय से पहले अपना कार्य पूरा करेंगे, उन्हें प्रशस्त पत्र देकर सम्मानित किया जाएगा। वहीं कार्य में कोताही बरतने वालों के खिलाफ भारत की जनगणना अधिनियम-1948 एवं जनगणना नियम-1990 की धारा-11 के तहत सख्त कार्रवाई अमल में लाई जाएगी। नियमानुसार संबंधित कर्मचारियों को निर्लिखित भी किया जा सकता है।

डीसी ने बताया कि जिले में कुल 2219 ब्लॉक बनाए गए हैं, जिनमें से कार्य जारी है। उन्होंने कहा कि सर्वेकार्य में जहां किसी



प्रकार की तकनीकी रूप कोई दिक्कत है उन्हें दुरुस्त करते हुए सर्वे कार्य में तेजी लाई जाए। साथ ही जिन प्राणिकों ने अपना कार्य पूरा कर लिया है, वे संबंधित सुपरवाइजर को इसकी सूचना अवश्य दें ताकि आगामी प्रक्रिया समय पर पूरी की जा सके।

उन्होंने कहा कि जनगणना केवल आंकड़े जुटाने की प्रक्रिया नहीं, बल्कि देश की सामाजिक, आर्थिक एवं जनसंख्या संबंधी स्थिति का व्यापक दस्तावेज है। इसके आधार पर शिक्षा, स्वास्थ्य, सड़क, पेयजल, आवास, रोजगार तथा अन्य जनकल्याणकारी योजनाओं की रूपरेखा तैयार की जाती है। इसलिए प्रत्येक परिवार और व्यक्ति की सही जानकारी दर्ज होना

अत्यंत आवश्यक है।

डीसी ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि हाउसलिस्टिंग, मकानों का सत्यापन, परिवारों का विवरण, जनसंख्या आंकड़ों का संग्रहण तथ्यांक संधारण का कार्य पूरी सावधानी एवं पारदर्शिता के साथ किया जाए। उन्होंने चार्ज अधिकारियों एवं सकेल सुपरवाइजर्स को नियमित रूप से फील्ड निरीक्षण करने और जनगणना कार्य की सतत निगरानी सुनिश्चित करने के निर्देश भी दिए।

उन्होंने कहा कि ग्रामीण एवं शहरी क्षेत्रों में जनगणना के प्रति आमजन को जागरूक करने के लिए व्यापक अभियान चलाया

जाए ताकि लोग सही जानकारी उपलब्ध करवाने के महत्व को समझ सकें। इससे सरकारी योजनाओं का लाभ सही पात्रों तक पहुंचाने में मदद मिलेगी। वहीं डीएमसी अभिनव सिवाच वरुण्डल माध्यम से बैठक में जुड़े।

बैठक में यह अधिकारी रहे मौजूद

इस अवसर पर एसडीएम झज्जर रवि मीणा, डीईओ रितंज सिंह, डीईओ राजबाला मलिक, नगर परिषद ईओ संजय रोहिल्ला, सांख्यिकी अधिकारी युद्धवीर नांदल, जनगणना रोहतक मंडल प्रभारी ओमप्रकाश, जिला कॉर्डिनेटर मोहित कुमार सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी मौजूद रहे।

समाज सेवा में अग्रणी कानपुर के नारायण में गरीबों का इलाज फ्री, चेयरमैन अमित नारायण सम्मानित

सुनील बाजपेई

कानपुर। अनगिनत अन्य के साथ सर्वोत्तम और सस्ती चिकित्सा के रूप में भी समाज सेवा में अग्रणी नारायण हॉस्पिटल अपने कर्तव्य पथ पर लगातार सफलतापूर्वक अग्रसर हो रहा है। अब उसने मानसिक और आर्थिक रूप से कमजोर निर्धन गरीबों के हित में एक और अति सराहनीय पहल शुरू की है, जिसका संबंध उनका निःशुल्क इलाज किए जाने से है। गरीबों निर्धनों के इलाज के रूप में निःशुल्क सेवा करने वाले देश के गिने-चुने हॉस्पिटलों में से एक नारायण हॉस्पिटल की इस विशेष पहल का उद्देश्य ऐसे जरूरतमंद मरीजों को बेहतर और सुलभ स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराना है, जिन्हें आर्थिक कारणों से इलाज कराने में कठिनाई होती है।

नारायण हॉस्पिटल द्वारा मानसिक रूप से कमजोर एवं आर्थिक रूप से कमजोर जरूरतमंद लोगों के लिए निःशुल्क उपचार की की सराहनीय और अनुकरणीय पहल के लिए विश्व रेड क्रॉस फंड द्वारा नारायण ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूट के चेयरमैन प्रखर समाज सेवी प्रेसिडेंट अमित नारायण त्रिवेदी को इंडियन रेडक्रॉस सोसाइटी द्वारा सम्मानित भी किया गया है।

जन सेवा के क्षेत्र में उन्हें यह महत्वपूर्ण सम्मान कानपुर के डीएम श्री जितेंद्र प्रताप



सिंह द्वारा प्रदान किया गया। इस मौके पर हर किसी के सुख-दुख में सदैव खड़े होने वाले और समाज सेवा के क्षेत्र में अग्रणी प्रखर समाज सेवी और नारायण ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूट के चेयरमैन अमित नारायण त्रिवेदी ने कहा कि यह सम्मान केवल मेरा नहीं, बल्कि पूरी नारायण ग्रुप टीम, डॉक्टरों और उन सभी सहयोगियों का भी है, जो निरंतर समाज सेवा के इस अभियान से जुड़े हैं। चेयरमैन अमित नारायण जनहित ने वाले इस महत्वपूर्ण और प्रसंसीय कार्य को केवल एक सेवा नहीं, बल्कि मानवता के प्रति अपना कर्तव्य भी

बताया। सेवा को ही सबसे बड़ा धर्म बताने के साथ ही सभी का हृदय से हार्दिक आधार भी व्यक्त करते हुए नारायण ग्रुप के प्रेसिडेंट अमित नारायण त्रिवेदी ने यह भी विश्वास व्यक्त किया कि इंडियन रेडक्रॉस सोसाइटी द्वारा डीएम श्री जितेंद्र प्रताप सिंह के हाथों मिला यह सम्मान उन्हें आगे भी समाज के कमजोर, जरूरतमंद और वंचित लोगों की सेवा के लिए और अधिक समर्पण के साथ कार्य करने की प्रेरणा देता रहेगा।

इस मौके पर मैनेजिंग डायरेक्टर उदित नारायण, डॉ. ए.एस. प्रसाद, डॉ. अंगद,

डॉ. आई.एम. रोहतगी, डॉ. एस.के. सिंह, आ.के. सबरवाल तथा इंडियन रेड क्रॉस सोसाइटी के चेयरमैन डॉ. उमेश जी की उपस्थिति में नारायण ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूट के प्रखर समाज सेवी प्रेसिडेंट अमित नारायण त्रिवेदी के सम्मान के इस शुभ अवसर को और भी विशेष बना दिया। यह भी अवगत कराते चले कि गरीब निर्धनों की सेवा के इरादे के फलस्वरूप पनकी गंगागंज स्थित नारायण हॉस्पिटल में एक नवीनतम एच.डी.यू. तथा आई.सी.यू. वार्ड भी बीते साल से चालू है, जिसका शुभारंभ मुख्य अतिथि के रूप में

जापान से भारत आकर जे सी आई मतलब जूनियर चैंबर इंटरनेशनल के वर्ल्ड वाइस प्रेसिडेंट श्री हिरोकी तिमोरी ने किया था। अब यही वार्ड जरूरतमंद गरीबों की भी चिकित्सकीय सेवा का माध्यम बना हुआ है। इस तरह की सराहनीय और अनुकरणीय मानव सेवा की पहल को देखकर जूनियर चैंबर इंटरनेशनल के वर्ल्ड वाइस प्रेसिडेंट जापान के श्री हिरोकी तिमोरी ने नारायण हॉस्पिटल और उसके इस वार्ड को समाज सेवा का एक प्रेरणादायक उदाहरण भी बताया था। और अब नारायण ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूट के बेहद प्रोपेकरी चेयरमैन अमित नारायण की अगुवाई में मानसिक रूप से कमजोर एवं आर्थिक रूप से कमजोर जरूरतमंद लोगों के लिए निःशुल्क उपचार की भारत में दुर्लभ जैसी नारायण हॉस्पिटल की यह सराहनीय और अनुकरणीय पहल योगी मोदी सरकार के लोकहित वाले इरादे सबका साथ सबका विकास के साथ आवश्यक उद्देश्य को भी देश और समाज के हित में पूरा करने वाली है, क्योंकि सबका साथ और सबका विकास तब तक संभव नहीं है, जब तक लोग किसी भी बीमारी, रोग और पीड़ा के खिलाफ शारीरिक और मानसिक रूप से भी पूर्ण स्वस्थ ना हों।

जन समस्याओं के समाधान के लिए आज (18 मई)को लगेंगे समाधान शिविर : डीसी

जिला मुख्यालय सहित बेरी, बहादुरगढ़ और बादली उपमंडलों में सुबह 10 से 12 बजे तक आयोजित होंगे शिविर

झज्जर, 17 मई। आमजन की समस्याओं के त्वरित, पारदर्शी एवं प्रभावी समाधान के उद्देश्य से जिला प्रशासन द्वारा 18 मई सोमवार को जिला मुख्यालय सहित सभी उपमंडलों में समाधान शिविर आयोजित किए जाएंगे। ये शिविर प्रत्येक दिन 10 बजे से दोपहर 12 बजे तक लगाए जाएंगे, जहां नागरिकों की शिकायतें सुनकर उनका मौके पर ही निपटारा सुनिश्चित किया जाएगा। जिला स्तरीय समाधान शिविर का आयोजन लघु सचिवालय स्थित कॉन्फ्रेंस हॉल में डीसी स्वप्निल रविन्द्र पाटिल की अध्यक्षता में होगा। इस दौरान उपयुक्त विभिन्न विभागों से संबंधित शिकायतें सुनें तथा उपस्थित अधिकारियों को समस्याओं के समयबद्ध समाधान के निर्देश देंगे, ताकि आमजन को अनावश्यक भागदौड़ से राहत मिल सके। उपमंडल स्तर पर बेरी में एसडीएम रेणुका नांदल, बहादुरगढ़ में एसडीएम अभिनव सिवाच और बादली में एसडीएम विशाल कुमार की अध्यक्षता में लघु सचिवालय परिसरों में उपमंडल स्तरीय समाधान शिविर आयोजित किए जाएंगे। इन शिविरों में प्राप्त शिकायतों का प्राथमिकता के आधार पर निपटारा किया जाएगा। डीसी स्वप्निल रविन्द्र पाटिल ने कहा कि समाधान शिविर प्रशासन और नागरिकों के बीच सीधे संवाद का सशक्त माध्यम है। उन्होंने बताया कि जिला मुख्यालय में समाधान शिविर नियमित रूप से आयोजित किए जाते हैं, जिनमें विभिन्न विभागों के अधिकारी उपस्थित रहते हैं, ताकि लोगों को एक ही स्थान पर उनकी समस्याओं का शीघ्र समाधान मिल सके।



पाखंड का पर्दा एक दिन गिर ही जाता है

आज कल लोग एक चेहरे पर कई चेहरे लगा कर घूमते हैं। जो जिसके सामने जाते हैं उसी की अच्छाई का गुणगान गाने लगते हैं और पीठ पीछे उसी की बुराई करना शुरू कर देते हैं। ऐसे लोगों की जब भी हमें जरूरत पड़ती है तो ये लोग अपना दोगलपन दिखा देते हैं। ऐसे ही लोगों को दोगला कहा जाता है जो बात-बात पर बदल जाते हैं।

दोगले लोगों से ना दोस्ती अच्छी होती है और ना ही दुश्मनी क्योंकि इनकी खेल खेलने की गंदी आदत होती है। इनसे बस दूरी बनाये रखिए। हम लोगों की परवरिश ही ऐसी हुई है कि इज्जत की रोटी खाते हैं ना गरीब का मजाक उड़ाते हैं ना ही अमीर के तलवे चाटते हैं। अपनी मर्जी के मालिक हैं ऐसे लोगों का कोई वास्तविक अस्तित्व नहीं होता बस माँकेट दिखावा करते हुए नकली माल बेचते फिरते हैं। बार-बार वेशभूषा बदलना, अपनी कहीं गई बातों से तुरंत पलट जाना, लोगों की भावनाओं से खिलवाड़ कर उन्हें भ्रमित कर डराना यही उनके जीवन की जीवत उपलब्धियां होती हैं!

कुछ लोग इल्जाम लगाने में बड़े माहिर होते हैं कि तुमने ये किया, तुमने वो किया, तुम्हारी वजह से ये हुआ... उन्हें बस बुरा ही दिखाई देता है। अच्छा कभी नहीं। ऐसे लोगों से एक ही बात कहने का मन है कि कभी एक बार खुद को भी देख लेना। सही-गलत समझ आ जाएगी। बहुत ज्ञान पेलते हो दूसरों को, और आज नहीं देख पा रहे हो तो इंतजार करो भगवान एक दिन आईना जरूर दिखाएगा, असलियत सबके सामने आ जाएगी और तुम्हारी संतानें तुमको अवश्य कोसने का कोई मौका नहीं छोड़ेंगी।

वो तुमको यकीन दिलाएंगे कि वो शेर हैं, तुम यकीन करने से मना कर देना फिर देखना, वो भोकने लगेंगे...!! दिल में धोखा, होठों पे मुस्कान होती है, दोगले लोगों की यही पहचान होती है, हम तो आपके दोगलेपन के बारे में क्या जान गए, आप तो बुरा मान गए!!! आप सभी का दिन सुखदायक हो।



पाखंड का पर्दा हमेशा एक न एक दिन गिर ही जाता है

भट्टों का बैठ गया भट्टा

गोरखपुर। क्षेत्र में में समय-समय पर आई असमय बारिश ने भट्टा संचालकों का बहुत बड़ा नुकसान कर दिया। इस समय भट्टों पर इंटों का निर्माण बहुत तेज गति से चलता है क्योंकि 15 जून से बरसात मानी जाती है इसके पहले सारी तैयारियां भट्टा संचालन कर लेते हैं। इस मौसम में इस प्रकार की बारिशों का किसी को अंदाजा न था। कुछ जगहों पर इन इंटों को खुले में रखा गया था तो कुछ जगहों पर बारिश आने पर प्लास्टिक आदि से सुरक्षित करने का प्रयास किया गया जो असफल रहा। कच्चे इंटों को लाख कोशिशों के बावजूद बारिश से बचा पाना काफी मुश्किल होता है। एक के बाद एक आई बारिशों से इंट निर्माण वाली जगह पर पानी भर गया जिससे इंट गलकर मिट्टी में मिला गया। कुछ दिनों तक भट्टा मालिकों ने इसी तरह से छोड़ दिया था अब पुनः मौसम ठीक होने के बाद भट्टा मालिक इंट निर्माण में लगे तब तक एक और आंधी बारिश ने तैयारियों पर पानी फेर दिया है। मौसम ठीक हो जाने के बाद फिर से इंटों का निर्माण करने में भट्टा मालिक जुटेंगे। भट्टा मालिकों ने बताया कि बेमौसम आई बारिश ने काफी नुकसान किया है। इस नुकसान का भरपाई करना इतना आसान नहीं है। इसलिए इंटों का मूल्य बढ़ाने के विषय में सोचा जा रहा है। इंटों का निर्माण करने वाले मजदूरों की भी महानत बेकार हो गई है।



शीघ्रता से करें समस्याओं का निस्तारण



गोरखपुर। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने गोरखपुर प्रवास के दौरान दूसरे दिन रविवार सुबह गोरखनाथ मंदिर में आयोजित जनता दर्शन में विभिन्न जिलों से आए लोगों से मुलाकात कर उनकी समस्याएं सुनीं। इस दौरान उन्होंने कहा कि हर व्यक्ति की समस्या का समाधान, सरकार की प्रतिबद्धता है। मुख्यमंत्री ने अफसरों को निर्देशित किया कि वे पूरी तत्परता और संवेदनशीलता से यह सुनिश्चित करें कि बिना भेदभाव सबको न्याय मिले। हर पात्र को जन कल्याणकारी योजनाओं का लाभ मिले, जरूरतमंदों के समुचित इलाज की व्यवस्था हो, जमीन कब्जाने वाले भूमिफिया वदबंगों के खिलाफ कठोर कार्रवाई हो। जनता दर्शन कार्यक्रम के दौरान मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने करीब 150 लोगों की समस्याएं सुनीं। सबके प्रार्थना पत्रों को संबंधित अधिकारियों को संदर्भित करते हुए त्वरित और संतुष्टिपरक निस्तारण का निर्देश देने के साथ लोगों को आश्वासन दिया कि हर समस्या का प्रभावी समाधान कराया जाएगा।

मुख्यमंत्री ने भाजपा के जिला प्रशिक्षण वर्ग के उद्घाटन सत्र को किए संबोधित

परिवहन विशेष न्यूज

गोरखपुर। रविवार को भाजपा के जिला प्रशिक्षण वर्ग के उद्घाटन सत्र को संबोधित करते हुए मुख्यमंत्री ने कहा कि समाज कांग्रेस, सपा, राजद, टीएमसी, डीएमके या ऐसे ही भ्रष्टाचार में डूबे अन्य दलों के आचरण को सम्मान नहीं देता है। भाजपा कार्यकर्ता को समाज में सम्मान इसलिए मिलता है कि इस पार्टी के कार्यकर्ता के आचरण में राष्ट्रवाद और भारतीयता का भाव है। भाजपा का कार्यकर्ता पार्टी के संस्थापकों के मूल्यों और आदर्शों पर चलते हुए देश की एकता और अखंडता के लिए श्रुति और पारदर्शिता से आचरण और तदनुसंग कार्य करता है। उन्होंने गोरखपुर के सहजवन विधानसभा क्षेत्र स्थित तेनुआ टोल प्लाजा के समीप एक रिजॉर्ट में भाजपा के जिला प्रशिक्षण वर्ग के उद्घाटन सत्र को संबोधित कर रहे थे। मुख्यमंत्री ने पंडित दीनदयाल उपाध्याय प्रशिक्षण महाभियान



2026 के अंतर्गत पार्टी की जिला इकाई की तरफ से आयोजित इस प्रशिक्षण वर्ग में शामिल प्रतिभागियों को 'राष्ट्र प्रथम' के भाव से अनवरत आगे बढ़ते रहने को प्रेरित किया।

उन्होंने कहा कि देश की सुरक्षा, संस्कृति, सुशासन और समृद्धि को जोड़ने का काम करने वाली भाजपा एकलौती पार्टी है। केंद्र और भाजपा की राज्य सरकारों ने इसी को

अपने कार्यक्रमों का आधार बनाया है। भाजपा के लिए राष्ट्र प्रथम, दल द्वितीय 'भाजपा का इतिहास और विकास'

विषय पर केंद्रित जिला प्रशिक्षण वर्ग के उद्घाटन सत्र में मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने कहा कि स्थापना के 50 वर्ष से भी कम समय में भाजपा ने दुनिया के सबसे बड़े राजनीतिक दल के रूप में केंद्र और देश के 22 राज्यों में राष्ट्रवाद की विचारधारा को लागू करने के अभियान को आगे बढ़ाया है। भाजपा देश ही नहीं दुनिया का एकमात्र राजनीतिक दल है जिसने हमेशा और मजबूती से यह घोषणा की है कि राष्ट्र प्रथम, दल द्वितीय और व्यक्ति का हित अंतिम होना चाहिए। सीएम योगी ने कहा कि राष्ट्र प्रथम के भाव से पार्टी के संस्थापकों ने जो मूल्य, आदर्श और संस्कार दिए हैं, उन्हीं का अनुसरण करते हुए कार्यकर्ता जब राष्ट्रवाद की बात करते हैं तो देश ही नहीं दुनिया के भारतवंशियों के सामने पार्टी के रूप में सिर्फ भाजपा का ही चेहरा और कमल का फूल चुनाव निशान सामने होता है।

मत्स्य विज्ञान महाविद्यालय में आपदा प्रबंधन पर विशेषज्ञ व्याख्यान आयोजित

परिवहन विशेष न्यूज

मथुरा: उत्तर प्रदेश पंडित दीनदयाल उपाध्याय पशुचिकित्सा विज्ञान विश्वविद्यालय एवं गो-अनुसंधान संस्थान के माननीय कुलपति डॉ. अभिजीत मित्रा जी के कुशल नेतृत्व एवं निर्देशन में आज संस्थान के मत्स्य विज्ञान महाविद्यालय में पढ़ने वाले छात्र-छात्राओं के लिए ए आपदा तैयारी पर जागरूकता विशेष पर एक विशेष व्याख्यान और व्यावहारिक प्रशिक्षण सत्र का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में नागरिक सुरक्षा विभाग मथुरा के पोस्ट संख्या-01 के पोस्ट वार्डन एवं मास्टर ट्रेनर अशोक यादव मुख्य वक्ता और रिसोर्स पर्सन के रूप में उपस्थित रहे। इस विशेष सत्र का मुख्य उद्देश्य पढ़ने वाले छात्र-छात्राओं के बीच

प्राकृतिक आपदाओं और आपातकालीन स्थितियों से निपटने के लिए जागरूकता बढ़ाना, उनका प्रभावी प्रबंधन और त्वरित प्रतिक्रिया रणनीतियों की समझ को विकसित करना था। व्याख्यान के दौरान नागरिक सुरक्षा विभाग के मास्टर ट्रेनर ने पढ़ने वाले विद्यार्थियों को आपदा के समय बरती जाने वाली सावधानियों, बचाव के व्यावहारिक तौर-तरीकों और जीवन रक्षा के विभिन्न गुरों का जीवंत प्रदर्शन करके विस्तार से समझाया। विशेष रूप से उन्होंने घरेलू गैस सिलेंडर में आग लगने पर उसे बुझाने के सुरक्षित तरीकों और अग्निशामक यंत्र फायर एक्सटिंग्विशर को चलाने व उसके सही उपयोग करने का व्यावहारिक प्रशिक्षण भी दिया। उन्होंने बताया कि कैसे आपदा के समय सूझबूझ और सही समय पर



सही कदम उठाकर बड़े नुकसान को टाला जा सकता है। कार्यक्रम के सफल आयोजन पर संस्थान के महाविद्यालय अधिष्ठाता डॉ. नित्यानंद पांडेय ने मुख्य

वक्ता के प्रति आभार व्यक्त करते हुए कहा कि मास्टर ट्रेनर के इस क्षेत्र में गहरे व्यावहारिक अनुभव और कुशल मार्गदर्शन से पढ़ने वाले विद्यार्थियों के

ज्ञानवर्धन में अभूतपूर्व मदद मिलेगी और यह व्यावहारिक ज्ञान उनके भविष्य व्यावहारिक अनुभव और कुशल मार्गदर्शन से पढ़ने वाले विद्यार्थियों के

प्राध्यापक, अधिकारीगण और भारी संख्या में पढ़ने वाले छात्र-छात्राएँ मौजूद रहे। कार्यक्रम को सफल बनाने में कोलेज के डा. अमरीश एवं नागरिक

सुरक्षा विभाग के सेक्टर वार्डन राम सेनी, राजेश कुमार, अरुण कुमार और शैलेश खंडेलवाल का विशेष सहयोग रहा।

संत की पहचान – जो ईश्वर का दर्शन करवाए--साधवी सुनीता भारती दिव्य ज्योति जाग्रति संस्थान द्वारा गीता ज्ञान यज्ञ का समापन

परिवहन विशेष न्यूज

देवघर। स्थानीय प्रणय वाटिका में श्री राम चरितमानस एवं गीता ज्ञान के अंतिम दिवस सर्वश्री आशुतोष महाराज जी की शिष्या साधवी सुनीता भारती जी ने कहा कि एक सच्चे संत का वास्तविक पहचान केवल प्रवचन या ग्रंथों का पाठ ही नहीं है। सच्चे संत की पहचान यह है कि वह केवल ईश्वर की बातें ही नहीं करता, बल्कि जीव को ईश्वर का प्रत्यक्ष दर्शन करवाने का सामर्थ्य रखता है।

शास्त्रों में कहा गया है –
“संत ईश्वर समान जानि, करु प्रणाम कर जोर।।
संत मुख दर्शन करि, मिटे जन्म के कोर।।”

संत वह है जो अंधकारमय अज्ञान जीवन में ज्ञान का दीप प्रज्वलित कर दे। जिस गुरु या संत के द्वारा हमें आत्मा और परमात्मा का साक्षात् अनुभव हो जाए, वही सद्गुरु कहलाता

है।
“गुरु गोविंद दोऊ खड़े, काके लागू पाय। बलिहारी गुरु आपने, गोविंद दियो बतायर।।
कबीर जी के इस दोहे में स्पष्ट है कि गुरु वही सच्चा संत है जो गोविंद (ईश्वर) का साक्षात् कराए। उसका उपदेश केवल शब्दों तक सीमित नहीं रहता, वह अनुभव बन जाता है।
इसलिए सच्चे संत की पहचान यही है कि वह ब्रह्मज्ञान का प्रदाता होता है। वह जीव को ईश्वर का परिचय देता है। वह मनुष्य को ईश्वर से जोड़ देता है, केवल कर्मकांड में नहीं उलझाता।
उसकी संगति से जीवन में शांति, आनंद और दिशा मिलती है।
संत वही सच्चा है जो केवल भगवान की बातें न करे, बल्कि भगवान का साक्षात् दर्शन कराए — जो ज्ञान देकर ईश्वर से मिलन करवाए, वही संत की सच्ची पहचान है।



आज मुख्य अतिथि के रूप में डिप्टी मेयर साहिबा ने दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम की शुरुआत की। इस कार्यक्रम को सफल

बनाने में मुख्य आयोजक अजय झा (बोकारो स्टील प्लांट), अमर प्रताप सिंह (रौंची), एवं समाज के गणमान्य लोग

तथा दिव्य ज्योति परिवार (देवघर) का योगदान है। यह जानकारी समाज सेवी श्री प्रभाष गुप्ता ने दी।

ब्लाक कांग्रेस कमेटी अध्यक्ष डालचंद गंगवाल द्वारा अभिनंदन समारोह सम्पन्न

विरेंद्र कुमार चतुर्वेदी

रघुवीर नगर ब्लाक कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष डालचंद गंगवाल के द्वारा दिल्ली प्रदेश कांग्रेस कमेटी के नवनियुक्त महासचिव धर्मपाल चंदेला, तिलक नगर जिला कांग्रेस के नवनियुक्त अध्यक्ष अमनदीप सिंह सूदन के अभिनंदन समारोह के आयोजन रघुवीर नगर में किया। अभिनंदन समारोह के आयोजन रघुवीर नगर में बड़ी संख्या में कांग्रेस के कार्यकर्ता और कालोनी के लोग उपस्थित हुए। धर्मपाल चंदेला ने कहा कि हमें इस समय हर मोर्चे पर संघर्ष करना है। नवनियुक्त जिला अध्यक्ष अमनदीप सिंह सूदन ने कहा आज पूरे देश में भाजपा ने अफरातफरी मचा रखी है मंहगाई, बेरोजगारी, भ्रष्टाचार दिल्ली में सबसे ज्यादा है इस गामी में लाइट और पानी के कमी से आम जनता परेशान है इसके लिए कांग्रेस संघर्ष करेगी? इस अवसर पर अशोक बसोया, भूपेश यादव, के के छावड़ा, विरेन्द्र कुमार चतुर्वेदी, वेद प्रकाश, संजय भारद्वाज ने भी अपने विचार रखे। ब्लाक अध्यक्ष डालचंद गंगवाल ने आए हुए सभी कार्यकर्ताओं का शाल और हार प्रदान कर स्वागत किया। डालचंद ने कहा हम कांग्रेस को मजबूत करने के लिए और जनता को उनकी जरूरत पूरी करने के लिए हमेशा संघर्ष करते रहेंगे।

राष्ट्रहित सर्वोपरि....

वी बी भारद्वाज

भारत ने 1971 में जिस देश को स्वतंत्र पहचान दिलाने के लिए अपना खून बहाया, आज वही भारत को आँखें दिखाने की कोशिश कर रहा है। इतिहास गवाह है कि अगर भारत न होता, तो बांग्लादेश शायद आज भी पाकिस्तान के अत्याचारों के नीचे दबा होता। भारत ने हमेशा पड़ोसी धर्मनिभाया, शरण दी, मदद की, इंसानियत दिखाई। लेकिन इसका मालब यह नहीं कि भारत अपनी सुरक्षा, संस्कृति और सीमाओं से समझौता करेगा। हर देश को अपनी सीमाओं और कानूनों का सम्मान करना चाहिए। अवैध चुसपैट किसी भी राष्ट्र की जनसंख्या, संसाधनों और आंतरिक सुरक्षा पर सीधा दबाव डालती है। भारत को अब भावनाओं से नहीं, स्पष्ट नीति और राष्ट्रीय हित से निर्णय लेने होंगे। जो लोग अवैध रूप से भारत में रह रहे हैं, उन्हें सम्मानपूर्वक अपने देश वापस जाना चाहिए। भारत शांत है, कमजोर नहीं। और इतिहास यह भी जानता है कि जब भारत निर्णायक कदम उठाता है, तो पूरी दुनिया ध्यान से देखती है।

राष्ट्रहित सर्वोपरि।

विश्व रक्तचाप दिवस पर गांधी मैदान में लगा निःशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर



परिवहन विशेष न्यूज

गयाजी। भारतीय चिकित्सा संघ (आईएमए) गया शाखा, एपीआईओ मगध, सीसीडीएसआई एवं भारत विकास परिषद के संयुक्त तत्वाधान में विश्व रक्तचाप दिवस-2026 के अवसर पर रविवार को गांधी मैदान मंडप में निःशुल्क स्वास्थ्य जांच एवं जागरूकता शिविर का आयोजन किया गया। सुबह 6 बजे से 8 बजे तक चले इस शिविर में लोगों का रक्तचाप एवं शुगर जांच कर उन्हें उच्च रक्तचाप से बचाव और स्वास्थ्य संबंधी आवश्यक सलाह दी गई। शिविर में करीब 200 से अधिक लोगों की स्वास्थ्य जांच की गई। कार्यक्रम में आईएमए गया शाखा के अध्यक्ष डॉ. विश्व विजय सिंह, सचिव डॉ. विमलेंद्र विमल, एपीआईओ मगध के चेयरमैन डॉ. नीरज कुमार, भारत विकास परिषद के अध्यक्ष डॉ. मृत्युंजय कुमार सिंह, डॉ. रामसेवक प्रसाद सिंह, डॉ. डी.के. सहाय, डॉ. एस.एस. जमा, डॉ. उमेश कुमार वर्मा, डॉ. संजीव कुमार, डॉ. प्रंशु कुमार, डॉ. कुंदन कुमार एवं डॉ. संदीप कुमार सिन्हा सहित अन्य चिकित्सकों ने सक्रिय भागीदारी निभाई। शिविर के सफल आयोजन में आईएमए गया शाखा के कर्मचारियों का भी महत्वपूर्ण योगदान रहा। अंत में धन्यवाद ज्ञापन के साथ शिविर का समापन किया गया।

विकलांग अधिकार मंच बरवाला ब्लॉक के बाबू लाल बने प्रधान विकलांग अधिकार मंच हरियाणा ब्लॉक बरवाला कमेटी का नौवां सम्मेलन हुआ कुम्हार धर्मशाला में

परिवहन विशेष न्यूज

हरियाणा/हिसार (राजेश सलूजा): विकलांग अधिकार मंच हरियाणा के बरवाला ब्लॉक कमेटी का नौवां सम्मेलन कुम्हार धर्मशाला बरवाला में संपन्न हुआ। इस सम्मेलन की अध्यक्षता सतीश बुगाना ने की और संचालन नरेश भारतीय ने किया। इसमें मुख्य वक्ता बतौर ऋषिकेश राजली महासचिव विकलांग अधिकार मंच हरियाणा रहे और जिला प्रधान कृष्णगुरी ने भी अपने विचार रखे। इस सम्मेलन में सर्वसम्मति से 11 सदस्यीय कमेटी का गठन किया गया जिसमें बाबूलाल को प्रधान, नसीब राजली सचिव, नरेश भारतीय कोषाध्यक्ष, सतपाल खेड़ी बर्की को उपप्रधान, सुभाष खरक पुनिया सह सचिव, कृष्णगुरी सलाहकार और



रमेश सोढी, सुरजीत बहबलपुर, रवि बरवाला, मुख्तार व बलवान को सदस्य चुना गया है। जिला प्रधान कृष्णगुरी ने कहा कि 24 मई को हिसार का जिला सम्मेलन किया जाएगा। इससे पहले 17 मई

आदमपुर और 20 मई को उकलाना ब्लॉक का सम्मेलन किया जाएगा। ऋषिकेश राजली ने कहा कि हरियाणा सरकार ने विकलांगों को 40 प्रतिशत पर बस पास देने की घोषणा तो कर दी लेकिन अलग-अलग जिलों में मंच के

पास सूचनाएं आ रही हैं कि विकलांगों से टिकट ली जा रही है, मना करने पर बसों से नीचे उतरा जा रहा है। जिसकी सूचना रोडवेज के जिलाधिकारी को लिखित में दी जा रही है लेकिन कोई समाधान नहीं किया जा रहा है। जिससे

विकलांग परेशान हो रहे हैं। हरियाणा सरकार मामले को गंभीरता से ले और समाधान करे। फैमिली आईडी को आधार बनाकर हरियाणा सरकार ने काफी विकलांगों की पेंशन रोक रखी है इसे जल्दी चालू करें। अन्यथा हमें

सड़को पर उतरना पड़ेगा। इस अवसर पर कृष्ण राजली, कैलाश, रेखा जेवरा, रोहतास खेदड़, सुरेंद्र बरवाला, कृष्ण औड, संकेत बधावड़, जयनारायण ढाड, संदीप बोबुआ व जगवीर आदि उपस्थित रहे।

आकाशवाणी के 90 वर्ष पूरे होने पर आकाशवाणी हिसार द्वारा मेगा मैराथन का भव्य आयोजन

हरियाणा के कैबिनेट मंत्री रणबीर गंगवा ने किया फ्लैग ऑफ; 300 से अधिक धावकों ने लिया हिस्सा

हरियाणा हिसार: राजेश सलूजा

आकाशवाणी प्रसारण के गौरवमयी 90 वर्ष पूरे होने के उपलक्ष्य में आज आकाशवाणी हिसार द्वारा एक भव्य 'मेगा मैराथन' का आयोजन किया गया। गौरतलब है कि वर्ष 1936 में स्थापित हुई आकाशवाणी के 90 साल पूरे होने पर इस वर्ष देश भर के विभिन्न केंद्रों द्वारा देश के विकास में आकाशवाणी के अभूतपूर्व योगदान को प्रदर्शित करने के लिए विशेष कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। इसी कड़ी में हिसार केंद्र द्वारा इस दौड़ का आयोजन किया गया। इस मेगा मैराथन को मुख्य अतिथि के रूप में पहुंचे हरियाणा के कैबिनेट मंत्री श्री रणबीर गंगवा ने हरी झंडी (Flag Off) दिखाकर रवाना किया। इस अवसर पर अपने संबोधन में कैबिनेट मंत्री ने कहा, आकाशवाणी दशकों से देश की आवाज बनी हुई है। समाज को स्वस्थ संस्कार, मनोरंजन और सटीक सूचनाएं देने में आकाशवाणी की कोई बराबरी नहीं है। देश के विकास और जन-जागरूकता में इसका योगदान अतुलनीय है।

पर्यावरण, स्वास्थ्य और मनोरंजन का अनूठा संगम
इस मैराथन में युवाओं, बुजुर्गों और बच्चों सहित 300 से अधिक प्रतिभागियों ने बड़े

उत्साह के साथ भाग लिया। मैराथन को सफल बनाने में 'हिसार रोडीज' तथा 'हमारा प्यार हिसार' संस्थाओं ने भी बड़-चढ़कर सहयोग किया और दौड़ के माध्यम से आमजन को पर्यावरण संरक्षण और बेहतर स्वास्थ्य का संदेश दिया। कार्यक्रम के दौरान डॉ. संदीप कालियाना की मेडिकल टीम द्वारा एक मुफ्त चिकित्सा एवं स्वास्थ्य जांच शिविर (Free Medical Camp) भी लगाया गया, जहां प्रतिभागियों और नागरिकों के स्वास्थ्य की जांच की गई। दौड़ शुरू होने से पहले और बाद में सभी प्रतिभागियों ने एरोबिक्स और चुम्बा डांस का जमकर आनंद लिया, जिसने पूरे माहौल को ऊर्जा से भर दिया।

विजेताओं का सम्मान और आभार
मैराथन के समापन समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में डॉ. नरसी राम बिश्नोई उपस्थित रहे। उन्होंने दौड़ में उत्कृष्ट स्थान प्राप्त करने वाले विजेता धावकों को मेडल पहनाकर सम्मानित किया और उनके उज्वल भविष्य की कामना की। आकाशवाणी हिसार के निदेशक श्री पवन कुमार ने कार्यक्रम की शोभा बढ़ाने के लिए मुख्य अतिथियों, सहयोगी संस्थाओं और सभी प्रतिभागियों का सहृदय धन्यवाद किया। इस भव्य कार्यक्रम के दौरान आकाशवाणी से सुनीता रानी, दीपक हुड्डा सहित केंद्र के सभी प्रस्ताता (Presenters) और स्टॉफ सदस्य मुख्य रूप से उपस्थित रहे।



आनंद भवन आश्रम में धूमधाम से सम्पन्न हुआ ब्रह्मलीन माता आनंद सरस्वती महाराज का द्विदिवसीय चतुर्थ पुण्य तिथि महोत्सव

(डॉ. गोपाल चतुर्वेदी)



वृन्दावन। हरिवंश नगर स्थित आनंद भवन आश्रम में ब्रह्मलीन माता आनंद सरस्वती महाराज का द्विदिवसीय चतुर्थ पुण्य तिथि महोत्सव विभिन्न धार्मिक एवं सांस्कृतिक कार्यक्रमों के साथ महंत स्वामी ब्रजानन्द महाराज की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ। जिसके अंतर्गत अखण्ड रामायण पाठ, संगीतमय सामूहिक सुन्दर काण्ड पाठ, गुरु पूजन, हवन एवं महंतों-महामण्डलेश्वरों का सम्मान आदि के कार्यक्रम भी सम्पन्न हुए।

माँ आनंद सरस्वती सेवा संस्थान के अध्यक्ष महंत स्वामी ब्रजानन्द महाराज ने कहा कि प्रतिवर्ष की भांति इस वर्ष भी माता आनंद सरस्वती महाराज की पुण्यतिथि सभी क्षेत्र वासियों और संतों-महंतों के आशीर्वाद से भव्य रूप में मनाया जाता है।

महामंडलेश्वर स्वामी भक्तानंद हरि साक्षी महाराज एवं महंत बाबा संतदास महाराज ने कहा कि ब्रह्मलीन माता आनंद सरस्वती धर्म व अध्यात्म के अलावा समाजसेवा के क्षेत्र में भी अग्रणी थीं। निर्धनों, निराश्रितों, अपहिलों व विधवाओं

आदि की उन्होंने अत्यधिक मदद की। उनके द्वारा स्थापित वृद्धाश्रम व गौशाला आदि समाजसेवा के क्षेत्र में निरंतर कार्य कर रहे हैं।

साध्वी डॉ. राकेश हरिप्रिया एवं प्रख्यात साहित्यकार "यूपी रत्न" डॉ. गोपाल चतुर्वेदी

ने कहा कि माता आनंद सरस्वती श्रीमद्भगवत व श्रीराम चरित्र मानस की यशस्वी प्रवक्ता थीं। उन्हें कई धर्मग्रंथ कंठस्थ थे, जिनका वह दैनिक प्रवचन किया करती थीं।

महोत्सव में मुख्य रूप से अंकित कुमार

(पार्षद प्रतिनिधि) चुन्नीलाल (अलीगढ़), भूपेश चौधरी, अवनीश (हरिद्वार), साध्वी हरिप्रिया (उज्जैन), अवधेश कुमार पांडेय (अयोध्या), मनोज मिश्रा, शंकर ठेकेदार, आश्रम मैनेजर सौरभ शर्मा, डॉ. राधाकांत शर्मा, अमित दीक्षित, महेश गौतम, मुकेश

विनोद दीक्षित की शिकायत के बाद मथुरा महानगर के नालों को ढकने का काम हुआ शुरू

परिवहन विशेष न्यूज, ब्रज यातायात एवं पर्यावरण जैन जागरूकता समिति रजि. उत्तर प्रदेश के संस्थापक अध्यक्ष विनोद दीक्षित ने मथुरा-वृंदावन नगर निगम द्वारा नालों की सफाई के बाद उन्हें खुला छोड़ दिए जाने से पिछले दिनों एक महिला अपने बच्चे के खुले नाले गिर जाने बाद, खुले नाले से होने वाली दुर्घटनाओं एवं बढ़ते वायु प्रदूषण को लेकर नगर आयुक्त को शिकायत पत्र सौंपा था। शिकायत के बाद नगर निगम प्रशासन हरकत में आया और अब टीमों द्वारा खुले नालों को ढकने तथा नालों से निकलने वाली गंदगी को तुलरत हटाने का कार्य शुरू कर दिया गया है। नगर निगम की टीमों लगातार विभिन्न क्षेत्रों में नालों को ढकने और सफाई व्यवस्था को बेहतर बनाने में जुटी हुई हैं। संस्थापक अध्यक्ष विनोद दीक्षित ने जनता हित में सराहनीय कार्य करने के लिए नगर आयुक्त एवं नगर निगम कर्मचारियों का धन्यवाद व्यक्त किया है। उन्होंने कहा कि खुले नालों को ढकने से दुर्घटनाओं में कमी आएगी और शहर में स्वच्छता एवं पर्यावरण संरक्षण को भी बढ़ावा मिलेगा।



बिजली-पानी की मांग को लेकर चानौत गांववासियों का धरना दूसरे दिन भी जारी

परिवहन विशेष न्यूज

हरियाणा/हिसार (राजेश सलूजा) गांव चानौत में बिजली और पेयजल की गंभीर समस्या को लेकर ग्रामीणों का आंदोलन लगातार दूसरे दिन भी जारी रहा। गांववासियों ने हांसी शहर को जाने वाली पाइपलाइन की खुदाई का कार्य रुकवाकर मौके पर धरना शुरू कर दिया, जो रविवार को भी जारी रहा।

धरने पर बैठे ग्रामीणों ने प्रशासन के खिलाफ जमकर रोष व्यक्त करते हुए कहा कि लंबे समय से गांव मूलभूत सुविधाओं से वंचित है, लेकिन उनकी समस्याओं की ओर कोई ध्यान नहीं दिया जा रहा। ग्रामीणों का कहना है कि जब तक गांव चानौत की पेयजल और बिजली संबंधी समस्याओं का स्थायी समाधान नहीं किया जाता, तब तक पाइपलाइन का कार्य शुरू नहीं होने दिया जाएगा।

ग्रामीणों की प्रमुख मांगों में गांव चानौत को हांसी शहर जाने वाली पाइपलाइन उपलब्ध करवाना, गांव के जलघर के WTP का बजट तुरंत जारी करना तथा गांव के लिए स्थायी बिजली लाइनमैन की नियुक्ति करना शामिल है।

धरने में गांव के बुजुर्गों, युवाओं और महिलाओं ने बड़ी संख्या में



भाग लिया। इस दौरान गांव के सरपंच हिमांशु दुहन और सामाजिक कार्यकर्ता अनूप चानौत ने स्पष्ट शब्दों में कहा कि जब तक

प्रशासन उनकी मांगों को पूरा नहीं करता, तब तक आंदोलन जारी रहेगा।

ग्रामीणों ने चेतावनी दी कि यदि जल्द समाधान नहीं किया गया तो आंदोलन को और तेज किया जाएगा, जिसकी जिम्मेदारी प्रशासन की होगी।

बुद्धिजीवियों ने श्री गुरु रविदास जी की माला पहनाकर महात्मा बुद्ध की प्रतिमा देकर किया प्रो केपी सिंह का अभिनंदन

परिवहन विशेष न्यूज

सूचना एवं पुस्तकालय विज्ञान विभाग के प्रभारी और गांधी भवन दिल्ली विश्वविद्यालय के निदेशक बनने पर कुछ प्राध्यापकों ने प्रो केपी सिंह जी को उनके कार्यालय में जाकर बधाई दी।

पगड़ी, पटका, संत शिरोमणि गुरु रविदास की माला पहनाकर, महात्मा बुद्ध की छोटी प्रतिमा देकर, मिष्ठान खिलाकर सभी ने उनका हार्दिक अभिनन्दन किया। बधाई देने वालों में प्रो हंसराज सुमन, प्रो. मनोज कुमार कैन, प्रो. राकेश कुमार, प्रो. सुरेंद्र सोलंकी प्रो. मुकेश बैरवा, डॉ. धनश्याम, मास्टर योगेश सिंह और वरिष्ठ पत्रकार आलोक कुमार उपस्थित रहे।



आपसी बातचीत में प्रो सिंह ने बताया कि पुस्तकालय विज्ञान विभाग के पुस्तकालय को नया तकनीकी स्वरूप प्रदान करेंगे। इनके विभाग और कार्यालय की खूबसूरती देखते ही बनती है। जब से इन्होंने गांधी भवन का

कार्यभार संभाला है गांधी भवन नई ऊंचाइयों प्राप्त कर रहा है। इन्होंने बताया कि बहुत जल्दी ही गांधी भवन वंचित और आर्थिक रूप से कमजोर विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास हेतु डिजिटल सोशल मीडिया जर्नलिज्म, नेचुरोपैथी,

नेशनलिज्म और स्पिरिचुअलिटी विषय पर सर्टिफिकेट कोर्स आरंभ करने जा रहा है। जिसकी अनुमति गांधी भवन की मैनेजिंग कमेटी से मिल चुकी है। इनके अतिथि सत्कार ने सभी को अभिभूत कर दिया।

महंगाई की चौतरफा मार



लेखक-संजीव महरोत्रा, (महामंत्री, बरेली ट्रेड यूनियन फेडरेशन)

महंगाई, किसी भी अर्थव्यवस्था के लिए एक सामान्य आर्थिक प्रक्रिया मानी जाती है, लेकिन जब यही महंगाई आम नागरिक की बुनियादी जरूरतों पर सीधा प्रहार करने लगे, तब यह केवल आर्थिक विषय नहीं रह जाती, बल्कि सामाजिक और राजनीतिक चिंता का विषय बन जाती है। आज देश का आम आदमी ठीक ऐसे ही दौर से गुजर रहा है, जहां जीवन के लगभग हर क्षेत्र में बढ़ते कीमतों का दबाव महसूस किया जा सकता है। 115 मई 2026 की सुबह पेट्रोल और डीजल की कीमतों में हुई ताना बढोतरी ने इस चिंता को और गहरा कर दिया है।

पश्चिम एशिया में जारी भू-राजनीतिक तनाव के कारण अंतरराष्ट्रीय बाजार में कच्चे तेल की कीमतों में उछाल आया है, जिसका सीधा असर भारत जैसे आयात-निर्भर देशों पर पड़ना स्वाभाविक है।

राजधानी दिल्ली में पेट्रोल करीब ₹97.77 और डीजल ₹90.67 प्रति लीटर पहुंच गया है। ईंधन की कीमतों में लगभग ₹3 प्रति लीटर की यह बढ़ोतरी देखने में भले सीमित लगे, लेकिन इसका असर अर्थव्यवस्था की पूरी श्रृंखला पर पड़ता है।

भारत में सड़क परिवहन देश



की आर्थिक गतिविधियों की रीढ़ माना जाता है। कृषि उत्पादों से लेकर औद्योगिक वस्तुओं तक, अधिकांश माल दुलाई डीजल आधारित परिवहन पर निर्भर है। ऐसे में डीजल महंगा होने का अर्थ है परिवहन लागत में वृद्धि, और परिवहन लागत बढ़ने का अर्थ है बाजार में हर वस्तु की कीमत बढ़ना। यही कारण है कि पेट्रोल-डीजल की कीमतों में वृद्धि का असर केवल वाहन मालिकों तक सीमित नहीं रहता, बल्कि इसका बोझ हर उपभोक्ता पर पड़ता है।

स्थिति इसलिए अधिक गंभीर दिखाई देती है क्योंकि यह बढ़ोतरी ऐसे समय आई है जब रूसी गैस, खाद्य तेल, दूध, चीनी और सीएनजी जैसी आवश्यक वस्तुओं के दाम पहले ही आम लोगों की पहुंच को चुनौती दे रहे हैं। घरेलू रूसी का बजट लगातार बढ़ रहा है। मध्यम वर्ग, जो अपनी आय और खर्च के बीच संतुलन बनाकर चलता है, आज सबसे अधिक दबाव महसूस कर रहा है। वहीं निम्न आय वर्ग के लिए दो वक्त की रोटी, बच्चों की शिक्षा, स्वास्थ्य और

दैनिक जरूरतों का प्रबंधन लगातार कठिन होता जा रहा है। महंगाई का सबसे बड़ा दुष्प्रभाव यह होता है कि यह लोगों की वास्तविक आय को कम कर देती है। वेतन वही रहता है, लेकिन खर्च बढ़ जाता है। बचत कम होने लगती है, निवेश प्रभावित होता है और भविष्य को लेकर असुरक्षा बढ़ने लगती है।

छोटे दुकानदार, किसान, मजदूर और स्वरोजगार से जुड़े लोग इस दबाव को सबसे पहले महसूस करते हैं। भारत जैसे विकासशील देश में महंगाई केवल आर्थिक आंकड़ों का विषय नहीं है, यह सामाजिक संतुलन, उपभोग क्षमता और जीवन स्तर से जुड़ा प्रश्न है। यदि आवश्यक वस्तुओं की कीमतें लगातार बढ़ती रहें और आय उसी गति से नहीं बढ़ी, तो आर्थिक असमानता और गहरी हो सकती है। इससे उपभोक्ता मांग पर असर पड़ेगा, छोटे कारोबार प्रभावित होंगे और आर्थिक विकास की गति भी धीमी पड़ सकती है। सरकार के सामने चुनौती केवल

कीमतों को नियंत्रित करने की नहीं, बल्कि जनता का विश्वास बनाए रखने की भी है। ईंधन पर करों की समीक्षा, आवश्यक वस्तुओं की आपूर्ति व्यवस्था को मजबूत करना, जमाखोरी पर सख्ती और कमजोर वर्गों को राहत देना जैसे कदम समय की मांग बन चुके हैं। साथ ही वैश्विक परिस्थितियों का सामना करने के लिए ऊर्जा के वैकल्पिक स्रोतों और आत्मनिर्भरता की दिशा में तेजी से काम करने की जरूरत है।

महंगाई की यह चौतरफा मार केवल जेब पर असर नहीं डाल रही, बल्कि आम आदमी की उम्मीदों, योजनाओं और जीवनशैली को भी प्रभावित कर रही है। सवाल केवल इतना नहीं कि पेट्रोल या दूध कितना महंगा हुआ, बल्कि यह है कि क्या आम नागरिक की आय, उसकी जरूरतों और सपनों के साथ तालमेल बना पा रही है। आने वाले समय में यही प्रश्न देश की आर्थिक दिशा और सामाजिक स्थिरता तय करेगा। प्रस्तुतकर्ता: भूपेंद्र सरस्वत 'सारथी' बरेली (उ०प्र०)।

दो दशकों की यात्रा: पृथ्वी दिवस ने बढ़ाई जागरूकता, पर चुनौतियाँ अब भी शेष



लेखिका-गार्गी सिंह, कक्षा पाँचवीं बाल भारती पब्लिक स्कूल, सीपट (बिलासपुर)

विश्व पृथ्वी दिवस को मनाते हुए लगभग दो दशक बीत चुके हैं। इस दौरान पर्यावरण संरक्षण के प्रति लोगों में जागरूकता निश्चित रूप से बढ़ी है, किंतु धरती को सुरक्षित बनाने की दिशा में अभी भी निरंतर प्रयासों की आवश्यकता है। अपने आसपास के परिवेश का

अवलोकन करने पर यह स्पष्ट होता है कि लोग अब पेड़ लगाने, स्वच्छता बनाए रखने और प्रकृति के प्रति संवेदनशील बनने का प्रयास कर रहे हैं। इसके बावजूद प्लास्टिक का अत्यधिक उपयोग, बढ़ता प्रदूषण और घटते जल स्रोत आज भी गंभीर चिंता के विषय बने हुए हैं।

एक छात्र के रूप में मेरा मानना है कि छोटे-छोटे प्रयास भी बड़े बदलाव ला सकते हैं। यदि हम सभी पानी और बिजली की बचत करें,

अधिक से अधिक पेड़ लगाएँ और अपने आसपास स्वच्छता बनाए रखें, तो हम अपनी पृथ्वी को सुरक्षित रखने में महत्वपूर्ण योगदान दे सकते हैं। इन वर्षों की यात्रा हमें यह सिखाती है कि केवल एक दिन मनाने से परिवर्तन संभव नहीं है, बल्कि हमें अपनी दैनिक आदतों में सुधार लाकर पर्यावरण संरक्षण को जीवन का हिस्सा बनाना होगा। यही हमारी सच्ची जिम्मेदारी है और आने वाली पीढ़ियों के प्रति हमारा कर्तव्य भी।

एकंगरसराय में सेंट्रल बैंक ऑफ इंडिया का पटना रोड में नया ग्राहक सेवा केंद्र की शुरुआत

परिवहन विशेष न्यूज

एकंगरसराय नालन्दा 17 मई, स्थानीय क्षेत्र के बैंक उपभोक्ताओं को बेहतर सुविधा उपलब्ध कराने के उद्देश्य से सेंट्रल बैंक ऑफ इंडिया एकंगरसराय की ओर से एक नया ग्राहक सेवा केंद्र (सीएसपी) खोला गया। इस नए ग्राहक सेवा केंद्र का संचालन अमरेश कुमार दिवाकर के द्वारा किया जाएगा। इस सेवा केंद्र का उद्घाटन सेंट्रल बैंक ऑफ इंडिया के शाखा प्रबंधक कृष्ण मोहन ने फीता काटकर किया। उद्घाटन अवसर पर छोटे यादव, निरंजन कुमार, सचेंदर परमार

सहित कई ग्राहक एवं स्थानीय लोग मौजूद रहे। इस मौके पर शाखा प्रबंधक कृष्ण मोहन ने कहा कि बैंक द्वारा नए ग्राहकों को जोड़ने तथा पुराने ग्राहकों को बेहतर सुविधा उपलब्ध कराने के उद्देश्य से इस ग्राहक सेवा केंद्र की शुरुआत की गई है। उन्होंने कहा कि कई बार ग्राहकों को अत्यंत आवश्यक होने के बावजूद छुट्टी के दिनों में पैसे का लेन-देन करने में परेशानी होती थी, लेकिन अब ग्राहक छुट्टी के दिन भी अपनी बैंकिंग सुविधा का लाभ आसानी से उठा सकेंगे। उन्होंने बताया कि इस ग्राहक सेवा केंद्र के माध्यम से जमा-निकासी, बैलेंस

जांच, आधार आधारित बैंकिंग सेवा सहित अन्य सुविधाएं उपलब्ध रहेंगी, जिससे ग्रामीण एवं स्थानीय ग्राहकों को काफी सहूलियत मिलेगी। शाखा प्रबंधक ने नए ग्राहक सेवा केंद्र का मोबाइल नंबर भी जारी किया। ग्राहक किसी भी जानकारी के लिए +91 70045 03962 पर संपर्क कर सकते हैं। नए ग्राहक सेवा केंद्र के खुलने से क्षेत्र के लोगों में खुशी का माहौल है और लोगों ने इसे बैंकिंग सुविधा के विस्तार की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम बताया। फोटो: ग्राहक सेवा केंद्र का उद्घाटन करते सेंट्रल बैंक के मैनेजर।



राउरकेला में गहराया ईंधन संकट, कई पेट्रोल पंप बंद

लंबी कतारों में घंटों इंतजार को मजबूर लोग, टीसीआई चौक में ड्रमों में हो रही तेल सप्लाई पर उठे सवाल

परिवहन विशेष न्यूज

राउरकेला: स्टील सिटी राउरकेला में ईंधन संकट लगातार गहराता जा रहा है। पेट्रोल और डीजल की कमी के कारण शहर के कई पेट्रोल पंप बंद पड़े हैं, जबकि खुले पंपों पर सुबह से ही वाहनों की लंबी कतारें लग रही हैं। आम लोगों की परेशानी इस कदर बढ़ गई है कि कई पंपों पर एक वाहन में केवल 200 रुपये तक का ही पेट्रोल दिया जा रहा है। संकट के बीच टीसीआई चौक इलाके में ड्रमों और बड़े जारों में खुलेआम तेल सप्लाई किए जाने की खबरों ने प्रशासनिक व्यवस्था पर गंभीर सवाल खड़े कर दिए हैं। शनिवार शाम से बिरसा मुंडा चौक के पास स्थित सहयोग पेट्रोल पंप समेत शहर के कई प्रमुख पेट्रोल पंपों पर "नो स्टॉक" की स्थिति बनी हुई है। रविवार होने के कारण डिपो से नियमित ईंधन आपूर्ति बंद रहने से हालात और खराब हो गए। नतीजतन लोग पेट्रोल के लिए घंटों लाइन में खड़े रहने को मजबूर हैं।

सबसे अधिक परेशानी रोजमर्रा के कामकाजी लोगों, दोपहिया वाहन चालकों, ऑटो चालकों और छोटे व्यापारियों को हो रही है। कई लोग सुबह से लाइन में लगने के बावजूद खाली हाथ लौट रहे हैं। वहीं कुछ पेट्रोल पंप संचालकों ने सीमित वितरण शुरू



कर दिया है, ताकि अधिक से अधिक लोगों को थोड़ी-बहुत राहत मिल सके।

इसी बीच टीसीआई चौक क्षेत्र में ड्रमों और बड़े कंटेनरों में तेल की सप्लाई होने की चर्चाएं तेज हो गई हैं। स्थानीय लोगों का आरोप है कि जहां आम वाहन चालकों को कुछ लीटर पेट्रोल के लिए घंटों इंतजार करना पड़ रहा है, वहीं दूसरी ओर रात के समय बड़े पैमाने पर ड्रमों में तेल भरकर बेचा जा रहा है। इससे कालाबाजारी और अवैध भंडारण का अंशक

भी गहराने लगी है।

स्थिति की गंभीरता को देखते हुए एडीएम ने भी कुछ पेट्रोल पंपों का निरीक्षण किया और आपूर्ति व्यवस्था का जायजा लिया। प्रशासन की ओर से पेट्रोल पंप संचालकों को आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए हैं, ताकि किसी प्रकार की अव्यवस्था या कालाबाजारी न हो। हालांकि आम लोगों का कहना है कि केवल निरीक्षण से समस्या का समाधान नहीं होगा, बल्कि अवैध विक्री और जमाखोरी पर

दिल्ली-एनसीआर में थम पहिए: 21 मई से तीन दिवसीय ट्रक और ट्रांसपोर्ट हड़ताल का ऐलान, जानें क्या हैं मांगें



परिवहन विशेष न्यूज

भारत ट्रक एंड ट्रांसपोर्ट वेलफेयर एसोसिएशन ने आज गुरुग्राम BTTWA कार्यालय में ऑल इंडिया मोटर कांग्रेस के साथ मीटिंग करके फैसला लिया है की दिल्ली एनसीआर में 21, 22, 23 मई तीन की हड़ताल का ऐलान किया

है 1.एनजीटी टैक्स पर बढ़ोतरी वापस लो 2.एक नवंबर से BS/4 कमर्सल गाड़ी पर दिल्ली में प्रवेश करने पर प्रतिबंध का विरोध 3.BS/6 कमर्सल गाड़ी पर एनजीटी टैक्स पूरी तरह से बंद हो मीटिंग में मौजूद BTTWA प्रेसिडेंट रणबीर सिंह जी फाउंडर डी एन नागरा जी

नेशनल प्रभारी मोहित नरवाल जी जरनल सेकटरी रवि सेठी जी दिल्ली प्रेसिडेंट विकास जोगी जी और गुरुग्राम प्रेसिडेंट, हारका प्रेसिडेंट और पूरी BTTWA टीम मौजूद रही AIMTC प्रेसिडेंट हरीश सबरवाल जी चेयरमैन कुलतन अटवाल जी और उनकी पूरी टीम मौजूद रही।

“शेयर टू शाइन”: कैमूर में ‘आर्ट ऑफ गीविंग’ ने बिखेरी मुस्कान

कैमूर/बिहार

कैमूर (भभुआ), दुर्गावती: आर्ट ऑफ गीविंग की 13वीं वर्षगांठ के उपलक्ष्य में बिहार राज्य के कैमूर (भभुआ) जिले के दुर्गावती में एक विशेष चैरिटी कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर स्लम क्षेत्र के बच्चों के बीच पाठ्य सामग्री का वितरण किया गया, साथ ही अभिभावकों के बीच शौचालय पैथ भी वितरित किए गए। डिस्ट्रिक्ट कोऑर्डिनेटर श्री अमरेंद्र ठाकुर ने बताया कि इस वर्ष कार्यक्रम की थीम “शेयर टू शाइन” का मुख्य उद्देश्य अपने पड़ोस, समाज एवं आसपास के लोगों के प्रति सहयोग, सेवा और “देने की कला” की भावना को प्रोत्साहित करना है। उन्होंने कहा कि “बिना किसी स्वायत्त के सहायता करना ही आर्ट ऑफ गीविंग की वास्तविक आत्मा है।” इस समारोह में आयोजन को सफल बनाने में डिस्ट्रिक्ट कोऑर्डिनेटर श्री अमरेंद्र ठाकुर की सक्रिय भूमिका रही। उनके साथ आर्ट ऑफ गीविंग के स्वयंसेवक आकाश जी, भूपेंद्र कुमार, कृष्ण कुमार, रितेश कुमार, गोलडन कुमार, रविशंकर पाण्डेय दीपक (कार्यक्रम पदाधिकारी - एन.एस.एस., दुर्गावती महाविद्यालय विद्यार्थी) ने समर्थन और आत्मविश्वास महिला बेहतर निर्णय ले सकती हैं, बच्चों को बेहतर शिक्षा और संस्कार दे सकती हैं तथा समाज में सकारात्मक परिवर्तन ला सकती हैं। इसलिए महिलाओं की सफलता को चुनौती नहीं, बल्कि सामूहिक प्रगति के रूप में देखा जाना चाहिए।



सांस्कृतिक धरोहरों की सुरक्षा में संग्रहालयों की नई चुनौतियां (18 मई दिवस विशेष आलेख)।

सुनील कुमार महला

संस्कृतियों के महत्व, इनके संरक्षण, इनकी संस्कृति और विरासत के संरक्षण के प्रति लोगों में जागरूकता बढ़ाने के क्रम में प्रतिवर्ष 18 मई को अंतरराष्ट्रीय संस्कृतिय दिवस (इंटरनेशनल संस्कृतिय डे) मनाया जाता है। कल्पना जगत नहीं लेगा कि संस्कृतिय केवल पुरानी दस्तूनी का गंभीर से नहीं लेते, बल्कि वे शिक्षा, शोध और सांस्कृतिक संवाद के महत्वपूर्ण केंद्र होते हैं। अस्त शब्दों में करे तो संस्कृतिय केवल अतीत की स्मृतियों के संरक्षक नहीं, बल्कि शिक्षा, शोध, सामाजिक संवाद और मानवता को जोड़ने वाले सारवाभ्यास हैं। (तभी से बदलती दुनिया में संस्कृतिय लमरी ध्वज, संस्कृति और ज्ञान को सुरक्षित रखने का अमूल्य कार्य कर रहे हैं।) पाठकों को बताता हूँ कि इस दिवस की शुरुआत वर्ष 1977 में इंटरनेशनल कांस्रिट ऑफ संस्कृतिय द्वारा की गई थी। संस्कृतिय किसी भी देश की अतीत की संस्कृति विरासत और ऐतिहासिक धरोहर होते हैं, जो हमें तकलीफें प्रदत्त, उस समय विशेष की भांति और समझा का परिचय देते हैं अथवा उससे स्वरूप कराते हैं। इस दिवस को मनाने के पीछे मुख्य उद्देश्य विभिन्न संस्कृतियों के बीच संवाद, सहयोग और शांति को बढ़ावा देने तथा नई (युवा) पीढ़ी को अपने अतीत (इतिहास) से परिचित कराना तथा ज्ञान-विज्ञान के प्रति श्रद्धा विकसित करना है। गौरवतः है कि पिछले साल इस दिवस की थीम (2025 थी) - 'तेजो से बदलते संस्कृतियों में संस्कृतियों का महत्व' रही। यादव में इस थीम का अर्थ बनती तकनीक, समाज और पर्यावरणीय परिस्थितियों में संस्कृतियों की भूमिका को रेखांकित करना था। इस साल यानी कि वर्ष 2026 में इस दिवस की थीम - 'विभाजित दुनिया को जोड़ते संस्कृतिय' रही। नई है पर धीन संस्कृतियों की उम्र भूमिका पर केंद्रित है, जिसके माध्यम से वे समाज में संवाद, समझा और शांति स्थापित करके हैं। अतः यह दिवस संस्कृतियों के बीच संवाद, सहयोग और शांति को बढ़ावा देने का एक महत्वपूर्ण अवसर है, जो हमें अपने अतीत से जुड़े संस्कृतियों के महत्व को समझाने का अवसर देता है।

संस्कृतियों के महत्व, इनके संरक्षण, इनकी संस्कृति और विरासत के संरक्षण के प्रति लोगों में जागरूकता बढ़ाने के क्रम में प्रतिवर्ष 18 मई को अंतरराष्ट्रीय संस्कृतिय दिवस (इंटरनेशनल संस्कृतिय डे) मनाया जाता है। कल्पना जगत नहीं लेगा कि संस्कृतिय केवल पुरानी दस्तूनी का गंभीर से नहीं लेते, बल्कि वे शिक्षा, शोध और सांस्कृतिक संवाद के महत्वपूर्ण केंद्र होते हैं। अस्त शब्दों में करे तो संस्कृतिय केवल अतीत की स्मृतियों के संरक्षक नहीं, बल्कि शिक्षा, शोध, सामाजिक संवाद और मानवता को जोड़ने वाले सारवाभ्यास हैं। (तभी से बदलती दुनिया में संस्कृतिय लमरी ध्वज, संस्कृति और ज्ञान को सुरक्षित रखने का अमूल्य कार्य कर रहे हैं।) पाठकों को बताता हूँ कि इस दिवस की शुरुआत वर्ष 1977 में इंटरनेशनल कांस्रिट ऑफ संस्कृतिय द्वारा की गई थी। संस्कृतिय किसी भी देश की अतीत की संस्कृति विरासत और ऐतिहासिक धरोहर होते हैं, जो हमें तकलीफें प्रदत्त, उस समय विशेष की भांति और समझा का परिचय देते हैं अथवा उससे स्वरूप कराते हैं। इस दिवस को मनाने के पीछे मुख्य उद्देश्य विभिन्न संस्कृतियों के बीच संवाद, सहयोग और शांति को बढ़ावा देने तथा नई (युवा) पीढ़ी को अपने अतीत (इतिहास) से परिचित कराना तथा ज्ञान-विज्ञान के प्रति श्रद्धा विकसित करना है। गौरवतः है कि पिछले साल इस दिवस की थीम (2025 थी) - 'तेजो से बदलते संस्कृतियों में संस्कृतियों का महत्व' रही। यादव में इस थीम का अर्थ बनती तकनीक, समाज और पर्यावरणीय परिस्थितियों में संस्कृतियों की भूमिका को रेखांकित करना था। इस साल यानी कि वर्ष 2026 में इस दिवस की थीम - 'विभाजित दुनिया को जोड़ते संस्कृतिय' रही। नई है पर धीन संस्कृतियों की उम्र भूमिका पर केंद्रित है, जिसके माध्यम से वे समाज में संवाद, समझा और शांति स्थापित करके हैं। अतः यह दिवस संस्कृतियों के बीच संवाद, सहयोग और शांति को बढ़ावा देने का एक महत्वपूर्ण अवसर है, जो हमें अपने अतीत से जुड़े संस्कृतियों के महत्व को समझाने का अवसर देता है।

महिलाओं के सपनों को कैद नहीं किया जा सकता

डॉ. प्रियंका सोरभ

भारत के सर्वोच्च न्यायालय की हालिया टिप्पणी केवल एक कानूनी अवलोकन नहीं है, बल्कि भारतीय समाज की उस गहरी मानसिकता को चुनौती देने वाला ऐतिहासिक संदेश है जिसमें विवाह के बाद महिला को पहचान को अक्सर उसके पति, परिवार और घरेलू जिम्मेदारियों तक सीमित कर दिया जाता है। अदालत ने स्पष्ट शब्दों में कहा कि किसी महिला से यह अपेक्षा नहीं की जा सकती कि वह अपने करियर, महत्वाकांक्षाओं और सपनों का त्याग कर केवल “आज्ञाकारी पत्नी” बनकर रहे। यह टिप्पणी ऐसे समय में आई है जब भारत की महिलाएं शिक्षा, विज्ञान, राजनीति, प्रशासन, न्यायपालिका, सेना, खेल और व्यापार जैसे हर क्षेत्र में नई ऊंचाइयों को छू रही हैं, लेकिन इसके बावजूद समाज का एक बड़ा वर्ग अब भी यह मानता है कि विवाह के बाद महिला को प्राथमिक जिम्मेदारी केवल घर और परिवार तक सीमित हो जानी चाहिए। सुप्रीम कोर्ट की यह टिप्पणी इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्योंकि वह केवल महिलाओं के संवैधानिक अधिकारों की पुनर्पुष्टि नहीं करती, बल्कि आधुनिक भारत में समानता, गरिमा और व्यक्तिगत स्वतंत्रता की अवधारणा को भी मजबूत करती है।



हालांकि केवल न्यायिक टिप्पणियों को समानता का अधिकार देता है। अनुच्छेद 15 लिंग के आधार पर भेदभाव को प्रतिबंधित करता है और अनुच्छेद 21 प्रत्येक व्यक्ति को गरिमा के साथ जीवन जीने का अधिकार प्रदान करता है। किसी महिला से यह अपेक्षा करना कि वह केवल इसलिए अपने सपनों और करियर का त्याग कर दे क्योंकि वह विवाहित है, इन संवैधानिक मूल्यों के विपरीत है। अदालत ने स्पष्ट कर दिया है कि विवाह किसी महिला को स्वतंत्र पहचान समाप्त करने का माध्यम नहीं हो सकता। पत्नी कोई अधीनस्थ व्यक्ति नहीं, बल्कि समान अधिकारों वाली स्वतंत्र नागरिक है। आज भारत की महिलाएं हर क्षेत्र में उल्लेखनीय उपलब्धियां हासिल कर रही हैं। अंतरिक्ष से लेकर युद्धक विमान तक, न्यायपालिका से लेकर स्टार्टअप जगत तक, महिलाएं अपनी क्षमता का परिचय दे रही हैं। पौष्टि सिंधु, मीराबाई चानू, साहना नेहवाल, फाल्गुनी नायर, निर्मला सीतारमण, गीता गोपीनाथ और अनेक अन्य महिलाओं ने यह सिद्ध किया है कि अवसर मिलने पर महिलाएं किसी भी क्षेत्र में उत्कृष्ट प्रदर्शन कर सकती हैं। लेकिन विडंबना यह है कि इन उपलब्धियों के बावजूद समाज में महिलाओं की भूमिका को लेकर पारंपरिक सोच पूरी तरह समाप्त नहीं हुई है। आज भी अनेक शिक्षित परिवारों में यह माना जाता है कि पत्नी की सफलता पति से “अधिक” नहीं होनी चाहिए। कई बार महिलाओं को आर्थिक स्वतंत्रता और आत्मनिर्भरता को पुरुष अहंकार के लिए अस्मानत स्तर पर अन्याय नहीं है, बल्कि समाज की प्रगति को भी सीमित करती है।

विवाह के बाद महिलाओं से करियर छोड़ने या समझौता करने की अपेक्षा भारतीय समाज में सामान्य मानी जाती रही है। यदि पति की नौकरी के कारण शहर बदलना पड़े, तो पत्नी से उम्मीद की जाती है कि वह बिना प्रश्न किए अपना करियर छोड़ दे। यदि परिवार और नौकरी के बीच संतुलन कठिन हो, तो त्याग की जिम्मेदारी अक्सर महिला पर ही डाली जाती है। मातृत्व के बाद महिलाएं घर छोड़ने का इच्छाओं के अनुसार स्वयं को ढाल लेना चाहिए। यही कारण है कि आज भी अनेक परिवारों में लड़कियों की शिक्षा को उतनी गंभीरता से नहीं लिया जाता जितनी लड़कों की। यदि कोई महिला अत्यधिक महत्वाकांक्षी हो, करियर को प्राथमिकता देना अपने जीवन के फैसले स्वयं लेना चाहे, तो उसे कई बार “परिवार विरोधी” या “अत्यधिक आधुनिक” कहकर आलोचना का सामना करना पड़ता है। यह मानसिकता केवल महिलाओं के अधिकारों का हनन नहीं करती, बल्कि समाज की प्रगति को भी सीमित करती है।

विवाह के बाद महिलाओं से करियर छोड़ने या समझौता करने की अपेक्षा भारतीय समाज में सामान्य मानी जाती रही है। यदि पति की नौकरी के कारण शहर बदलना पड़े, तो पत्नी से उम्मीद की जाती है कि वह बिना प्रश्न किए अपना करियर छोड़ दे। यदि परिवार और नौकरी के बीच संतुलन कठिन हो, तो त्याग की जिम्मेदारी अक्सर महिला पर ही डाली जाती है। मातृत्व के बाद महिलाएं घर छोड़ने का इच्छाओं के अनुसार स्वयं को ढाल लेना चाहिए। यही कारण है कि आज भी अनेक परिवारों में लड़कियों की शिक्षा को उतनी गंभीरता से नहीं लिया जाता जितनी लड़कों की। यदि कोई महिला अत्यधिक महत्वाकांक्षी हो, करियर को प्राथमिकता देना अपने जीवन के फैसले स्वयं लेना चाहे, तो उसे कई बार “परिवार विरोधी” या “अत्यधिक आधुनिक” कहकर आलोचना का सामना करना पड़ता है। यह मानसिकता केवल महिलाओं के अधिकारों का हनन नहीं करती, बल्कि समाज की प्रगति को भी सीमित करती है।

भारतीय समाज लंबे समय तक पितृसत्तात्मक संरचना से संश्लिप्त रहा है। इस व्यवस्था में पुरुष को परिवार का निर्णायक और आर्थिक केंद्र माना गया, जबकि महिला को गृह, सहनशीलता और समर्थन का प्रतीक बनाकर प्रस्तुत किया गया। बचपन से ही लड़कियों को यह सिखाया जाता रहा कि विवाह ही उनके जीवन का अंतिम लक्ष्य है और विवाह के बाद उन्हें पति तथा परिवार की इच्छाओं के अनुसार स्वयं को ढाल लेना चाहिए। यही कारण है कि आज भी अनेक परिवारों में लड़कियों की शिक्षा को उतनी गंभीरता से नहीं लिया जाता जितनी लड़कों की। यदि कोई महिला अत्यधिक महत्वाकांक्षी हो, करियर को प्राथमिकता देना अपने जीवन के फैसले स्वयं लेना चाहे, तो उसे कई बार “परिवार विरोधी” या “अत्यधिक आधुनिक” कहकर आलोचना का सामना करना पड़ता है। यह मानसिकता केवल महिलाओं के अधिकारों का हनन नहीं करती, बल्कि समाज की प्रगति को भी सीमित करती है।

सर्वोच्च न्यायालय की टिप्पणी भारतीय संविधान की मूल भावना को भी मजबूत करती