@Qpatrika
@qaumipatrika hindi
instagram.com/ qaumipatrika

कौमी पत्रिका
राष्ट्रीय दैनिक अखबार

दिल्ली-हरियाणा-पंजाब-चण्डीगढ़-उत्तर प्रदेश से प्रसारित
शनिवार, 2 नवंबर 2024

VISIT:
www.qaumipatrika.in
Email: qpatrika@gmail.com

R.N.I. No. UP-HIN/2007/21472 सम्पादक - गुरचरन सिंह बब्बर वर्ष 17 अंक 357 qaumipatrikahindi 011-41509689, 23315814, 9312262300 गाजियाबाद संवत् 2077-78, पेज (12) मूल्य 3.00 रुपये (हवाई शुल्क 50 पैसे अतिरिक्त)

टीएमसी नेता का आंदोलनकारी डॉक्टरों पर हमला

कोलकाता, 1 नवंबर। आरजी कर अस्पताल में जूनियर डॉक्टर के दुष्कर्म और हत्या के विरोध में प्रदर्शन कर रहे जूनियर डॉक्टरों पर टीएमसी के मंत्री ने हमला बोला है। पश्चिम बंगाल के कृषि मंत्री सोवनदेब चट्टोपाध्याय ने कहा कि दो महीने से ज्यादा समय से डॉक्टरों का आंदोलन जारी है। आपके फंड का स्रोत क्या है? दुर्गा पूजा मिलन समारोह में मंत्री सोवनदेब चट्टोपाध्याय ने कहा कि क्या डॉक्टरों से पूछ सकता हूं कि आप क्यों आंदोलन कर रहे हैं? आप किस कारण से आंदोलन कर रहे हैं? सारा गुस्सा सरकार पर क्यों है? आपके फंड का स्रोत क्या है? आपको इतना पैसा कहां से मिल रहा है? इस पर वरिष्ठ डॉक्टर सुवर्ण गोस्वामी ने कहा कि यह आक्रोश सरकार की बेचैनी को दर्शाता है क्योंकि जूनियर डॉक्टर स्वास्थ्य सेवा प्रणाली से जुड़े मुद्दों को उठा रहे हैं। विरोध प्रदर्शन सरकारी मेडिकल कॉलेजों में धमकी और डराने-धमकाने के माहौल के खिलाफ भी है और स्वास्थ्य सेवा प्रणाली को भ्रष्टाचार से मुक्त करने के लिए है। इससे पहले सांसद कल्याण बंदोपाध्याय, विधायक सौकत मोल्ला और तपस चटर्जी जैसे वरिष्ठ टीएमसी नेताओं ने जूनियर डॉक्टरों के आंदोलन को राजनीतिक एजेंडा बताया था। बता दें कि कोलकाता के सरकारी आरजी कर मेडिकल कॉलेज एवं अस्पताल में नौ अगस्त को चिकित्सक का शव मिला था, जिस पर गंभीर चोटों के निशान थे। इस घटना के संबंध में संजय रॉय को अगले दिन गिरफ्तार किया गया था। कलकत्ता हाईकोर्ट ने 13 अगस्त को इस मामले की जांच सीबीआई को सौंप दी थी। वहीं मामले में सीबीआई ने जांच शुरू कर दी है। डॉक्टर की हत्या के बाद पूरे देश में डॉक्टरों ने हड़ताल की थी।

झूठे वादे करती है कांग्रेस, असलियत सामने आ गई: पीएम मोदी

सिम्मी कौर बब्बर

नई दिल्ली, 1 नवंबर। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने शुक्रवार को कांग्रेस पर निशाना साधा। उन्होंने कहा कि विपक्षी पार्टी जनता के सामने बुरी तरह बेनकाब हो गई है, क्योंकि वह लोगों से ऐसे वादे करती है, जिन्हें वह खुद जानती है कि पूरा नहीं कर पाएगी। मोदी की कांग्रेस प्रमुख मल्लिकार्जुन खरगे के बयान पर पलटवार किया है। खरगे ने कहा था कि कांग्रेस शासित राज्य सरकारों को ऐसे वादे करने चाहिए, जो सही तरीके से बजट में शामिल हों और जिनके लिए पैसे की समस्या न आए। खरगे ने यह बयान तब दिया था, जब हाल ही में कुछ खबरों में बताया गया कि कांग्रेस शासित राज्यों को अपने चुनावी वादे पूरे करने में दिक्कतें आ रही है। प्रधानमंत्री ने कहा, कांग्रेस पार्टी जानती है कि झूठे वादे करना आसान है। लेकिन उन्हें सही तरीके से लागू करना बहुत कठिन या असंभव है। वे हर चुनाव में लोगों से वादे करते हैं, लेकिन भली-भांति जानते हैं कि उन्हें पूरा नहीं कर पाएंगे। अब वे लोगों के सामने बुरी तरह बेनकाब हो गए हैं। उन्होंने कहा कि हिमाचल प्रदेश, कर्नाटक और तेलंगाना जैसे कांग्रेस शासित राज्यों में विकास और वित्तीय स्थिति दिन-ब-दिन खराब होती जा रही है। मोदी ने लोगों को चेतावनी दी कि उन्हें कांग्रेस के झूठे वादों से सतर्क रहना होगा। उन्होंने कहा, हाल ही में हमने देखा कि हरियाणा के लोगों ने उनके झूठ को खारिज कर दिया और एक ऐसी सरकार को चुना जो स्थिर और विकासोन्मुख है। उन्होंने कहा कि देशभर में यह समझ बढ़ रही है कि कांग्रेस को वोट देना यानी शासन में कमी, खराब अर्थव्यवस्था और बेहिसाब लूट के लिए वोट देना है। प्रधानमंत्री ने कहा, कांग्रेस की गारंटी लागू नहीं हुई हैं, जो इन राज्यों के लोगों के साथ एक भयानक धोखा है। उन्होंने कहा कि ऐसे राजनीतिक खेलों के शिकार गरीब, युवा, किसान और महिलाएं हैं। उन्हें न तो वादों का लाभ मिल रहा है और न ही मौजूदा योजनाओं को सही तरीके से चलाया जा रहा है। कर्नाटक में कांग्रेस पार्टी आपसी राजनीति और लूट में व्यस्त है। कांग्रेस विकास पर ध्यान देने के बजाय मौजूदा योजनाओं को खत्म करने की योजना बना रही है। उन्होंने कहा कि हिमाचल प्रदेश में सरकारी कर्मचारियों को समय पर वेतन नहीं मिल रहा है और तेलंगाना के किसान उस वादे को पूरा होने का इंतजार कर रहे हैं, जो उनसे किया गया था। प्रधानमंत्री मोदी पर पलटवार करते हुए कांग्रेस महासचिव केसी वेणुगोपाल ने कहा, हम अपने वादों को कर्नाटक में बेहतर तरीके से लागू कर रहे हैं। कोई भी इसकी जांच कर कर सकता है। हम अपने वादों को पूरा कर रहे हैं। हमने जो भी कहा है, हम उसे कर्नाटक में लागू कर रहे हैं। कोई भी इसे देख सकता है। प्रधानमंत्री गलत कह रहे हैं। असल में केंद्र सरकार ने जो वादे किए थे, उन्हें पूरे नहीं किए हैं। वे नाकाम रहने पर हम पर आरोप लगा रहे हैं। लेकिन हम अपने वादों को पूरा कर रहे हैं। झारखंड के विधानसभा चुनाव में कांग्रेस की तैयारियों को लेकर वेणुगोपाल ने कहा, हमने चुनाव की तैयारियों पर एक अच्छी बैठक की है। मुझे लगता है कि हम (कांग्रेस-झामुमो गठबंधन) आसानी से जीतने जा रहे हैं। भाजपा संविधान के खिलाफ हम इस मुद्दे को बड़े स्तर पर उठाने वाले हैं। मुझे लगता है कि झारखंड का माहौल बहुत अच्छा है। जहां तक विपक्षी गठबंधन इंडिया की बात है, तो वहां का भी माहौल बहुत अच्छा है।

सिख दंगा पीड़ितों की नौकरियों के लिए शैक्षणिक योग्यता में छूट: एलजी वीके सक्सेना

नरेश मल्होत्रा

दिल्ली, 1 नवंबर। दिल्ली के उपराज्यपाल वीके सक्सेना ने 1984 के सिख विरोधी दंगा पीड़ितों की नौकरियों में भर्ती के लिए शैक्षणिक योग्यता में छूट को मंजूरी दी। यह मामला करीब 40 सालों से लंबित था। इस फैसले से एक बड़े समूह को नौकरी पाने व रोजगार सुरक्षित करेगा। एलजी ने संबंधित विभागों को मानवीय आधार पर मृतक या वृद्ध आवेदकों के बच्चों को रोजगार प्रदान करने की संभावना तलाशने का निर्देश दिया है। इस पहल का उद्देश्य प्रभावित परिवारों की वित्तीय कठिनाइयों को कम करना है। अपनी अनुमति में एलजी ने लिखा कि 1984 के सिख विरोधी दंगे भारतीय लोकतात्रिक परंपरा पर एक दाग हैं। इस दौरान मानवाधिकारों को ताक पर रखते हुए एक विशेष अल्पसंख्यक समुदाय पर अत्याचार किए गए। दंगों ने कई परिवारों को प्रभावित किया था और परिवार में अकेले कमाने वालों की जान ले ली गई थी। अपने आदेश में एलजी ने लिखा कि राजस्व विभाग पहचाने गए शेष आवेदकों को एमटीएस के पदों के लिए आवश्यक शैक्षणिक योग्यता में पूरी तरह से छूट दी जाए। विभाग उन आवेदकों के बच्चों में से किसी एक को रोजगार देने के मामले में कार्रवाई करेगा, जिनमें आवेदकों ने पहले ही दी गई आयु में छूट के बावजूद रोजगार के लिए निर्धारित आयु सीमा पार कर ली है, या उनकी मृत्यु हो गई है। उपराज्यपाल का यह निर्णय मामलों की व्यापक समीक्षा के बाद आया है, जिसमें पता चला कि आवेदकों को पात्रता मानदंडों को पूरा करने के बावजूद, रोजगार से वंचित कर दिया गया था। सरकार ने पहले अनुकंपा नियुक्तियों के लिए 564 व्यक्तियों को नामांकित किया था, जिनमें से 133 पदों को हालांकि बाद के वर्षों में आयु में छूट दी गई, लेकिन योग्यता में छूट कई लोगों के लिए बाधा बनी रही। विभिन्न समूहों, जन प्रतिनिधियों, दिल्ली सिख गुरुद्वारा प्रबंधन समिति और पीड़ितों के एक प्रतिनिधिमंडल ने उपराज्यपाल से मुलाकात कर, उन सभी पात्र आवेदकों पर विचार करने की अपील की थी, जो या तो वृद्ध हो चुके हैं या जिनका निधन हो चुका है। एलजी के निर्देश पर सेवा विभाग ने मामले की समीक्षा की और पीड़ितों को शैक्षणिक योग्यता में केवल एक बार की छूट दिए जाने का प्रस्ताव पेश किया। एलजी की मंजूरी के साथ एमटीएस पद के लिए न्यूनतम शैक्षणिक योग्यता 10वीं कक्षा से घटाकर 8वीं कक्षा कर दी गई है, जिससे बड़ी संख्या में उम्मीदवार पात्र हो जाएंगे। यह निर्णय 1984 के दंगा पीड़ितों को न्याय सुनिश्चित करने और जरूरी राहत प्रदान करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।

सोरेन ने चुनाव आयोग से की अपील

रांची, 1 नवंबर। झारखंड के मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन ने शुक्रवार को निर्वाचन आयोग से त्योहारों के दौरान पुलिस कर्मियों सहित सरकारी कर्मचारियों की छुट्टियां रद्द न करने का जिला प्रशासन को निर्देश देने का अनुरोध किया। सोरेन ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के राज्य के प्रस्तावित दौरे और चुनाव के मद्देनजर जिला प्रशासन कर्मचारियों को छुट्टी नहीं दे रहा है। मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन ने एक्स पर एक पोस्ट में कहा, 31 अक्टूबर को दीपावली थी, अब भैया दूज, सोहराय, गोहाल पूजा, बांधना पर्व और चित्रगुप्त पूजा है और चार नवंबर से आठ नवंबर तक छठ महापर्व है। बता दें कि, प्रधानमंत्री मोदी के चुनावी राज्य झारखंड में चार नवंबर को चाईबासा और गढ़वा में दो जन सभाओं को संबोधित करने का कार्यक्रम है। उन्होंने कहा, ये पर्व झारखंड के लोगों के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण हैं। इसमें सभी आम जन, सरकारी कर्मचारी, पुलिस कर्मी छुट्टी लेकर अपने घर जाते हैं। लेकिन सूचना मिली है कि जिला प्रशासन चुनाव एवं प्रधानमंत्री जी के प्रस्तावित दौरे को लेकर इन्हें छुट्टी नहीं दे रहा है। सोरेन ने निर्वाचन आयोग से अनुरोध किया कि उपायुक्त, पुलिस अधीक्षक को इस बारे में स्पष्ट निर्देश जारी किया जाए कि वे इस महत्वपूर्ण समय में इन कर्मियों को छुट्टियां दें और छुट्टियों को रद्द न करें। साथ ही, मुख्यमंत्री ने जिला प्रशासन द्वारा चुनाव कार्य के लिए बड़ी संख्या में जब्त की गई बसें एवं अन्य वाहनों को दो से आठ नवंबर तक अस्थायी रूप से छोड़ने का भी आग्रह किया, ताकि छठ महापर्व पर घर पहुंचने में लोगों को असुविधा न हो। निर्वाचन आयोग ने शुक्रवार को अलका तिवारी को चुनावी राज्य झारखंड का मुख्य सचिव नियुक्त करने के राज्य सरकार के प्रस्ताव को स्वीकार कर लिया। सूत्रों ने बताया कि इससे पहले, निर्वाचन आयोग ने पूर्व मुख्य सचिव लालबियाक्तलुआंगा खियांगते के कार्यकाल में पांच महीने के विस्तार के प्रस्ताव पर भी सहमति जताई थी। झारखंड में विधानसभा चुनाव दो चरणों में 13 नवंबर और 20 नवंबर को होंगे। वर्ष 1988 बैच की भारतीय प्रशासनिक सेवा (आईएएस) की अधिकारी तिवारी वर्तमान में अपने कैडर की सबसे वरिष्ठ अधिकारी हैं।

विधानसभा चुनाव से पहले घिरे अजित पवार

कौमी संवाददाता

मुंबई, 1 नवंबर। आगामी विधानसभा चुनाव के मद्देनजर महाराष्ट्र के उप-मुख्यमंत्री अजित पवार ने शुक्रवार को मलाड़ का दौरा किया। इससे पहले 28 अक्तूबर को डिप्टी सीएम और राकांपा प्रमुख अजित पवार ने बारामती विधानसभा सीट से नामांकन दाखिल किया था। शरद पवार के पोते और राकांपा-एसपी उम्मीदवार युगेंद्र पवार भी इसी सीट से चुनाव लड़ रहे हैं। अजित पवार ने मानखुर्द से राकांपा उम्मीदवार नवाब मलिक को लेकर भी प्रतिक्रिया दी। उन्होंने कहा कि चार नवंबर को सब कुछ स्पष्ट हो जाएगा। नवाब मलिक के बारे में पूछे जाने पर राकांपा नेता अजित पवार ने कहा कि चार नवंबर को यह स्पष्ट हो जाएगा कि कौन उम्मीदवार किस सीट से चुनाव लड़ रहा है। दरअसल, गुरुवार को भाजपा नेता आशीष शेलार ने कहा था कि अजित पवार को नवाब मलिक को पार्टी टिकट नहीं देना चाहिए। उन्होंने आगे कहा,

महाराष्ट्र में कई लोग यह सोच रहे हैं कि अजित पवार को नवाब मलिक को पार्टी टिकट नहीं देना चाहिए। उनके ऊपर लगे गंभीर आरोप महाराष्ट्र के लिए अस्वीकार्य है। भाजपा ने अपना रुख स्पष्ट कर दिया है। महाराष्ट्र दाऊद जैसे अंतरराष्ट्रीय आतंकी का विरोध करता है। इसके बावजूद अगर उन्हें टिकट दिया गया है तो भाजपा ऐसे लोगों के साथ नहीं जुड़ सकती है। हम ऐसे उम्मीदवार के लिए प्रचार नहीं करेंगे। इसके बदले हम उस उम्मीदवार का समर्थन करेंगे जो उनके खिलाफ खड़ा होगा। शिवसेना (यूबीटी) नेता प्रियंका चतुर्वेदी ने नवाब मलिक की उम्मीदवारी पर प्रतिक्रिया देते हुए आशीष शेलार के बयान पर पलटवार किया। उन्होंने कहा, भाजपा ने नवाब मलिक का विरोध किया था। देवेंद्र फडणवीस ने मलिक को पार्टी के विधायक दल में शामिल करने और उन्हें चुनाव टिकट न देने के खिलाफ अजीत पवार को चिट्ठी लिखी थी। राकांपा के अजित पवार ने नवाब मलिक को चुनाव फॉर्म दे दिया है। अब आशीष शेलार कह रहे हैं कि वे नवाब मलिक की उम्मीदवारी के खिलाफ नहीं हैं, लेकिन वे उनके लिए चुनाव प्रचार नहीं करेंगे। यह उनकी कथनी और करनी में अंतर को दर्शाता है। बारामती लोकसभा सीट के लिए लड़ाई पवार परिवार के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। इस क्षेत्र से राकांपा नेता अजित पवार का सामना उन्हीं के भतीजे युगेंद्र पवार से हो रहा है। लोकसभा चुनाव के दौरान अजित पवार की बहन सुप्रिया सुले ने उनकी पत्नी को हरा दिया था। सुप्रिया सुले का मानना है कि युगेंद्र पवार का नामांकन पार्टी के कायाकल्प के लिए अच्छा कदम है। युगेंद्र का कहना है कि अपने चाचा के खिलाफ इस क्षेत्र से चुनाव लड़ना कठिन नहीं है, लेकिन यह उतना आसान भी नहीं है। युगेंद्र पवार ने कहा, मुझे नहीं लगता है कि यह कठिन है, लेकिन यह उतना आसान भी नहीं है।

ओडिशा सरकार ने घटाई पूर्व मुख्यमंत्री नवीन पटनायक की सुरक्षा

बंगलूरू, 1 नवंबर। ओडिशा सरकार ने पांच बार के पूर्व मुख्यमंत्री और विपक्ष के नेता नवीन पटनायक की सुरक्षा को घटाकर वाई श्रेणी कर दिया है। पहले उन्हें जेड श्रेणी की सुरक्षा दी गई थी। एक अधिकारी ने गुरुवार को यह जानकारी दी। अधिकारी ने बताया कि उच्च स्तरीय सुरक्षा समिति की सिफारिश के बाद पटनायक की सुरक्षा में लगे अधिकांश सुरक्षा कर्मियों को हटा दिया गया है। अब पटनायक के साथ हवलदार रैंक के सिर्फ दो सुरक्षाकर्मी होंगे। उन्होंने बताया कि आमतौर पर पूर्व मुख्यमंत्रियों को दो निजी सुरक्षा अधिकारियों (पीएसओ) दिए जाते हैं। पटनायक को जब भी अतिरिक्त सुरक्षा की आवश्यकता होगी, स्थानीय पुलिस द्वारा उसे उपलब्ध कराया जाएगा। विशेषकर जब वह भुवनेश्वर के बाहर पर होंगे। हालांकि, पटनायक ने निजी तौर पर भी दो वरिष्ठ पीएसओ नियुक्त किए हैं, जो हाल ही में सरकारी सेवा से सेवानिवृत्त हुए हैं। इस साल आम चुनाव के बाद पटनायक ने 24 वर्षों बाद सत्ता खोई थी। जिसके बाद उनके आवास और सुरक्षा में लगे सुरक्षा कर्मियों की संख्या घटाकर 23 कर दी गई थी। जबकि पहले उनके आवास नवीन निवास पर तीन शिफ्ट में 268 कर्मी तैनात थे। पिछले सास सितंबर में तत्कालीन बीजद सरकार ने पटनायक की सुरक्षा के लिए एक विशेष दस्ते का गठन किया था। सुरक्षा में कटौती के फैसले पर बीजद के एक पूर्व मंत्री ने कहा, लोग खुद फैसला करें कि पटनायक को पर्याप्त सुरक्षा मिलनी चाहिए या नहीं।

लद्दाख के डेमचोक सेक्टर में फिर शुरू हुई भारत-चीन की सेनाओं की गश्त

सौरभ शर्मा

नई दिल्ली, 1 नवंबर। भारत और चीन के बीच तनाव कम होता नजर आ रहा है। दोनों ही देशों ने लद्दाख स्थित वास्तविक नियंत्रण रेखा (एलएसी) से सेनाओं को पीछे हटाने के वादे को हाल ही मे पूरा किया। इसी कड़ी में गुरुवार को भारत-चीन की सेनाओं के बीच दिवाली पर मिठाइयों का भी आदान-प्रदान हुआ। शुक्रवार को दोनों देशों ने सीमाई समझौते का पालन करते हुए गश्त भी शुरू कर दी है। बताया गया है कि अभी दोनो देशों की सेनाओं ने इस गश्त को डेमचोक सेक्टर में शुरू किया है। हालांकि, आने वाले दिनों में देपसांग सेक्टर में भी भारतीय और चीनी सैनिकों की गश्त शुरू हो सकती है। इस बीच केंद्रीय मंत्री किरेन रिजिजू ने एक वीडियो पोस्ट किया है। इसमें उन्होंने कहा कि वह अरुणाचल प्रदेश के बुमला में सेना के जवानों के साथ दिवाली मनाने पहुंचे थे। यहां चीनी सेना के जवानों से बात करने और इन्फ्रास्ट्रक्चर को देखकर हर किसी को भारत के सीमाई इलाकों के विकास पर गर्व होगा। पूर्वी लद्दाख में एलएसी पर सैनिकों के पीछे हटने और गश्त के दोबारा शुरू होने को दोनों देशों के बीच चार साल से अधिक समय से जारी गतिरोध को खत्म करने की दिशा में एक बड़ी सफलता के तौर पर देखा जा रहा है। जून 2020 में गलवां घाटी में हुई झड़प के बाद पूर्वी लद्दाख में एलएसी पर टकराव की स्थिति थी और भारत-चीन संबंध निचले स्तर पर पहुंच गए थे। विदेश सचिव विक्रम मिस्री ने 21 अक्टूबर को दिल्ली में एलान किया कि पिछले कई हफ्तों से चल रही बातचीत के बाद भारत और चीन के बीच एक समझौते को अंतिम रूप दिया गया है और इससे 2020 में उठे मुद्दों का समाधान निकलेगा। पूर्वी लद्दाख में एलएसी पर गश्त और सैनिकों के पीछे हटने पर समझौते को अंतिम रूप दिया गया, जो चार साल से चल रहे गतिरोध को खत्म करने की दिशा में एक बड़ी सफलता है। इसके बाद प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और चीन के राष्ट्रपति शी जिनपिंग के बीच रूस के कजान में ब्रिक्स सम्मेलन से इतर मुलाकात में इस समझौते को लेकर चर्चा भी हुई थी। मुलाकात में पीएम मोदी ने पूर्वी लद्दाख में एलएसी पर गतिरोध वाले इलाकों से सैनिकों की वापसी और गश्त को लेकर भारत-चीन में बनी सहमति का स्वागत किया था। दोनों नेताओं ने द्विपक्षीय वार्ता तंत्र को फिर शुरू करने के निर्देश दिए थे, जिसे 2020 में हुई सैन्य झड़प के बाद प्रभावित हुए संबंधों को सामान्य बनाने के प्रयास के तौर पर देखा जा रहा है।

बढ़ते एकाधिकार का अस्थिर आर्थिक वृद्धि और बेरोजगारी संकट से सीधा संबंध: जयराम रमेश

तेजिन्दर कौर बब्बर

नई दिल्ली, 1 नवंबर। कांग्रेस ने शुक्रवार को दावा किया कि अदाणी समूह सहित पांच बड़े समूहों का बढ़ता एकाधिकार भारत की अस्थिर आर्थिक वृद्धि, बेरोजगारी संकट और महंगाई के लिए जिम्मेदार है। कांग्रेस ने कहा कि कंपनियों का विस्तार करना चाहिए, लेकिन सरकार की यह जिम्मेदारी है कि वह यह सुनिश्चित करे कि अल्पाधिकार या एकाधिकार न पैदा हो। दरअसल, विपक्ष का यह बयान ऐसे समय में आया है, जब अदाणी समूह की अंबुजा सीमेंट ने सेक्टर में अपने दबदबे को बढ़ाते हुए ओरिएंट सीमेंट के अधिग्रहण का एलान किया है। अंबुजा सीमेंट इस अधिग्रहण के लिए 8100 करोड़ रुपये खर्च करने जा रही है। कंपनी अपने पास उपलब्ध फंड के जरिए इस खरीदारी को पूरा करेगी। इस अधिग्रहण के बाद अडानी सीमेंट का कुल ऑपरेशनल कैपेसिटी सालाना 97.4 एमटीपीए टन हो जाएगा और मार्च 2025 तक कंपनी अपने उत्पादन क्षमता को बढ़ाकर 100 मिलियन करने जा रही है। कांग्रेस के प्रभारी संचार महासचिव जयराम रमेश ने सोशल मीडिया मंच एक्स पर कहा, आप क्रोनोलॉजी समझिए। साल 2022 की सितंबर में मोदानी ने अंबुजा सीमेंट्स और एसीसी का अधिग्रहण किया, जिससे वह देश की दूसरी सबसे बड़ी सीमेंट कंपनी बन गई। इसके बाद पिछले साल अगस्त में अदाणी ने भारत की एक ही स्थान पर सबसे बड़ी सीमेंट इकाई सांघी इंडस्ट्रीज का अधिग्रहण किया उन्होंने कहा कि इतना ही नहीं इस साल की जून में अदाणी ने पेन्ना सीमेंट्स का अधिग्रहण किया, जिससे उसे दक्षिण भारत के अंतिम बचे क्षेत्र में भी पर्याप्त बाजार हिस्सेदारी मिल गई। वहीं, अक्तूबर में इसने अतिरिक्त दो फीसदी बाजार हिस्सेदारी हासिल करते हुए ओरिएंट सीमेंट का अधिग्रहण किया। उन्होंने आगे कहा कि अदाणी सौराष्ट्र सीमेंट, वदराज सीमेंट और जयप्रकाश एसोसिएट्स के सीमेंट व्यवसाय के अधिग्रहण की संभावना तलाश रहे हैं। जैसा कि आरबीआई के पूर्व डिप्टी गवर्नर और प्रसिद्ध वित्तीय अर्थशास्त्री डॉ. विरल आचार्य ने साबित किया था कि पांच बड़े समूह - जिनमें अदाणी समूह भी शामिल है- सीमेंट सहित 40 क्षेत्रों में एकाधिकार बना रहे हैं। रमेश ने कहा कि यह बढ़ता एकाधिकार भारत की अस्थिर आर्थिक वृद्धि, बेरोजगारी संकट और उच्च मुद्रास्फीति से जुड़ा हुआ है। 2015 में, जब एक आम आदमी सामान पर 100 रुपये खर्च करता था, तो 18 रुपये व्यवसाय के मालिक को लाभ के रूप में जाता था- 2021 में मालिक को लाभ के रूप में 36 रुपये मिलने लगा। उन्होंने कहा, फर्मों को आगे बढ़ना चाहिए।

अहमदाबाद में 375 करोड़ से बने प्लांट का किया उद्घाटन: अमित शाह

अहमदाबाद, 1 नवंबर। अहमदाबाद में कचरे से अब बिजली बनाई जाएगी। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने शुक्रवार को अहमदाबाद में 15 मेगावाट के बिजली संयंत्र का उद्घाटन किया। राज्य सरकार ने बताया कि 375 करोड़ की लागत से अहमदाबाद के पिपलाज गांव में पीपीपी मॉडल पर प्लांट का निर्माण कराया गया है। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह, गुजरात के मुख्यमंत्री भूपेंद्र पटेल और स्वास्थ्य मंत्री रुशिकेश पटेल ने 15 मेगावाट के प्लांट का उद्घाटन किया। इसके बाद गृह मंत्री अमित शाह ने प्लांट का दौरा करके अधिकारियों से संचालन के बारे में जानकारी एकत्र की। राज्य सरकार के मुताबिक प्लांट से जहां एक ओर बिजली का उत्पादन होगा, वहीं दूसरी ओर शहर को साफ रखने और प्रदूषण कम करने में भी मदद मिलेगी। इस प्लांट में प्रतिदिन शहर के एक हजार मीट्रिक टन कचरे से 15 मेगावाट बिजली बनाई जाएगी। अहमदाबाद नगर निगम (एएमसी) हर दिन शहर से हजारों मीट्रिक टन कचरा पिराना डंप साइट पर डंप करता है। डंप स्थल पर लग रहे शहरी कचरे के ढेर के निपटाने के लिए नगर निगम ने अब एक कदम आगे बढ़ाया है। प्लांट रिवर्स ग्रेट फायरिंग का उपयोग करके कचरे को जलाकर भाप उत्पन्न करेगा। इसके बाद भाप का उपयोग बिजली पैदा करने के लिए किया जाएगा। इसकी ग्रिड में आपूर्ति की जाएगी। इस सुविधा से शहर में काफी प्रदूषण कम होगा।

नदी के संरक्षण की दास्तां बयां करेगा गंगा उत्सव

दिल्ली, 1 नवंबर। हरिद्वार के चंडी घाट पर चार नवंबर से गंगा उत्सव 2024 शुरू होने जा रहा है। राष्ट्रीय स्वच्छ गंगा मिशन के तहत यह आयोजन लगातार आठवीं साल हो रहा है। इस बार यह उत्सव गंगा नदी के संरक्षण की दास्तां बयां करेगा। देश की सबसे प्रमुख नदी की सफाई को लेकर खूब कवायदें की गईं हैं। इसके लिए केंद्र सरकार ने 2014 में नमामि गंगे कार्यक्रम शुरू किया था। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य गंगा नदी का संरक्षण और प्रदूषण नियंत्रण करके उसको स्वच्छ बनाना था। हम आपको बताते हैं कि नमामि गंगे परियोजना क्या है, गंगा नदी की सफाई का काम कहां तक पहुंचा है और कब तक पूरा होगा? केंद्र सरकार ने 10 जुलाई 2014 को संसद में पेश किए बजट में नमामि गंगे परियोजना शुरू करने का एलान किया था। इस परियोजना का मुख्य उद्देश्य गंगा नदी में प्रदूषण कम करने, नदी का संरक्षण और कायाकल्प करना था। इस कार्यक्रम के तहत गंगा नदी की सफाई और पुनरुद्धार के लिए कई काम किए गए। इनमें अपशिष्ट जल उपचार, ठोस अपशिष्ट प्रबंधन, नदी तट प्रबंधन (घाट और श्मशान), जैव विविधता संरक्षण शामिल है। सरकार ने 2014 में परियोजना को शुरू करने के बाद तेजी से गंगा नदी की सफाई को लेकर काम शुरू कराया। उत्तराखंड से लेकर पश्चिम बंगाल तक हर राज्य में बड़ी संख्या में एसटीपी (सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट), औद्योगिक इकाइयों पर प्रतिबंध और नदी के पानी को स्वच्छ करने के लिए काम कराए। योजना के तहत जून 2024 तक 39,080.70 करोड़ रुपये की कुल 467 परियोजनाएं शुरू की गई। इनमें से 292 परियोजनाएं पूरी

हो गई हैं। इसके अलावा 5,282 किलोमीटर सीवरेज नेटवर्क बिछाने के लिए 32,071 करोड़ रुपये की लागत से 200 सीवरेज बुनियादी ढांचा परियोजनाएं शुरू की गई हैं। परियोजना के तहत औद्योगिक प्रदूषण को कम करने के लिए पांच साझा प्रवाह शोधन संयंत्रों (सीईटीपी) का निर्माण किया गया। इसमें जजमाऊ, बंथेर, उन्नाव, मथुरा और गोरखपुर में संयंत्र बनाने का काम शुरू किया गया। इनमें से मथुरा और जजमाऊ में काम पूरा हो चुका है। इन संयंत्रों के तहत गंगा नदी के तट पर प्रदूषण फैलाने वाले उद्योगों की जांच की जा रही है। योजना के तहत 286 घाटों/श्मशानों और कुंडों/तालाबों के निर्माण, आधुनिकीकरण और नवीनीकरण के लिए 84 घाटों/श्मशानों की परियोजनाओं को मंजूरी दी गई है। वहीं घाटों और नदी की सतह से तैरते ठोस अपशिष्ट को एकत्रित करने और उसके निपटान के लिए नदी सतह की सफाई का काम कराया गया। नमामि गंगे परियोजना के तहत जैव-विविधता संरक्षण के लिए भी काम किए गए हैं। केंद्रीय अंतर्देशीय मत्स्य अनुसंधान संस्थान ने मछलियों और डॉल्फिन के संरक्षण के लिए पहल की। भारतीय वन्य जीव संस्थान (डब्ल्यूआईआई) और वन विभाग ने डॉल्फिन ऑर्ट्स, हिल्सा, कछुए और घड़ियालों के बचाव के लिए काम किए। इससे नदी में इनकी आबादी में इजाफा हुआ। गंगा नदी के आसपास वनीकरण को बरकरार रखने के लिए भी नमामि गंगे परियोजना के तहत पहल की गई। इसमें लगभग 347 करोड़ रुपये से 31,494 हेक्टेयर क्षेत्र पर वनीकरण किया गया। मिट्टी के कटाव को रोकने के लिए पौधरोपण, जन जागरूकता और जैव विविधता की निगरानी के लिए उत्तर प्रदेश में गंगा कार्य बल (जीटीएफ) बनाया गया। इसके तहत 45 हजार गंगादूत, 2900 गंगा प्रहरी, 700 गंगा मित्र बनाए गए। पांच राज्यों में गंगा तट के गांवो को खुले में शौच मुक्त (ओडीएफ) घोषित किया गया है।

महिलाओं के लिए शक्ति योजना पर पुनर्विचार का कोई प्रस्ताव नहीं: मुख्यमंत्री सिद्धारमैया

बंगलूरू, 1 नवंबर। कर्नाटक के मुख्यमंत्री सिद्धारमैया ने गुरुवार को स्पष्ट किया कि राज्य सरकार के पास शक्ति योजना पर फिर से विचार करने का कोई प्रस्ताव नहीं है। यह योजना राज्य में सभी महिलाओं को मुफ्त बस यात्रा की सुविधा प्रदान करती है। मुख्यममंत्री की ओर से यह बयान तब सामने आया है, जब उप मुख्यमंत्री डी.के. शिवकुमार ने हाला ही में इस योजना पर पुनर्विचार करने संकेत दिए। इसको लेकर

शिवकुमार की जमकर आलोचना हुई। जिसके बाद गुरुवार एक बयान में उन्होंने कहा कि उनका किसी भी योजना को वापस लेने या संशोधित करने का इरादा नहीं है और मीडिया और विपक्षी दलों ने उनके बयान को तोड़-मरोड़कर पेश किया। मुख्यमंत्री सिद्धारमैया ने पत्रकारों से बातचीत के दौरान कहा, सरकार के स्तर पर इस योजना पर पुनर्विचार की योजना नहीं है। ऐसे कोई प्रस्ताव नहीं है। उन्होंने यह भी कहा कि कई महिलाओं ने उन्हें एक्स पर पोस्ट में बताया है कि वह यात्रा के लिए भुगतान करने के लिए तैयार हैं। शिवकुमार ने एक कार्यक्रम में कहा था, हम सभी बैठकर कर इस पर चर्चा करेंगे। कुछ महिलाएं अच्छी स्थित में हैं और वह यात्रा का खर्च खुद उठाने के लिए तैयार हैं। शक्ति योजना पिछले साल कांग्रस सरकार की ओर से लागू की गईं पांच गारंटी में से एक है। शिवकुमार ने कहा, मैंने ऐसे कोई बयान नहीं दिया है। मीडिया और अन्य दल मेरे बयान को तोड़मरोड़कर पेश कर रहे हैं। राज्य के गृह मंत्री जी. परमेश्वर, परिवहन मंत्री रामालिंग रेड्डी और अन्य मंत्रियों ने भी कहा कि शक्ति योजना या अन्य किसी गारंटी की समीक्षा करने का कोई प्रस्ताव सरकार के पासक नहीं है। विपक्ष नेता आर.अशोक ने कांग्रेस सरकार पर निशाना साधते हुए कहा कि यह सरकार हंसी का पात्र बन गई है। शक्ति योजना 1 जून 2023 को लागू की गई थी। 18 अक्टूबर 2024 तक राज्य ने इस योजना पर 7,507.35 करोड़ रुपये खर्च किए हैं। इसके तहत महिलाओं ने 311.07 करोड़ रुपये की मुफ्त यात्रा की है। मुख्यमंत्री और उपमुख्यमंत्री दोनों ने स्पष्ट किया है कि इस योजना पर कोई भी पुनर्विचार नहीं किया जाएगा और सभी गारंटी अगले पांच वर्षों तक जारी रहेंगी।

सुरेश गोपी ने की एएमएमए की नई कार्यकारी समिति बनाने की पहल

नई दिल्ली, 1 नवंबर। अभिनेता और केंद्रीय पेट्रोलियम और प्राकृतिक गैस राज्य मंत्री सुरेश गोपी ने घोषणा की है कि एसोसिएशन ऑफ मलयालम मूवी आर्टिस्ट्स (एएमएमए) की जल्द ही एक नई कार्यकारी समिति का गठन किया जाएगा। अध्यक्ष मोहनलाल सहित पदाधिकारियों की ओर से सामूहिक इस्तीफा दिए जाने के दो महीने बाद अभिनेता ने यह बयान मीडिया के सवालों का जवाब देते हुए दिया। जब उनसे सवाल किया गया कि नई समिति के गठन कब होगा और क्या इस मामले पर कोई चर्चा हुई है? तो सुरेश ने जानकारी दी कि हालिया बैठक उस प्रक्रिया की शुरुआत है। उन्होंने कहा, जिम्मेदार लोगों को अब आगे आना चाहिए। पिछली समिति के सामूहिक इस्तीफे पर उनके विचार के बारे में पूछे जाने पर सांसद ने मुस्कुराते हुए जवाब दिया। उन्होंने कहा, मैंने अपनी राय

संगठन के साथ साझा की है। साथ ही, उन्होंने इस पर टिप्पणी करने से इनकार कर दिया कि मोहनलाल एएमएमए के अध्यक्ष के रूप में वापस आएंगे या नहीं। फिलहाल, एक तदर्थ समिति ने एएमएमए का अस्थायी नेतृत्व संभाला है। संगठन के नियमों के अनुसार इस्तीफा देने वाली कार्यकारी समिति के सदस्य इस अंतरिम समिति में काम करते हैं। एएमएमए के पूर्व उपाध्यक्ष जयन चेरथला ने मीडिया को बताया कि सुरेश गोपी ने तदर्थ समिति के कामकाज पर भरोसा और संतुष्टि व्यक्त की है। जयन ने यह भी कहा कि उनके पास चुनाव कराने के लिए जून 2025 तक का समय है, उन्होंने कहा कि नई कार्यकारी समिति के बारे में चर्चा बाद में की जाएगी। गौरतलब है कि जस्टिस हेमा समिति की रिपोर्ट के जारी होने के बाद कई अभिनेत्रियों ने अपने साथ हुए शोषण की बात कही थी। आरोपियों में से एक एएमएमए महासचिव सिद्दीकी भी थे, जिन पर एक महिला अभिनेता ने बलात्कार का आरोप लगाया था और इसके कारण उन्हें संगठन से इस्तीफा देना पड़ा।

मुहूर्त ट्रेडिंग 2024 का समापन हरे निशान पर, सेंसेक्स 335 अंक चढ़ा, निफ्टी 24300 पार

नई दिल्ली, 1 नवंबर। घरेलू शेयर बाजार में नए साल संवत 2081 का आगाज हरे निशान पर हुआ। दिवाली के मौके पर शुक्रवार को आयोजित विशेष कारोबारी सत्र के बाद प्रमुख बेंचमार्क सूचकांक बढ़त के साथ बंद हुए। इस दौरान 30 शेयरों वाला बीएसई सेंसेक्स 335.06 (0.42त्न) अंक उछलकर 79,724.12 पर बंद हुआ। वहीं दूसरी ओर, 50 शेयरों वाला एनएसई निफ्टी 94.21 (0.39त्न) अंक मजबूत होकर 24,299.55 पर पहुंच गया। मुहूर्त ट्रेडिंग 2024 लाइव- एनएसई के सीईओ आशीष कुमार चौहान ने विशेष ट्रेडिंग मुहूर्त के दौरान आयोजित कार्यक्रम में कहा कि अगर निवेशक प्रशिक्षित नहीं हैं तो उन्हें डेरिवेटिव बाजार में भाग नहीं लेना चाहिए। एनटीपीसी, एक्सिस बैंक, टाइटन, इंडसइंड बैंक और टाटा स्टील के शेयरों में बढ़त नए संवत वर्ष 2081 की शुरुआत के अवसर पर निवेशकों की ओर से की गई व्यापक खरीदारी के चलते विशेष मुहूर्त कारोबार के शुरुआती सत्र में बेंचमार्क बीएसई सेंसेक्स में करीब 448 अंक की तेजी आई। 30 शेयरों वाला सूचकांक 447.90 अंक या 0.56 प्रतिशत बढ़कर 79,836.96 पर पहुंच गया, क्योंकि इसके सभी घटक हरे निशान में कारोबार कर रहे थे। सूचकांक 80,023.75 पर खुला, लेकिन बाद में कुछ लाभ कम हो गया। एनएसई का 50 शेयरों वाला निफ्टी 150.10 अंक या 0.62 प्रतिशत बढ़कर 24,355.45 अंक पर पहुंच गया, जबकि इसके 47 शेयरों में तेजी रही। सेंसेक्स में शामिल प्रमुख शेयरों में महिंद्रा एंड महिंद्रा 2.66 प्रतिशत, अडानी पोर्ट्स 1.42 प्रतिशत तथा टाटा मोटर्स 1.35 प्रतिशत चढ़े। एनटीपीसी, एक्सिस बैंक, टाइटन, इंडसइंड बैंक, टाटा स्टील, एचडीएफसी बैंक, रिलायंस इंडस्ट्रीज और भारती एयरटेल के शेयरों में भी बढ़त रही। मुहूर्त ट्रेडिंग एक घंटे का प्रतीकात्मक

ट्रेडिंग सत्र है जो दिवाली के अवसर पर स्टॉक एक्सचेंजों द्वारा आयोजित किया जाता है, जो नए संवत वर्ष की शुरुआत का प्रतीक है। गुरुवार को समाप्त हुए संवत वर्ष 2080 के दौरान बीएसई सेंसेक्स 14,484.38 अंक या 22.31 प्रतिशत उछला, जबकि निफ्टी 4,780 अंक या 24.60 प्रतिशत चढ़ा। वैश्विक बाजारों में मिलाजुला रुख रहा, क्योंकि शुरुआती कारोबार में यूरोपीय शेयर बाजारों में तेजी रही। अधिकांश एशियाई बाजार गिरावट के साथ बंद हुए। जापान के बेंचमार्क निक्केई 225 में 2.6 प्रतिशत की गिरावट आई, शंघाई कम्पोजिट में 0.2 प्रतिशत की गिरावट आई और दक्षिण कोरिया के कोस्पी में 0.5 प्रतिशत की गिरावट आई। हांगकांग के हैंग सेंग सूचकांक में 0.9 प्रतिशत की वृद्धि हुई। ऑटो कंपनियों की ओर से मासिक बिक्री के आंकड़े जारी किए जाने के बाद ऑटो शेयरों में खरीदारी देखी गई। महिंद्रा एंड महिंद्रा में करीब 3त्न की तेजी आई, जबकि टाटा मोटर्स में 1त्न से अधिक की तेजी आई। इस बीच, मारुति सुजुकी में करीब 0.6त्न की तेजी आई। सेंसेक्स पैक में लगभग सभी शेयर बढ़त के साथ कारोबार करते दिखे, सिर्फ पावर ग्रिड के शेयरों में मामूली रूप से -0.08त्न की गिरावट दिखी। व्यापक बाजार में भी नए हिंदू कैलेंडर में कारोबार के पहले दिन की शुरुआत मजबूती के साथ हुई, जिसमें निफ्टी स्मॉलकैप 100 इंडेक्स और निफ्टी मिडकैप 100 में लगभग 1त्न की बढ़त दर्ज की गई। सेक्टर के हिसाब से ऑटो और पीएसयू बैंकों ने बढ़त हासिल की, जिसमें निफ्टी ऑटो इंडेक्स में 1त्न और निफ्टी पीएसयू बैंक इंडेक्स में 1त्न की बढ़त दर्ज की गई। एक्सचेंजों की ओर से आयोजित विशेष सत्र के दौरान सभी सेक्टर हरे निशान में कारोबार करते दिखे।

बजट के आधार पर करें वादे: रविशंकर प्रसाद

मुंबई, 1 नवंबर। महाराष्ट्र और झारखंड में विधानसभा चुनावों के साथ ही देश भर में 14 राज्यों की 48 विधानसभा सीटों और दो राज्यों की दो लोकसभा सीटों पर भी उपचुनाव को लेकर इस दिनों देश की सियासी सरगर्मी बढ़ी हुई है। महाराष्ट्र में एक चरण चुनाव होना है। सभी पार्टियों ने कमर कस ली है। यहां महायुति बनाम एमवीए का चुनाव है। आरोप-प्रत्यारोप का दौर जारी है। एक तरफ मल्लिकार्जुन खरगे अपनी ही पार्टी यानी कांग्रेस को नसीहत देते नजर आए। वहीं, भाजपा ने इस पर पलटवार किया। दूसरी ओर, संजय राउत ने पुलिस महानिदेशक रश्मि शुक्ला को लेकर बड़ी बात कही। कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने बताया, मैंने कहा है कि उन्हें (महाराष्ट्र कांग्रेस) 5, 6, 10 या 20 गारंटी की घोषणा नहीं करनी चाहिए। बजट के आधार पर गारंटी की घोषणा की जानी चाहिए। अन्यथा, दिवालियापन होगा। अगर सड़कों के लिए पैसा नहीं है, तो हर कोई आपके खिलाफ हो जाएगा। अगर सरकार विफल होती है, तो आने वाली पीढ़ी के पास एक बुरे नाम के अलावा कुछ नहीं बचेगा। भाजपा नेता रविशंकर प्रसाद ने कहा, कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने स्वीकार किया है कि हमें केवल उन वस्तुओं के लिए घोषणा करनी चाहिए, जिनके लिए हमारे पास बजटीय प्रावधान और वित्तीय उपलब्धता है। क्या कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे ने राहुल गांधी को यह सबक सिखाया है? राहुल गांधी घोषणाएं करने में माहिर हैं। वे सिर्फ घोषणाएं करते हैं

और वोट के लिए जनता को बेवकूफ बनाते हैं और फिर वे अपने वादों को लागू नहीं करते हैं। कर्नाटक में उन्होंने (कांग्रेस) पांच गारंटी की घोषणा की। आज वे मुफ्त बस योजना (शक्ति) की समीक्षा करने की बात कर रहे हैं। भाजपा हमेशा उन वादों को पूरा करती है जो हम करते हैं। उन्होंने कहा, पहली बार कांग्रेस ने स्वीकार किया है कि उन्होंने जनता को गुमराह किया है। क्या कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे कर्नाटक और हिमाचल प्रदेश में जो हो रहा है, उसके लिए माफी मांगेंगे? इंडिया गठबंधन सरकार महाराष्ट्र और झारखंड में भी ऐसा ही करेगी और जनता को गुमराह करेगी। मल्लिकार्जुन खरगे और राहुल गांधी को देश से माफी मांगनी चाहिए। उद्धव ठाकरे के नेतृत्व वाली शिवसेना के नेता संजय राउत ने कहा, राज्य की पुलिस महानिदेशक रश्मि शुक्ला के खिलाफ बहुत गंभीर आरोप हैं। क्या हम उनसे निष्पक्ष चुनाव कराने की उम्मीद कर सकते हैं? हमने कहा है कि चुनाव की बागडोर उन्हें नहीं दी जानी चाहिए और तब चुनाव आयोग ने कहा कि उन्हें (स्थानांतरण का) अधिकार नहीं है। यह कैसे हो सकता है? वहीं, झारखंड के डीजीपी को बदल दिया गया। महाराष्ट्र का चुनाव पुलिस के दबाव में हो रहा है। उद्धव ठाकरे के नेतृत्व वाली शिवसेना की नेता प्रियंका चतुर्वेदी ने कहा, चाहे वह गीता जैन हों, दीपक केसरकर हों, तानाजी सावंत हों। वहां गए 40 लोगों की संपत्ति 2019 से 2024 तक 50 फीसदी से लेकर 100 फीसदी के बीच वृद्धि दिखाती है। उन्होंने आगे कहा, मैंने केवल 2019 बनाम 2024 में उनके द्वारा संपत्ति की घोषणा पर प्रकाश डाला है। यह स्पष्ट रूप से दिखाता है कि उनका निर्णय केवल उनके हितों के लिए और महाराष्ट्र और उसके लोगों के खिलाफ था।

उद्धव ठाकरे के सांसद के खिलाफ शाइना एनसी ने दर्ज कराई एफआईआर

मुंबई, 1 नवंबर। महाराष्ट्र विधानसभा चुनाव के लिए होने वाले मतदान में 20 दिनों का समय बचा है। राज्य में सियासी सरगर्मी तेज हो गई है। राजनीतिक दलों की ओर लगतार विवादित बयान भी दिए जा रहे हैं। उद्धव गुट के नेता और शिवसेना सांसद अरविंद सावंत ने शिवसेना (शिंदे गुट) की नेता शाइना एनसी को लेकर विवादास्पद बयान दिया है। जिसे लेकर शाइना एनसी ने केस दर्ज कराया है। मुंबई की मुंबादेवी सीट से शिवसेना की उम्मीदवार शाइना एनसी ने शिवसेना (यूबीटी) सांसद अरविंद सावंत के खिलाफ एफआईआर दर्ज कराई है। उन्होंने कहा कि मैं माल नहीं हूं, मैं महिला हूं। उद्धव ठाकरे चुप हैं, नाना पटोले चुप हैं लेकिन मुंबई की महिलाएं चुप नहीं रहेंगी। शिवसेना नेता शाइना एनसी ने कहा, हम सब जानते हैं कि महा विनाश अघाड़ी महिलाओं का सम्मान नहीं करती है। आज हम सब लक्ष्मी पूजन की बात करते हैं, लक्ष्मी पूजन का दिन है। शुभ अवसर है। अरविंद सावंत जी ने कहा कि आप आयातित माल हैं।

मुझे 20 साल हो गए हैं सार्वजनिक जीवन में सब जानते हैं कि मैंने किस निष्ठा से काम किया है। मैं महिला हूं माल नहीं हूं। मुंबई पुलिस ने भारतीय न्याय संहिता की धारा 79, 356-2 में एफआईआर दर्ज किया है। नेता शाइना एनसी ने कहा कि, महिला की गरिमा को ठेस पहुंचाने और मानहानि के संबंध में एफआईआर दर्ज की गई है, क्योंकि उन्होंने अपमानजनक टिप्पणी की है। हम यहां सक्रिय रूप से काम करने के लिए हैं। अगर उन्हें चर्चा करनी थी, तो उन्हें काम के दौरान चर्चा करनी चाहिए थी। कानून अपना काम करेगा, मैंने वही किया है जो एक स्वाभिमानी महिला को करना चाहिए। शिवसेना सांसद नरेश म्हस्के ने कहा, अरविंद सावंत को हमारी नेता शाइना एनसी पर की गई टिप्पणी के लिए माफी मांगनी चाहिए। वो माफी मांगने के बजाय अपने बयान को सही ठहरा रहे हैं। प्रियंका चतुर्वेदी जैसी कई महिला नेता अन्य पार्टियों से उनकी पार्टी (शिवसेना - यूबीटी) में हैं, क्या वह उन नेताओं के बारे में भी ऐसा ही सोचते हैं? बालासाहेब ठाकरे की विचारधारा वाली मूल पार्टी जो महिलाओं का सम्मान करती है, वह हमारे साथ है। शिवसेना सांसद अरविंद सावंत से शाइना एनसी के चुनाव लड़ने पर सवाल पूछा गया था, तब उन्होंने कहा था कि हमारे यहां चुनाव में आयातित माल नहीं चलता। असली माल चलता है। सांवत ने कहा था कि, उनकी हालत देखिए। वह जीवन भर भाजपा में रहीं और अब दूसरी पार्टी में चली गई हैं। यहां इम्पोर्टेड माल काम नहीं करता, यहां केवल असली माल ही चलता है।

मिजोरम में 2500 परिवारों को मिलेगा विशेष राशन कार्ड

आइजोल, 1 नवंबर। मिजोरम सरकार ने राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा अधिनियम से वंचित लाभार्थियों के लिए विशेष राशन कार्ड की योजना शुरू की है। राज्य के सीएम लालदुहोमा ने एलान किया कि दुर्बल आय वर्ग वाले परिवारों की सहायता के लिए यह योजना शुरू की गई है। इस योजना से पहले चरण में 2500 परिवारों को लाभ मिलेगा। हैंड होल्डिंग योजना और राष्ट्रीय पशुधन मिशन के शुभारंभ के दौरान सीएम ने कहा कि लाल रंग के विशेष राशन कार्ड सफेद राशन कार्ड रखने वाले 2,500 परिवारों को वितरित किए जाएंगे। विशेष राशन कार्ड चाहने वाले लाभार्थियों को अपने संबंधित जिला नागरिक आपूर्ति अधिकारियों से संपर्क करना होगा। सरकार ने लाभार्थियों के चयन में सहायता के लिए स्थानीय परिषदों और गैर सरकारी संगठनों से भी सहयोग की मांग की है। दरअसल में मिजोरम में राशन कार्ड धारक तीन श्रेणियों में आते हैं। इनमें पहली श्रेणी पीला अंत्योदय अन्न योजना, नीला पात्र गृहस्थी और सफेद गैर-हस्त्र होता है। अंत्योदय अन्न और पात्र गृहस्थी दोनों लाभार्थी हस्त्र के अंतर्गत आते हैं। जबकि सफेद कार्डधारक इसके अंतर्गत नहीं आते हैं। पहले राज्य के खाद्य, नागरिक आपूर्ति और उपभोक्ता मामलों के मंत्री बी लालछनजोवा ने कहा था कि सरकार मौजूदा राशन कार्ड प्रणाली को संशोधित करने की तैयारी कर रही है। शुक्रवार को एक कार्यक्रम में सीएम लालदुहोमा ने हैंडहोल्डिंग योजना के महत्व पर जोर दिया। इस योजना का उद्देश्य आर्थिक आत्मनिर्भरता के लिए प्रयासरत मेहनती व्यक्तियों को सशक्त बनाना है। योजना के तहत सरकार बैंकों से ऋण लेने वाले लाभार्थियों के लिए गारंटर के रूप में कार्य करेगी और उन ऋणों पर ब्याज सब्सिडी प्रदान करेगी। मुख्यमंत्री ने एलान किया कि मांस प्रसंस्करण उद्योग को हैंडहोल्डिंग नीति में एकीकृत किया जाएगा। जिससे स्थानीय उद्यमियों को और अधिक सहायता मिलेगी।

कमर्शियल एलपीजी की कीमत 62 रुपये प्रति सिलेंडर बढ़ी

नई दिल्ली, 1 नवंबर। दिवाली पर लोगों को महंगाई की मार लगी है। तेल कंपनियों ने वाणिज्यिक (कमर्शियल) एलपीजी गैस सिलेंडर की कीमतों में बदलाव कर दिया है। इसके मद्देनजर 19 किलोग्राम वाले वाणिज्यिक एलपीजी गैस सिलेंडर की कीमत में 62 रुपये की बढ़ोतरी की गई है। बढ़ी हुई कीमतें आज यानी शुक्रवार से ही लागू हो गई हैं। बढ़ी हुई कीमतों के मुताबिक, दिल्ली में 19 किलोग्राम वाले वाणिज्यिक एलपीजी सिलेंडर की खुदरा बिक्री कीमत आज से 1,802 रुपये हो गई। 5 किलोग्राम वाले एफटीएल सिलेंडर की कीमतों में भी 15 रुपये की बढ़ोतरी की गई है। 14.2 किलोग्राम वाले सिलेंडर की कीमतों में कोई बदलाव नहीं किया गया है। इसके साथ ही अंतरराष्ट्रीय तेल कीमतों के रुझान के मुताबिक विमान ईंधन (एटीएफ) की कीमत में शुक्रवार को 3.3 प्रतिशत की वृद्धि कर दी गई। विक्रेताओं के अनुसार, राष्ट्रीय राजधानी में विमानन टरबाइन ईंधन (एटीएफ) की कीमत 2,941.5 रुपये प्रति किलोलीटर या 3.3 प्रतिशत बढ़कर 90,538.72 रुपये प्रति किलोलीटर हो गई। यह वृद्धि दो दौर की कटौती के बाद की गई है, जिससे दरें इस साल के सबसे निचले स्तर पर पहुंच गई थीं। एटीएफ की कीमत में एक अक्टूबर को 6.3 प्रतिशत (5,883 रुपये प्रति किलोलीटर) की और एक सितंबर को 4,495.5 रुपये प्रति किलोलीटर या 4.58 प्रतिशत की कटौती की

गई थी। मुंबई में एटीएफ की कीमत शुक्रवार को 81,866.13 रुपये प्रति किलोलीटर से बढ़कर 84,642.91 रुपये प्रति किलोलीटर हो गई। तेल कंपनियों ने वाणिज्यिक एलपीजी की कीमत भी 62 रुपये बढ़ाकर 1,802 रुपये प्रति 19 किलोग्राम सिलेंडर कर दी। यह वाणिज्यिक एलपीजी की कीमतों में लगातार चौथी मासिक वृद्धि है। एक अक्टूबर को 48.5 रुपये की बढ़ोतरी से इसकी कीमत 1,740 रुपये हो गई थी। इससे पहले कीमत में एक अगस्त को 6.5 रुपये प्रति सिलेंडर और एक सितंबर को 39 रुपये प्रति सिलेंडर की बढ़ोतरी की गई थी। चार बार की बढ़ोतरी के बाद चार महीने में कीमतों में कटौती की गई है। मुंबई में अब वाणिज्यिक एलपीजी की कीमत 19 किलोग्राम वाले सिलेंडर के लिए 1,754.50 रुपये, कोलकाता में 1,911.50 रुपये और चेन्नई में 1,964.50 रुपये है। हालांकि, घरेलू उपयोग में आने वाली रसोई गैस की कीमत 14.2 किलोग्राम वाले सिलेंडर के लिए 803 रुपये पर बनी हुई है। इसमें कोई बदलाव नहीं किया गया है। सार्वजनिक क्षेत्र की इंडियन ऑयल कॉरपोरेशन (आईओसी), भारत पेट्रोलियम कॉरपोरेशन लिमिटेड (बीपीसीएल) और हिंदुस्तान पेट्रोलियम कॉरपोरेशन लिमिटेड (एचपीसीएल) हर महीने की पहली तारीख को विमान ईंधन और रसोई गैस की कीमतों में संशोधन करती हैं। यह संशोधन बेंचमार्क अंतरराष्ट्रीय ईंधन की औसत कीमत और विदेशी विनिमय दर के आधार पर किया जाता है। पेट्रोल और डीजल की कीमतें स्थिर बनी हुई हैं। मार्च के मध्य में कीमतों में दो रुपये प्रति लीटर की कटौती की गई थी। दिल्ली में पेट्रोल की कीमत 94.72 रुपये प्रति लीटर है जबकि डीजल की कीमत 87.62 रुपये प्रति लीटर है।

कौमी पत्रिका

संपादक-गुरचरन सिंह बब्बर

स्वामी मुद्रक एवं प्रकाशक, गुरचरन सिंह बब्बर ने कौमी पत्रिका प्रिंटिंग प्रेस, सेक्टर ए-4/ए-144 इंडस्ट्रीयल एरिया ट्रोनिका सिटी लोनी (गाजियाबाद), उत्तर प्रदेश से छापकर प्रकाशित किया।

Corporate Office:
5, Bahadurshah Zafar Marg
ITO, New Delhi-110002

फोन : 011-41509689, 23315814
मोबाइल नंबर : 9312262300

E - mail address :
qpatrika@gmail.com
Website: www.qaumipatrika.in

R.N.I. No.
UP-HIN/2007/21472

Legal Advisors:
Advocate Mohd. Sajid
Advocate Dr. A.P.Singh
Advocate Manish Sharma
Advocate Pooja Bhaskar Sharma

दिल्ली में प्रदूषण और धुंआ का डबल अटैक, सामने आए डराने वाले आंकड़े

नई दिल्ली, 1 नवंबर। दिवाली की अगली सुबह जब दिल्ली-एनसीआर वालों की आंख खुली तो चारों तरफ स्मॉग और प्रदूषण ही नजर आ रहा था। दिल्ली, नोएडा, गुरुग्राम और राष्ट्रीय राजधानी के अन्य क्षेत्रों में रहने वाले लोग भयंकर वायु प्रदूषण की मार झेल रहे हैं। पिछले कुछ हफ्तों से एयर क्वालिटी इंडेक्स (एक्यूआई) लगाताार बहुत खराब श्रेणी में बना हुआ है। विशेषज्ञों ने आशंका जताई थी कि दिवाली के बाद ये और खराब हो सकती है। शुक्रवार की सुबह कुछ इसी तरह की स्थिति देखी गई। केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड (सीपीसीबी) के अनुसार, एक नवंबर (शुक्रवार) को सुबह 6 बजे दिल्ली के आनंद विहार इलाके में वायु की गुणवत्ता 395 दर्ज की गई। दिल्ली-एनसीआर के अन्य इलाकों में भी सुबह जहरीले धुएं की चादर जैसे नजारे देखने को मिले। रिपोर्ट्स के मुताबिक पहले से ही बने प्रदूषण की स्थिति के बीच दीपावली के दौरान पटाखे जलाने से हवा की गुणवत्ता और भी खराब हो गई है। स्वास्थ्य विशेषज्ञों ने सभी लोगों को सावधान करते हुए प्रदूषित हवा के संपर्क में आने से बचने की सलाह दी है। विशेषतौर पर जिन लोगों को पहले से ही सांस और हृदय रोगों की समस्या है उनके लिए इस तरह का वातावरण गंभीर स्वास्थ्य समस्याओं का कारण बन सकता है। अध्ययनों से पता चलता है कि वायु प्रदूषण सभी उम्र के लोगों में अल्पकालिक और दीर्घकालिक दोनों प्रकार की स्वास्थ्य समस्याओं को बढ़ाने वाला हो सकता है। सांस की समस्याओं से इतर ये शरीर के सभी अंगों के लिए भी हानिकारक है। डॉक्टर्स का कहना है कि प्रदूषित वातावरण का बच्चों और बुजुर्गों की सेहत पर सबसे ज्यादा असर देखा जाता रहा है, हालांकि ये वयस्कों के लिए भी बहुत खतरनाक हो सकता है। घरों से बाहर निकलते समय एक बार फिर से सभी लोगों के लिए मास्क पहनना जरूरी हो गया है। इसके अलावा बच्चों को स्कूल भेजते समय माता-पिता को कुछ बातों का विशेष ध्यान रखना चाहिए। वायु प्रदूषण के कारण

मौत के जोखिमों को बढ़ता हुआ भी देखा जा रहा है। अमर उजाला से बातचीत में श्वसन रोग विशेषज्ञ डॉ अभिजात सहाय कहते हैं, हर साल दिवाली के दौरान वायु प्रदूषण का स्तर काफी बढ़ जाता है। इसके कारण होने वाली बीमारियां स्वास्थ्य क्षेत्र पर अतिरिक्त बोझ को बढ़ाने वाली होती हैं। पटाखे जलाने से सल्फर डाइऑक्साइड, नाइट्रोजन डाइऑक्साइड और छोटे कण सहित कई हानिकारक वायु प्रदूषक हवा में मिल जाते हैं। ये सभी श्वसन प्रणाली के माध्यम से शरीर में पहुंचकर सांस लेने में कठिनाई और अस्थमा के दौरे का कारण बन सकते हैं। अस्थमा के रोगियों को अगले कुछ हफ्तों तक अपनी सेहत को लेकर विशेष सावधानी बरतते रहने की आवश्यकता है। मेडिकल जर्नल द लैंसेट की एक रिपोर्ट के अनुसार साल 2021 में भारत में वायु प्रदूषण के कारण 16 लाख मौतें हुईं। इनमें से 38त्न मौतों के लिए कोयला और तरल प्राकृतिक गैस जैसे जीवाश्म ईंधन से होने वाले उत्सर्जन को प्रमुख कारण माना गया है। लैंसेट काउंटडाउन ऑन हेल्थ एंड क्लाइमेट चेंज 2024 के अनुसार साल दर साल बढ़ता वायु प्रदूषण श्वसन और हृदय संबंधी बीमारियों, फेफड़ों के कैंसर, मधुमेह, तंत्रिका संबंधी विकार, गर्भावस्था की दिक्कतों को तो बढ़ा ही रहा है साथ ही इससे वैश्विक स्तर पर मृत्यु के मामलों में भी उछाल आया है। डॉक्टर अभिजात कहते हैं, अगले कुछ दिनों तक हवा की गुणवत्ता बहुत खराब बनी रह सकती है। ओपीडी में पिछले एक महीने में सांस की समस्या वाले मरीजों की संख्या बढ़ी है, इसके मामले अब और अधिक हो सकते हैं। पटाखों के धुंआ से अस्थमा और श्वसन समस्याएं बढ़ सकती हैं, इसलिए जिन लोगों को सांस की बीमारी है उन्हें हमेशा अपने पास इनहेलर रखना चाहिए। वायु प्रदूषण से खुद को बचाने का सबसे अच्छा तरीका है मास्क पहनना। बाहर निकलते समय मास्क पहनें और भीड़-भाड़ वाली जगहों पर जाने से बचें। ये सभी लोगों के लिए जरूरी है। श्वसन संबंधी किसी भी तरह की दिक्कत होने पर तुरंत अपने डॉक्टर से संपर्क करें, ये आपातस्थिति है। हेल्थ एवं फिटनेस कैटेगरी में प्रकाशित सभी लेख डॉक्टर, विशेषज्ञों व अकादमिक संस्थानों से बातचीत के आधार पर तैयार किए जाते हैं। लेख में उल्लेखित तथ्यों व सूचनाओं को अमर उजाला के पेशेवर पत्रकारों द्वारा जांचा व परखा गया है। इस लेख को तैयार करते समय सभी तरह के निर्देशों का पालन किया गया है। संबंधित लेख पाठक की जानकारी व जागरूकता ब ?ाने के लिए तैयार किया गया है। अमर उजाला लेख में प्रदत्त जानकारी व सूचना को लेकर किसी तरह का दावा नहीं करता है और न ही जिम्मेदारी लेता है। उपरोक्त लेख में उल्लेखित संबंधित बीमारी के बारे में अधिक जानकारी के लिए अपने डॉक्टर से परामर्श लें।

आरके सिंह ने रक्षा सचिव का पदभार संभाला

नई दिल्ली, 1 नवंबर। मोदी सरकार ने अगस्त में राजेश कुमार सिंह (आरके सिंह) को नया रक्षा सचिव नियुक्त किया था। अरमानी गिरधर के रिटायर होने के बाद आज आरके सिंह ने नए रक्षा सचिव का कार्यभार संभाल लिया है। आरके सिंह का दो सालों तक कार्यकाल होगा। उन्होंने साउथ ब्लॉक में कार्यभार संभाला हैं, जहां मंत्रालय स्थित है। बता दें कि

बिहार के रहने वाले आरके सिंह केरल कैडर के 1989 बैच के आईएएस अधिकारी हैं। रक्षा सचिव बनने से पहले वह रक्षा मंत्रालय में ऑफिसर ऑन स्पेशल ड्यूटी (रक्षा सचिव नामित) का कार्यभार संभाल रहे थे। रक्षा मंत्रालय में रक्षा सचिव नामित की यह तैनाती उन्हें इसी वर्ष 20 अगस्त को मिली थी। एक नवंबर को कार्यभार संभालने से पहले राजेश कुमार सिंह ने नई दिल्ली स्थित राष्ट्रीय युद्ध स्मारक में शहीद नायकों को पुष्पांजलि अर्पित की और श्रद्धांजलि दी। उन्होंने कहा, देश, मातृभूमि की सेवा में सर्वोच्च बलिदान देने वाले हमारे बहादुर सैनिकों का सदैव ऋणी रहेगा। हमारे जवानों की असाधारण बहादुरी और बलिदान भारत को एक सुरक्षित और समृद्ध राष्ट्र बनाने के लिए हमें शक्ति देते हैं व ये बलिदान हमारे प्रेरणा स्रोत हैं। राजेश कुमार सिंह 24 अप्रैल, 2023 से 20 अगस्त, 2024 तक वाणिज्य और उद्योग मंत्रालय में उद्योग और आंतरिक व्यापार संवर्धन विभाग के सचिव का पदभार संभाल रहे थे। इससे पहले वह पशुपालन, डेयरी व मत्स्य पालन मंत्रालय में पशुपालन एवं डेयरी सचिव थे। सिंह ने केंद्र सरकार में कई अन्य महत्वपूर्ण पदों पर कार्य किया है, जिसमें शहरी विकास मंत्रालय में निर्माण और शहरी परिवहन निदेशक; दिल्ली विकास प्राधिकरण में आयुक्त (भूमि); पेट्रोलियम और प्राकृतिक गैस मंत्रालय में संयुक्त सचिव; कृषि, सहकारिता और किसान कल्याण विभाग में संयुक्त सचिव और भारतीय खाद्य निगम में मुख्य सतर्कता अधिकारी शामिल हैं। उन्होंने केरल सरकार में शहरी विकास सचिव और वित्त सचिव के रूप में भी प्रभार संभाला है। सिंह ने आंध्र प्रदेश कैडर के 1988 बैच के आईएएस अधिकारी गिरिधर अरमाने का स्थान लिया है, जो गुरुवार को सेवानिवृत्त हो गए।

जम्मू-कश्मीर के लोगों के लिए काला दिन: महबूबा मुफ्ती

जम्मू, 1 नवंबर। जम्मू कश्मीर की पूर्व सीएम और पीपुल्स डेमोक्रेटिक पार्टी (पीडीपी) प्रमुख महबूबा मुफ्ती ने कहा कि उनकी पार्टी केंद्र शासित प्रदेश (यूटी)

स्थापना दिवस को तब तक काला दिवस के रूप में मनाती रहेगी, जब तक कि पूर्ववर्ती राज्य की विशेष शक्तियां बहाल नहीं हो जातीं। अनंतनाग में संवाददाताओं से बातचीत के दौरान महबूबा मुफ्ती ने कहा कि मैं राज्यपाल को बताना चाहती हूं कि जम्मू-कश्मीर और खासकर पीडीपी के लिए आज का दिन काला दिन है। हम इसे तब तक काला दिवस के रूप में मनाते रहेंगे, जब तक कि जम्मू-कश्मीर की विशेष शक्तियां बहाल नहीं हो जातीं। मुफ्ती ने आगे कहा कि मैंने पहले भी कहा है कि जम्मू-कश्मीर भाजपा के लिए प्रयोगशाला बन गया है, वे देश में अल्पसंख्यकों को एक संदेश देना चाहते हैं। वहीं इससे पहले जम्मू-कश्मीर के एलजी मनोज सिन्हा ने गुरुवार को केंद्र शासित प्रदेश के स्थापना दिवस समारोह में शामिल नहीं होने के लिए मुख्यमंत्री उमर अब्दुल्ला और अन्य नेशनल कॉन्फ्रेंस (एनसी) नेताओं से सवाल किया। अपने बयान में सिन्हा ने कहा कि यह पहली बार नहीं है जब हम इस दिवस को मना रहे हैं। जम्मू-कश्मीर में चुनाव कुछ दिन पहले ही समाप्त हुए हैं। आज की तारीख में जम्मू-कश्मीर एक केंद्र शासित प्रदेश है और हमें इस तथ्य को स्वीकार करना होगा। प्रधानमंत्री मोदी और केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने भी कहा कि पहले परिसीमन, फिर विधानसभा चुनाव और फिर राज्य का दर्जा। जब प्रधानमंत्री मोदी योग दिवस पर यहां आए थे, तो उन्होंने कहा था कि जल्द ही विधानसभा चुनाव कराए जाएंगे और फिर जम्मू-कश्मीर को राज्य का दर्जा दिया जाएगा। वहीं जम्मू-कश्मीर भाजपा प्रमुख रविंदर रैना ने कहा कि हर साल 31 अक्तूबर को यूटी स्थापना दिवस के रूप में मनाया जाता है। संवैधानिक पद पर अपनी सेवाएं देने वाले व्यक्ति की यह जिम्मेदारी है कि वह संविधान के तहत आने वाले कार्यक्रमों में शामिल हो। जब कोई व्यक्ति संवैधानिक पद पर होता है तो उसे दलगत राजनीति से ऊपर उठना चाहिए। रैना ने कहा कि मुझे उम्मीद है कि जम्मू-कश्मीर के सीएम भविष्य में इस तरह के कार्यक्रमों में शामिल होंगे। नेशनल कॉन्फ्रेंस और कांग्रेस द्वारा यूटी स्थापना दिवस का बहिष्कार करने पर पूर्व उपमुख्यमंत्री और भाजपा नेता कविंदर गुप्ता ने कहा कि नेशनल कॉन्फ्रेंस और कांग्रेस को अपनी मानसिकता बदलने की जरूरत है। उन्होंने यूटी में चुनाव लड़ा, यूटी में सरकार बनाई, यूटी में मुख्यमंत्री पद की शपथ ली और अब वे इसका स्थापना दिवस नहीं मना रहे हैं। वे जनता को गुमराह करने की कोशिश कर रहे हैं यह सिर्फ एक नाटक है।

चाचा-भतीजे हत्याकांड में नया मोड़, नाबालिग रिश्तेदार ने शूटर से कराई हत्या

दिल्ली, 1 नवंबर। देश की राजधानी दिल्ली में दिवाली पर हुए चाचा-भतीजे हत्याकांड में सनसनीखेज खुलासा हुआ है। दोहरे हत्याकांड का मास्टमाइंड नाबालिग रिश्तेदार निकला। पीड़ित परिवार के गंभीर आरोपों की जांच के बाद पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार कर मामले का खुलासा कर दिया। रुपयों के लेन-देन के विवाद में इस वारदात को अंजाम दिया गया। दिवाली की रात गुरुवार को उस समय दोहरा हत्याकांड हुआ जब एक परिवार अपने घर के बाहर दिवाली पर आतिशबाजी कर रहा था। इसी दौरान वहां स्कूटी सवार दो हथियारबंद लोग आए। स्कूटी सवार ने बिहारी कॉलोनी निवासी आकाश (40) के पैर छुए। इसके बाद उसके साथी ने आकाश पर गोलियां बरसानी शुरू कर दी। गोली मारने के बाद आरोपी फरार हो रहे थे तो आकाश के भतीजे ऋषभ (16) ने उनका पीछा किया। बदमाशों ने ऋषभ को भी गोली मार दी। इसके अलावा आकाश के बेटे कृष को भी बदमाशों ने गोली मारी। तीनों घायलों को अस्पताल ले जाया गया। डॉक्टरों ने आकाश और ऋषभ को मृत घोषित कर दिया। जबकि कृष (10) का इलाज चल रहा है। मृतक आकाश के भाई और ऋषभ के पिता योगेश ने बताया कि घटना कल शाम 7.30-8.00 बजे के

आसपास हुई। दो लोग आए थे, मेरे भाई और बेटे की हत्या दोपहिया वाहन पर सवार व्यक्ति ने की। कुछ समय पहले मेरे भाई का पैसों को लेकर विवाद हुआ था। योगेश ने बताया कि जिस समय यह घटना हुई, वो भी घर पर ही मौजूद थे। हमलावर उनका रिश्तेदार ही है। हत्याकांड को अंजाम देने वाला उनका भतीजा लगता है। आरोपी मेरे ताऊ के बेटे का बेटा है। वह स्कूटी से आया। उसने पैर छुए और हमला करा दिया। हमले में मेरा भाई और बेटा मारा गया है। जबकि कृष घायल है। आकाश के भाई योगेश का दावा है कि हमलावर से पैसे को लेकर विवाद था। आरोपी हमलावर ने मेरे भाई और बेटे की जान ले ली। हमलावर मास्टरमाइंड मेरा भतीजा ही है, जो कि नाबालिग है। पुलिस ने मामले का खुलासा कर दिया है। दिल्ली के शाहदरा के फर्श बाजार इलाके में हुए दोहरे हत्याकांड का पुलिस ने पर्दाफाश कर दिया है। पुलिस ने नाबालिग आरोपी को पकड़ लिया है। पूछताछ में उसने बताया कि मृतक आकाश शर्मा ने उसे 70 हजार रुपये देने का वादा किया था, लेकिन बाद में उन्होंने पैसे देने से इनकार कर दिया। पैसे नहीं देने पर वह उनसे बदला लेना चाहता था। उसने आकाश की हत्या के लिए अपने दोस्तों से बात की और घटना को अंजाम दिया, पुलिस फरार उसके दोस्तों की तलाश कर रही है। दिल्ली के शाहदरा के फर्श बाजार इलाके में बृहस्पतिवार को चाचा और नाबालिग भतीजे की गोली मारकर हत्या कर दी गई थी। मृतकों की शिनाख्त बिहारी कॉलोनी निवासी आकाश (40) और ऋषभ (16) के रूप में हुई थी। गोलीबारी में आकाश का बेटा कृष भी घायल हुआ है। इसका अस्पताल में इलाज चल रहा है। शाहदरा डबल मर्डर केस में सीसीटीवी फुटेज सामने आया। सीसीटीवी फुटेज के आधार पर एक नाबालिग को हिरासत में लिया गया।

भाजपा के बागी नेताओं को मनाने में मिलेगी सफलता: फडणवीस

नागपुर, 1 नवंबर। महाराष्ट्र के उप मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने शुक्रवार को भरोसा जताया कि वह बागी नेताओं को पार्टी हित में काम करने के लिए मनाने में सफल होंगे। उन्होंने कहा कि ये भाजपा के अपने लोग हैं और उन्हें समझाना पार्टी की जिम्मेदारी है। फडणवीस नागपुर में पत्रकारों से बातचीत कर रहे थे। भाजपा नेता ने कहा, कई बार टिकट आवंटन को लेकर असंतोष होता है। लेकिन हमें भरोसा है कि हम सभी को पार्टी के हित में काम करने के लिए राजी कर लेंगे। पूर्व मुख्यमंत्री फडणवीस विधानसभा चुनाव में नागपुर दक्षिण-पश्चिम से चुनाव लड़ रहे हैं। जब उन्हें मुंबई में पार्टी के बागी नेताओं के साथ हुई बैठक के बारे में पूछा गया, तो उन्होंने कहा, हमारे कार्यकर्ता हमारी ताकत हैं। भाजपा संगठन के आधार पर चलती है और हमारे कार्यकर्ता हमें जीत दिलाते हैं। उन्होंने बताया कि पिछले 30 से 32 वर्षों से वह दिवाली के मौके पर अन्य भाजपा कार्यकर्ताओं के साथ नागपुर में पार्टी कार्यालय में पूजा के अवसर पर जाते हैं। फडणवीस ने कहा, हम साथ में भोजन करते हैं। यह हमारी परंपरा है। पिछले दो वर्षों से मैं नहीं जा पाया। लेकिन आज मैं फिर से पार्टी कार्यालय आया हूं और कार्यकर्ताओं से मिलकर बहुत खुश हूं। महाष्ट्र में 20 नवंबर को एक चरण में विधानसभा चुनाव के लिए मतदान होंगे। इसके तीन दिन बाद 23 नवंबर को मतगणना होगी।

आम की गुठली से बनी दलिया खाने से दो महिलाओं की मौत, छह की हालत गंभीर

भुवनेश्वर, 1 नवंबर। ओडिशा के कंधमाल जिले में आम की गुठली से बनी दलिया खाने से कम से कम दो महिलाओं की मौत हो गई। पुलिस ने शुक्रवार को इस घटना की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि इस दलिया को खाने से छह अन्य बीमार भी हो गए। एक अधिकारी ने कहा कि दरिंगबाड़ी ब्लॉक के मंडीपंका गांव में आम की गुठली से बनी दलिया दूध या पानी में जई उबालकर बनाया जाने वाला एक साधारण डिश है। डॉक्टर को फूड पॉइजनिंग का संदेह है। गजपति जिले के मोहना सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र में इलाज के दौरान गुरुवार को दो महिलाओं की मौत हो गई। एक अन्य महिला को इलाज के लिए एमकेसीजी मेडिकल अस्पताल ले जाया जा रहा था, तभी उसने अपनी आखिरी सांस ली। दलिया खाने के बाद बीमार होने वाले छह मरीजों को इलाज के लिए अस्पताल में भर्ती कराया गया है। उनकी हालत फिलहाल गंभीर है। स्वास्थ्य सुविधा के एक चिकित्सा अधिकारी डॉ सुब्रत दास ने कहा, सभी छह लोगों को गंभीर हालत में अस्पताल में भर्ती कराया गया है। हमें संदेह है कि फूड पॉइजनिंग के कारण ये सभी बीमार हुए हैं। जांच पूरी होने के बाद ही कारण का पता लगेगा। ओडिशा में पत्नी को बेहोश कर उसकी हत्या करने के मामले में व्यक्ति की गिरफ्तारी पर भुवनेश्वर के डीसीपी ने प्रतिक्रिया दी।

कार डिवाइडर से टकराकर पलटी, महिला व मासूम समेत चार की मौत

हाथरस, 1 नवंबर। नेशनल हाईवे पर कार डिवाइडर से टकराकर पलट गई। हादसे में महिला व मासूम समेत चार लोगों की मौत हो गई। दुर्घटना में कई लोग घायल हुए हैं। आगरा-अलीगढ़ नेशनल हाईवे पर केवल गढ़ी के पास सवारियों से भरी कार अचानक डिवाइडर से टकरा गई। डिवाइडर से टकराने के बाद कार अनियंत्रित होकर गड्ढे में पलट गई। बताया जा रहा है कि सड़क हादसे में दो महिला और दो मासूम की मौत हो गई है। हादसे में कई लोग गंभीर घायल बताए जा रहे हैं। कार में एक परिवार के आठ सदस्य सवार थे। हादसे में दोनों परिवार से एक-एक महिला और एक परिवार के दो बच्चों की मौत हो गई है। हादसे की सूचना से दोनों परिवार में मातम छा गया है। आगरा के कमला नगर निवासी दो भाईयों के परिवार के आठ सदस्य एक कार में सवार होकर बुलंदशहर में राजगढ़ के पास बैलोंन वाली माता के मंदिर दर्शन करने गए थे। आज दोपहर सभी वापस लौट रहे थे। आगरा-अलीगढ़ नेशनल हाईवे पर केवल गढ़ी के पास कार अनियंत्रित हो गई और डिवाइडर से टकराकर गड्ढे में पलट गई। हादसे में दो महिला व दो बच्चों की मौत हो गई। दो घायलों को हाथरस और दो गंभीर घायलों को आगरा रेफर कर दिया गया।

मधुमक्खियों के झुंड ने किया हमला, भाजपा नेता के इकलौते पुत्र की मौत

बिजनौर, 1 नवंबर। गांव करौंदा चौधर में मधुमक्खियों के हमले में भाजपा नेता नरेंद्र त्यागी के पुत्र विकास त्यागी की मौत हो गई। जबकि उनकी पत्नी गंभीर रूप से घायल हैं। विकास अपने माता-पिता का इकलौता पुत्र था। दीपावली के दिन ही घर का इकलौता चिराग बुझने से परिवार का रो-रोकर बुरा हाल है। कोतवाली देहात के करौंदा चौधर निवासी विकास त्यागी उर्फ विक्की (38) पुत्र नरेंद्र त्यागी अपनी माता अनीता त्यागी के साथ दीपावली पर देवस्थान पर दीपक जलाने गया था। तभी दोनों पर मधुमक्खी के झुंड ने हमला कर बुरी तरह घायल कर दिया। उनके शोर मचाने पर आसपास के ग्रामीण मौके पर पहुंचे। ग्रामीण विकास त्यागी और उसकी मां अनीता को चिकित्सक के यहां ले गए। चिकित्सक ने हालत गंभीर बताते हुए पीएचसी ले जाने के लिए कहा। पीएचसी से चिकित्सकों ने बिजनौर रेफर कर दिया, जहां विकास ने दम तोड़ दिया।

खान-पान में गड़बड़ी के कारण बिगड़ गया है पाचन ?

नई दिल्ली, 1 नवंबर। दिवाली का उत्सव मिठाइयों और लजीज खान-पान के बिना अधूरा है। हालांकि मीठे, तले हुए और मसालेदार खाद्य पदार्थ पाचन तंत्र में गड़बड़ी और कई प्रकार की अन्य दिक्कतों को बढ़ाने वाले माने जाते हैं। दिवाली के दौरान खाने में बदलाव और अधिक तले-भुने या मीठे खाद्य पदार्थों के सेवन से पेट में गैस, अपच, एसिडिटी जैसी समस्याएं आम हो जाती हैं। अगर आप भी इस तरह की दिक्कतों से परेशान हैं तो घबराएं नहीं, कुछ आसान से उपायों की मदद से इसमें आराम पाया जा सकता है। दिवाली के बाद अक्सर लोग कुछ तरह की स्वास्थ्य समस्याओं की शिकायत करते हैं, इनमें पटाखों और प्रदूषण के कारण सांस की दिक्कत और गड़बड़ खानपान की वजह से पेट फूलने, अपच, पेट में दर्द जैसी समस्याएं आम हैं। आइए कुछ आसान उपायों के बारे में जानते हैं जिनकी मदद से आप आराम पा सकते हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, दिवाली के जश्न के बीच अपनी सेहत को प्राथमिकता देना बहुत जरूरी है। अगर आप दिवाली के बाद पाचन समस्याओं को लेकर परेशान हैं तो इसके लिए डॉक्टर ने कुछ उपाय बताए हैं जिससे आपको लाभ मिल सकता है। खाने-पीने की आदतों को ध्यान में रखकर, संतुलित आहार का सेवन, शरीर को हाइड्रेटेड रखना और स्वस्थ जीवनशैली के विकल्पों को अपनाना अच्छी सेहत के लिए बहुत जरूरी है। दिवाली के बाद एक-दो दिन हल्का और सुपाच्य भोजन करें। दलिया, मूंग दाल खिचड़ी, उबली हुई सब्जियां या सूप जैसी चीजें पचाने में आसान होती हैं और पेट को आराम देती हैं। आहार में दही और छाछ को जरूर शामिल करें। इसमें प्रोबायोटिक्स होते हैं, जो गुड बैक्टीरिया का संतुलन बनाए रखते हैं और पाचन को बेहतर करते हैं। एक कटोरी दही खाने से अपच में आराम मिल सकता है। पाचन की दिक्कतों के लिए डिहाइड्रेशन को एक बड़ा कारण माना जाता रहा है। इसलिए जरूरी है कि आप दिनभर में कम से कम 3-4 लीटर पानी जरूर पिएं। गर्म या गुनगुना पानी पीना आपके लिए और भी लाभकारी हो सकता है। दिन में कई बार थोड़ा-थोड़ा गुनगुना पानी पिएं। यह पाचन में सुधार करता है और विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने में मदद करता है। पाचन की दिक्कतों में आराम पाने के लिए अजवायन का सेवन करना फायदेमंद माना जाता है। इसके सेवन से अपच और गैस की समस्याओं में आराम मिलता है। इसी तरह से अदरक में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं, जो पेट की सूजन और अपच को कम करने में सहायक होते हैं। खाने के बाद सौंफ और मिश्री चबाना पाचन के लिए फायदेमंद होता है। इन उपायों के साथ खाने के बाद कुछ देर वॉक जरूर करना चाहिए। शारीरिक रूप से सक्रिय रहने से पाचन की दिक्कतें दूर होती है और स्वास्थ्य भी अच्छा रहता है। अस्वीकरणः अमर उजाला की हेल्थ एवं फिटनेस कैटेगरी में प्रकाशित सभी लेख डॉक्टर, विशेषज्ञों व अकादमिक संस्थानों से बातचीत के आधार पर तैयार किए जाते हैं। लेख में उल्लेखित तथ्यों व सूचनाओं को अमर उजाला के पेशेवर पत्रकारों द्वारा जांचा व परखा गया है। इस लेख को तैयार करते समय सभी तरह के निर्देशों का पालन किया गया है। संबंधित लेख पाठक की जानकारी व जागरूकता ब ?ाने के लिए तैयार किया गया है। अमर उजाला लेख में प्रदत्त जानकारी व सूचना को लेकर किसी तरह का दावा नहीं करता है और न ही जिम्मेदारी लेता है। उपरोक्त लेख में उल्लेखित संबंधित बीमारी के बारे में अधिक जानकारी के लिए अपने डॉक्टर से परामर्श लें।

NAME CHANGE
I, Krishnendra Kumar S/o Anand Swaroop R/o F1-1003, Tower F1 Vatika Gurgaon 21, Sector 83, Gurgaon, Haryana-122004, Have Changed My Name To Krishnendra Kumar Kulshrestha For All Future

NAME CHANGE
I, JUBER S/O DHANNU residing at HOUSE NO-E-55, NEAR JAMA MASJID, KURESHIPUR, BALLABGARH, FARIDABAD, HARYANA-121004 have changed my name to ZUBAIR AHMAD for all future purposes.

NAME CHANGE
I, ASAMA W/O ZUBAIR AHMAD residing at HOUSE NO-E-55, NEAR JAMA MASJID, KURESHIPUR, BALLABGARH, FARIDABAD, HARYANA-121004 have changed my name to ASMA for all future purposes

NAME CHANGE
I, MOHD ZAKRIA / ZAKRIA S/O MOHAMMAD HAROON residing at 155 HASTIWARA MAIN MARKET DHAUJ DHOJ(17), FARIDABAD have changed my name to MOHD JAKRIYA for all future purpose

NAME CHANGE
I, FARMERN BANO W/O ZAHID ALI KHAN residing at KHASRA NO-278/176 2ND FLOOR GALI NO-8 RAM GHAT WAZIRABAD DELHI-110084 have changed my name to PARVEEN for all future purposes

NAME CHANGE
I, NO-15726023X Rank-NK Name-SREENATH N K S/o VISWANATHAN T K R/o NADUKKANDY, VEZHUPUR, THAMARASSERY (PO), RAROTH, KOZHIKODE, KERALA-673573 have changed my minor daughter's name from SRIYA NATH to SRIYA NATH S A for all future purposes vide affidavit dated 18/07/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, REHMUDIN / RAHIMUDDIN S/O CHHOTE KHAN residing at VILLAGE MATHEPUR MAJRA, CHHAINSA (211), PALWAL, HARYANA-121103 have changed my name to RAHMUDDIN for all future purposes

NAME CHANGE
I, Devasyanjali Sutkursh Srivastava D/o Vinod Kumar Srivastava R/o A-370, 2nd Floor, Phase-1, Chhattarpur Enclave, South Delhi, Delhi-110074 Have Changed My Name To Devasyanjali Srivastava For All Future Purpose

NAME CHANGE
I, Ashok Kumar Yadav S/o Chunni Lal R/o H.No-3, Block-7, Kadarpur Road, Badshahpur, Gurgaon, Haryana-122101, Have Changed My Name To Ashok Yadav For All Future Purpose

PUBLIC NOTICE
This is to inform that Smt. Jyoti Kumari has agreed to create mortgage the described property in favour of my client Aadhar Housing Finance Limited, NSP Branch, Delhi, after execution of sale deed in her favour. Seller(s) Namely Sh. Hariom has agreed to sell their property "Property Bearing Plot No. 32, Land Area Measuring 30 Sq. Yds., Out of Khasra No. 58/1, Situated in the Revenue Estate of Village Hastsal, Delhi State Delhi, Colony Known as Shakti Vihar, Mohan Garden, Uttam Nagar, New Delhi-110059". Hence any other co-sharer(s) namely Smt. Premwati, Smt. Asha Devi, Sh. Manish, Sh. Rakesh Kumar or any previous owners of the property, having any claim against or in respect of the said property or any part thereof by way of sale, exchange mortgage (equitable or deposit of title deed otherwise) gift, trust, inheritance , family arrangement , maintenance, bequest, partnership, possession, lease, Sub - lease , tenancy, license, lien, charge, pledge, easement or otherwise howsoever are hereby requested to notify the same in writing to the Undersigned with supporting documentary evidence at the address mentioned herein below within 7 days , from the date hereof , falling which the claim or claims , if any , of such person(s) shall be considered to have been waived and / or abandoned any my client shall proceed with the disbursement of loan and creation of mortgage on the property
Dated : 01-11-2024
Place : Delhi
Advocate Ghanshyam Singh, Ch. E-713 Karkardooma Courts, Delhi-110032; Ph-8810212071

NAME CHANGE
I, JC-805055P Rank-SUB (Hony Capt) Name-SANTOSH KUMAR PANDEY residing at VILL-MAKHNUPUR, PO-PACHRUKHI, DIST-SIWAN, BIHAR-841241 have changed my daughter's name from ASTHA KUMARI to ASTHA PANDEY for all future purposes vide affidavit dated 01/11/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, NO-15787755K Rank-L/HAV Name-VALAND BHAVESH KUMAR residing at VILL-KACHROL, PO-BECHRAJI, TEH-MANDAL, DIST-AHMEDABAD, GUJARAT-384210 have changed my father's name from BALDEV BHAI to VANAND BALDEVBHAI for all future purposes and in my service records my father's date of birth wrongly mentioned as 01/07/1954 instead of his correct date of birth as 01/01/1950 vide Affidavit dated 01/11/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, JC-805055P Rank-SUB (Hony Capt) Name-SANTOSH KUMAR PANDEY residing at VILL-MAKHNUPUR, PO-PACHRUKHI, DIST-SIWAN, BIHAR-841241 have changed my name from SANTOSH KUMAR PANDEY to SANTOSH KUMAR PANDEYA for all future purposes vide affidavit dated 01/11/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, JC-805055P Rank-SUB (Hony Capt) Name-SANTOSH KUMAR PANDEY residing at VILL-MAKHNUPUR, PO-PACHRUKHI, DIST-SIWAN, BIHAR-841241 have changed my wife's name from SHUBH LUXMI PANDEY to SHUBH LAXMI PANDEY for all future purposes vide affidavit dated 01/11/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, Sunita Kumari D/o Ramphal Singh Tomar R/o H.No-137,Gali No-6, Gopal Nagar, Surakhpur Road, Najafgarh, Delhi-110043, Have Changed My Name To Suneeta Kumari For All Future Purpose

NAME CHANGE
I, DARSHNA RANI WIFE OF SHRI RAM CHAND, RESIDENT OF 17/15 GEETA COLONY DELHI-110031 have changed my name from DARSHANA RANI TO DARSHNA RANI for all future purposes.That DARSHANA RANI and DARSHNA RANI both are the name of one and the same person

NAME CHANGE
I, NO-15726023X Rank-NK Name-SREENATH N K S/o VISWANATHAN T K R/o NADUKKANDY, VEZHUPUR, THAMARASSERY (PO), RAROTH, KOZHIKODE, KERALA-673573 have changed my minor son's name from DEV NATH to DEV NATH S A for all future purposes vide affidavit dated 18/07/2024 before Notary Public, Delhi.

कोरोना महामारी के दौरान बच्चे अपने पाठ्यक्रम में से ऐसी विभिन्न कक्षाओं में दाखिला और भाग ले रहे हैं जो उनके कौशल को बढ़ाने के लिए उनके स्कूल द्वारा प्रदान नहीं किया जा रहा है। यह पैटर्न विभिन्न आयु समूहों में देखा गया है जिसके कारण भारत में ऑनलाइन लर्निंग प्लेटफॉर्म की मांग बढ़ रही है।

बच्चों को घर बैठे खेल-खेल में सिखाएं गणित के गुण

कोरोना वायरस महामारी के बाद कई छात्र काफी मानसिक तनाव महसूस कर रहे हैं। इस तनाव को दूर करने के लिए कई छात्र नए-नए हुनर सीख रहे हैं। ऐसे में भारत में ऑनलाइन लर्निंग प्लेटफॉर्म की मांग काफी बढ़ गई है। माता-पिता अपने बच्चों को नए कौशल सिखाने के लिए ई-लर्निंग प्लेटफॉर्म का सहारा ले रहे हैं। ऐसे में अगर आप अपने बच्चे को गणित और सांख्यिकी गणना सिखाना चाहते हैं तो अबेकस ट्रेनिंग क्लास की मदद से आप अपने बच्चों को खेल में गणित पढ़ा सकते हैं।

कोरोना महामारी के दौरान बच्चे अपने पाठ्यक्रम में से ऐसी विभिन्न कक्षाओं में दाखिला और भाग ले रहे हैं जो उनके कौशल को बढ़ाने के लिए उनके स्कूल द्वारा प्रदान नहीं किया जा रहा है। यह पैटर्न विभिन्न आयु समूहों में देखा गया है जिसके कारण भारत में ऑनलाइन लर्निंग प्लेटफॉर्म की मांग बढ़ रही है। माता-पिता अलग-अलग ई-लर्निंग प्लेटफॉर्म ढूंढ रहे हैं जिसके माध्यम से उनके बच्चों को रचनात्मक सीखने के माहौल में पाला जा सकता है। गणित और संख्या कुछ बच्चों के लिए स्वाभाविक रूप से आती है, लेकिन जब गणना की बात आती है तो स्कूल और कॉलेज के छात्रों का एक बड़ा हिस्सा कुछ हद तक संघर्ष करता है। अबेकस, जैसा कि हम सभी जानते हैं, सदियों से मौजूद है और इसे अंकगणितीय कौशल और संख्यात्मक प्रवाह को विकसित करने के लिए दुनिया भर में सबसे अच्छे उपकरणों में से एक माना जाता है।

अबेकस टूल का उपयोग गणितीय कार्यों जैसे जोड़, घटाव, गुणा, वर्ग या घनमूल को करने के लिए किया जाता है। अबेकस का उपयोग दशमलव अंक, ऋणात्मक संख्या और बहुत कुछ गिनने के लिए भी किया जा सकता है। अपने गणना कौशल में सुधार के अलावा, अबेकस सीखने से बच्चे के समग्र विकास में मदद मिल सकती है। अबेकस सीखने के कुछ लाभ इस प्रकार हैं :

- कैलकुलेशन की गति और सटीकता में सुधार करता है
- विश्लेषणात्मक कौशल और तार्किक रीजनिंग का निर्माण करता है
- गणित में रुचि पैदा करता है
- एकाग्रता और अवलोकन शक्ति को बढ़ाता है
- मेमोरी में सुधार करता है
- आत्मविश्वास और आत्म-सम्मान बनाता है

यहां भारत में पांच ऐसे प्लेटफार्मों के बारे में बताया गया है जो 100 प्रतिशत डिजिटल एबेकस प्रशिक्षण प्रदान करते हैं और युवाओं को भविष्य के रोल मॉडल बनने के लिए प्रेरित करते हैं।

ब्रिटिश यूथ इंटरनेशनल कॉलेज

यूके स्थित प्लेटफॉर्म, ऑनलाइन अबेकस शिक्षण मंच लॉन्च करने वाली दुनिया की पहली कंपनी है। उनके मंच में पूरी तरह कार्यात्मक वर्चुअल अबेकस है जो बच्चों के समग्र मानसिक विकास के लिए इंटरैक्टिव प्रशिक्षक के नेतृत्व वाली अबेकस शिक्षण पद्धति का उपयोग करता है। ये ऑनलाइन कक्षाएं चरण-दर-चरण अप्रोच प्रदान करती हैं जिसका उद्देश्य छात्रों को अबेकस को ध्यान में रखकर मार्गदर्शन करना और कैलकुलेटर की तुलना में तेजी से संख्या की गणना करना है। शिक्षक प्रत्येक छात्र को गहन शिक्षण प्रदान करते हैं। वे जोड़, घटाव, गुणा, भाग, दशमलव जोड़, दशमलव घटाव, दशमलव गुणा और दशमलव भाग को कवर करते हैं। वे एकमात्र अबेकस कंपनी हैं जो दशमलव आधारित गणना प्रदान करती हैं।

उडेमी

उदमी अबेकस कोर्स का उद्देश्य आपकी गणना, क्षमता, संख्या बोध और मानसिक अंकगणित को बेहतर बनाने में मदद करके मस्तिष्क का विकास करना है। यह पाठ्यक्रम मल्टीमीडिया और एनिमेशन के जरिये आपको सिखाएगा कि अबेकस पर सही और तेज बुनियादी गणित संचालन कैसे करें। इन अबेकस ऑनलाइन कक्षाओं को शुरू करके बच्चे अबेकस पर संख्याएं रखने, हल करने और जोड़ और घटाव को समझने में सक्षम होंगे।

अबेकस सुपरमैथ्स

'सुपरमैथ्स' छात्रों को अबेकस टूल का उपयोग करने के लिए एक दोस्ताना और इंटरैक्टिव मंच प्रदान करता है। उनकी कक्षाएं आपको ऑनलाइन वर्कशीट पर काम करके मानसिक सिद्धांत अवधारणाओं को अभ्यास में लाने की अनुमति देती हैं। यह कोर्स दो ट्रैक में आता है, जूनियर और सीनियर। पहले ट्रैक में 11 स्तर होते हैं जबकि दूसरे वरिष्ठ ट्रैक में 8 स्तर होते हैं। प्रत्येक स्तर के अंत में एक ऑनलाइन परीक्षा आयोजित की जाती है जिसके बाद छात्र को अगले स्तर पर पदोन्नत किया जाता है। वे प्रशिक्षक के नेतृत्व में आवेदन आधारित वीडियो कक्षाओं के माध्यम से पढ़ाते हैं।

अबेकस मास्टर

अबेकस मास्टर ने अबेकस को अधिक रोचक और मनोरंजक बनाने के लिए अनूठी विशेषताओं के साथ एक व्यापक शिक्षण मंच बनाया है। यह ई-लर्निंग प्लेटफॉर्म 5-12 वर्ष की आयु के बीच के छात्रों को अबेकस प्रशिक्षण प्रदान करता है। इसमें आठ स्तर शामिल होते हैं जो बुनियादी से लेकर उन्नत अबेकस गणनाओं तक सभी विषयों को कवर करते हैं। छात्र इस पाठ्यक्रम को अपनी गति के हिसाब से ले सकते हैं; हालाँकि, पोर्टल पूरी तरह से आश्वस्त होने के लिए प्रत्येक स्तर पर कम से कम दो महीने बिताने का सुझाव देता है। उनकी कक्षाएं एनिमेशन, अंजान वीडियो और प्रैक्टिस वर्कशीट की मदद से दी जाती हैं।

स्मार्ट किड अबेकस

स्मार्ट किड की 'अबेकस प्रेप्राइजी' बच्चों के लिए अबेकस ऑनलाइन कक्षाएं संचालित करती है। ये कक्षाएं सप्ताह में एक बार 45 मिनट के लिए आयोजित की जाती है। समय में कोई पाबन्दी नहीं है और छात्र कई प्रकार के पाठ्यक्रमों मे से चुन सकते हैं। यह आठ स्तरीय पाठ्यक्रम है जिसमें 5 बुनियादी और 3 अग्रिम स्तर हैं। पाठ्यक्रम 4-14 वर्ष आयु वर्ग के छात्रों के लिए डिजाइन किए गए हैं और ये पाठ्यक्रम कौशल के विकास के साथ-साथ संपूर्ण मस्तिष्क विकास को बढ़ावा देते हैं।

वैकल्पिक चिकित्सा में कॅरियर बनाना चाहते हैं तो चुनें मैग्नेटिक थेरेपी

एक मैग्नेटो चिकित्सक को मैग्नेटोमीटर के सही उपयोग के बारे में पता होना चाहिए, जो एक चुंबक के ध्रुवों को निर्धारित करता है। इसके अलावा आपको चुंबकीय चिकित्सा में इस्तेमाल होने वाले अन्य उपकरणों की भी सही जानकारी होनी चाहिए।

मैग्नेटिक थेरेपी, जिसे मैग्नेट थेरेपी या मैग्नो थेरेपी भी कहा जाता है, वास्तव में एक वैकल्पिक चिकित्सा उपचार है, जिसमें विभिन्न रोगों के उपचार के लिए चुंबक का इस्तेमाल किया जाता है। यह एक बेहद सिंपल, इफेक्टिव, सुरक्षित व पूरी तरह से दर्दरहित प्राकृतिक उपचार है। चुंबकीय चिकित्सा को एक विज्ञान के साथ-साथ एक कला के रूप में माना जाता है, क्योंकि इसमें मानव के विभिन्न अंगो, रोगों को जानने के साथ-साथ व मैग्नेट के उचित उपयोग को जानना भी उतना ही जरूरी है। विज्ञान में, चुंबकीय चिकित्सा एक्यूपंक्चर के समान है। वहीं कला में, इसमें विभिन्न बीमारियों के इलाज के लिए शरीर के विभिन्न हिस्सों पर विभिन्न आकारों और शक्तियों के मैग्नेट का इस्तेमाल किया जाता है। यह एक बेहद डिफरेंट चिकित्सा थेरेपी है। तो चलिए जानते हैं कि इस क्षेत्र में कैसे बनाएं कॅरियर-

स्किल्स

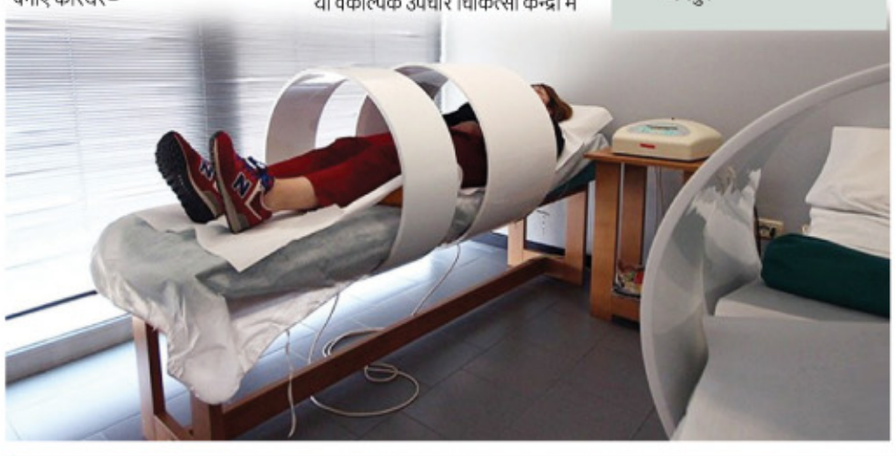
एक मैग्नेटो चिकित्सक को मैग्नेटोमीटर के सही उपयोग के बारे में पता होना चाहिए, जो एक चुंबक के ध्रुवों को निर्धारित करता है। इसके अलावा आपको चुंबकीय चिकित्सा में इस्तेमाल होने वाले अन्य उपकरणों की भी सही जानकारी होनी चाहिए। इसके अलावा उन्हें मानव शरीर व उसके महत्वपूर्ण अंगों की रचना व उसके विज्ञान के बारे में भी पता होना चाहिए।

शैक्षणिक योग्यता

भारत में केवल कुछ ही संस्थान मैग्नेट थैरेपी पाठ्यक्रमों की पेशकश कर रहे हैं। मैग्नेट थेरेपी में सर्टिफिकेट, डिग्री और डिप्लोमा पाठ्यक्रमों में प्रवेश के लिए न्यूनतम योग्यता 10_2 है और पीजी पाठ्यक्रमों के लिए स्नातक होना आवश्यक है। डिप्लोमा कोर्स की अवधि 1 वर्ष की है और स्नातक और स्नातकोत्तर डिप्लोमा कोर्स 2 वर्ष का है। कुछ संस्थान शार्ट टर्म डिप्लोमा और मास्टर डिप्लोमा कोर्स भी करवाते हैं, जिनकी अवधि एक से तीन महीने की होती है। एक मैग्नेटिक थेरेपिस्ट प्राइवेट व पब्लिक हॉस्पिटल, नेचुरोपैथी हॉस्पिटल या वैकल्पिक उपचार चिकित्सा केन्द्रों में काम कर सकते हैं। इसके अलावा मैग्नेटिक थेरेपिस्ट इंडिपेंडेंट प्रैक्टिस भी कर सकते हैं। इतना ही नहीं, वह उपचार के लिए मैग्नेटिक ज्वैलरी, ब्रेसलेट व अन्य उत्पादों को भी बेच सकते हैं। एक मैग्नेटिक थेरेपिस्ट की आय असीमित है। उनकी आय उनके चिकित्सीय कौशल पर निर्भर करती है। सेल्फ इंपलायड मैग्नेटिक थेरेपिस्ट घंटे के हिसाब से चार्ज करते हैं। उनका एक सेशन करीबन 20 से 30 मिनट का होता है।

प्रमुख संस्थान

- इंस्टीट्यूट ऑफ अल्टरनेटिव मेडिसिन, कोलकाता
- एक्यूप्रेशर रिसर्च, ट्रेनिंग व ट्रीटमेंट इंस्टीट्यूट, जोधपुर
- ऑल इंडिया पैरा मेडिकल टेक्नोलॉजी एंड अल्टरनेटिव मेडिकल काउंसिल, लुधियाना
- नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ नेचुरोपैथी, पुणे
- कॉलेज ऑफ क्लिनकिल मैग्नेटोलॉजी और प्राण हीलिंग कॉलेज, त्रिशूर
- इंस्टीट्यूट ऑफ अल्टरनेटिव मेडिसिन एंड रिसर्च, कोलकाता
- इंटरनेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ अल्टरनेटिव मेडिसिन एंड रिसर्च, बैंगलोर
- महेन्द्र इंस्टीट्यूट ऑफ अल्टरनेटिव मेडिसिन, जयपुर



एक्वापॉनिक्स फार्मिंग में है बेहतर भविष्य

एक्वापोनिक्स दो शब्दों से मिलकर बना है। पहला एक्वाकल्चर जिसमें मछली पालन होता है और दूसरा हाइड्रोपोनिक जिसमें पानी पर खेती होती है। एक्वापोनिक्स में एक ही पारिस्थितिकी तंत्र में मछलियाँ और पौधे एक साथ उगाए जा सकते हैं। इसमें परंपरागत खेती की तुलना में लगभग 90 प्रतिशत तक पानी की बचत होती है।

आज के समय में एग्रीटेक स्टार्टअप बहुत तेजी से विकसित हो रहा है। एक्वापोनिक्स दो शब्दों से मिलकर बना है। पहला एक्वाकल्चर जिसमें मछली पालन होता है और दूसरा हाइड्रोपोनिक जिसमें पानी पर खेती होती है। एक्वापोनिक्स में एक ही पारिस्थितिकी तंत्र में मछलियाँ और पौधे एक साथ उगाए जा सकते हैं। इसमें परंपरागत खेती की तुलना में लगभग 90 प्रतिशत तक पानी की बचत होती है जबकि इसमें पौधे दोगुनी रफ्तार से बढ़ते हैं। एक्वापॉनिक्स में एक फिश टैंक में मछली पालन किया जाता है और दूसरी तरफ पानी पर हाइड्रोपोनिक खेती का सिस्टम बनाया जाता है। फिश टैंक में मछलियां फीड खाने के बाद करीब 70 फीसदी तक मल निकालती हैं जिसमें अमोनिया होता है। इसके बाद फिश टैंक से अमोनिया वाले पानी को हाइड्रोपोनिक खेती के लिए इस्तेमाल किया जाता है। जब ये पानी पौधों की जड़ों तक पहुंचता है तो वहां मौजूद बैक्टीरिया इसे नाइट्रोजन में तोड़ देते हैं। यह पौधों के विकास के लिए बहुत ही अहम होता है। इसके बाद पानी को फिर से प्यूरिफाई किया जाता है और दोबारा मछलियों के टैंक में डाला जाता है। इस तरह एक ही पानी बार-बार इस्तेमाल होता रहता है और पानी की बचत होती है।

एक्वापोनिक फार्मिंग सेटअप तैयार करने में कितनी लागत आएगी यह इस बात पर निर्भर करता है कि आप बड़ा सेटअप तैयार करना चाहते हैं या छोटा। उदाहरण के लिए अगर आप एक एकड़ जमीन पर एक्वापोनिक फार्मिंग करते हैं तो आपका करीब 3 करोड़ रूपए तक का खर्चा आ सकता है। इसके साथ ही अगर आप मुनाफा चाहते हैं तो आपको अच्छी क्वालिटी वाली चीजें इस्तेमाल करनी होंगी। एक्वापोनिक खेती से हुई पैदावार पूरी तरह ऑर्गेनिक होती है इसलिए आप इसके लिए सामान्य की तुलना में दो से तीन गुना कीमत कमा सकते हैं। हालाँकि, आपको पैदावार से पहले ही उसे बेचने की तैयारी कर लेनी होगी वरना आपको भारी नुकसान हो सकता है। इसके लिए आप बड़े-बड़े रिटेल स्टोर, रेस्टोरेंट और फाइव स्टार होटलों से कॉन्ट्रैक्ट कर सकते हैं।

फ्लाइट में यात्रियों की मेहमान नवाजी कर कमाएं हजारों

केबिन क्रू की जिम्मेदारी फ्लाइट में आने वाले यात्रियों की सुरक्षा का ध्यान रखना, उनकी जरूरतों को पूरा करना और यात्रियों को फ्लाइट के नियम समझाना होता है। बहुत से लोग केबिन क्रू बनना चाहते हैं लेकिन उन्हें इस बारे में जानकारी नहीं होती है कि केबिन क्रू कैसे बनें।

केबिन क्रू का मतलब होता है केबिन के कर्मचारी। किसी भी फ्लाइट में जहाँ यात्री बैठते हैं, उसे केबिन कहते हैं। फ्लाइट में यात्रियों की सेवा और सुरक्षा के लिए जो टीम होती है, उसे केबिन क्रू कहते हैं। केबिन क्रू की जिम्मेदारी फ्लाइट में आने वाले यात्रियों की सुरक्षा का ध्यान रखना, उनकी जरूरतों को पूरा करना और यात्रियों को फ्लाइट के नियम समझाना होता है। बहुत से लोग केबिन क्रू बनना चाहते हैं लेकिन उन्हें इस बारे में जानकारी नहीं होती है कि केबिन क्रू कैसे बनें। आज के इस लेख में हम आपको केबिन क्रू बनने के लिए जरूरी योग्यता, प्रक्रिया और अन्य महत्वपूर्ण जानकारी देंगे

योग्यता

- उम्मीदवार को किसी मान्यता प्राप्त बोर्ड से बारहवीं कक्षा में साइंस, कॉमर्स या आर्ट्स किसी भी स्ट्रीम में पास होना चाहिए। या किसी मान्यता प्राप्त यूनिवर्सिटी अगर आपने किसी भी सब्जेक्ट में स्नातक की हो तो आप केबिन क्रू की जॉब के लिए आवेदन कर सकते हैं।
- आवेदक की ऊंचाई 157 से 170 सेंटीमीटर के बीच होनी चाहिए।
- आवेदक की आयु 17 से 26 वर्ष के बीच होनी चाहिए।

जरूरी कौशल

- केबिन क्रू बनने के लिए अच्छी कम्युनिकेशन स्किल होनी चाहिए।
- केबिन क्रू बनने के लिए दूसरों के साथ अच्छी तरह से बातचीत करने का ढंग होना चाहिए।
- आपके शरीर पर किसी प्रकार का टैटू नहीं होना चाहिए।
- आपकी अंग्रेजी एवं हिंदी भाषा पर अच्छी पकड़ होनी चाहिए।
- केबिन क्रू बनने के लिए अच्छी पर्सनालिटी और गुड लुक्स भी जरुरी होते हैं।

कोर्सेज

- डिप्लोमा इन केबिन क्रू एंड हॉस्पिटैलिटी मैनेजमेंट
- डिप्लोमा इन एयरलाइन एंड ट्रेवल मैनेजमेंट
- डिप्लोमा इन एविएशन एंड हॉस्पिटैलिटी मैनेजमेंट
- डिप्लोमा इन एयरलाइन केबिन क्रू
- सर्टिफिकेट कोर्स इन एयर होस्टेस

केबिन क्रू कैसे बनें

- एयरलाइन कंपनियां समय-समय पर केबिन क्रू की भर्ती के लिए नोटिफिकेशन जारी करती हैं।
- केबिन क्रू का एप्लीकेशन फॉर्म भरने के बाद आवेदक को इंटरव्यू के लिए बुलाया जाता है।
- इंटरव्यू क्लियर करने के बाद आवेदक की शारीरिक जाँच और मेडिकल टेस्ट होता है।
- मेडिकल टेस्ट क्लियर करने के बाद ग्रुप डिस्कशन होता है।
- इन सभी टेस्ट्स को पास करने वाले उम्मीदवारों का चयन केबिन क्रू के लिए होता है।

सैलरी

शुरुआत में बतौर केबिन क्रू आपकी सैलरी प्रतिमाह 30,000 रूपये से 50,000 रूपये तक हो सकती है। हालंकि, समय के साथ अनुभव होने पर सैलरी बढ़कर 70 हजार रूपये से 1 लाख रूपये प्रतिमाह तक हो सकती है।

गृह मंत्रालय भारत सरकार ने , मुझे और मेरे परिवार को श्री करतारपुर साहिब जाने से, पिछले कई सालों से बिना वजह रोक रखा है यह सिखों पर हमला है ।

निवेदक

Gurcharan Singh Babbar
President
ALL INDIA SIKH CONFERENCE BABBAR
Editor-In-Chief ,
Qaumi Patrika Daily Morning Newspaper Group
ADDRESS- 5, BAHADUR SHAH ZAFAR MARG , PRESS AREA, ITO NEW DELHI 110002
PHONE: 9971359517 E-mail ID: qpatrika@gmail.com

हड्डियों ही नहीं मेंटल हेल्थ के लिए भी है फायदेमंद है सूरज की रोशनी, जानें इसके गजब के फायदे

सूरज की रोशनी हमारे जीवन के लिए महत्वपूर्ण होती है यह तो बचपन में पढ़ा होगा लेकिन क्या आपको इससे सेहत को मिलने वाले फायदों के बारे में पता है। सूरज की रोशनी आपके शरीर की कई परेशानियों को कम कर सकता है। जानें रोज सुबह धूप में थोड़ा वक्त बिताने से आपको सेहत से जुड़े क्या-क्या फायदे हो सकते हैं।

सर्दियों में गिरते तापमान की वजह से, हम अपने घरों में सिमट कर रह जाते हैं। खुद को गर्म रखने के लिए और ठंड से बचने के लिए हम बाहर निकलना कम पसंद करते हैं। बाहर न जाने की वजह से, सूरज की रोशनी काफी कम मिल पाती है। इसके अलावा, धूप की वजह से होने वाली टैनिंग से बचने वाला कल्चर भी हमारे दिमाग में काफी गहरी जड़े जमा चुका है, जिस वजह से भी हम धूप में जाने से बचने की कोशिश करते हैं। लेकिन सूरज की रोशनी हमारी सेहत के लिए काफी फायदेमंद हो सकती है। रोज थोड़ी देर सनलाइट में समय बिताने से आपको सेहत के अनगिनत लाभ मिल सकते हैं। आइए जानते हैं, सूरज की रोशनी लेने से हमें क्या फायदे हो सकते हैं।

सूरज की रोशनी से मिलने वाले फायदों के लिए आपको अलग से कोई मेहनत करने की जरूरत नहीं होती है। सुबह के समय अपने घर की छत पर वॉक करने से, थोड़ी देर शांति से धूप में बैठकर या अपनी सुबह की चाय या कॉफी को अपनी बालकनी में बैठकर पी सकते हैं। इससे आपके शरीर को सनलाइट भी मिल जाएगी और आपको अलग से कोई मेहनत भी नहीं करनी पड़ेगी।

विटामिन-डी का डोज

विटामिन-डी हमारे शरीर में कैल्शियम के अब्जॉर्प्शन के लिए जरूरी होता है। इसकी कमी की वजह से, हड्डियां कमजोर होनी शुरू हो जाती हैं। हमारे शरीर को सबसे ज्यादा विटामिन-डी सूरज की रोशनी से मिलता है। इसलिए सूरज की रोशनी में थोड़ी देर समय बिताने से आपका रोज का विटामिन-डी का डोज पूरा हो सकता है।

बेहतर मेंटल हेल्थ

सर्दियों के मौसम में कई लोग सीजन अफेक्टिव डिस्ऑर्डर का शिकार बन जाते हैं। इससे बचाव या राहत पाने में सूरज की रोशनी मददगार साबित हो सकती है। सुबह-सुबह की धूप में थोड़ी देर रहने से आपका मूड बेहतर हो सकता है। यह आपके शरीर में हैप्पी हार्मोन सेरोटोनिन रिलीज करवाता है, जिससे हमारा मूड बेहतर बनता है।

स्ट्रेस कम करता है

सूरज की रोशनी हमारे शरीर में हैप्पी हार्मोन्स रिलीज करवाते हैं, जिस वजह से स्ट्रेस कम होता है। इसलिए सनलाइट स्ट्रेस कम करने में फायदेमंद हो सकता है।

दिन की फ्रेश शुरुआत

सुबह उठने के काफी देर बाद तक भी हम फ्रेश महसूस नहीं कर पाते हैं। इस परेशानी को दूर करने में सुबह के समय सनलाइट में समय बिताना मददगार साबित हो सकता है। यह आपके मूड को बेहतर बनाता है और आप ज्यादा एक्टिव महसूस करते हैं।

स्लीप साइकिल बेहतर होता है

सुबह के समय सूरज की रोशनी लेने से आपका कार्डियक रिदम यानी आपकी सोने और जागने की साइकिल बेहतर हो सकती है। इस वजह से, रात को बेहतर नींद आती है और आप अगले दिन ज्यादा फ्रेश महसूस करते हैं। इस कारण से आपकी सेहत भी दुरुस्त रहती है।

उच्च वृद्धि बनाए रखने के लिए उपभोक्ता खर्च को बढ़ावा मिले

यह उपभोक्ता और निवेश खर्च में वृद्धि की निरंतरता पर निर्भर करता है कि मध्यम से दीर्घावधि में 7 या 7.5 प्रतिशत की वृद्धि दर बनी रह सकती है या नहीं। भारत बड़े निवेश प्रवाह को आकर्षित कर रहा है तथा कई क्षेत्रों में बहुत सकारात्मक विकास दृष्टिकोण है। इसलिए विकास को बनाए रखने के लिए केवल मूल्य व नीतिगत स्थिरता और राजकोषीय विवेक की आवश्यकता होती है।

सरकार ने इस साल 30 नवंबर को जुलाई से सितंबर तक की अवधि यानी दूसरी तिमाही के आर्थिक आंकड़े प्रकाशित किए। इन्हें राष्ट्रीय आर्थिक उत्पादन का त्वरित अनुमान कहा जाता है। वे आउटपुट संख्याओं के दो व्यापक सेट अर्थात सकल मूल्य वर्धित (जीवीए) और सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) के लिए प्रदान किए जाते हैं। पहला सेट प्रत्येक व्यक्तिगत उत्पादक या क्षेत्र अथवा उद्योग द्वारा अर्थव्यवस्था में जोड़े गए मूल्य का एक उपाय है। यह निश्चित रूप से सभी उत्पादकों में मापा जाता है, चाहे वे किसान हों, छोटे उद्यमी हों या बड़ी कंपनियां। जीवीए इस प्रकार इनपुट को आउटपुट में परिवर्तित करने में जोड़े गए मूल्य को मापता है। उत्तरार्द्ध यानी जीडीपी एक निश्चित अवधि के भीतर उत्पादित वस्तुओं और सेवाओं का मूल्य है जो वार्षिक जीडीपी या त्रैमासिक जीडीपी हो सकता है। इसे तीन अलग-अलग तरीकों से मापा जाता है- या तो सभी उत्पादन के मूल्य के रूप में अथवा सभी व्यय के या सभी आय के। तीनों एक ही परिणाम देते हैं क्योंकि जो बेचा जाता है उसका कुल मूल्य उन लोगों की आय का भी प्रतिनिधित्व करता है जो बेचे जाते हैं। जीवीए और जीडीपी के बीच एकमात्र अंतर भुगतान किए गए करों या प्राप्त सब्सिडी का है। आम तौर पर जीडीपी हमेशा जीवीए से अधिक होती है क्योंकि सरकार वास्तविक कर लगाती है जिसका संग्रह सब्सिडी से अधिक होता है।

चालू मूल्य पर जुलाई से सितंबर की अवधि के लिए मापी गई जीडीपी 72 लाख करोड़ रुपये रही जो पिछले साल की समान अवधि में 66 लाख करोड़ रुपये थी। इस ओर पिछले वर्ष की समान दो तिमाहियों के लिए जीवीए क्रमशः 64 और 59 लाख करोड़ था। इस तिमाही दर पर चालू कीमतों पर वार्षिक जीडीपी चालू वित्त वर्ष के दौरान 300 लाख करोड़ तक पहुंचने की संभावना है। यह दस साल पहले 2012 की तुलना में तीन गुना या 200 प्रतिशत अधिक होगा।जीडीपी और जीवीए के लिए बढ़ती कीमतों के असर को हटाकर इन्हीं आंकड़ों की जांच करने की जरूरत है। ऐसे में जब पिछले चार साल से मुद्रास्फीति औसतन पांच प्रतिशत के करीब है, मौजूदा कीमतों पर मापा जाने वाला जीडीपी या जीवीए में वृद्धि %वास्तविक' तस्वीर नहीं है क्योंकि इसमें %बढ़ा-चढ़ाकर' बताया जाना वाला घटक भी है। मुद्रास्फीति के प्रभाव को हटा दें तो दूसरी तिमाही के दौरान जीडीपी की वास्तविक वृद्धि दर 7.6 प्रतिशत रही जो पिछले साल की 6.2 फीसदी से ज्यादा है। यह काफी प्रसन्नता की बात है।अगर हम इस साल की दोनों तिमाहियों यानी अप्रैल से सितंबर की अवधि को एक साथ जोड़ लेते हैं तो जीडीपी में वास्तविक रूप से 7.7 प्रश की वृद्धि हुई है। इस दर से पूरे वर्ष के लिए जीडीपी वृद्धि निश्चित रूप से 7 प्रति सैकड़ा को पार कर जाएगी और भारत को दुनिया की सबसे तेजी से बढ़ती बड़ी अर्थव्यवस्थाओं में से एक बना देगी। युद्ध, मुद्रास्फीति, आपूर्ति श्रृंखला में व्यवधान, जियो पोलिटिकल तनाव और अनिश्चितता के कारण उथल-पुथल के कठिन समय में जीडीपी वृद्धि प्राप्त करना एक बहुत ही शानदार उपलब्धि है।इसलिए हमें तीन चीजों को जांच करने की जरूरत है। सबसे पहले तो इस सकल घरेलू उत्पाद की वृद्धि को कौन से घटक प्रेरित कर रहे हैं। दूसरा, क्या यह मध्यम से लंबी अवधि में टिकाऊ है और तीसरा, सकल घरेलू उत्पाद की वृद्धि के लाभ लोगों के विभिन्न वर्गों, उनकी आजीविका, आय और रोजगार के संदर्भ में लाभ के रूप में क्या बदलाव आ रहे हैं।पहले सवाल का जवाब यह है कि उपभोक्ता खर्च की तुलना में सरकार का खर्च और निवेश खर्च बहुत तेजी से बढ़ा है। ध्यान रखें कि सरकारी खर्च 10 प्रश और निवेश खर्च (जिसे पूंजी निर्माण भी कहा जाता है) 30 फीसदी बढ़ा है। बाकी का खर्च उपभोग खर्च है जो खर्च का सबसे बड़ा हिस्सा है। वर्तमान में शुद्ध निर्यात मुश्किल से 1 या 1.5 प्रतिशत है। गत वर्ष की तुलना में जुलाई से सितंबर की नवीनतम तिमाही के दौरान सरकारी खर्च 19 फीसदी की दर से बढ़ा। इस तिमाही में यह 7 लाख करोड़ रहा जबकि पिछले साल की समान अवधि में यह 5.9 लाख करोड़ था। इसी तरह, निवेश खर्च पिछले साल की तुलना में 13 प्रति सैकड़ा बढ़कर 21.5 लाख करोड़ हो गया जो पिछले साल 19.1 लाख करोड़ था। स्पष्ट रूप से ये दोनों एक शानदार गति से विकास दर को चला रहे हैं। दूसरी ओर, उपभोक्ता खर्च पिछले साल की तुलना में इस तिमाही में सिर्फ 8 प्रति सैकड़ा बढ़ा। ये सभी नाममात्र के आंकड़े हैं जिन्हें मुद्रास्फीति और बढ़ती कीमतों के प्रभाव के लिए समायोजित नहीं किया गया है।यदि आप मुद्रास्फीति के लिए सही आंकलन करते हैं तो उपभोक्ता खर्च केवल 3 प्रतिशत के आसपास बढ़ रहा है और यह सकल घरेलू उत्पाद का 60 प्रतिशत बनाता है। यदि मध्यम अवधि में वास्तविक जीडीपी वृद्धि की गति को 7 फीसदी बनाए रखना है तो उपभोक्ता खर्च घटक को 6 या 7 प्रतिशत के करीब बढ़ना होगा। इसका मतलब है कि जुलाई से सितंबर की नवीनतम तिमाही के दौरान यह (वास्तविक रूप में) जिस दर से बढ़ी है, उसे दोगुना करना। यदि रोजगार, मजदूरी और खुदरा ऋणों में अनुरूप वृद्धि होती है तो उपभोक्ता खर्च की गति को बनाए रखा जा सकता है।

खुदरा ऋणों में आवास ऋण शामिल हैं जो विकास में महत्वपूर्ण सहयोगी हो सकते हैं। उच्च मुद्रास्फीति उपभोक्ता भावना पर प्रतिकूल प्रभाव डाल सकती है क्योंकि लोग विवेकाधीन वस्तुओं पर खर्च में कटौती करते हैं। निवेश खर्च बढ़ रहा है जो एक बहुत अच्छा संकेत है। इसमें निजी पूंजीगत खर्च का एक बढ़ता हुआ घटक होना चाहिए और इसे केवल बुनियादी ढांचे पर सरकारी खर्च पर निर्भर नहीं होना चाहिए। राजकोषीय प्रोत्साहन प्रदान करने वाली सरकार घाटे की स्थिति से बाधित है इसलिए इसे नियंत्रित करने की जरूरत होगी। छमाही आधार पर वर्तमान कीमतों पर जीडीपी का सरकारी घटक 9 प्रतिशत बढ़ा जो उपभोक्ता खर्च घटक की तुलना में थोड़ा अधिक है। फिर भी, हम 2024 के राष्ट्रीय चुनावों के करीब आ रहे हैं इसलिए इस वित्तीय वर्ष के दौरान सरकार के पूंजीगत व्यय को बढ़ावा देने की संभावना है जो जीडीपी विकास को अतिरिक्त ताकत प्रदान करेगा।यह उपभोक्ता और निवेश खर्च में वृद्धि की निरंतरता पर निर्भर करता है कि मध्यम से दीर्घावधि में 7 या 7.5 प्रतिशत की वृद्धि दर बनी रह सकती है या नहीं। भारत बड़े निवेश प्रवाह को आकर्षित कर रहा है तथा कई क्षेत्रों में बहुत सकारात्मक विकास दृष्टिकोण है। इसलिए विकास को बनाए रखने के लिए केवल मूल्य व नीतिगत स्थिरता और राजकोषीय विवेक की आवश्यकता होती है।

जहां तक तीसरे सवाल की बात है कि विकास के लाभ समाज के विभिन्न वर्गों तक कैसे पहुंच रहे हैं, हमें सर्वेक्षणों के माध्यम से अधिक सूक्ष्म आर्थिक आंकड़ों की आवश्यकता होगी। आवधिक श्रम बल सर्वेक्षण (पीएलएफएस) पुरुषों और महिलाओं दोनों द्वारा बढ़ती रोजगार संख्या और उच्च श्रम बल भागीदारी दर का संकेत दे रहा है। वास्तविक मजदूरी दरों में वृद्धि की पुष्टि करने की आवश्यकता है।चूंकि उपभोक्ता खर्च में वृद्धि की वर्तमान दर कम है, तो इसका अर्थ है कि भले ही मजदूरी बढ़ रही हो किन्तु श्रमिकों की आय पर्याप्त तेजी से नहीं बढ़ रही है। आरबीआई उपभोक्ता भावना सर्वेक्षण भी एक उपयोगी गाइड है। यहां भी मुद्रास्फीति की उम्मीद कम होने से उपभोक्ताओं का भरोसा बढ़ाने में मदद मिलेगी। आम तौर पर उच्च आय वाले परिवारों में बचत का अनुपात बहुत अधिक होता है इसलिए उपभोक्ता खर्च में निरंतर वृद्धि के लिए सभी आय श्रेणियों में विकास के लाभ की आवश्यकता होती है। यह कुछ ऐसा मुद्दा है जिसे हमें देखने की जरूरत है। अर्थव्यवस्था के बारे में आ रहे समाचार बेहतर हो रहे हैं और यह जरूरी है कि आर्थिक नीति यह सुनिश्चित करे कि विकास प्रक्रिया वास्तव में समावेशी हो।

संपादकीय

स्वस्थ परंपरा नहीं

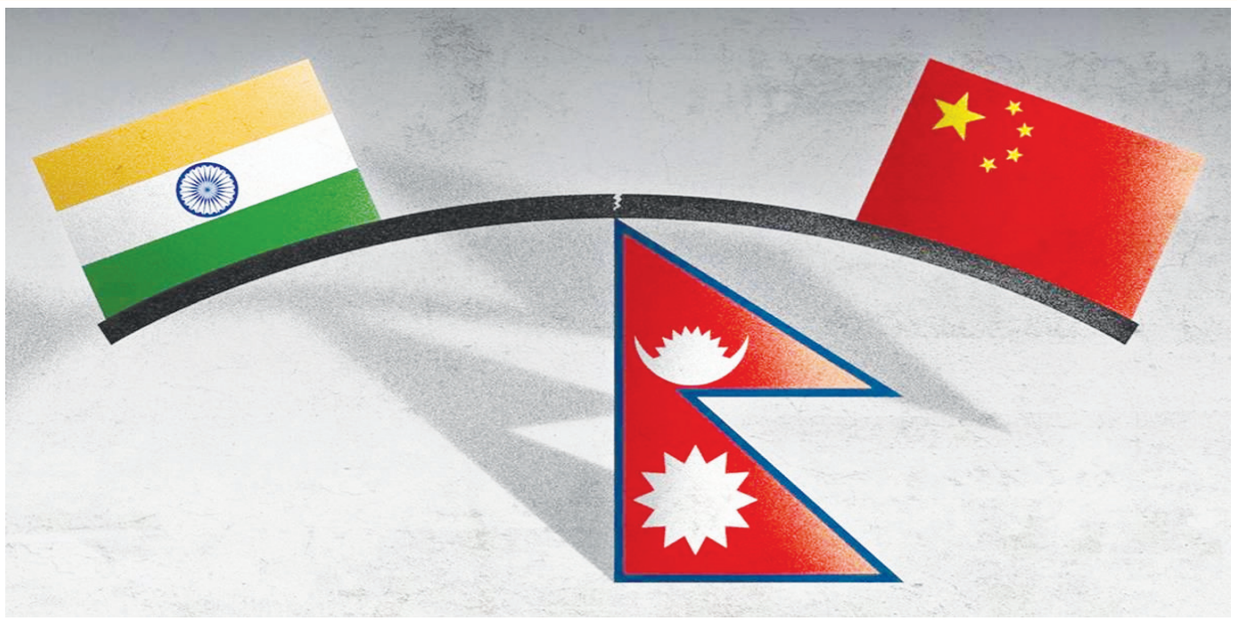
इसमें दो राय नहीं कि संसद पर दो दशक पहले हुए हमले वाले ही दिन दुबारा सूरक्षा चूक का जो मामला सामने आया, उस पर सांसदों की तल्ख प्रतिक्रिया स्वाभाविक ही थी। मगर घटना के विरोध में भारी हंगामा भी टाला जाना चाहिए था। निस्संदेह, जनप्रतिनिधि किसी भी समाज के नायक होते हैं और उनके व्यवहार का सीधा प्रभाव समर्थकों व नागरिकों पर भी होता है। वहीं दूसरी ओर 15 विपक्षी सांसदों का शीतकालीन सत्र के लिये निलंबन भी अप्रिय घटनाक्रम ही कहा जाएगा। यह भी हकीकत है कि विपक्ष ने भी सूरक्षा चूक मामले को सरकार को घेरने के एक अवसर के रूप में देखा। यह विडंबना ही कही जाएगी कि हाल के दिनों में संसद के दोनों सदनों में जहां विपक्षी सांसदों में खासी तल्खी देखी जाती है, वहीं सत्तापक्ष द्वारा भी उसी अंदाज में प्रतिकार होता है। निस्संदेह, इस तरह का व्यवहार स्वस्थ लोकतंत्र के हित में कदापि नहीं कहा जा सकता। सत्ता पक्ष हो या विपक्ष, दोनों ही जनहित के सरोकारों को लेकर प्रतिबद्ध होते हैं। सत्ता पक्ष का दायित्व जहां आर्थिक विकास व नियोजन का क्रियान्वयन करना होता है, वहीं विपक्ष का दायित्व सत्ता पक्ष के निरंकुश व्यवहार पर अंकुश लगाना होता है। दोनों जनहित में प्रयासरत रहते हैं तो ऐसे में तल्खी, अप्रिय वाद-विवाद तथा निलंबन आदि का औचित्य क्या है? दोनों पक्षों को दुराग्रह से मुक्त होकर सुचारु रूप से सदन चलाना चाहिए। जाहिर बात है कि लोकसभा में विपक्ष के चौदह और राज्यसभा में तृणमूल कांग्रेस के सांसद डेरेक ओ ब्रायन के निलंबन को टालने का प्रयास करना चाहिए था। अतीत में भी सदन में गर्मागर्मी व तीखी बहसें होती रही हैं लेकिन सत्ता पक्ष अप्रिय टकराव टालने के प्रयास करता रहा है। निस्संदेह, माननीयों के व्यवहार में शालीनता, गरिमा व धैर्य जैसे मानवीय भाव दृष्टिगोचर होने चाहिए। जिससे देश की जनता व विदेश में भारत की स्वस्थ लोकतांत्रिक परंपराओं का संदेश जाए।

दरअसल, सूरक्षा चूक के मामले में विपक्ष गृहमंत्री के बयान देने की मांग पर अड़ा था। साथ ही मांग थी कि भाजपा के उस सांसद पर भी कार्रवाई हो, जिसकी अनुशंसा पर आरोपियों को संसद की दर्शक दीर्घा में प्रवेश मिला। बहुत संभव है देर-सवेर सरकार के किसी जिम्मेदार मंत्री द्वारा विपक्ष की मांग पर बयान दिया जाता। वहीं दूसरी ओर उत्तेजित हुए विपक्षी सांसदों को भी जरूरी संयम का परिचय देना चाहिए था। लेकिन आम चुनाव की ओर बढ़ते देश में लोकसभा के आखिरी सत्र में राजनीतिक प्रतिक्रिया के निहितार्थ समझना भी कठिन नहीं है। निस्संदेह, संसद की सुरक्षा एक संवेदनशील मुद्दा है और बाईस साल पहले हुए हमले में हमने बड़ी कीमत चुकायी थी। विश्वास था कि उस घटना से सबक लेकर हमने सुरक्षा की चाकचौबंद व्यवस्था की होगी।

लेकिन येन-केन-प्रकारेण दो युवक संसद की सुरक्षा व्यवस्था को भेदने में कामयाब हुए। जाहिर है कि देश की संसद की सुरक्षा में खामी रहने से उपजे घटनाक्रम का देश के जनमानस के मनोबल पर प्रतिकूल असर पड़ता है। ऐसे में विपक्ष का सुरक्षा चूक मामले में जवाब मांगना तो बनता ही था। लेकिन इस मामले में सुरक्षा व जांच एजेंसियों की पड़ताल के लिये भी समय दिया जाना चाहिए। निस्संदेह, यह सरकार के सुरक्षा प्रबंधों की विश्वसनीयता का प्रश्न भी है। इस मामले में विपक्ष से भी जवाबदेह व संवेदनशील व्यवहार की उम्मीद की ही जाती है।

इसके बावजूद सतारूढ़ पक्ष द्वारा विपक्षी सांसदों के निलंबन की कार्रवाई को सिर्फ अपवाद स्वरूप ही करना चाहिए। तभी अच्छा संदेश जाएगा कि दुनिया के सबसे बड़े लोकतंत्र में सत्ता पक्ष एक परिपक्व व्यवहार का परिचय देता है। बहरहाल, सूरक्षा चूक का मामला कई सबक देकर गया है। सांसदों को दर्शक दीर्घा जाने वाले लोगों को पर्याप्त जांच-पड़ताल के बाद पास देना होगा। निस्संदेह, इस घटनाक्रम ने उन आम लोगों के लिये मुश्किल खड़ी कर दी है जो लोकतंत्र के इस सबसे बड़े मंदिर में कार्यवाही देखने की आकांक्षा रखते हैं। अब उन्हें बेहद कड़ी, जटिल और कई परतों वाली जांच व सुरक्षा से गुजरते हुए दर्शक दीर्घा तक पहुंचने का अवसर मुश्किल से मिल पाएगा।

नेपाल के साथ व्यापार संबंधों में भारत की ढिलाई से चीन को फायदा



भारत-बांग्लादेश द्विपक्षीय विकास परियोजनाओं के लिए भारतीय सामग्री-खरीद आवश्यकताओं को 75 फीसदी पर रखा गया था। यहां तक कि बांग्लादेशी अधिकारियों ने कम से कम 50 फीसदी की कटौती की मांग की थी। इसे अब दिल्ली द्वारा आधिकारिक तौर पर मंजूरी दे दी गई है, जिससे बांग्लादेश सरकार, विभिन्न ठेकेदारों और आपूर्तिकर्ताओं को बड़ी राहत मिली है।

नेपाल चाहता है कि भारत द्विपक्षीय सड़क विकास परियोजनाओं में सहायता प्राप्तकर्ता देश के रूप में 50 फीसदी भारतीय वस्तुओं के अनिवार्य उपयोग/खरीद की सीमा को घटाकर 30 फीसदी कर दे। नेपाल सरकार (जीओएन) के अधिकारियों ने कुछ महीने पहले यह मांग उठाई थी, लेकिन भारत ने अभी तक आधिकारिक तौर पर प्रतिक्रिया नहीं दी है। चाहे जो हो, नेपाली अनुरोध को कुछ अन्य हालिया घटनाक्रमों के व्यापक संदर्भ में देखा जाना चाहिए।पूर्व हिमालयी साम्राज्य ने पूरी तरह से चीन द्वारा वित्त पोषित होने वाली रणनीतिक रूप से महत्वपूर्ण बिजली आपूर्ति परियोजना को अंतिम रूप दिया है। यह नेपाल के बिजली उत्पादन/आपूर्ति क्षेत्र में पहली चीन-नेपाली द्विपक्षीय परियोजना होगी।इस क्षेत्र में, नेपाल पहले से ही दिल्ली की वित्तीय मदद और विशेषज्ञता के साथ, एक दर्जन बड़े निवेश वाली जलविद्युत उत्पादन परियोजनाओं में भारत के साथ साझेदारी कर रहा है। इनमें से कुछ वर्तमान में निष्पादन के विभिन्न चरणों में हैं।जाहिर तौर पर नेपाल अब ऐसे मामलों में एकल-स्रोत निर्भरता को दूर करने के लिए अन्य देशों को भी शामिल करते हुए अपने बुनियादी ढांचे के विकास को मजबूत करने हेतु अतिरिक्त सहायता का उपयोग करना पसंद करता है।पर्यवेक्षकों का मानना है कि भारत के साथ कभी-कभार होने वाले राजनयिक तनाव और पहली बार एनडीए सरकार के कार्यकाल के दौरान 2015 में नेपाल द्वारा झेली गई दुर्भाग्यपूर्ण आर्थिक नाकेबंदी के दौरान इसके कड़वे अनुभव ने देश के नीति निर्माताओं को अपने क्षेत्रीय राजनयिक विकल्पों का विस्तार करने के लिए प्रेरित किया है। एक मजबूत क्षेत्रीय शक्ति के रूप में, चीन का आर्थिक दबदबा और अन्य दीर्घकालिक लाभों की संभावना इतनी आकर्षक थी कि काठमांडू के वर्तमान सत्ता अभिजात वर्ग द्वारा इसे नजरअंदाज नहीं किया जा सकता था।

चीन की ओर झुकाव को उस नकारात्मक कूटनीतिक कीमत के हिस्से के रूप में देखा जा सकता है जो भारत को गलत सलाह वाली आर्थिक नाकेबंदी के लिए चुकानी पड़ी है। हालांकि अब तक यह कहने का कोई कारण नहीं है कि चीन ने कूटनीतिक दांव में भारत पर बड़ा स्कोर बना लिया है।हाल के वर्षों में बीजिंग से पर्याप्त वित्तीय सहायता प्राप्त करने के बावजूद, नेपाल के लोगों ने अक्सर चीन के राजनीतिक नेतृत्व के साथ-साथ भ्रष्टाचार, स्थानीय कानूनों के उल्लंघन, अंतरराष्ट्रीय सीमा के निकट का क्षेत्र के निकट नेपाली भूमि पर कथित अतिक्रमण के मामलों के लिए विभिन्न परियोजनाओं में काम करने वाली चीनी कंपनियों/एजेंसियों के खिलाफ प्रदर्शन किया है।

सबसे पहले प्रस्तावित बिजली परियोजना को लें। नेपाली मीडिया रिपोर्टों से पता चलता है कि इसके तौर-तरीकों पर अभी भी चर्चा चल रही है, काम पूरा होने में 3 से 4 साल लगेंगे। उत्तर से 5000 मेगावाट तक की आपूर्ति को संभव करने के लिए अंतरराष्ट्रीय सीमा से लगभग 100 किलोमीटर लंबी ट्रांसमिशन लाइनें बिछाई जायेंगी, 16 किलोमीटर नेपाल के भीतर और बाकी चीन से होकर। इसे जिरोंग-केरुंग-रसुगावाधी-चिलाइम 220 केवी ट्रांसमिशन योजना कहा जाता है। चीन यह धनराशि एकमुश्त अनुदान के रूप में प्रदान करेगा।

नेपाली प्रधानमंत्री पी.के. दहल की चीन यात्रा के बाद, इस वर्ष सितंबर में परियोजना के पहले संक्षिप्त विवरण को रेखांकित करने वाला एक संयुक्त द्विपक्षीय बयान जारी किया गया था। नेपाल में चिलीम हब में एक सबस्टेशन बनाने के लिए कदम उठाये जा रहे हैं, ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि यदि आवश्यक हो, तो बढ़ती नेपाली आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए मामूली पैमाने पर भी तत्काल आपूर्ति शुरू की जा सके।

इस बीच, विस्तृत द्विपक्षीय सड़क/राजमार्ग विकास परियोजनाओं आदि को पूरा करने के लिए आवश्यक कम से कम 50 फीसदी भारतीय-स्रोत वाली वस्तुओं की अनिवार्य खरीद को कम करने के लिए नेपाल के भारत से अनुरोध, इस साल की शुरुआत में आधिकारिक वार्ता के बाद दिल्ली ने बांग्लादेश के लिए हाल ही में रियायत की अनुमति दी थी। भारत-बांग्लादेश द्विपक्षीय विकास परियोजनाओं के लिए भारतीय सामग्री-खरीद आवश्यकताओं को 75 फीसदी पर रखा गया था। यहां तक कि बांग्लादेशी अधिकारियों ने कम से कम 50 फीसदी की कटौती की मांग की थी। इसे अब दिल्ली द्वारा आधिकारिक तौर पर मंजूरी दे दी गई है, जिससे बांग्लादेश सरकार, विभिन्न ठेकेदारों और आपूर्तिकर्ताओं को बड़ी राहत मिली है। भारत ने अगले कुछ वर्षों में बांग्लादेश में संयुक्त रूप से क्रियान्वित की जाने वाली ऐसी परियोजनाओं में लगभग 1 अरब डॉलर का निवेश करने की प्रतिबद्धता जताई है।जहां तक नेपाल का सवाल है, भारत से इसी तरह की राहत की मांग करने वाले शुरुआती अनुरोध 2014 से किये गये थे और अंततः भारतीय सामग्री खरीद आवश्यकताओं को 75 से घटाकर 50 फीसदी कर दिया गया था।

अब जब भारत राजमार्ग/सड़क संबंधी विकास परियोजनाओं में शामिल हो गया है, जिनका कार्यान्वयन मध्यम अवधि से आगे बढ़ जायेगा, जिसमें कम से कम 1.65 अरब डॉलर का खर्च आयेगा, तो नेपाल में यह सुनिश्चित करने का दबाव बढ़ रहा है कि प्रक्रियात्मक और अन्य देरी को न्यूनतम रखा जाये।वैसे भी, बार-बार आने वाले भूकंप, भूस्खलन और मानव नियंत्रण से परे अन्य प्राकृतिक आपदाओं के कारण, नेपाल को अधिकांश बुनियादी ढांचा-संबंधित विकास परियोजनाओं में बड़ी लागत वृद्धि से निपटना पड़ता है। भूकंपीय दृष्टि से संवेदनशील उच्च हिमालयी क्षेत्र अपने आप में किसी भी विकासात्मक गतिविधि के लिए एक बड़ी चुनौती बना हुआ है।कुछ द्विपक्षीय परियोजनाओं में काम पहले ही शुरू हो चुका है, ठेकेदार और संबंधित एजेंसियां मुख्य रूप से खरीदी जाने वाली वस्तुओं की कीमतों के निर्धारण के कारण भारत की ओर से होने वाली असामान्य देरी की शिकायत कर रही हैं। अक्सर शुरू में निर्धारित किये गये लागत बाजार में उतार-चढ़ाव और भारतीय कानूनों में बदलाव के कारण बढ़ जाते हैं और फिर इसे पुनः बातचीत के बाद संशोधित करने की आवश्यकता होती है। इससे नेपाल में चल रहे निर्माण और अन्य कार्यों में लंबी देरी होती है।कुछ मामलों में नेपाल में घरेलू आपूर्तिकर्ताओं/विक्रेताओं से उचित मूल्य पर वस्तुओं की तत्काल खरीद की अनुमति देकर ऐसी समस्याओं का बहुत सरल और समय पर समाधान निकाला जा सकता है। काठमांडू स्थित सूत्रों का सुझाव है कि यह एक बड़ी मदद होगी, अगर भारत नेपाल स्थित परियोजनाओं के लिए घरेलू वस्तुओं की अनिवार्य बिक्री को 50 प्रति शत से घटाकर 30 प्रतिशत करने पर सहमत हो जाये।

मेहंदी से बाल हो गए हैं ड्राई तो आप भी ट्राई कर सकती हैं ये होममेड हेयर मास्क

आमतौर पर लोग सफेद बालों को कलर करने के लिए मेहंदी का इस्तेमाल करते हैं। मेहंदी के इस्तेमाल से बालों को अच्छा कलर तो मिल जाता है और कुछ दिनों के लिए बालों के सफेद दिखने की समस्या भी कम हो जाती है। लेकिन कई बार मेहंदी लगाने के बाद बाल ड्राई होने लगते हैं और ड्राई बाल मुख्य रूप से हेयर फॉल का कारण भी बनते हैं। अक्सर मेहंदी अप्लाई करते समय हम कुछ गलतियां करते हैं जिसकी वजह से बाल ज्यादा ड्राई हो जाते हैं। जैसे मेहंदी से पहले बालों में तेल न लगाना और रूखे बालों में ही मेहंदी लगाना।

जब हम रूखे बालों में ही मेहंदी का इस्तेमाल करने लगते हैं तो मेहंदी लगाने के बाद बाल और ज्यादा रूखे और बेजान हो जाते हैं। अगर आपके बाल भी मेहंदी के बाद ज्यादा ड्राई हो जाते हैं तो आप इनकी ड्राइनेस कम करने के लिए बालों में कुछ होममेड हेयर मास्क अप्लाई कर सकती हैं। ये हेयर मास्क वैसे तो पूरे तरह से प्राकृतिक हैं और इनका बालों में कोई भी साइड इफेक्ट नहीं है लेकिन बालों में ये हेयर मास्क अप्लाई करने से पहले आप विशेषज्ञ की सलाह जरूर लें क्योंकि सभी के बालों का प्रकार अलग होता है और किसी भी सामग्री का असर आपके बालों पर अलग तरीके से हो सकता है।

बालों में मेहंदी लगाने के बाद इन बातों का रखें ध्यान

यदि आप बालों में मेहंदी अप्लाई करती हैं तो आपको सबसे ज्यादा ध्यान में रखने वाली बात ये है कि मेहंदी लगाने से पहले किसी भी ऑयल जैसे जैतून या नारियल के तेल का इस्तेमाल करें।

ब्राउन शुगर और ऑलिव ऑयल हेयर मास्क

ब्राउन शुगर बालों के लिए एक बेहतरीन एक्सफोलिएंट है जो आपके स्कैल्प से उन मृत त्वचा कोशिकाओं और किसी भी बचे हुए अवशेष के निर्माण से छुटकारा पाने में मदद करता है। वहीं जैतून का तेल हमेशा सूखे बालों के इलाज के लिए प्राकृतिक कंडीशनर के रूप में उपयोग किया जाता है। यह बालों को नमी प्रदान करके बालों की ड्राइनेस को कम करने में मदद करता है।

आवश्यक सामग्री

शुगर – 2 बड़े चम्मच
जैतून का तेल– 1 बड़ा चम्मच

हेयर मास्क बनाने और इस्तेमाल का तरीका

- एक बाउल में चीनी और तेल को एक साथ मिलाकर हेयर मास्क तैयार करें।
- इस हेयर मास्क को अपने बालों में ऊपर से नीचे तक लगाएं।
- हेयर मास्क को अपने बालों पर 15-20 मिनट के लिए लगा रहने दें।
- बालों को शॉवर कैप से ढककर रखें।
- 15 -20 मिनट के बाद बालों को अच्छी तरह से शैम्पू करें और शैम्पू के बाद बालों में कंडीशनर का इस्तेमाल जरूर करें।

मेहंदी बालों से हटाने के तुरंत बाद शैम्पू न करें बल्कि कम से कम 12 घंटे बाद ही बालों को शैम्पू करें। शैम्पू के बाद आप कंडीशनर का इस्तेमाल जरूर करें, क्योंकि मेहंदी बालों को ड्राई कर सकती है।

बालों में मेहंदी के बाद होममेड हेयर मास्क क्यों जरूरी है

यदि आप मेहंदी से ड्राई हो चुके बालों में होममेड हेयर मास्क अप्लाई करती हैं तो ये 20 मिनट से भी कम समय में आपके बालों को ढेर सारे लाभ प्रदान करने में मदद करता है। हेयर मास्क आपके बालों को मुलायम और हाइड्रेटिंग बनाने के साथ बालों की ग्रोथ को बढ़ावा देने, बालों में चमक जोड़ने और यहां तक कि बालों के झड़ने को कम करने में भी मदद करते हैं। आइए जानें मेहंदी का बालों में इस्तेमाल करने के बाद आप कौन से हेयर मास्क का इस्तेमाल अपने बालों में कर सकते हैं।

नारियल तेल का हेयर मास्क

नारियल तेल बालों की ड्राइनेस को कम करने में मदद करता है और मेहंदी से ड्राई हो चुके बालों को भी शाइन प्रदान करने में मदद करता है।

आवश्यक सामग्री

शहद – 1 बड़ा चम्मच
नारियल तेल – 1 बड़ा चम्मच

बनाने और इस्तेमाल का तरीका

- एक कटोरी में 1 बड़ा चम्मच नारियल का तेल और 1 बड़ा चम्मच शहद डालकर आपस में अच्छी तरह से मिलाएं।
- मिश्रण को एक बर्तन में निकाल लें और इसे गर्म करें ताकि शहद और नारियल का तेल एक दूसरे में अच्छी तरह से मिक्स हो जाए।
- मिश्रण को वापस बाउल में डालें और ठंडा होने दें। फिर, अपने बालों पर ऊपर से नीचे तक मास्क लगाएं और अपने पूरे बालों पर पूरी तरह से अप्लाई करें। यदि आपकी जड़ें आमतौर पर काफी ऑयली हैं, तो केवल मध्य लंबाई से नीचे तक मास्क लगाएं।
- बची हुई नमी को बनाए रखने के लिए शॉवर कैप लगाएं।
- 20 मिनट के बाद अपने बालों को गर्म पानी से धो लें और हमेशा की तरह शैम्पू और कंडीशनर करें।
- अगर आपके बाल मेहंदी लगाने के बाद रूखे हो गए हैं तो आपको बालों की ज्यादा देखभाल करने की जरूरत है। इसके लिए यहां बताए हेयर मास्क अप्लाई करें। लेकिन इन मास्क का इस्तेमाल करने से पहले एक्सपर्ट की सलाह जरूर लें।

वेडिंग गिफ्ट जा रही हैं खरीदने तो इन जरूरी बातों को रखें खास ख्याल

शादियों का सीजन शुरू हो गया है, ऐसे में सिर्फ कपड़े-गहने ही नहीं बल्कि गिफ्ट की भी खरीदारी शुरू हो जाती हैं। खासकर अगर शादी घर के किसी सदस्य की हो तो इस बात को सोचना और भी ज्यादा जरूरी हो जाता है कि आखिर गिफ्ट में दूल्हा और दुल्हन को क्या दिया जाए? बता दें कि इंडियन वेडिंग में महंगे तोहफे देने का रिवाज काफी पुराना है, लेकिन अब समय काफी बदल गया है, ऐसे में बजट के साथ-साथ जरूरत का ख्याल रखना बहुत जरूरी है।

वहीं कुछ लोग वेडिंग गिफ्ट खरीदारी में समय अधिक चला जाता है। दरअसल, ऐसा इसलिए होता है क्योंकि लोग गिफ्ट को लेकर काफी कंफ्यूजन रहते हैं, ऐसे में हम पहले डिसाइड कर लें, तो पैसे और समय दोनों को बचाया जा सकता है। इसलिए वेडिंग गिफ्ट की खरीदारी करते वक्त कुछ बातों का ख्याल रखना बहुत जरूरी है।

वेडिंग गिफ्ट सेलेक्शन

वेडिंग गिफ्ट में क्या दें, यह सबसे बड़ा सवाल होता है। आप इसे बारे में दूल्हा या फिर दुल्हन से सवाल भी नहीं कर सकते हैं। इसके अलावा दूसरों से पूछने पर वो अलग से आपको आइडिया दे सकते हैं। इस तरह कंफ्यूजन काफी बढ़ जाता है, इसलिए बेहतर है कि आप खुद तय करें कि शादी के बाद दूल्हा और दुल्हन को किन चीजों को जरूरत अधिक पड़ती है। उसे ध्यान में रखते हुए गिफ्ट की खरीदारी करें। इसके अलावा गिफ्ट इस उम्मीद से ना दें, आपको वापस मिल सकता है। गिफ्ट अच्छा और जरूरत को ध्यान में रखकर दें।

कैश रजिस्टरी का ऑप्शन चुने

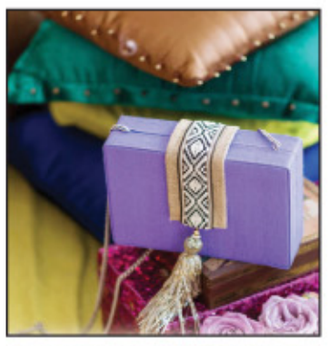
वेडिंग गिफ्ट के तौर पर कैश रजिस्ट्री का ऑप्शन चुन सकती हैं। वेडिंग गिफ्ट की खरीदारी से पहले आप चाहें तो कैश रजिस्ट्री का ऑप्शन चुन सकती हैं। दरअसल, आज कल डेस्टिनेशन का ट्रेंड चल पड़ा है। ऐसे में साथ में गिफ्ट ले जाना काफी ओल्ड फैशन हो सकता है। आप चाहें तो कैश रजिस्ट्री का ऑप्शन चुन सकती हैं। कैश रजिस्ट्री कराने से न्यूली मैरिड कपल अपनी पसंद और जरूरत के अनुसार चीजें खरीद सकती हैं। वहीं कपल भी चाहें तो इस कैश को आने वाले समय के लिए सेव भी कर सकते हैं।

खरीदारी से पहले बजट सेट करें

वेडिंग गिफ्ट की खरीदारी से पहले बजट तय कर लें। दरअसल, कई बार मार्केट में खरीदने कुछ जाते हैं और खरीदकर कुछ लाते हैं। मार्केट में चीजें की तरह-तरह होती हैं, जिसे लेकर कंफ्यूजन काफी होता है। अगर आप बजट सेट करने से आप कंफ्यूज नहीं होंगे और उतनी ही कीमत में आप गिफ्ट खरीदकर लाएंगे। इस तरह आप फिजूलखर्ची से भी बच सकती हैं।

ऑफलाइन और ऑनलाइन चेक करें

कई बार हम वेडिंग गिफ्ट की खरीदारी आखिरी समय में करते हैं, ऐसे में आप चाहे तो ऑफलाइन और ऑनलाइन दोनों का ऑप्शन चुन सकती हैं। दरअसल, घर की शादी में काफी तैयारी करनी पड़ती है।



ऑफलाइन खरीदारी में काफी समय चला जाता है, ऐसे में आप समय को बचाना चाहती हैं तो ऑनलाइन खरीद सकती हैं। वहीं अगर आप ने तय कर लिया कि आपको दूल्हा और दुल्हन को गिफ्ट में क्या देने वाली हैं तो उसे ऑनलाइन पहले चेक कर लें। इसके बाद समय है तो ऑफलाइन खरीदारी कर सकती हैं।

क्वालिटी जरूर करें चेक

अक्सर ऐसा देखा होगा कि लोग शादी के गिफ्ट के तौर पर एक नहीं कई चीजें देते हैं। हालांकि, जब बाद में उसे चेक करें तो कई चीजें खराब या फिर इस्तेमाल के योग्य नहीं होती। इससे छवि खराब होती है, इसलिए एक साथ कई सारी चीजें तोहफे में देने के बजाय एक ही चीज सेलेक्ट और उसे गिफ्ट करें। कोशिश करें कि खरीदारी करते वक्त वेडिंग गिफ्ट को अच्छी तरह चेक कर लें। उसकी क्वालिटी अच्छी होनी चाहिए।

शादियों का सीजन चल रहा है और जिनकी शादी होने वाली है, उन्होंने अभी से इसकी तैयारियां भी शुरू कर दी हैं। शादी की तैयारियां केवल शॉपिंग पर खत्म नहीं होती हैं, बल्कि जल्द न्यूली वेड कपल बनने की तैयारी कर रहे जोड़े अपने रूम को सजाने और संवारने के बारे में भी बातें करते हैं।

ऐसा होना चाहिए न्यूली वेड कपल का बेडरूम

दुल्हन का आगमन हजारों खुशियां लेकर आता है। हिंदू धर्म में तो दुल्हन को देवी लक्ष्मी का स्वरूप माना गया है। ऐसे में देवी लक्ष्मी का गृह प्रवेश परिवार में सुख और समृद्धि लेकर आए, इसके लिए घर में जुड़ने वाली नई सदस्या का खुश रहना बहुत जरूरी है। किसी को भी सबसे ज्यादा सुकून उसके अपने कमरे में मिलता है, इसलिए न्यूली वेड कपल का कमरा सेट करते वक्त कुछ बातों का विशेष ध्यान रखना चाहिए। खासतौर पर वास्तु के हिसाब से न्यूली वेड कपल का कमरा कैसा होना चाहिए, इस परएस्ट्रोलॉजर एवं वास्तु एक्सपर्ट कहती हैं, 'न्यूली वेड कपल के कमरे की दिशा, रंग और उसमें रखे सामान का वास्तु के हिसाब से होना बहुत जरूरी है। इससे उनका रिश्ता बेहतर बनता है और परिवार के लिए भी सब कुछ शुभ होता है।'

बेडरूम की दिशा

वास्तु एक साइंस है और 'वे ऑफ आर्किटेक्चर' है। इसमें दिशाओं का विशेष महत्व होता है।' इसलिए वास्तु के हिसाब से न्यूली वेड कपल का कमरा साउथ-ईस्ट दिशा में होना चाहिए और घर की सबसे ऊपर वाली मंजिल में होना चाहिए। हालांकि, कई बार वास्तु के हिसाब से न्यूली वेड कपल का कमरा सही दिशा में नहीं होता है। ऐसे में वास्तु दोष को दूर करने के लिए कमरे में बेड की सेटिंग इस तरह होनी चाहिए कि दुल्हन का सिर साउथ में और पैर नॉर्थ में हो। इस दौरान ध्यान रखें कि पैर एकदम दरवाजे के सामने नहीं होने चाहिए। अगर इस दिशा में सोने की व्यवस्था नहीं हो पा रही हैं तो ईस्ट की ओर सिर किया जा सकता है। लेकिन जब भी आपको कंसीव करना हो तो अपने सोने की जगह को बदल लें।

बेड कैसा होना चाहिए

सोशल डेकोरेशन को भूल कर आपको लकड़ी का ही बेड अपने लिए चुनना चाहिए।' मेटल में कोल्ड एनर्जी होती होती है और वुड में वॉर्म एनर्जी होती है। न्यूली वेड कपल्स को वॉर्म एनर्जी की जरूरत होती है।' इसके साथ ही, इस बात का ध्यान रखें कि बेड में अगर बॉक्स भी है तो उसमें कोई भी कबाड़ न रखें और न ही कोई धारदार चीज रखें। यहां तक की बेड पर पड़ा गद्दा भी सिंगल होना चाहिए।

कैसा होना चाहिए कमरे में शीशा

शीशा आपका प्रतिबिंब बनाता है। किसी भी चीज को डबल करना और एनर्जी को फैलाना शीशे की प्रॉपर्टी होती है। इसलिए शीशे का सही दिशा में होना जरूरी है। सोते वक्त शीशे में आप नजर न आएं इसके लिए हमेशा शीशा बेड के बगल में होना चाहिए।

कमरे का डेकोरेशन कैसा होना चाहिए

कमरे के डेकोरेशन में सबसे ज्यादा लोग फोटो फ्रेम्स का इस्तेमाल करते हैं। न्यूली वेड कपल्स को भी अपने कमरे में हमेशा ऐसी तस्वीरें लगानी चाहिए, जो उन्हें खुशी दें। भगवान की तस्वीर कभी न लगाए, सोलो व्यक्ति की तस्वीर न लगाएं और जंगली जानवरों की तस्वीरें भी न लगाएं। कपल अपनी भी तस्वीर लगा सकते हैं।

कमरे का रंग कैसा होना चाहिए

अपना फेवरेट कलर ही कमरे की दीवारों पर कराएं। हो सके तो कमरे में कहीं न कहीं लाल रंग का इस्तेमाल जरूर करें। क्योंकि यह रंग एनर्जी को बढ़ाता है और कपल के बीच के प्रेम संबंधों को मधुर बनाता है। ज्यादा लाल रंग न इस्तेमाल करें क्योंकि इससे कंसीव करने में दिक्कत आती है और लड़ाई झगड़े भी होते हैं।

घर पर बनाएं मूंग दाल डोसा

साउथ इंडियन खाने का अपना अलग ही मजा है। स्वादिष्ट होने के साथ-साथ दक्षिण भारतीय व्यंजन हेल्दी भी हो सकते हैं, क्योंकि उनमें तेल की मात्रा कम से कम होती है। इडली, डोसा, सांभर, रसम, वड़ा, अप्पम, लेमन राइस जैसे अन्य कई व्यंजनों को देखकर आपके मुंह भी पानी आता होगा? दूसरी सबसे अच्छी बात यह है कि आप इनका आनंद सुबह नाश्ते, ब्रंच, लंच, स्नैक्स और डिनर में भी ले सकते हैं।

आज हर शहर में आप साउथ इंडियन फूड का आनंद ले सकते हैं। इतना ही नहीं, घर पर भी इन्हें बनाया जा सकता है। अब बात करें डोसा की, तो आज हम आपके लिए डोसा की रेसिपी लेकर आए हैं, लेकिन यह आम डोसा नहीं, बल्कि मूंग दाल से बनने वाला डोसा है। इसे आप केवल दो मिनट में बना भी सकते हैं।

बनाने का तरीका

- मूंग दाल का डोसा बनाने के लिए पहले जरूरी सामग्री को इकट्ठा कर लें। मूंग दाल को कुछ देर पहले भीगोकर रखें। उसके बाद एक मिक्सी में भीगी हुई मूंग दाल, थोड़ा-सा पानी, अदरक और हरी मिर्च डालकर ग्राइंड कर लें।
- जब बैटर तैयार हो जाए तो उसे एक भगोने में निकाल कर रख लें। अब तैयार बैटर में स्वादानुसार नमक और दो चम्मच चावल का आटा डालकर अच्छी तरह से मिक्स कर लें।
- अब एक तवा गर्म करें और उस पर यह बैटर फैला लें। थोड़ी देर सेकने के बाद बैटर के ऊपर हल्का-सा तेल डालें और फिर आलू का मसाला डालने की बजाय उसमें बारीक कटा प्याज, टमाटर और धनिया डालें।
- इसे कुछ सेकंड सेकने के बाद डोसा फोल्ड करें और एक प्लेट पर निकाल लें। स्वादिष्ट टमाटर और नारियल की चटनी के साथ मूंग दाल के इस डोसे को सर्व करें।
- घर पर मूंग दाल का डोसा बनाना बेहद आसान है। इसे बनाने में आपको केवल दो मिनट लगेंगे। आइए जानें इसकी आसान रेसिपी

सामग्री

1 कप मूंग दाल
1 इंच अदरक
2 चम्मच चावल का आटा,
1 हरी मिर्च
आधा कप पानी,
स्वादानुसार नमक
1 बारीक कटा प्याज
1 बारीक कटा टमाटर
1 बड़ा चम्मच बारीक कटा हुआ धनिया

विधि

- भीगी हुई मूंग दाल को एक मिक्सी में डालें और उसमें अदरक और हरी मिर्च डालकर ग्राइंड करें।
- बैटर को एक भगोने में निकालें और उसमें चावल का आटा और नमक डालकर अच्छी तरह से मिक्स करें।
- अब एक तवा गर्म करें और उसमें तैयार बैटर फैलाएं। ऊपर से हल्का-सा तेल डालें और कुछ देर सेक लें।
- अब इसमें बारीक कटा हुआ प्याज, टमाटर और धनिया डालें। डोसा को फोल्ड कर एक प्लेट में निकालें और चटनी के साथ सर्व करें।

सिर्फ सेहत ही नहीं, घर चमकाने के काम भी आता है जैतून का तेल

जैतून तेल का इस्तेमाल सेहत और ब्यूटी से जुड़ी परेशानियों को दूर करने के लिए किया जाता है। मगर क्या आप जानते हैं कि यह घर की सफाई में भी मददगार है। जी हां, जैतून के तेल से आप घर की साफ-सफाई भी कर सकते हैं। चलिए आज हम आपको बताते हैं कि किस तरह जैतून के तेल का इस्तेमाल आपके घर की छोटी-छोटी प्रॉब्लम को दूर करता है।

लकड़ी के फर्श को करें साफ

1 चम्मच ऑलिव ऑयल और 1/2 चम्मच व्हाइट विनेगर को मिक्स करके उसे अपनी घर की फर्श को साफ करें। यह आपके फर्श को नए जैसा चमका देगा और इससे फर्श के दाग-धब्बे भी आसानी से साफ हो जाएंगे।

पुराने फर्नीचर को रखें नए जैसा

लकड़ी के फर्नीचर की अलग सही तरीके से देखभाल न की जाए तो वह खराब होने लगते हैं। ऐसे में आप कपड़े पर हल्का-सा जैतून का तेल लगाकर लकड़ी के फर्नीचर को साफ करें। उसके बाद सूखे कपड़े के फर्नीचर साफ करें। इससे आपका पुरानी वुडन फर्नीचर भी नया लगेगा।

बर्तनों को चमकाएं

रसोई में खाना बनाते हुए कई बार बर्तन जल जाते हैं। ऐसे में सबसे पहले उसपर व्हाइट विनेगर और बेकिंग सोडा डालकर बर्तन को साफ करें। फिर उसपर जैतून का तेल और नमक डालकर स्क्रब की मदद से साफ करें। इससे आपका बर्तन बिल्कुल साफ हो जाएगा।

जूट फर्नीचर की सफाई

जूट के फर्नीचर में गंदगी आसानी से नहीं निकलती और उसकी शाइन खोने लगती है। वैक्यून क्लीनर से सफाई करने के बावजूद भी वह अच्छी तरह साफ नहीं होते। ऐसे में आप कपड़े पर जैतून का तेल लगाकर फर्नीचर की सफाई करें। इससे उसकी धूल-मिट्टी भी आसानी से निकल जाएगा और नया भी लगने लगेगा।

घर की पुरानी चीजों से बनाए

क्राफ्ट्स

जब तुम नहीं पढ़ रहे हो तब तुम अपने खाली समय का उपयोग पुरानी चीजों से नई चीजें बनाने में कर सकते हो। ऐसी बहुत सी चीजें घर में होती हैं जो या तो खराब हो जाती हैं या बेकार पड़ी पड़ी खराब होने लगती हैं। ऐसी ही चीजों से आप घर की सजावट के कई प्रकार के सामन बना सकते हो। ऐसा करने से जहां हमें घर की साज–सज्जा का अनुभव होता है वहीं बेकार चीजें काम में आ जाती हैं।

तुम्हें स्कूल में सबसे अच्छा पीरियड कौनसा अच्छा लगता है..शायद आर्ट एंड क्राफ्ट्स का। ईई के खरगोश, चार्ट पेपर पर कलर करके फ्लावर्स, थर्मोकोल से ताजमहल, कार्टन का इस्तेमाल करके छोटा-सा घर और पेपर कटिग करके ग्रीटिग कार्डस जैसी कई चीजें जब तुम अपने हाथों से बनाते हो तो तुम्हें बहुत खुशी मिलती है और तुम अपने दोस्तों को दिखा कर खूब तारीफ बटोरते होगें। जब आर्ट एंड क्राफ्ट्स की परीक्षा आती है तो तुम्हें ज्यादा मजा इसी परीक्षा में आता है। घर में भी तुम क्राफ्ट्स और ड्रॉइंग करना नहीं भूलते। छुट्टी के दिन तो घर की पुरानी चीजें जमा करते हो और अपना दिमाग लगाना शुरूकर देते हो कि किस चीज के इस्तेमाल से क्या नया बना सकते हो। फिर जब कोई बढिया चीज बन जाती है तो अपने घर के शोकेस में सजा देते हो। हर दिन तुम नई चीज बनाने का प्रयास करते हो। कई बार जब हमारे पास ढेर सारी चीजें जमा हो जाती हैं तो हमें समझ नहीं आता कि उनसे क्या नया बनाया जाए। उदाहरण के तौर पर गार्डन से अलग-अलग पेड़ के कुछ झड़े हुए पत्ते लाओ और उस पर डिजाइन बनाओ और अपने कमरे की दीवार पर सजा दो। इससे तुम्हारा रूम काफी सुंदग दिखेगा। इसी तरह तुम पुराने कपड़े का इस्तेमाल करके अपने लिए एप्रन बना सकते हो, कलर पेपर और गम से फन बॉक्स तैयार कर सकते हो, पुरानी बटन, रिबन, स्केच पेन, कार्डबोर्ड से गुडिया बना सकते हो, साथ ही मम्मी के लिए नेकलेस, आकर्षक सनकैचर्स, फोटो फ्रेम्स, बर्ड हाउस जैसी कई चीजें से कुछ नया बना सकते हो।

बाल कहानी

लाल गुब्बारा

गली में गुब्बारेवाला था। नैना ने उसकी आवाज़ सुनी और दौड़ कर बाहर आई। गुब्बारे वाले के हाथ में पाँच गुब्बारे थे। दो लाल, एक पीला, एक हरा और एक गुलाबी। एक गाड़ी भी थी। गाड़ी पर पीली छतरी थी। छतरी बड़ी थी। सबको छाया देती थी। गाड़ी में रंग ''बिरंगे गुब्बारे भरे हुए थे। नैना ने सोचा वह अपनी फ्राक जैसा लाल गुब्बारा लेगी।

मुझे एक गुब्बारा चाहिये। नैना ने कहा।

क्या तुम्हारे पास पैसे हैं? गुब्बारे वाले ने पूछा।

लाल गुब्बारा कितने का है? मैं माँ से पैसे ले कर आती हूँ। नैना ने कहा।

दो रुपए ले कर आना। गुब्बारे वाले ने कहा।

नैना माँ के पास से पैसे लेकर आई। गुब्बारे वाले को पैसे दिये और लाल गुब्बारा खरीदा। गुब्बारा लेकर नैना गली में खेलने लगी। गली में भीड़ नहीं थी। लाल गुब्बारा पतंग की तरह लहरा रहा था। नैना धागे को उँगली पर लपेट लेती तो गुब्बारा उसके पास आ जाता। वह उसको गाल से लगाती तो नरम नरम लगता। रगड़ती तो मज़ेदार आवाज़ करता। वह धागे को छोड़ देती तो लाल गुब्बारा फिर से दूर आसमान में उड़ने लगता। वह दौड़ती तो गुब्बारा भी साथ साथ ऊपर चलता। गली में खेलना नैना को अच्छा लगता था। खेल में बड़ा मज़ा था। नैना देर तक खेलती रही। लाल गुब्बारा उसका दोस्त बन गया। उसने लाल गुब्बारे का नाम 'लालू' रख दिया।

बहुत देर हो गयी नैना, खेलना बंद करो और खाना खा लो। माँ ने भीतर से आवाज़ दी। नैना को भी भूख लग रही थी। आती हूँ माँ, नैना ने जवाब दिया। लेकिन वो लाल गुब्बारे के साथ खाना कैसे खाएगी, नैना ने सोचा। उसने गुब्बारे के धागे को दरवाज़े की कुंडी से बाँध दिया। लालू, मैं खाना खा लूँ तब तक तुम यहीं रहना। बाद में हम दोनों मिल कर फिर खेलेंगे। नैना ने कहा।

शायद नैना ठीक से बाँध नहीं पायी। धागा खुल गया और लाल गुब्बारा आसमान में उड़ गया।

नैना उसको पकड़ने के लिये दौड़ी पर वह ऊपर जा चुका था। नैना धागा नहीं पकड़ पाई। उसकी आँखों में आँसू आ गए। वह रोने लगी। माँ ने कहा, रो मत। कल नया गुब्बारा ले लेना।

क्या तुम जानते हो

निर्जन द्वीप बिशप रॉक को

दोस्तों वैसे तो इस दुनिया में काफी सारी ऐसी चीजें हैं। जिसे इतिहास के पन्नों में दर्ज किया गया है। वहीं कुछ ऐसी चीजें भी हैं। जो आज भी लोगों के लिए जानकारी का सबब बनती हैं। इनमें से ही एक है विशप रॉक द्वीप। यह दुनिया का सबसे छोटा द्वीप है। वैसे तो इस द्वीप पर कोई नहीं रहता, लेकिन इस पर 49 मीटर ऊंचे बने लाइट हाउस की वजह से यह आबाद है और दुनिया भर में अपनी पहचान बनाए हुए है।

इस छोटे–से द्वीप पर बना लाइट हाउस यहां के आकर्षण का केंद्र है। आज हम तुम्हें ऐसे द्वीप के बारे में बता रहे हैं, जिसे गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्डस ने कुछ समय पहले दुनिया भर के द्वीपों में सबसे छोटा द्वीप घोषित किया है। यह है–अटलांटिक महासागर में इंग्लैंड (ब्रिटेन) के दक्षिण–पश्चिम सिरे पर बना बिशप रॉक द्वीप। यह द्वीप ब्रिटेन के आसपास के 1,040 सिसिली द्वीप समूह से करीब 4 मील की दूरी पर स्थित है।

यह 16 मीटर चौड़ा, 46 मीटर लंबा और 45 मीटर गहरा है। इसी वजह से आज इस निर्जन बिशप द्वीप को 'ब्लू रीबैंड' और इस पर बने लाइट हाउस को 'किंग ऑफ द लाइट हाउस' से सम्मानित किया गया है। तुमने अंडेमान–निकोबार, मालदीव्स जैसे द्वीप समूह (आइलैंड) के बारे में सुना होगा। एक ओर तो ये द्वीप समूह चारों तरफ से समुद्र के पानी से घिरे हैं, दूसरी तरफ अपने एरिया के हिसाब से काफी बड़े हैं। वहां का प्राकृतिक वातावरण बहुत सुंदर है और बड़ी तादाद में जन–जीवन भी है।

आज यहां ग्रेनाइट पत्थर से बना जो लाइट हाउस है, उसे 1853 में बनाया गया था। एक सितंबर 1858 को मोमबत्ती और पैराफिन लैंप या लालटेन से पहली बार जलाया गया। पहले वहां तक जाने के लिए नाव या जहाज का इस्तेमाल होता था। इसमें आने वाली मुश्किलों को देखते हुए ट्रिनिटी हाउस ने 1976 में लाइट हाउस के ऊपर एक हैलीपैड बनाया और इसे 1992 में पूरी तरह स्वचालित कर दिया।

स्कूल बैग को कैसे रख सकते है साफ

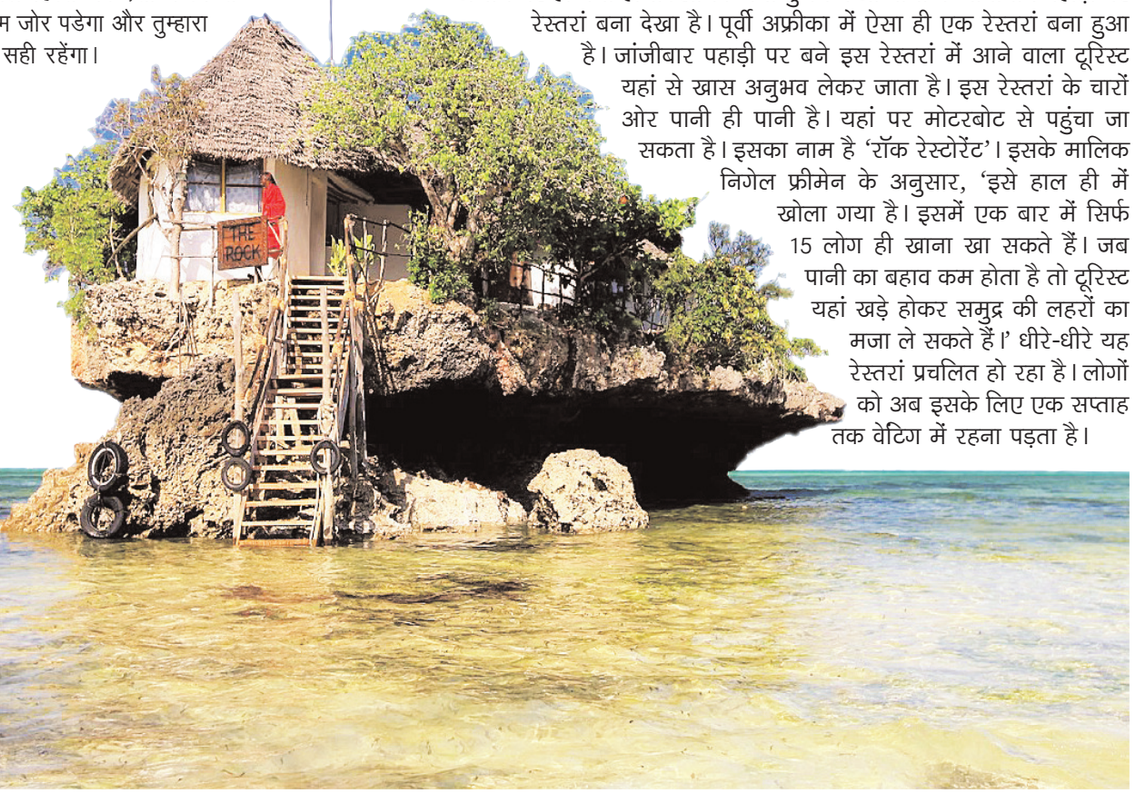
तुम अक्सर अपने दोस्तों से शर्त लगाते होगें कि आज मम्मी ने टिफिन में क्या रखा है। या बैग की किस पॉकेट में चॉकलेट है।मगर क्या तुमने कभी यह शर्त लगाई है कि किसका बैंग सबसे साफ है। आज हम तुम्हें बैंग साफ रखने के कुछ तरीके बता रहे है। जिससे जब कभी तुमसे इस बात पर शर्त लगाए तो तुम जीत सको।

ऐसे रखो बैग को साफ

बैग में जगह के हिसाब से अलग–अलग चीजों के लिए अलग–अलग हिस्सा तय कर लो। जैसे बुक्स हमेशा एक जगह पर रखो, लंच के लिए एक जगह तय कर लो, ताकि हर दिन तुम्हारा समय इस बात को सोचने में बर्बाद ना हो कि कौन–सा सामान कहां रखना चाहिए। अपना बैग इस तरह से व्यवस्थित करो कि भारी चीजें बैग के पिछले हिस्से में हों और हल्की चीजें बैग के आगे वाले हिस्से में। ऐसा करने से पीठ पर कम जोर पडेगा और तुम्हारा पॉस्चर भी सही रहेंगा।

अनोखा है पानी के बीच पहाड़ी पर बना रेस्तरां

दोस्तों तुम अपने पापा-मम्मी के साथ कई बार कहीं घूमने फिरने गए होगे। खाना पीना भी खाया होगा। लेकिन जहां पर भी खाना खाया होगा वह रेस्तरां जमीन पर ही बना होगा। लेनिक क्या तुमने कभी पानी के बीचोंबीच पहाड़ी पर रेस्तरां बना देखा है। पूर्वी अफ्रीका में ऐसा ही एक रेस्तरां बना हुआ है। जांजीबार पहाड़ी पर बने इस रेस्तरां में आने वाला टूरिस्ट यहां से खास अनुभव लेकर जाता है। इस रेस्तरां के चारों ओर पानी ही पानी है। यहां पर मोटरबोट से पहुंचा जा सकता है। इसका नाम है 'रॉक रेस्टोरेंट'। इसके मालिक निगेल फ्रीमेन के अनुसार, 'इसे हाल ही में खोला गया है। इसमें एक बार में सिर्फ 15 लोग ही खाना खा सकते हैं। जब पानी का बहाव कम होता है तो टूरिस्ट यहां खड़े होकर समुद्र की लहरों का मजा ले सकते हैं।' धीरे-धीरे यह रेस्तरां प्रचलित हो रहा है। लोगों को अब इसके लिए एक सप्ताह तक वेटिंग में रहना पड़ता है।



नवंबर 1984 सिखों के कत्लेआम पर केंद्र सरकार चुप क्यों ?

4 नवंबर 2024 को , प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी साहब को , मेमोरेंडम दिया जाएगा !

निवेदक

ALL INDIA SIKH CONFERENCE BABBAR

Sardar Gurcharan Singh Babbar , Jathedar Avtar Singh Punjabi Bagh ,

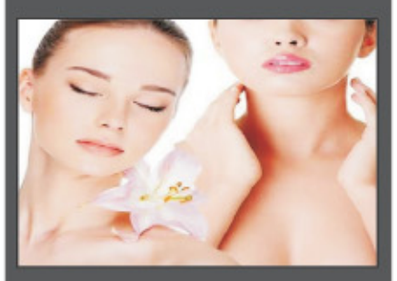
Sardar Dilbag Singh Rohini , Sardar Gopal Singh Mukhi ,

ADDRESS- 5, BAHADUR SHAH ZAFAR MARG , PRESS AREA, ITO NEW DELHI 110002

PHONE: 9971359517 E-mail ID: aiscnov1984@gmail.com

गर्दन की खूबसूरती को बढ़ाने के लिए अपनाएं ये 8 टिप्स

सुन्दर दिखने की चाह हर किसी को होती है। सौन्दर्य में जहां एक ओर चेहरे की सुंदरता का महत्व है, वहीं गर्दन का महत्व भी कम नहीं मना जाता। अगर आपकी सुराहीदार गर्दन हो तो वह आपकी सुंदरता में चार चांद लगा देती है। पर



अगर गर्दन की सफाई समय पर न की जाए तो यह आपकी सुंदरता को कम कर देती है। गर्दन पर उम्र का प्रभाव बहुत जल्दी पडता हैं, जिसके कारण समय से पहले ही झुर्रियां, काली-मैली और स्किन के रंग में फर्क साफ देखाई देने लगता हैं। वहीं दूसरी ओर गर्दन बेडौल हो जाने की समस्या भी उत्पन्न हो जाती है। इसलिए गर्दन की भी उसी प्रकार से देखभाल करनी चाहिए जैसे चेहरे की जाती है।

1. नींबू के बीज निकाल कर कच्चे दूध में डुबो-डुबो कर मैली गर्दन पर रगडें। इससे गर्दन की मैल दूर हो जाएगी।

2. हफ्ते में 2-3 बार पपीते के गूदे से मसाज करने से गर्दन की स्किन पर निखार आता है और साथ ही झुर्रियां भी दूर होती है। 3. अंडे की सफेदी में थोडा सा नीबू का रस मिलाकर अच्छी तरह से फेट लें। इसे गर्दन पर 15 मिनट तक लगा रहने दें। इसके बाद धो लें। यह गर्दन का कालापन दूर करता है।

4. 30-35 साल की महिलाएं गर्दन की झुर्रियों से परेशान हैं, तो उन्हें दूर करने के लिए सबसे आसान तरीका है कि सप्ताह में एक बार अंडे की जर्दी को गर्दन पर लगा लें। सूखने के बाद गुनगुने पानी से धो लें। 5. रात को 10-15 चिरौंजी दूध में भिगो दें। सुबह उसे अच्छी तरह पीसकर लगाने से गर्दन का कालापन दूर होता है। यह प्रयोग सप्ताह में 2 बार करें। 6. गर्दन का कालापन दूर करने के लिए जैतून के तेल की मसाज करें।

7. दो चम्मच उड़द की दाल को गुलाबजल में रात भर के लिए भिगो दें। सुबह उसे पीसकर पेस्ट बना लें। इसे गर्दन पर लगाएं। 10 मिनट बाद ठंडे पानी से साफ कर लें। यह गर्दन की ठीक से सफाई कर देता है।

8. सिर को कभी भी झुका कर बिल्कुल ना रखें।

पार्टी में सबसे अलग दिखें

पार्टियों का मौसम है। ऋतु मस्तानी है। ऐसे में ग्लैमर लुक आपको देगा एक नई पहचान। यहां लैक्मे ब्यूटी एक्सपर्ट कोरि वालिया बता रहे हैं इस सीजन के नए लुक्स।

मौसम के साथ-साथ मेकअप ट्रेंड भी बदल जाता है। नर्म धूप और ठंड में अगर किसी पार्टी में या विशेष मौके पर कहीं जाना हो तो कई बार सोचना पड़ता है, मेकअप कैसा और किस तरह किया जाए कि त्वचा भी सही रहे। तो चलिए सखी के साथ इस सीजन के ग्लैमर लुक ट्राई करिए।

लुक 1

रेड कार्पेट ग्लैम लुक चेहरा

चेहरा साफ पानी से धोकर अपनी स्किन टोन से मेल खाता हुआ सिल्क नैचरल डेली फाउंडेशन लगाएं। गर्दन व चेहरे पर लगाएं। ऊपर से नीचे की दिशा में अच्छी तरह ब्लेंड करें। अपने चीक्स को सॉफ्ट, नैचरल हाइलाइट करने के लिए पीच कलर का प्योर रुजब्लशर लगाएं।

आंखें

पर्पल ओएसिस आई कलर क्वारलेट लें। फिर एप्लीकेटर की सहायता से हलका शेड लैश लाइन से आइब्रो तक लगाएं। उसके बाद एक डार्क शेड लैश लाइन पर लगाकर हलका ब्लेंड करें। अब फिर लोअर लिड पर आई आर्टिस्ट से मोटी लाइन खींचें। आंखों के दोनों कोनों से बाहर निकालते हुए बनाएं। क्रिक स्लिवर ग्लाइड ऑन आई कलर से अपर आइलिड पर फाइनल टच दें।

होंठ

एनरिच मैट लिप कलर शेड 661 से होंठों को सॉफ्ट टच दें।

नाखून

ट्रू वेयर नेल कलर शेड 041 से नाखूनों को आकर्षक बनाएं।

बाल

आउट कर्ल करके सेट करें।

लुक 2

रेड कार्पेट ग्लैम लुक

चेहरा

चेहरा साफ पानी से धोकर अपनी स्किन टोन से मेल खाता हुआ सिल्क नैचरल डेली फाउंडेशन गर्दन व चेहरे पर लगाएं। ऊपर से नीचे की दिशा में अच्छी तरह ब्लेंड करें।

आंखें

आंखों को ग्लैमर और आकर्षक रूप देने के लिए अपनी अपर आइलिड पर टोपाज आइपॉट लगाएं। अच्छी तरह ब्लेंड करें। फिर आई आर्टिस्ट पेन से मोटी गहरी अपर लैश लाइन बनाएं। थोड़ा बाहर की तरफ निकालते हुए बनाएं। अब अपनी अपर और लोअर आइलिड पर पीकॉक ग्रीन ग्लाइड ऑन आइ कलर से लाइन बनाएं। यह लाइन भीतरी कोने से बाहरी कोने तक बाहर की तरफ फैलाते हुए बनाएं।

होंठ

लिप क्रोम शेड 501 से होंठों को भरें।

नाखून

नाखूनों पर ट्रू वेयर नेल कलर शेड 421 लगाएं।

लुक 3

गोवा ग्लैम लुक

चेहरा

चेहरा साफ पानी से धोकर अपनी स्किन टोन से मेल खाता हुआ सिल्क नैचरल डेली फाउंडेशन गर्दन व चेहरे पर लगाएं। ऊपर से नीचे की दिशा में अच्छी तरह ब्लेंड करें। अब गालों को सॉफ्ट व नैचरल टच देने के लिए डिंपल एरिया पर हनी बंच प्योर रूज ब्लशर लगाएं। उसके बाद चीक्स बोन के उभार वाले स्थान को नीचे से ऊपर की ओर पीच अफेयर प्योर रूज ब्लशर से हाइलाइट करें। ब्रॉन्ज्ड, बीच लुक देने के लिए चेहरे पर सन किस्ड फेस शिवर लगाएं।

आंखें

हिना गोल्ड ग्लाइड ऑन आई कलर से अपर आइलिड पर मोटी आईलाइन बनाएं। फिर लोअर आइलिड पर मेटैलिक ब्लैक ग्लाइड ऑन आई कलर से पतली लाइन बनाएं। उसके बाद हिना गोल्ड से हलकी लाइन खींचें।

होंठ

होंठों को क्रीमी मैट बेस देने के लिए एनरिच मैट लिप कलर शेड नं.- 263 लगाएं।

उसके बाद लस्टर शीन लिप क्रोम शेड नं.- 601 लगाएं।

नाखून

ट्रू वेयर नेल कलर शेड नं.-242 से नेल्स को कोट करें।

लुक 4

जिप्सी ग्लैम लुक

चेहरा

चेहरा साफ पानी से धोकर अपनी स्किन टोन से मेल खाता हुआ सिल्क नैचरल डेली फाउंडेशन गर्दन व चेहरे पर लगाएं। ऊपर से नीचे की दिशा में अच्छी तरह ब्लेंड करें। उसके बाद चीक्स बोन के उभार वाले स्थान को नीचे से ऊपर की ओर हनी बंच प्योर रूज ब्लशर से हाइलाइट करें।

आंखें

स्मोकी आई लुक देने के लिए आई कलर क्वारटेट से ब्लैक आईशैडो लें और उसमें से मून डस्ट शेड को आइलिड पर लगाएं। फिर लोअर आइलिड पर फैलाएं। अगर आपकी त्वचा के लिए यह शेड अधिक गहरा लगे तो सॉफ्ट लुक देने के लिए कोई ब्राउन शेड लगाएं सिल्वर शेड से अपर लैश लाइन को हाइलाइट करें। फिर ब्रो बोन पर व्हाइट शेड लगाकर परफेक्ट फिनिशिंग दें। लोअर लैश लाइन पर मेटैलिक ब्लैक ग्लाइड ऑन आई कलर लगाएं। इस लाइन के नीचे ब्रॉन्ज ग्लाइड ऑन आई कलर से नीचे दूसरी लाइन खींचें और बाहरी कोनों तक हलका फैलाएं।

होंठ

गोल्ड सिजल ग्लाइड ऑन लिप कलर से होंठों को डिफाइन करें और स्मज प्रूफ, शिमरिंग बेस दें।

बेहतरीन रूप देने के लिए एनरिच मेटैलिक लिप कलर शेड 660 लगाएं।

नाखून

ट्रू वेयर नेल कलर शेड नं.- 420 से नाखूनों को कोट करें।

मॉइस्चराइजर

लगाने के लिए इस तरह करें ब्रश का उपयोग

आजकल हर कोई मेकअप करता है, फिर चाहे कोई भी उत्सव हो या नही। ऐसे में अगर जलदबाजी में आप सही तरीके से मेकअप नही करेगे तो आप आकर्षक नही दिखागे। आज हम आपको मेकअप में सही तरीके से मॉइस्चराइजर लगाने के बारे में बताएगें। मॉइस्चराइजर का उपयोग झुर्रियों को आने से रोकता है और आपकी त्वचा को कोमल बनाए रखने में सहायता करता है। मॉइस्चराइज़र का इस्तेमाल अगर हाथों की जगह अगर ब्रश से किया जाए तो आपकी त्वचा लिए फायदेमंद होगा। ऐसे में कभी भी हाथों से मेकअप नही करना चाहिए, क्योकि हाथों से मेकअप एक समान नहीं फैलता। मेकअप में ब्रश का उपयोग करना हाथों और चेहरे की त्वचा के लिए भी फायदेमंद है। तो आइए जानते है ब्रश द्वारा मॉइस्चराइजर लगाने के तरीके...

1. स्मूथ स्किन

अगर आप स्मूथ स्किन पाना चाहते है तो हाथों से मॉस्चराइज़र लगाए की बजाय ब्रश का उपयोग करें। ब्रश आपके चेहरे पर मॉइस्चराइजर को अच्छे से फैलता है, जिससे आपकी त्वचा एक समान लगती है। ऐसा करने से फाउन्डेशन से पहले त्वचा को एक बेस मिल जाता है।

2. मेकअप

कभी भी हाथों से मेकअप न करें, क्योंकि हाथों से मेकअप एक समान नहीं फैलता। ब्रश के साथ मेकअप करने से त्वचा के साथ अच्छे से मिलता जाता है। इसीलिए हमेशा ब्रश का उपयोग करें।

3. आईब्रो

ब्रश की सहायता से मॉइस्चराइज़र लगाते हैं तो ध्यान रखें कि आईब्रो का भाग छोड़ दें ताकि इन पर मेकअप अच्छे से हो जाए। अगर आप हाथों का उपयोग करते हैं तो हो सकता है कि इसका कुछ भाग आपकी आईब्रो पर लग जाए जिससे आपकी आईब्रो पर पेन्सिल का उपयोग ख़राब हो सकता है।

4. मुंहासें

हमारे चेहरे की त्वचा बहुत संवेदनशील होती है। अगर आप इस पर हाथों से मॉस्चराइज़र लगाएगें तो हाथों के बैक्टीरिया अपके चेहरे की त्वचा पर आ जाएगें, जिसके कारण आपको मुंहासें या अन्य समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। हमारे हाथों और नाखूनों में बहुत सा तेल और बैक्टीरिया होते हैं, जिनहें चाहरे पर लगाने से मुंहासों की समस्या हो सकती है। इस लिए इनहें साथ-सुथरा रखें।

5. ब्रश मसाज

ब्रश से मॉस्चराइज़र लगाने पर मसाज जैसा अनुभव आता है जिससे आप न केवल आराम महसूस करते हैं बल्कि यह त्वचा के लिए बहुत अच्छा होता है। इससे रक्त परिसंचरण बढ़ता है तथा आपको अधिक चमकीला चेहरा मिलता है।

6. ब्रश का उपयोग

अकसर देखा गया है कि जब आप हाथों से मेकअप करते है तो अपको कई बार हाथ धोने पड़ते हैं या कुछ लोगों को अपने हाथ ख़राब करना अच्छा नहीं लगता ऐसे में आप ब्रश का उपयोग करें।

डैंड्रफ

हैं तो अपनाएं ये घरेलु उपाय, जल्द ही पाएं छुटकारा!

सुन्दर दिखने की चाह हर किसी को होती है। सौन्दर्य में जहां एक ओर चेहरे की सुंदरता का महत्व है, वहीं गर्दन का महत्व भी कम नहीं मना जाता। अगर आपकी सुराहीदार गर्दन हो तो वह आपकी सुंदरता में चार चांद लगा देती है। पर अगर गर्दन की सफाई समय पर न की जाए तो यह आपकी सुंदरता को कम कर देती है। गर्दन पर उम्र का प्रभाव बहुत जल्दी पडता हैं, जिसके कारण समय से पहले ही झुर्रियां, काली-मैली और स्किन के रंग में फर्क साफ देखाई देने लगता हैं। वहीं दूसरी ओर गर्दन बेडौल हो जाने की समस्या भी उत्पन्न हो जाती है। इसलिए गर्दन की भी उसी प्रकार से देखभाल करनी चाहिए जैसे चेहरे की जाती है।

1. नींबू के बीज निकाल कर कच्चे दूध में डुबो-डुबो कर मैली गर्दन पर रगडें। इससे गर्दन की मैल दूर हो जाएगी।

2. हफ्ते में 2-3 बार पपीते के गूदे से मसाज करने से गर्दन की स्किन पर निखार आता है और साथ ही झुर्रियां भी दूर होती है। 3. अंडे की सफेदी में थोडा सा नीबू का रस मिलाकर अच्छी तरह से फेट लें। इसे गर्दन पर 15 मिनट तक लगा रहने दें। इसके बाद धो लें। यह गर्दन का कालापन दूर करता है।

4. 30-35 साल की महिलाएं गर्दन की झुर्रियों से परेशान हैं, तो उन्हें दूर करने के लिए सबसे आसान तरीका है कि सप्ताह में एक बार अंडे की जर्दी को गर्दन पर लगा लें। सूखने के बाद गुनगुने पानी से धो लें। 5. रात को 10-15 चिरौंजी दूध में भिगो दें। सुबह उसे अच्छी तरह पीसकर लगाने से गर्दन का कालापन दूर होता है। यह प्रयोग सप्ताह में 2 बार करें। 6. गर्दन का कालापन दूर करने के लिए जैतून के तेल की मसाज करें।

7. दो चम्मच उड़द की दाल को गुलाबजल में रात भर के लिए भिगो दें। सुबह उसे पीसकर पेस्ट बना लें। इसे गर्दन पर लगाएं। 10 मिनट बाद ठंडे पानी से साफ कर लें। यह गर्दन की ठीक से सफाई कर देता है।

8. सिर को कभी भी झुका कर बिल्कुल ना रखें।

नवम्बर,

1984

सिखों के हत्यारों को , किसी भी कीमत पर ,

बख्शा नहीं जाएगा!

निवेदक

ALL INDIA SIKH CONFERENCE BABBAR

ADDRESS- 5, BAHADUR SHAH ZAFAR MARG , PRESS AREA, ITO NEW DELHI 110002

PHONE: 9971359517 E-mail ID: qpatrika@gmail.com

वास्तु-दोष से निपटने के लिए सबसे पहले दिशा-ज्ञान होना जरूरी है। ऐसा होने पर आप खुद समझ जाएंगे आप कहां गलत हैं और कहां सही...

सुख-समृद्धि के लिए दिशा ज्ञान जरूरी

घर में कौन-सा सामान कहां रखें? कहीं कबाड़ का इस दिशा में होना नुकसानदेह तो नहीं! किचन किस दिशा में हो, टॉयलेट का फलां दिशा में होना अशुभ तो नहीं? दिशा से जुड़े इस तरह के सवाल आपको परेशान करते हैं? वास्तु-दोष से निपटने के लिए सबसे पहले दिशा-ज्ञान होना जरूरी है। ऐसा होने पर आप खुद समझ जाएंगे आप कहां गलत हैं और कहां सही। जानिए और आज ही अपने घर के इंटीरियर को बदलकर शुरू कर दीजिए पॉजिटिव नतीजे पाना...

उत्तर दिशा - उत्तर दिशा के अधिष्ठित देवता कुबेर हैं जो धन और समृद्धि के द्योतक हैं। ज्योतिष के अनुसार बुद्ध ग्रह उत्तर दिशा के स्वामी हैं। उत्तर दिशा को मातृ स्थान भी कहा गया है। इस दिशा में स्थान खाली रखना या कच्ची भूमि छोड़ना धन और समृद्धि कारक है।

पूर्व दिशा - पूर्व दिशा के देवता इंद्र हैं। आत्मा के कारक और रासृष्टि प्रकाश सूर्य पूर्व दिशा से उदय होते हैं। पूर्व दिशा पितृस्थान का द्योतक है। इस दिशा में कोई रुकावट नहीं होनी चाहिए। पूर्व दिशा में खुला स्थान परिवार के मुखिया की लम्बी उम्र का प्रतीक है।

पश्चिम दिशा - वरुण पश्चिम दिशा के देवता है और ज्योतिष के अनुसार शनिदेव पश्चिम दिशा के स्वामी हैं। यह दिशा प्रसिद्धि, भाग्य और ख्याति का प्रतीक है।

दक्षिण दिशा - यम दक्षिण दिशा के अधिष्ठित देव हैं। दक्षिण दिशा में वास्तु के नियमानुसार निर्माण करने से सुख, सम्पन्नता और समृद्धि की प्राप्ति होती है।

ईशान कोण - पूर्व और उत्तर दिशाएं जहां पर मिलती हैं उस स्थान को ईशान कोण की संज्ञा दी गई है। यह दो दिशाओं का सर्वोतम मिलन स्थान है। यह स्थान भगवान शिव और जल का स्थान भी माना गया है। ईशान को सदैव स्वच्छ और शुद्ध रखना चाहिए। इस स्थान पर जलीय स्रोतों जैसे कुंआ, बोरिंग वगैरह की व्यवस्था सर्वोतम परिणाम देती है। पूजा स्थान के लिए ईशान कोण को विशेष महत्व दिया जाता है। इस स्थान पर कूड़ा करकट रखना, स्टोर, टॉयलट वगैरह बनाना वर्जित है।

आग्नेय कोण - दक्षिण और पूर्व के मध्य का कोणीय स्थान आग्नेय कोण के नाम से जाना जाता है। नाम से ही साफ हो जाता है कि यह स्थान अग्नि देवता का प्रमुख स्थान है इसलिए रसोई या अग्नि संबंधी (इलैक्ट्रॉनिक उपकरणों आदि) के रखने के लिए विशेष स्थान है। शुक्र ग्रह इस दिशा के स्वामी हैं। आग्नेय का वास्तुसम्मत होना निवासियों के उत्तम स्वास्थ्य के लिए जरूरी है।

नैऋत्य कोण - दक्षिण और पश्चिम दिशा के मध्य के स्थान को नैऋत्य दिशा का नाम दिया गया है। इस दिशा पर निरूति या पूतना का आधिपत्य है। ज्योतिष के अनुसार राहू और केतु इस दिशा के स्वामी हैं। इस क्षेत्र का मुख्य तत्व पृथ्वी है। पृथ्वी तत्व की प्रमुखता के कारण इस स्थान को ऊंचा और भारी रखना चाहिए। इस दिशा में गड्ढे, बोरिंग, कुंए इत्यादि नहीं होने चाहिए।

वायव्य कोण - उत्तर और पश्चिम दिशा के मध्य के कोणीय स्थान को वायव्य दिशा का नाम दिया गया है। इस दिशा का मुख्य तत्व वायु है। इस स्थान का प्रभाव पड़ोसियों, मित्रों और संबंधियों से अच्छे या बुरे संबंधों का कारण बनता है। वास्तु के सही उपयोग से इसे सदोपयोगी बनाया जा सकता है।

घर में सुख शांति और धन लाभ हेतु चमत्कारी उपाय

क्या आपके घर में कलह क्लेश का माहौल रहता है? क्या घर में झगड़ों की वजह से आपका चित्त अशांत रहता है? घर में पैसों का अभाव रहता है? यदि ऐसा है तो कहीं न कहीं आपके घर का वास्तु ठीक नहीं है। घर में सुख शांति और धन लाभ हेतु चमत्कारी उपाय

- प्रतिदिन गणेश पूजन करें और मोदक का भोग लगाएं।
- नवग्रह शांति पूजा, वास्तु पुरुष की पूजा, नवचंडी यज्ञ, शांतिपाठ, अग्नि होत्र यज्ञ अपनी क्षमता अनुसार करवाते रहें।
- वास्तु पुरुष की मूर्ति, चांदी का नाग, तांबे की तार, मोती और पौला को थोड़ी सी लाल मिट्टी के साथ लाल कपड़े में डाल कर पूर्व दिशा में रखें।
- लाल रेती, काजू, पौला को लाल कपड़े में बांध कर मंगलवार के दिन पश्चिम दिशा में रख दें और रोजाना उसकी पूजा करें तो घर में शांति का माहौल बना रहता है।
- घर की दक्षिण-पश्चिम दिशा कटी हो अथवा पारिवारिक सदस्यों में मतभेद रहते हो तो घर में पितृशांति, पिंडदान, नागबली, नारायण बली करवाएं।
- प्रत्येक सप्ताह में पड़ने वाले सोमवार को और महीने में आने वाली अमावास्या के दिन रुद्री करें।
- भंडार घर को हमेशा भर कर रखने से घर में सकरात्मकता आती है।
- हर साल ग्रह शांति करवाने से पापों का क्षय होता है।
- परिवार के सभी सदस्यों का एक साथ खींचा हुआ चित्र किसी उपयुक्त स्थान पर लगाना चाहिए। ध्यान रहें कि सभी सदस्य प्रसन्न मुद्रा में मुस्कराते हुए दिखाई दें। यह चित्र दक्षिण-पश्चिम दिशा में लगाएं।

जीवन में आकर्षण निर्धारित करना चाहते हैं तो...

बांस का पौधा फेंग शुई का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। सौभाग्य के लिए लम्बी आयु का होना आवश्यक है। बांस का पौधा लम्बी आयु तथा अच्छे स्वास्थ्य का प्रतीक है। भाग्य के लिए बांस के पौधे प्रतिकूल परिस्थितियों में भी भरपूर वृद्धि का प्रतिनिधित्व करते हैं। यह पौधा अच्छे स्वास्थ्य का प्रतीक है। यह अच्छे भाग्य का भी संकेत देता है। आफिस या दुकान के मुख्य द्वार के ऊपर बांस के दो टुकड़े छ इंच या नौ इंच के लाल रिबन में बांध कर टांग सकते हैं। बांस के टुकड़े के दोनों सिरे खुले होने चाहिए। इससे व्यवसाय प्रतीकात्मक रूप में बांस के पौधे की भांति संकट काल में स्थिर रहेगा तथा अनुकुल समय आने पर खुब समृद्ध होगा। बांस का पौधा ऊर्जा के संयंत्र घर और जीवन में आकर्षण निर्धारित करता है। बागान में जितने अधिक डंठल का पौधा होगा। जातक को उतनी अच्छी किस्मत और भाग्य का आशीर्वाद मिलेगा। लकी लॉग बांस समृद्धि से भरा है और मजबूत जीवन का प्रतीक है। बहुत से लोग उपहार, जन्मदिन, वर्षगांठ, भव्य उद्घाटन, पुरस्कार, उपलब्धियों और अन्य शुभ अवसरों पर बांस का पौधा उपहार के रूप में देते हैं। उपहार प्राप्त करने वाले का भाग्य चमकने लगता है। आप अपने घर में सद्भाव को प्राप्त करने के लिए भाग्यशाली बांस का उपयोग कर सकते हैं।

घर में ईश्वरीय शक्तियों के प्रवेश से खोलें किस्मत का ताला

सनातन धर्म में व्रत व पूजा-पाठ का विशेष महत्व है। यह हमारे रीति-रिवाज व परंपरा के द्योतक है। पूजा-पाठ करने से पूर्व सिर पर पल्लू, हाथों में पूजन सामग्री और समर्पण भाव से झुकी हुई आंखें रखना हमारी विरासत है, जिसकी जिम्मेदारी विशेष रूप से घर की महिलाएं संभालती हैं।

जब आप किसी कारणवश मानसिक रूप से कमजोर पड़ जाते हैं अथवा घर में क्लेश, रोग या आर्थिक तंगी से परेशान होते हैं तो उस समय जादू टोने तंत्र मंत्र में पड़ने से बेहतर है भगवान की शरण में जाएं। पूजा-पाठ से समस्त कार्यों के अच्छा होने की उम्मीद जाग जाती है। भक्ति में बड़ी शक्ति है अवश्यकता है तो केवल विश्वास रखने की। यही विश्वास घर और ऑफिस की जिम्मेदारियों के बीच पूजन करने को विवश करता है। जब किसी भौतिक समस्या का निदान हम अपने प्रयासों से नहीं ढूंढ़ पाते तब पूजा-पाठ ही आखिरी रास्ता बचता है। यह महज धारणा नहीं, बल्कि हकीकत है। घर में देवालाय वास्तु शास्त्र के अनुरूप हो तो अत्यन्त शुभ फल प्रदान करता है और देवालाय के माध्यम से आपकी किस्मत का ताला भी खुल जाता है। देवालाय पूर्वी या उत्तरी ईशान कोण में बनाएं क्योंकि ईश्वरीय शक्तियां ईशान कोण से प्रवेश करती हैं और नैऋत्य कोण पश्चिम-दक्षिण से बाहर निकलती है। इसका एक हिस्सा शरीर द्वारा ग्राह्य बायोशक्ति में बदलकर जीवनोपयोगी बनता है। वास्तुशास्त्र प्रकृति से पूर्ण लाभ प्राप्त करने की व्यवस्था करता है न कि भाग्य को बदलने की। पूजा-पाठ करते समय जातक का मुंह पश्चिम दिशा में होना शुभ फलदायी होता है इसके लिए पूजा स्थल का द्वार पूर्व की ओर होना चाहिए। शौचालय तथा पूजा घर पास-पास नहीं होना चाहिए। जब भी आपका मन अशांत हो, यहां आकर आप नई ऊर्जा प्राप्त कर सकते हैं। कर्मों का फल शुभाशुभ जैसा भी हो हमें भोगना अवश्य पड़ेगा। इतना है कि सुकर्म कष्ट को कम कर देते हैं।

रसोई होगी समृद्धशाली तो घर में आएगी खुशहाली

घर की रौनक होती है रसोई। गृह लक्ष्मी का भी ज्यादातर समय रसोई में ही बीतता है। ऐसे में रसोई का वास्तु के अनुसार होना बेहद जरूरी है क्योंकि इसका सीधा संबंध हमारे स्वास्थ्य से होता है। स्वच्छ चित्त, प्रसन्न मन और सर्वोत्तम आहार सभी में रसोई की अपनी भूमिका होती है। रसोई बनाने से पहले वास्तु के अनुसार आदर्श स्थान दक्षिण-पूर्व कोना (आग्नेय कोण) होता है। दूसरे स्थान के रूप में उत्तर-पश्चिम या वायव्य कोण में भी रसोई का निर्माण किया जाए तो अच्छा रहता है। दक्षिण, पश्चिम, उत्तर, ईशान कोण एवं नैऋत्य कोण रसोई के लिए वर्जित होते हैं। रसोई में गैस सिलैंडर और चूल्हा स्थापन इस प्रकार होना चाहिए कि खाना बनाने वाले का चेहरा पूर्व की तरफ हो। साथ ही प्लेटफार्म उत्तर एवं पूर्व की दीवार में एकदम न लगता हों।

जल और अग्नि साथ-साथ न हों इसके लिए बर्तन धोने का सिंक और पानी के नल चूल्हे से दूर होने चाहिएं। रसोई घर में अवन इत्यादि बिजली उपकरण अग्नि कोण में होने चाहिएं। फ्रिज दक्षिण-पश्चिम में तथा एग्जॉस्ट फैन ईशान कोण में होना चाहिए। गैस चूल्हे के ऊपर सामान रखने के लिए अलमारियों का निर्माण नहीं करवाना चाहिए। हवा का आवागमन सुगमता से हो सके, इसका विशेष ध्यान रखना चाहिए। रसोई घर की दीवार से सटा कर, इसके ऊपर या नीचे टॉयलैट नहीं होना चाहिए। रसोई घर के एकदम मध्य में बैठकर कभी भी भोजन नहीं करना चाहिए साथ ही रसोई घर का चूल्हा बाहर बैठे व्यक्ति को दिखाई नहीं देना चाहिए। रसोई के ऊपर या नीचे सोने का कमरा या पूजा कक्ष न हो, इसका भी ध्यान रखना जरूरी है। रसोई के उत्तर-पूर्व की ओर हल्के सामान का भंडारण करें, जबकि दक्षिण और पश्चिम की ओर भारी वस्तुओं का।