

DEEPAK SARDA

+91 74390 62566
d.sarda2222@gmail.com

+91 91631 89504
Follow us on

SARDA PEARLS & CO.

Deals in : Gold, Silver, Jarau, Diamond, Pearls etc.

Satyanarayan Park, A.C. Market, Lower Basement, Shop No. 160,161,162, Kolkata - 700 007

+91 74390 62566 / 91631 89504

दिल्ली, कोलकाता, लखनऊ एवं हरियाणा से एक साथ प्रसारित

राष्ट्रीय हिन्दी पाक्षिक

RNI NO. WBHIN/2016/70662

POSTAL REGN. NO. WB/HWH/087/2026-2028

तस्वीर बदलते भारत की

राधे

RAADHEY JEWELS

Silver

9830 25 5411
033 48495319

Block C-112, City Centre-1, Salt Lake

वर्ष-10

अंक-17

पश्चिम बंगाल, 01-15 सितम्बर 2026

मूल्य- 5 रु.

कुल पृष्ठ-08

नशे से दूर रहें युवा, लोकल को दें बढ़ावा : पीएम मोदी ‘कश्मीर मांगे आजादी’ के नारों पर भड़के सीएम शुभेंदु अधिकारी बोले – जादवपुर यूनिवर्सिटी की करेंगे सफाई

नई दिल्ली (राष्ट्ररंग संवाददाता) । प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने 30 अगस्त को ‘मन की बात’ की 137वीं कड़ी में युवाओं से नशे से दूर रहने और ‘वोकल फॉर लोकल’ को बढ़ावा देने का आह्वान किया। उन्होंने ‘नशा मुक्त युवा फॉर विकसित भारत’ अभियान को जनांदोलन बनाने तथा युवाओं, संगीतकारों, विद्यार्थियों, थिएटर समूहों और कंटेंट क्रिएटर्स से नशे के खिलाफ स्लोगान, गीत, लघु नाटक और अन्य रचनात्मक सामग्री तैयार करने की अपील की। पीएम मोदी ने कहा कि नशे की लत का असर केवल व्यक्ति पर नहीं, बल्कि पूरे परिवार और समाज पर पड़ता है। उन्होंने युवाओं की ऊर्जा को सकारात्मक दिशा में लगाने और विकसित भारत के निर्माण में उनकी भागीदारी बढ़ाने पर जोर दिया।

त्योहारों के मौसम का उल्लेख करते हुए प्रधानमंत्री ने स्थानीय कारीगरों और शिल्पकारों के उत्पादों को प्राथमिकता देकर ‘वोकल फॉर लोकल’ को मजबूत करने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि स्थानीय उत्पादों को अपनाना केवल मिट्टी के दीये खरीदने तक सीमित नहीं होना चाहिए, बल्कि रोजमर्रा की वस्तुओं में भी भारतीय उत्पादों को प्राथमिकता देनी चाहिए। उन्होंने कंटेंट क्रिएटर्स, इंफ्लुएंसर्स और सेलिब्रिटीज से भी स्थानीय उत्पादों को बढ़ावा देने की अपील की।

स्वच्छता को व्यवहार का हिस्सा बनाने पर जोर
प्रधानमंत्री ने स्वच्छता को व्यवहार का हिस्सा बनाने पर जोर देते हुए उत्तर प्रदेश के रामपुर जिले के पटवाई गांव के आकाश और रोहन की ‘क्लीन-अप पटवाई’ पहल की

सराहना की। दोनों युवाओं से शुरू हुआ यह अभियान अब टीम का रूप ले चुका है। टीम ने अब तक चार गंगा घाटों की सफाई कर एक टन से अधिक प्लास्टिक कचरा हटाया है। पीएम मोदी ने अमरनाथ यात्रा के दौरान स्वच्छता और जनभागीदारी का भी उल्लेख किया। उन्होंने बताया कि इस वर्ष यात्रा के दौरान 400 मीट्रिक टन से ज्यादा कचरा एकत्र कर प्रोसेस किया गया। 16 हजार से अधिक यात्रियों ने स्वच्छता का संकल्प लिया और 10 हजार से ज्यादा यात्रियों को ‘रिस्पॉन्सिबल यात्री’ प्रमाणपत्र दिया गया।

महिलाओं को आर्थिक मजबूती
पीएम मोदी ने पीएम स्वनिधि के जरिए महिलाओं के आर्थिक सशक्तीकरण का उल्लेख करते हुए बताया कि योजना के लाभार्थियों में करीब 46 प्रतिशत महिलाएं हैं और लगभग 35

लाख महिलाएं इससे जुड़कर अपना कारोबार आगे बढ़ा रही हैं। उन्होंने गाजियाबाद की बबीता शर्मा और बेंगलुरु की टी.एस. निनाम्मा के उदाहरण देते हुए बताया कि किस तरह छोटी शुरूआत को आर्थिक सहायता मिलने से कारोबार में बदला गया। उन्होंने नागालैंड की वेसालु पुरो की फूलों की खेती और ओडिशा की मैथिली भुए के जंगल संरक्षण से जुड़कर आत्मनिर्भर बनने की कहानी भी साझा की। मैथिली के प्रयास से प्रेरित होकर 60 से अधिक महिलाएं जंगल संरक्षण से जुड़ी हैं।

युवाओं और बेटियों के लिए नए अवसर
प्रधानमंत्री ने मिशन शक्ति एसएटी के तहत 108 देशों की 12 हजार छात्राओं को सैंटेलाइट तकनीक और नवाचार सीखने का अवसर मिलने की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि छात्राओं की भागीदारी से तैयार एक सैंटेलाइट को चंद्रमा की कक्षा में भेजने की तैयारी है। पीएम मोदी ने मुंबई के कृष्णा शेपाद्री की ‘भारत राज्य’ वेबसाइट का भी उल्लेख किया, जो तकनीक के जरिए भारतीय इतिहास को रोचक बनाने का प्रयास कर रही है। उन्होंने चोल, पल्लव, कर्कॉट और अहोम जैसे साम्राज्यों के इतिहास को नई पीढ़ी तक पहुंचाने के प्रयास की सराहना की। प्रधानमंत्री ने महानायक उत्तम कुमार की आगामी जन्म-शताब्दी का उल्लेख करते हुए उनके अभिनय और संघर्ष को याद किया तथा फिल्म ‘नायक’ का जिक्र किया। उन्होंने देशवासियों से अपने आसपास बदलाव ला रहे लोगों और उनके छोटे-छोटे प्रयासों की जानकारी साझा करने की भी अपील की।

कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता) । पश्चिम बंगाल के मुख्यमंत्री शुभेंदु अधिकारी ने जादवपुर यूनिवर्सिटी (जेयू) के छात्रों पर परिसर में कथित तौर पर ‘कश्मीर मांगे आजादी ’ और ‘ लाल सलाम किशनजी ’ जैसे नारे लगाने को लेकर तीखा हमला बोला ।28 अगस्त को यूनिवर्सिटी के बाहर एक जनसभा को संबोधित करते हुए उन्होंने कहा कि कोलकाता की सड़कों पर आजादी के नारे सुनना बेहद दुखद है । उन्होंने सवाल किया कि आखिर किस बात की आजादी चाहिए- हेरोइन इस्तेमाल करने की, गांजा पीने की या देश को बांटने की कोशिश करने वाले ‘ टुकड़े-टुकड़े गैंग ’ का हिस्सा बनने की ? ‘**फ्री फिलिस्तीन ’ से पहले ‘ फ्री पीओके ’ लिखें**
शुभेंदु अधिकारी ने कहा कि यदि लोग ‘कश्मीर को आजादी चाहिए ’ के नारे लगा रहे हैं या ‘फ्री फिलिस्तीन ’ की बात कर रहे हैं तो फिलिस्तीन के बारे में बोलने से पहले ‘फ्री पीओके ’ लिखें । उन्होंने कहा कि पहलुगाम में आतंकवादियों द्वारा हिंदुओं की हत्या और ऑपरेशन सिंदूर में सेना की कार्रवाई के समय ऐसे लोगों ने कुछ नहीं कहा । उन्होंने कहा कि पाकिस्तान के कब्जे वाला कश्मीर (पीओके) वापस लिया जाएगा । इससे पहले भवानीपुर में रक्षाबंधन कार्यक्रम में मुख्यमंत्री ने

जादवपुर यूनिवर्सिटी को ‘ सेंटर ऑफ़ एक्सीलेंस ’ बताते हुए कहा कि जिस क्षेत्र को लेकर भारत ने पाकिस्तान के साथ युद्ध लड़े हैं, उसके बारे में कोलकाता की सड़कों पर ‘ कश्मीर को आजादी चाहिए ’ लिखा जाना बेहद व्यथित करने वाला है । उन्होंने सवाल किया कि ऐसे संदेशों से आने वाली पीढ़ी को क्या सिखाया जा रहा है ?

We deliver your shipments securely and on time

KONTAKT

Express Services

Domestic & International Courier & Cargo Service

Our Services

Air Service

Cargo Service

Train Cargo

Surface Cargo

Door to Door Services

ALL OVER INDIA DELIVERY

ALL OVER INDIA

OUR BRANCHES

PATNA 95352 40898 91550 05415

JOGBANI (Border) 95406 31900 97702 90544

RAXAUL (Border) 96614 00840

BIRGANJ 00977-9845386705

KATHMANDU 00977-9801248362

BIRATNAGAR 00977-9842050704

Associated Partner

MARK EXPRESS PVT. LTD.

COURIER AND CARGO

THE PROFESSIONAL

COURIERS

Office : 6/1, Burtolla Street, 1st Floor (Above Ganesh Store) Kol-7

E-mail: kontaktexpress1@gmail.com

Phone: 033 46000895/ 033 2268 9808/ 98747 74086/ 98365 22021

ममता बनर्जी का भाजपा को चैलेंज, बोलीं-देखूंगी कितने अंडे और ईंटें हैं

कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता) ।

तृणमूल कांग्रेस (टीएमसी) अध्यक्ष ममता बनर्जी ने भाजपा पर हमला बोलते हुए कहा कि अगर उनकी जनसभा की अनुमति नहीं मिली तो वह जल्द ही राज्य का दौरा शुरू करेंगी और सड़कों पर उतरेंगी । उन्होंने कहा, ‘ मैं देखूंगी कि उनके पास कितने अंडे और ईंटें हैं ’ । हाल के दिनों में टीएमसी नेताओं पर अंडे फेंके जाने के वीडियो सामने आए हैं । कोलकाता में 28 अगस्त को टीएमसी स्टूडेंट्स विंग की रैली को संबोधित करते हुए ममता ने आरोप लगाया कि भाजपा बंगाल में बांटने की राजनीति कर रही है और

पुलिस का इस्तेमाल लोगों में डर पैदा करने के लिए कर रही है । उन्होंने कहा कि उनके शासन में पुलिस का चेहरा इंसानी था, जबकि भाजपा ने पुलिस को राक्षसी बना दिया । उन्होंने समर्थकों पर पुलिस अत्याचार रोकने का वादा भी किया । ममता ने आरोप लगाया कि चुनाव आयोग का इस्तेमाल कर विधानसभा चुनाव को हाईजैक किया गया और एसआईआर के जरिए वोटर लिस्ट से लाखों नाम गैर-कानूनी तरीके से हटाए गए । वहीं टीएमसी के राष्ट्रीय महासचिव अभिषेक बनर्जी ने कहा कि एक भी ‘ गद्दार ’ को पार्टी में वापस नहीं आने दिया जाएगा ।

संवत्सरी के इस पावन पर्व पर, हाथ जोड़कर, हर उस भूल के लिए क्षमा याचना करते हैं, जिससे आपके हृदय को चोट पहुँची हो...

मिच्छामी

दुक्कड़म्

अमर चंद-अलका दुगड़, सरदारशहर, कोलकाता

Jai Bhikhu

Ji Anam Ji

Jai Mahashraman

आज्ञा की आराधना संयम की आराधना है और उसकी विराचना संयम की विराधना । भगवान महावीर की आज्ञा का सार है आचार । आचार शुद्ध होगा तो विचार स्वतः शुद्ध होंगे ।

आचार्यश्री महाप्रज्ञ

MICHHAMI DUKKADAM

Babulal Krishna Kumar Dudhoria

M : 98302 53067

Rajaldesar- Kolkata

Kiran Wirenetting Stores

Mfrs of : Chainlink Fence, Welded Mesh & Wiremesh

Vikash : 99037 02019 Krishna : 98305 47721 Yash : 90733 91271

email : kiranwirenettingstores@gmail.com

Web : www.kiran-wirenettingstores.com

Dudhoria Consultancy Services Pvt. Ltd.

Accounts & Taxation

M : 98363 88555 email : info@dcstax.in Web : www.dcstax.in

Punrsar Engineering Pvt. Ltd.

Railways & Industrial Suppliers

email : pepikol@hotmail.com Web : www.pepikol.com

56, Netaji Subhash Road, Bhutoria House, 4th Floor, Room # 2, Kolkata- 700 001 Gaurav : +91 98831 41663

जय भिक्षु

अर्हन्

जय महाश्रमण

जीवन एक प्रतिध्वनि है । यहाँ सब कुछ वापस लौट कर आ जाता है । अच्चा, बुरा, सच झूठ....सब । अतः दुनिया को सब अच्छा देने का प्रयास करें । निश्चित ही जो अच्छा है, वह वापस लौटकर आएगा ।

आचार्यश्री महाश्रमण

सम्यक्सरी महापर्व पर जाने- अनजाने हुयी भूलों के लिए अन्तःकरण से खमत-खामणा

जतन-कंचन पारख

आनन्द-मीनाक्षी पारख

जय, अजय पारख

श्रीद्वारगाढ़-कोलकाता

REALESTATES • FINANCE • SECURITIES

Parakh Brothers Private Limited

Parakh Projects Private Limited

Parakh Realtors Private Limited

Parakh Securities Private Limited

Parakh Commercial Private Limited

Parakh Properties LLP

Parakh Associates LLP

Sri Ganesh Real Estates Private Limited

Shri Vinayak Projects AOP

Shri Vinayak Developers LLP

Shri Vinayak Land Owners LLP

Shati Deep Homes LLP/Dream Royally LLP

Sri Projects LIP

Bhikham Chand Parakh Welfan Trust

Jiw Jatan Jan Kalyan Trust

SHREE KUNJ, 51 MAULANA ABUL KALAM AZAD ROAD, HOWRAH-711101

S P Kulthia™

JEWELLERS PVT LTD

- SINCE 1970 -

WE'RE CELEBRATING

2nd

ANNIVERSARY

7th to 14th SEPTEMBER

Special Making Charges Counter

0 To 8%

Chain Starts From

5%

On Making Gold Jewellery

55% off

On Making Charges of DJ + On Diamond Value

30% off + 25% off

Only at City Centre 1, 1st Floor, Block C - 108, Saltlake 9830910079 9830268428

Panna

Diamond World JEWELLERS

PAY NOW

10%

&

LOCK LOWEST GOLD RATE TILL

इन्होंने वैभवांतराह

78900 77777 / 78900 67777 24,Camac Street Kankurgachi Chinara Park Howrah

सम्पादकीय



देश के सरकारी स्कूलों की बदहाली किसी से छिपी नहीं है। करीब एक लाख स्कूल आज भी एक ही शिक्षक के भरोसे चल रहे हैं। कहीं जर्जर इमारतें हैं, तो कहीं पेड़ के नीचे या बरामदों में कक्षाएं लगती हैं। ऐसे में शिक्षा का स्तर कैसा होगा, समझना मुश्किल नहीं। सवाल है कि इतने बड़े शिक्षा तंत्र के बावजूद इन स्कूलों की स्थिति क्यों नहीं सुधर रही ? शिक्षा विभाग में अधिकारियों और कर्मचारियों की बड़ी व्यवस्था के बाद भी जवाबदेही क्यों तय नहीं होती ? भले ही अब सीजेपी ने सरकारी स्कूलों

सरकारी स्कूलों की लगातार बिगड़ती स्थिति चिंता का विषय है। जरूरी है कि राजनीतिक आरोप-प्रत्यारोप से आगे बढ़कर इनके कार्याकल्प को प्राथमिकता दी जाए और बच्चों को बेहतर शिक्षा व जरूरी सुविधाएं उपलब्ध कराई जाएं।

सरकारी स्कूलों की सुध कौन लेगा ?

की बदहाली को मुद्दा बनाया हो, लेकिन इससे पहले भी देश के कई हिस्सों में विद्यार्थी सुधार की मांग को लेकर सड़कों पर उतर चुके हैं। दुखद यह है कि सरकारी स्कूलों पर ग्रामीणों, गरीबों, श्रमिकों और वंचित वर्गों के बच्चों की निर्भरता अधिक है। इसलिए उनकी आवाज अक्सर अनसुनी रह जाती है। यदि नेताओं और अधिकारियों के बच्चों का सरकारी स्कूलों में पढ़ना अनिवार्य होता, तो शायद तस्वीर कुछ और होती। नीति आयोग के हालिया आंकड़े भी चिंता बढ़ाते हैं। पिछले एक दशक में देश में करीब 94 हजार सरकारी स्कूल बंद हुए हैं। इसी अवधि में सरकारी अनुदान प्राप्त स्कूलों की संख्या 83 हजार से घटकर 79 हजार रह गई। सरकारी स्कूलों में दाखिले में कमी जारी है, जबकि निजी स्कूलों की संख्या 2.9 लाख से बढ़कर 3.4 लाख हो गई है। यह बदलाव बताता है कि अभिभावकों का भरोसा सरकारी स्कूलों से क्यों कम हो रहा है।

राजनीतिक दल अब इस मुद्दे पर चिंता जता रहे हैं, लेकिन यह भी सच है कि अलग-अलग दलों की सरकारों के दौरान सरकारी स्कूलों की स्थिति में कोई बड़ा बदलाव नहीं आया। चिंता यह है कि राजनीति के कारण सुधार की जरूरत पीछे न छूट जाए। सरकारी स्कूलों के पास भवन, पर्याप्त जगह,

सम्मानजनक वेतन पाने वाले शिक्षक और सरकारी तंत्र का सहयोग है। फिर भी पानी, बिजली, बेंच, टेबल और शौचालय जैसी मूलभूत सुविधाएं कई जगह क्यों नहीं हैं ? शिक्षकों की नियुक्ति में राजनीतिक धांधली की खबरें भी सामने आती रहती हैं। राजस्थान और उत्तर प्रदेश के कई शहरों में विद्यार्थी बेहतर और गुणवत्तापूर्ण शैक्षिक वातावरण की मांग को लेकर सड़कों पर उतर चुके हैं। वे अपने भविष्य के लिए चिंतित हैं। प्राथमिक शिक्षा किसी भी देश के भविष्य की बुनियाद है। सरकारी स्कूलों की अनदेखी करके हम आर्थिक रूप से कमजोर बड़ी आबादी को शिक्षा के मौलिक अधिकार से दूर कर रहे हैं। सरकारी स्कूल हमारे समाज की आर्थिक विषमता का आईना भी हैं। जो परिवार महंगे निजी स्कूलों की फीस नहीं भर सकते, उनके बच्चों के लिए सरकारी स्कूल ही सहारा हैं। लेकिन मिड-डे-मिल जैसे प्रोत्साहनों के सहारे ये स्कूल कब तक टिकेंगे ? अब जरूरत घोषणाओं की नहीं, ठोस बदलाव की है। सरकार, प्रशासन, पक्ष-विपक्ष और नागरिक- सभी को मिलकर सरकारी स्कूलों का कार्याकल्प करना होगा। मकसद राजनीति नहीं, सुधार होना चाहिए। क्योंकि कमजोर स्कूलों से मजबूत भविष्य की उम्मीद नहीं की जा सकती।- **आरती तिवारी**

चादर से बाहर निकले पांव ही भ्रष्टाचरण की जड़

रोहित कोशिक

पूरे समाज में भ्रष्टाचार पर एक अजीब-सा खोखला आदर्शवाद पसरा हुआ है। भ्रष्टाचार पर बात करते हुए ईंसान को स्वयं का भ्रष्टाचार नहीं दिखता है, लेकिन वह दूसरों के भ्रष्टाचार पर उंगली उठाता रहता है। भ्रष्टाचार जैसे मुद्दे पर भाषणबाजी तो बहुत हो रही है, लेकिन हम भ्रष्टाचार खत्म करने के लिए किसी भी तरह का प्रयास नहीं कर रहे हैं, बल्कि एक कदम आगे बढ़कर भ्रष्टाचार बढ़ाने में अपना सहयोग कर रहे हैं। सवाल यह है कि हमारे अंदर भ्रष्टाचार करने का भाव कैसे पैदा होता है ? भ्रष्टाचार करते हुए हमें डर क्यों नहीं लगता है ? क्यों हमारी आत्मा भ्रष्टाचार का विरोध नहीं करती है ? ऐसा नहीं है कि हमें पता नहीं होता है कि भ्रष्टाचार करना गलत है, फिर हम क्यों भ्रष्टाचार के इस चक्रव्यूह में फंस जाते हैं ? दरसअल, भ्रष्टाचार का मूल कारण लालच होता है। ईंसान की प्रवृत्ति ही ऐसी है कि वह लालच को छोड़ नहीं पाता है। ऐसा नहीं है कि अभाव के कारण ही लालच की प्रवृत्ति पैदा होती है; जिन लोगों के पास सब कुछ होता है, वे भी लालची होते हैं। इसलिए लालच का अमीरी या गरीबी से कोई सीधा संबंध नहीं है। ऐसे ईंसान भी होते हैं जो गरीब होने के बावजूद दूसरों के कल्याण की बात सोचते हैं, तो दूसरी तरफ ऐसे ईंसान भी हैं जो अमीर होने के बावजूद इस हद तक लालची होते हैं कि उन्हें सिर्फ अपना स्वार्थ ही दिखाई देता है।

निरसदेह, समाज पहले की अपेक्षा ज्यादा प्रगतिशील हो गया है, लेकिन हमारे समाज में लालच की प्रवृत्ति भी बढ़ती जा रही है। इसका अर्थ यह है कि पढ़ाई-लिखाई और प्रगतिशीलता हमारे लालच को खत्म नहीं कर पाई है। इसलिए पहले से ज्यादा शिशित समाज में न केवल भ्रष्टाचार बढ़ता जा रहा है, बल्कि भ्रष्टाचार के नए-नए तरीके भी खोजे जा रहे हैं। पुराने जमाने में लोग अनपढ़ या कम शिक्षित होते थे, लेकिन उस समय भ्रष्टाचार नहीं था। उस समय अनपढ़ या कम शिक्षित लोगों ने सीमित संसाधनों में बड़े-बड़े



पहले कम शिक्षित लोग भी सीमित संसाधनों में बड़े परिवारों की जिम्मेदारी निभाते थे । जितनी चादर हो, उतने पैर पसारो ’ की सोच थी। लालच कम था और समाज में पाप-पुण्य का भाव भी बना हुआ था ।

संयुक्त परिवारों की जिम्मेदारी उठाई थी ।’ जितनी चादर हो, उतने पैर पसारो ’ मुहावरा उन दिनों सच्चे अर्थों में चरितार्थ किया जाता था । यही कारण था कि समाज के अंदर लालच की भावना बहुत कम थी। समाज में पाप और पुण्य का भाव भी था, इसलिए लोग गलत काम करने से डरते थे । आज धार्मिक कर्मकांडों और धार्मिक क्रियाकलापों में लोगों की संलिप्तता तो बढ़ी है, लेकिन इसके साथ भ्रष्टाचार भी बढ़ता जा रहा है ।

यह कटु सत्य है कि इस दौर में धर्म के नाम पर भी भ्रष्टाचार बढ़ा है। बड़े-बड़े मठाधीशों की जांच की जाए तो कई तरह के भ्रष्टाचार प्रकाश में आएंगे । अगर हम सच्चे अर्थों में धार्मिक हैं, तो हमारे मन में गलत भाव आने ही नहीं चाहिए। धार्मिक होने के बावजूद यदि हमारे मन में लालच पैदा हो रहा है, तो फिर हम धार्मिक कहाँ हुए ? भ्रष्टाचार भी कई तरह के होते हैं । कुछ भ्रष्टाचार

हमें ऊपर से दिखाई दे जाते हैं, लेकिन कुछ भ्रष्टाचार ऊपर से दिखाई नहीं देते हैं। हम अक्सर आर्थिक भ्रष्टाचार पर ही अपना ध्यान केंद्रित करते हैं, लेकिन एक नैतिक भ्रष्टाचार भी होता है। स्वयं यह देखा है कि यदि आप मंदिर में मुरमुरे का प्रसाद लेकर पंडित जी के पास जाते हैं, तो आपके साथ सामान्य व्यवहार होता है; इसके विपरीत, यदि आप देसी घी के लड्डु प्रसाद के रूप में पंडित जी को सौंपते हैं, तो आपके साथ विशिष्ट व्यवहार किया जाता है। यह भेदभाव भी एक तरह का नैतिक कदाचार ही है ।

हालांकि, चाहे आर्थिक भ्रष्टाचार हो या नैतिक भ्रष्टाचार, यह सब नैतिकता की कमी की वजह से ही होता है। यानी सतही तौर पर तो सब कुछ साफ-सुथरा लगता है, लेकिन साफ-सुथरी सतह के नीचे कई तरह की गंदगी छिपी होती है। जब यह गंदगी बहुत ज्यादा बढ़ जाती है, तब इसका प्रभाव सतह पर दिखाई देने लगता है। यह आश्चर्यजनक ही है कि हम अपनी दैनिक जिंदगी में गंदगी को पसंद नहीं करते हैं और इससे दूर ही रहना चाहते हैं, लेकिन भ्रष्टाचार रूपी गंदगी को स्वयं ही खुशी के साथ अपने जीवन में स्थान दे देते हैं। भ्रष्टाचार पर यह खोखला आदर्शवाद इस बात को सिद्ध करता है कि हम धन के लालच में गंदगी को भी स्वीकार कर लेते हैं। हम भ्रष्टाचार के खिलाफ काफी उपदेश देते रहते हैं, लेकिन दूसरी तरफ समाज में भ्रष्टाचार लगातार बढ़ता रहता है यानी हमने भ्रष्टाचार के साथ रहने की आदत बना ली है। ऐसी स्थिति में सबसे बड़ा सवाल यह है कि क्या यह समाज वास्तव में भ्रष्टाचार खत्म करना चाहता है या फिर भ्रष्टाचार के साथ ही जीना चाहता है ? जब हमसे कोई ईंसान सुविधा शुल्क के रूप में रिश्तत वसूलता है, तो हमें बुरा लगता है और अपने अधिकार याद आने लगते हैं। इसके विपरीत, जब हम किसी दूसरे ईंसान से रिश्तत वसूलते हैं, तो हमें अपना कर्तव्य याद नहीं रहता। यानी दूसरों के भ्रष्टाचार पर तो हम भ्रष्टाचार करने वाले ईंसान को पापी बताकर उपदेश देने लगते हैं, लेकिन अपने भ्रष्टाचार पर चुप्पी साध लेते हैं। यह सुविधाजनक चुप्पी ही इस समस्या की असली जड़ है।

युवाओं को लुभाने की होड़ में जुटे सियासी दल

केवल तिवारी

इस वक्त देश की सियासी पार्टियों की नजरें आगामी सात राज्यों के चुनावों पर हैं। अगले साल 2027 में सात राज्यों में महत्वपूर्ण चुनाव होने हैं। असल में राजनीतिक परिदृश्य में जेन-जी वर्ग चर्चाओं में है। केंद्रीय शिक्षा मंत्री को इस्तीफे के लिए मजबूर करने के बाद इन्होंने झारखंड में तो अपनी ताकत दिखाई ही, सोशल मीडिया के ज्यादातर प्लेटफॉर्म पर इन्हीं का दबदबा है। एक अनुमान के मुताबिक आगामी चुनावों में 50 से 55 फीसदी के बीच मतदाता युवाशक्ति है। ऐसे में हर सियासी दल युवाओं को आकर्षित करने में जुटा है। उन्हीं के अंदाज में उन्हीं की बात। गौरतलब है कि अगले साल पंजाब, हिमाचल प्रदेश, उत्तराखंड, उत्तर प्रदेश, गुजरात, मणिपुर और गोवा में विधानसभा चुनाव होने हैं। हर राज्य के अपने विशेष मुद्दे हैं। सत्ता पक्ष हो या फिर विपक्ष, हर कोई मुद्दों को घुमाने, तोड़ने-मरोड़ने में जुटा है। कहीं उपलब्धियों का गुणगान है तो कहीं खामियों का बखान। जहां तक युवाओं के मुद्दों का सवाल है, उनमें सबसे अहम शिक्षा की अच्छी व्यवस्था और रोजगार के अवसर सबसे पहले हैं।

जिस जेन-जी की बात की जा रही है उनमें से कुछ तो नये वोटर होंगे जबकि कुछ ऐसे भी हैं जो वोटर पहले से हैं और गृहस्थी की दहलीज पर कदम रख चुके हैं। यानी 18 से 29 आयुवर्ग का युवा जनता आगामी चुनाव में बड़ा 'खेला' कर सकती है। अगर बात करें कुल मतदाताओं में इनकी भागीदारी की, तो यह हर राज्य में अलग-अलग है, लेकिन संख्या अच्छी खासी है। पंजाब में इस आयुवर्ग के मतदाताओं की संख्या 21-22 प्रतिशत के बीच है। अगले साल की चुनावी डार पर बढ़ रहे दो पहाड़ी राज्यों- हिमाचल प्रदेश और उत्तराखंड में इनकी संख्या करीब 31 से 32 फीसदी है। उत्तर प्रदेश और गोवा की तो आधी आबादी युवा है। जाहिर है युवा मतदाताओं की संख्या भी वहां बहुत ज्यादा है। गुजरात में जेन-जी वर्ग की



अगले साल 7 राज्यों में विधानसभा चुनाव हैं। युवाओं यानी जेन-जी के लिए शिक्षा और रोजगार अहम मुद्दे होंगे। उनकी बड़ी मतदाता हिस्सेदारी को देखते हुए राजनीतिक दल उन्हें लुभाने की कोशिश करेंगे।

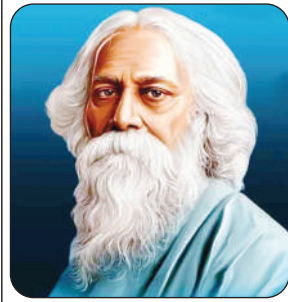
संख्या करीब 22 फीसदी है। मणिपुर में तो 35 फीसदी से ज्यादा वोटर युवा हैं। इन राज्यों में चुनावी रणनीतिकार युवाओं पर विशेष नजर रख रहे हैं।

कुछ विशेषज्ञों का मानना है कि हालिया आंदोलन में उभरे युवाओं के नये वर्ग में जात-पात से इतर, सीधे मुद्दों को उठाने का माद्दा है। अगर इस विचार में सत्यता है तो ज्यादातर सियासतदारों का गणित बिगड़ सकता है। लेकिन इस विचार के उलट यह भी कहा जा रहा है कि आरक्षण का मुद्दा भले यह वर्ग नहीं उठा रहा हो, लेकिन उससे छेड़खानी या उसके खिलाफ बोलना भी किसी दल को भारी पड़ सकता है। ऐसे में पूर्व के मुद्दों के साथ ही इस वक्त राजनीतिक दलों की पूरी कोशिश युवा वर्ग को आकर्षित करने की है। दिल्ली के जंतर-मंतर पर हाल के प्रदर्शन के दौरान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जिस तरह से उस वर्ग के हिसाब से ही उनसे मुखातिब हुए यानी इस्टाग्राम एवं अन्य सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर वीडियो डालकर, उसे इसी संदर्भ

में जोड़कर देखा जा रहा है। कांग्रेस नेता एवं लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष लगातार युवाओं से संवाद कर रहे हैं। उन्हींने उत्तराखंड के देहरादून और उत्तर प्रदेश के प्रयागराज में राहुल गांधी की ' छात्रों की गूँज ' कार्यक्रम में सीधी बातचीत तो की ही, साथ ही ऑनलाइन ' मुझसे कुछ भी पूछो ' अभियान भी चलाया। इसके साथ ही जेन-जी को लेकर प्रमुख राजनीतिक दलों के नेताओं ने या तो बयान जारी किया है या कार्यक्रम चलाया है। आरएसएस प्रमुख मोहन भागवत ने तो संवाद कार्यक्रम भी चलाया।

अगर बात करें मुद्दों को सीधे जोड़ने की तो किसान आंदोलन से लेकर आरक्षण आंदोलन तक हर जगह युवाओं की भागीदारी ठीक-ठाक रही। पेपर लीक मामले को तो युवाओं ने सीधे अपने हाथ में ले लिया। श्रीराम मंदिर के चढ़ावे में हेराफेरी पर अभी युवाओं को सीधे नहीं जोड़ा जा सका है, लेकिन इसके लिए भरपूर कोशिश की जा रही है। रोजगार युवाओं का सबसे बड़ा मुद्दा है। इस मुद्दे पर ही विपक्ष ने अग्निवीर मामले को छोड़ा नहीं है। भाजपा नीत एनडीए का दावा है कि इस योजना से युवाओं को रोजगार मिल रहा। चार वर्ष फौज की नौकरी के बाद उन्हें अर्धसैनिक बलों समेत कई राज्य सरकारों में प्राथमिकता से नौकरी मिल रही है।

उधर, कांग्रेस समेत अनेक विपक्षी दल वादा कर रहे हैं कि वे सत्ता में आने पर अग्निवीर योजना को समाप्त करेंगे। उधर, गोवा में बेशक कई स्थानीय मुद्दे हावी हैं, लेकिन यह युवाओं की भागीदारी सुनिश्चित करने को हर दल मुहिम चला रहा है। मणिपुर में दो समुदायों के बीच लगातार चले हिंसक संघर्ष के बीच सियासी दल युवाओं को मुख्य धारा में लौटकर काम करने का आग्रह कर रहे हैं। युवा शक्ति किसी भी देश की ताकत होती है। बदले माहौल में इस ताकत को अपनी ओर खींचने में फिलहाल राज्य स्तर पर जुटे सियासी दलों का दांव कितना सटीक बैठता है यह तो आने वाला वक्त बताएगा, लेकिन सत्ताईस में सात राज्यों की सत्ता पर ये युवा सटीक निशाना लगाएंगे, यह निश्चित है।



संसार में जिन लोगों को अत्यधिक श्रद्धा की दृष्टि से देखा गया है, वे दु:ख के अवतार होते हैं। सुख-चैन में जीवन बितानेवाले लक्ष्मी के दास कभी पूजनीय नहीं हुए, और न भविष्य में होंगे। - रवींद्रनाथ टैगोर

जन्माष्टमी केवल श्रीकृष्ण के जन्म का उत्सव नहीं, बल्कि उनके जीवन और गीता के संदेशों को आत्मसात करने का पावन अवसर है।

श्रीकृष्ण से जीवन की सीख



मनीष तिवारी

श्रीकृष्ण जन्माष्टमी केवल भगवान श्रीकृष्ण के जन्म का उत्सव नहीं, बल्कि धर्म, कर्म, प्रेम और सत्य के मार्ग पर चलने की प्रेरणा देने वाला पर्व है। जन्माष्टमी केवल श्रीकृष्ण के जन्म का उत्सव नहीं, बल्कि उनके जीवन और गीता के संदेशों को आत्मसात करने का पावन अवसर है। भाद्रपद कृष्ण पक्ष की अष्टमी को मनाई जाने वाली जन्माष्टमी देशभर में श्रद्धा और उल्लास के साथ मनाई जाती है। मंदिरों में विशेष सजावट होती है, भजन-कीर्तन होते हैं और आधी रात को भगवान श्रीकृष्ण के जन्म का उत्सव मनाया जाता है।

प्रेम और करुणा का संदेश

श्रीकृष्ण का जीवन प्रेम, करुणा और लोककल्याण का प्रतीक है। उन्होंने अपने जीवन में अनेक कठिनाइयों का सामना किया, लेकिन परिस्थितियों के आगे कभी हार नहीं मानी। बचपन की नटखट लीलाओं से लेकर महाभारत के धर्मयुद्ध तक उनका जीवन मानवता को अलग-अलग परिस्थितियों में सही मार्ग चुनने की प्रेरणा देता है। उनका संदेश था कि प्रेम में शक्ति है और सत्य के मार्ग पर चलना ही जीवन की सार्थकता है।

कर्म ही पूजा है

श्रीमद्भगवद्गीता में श्रीकृष्ण ने कर्म का महत्व समझाते हुए निष्काम भाव से अपना कर्तव्य करने का संदेश दिया। उन्होंने सिखाया कि मनुष्य को अपने कर्म पर अधिकार है, लेकिन उसके परिणाम पर नहीं। आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में यह संदेश और भी महत्वपूर्ण हो जाता है। सफलता-असफलता की चिंता छोड़कर ईमानदारी और पूरी निष्ठा से अपना कर्तव्य करना ही सच्ची साधना है। कर्म के प्रति यह दृष्टिकोण व्यक्ति को निराशा से बचाता है और हर परिस्थिति में आगे बढ़ने का साहस देता है।

धर्म और सत्य की राह

श्रीकृष्ण ने अन्याय के विरुद्ध खड़े होने और धर्म की रक्षा करने का संदेश दिया। उनका जीवन बताता है कि शांति जरूरी है, लेकिन अन्याय को सहना धर्म नहीं। उन्होंने परिस्थितियों के अनुसार बुद्धि, नीति और साहस का उपयोग करते हुए सत्य का साथ दिया। यही कारण है कि श्रीकृष्ण आज भी केवल आराध्य नहीं, बल्कि जीवन के मार्गदर्शक के रूप में पूजे जाते हैं। उनका संदेश हमें यह भी सिखाता है कि कठिन समय में भावनाओं के साथ विवेक और दूरदृष्टि को भी महत्व देना चाहिए।

रिश्तों की अहमियत

श्रीकृष्ण के जीवन में रिश्तों का भी विशेष महत्व दिखाई देता है। माता यशोदा के प्रति उनका स्नेह, सुदामा के साथ उनकी मित्रता और अर्जुन के प्रति उनका मार्गदर्शन यह सिखाता है कि सच्चे रिश्ते स्वार्थ से नहीं, विश्वास और आत्मीयता से मजबूत होते हैं। आज जब जीवन में व्यस्तता बढ़ रही है, तब जन्माष्टमी हमें अपने परिवार और मित्रों के लिए समय निकालने तथा रिश्तों में प्रेम और सम्मान बनाए रखने की प्रेरणा देती है।

उत्सव के साथ संस्कार

जन्माष्टमी का उत्सव हमें अपनी संस्कृति और परंपराओं से जोड़ने का भी अवसर देता है। घरों और मंदिरों में झांकियां सजती हैं, बच्चे कृष्ण और राधा का रूप धारण करते हैं तथा दही-हांडी जैसे आयोजन उत्साह बढ़ाते हैं। इन आयोजनों के माध्यम से नई पीढ़ी को भगवान श्रीकृष्ण के जीवन, भारतीय संस्कृति और मानवीय मूल्यों से परिचित कराया जा सकता है। उत्सव तभी सार्थक है, जब उसकी खुशी के साथ उसके संदेश भी हमारे जीवन का हिस्सा बनें।

आज भी प्रासंगिक संदेश

जन्माष्टमी का पर्व हमें अपने भीतर के अहंकार, क्रोध, लोभ और नकारात्मकता को दूर करने का अवसर देता है। यदि हम श्रीकृष्ण के प्रेम, कर्म, सत्य, संयम और धर्म के संदेश को अपने जीवन में उतार लें तो यही जन्माष्टमी की सबसे बड़ी सार्थकता होगी। श्रीकृष्ण का जन्मोत्सव हमें याद दिलाता है कि अंधकार कितना भी गहरा हो, सत्य और धर्म का प्रकाश हमेशा रास्ता दिखाता है।

प्रकृति बुलबुल की मधुर तान

कभी सुबह होते ही पेड़ों और झाड़ियों से बुलबुल की मधुर आवाज सुनाई देती थी। अपने सुंदर स्वर और चंचल स्वभाव के कारण बुलबुल लोगों के बीच हमेशा आकर्षण का केंद्र रही है। हालांकि यह पक्षी आज भी कई जगह दिखाई देता है, लेकिन तेजी से बदलते पर्यावरण ने इसके प्राकृतिक जीवन को प्रभावित किया है। बुलबुल केवल अपनी मधुर आवाज से ही वातावरण को सुंदर नहीं बनाती, बल्कि कीड़े-मकोड़ों को खाकर प्रकृति के संतुलन को बनाए रखने में भी योगदान देती है।

बुलबुल की संख्या और प्राकृतिक आवास पर कई तरह के खतरे बढ़ रहे हैं। पेड़ों और झाड़ियों की कटाई, बढ़ता शहरीकरण, प्रदूषण और भोजन की कमी इनके लिए बड़ी चुनौती हैं। छोटे-छोटे घोंसलों के लिए सुरक्षित स्थान कम होने से इनके प्रजनन पर भी असर पड़ता है। बुलबुल का संरक्षण केवल एक सुंदर पक्षी को बचाना नहीं, बल्कि हमारे आसपास की जैव विविधता को सुरक्षित रखना है। पेड़-पौधों और झाड़ियों को बचाने, पक्षियों के लिए सुरक्षित स्थान उपलब्ध कराने और प्राकृतिक वातावरण को बेहतर रखने के प्रयास जरूरी हैं। बुलबुल की मधुर आवाज सुनाई देती रहेगी तो हमारा पर्यावरण भी अधिक जीवंत और सुंदर बना रहेगा।



तिरछी नज़र

सहीराम

बारिश की बात करो तो जी सच्ची, एक बड़ा ही रोमांटिक सा दृश्य उभरकर सामने आने लगता है। एक जमाना था साहब, जब बरसात के नाम पर ही न जाने कितनी फिल्में बनी होंगी, पर इतना तो तय ही है कि उस जमाने में ऐसी कोई फिल्म नहीं बनती थी जिसमें बारिश का गाना न हो, जिसमें हीरोइन के भीगे कपड़े और भीगा बदन न हो। तब फिल्मों के लिए राष्ट्रवाद की इतनी जरूरत नहीं पड़ती थी, बस रोमांस से काम चल जाता था। इसे आप राष्ट्रवाद बनाम मोहब्बत की दुकान का मसला मत समझिएगा।

खैर जी, उस जमाने में फिल्मी गीतकारों ने बारिश और मोहब्बत को लेकर न जाने कितने गीत लिखे होंगे। अगर पुराने मुहावरे का इस्तेमाल करें तो बारिश और रोमांस का चोली-दामन का साथ होता था। लेकिन बारिश जनाब सिर्फ फिल्म फ्रेंडली ही नहीं होती थी, वह किसान फ्रेंडली भी होती थी। उससे झूलों वाले लोकगीत बनते थे, उससे तीज-त्योहारों की लोक संस्कृति बनती थी।



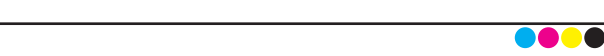
लेकिन इधर बारिश बड़ी ही अनरोमांटिक हो गई है। किसान-विरोधी और अर्थव्यवस्था-विरोधी हो गई है। बारिश ऐसे व्यवहार कर रही है जैसे वह कोई विपक्षी पार्टी हो। नहीं क्या जनाब। अगर राजकपूर-नरगिस का सदाबहार 'प्यार हुआ, इकरार हुआ' वाला गाना देखते हुए क्या आप यह सोच सकते हैं कि मुंबई की बारिश रोमांस कम जगाती है, खोफ ज्यादा पैदा करती है ? पता नहीं शहर कब डूब जाए। शहर रोमांटिक होने की बजाय पानी-पानी हो जाता है। दिल्ली-गुरग्राम-फरीदाबाद भी अब कम से कम इस मामले में तो

मुंबई से पीछे नहीं रहना चाहते। बल्कि कोई भी शहर पीछे नहीं रहना चाहता, फिर चाहे श्रीनगर हो या चेन्नई। ऐसा लगता है जैसे देश का हर शहर वेनिस बनने की राह पर है। अब हमारे नेताओं को काशी को क्योटो टाइप घोषित करने की बजाय हर शहर को वेनिस बनाने का वादा करना चाहिए—कम से कम बारिश के मौसम में महीने-पंद्रह दिन के लिए तो अवश्य ही। बारिश में सड़कों पर तफरीह करने का मन करे तो गड्डे हो जाते हैं।

लोग तो यहां तक कहते हैं कि हजारों करोड़ के नए-नवेले हाईवे तक धंस जाते हैं और टनल-वनल टपकने लगती है। अब हर अंडरपास पानी से उसी तरह भरने लगा है जैसे किसी जमाने में दिल्ली का मिंटो ब्रिज भरा करता था। हाईवे टूटने पर पैचवर्क करो, थिंगली-विंगली लगाओ तो बारिश फिर गडबड़ कर देती है और ठेकेदारों को पंखों से सड़क सुखानी पड़ती है। ऐसे में गर्मी से जूझते लोगों को इन सड़कों से रश्क हो सकता है कि देखो, हमें तो पसीना सुखाने और मच्छर उड़ाने के लिए भी बिजली नहीं मिल रही और उधर देखो पंखों से सड़कें सुखाई जा रही हैं। नहीं ?

एकदा त्वर्थ का अहंकार

ज्ञान-प्राप्ति के बाद व्यासपुत्र शुकदेव ने जब गुरुजी को गुरु दक्षिणा देनी चाही तो गुरुजी ने उनसे कोई ऐसी चीज लाने को कहा जो सर्वथा व्यर्थ हो। शुकदेव यह सोचकर मुस्कुरा पड़े कि गुरुजी ने मांगी भी तो क्या चीज ! सारी धरा व्यर्थ चीजों से ही तो अटी पड़ी है। मिट्टी को व्यर्थ समझकर जब शुकदेव ने उसे उठाया, तो वह बोली कि मैं व्यर्थ नहीं हूं क्योंकि इस धरा का समस्त वैभव मेरे ही गर्भ में छिपा है। पत्थरों को व्यर्थ समझकर शुकदेव ने जब उन्हें उठाना चाहा, तो वे बोले कि स भी विशालकाय पर्वत हमसे ही बने हैं, फिर हम व्यर्थ कैसे हुए ? ऐसे ही, जब उन्होंने कूड़े-कचरे को हाथ लगाया, तो आवाज आई कि हमारी बड़ी उपयोगिता है, इस धरती को हमसे बढ़िया खाद कौन दे सकता है ? इस प्रकार काफी प्रयास करके भी जब शुकदेव कोई व्यर्थ चीज नहीं ढूंढ पाए, तो वे निराश हो गए। सहसा उनके अंतर्मन से आवाज आई-इस संसार में हर चीज उपयोगी है, किंतु अहंकारवश हम उन्हें व्यर्थ समझते रहते हैं फिर तो दुनिया की सबसे व्यर्थ चीज हमारा अहंकार हुआ। ऐसा विचार आते ही दौड़कर वे गुरुजी के पास गए और बोले, ' अहंकार से बढ़कर व्यर्थ चीज दुनिया में और कोई नहीं है, अतः मैं अपना अहंकार आपको गुरु-दक्षिणा में देता हूं।' - **प्रस्तुति: धर्मवीर अरोड़ा**



भाजपा सरकार के 100 दिन पूरे

विकास और रोजगार को नई गति देने का दावा

कोलकाता (राष्ट्रंग संवाददाता)। पश्चिम बंगाल में भाजपा सरकार के प्रथम 100 दिन पूरे होने के अवसर पर राज्य के सभी जिलों में पत्रकार सम्मेलनों का आयोजन किया जा रहा है। इन सम्मेलनों में सरकार की ओर से पहले 100 दिनों में किए गए कार्यों, महत्वपूर्ण निर्णयों और जनकल्याणकारी योजनाओं का ब्योरा प्रस्तुत किया जा रहा है। भाजपा का दावा है कि इन 100 दिनों में राज्य को विकास, सुशासन, निवेश, रोजगार और जनकल्याण के मार्ग पर आगे बढ़ाने के लिए कई महत्वपूर्ण कदम उठाए गए हैं।

54 हजार करोड़ के निवेश प्रस्ताव

भाजपा के अनुसार सरकार के पहले 100 दिनों में करीब 54,000 करोड़ रुपये के निवेश प्रस्ताव प्राप्त हुए हैं। निवेश को बढ़ावा देने के लिए 5,000 करोड़ रुपये के इन्वेस्टमेंट प्रमोशन प्रैमवर्क, 100 करोड़ रुपये से अधिक के निवेश के लिए सिंगल विंडो क्लियरेंस तथा युवा उद्यमियों के लिए 100 करोड़ रुपये के स्टार्टअप फंड की पहल की गई है।

सांक्राइल में अमूल की डेयरी परियोजना, डानकुनी में लक्स कोजी का निवेश और श्याम स्टील के करीब 10,000 करोड़ रुपये के निवेश को राज्य में औद्योगिक विकास और रोजगार की संभावनाओं से जोड़कर देखा जा रहा है।

भ्रष्टाचार के खिलाफ हेल्पलाइन

सरकार ने कटमनी, सिंडिकेट, अवैध टोल वसूली और अवैध शराब कारोबार के खिलाफ अलग-अलग टोल-फ्री हेल्पलाइन शुरू करने की जानकारी दी है। भाजपा का कहना है कि वास्तविक शिकायतों पर कार्रवाई के साथ झूठी शिकायतों के जरिए किसी को परेशान करने के प्रयासों को भी स्वीकार नहीं किया जाएगा।

लायंस क्लब कोलकाता विस्टा की बैठक के साथ सावन सिंधारा उत्सव, सदस्यों ने खेलों में लिया उत्साहपूर्वक भाग



कोलकाता (राष्ट्रंग संवाददाता)। लायंस क्लब कोलकाता विस्टा की बैठक के साथ सावन सिंधारा उत्सव का आयोजन उत्साह और उल्लास के साथ किया गया। कार्यक्रम का आयोजन करंला रेस्टोरेंट, शिमला बिरयानी के ऊपर किया गया, जिसमें क्लब की सदस्यों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

कार्यक्रम में लायन आशा सुराना की

गरिमामयी उपस्थिति ने आयोजन की शोभा बढ़ाई। सावन सिंधारा के अवसर पर सदस्यों के लिए विभिन्न मनोरंजक खेलों का आयोजन किया गया, जिसमें सभी ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। खेलों में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले सदस्यों को उपहार देकर सम्मानित किया गया।

कार्यक्रम के सफल आयोजन एवं उपहारों के लिए सीडीजी लायन अशोक सुराना का विशेष

500 रुपये की वृद्धि का दावा किया गया है। आवास योजना के तहत 10 लाख से अधिक लाभार्थियों को प्रत्येक किस्त में 60,000 रुपये की सहायता दिए जाने की जानकारी भी दी गई।

रोजगार और शिक्षा को प्राथमिकता

भाजपा के अनुसार अगले वर्ष एक लाख सरकारी नौकरियां देने की प्रक्रिया शुरू करने की घोषणा की गई है, जबकि सरकारी नौकरियों में 33 प्रतिशत महिला आरक्षण का प्रावधान भी महत्वपूर्ण कदम है। डब्ल्यूबी-पीएससी के माध्यम से 25,000 से अधिक रिक्त पदों पर भर्ती प्रक्रिया शुरू करने की बात कही गई है। सरकारी स्कूलों के बुनियादी ढांचे के लिए 296 करोड़ रुपये की वित्तीय सहायता, मिड-डेमील में सुधार, छात्राओं के लिए सैनटरी नैपकिन वेंडिंग मशीनें और करीब 35,000 पुस्तकों को ऑनलाइन उपलब्ध कराने की पहल का भी उल्लेख किया गया।

पर्यावरण और संपर्क व्यवस्था

‘एक पेड़ मां के नाम’ कार्यक्रम के तहत राज्यभर में दो करोड़ से अधिक पौधे लगाए जाने का दावा किया गया है। पुरुलिया, बालुरघाट और मालदा में नए हवाई अड्डों तथा कल्याणी में दूसरे ग्रीनफील्ड हवाई अड्डे की पहल भी सरकार की उपलब्धियों में शामिल की गई है। वहीं ‘मां आहार’ कैंटीन के माध्यम से आम लोगों को सस्ती दरों पर मछली-भात उपलब्ध कराने की व्यवस्था की गई है।

पश्चिम बंगाल भाजपा ने कहा कि सरकार का लक्ष्य ऐसा औद्योगिक और रोजगार का वातावरण तैयार करना है, जिससे राज्य के युवाओं को रोजगार के लिए दूसरे राज्यों का रुख न करना पड़े।

पाटी ने इन 100 दिनों को प्रशासन और विकास के क्षेत्र में बदलाव की शुरुआत बताते हुए कहा कि आने वाले समय में इन प्रयासों को और व्यापक बनाया जाएगा।

श्री जैन हॉस्पिटल में नई डायलिसिस मशीन का उद्घाटन

सेवा और चिकित्सा सुविधा को मिला नया विस्तार

हावड़ा (राष्ट्रंग संवाददाता)। श्री जैन हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर, हावड़ा के डायलिसिस यूनिट में एक नई आधुनिक डायलिसिस मशीन का उद्घाटन किया गया। यह मशीन इनर व्हील क्लब ऑफ सेंट्रल कलकत्ता, डिस्ट्रिक्ट-329 द्वारा प्रदान की गई। क्लब की ओर से अस्पताल में डायलिसिस उपचार की उच्चस्तरीय व्यवस्था को देखते हुए यह सहयोग प्रदान किया गया। श्री जैन हॉस्पिटल में वर्तमान में 40 डायलिसिस मशीनें स्थापित हैं तथा यहां प्रतिमाह लगभग 3,000 डायलिसिस उच्चतम चिकित्सा मानकों के अनुरूप किए जाते हैं। नई मशीन के जुड़ने से डायलिसिस यूनिट की सुविधाओं को और मजबूती मिलने की उम्मीद है।

कार्यक्रम की शुरुआत अस्पताल की ओर से विनोद मिन्नी के स्वागत भाषण से हुई। अस्पताल के मंत्री प्रदीप पटवा ने हॉस्पिटल द्वारा प्रदान की जा रही विभिन्न चिकित्सा एवं जनसेवा संबंधी सेवाओं के बारे में विस्तार से जानकारी दी। इनर व्हील क्लब ऑफ सेंट्रल कलकत्ता की अध्यक्ष सोनम पारसरामपुरिया ने क्लब की गतिविधियों एवं सामाजिक सेवा कार्यों के बारे में बताया।



उन्होंने श्री जैन हॉस्पिटल द्वारा मरीजों को प्रदान की जा रही सेवाओं की सराहना करते हुए भविष्य में भी अस्पताल को सहयोग प्रदान करने का आश्वासन दिया। इस अवसर पर इनर व्हील क्लब ऑफ सेंट्रल कलकत्ता की अध्यक्ष सोनम पारसरामपुरिया, मंत्री मनीषा अग्रवाल एवं क्लब के अन्य सदस्य उपस्थित रहे। कार्यक्रम का संचालन अशोक मिन्नी ने किया।

इस अवसर पर अस्पताल के अध्यक्ष पन्ना लाल कोचर, सचिव प्रदीप पटवा, विनोद मिन्नी, अशोक मिन्नी, विनोद चन्द्र कांकरिया, ललित कांकरिया, जयदीप पटवा, अरुण मालू, रवीन्द्र बांठिया, बीरेन्द्र गेलरा, सुशील गेलरा, उदय चंद

सेठिया, अशोक बोथरा, श्रीमती शशि कांकरिया, प्रवीण बोथरा, मनोज बोथरा, निश्चल कांकरिया सहित अन्य सदस्य उपस्थित थे।

कार्यक्रम को सफल बनाने में अस्पताल के स्टाफ सहिता हाजरा, रितेश दे, मनोज खन्ना, अजय कुमार पाण्डेय, माधव मंडल, असित सामंतों, संदीप रॉय, सुहृता हाजरा, भवानी शंकर शर्मा, दीपु एवं अन्य कर्मचारियों की महत्वपूर्ण भूमिका रही। अंत में पन्नालाल कोचर ने धन्यवाद ज्ञापन प्रस्तुत किया। उन्होंने इनर व्हील क्लब ऑफ सेंट्रल कलकत्ता के सभी सदस्यों के प्रति आभार व्यक्त करते हुए उनके साथ यह जुड़ाव निरंतर बना रहे, ऐसी इच्छा व्यक्त की।

कलकत्ता पिंजरापोल सोसाइटी की गौ महिमा कथा हेतु गौ-कार्यकर्ता सम्मेलन आयोजित

11 से 13 सितंबर तक होगी त्रिदिवसीय गौ महिमा कथा



कोलकाता (राष्ट्रंग संवाददाता)। लगभग 150 वर्षों से गौसेवा के लिए समर्पित कलकत्ता पिंजरापोल सोसाइटी के तत्वावधान में हरियाणा भवन (गिरीश पार्क) में विराट गौ-कार्यकर्ता सम्मेलन का आयोजन किया गया। सम्मेलन की अध्यक्षता सोसाइटी के मार्गदर्शक एवं वरिष्ठ पदाधिकारी नंदलाल सिंघानिया ने की। मंच पर सोसाइटी के महामंत्री पवन कुमार टिबडेवाला, उपाध्यक्ष एवं कथा-संयोजक देवकीनंदन तोदी, सोदपुर सचिव गौरीशंकर कालुका, सहसचिव बिमल मल्लावत, चाकुलिया उपाध्यक्ष रमेश लोधा एवं लिलुआ से दीपक कानोडिया उपस्थित रहे। कोषाध्यक्ष सुरेन्द्र चमडिया एवं सहसचिव राजकमल बांगड़ द्वारा गौवंदना के सामूहिक गायन के साथ सम्मेलन का शुभारंभ हुआ। उत्तर, दक्षिण, मध्य कोलकाता तथा हावड़ा क्षेत्र के विभिन्न गौपूजन केंद्रों से लगभग 115 मुख्य प्रभारियों सहित सैकड़ों गौभक्तों ने उपस्थित होकर सम्मेलन को सफल बनाया। नंदलाल जी एवं महामंत्री पवन जी ने सभी गौभक्तों का स्वागत करते हुए सोसाइटी द्वारा

आयोजित आगामी तीन दिवसीय गौ महिमा कथा में तन-मन से सहयोग देने का आह्वान किया। कथा-संयोजक देवकीनंदन तोदी ने गौकथा की संक्षिप्त जानकारी देते हुए इसके उद्देश्य से सभी को अवगत कराया। राजकमल जी एवं बिमल जी ने उपस्थित गौभक्तों का परिचय कराया। सम्मेलन में अनुराग गुप्ता, अजीत सरावगी, कमल केडिया, महावीर बजाज, संदीप तुलसियान, अजय शाह, कमल गुप्ता, मनोज लुहारीवाला, विजय निगाणियां, सुनील खेतान, आशीष थर्ड, विश्वनाथ खड्किया, पवन चौधरी, शशि लड्डा, ओमप्रकाश गुप्ता, विष्णु गुप्ता, अनिल जैन, राकेश चौधरी, श्यामलाल अग्रवाल, सुशील चौधरी, चंद्रशेखर अग्रवाल, श्री बगडिया, प्रदीप जयदेवका, अशोक माधोगाडिया, अभिषेक चमडिया, हरिराम सराफ, भागचंद मूधड़ा, ओमप्रकाश झोपट एवं अनेक महिला कार्यकर्ता आदि मुख्य रूप से उपस्थित रहे।

वक्ताओं ने अपने संबोधन में गौसेवा के विभिन्न पहलुओं पर चर्चा करते हुए पिंजरापोल को स्वावलंबी बनाने तथा भविष्य में और अधिक

मजबूती से गौसेवा करने पर जोर दिया। विशेष रूप से युवा पीढ़ी को गौसेवा से सीधे जोड़ने की आवश्यकता बताई गई। साथ ही डिजिटल प्लेटफॉर्म एवं सोशल इंप्लूएसर के माध्यम से गोमाता को युवाओं की पहुंच तक लाने पर भी विशेष जोर दिया गया।

मीडिया प्रभारी सुरेन्द्र चमडिया ने बताया कि मंच से पदाधिकारियों ने 11 सितंबर से 13 सितंबर तक इस्कॉन बैंकवेट में राष्ट्र संत स्वामी श्री गोविंददेव गिरि जी महाराज के व्यासत्व में होने वाली त्रिदिवसीय गौकथा सेवा यज्ञ में सभी गौभक्तों से सपरिवार उपस्थित होने का आह्वान किया। साथ ही प्रत्येक व्यक्ति से अपने साथ कम से कम 5 से 10 नए गौभक्तों को कथा में लाने का अनुरोध किया गया। सम्मेलन में उपस्थित सभी गौभक्तों ने एकजुट होकर सोसाइटी के अनवरत चलने वाले सभी गौसेवा अभियानों से सीधे जुड़ने का संकल्प लिया और सोसाइटी की ओर से भी उन्हें हरसंभव सहयोग देने का पूर्ण आश्वासन दिया गया। अंत में शांतिमंत्र के साथ सभा का समापन हुआ।

पं. विजयधर शास्त्री ‘ज्योतिषाचार्य’
(सम्पूर्णानन्द संस्कृत विश्वविद्यालय, वाराणसी)
‘ज्योतिष मध्य’ (संस्कृत कॉलेज, कोलकाता)
एम.ए. (संस्कृत) (एच.पी. यूनिवर्सिटी, शिमला)
मो. : 9830162173, 9123055746

14 कैरेट, 18 कैरेट और 22 कैरेट गोल्ड एवं डायमंड चैन की नई रेंज ग्राहकों के लिए उपलब्ध कराई गई है। ये कलेक्शन पारंपरिक खूबसूरती के साथ आधुनिक डिजाइन और बदलते फैशन ट्रेंड्स को ध्यान में रखकर तैयार किए गए हैं।

नए शोरूम में ग्राहकों को गोल्ड, डायमंड और डिजाइनर ज्वेलरी की विविध रेंज देखने को मिलेगी। सेनको गोल्ड के स्टोर नेटवर्क में गोल्ड, डायमंड, प्लेटिनम, जेमस्टोन और विभिन्न डिजाइनर कलेक्शन शामिल हैं। कंपनी अपने स्टोर्स पर गोल्ड एक्सचेंज, कस्टमाइजेशन, ज्वेलरी क्लीनिंग एवं मेंटेनेंस जैसी सुविधाएं भी उपलब्ध करती है। उद्घाटन समारोह में अभिनेत्री स्वस्तिका दत्ता की मौजूदगी ने आयोजन को खास बना दिया। नई कलेक्शन के अनावरण के साथ सेनको गोल्ड एंड डायमंड्स ने राजरहाट-गोपालपुर और आसपास के ग्राहकों के लिए त्योहारी खरीदारी को और खास बनाने की दिशा

में एक और कदम बढ़ाया है। नए शोरूम का विस्तार सेनको गोल्ड एंड डायमंड्स की उस व्यापक रणनीति का हिस्सा है, जिसके तहत कंपनी अपने ब्रांड और आभूषण कलेक्शन को अधिक से अधिक ग्राहकों तक पहुंचाने पर जोर दे रही है।

कोलकाता (राष्ट्रंग संवाददाता)। आभूषण प्रेमियों के लिए राजरहाट-गोपालपुर में खरीदारी का एक नया और आकर्षक ठिकाना जुड़ गया है। सेनको गोल्ड एंड डायमंड्स ने क्षेत्र में अपने नए शोरूम का शुभारंभ किया। कंपनी के 189वें शोरूम के उद्घाटन अवसर पर अभिनेत्री स्वस्तिका दत्ता और कंपनी की डायरेक्टर एवं हेड-मार्केटिंग एंड डिजाइन जोइता सेन ने नई गोल्ड एवं डायमंड ज्वेलरी कलेक्शन का अनावरण किया। एड्कोन बिल्डिंग, राजरहाट मेन रोड, डिरोजियो कॉलेज के पास स्थित यह शोरूम लगभग 6,000 वर्गफुट क्षेत्र में फैला है। फेस्टिव सीजन को ध्यान में रखते हुए शोरूम में ज्वेलरी की आकर्षक और ट्रेंडी रेंज पेश की गई है। खासतौर पर लेयर्ड चैन के साथ 10 कैरेट,

भारत का सबसे बड़ा तवांग मठ



अरुणाचल प्रदेश में स्थित तवांग मठ देश के सबसे प्रसिद्ध बौद्ध धार्मिक स्थलों में से एक है। समुद्र तल से लगभग 10,000 फीट की ऊँचाई पर स्थित यह मठ प्राकृतिक सौंदर्य, आध्यात्मिक शांति और सांस्कृतिक विरासत का अद्भुत संगम प्रस्तुत करता है। इसे "गोल्डन नामग्याल ल्हात्से" के नाम से भी जाना जाता है, जिसका अर्थ है "दिव्य स्वर्ग में स्थित पवित्र स्थान"। तवांग मठ की स्थापना सन 1680 में मेरक लामा लोद्रे ग्यात्सो ने की थी। यह मठ तिब्बती बौद्ध धर्म की गेलुम्पा परंपरा से जुड़ा हुआ है और दलाई लामा के अनुयायियों के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण माना जाता है। यह भारत का सबसे बड़ा तथा विश्व का दूसरा सबसे बड़ा बौद्ध मठ है। मठ की विशाल इमारत, रंग-बिरंगी चित्रकारी और शांत वातावरण पर्यटकों को गहरे रूप से आकर्षित करते हैं। मठ के भीतर लगभग 28 फीट ऊँची भगवान बुद्ध की स्वर्णिम प्रतिमा स्थापित है,

हिमालय की गोद में बसी धार्मिक खूबसूरती और सांस्कृतिक विरासत

यह दर्रा अपनी प्राकृतिक झीलों और बर्फीले दृश्यों के लिए प्रसिद्ध है। यहाँ का सेला झील पर्यटकों के आकर्षण का मुख्य केंद्र है। इसके अतिरिक्त माधुरी झील भी अत्यंत सुंदर स्थल है। यह झील चारों ओर पहाड़ियों और देवदार के वृक्षों से घिरी हुई है। कहा जाता है कि हिन्दी फिल्म अभिनेत्री माधुरी दीक्षित की एक फिल्म की शूटिंग यहाँ हुई थी, जिसके बाद इस झील का नाम माधुरी झील पड़ गया। इतिहास में रूचि रखने वाले पर्यटक तवांग युद्ध स्मारक भी देख सकते हैं। यह स्मारक 1962 के भारत-चीन युद्ध में शहीद हुए भारतीय सैनिकों की स्मृति में बनाया गया है। यहाँ प्रतिदिन होने वाला लाइट एंड साउंड शो देशभक्ति की भावना से भर देता है। तवांग आने का सबसे अच्छा समय मार्च से अक्टूबर के बीच माना जाता है, जब मौसम अपेक्षाकृत सुहावना रहता है। हालांकि, जो पर्यटक बर्फबारी का आनंद लेना चाहते हैं, वे दिसंबर और जनवरी में भी यहाँ आ सकते हैं। यहाँ पहुँचने के लिए सबसे निकटतम हवाई अड्डा तेजपुर और रेलवे स्टेशन असम में स्थित हैं, जहाँ से सड़क मार्ग द्वारा तवांग पहुँचा जा सकता है। तवांग मठ केवल एक धार्मिक स्थल नहीं, बल्कि प्रकृति, संस्कृति और आध्यात्मिकता का अद्भुत संगम है। यहाँ की शांत वादियाँ, बौद्ध संस्कृति और हिमालय की भव्यता हर पर्यटक के मन में अविस्मरणीय स्मृतियाँ छोड़ जाती हैं। जो भी व्यक्ति जीवन में शांति और प्राकृतिक सौंदर्य का अनुभव करना चाहता है, उसके लिए तवांग मठ एक आदर्श पर्यटन स्थल है।



प्रोटीन से भरपूर है काले चने की चटनी

क्या आपने कभी काले चने की चटनी खाई? अगर नहीं तो एक बार अपने घर पर इसे जरूर बनाएं। काले चने की चटनी का स्वाद भी गजब का होता और यह खाने में भी हेल्दी होती है। रोजाना एक तरह का खाना खाकर आप भी बोर हो गए होंगे। इसलिए अपने टेस्ट में नयापन लाने के लिए घर में बनाएं काले चने की चटनी। इसमें काफी प्रोटीन पाया जाता है। इसके साथ ही यह खट्टा-मीठा और चटपटा स्वाद खाने का मजा दोगुना कर देता है। आइए आपको काले चने की चटनी की रेसिपी बताते हैं। **काले चने की चटनी के लिए सामग्री:** काले चने-1 कप भोगे हुए, लहसुन- 8-10, अदरक-1 इंच, हरी मिर्च- 3-4, ताजा हरा धनिया-1 कप, काला नमक- 1/2 छोटा चम्मच, सादा नमक- स्वादानुसार, नींबू का रस-1 बड़ा चम्मच, सरसों का तेल- 2 छोटे चम्मच, टमाटर-1, कटा हुआ प्याज- 1 छोटा, हींग- 1 चुटकी। **काले चने की चटनी बनाने की विधि:** रात के समय काले चनों को भिगोकर रख दें। अगले दिन सुबह कुकर में 4-5 सीटी लगाकर इसे अच्छे से उबाल लें। इस बात का ध्यान रखें कि चना पूरी तरह से उबाल जाएं और नरम नजर आए। इसके बाद एक पैन में एक छोटा चम्मच तेल या घी गर्म करें। अब इसमें जीरा, लहसुन, अदरक और हरी मिर्च डालकर हल्का से भून लें। इसमें कटा हुआ प्याज डालें और सुनहरा होने तक भुनें। फिर इसमें कटे हुए टमाटर और थोड़ा सा नमक डालकर पकाएं, जब तक यह टमाटर नरम न हो जाए। अब इसमें उबले हुए काले चने डालें और अच्छी तरह मिलाते हुए 2 मिनट के लिए भून लें। जिससे मसालों का स्वाद चनों में अंदर तक मिक्स कर लें। इसके बाद गैस को बंद करें और इस पूरे मिश्रण को पूरी तरह ठंडा होने दें। अब इस मिश्रण को मिक्सी के जार में डालें। फिर हरा धनिया और थोड़ा सा पानी डालकर दरदरा पीस लें। इस चटनी को आप एक बाउल में निकाल लें। नींबू का रस मिलाएं। यदि आप और भी स्वाद चाहती हैं, तो राई और करी पत्तों का तड़का लगा सकते हैं।

चंद्रयान से गगनयान तक : भारत की अंतरिक्ष यात्रा और नए युग का उदय

"आकाश सीमा नहीं, बल्कि संभावनाओं की शुरुआत है।" यह कथन आज के भारत पर अक्षरशः लागू होता है। कभी सीमित संसाधनों के साथ अंतरिक्ष अनुसंधान की शुरुआत करने वाला भारत आज विश्व के अग्रणी अंतरिक्ष राष्ट्रों में सम्मानपूर्वक खड़ा है। यह यात्रा केवल रॉकेटों और उपग्रहों की नहीं, बल्कि वैज्ञानिक दृष्टि, आत्मनिर्भरता, राष्ट्रीय संकल्प और करोड़ों भारतीयों के सपनों की यात्रा है। 23 अगस्त भारत के लिए केवल एक तिथि नहीं, बल्कि वैज्ञानिक स्वाभिमान का प्रतीक है। इसी दिन वर्ष 2023 में भारत के चंद्रयान-3 ने चंद्रमा के दक्षिणी ध्रुव के निकट सफल सॉफ्ट लैंडिंग कर इतिहास रचा। भारत ऐसा करने वाला विश्व का पहला देश बना। इस गौरवपूर्ण उपलब्धि की स्मृति में भारत सरकार ने 23 अगस्त को "राष्ट्रीय अंतरिक्ष दिवस" के रूप में मनाने की घोषणा की। भारत के अंतरिक्ष कार्यक्रम की नींव 1960 के दशक में रखी गई। सीमित संसाधनों, साधारण प्रयोगशालाओं और बड़े सपनों के साथ भारतीय वैज्ञानिकों ने एक ऐसे अभियान की शुरुआत की, जिसने आज पूरी दुनिया का ध्यान अपनी ओर आकर्षित किया। डॉ. विक्रम साराभाई का स्पष्ट विश्वास था कि अंतरिक्ष विज्ञान का उद्देश्य केवल वैज्ञानिक उपलब्धि नहीं, बल्कि आम नागरिक के जीवन को बेहतर बनाना होना चाहिए। यही सोच भारतीय अंतरिक्ष कार्यक्रम की सबसे बड़ी ताकत बनी। 1969 में स्थापित भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (ISRO) ने अपने अनुशासन, वैज्ञानिक क्षमता और कम लागत में उच्च गुणवत्ता वाले मिशनों के कारण विश्व में विशिष्ट पहचान बनाई।



भारत ने आर्यभट्ट (1975) से अपनी उपग्रह यात्रा प्रारंभ की। इसके बाद भास्कर, रोहिणी, इनसैट, आईआरएस, जीसैट, पीएसएलवी और जीएसएलवी जैसे अनेक मिशनों ने भारत को तकनीकी रूप से सशक्त बनाया। आज भारतीय प्रक्षेपण यान विश्व के अनेक देशों के उपग्रह अंतरिक्ष में स्थापित कर रहे हैं। यह उपलब्धि भारत की वैज्ञानिक विश्वसनीयता और तकनीकी दक्षता का प्रमाण है। 2008 में चंद्रयान-1 ने चंद्रमा पर जल-अणुओं की उपस्थिति के प्रमाण देकर विश्व विज्ञान को नई दिशा दी। इसके बाद चंद्रयान-2 ने अनेक महत्वपूर्ण वैज्ञानिक जानकारीयें प्रदान कीं। यद्यपि उसका लैंडर अंतिम चरण में सफल नहीं हो पाया, पर भारतीय वैज्ञानिकों ने हार नहीं मानी। 23 अगस्त 2023 को चंद्रयान-3 के विक्रम लैंडर और प्रज्ञान रोवर की सफल लैंडिंग ने यह सिद्ध कर दिया कि दृढ़ संकल्प, वैज्ञानिक दृष्टि और निरंतर प्रयास से असंभव भी संभव हो जाता है। यह केवल एक मिशन की सफलता नहीं थी, बल्कि भारत की वैज्ञानिक परिपक्वता और आत्मविश्वास की वैश्विक घोषणा थी।

भारत ने 2013 में मंगलयान (Mars Orbiter Mission) को पहली ही कोशिश में सफल बनाकर विश्व को चकित कर दिया। इसके बाद आदित्य-एल। मिशन ने सूर्य के अध्ययन में भारत की भागीदारी को नई ऊँचाई दी। इन मिशनों ने यह सिद्ध किया कि भारत केवल अंतरिक्ष में पहुँचने वाला देश नहीं, बल्कि अंतरिक्ष विज्ञान में ज्ञान का सृजन करने वाला राष्ट्र भी है। अंतरिक्ष तकनीक केवल ग्रहों और तारों के अध्ययन तक सीमित नहीं है। आज इसका लाभ प्रत्येक नागरिक तक पहुँच रहा है— मौसम की सटीक भविष्यवाणी। चक्रवात और बाढ़ जैसी आपदाओं की पूर्व चेतावनी। किसानों के लिए फसल और भूमि संबंधी जानकारी। दूरदराज क्षेत्रों में संचार और शिक्षा। टेलीमैडिसिन और डिजिटल सेवाओं का विस्तार। सीमा सुरक्षा और राष्ट्रीय सुरक्षा में सहायता। नेविगेशन और परिवहन प्रणाली का विकास। इस प्रकार अंतरिक्ष विज्ञान हमारे दैनिक जीवन का अभिन्न अंग बन चुका है। अब भारत का लक्ष्य केवल उपग्रह भेजना नहीं, बल्कि अपने अंतरिक्ष यात्रियों को स्वदेशी तकनीक से अंतरिक्ष में भेजना है। गगनयान मिशन भारत की वैज्ञानिक क्षमता का अगला बड़ा अध्याय होगा। यह मिशन देश के युवाओं में विज्ञान और नवाचार के प्रति नई प्रेरणा जगाएगा। भारत चंद्रयान-4, शुक्र मिशन, उन्नत उपग्रह प्रणालियों, पुनः प्रयोज्य प्रक्षेपण यानों और अंतरिक्ष आधारित अनुसंधान पर निरंतर कार्य कर रहा है। आने वाले वर्षों में भारत वैश्विक अंतरिक्ष अर्थव्यवस्था में और अधिक महत्वपूर्ण भूमिका निभाने की क्षमता रखता है। अंतरिक्ष की विजय केवल वैज्ञानिकों की उपलब्धि नहीं, बल्कि पूरे राष्ट्र की सामूहिक सफलता है। जब कोई देश विज्ञान में निवेश करता

है, तब वह केवल तकनीक नहीं विकसित करता, बल्कि अपने युवाओं के सपनों को भी पंख देता है। राष्ट्रीय अंतरिक्ष दिवस हमें यह संदेश देता है कि यदि संकल्प स्पष्ट हो, परिश्रम निरंतर हो और लक्ष्य राष्ट्रहित हो, तो आकाश भी सीमित नहीं रहता। 23 अगस्त का राष्ट्रीय अंतरिक्ष दिवस भारत के वैज्ञानिक स्वाभिमान, आत्मनिर्भरता और नवाचार का पर्व है। चंद्रयान से गगनयान तक की यात्रा बताती है कि भारत अब केवल अंतरिक्ष का दर्शक नहीं, बल्कि भविष्य का निर्माता है। आइए, इस अवसर पर हम वैज्ञानिक सोच, अनुसंधान और नवाचार को अपने जीवन का हिस्सा बनाने का संकल्प लें, क्योंकि विकसित भारत का मार्ग ज्ञान, विज्ञान और तकनीक से होकर ही जाता है! चाँद की धरती छू आया है, भारत का विश्वास नया, ज्ञान, विज्ञान और परिश्रम से, खुला विकास का द्वार नया। चंद्रयान से गगनयान तक, बढ़ते रहें हमारे कदम, विश्वगुरु भारत का भविष्य, विज्ञान से होना और दम।

23 अगस्त 2023 को चंद्रयान-3 के विक्रम लैंडर और प्रज्ञान रोवर की सफल लैंडिंग ने यह सिद्ध कर दिया कि दृढ़ संकल्प, वैज्ञानिक दृष्टि और निरंतर प्रयास से असंभव भी संभव हो जाता है। यह केवल एक मिशन की सफलता नहीं थी, बल्कि भारत की वैज्ञानिक परिपक्वता और आत्मविश्वास की वैश्विक घोषणा थी।

भारत चंद्रयान-4, शुक्र मिशन, उन्नत उपग्रह प्रणालियों, पुनः प्रयोज्य प्रक्षेपण यानों और अंतरिक्ष आधारित अनुसंधान पर निरंतर कार्य कर रहा है। आने वाले वर्षों में भारत वैश्विक अंतरिक्ष अर्थव्यवस्था में और अधिक महत्वपूर्ण भूमिका निभाने की क्षमता रखता है। अंतरिक्ष की विजय केवल वैज्ञानिकों की उपलब्धि नहीं, बल्कि पूरे राष्ट्र की सामूहिक सफलता है। जब कोई देश विज्ञान में निवेश करता

है, तब वह केवल तकनीक नहीं विकसित करता, बल्कि अपने युवाओं के सपनों को भी पंख देता है। राष्ट्रीय अंतरिक्ष दिवस हमें यह संदेश देता है कि यदि संकल्प स्पष्ट हो, परिश्रम निरंतर हो और लक्ष्य राष्ट्रहित हो, तो आकाश भी सीमित नहीं रहता। 23 अगस्त का राष्ट्रीय अंतरिक्ष दिवस भारत के वैज्ञानिक स्वाभिमान, आत्मनिर्भरता और नवाचार का पर्व है। चंद्रयान से गगनयान तक की यात्रा बताती है कि भारत अब केवल अंतरिक्ष का दर्शक नहीं, बल्कि भविष्य का निर्माता है। आइए, इस अवसर पर हम वैज्ञानिक सोच, अनुसंधान और नवाचार को अपने जीवन का हिस्सा बनाने का संकल्प लें, क्योंकि विकसित भारत का मार्ग ज्ञान, विज्ञान और तकनीक से होकर ही जाता है! चाँद की धरती छू आया है, भारत का विश्वास नया, ज्ञान, विज्ञान और परिश्रम से, खुला विकास का द्वार नया। चंद्रयान से गगनयान तक, बढ़ते रहें हमारे कदम, विश्वगुरु भारत का भविष्य, विज्ञान से होना और दम।

●सुरेश सिंह बैस "शाश्वत"

क्या बाईं करवट सोना वाकई पाचन के लिए बेस्ट है?

दिनभर की थकान के बाद हर किसी के लिए सुकूनभरी और अच्छी नींद बेहद जरूरी होती है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि सिर्फ कितने घंटे सोते हैं। यही नहीं आप किस पोजीशन में सोते हैं, इसका भी आपकी सेहत पर बड़ा असर हो सकता है। खासतौर पर हार्टबर्न और डाइजेशन जैसी समस्याओं में सोने की पोजीशन बेहद अहम भूमिका निभाती है। कई लोग रात में खाना खाने के बाद खट्टी डकार, सीने में जलन, एसिडिटी या पेट में भारीपन की शिकायत करते हैं। अक्सर इसकी वजह अनियमित खानपान या मसालेदार खाने के माना जाता है। लेकिन कई बार गलत तरीके से सोना भी इन परेशानियों को बढ़ा सकता है। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको बताने जा रहे हैं कि क्या सोने की पोजीशन से भी पाचन और सीने में जलन की समस्या हो सकती है। सोने की पोजीशन से भी पाचन और सीने में जलन की समस्या: हेल्थ एक्सपर्ट के मुताबिक भोजन के फौरन बाद ही पीठ के बल सीधे लेट जाना या फिर पूरी तरह से सपाट सोने से पेट का एसिड भोजन नली की तरफ वापस आने लगता है। जिस कारण खट्टी डकार, सीने में जलन और गले में जलन जैसी समस्याएँ पैदा हो सकती हैं। खासकर उन लोगों को

जिनको पहले से गैस्ट्रोएसोफेगल रिफ्लक्स डिजीज है। उनमें यह समस्याएँ ज्यादा देखने को मिलती है। कई बार पेट के बल सोने से भी पेट पर ज्यादा दबाव पड़ता है, जिस कारण पाचन संबंधी असुविधा बढ़ सकती है। इस कारण देर रात भारी खाना खाने के फौरन बाद लेटना सही आदत नहीं मानी जाती है। पाचन के लिए सोने की सबसे अच्छी पोजीशन: पाचन और हार्टबर्न दोनों के लिए बाईं करवट लेकर सोना फायदेमंद माना जाता है। बाएं और करवट लेकर सोने से गुरुत्वाकर्षण की वजह से पेट का एसिड भोजन नली में वापस आने की संभावना कम होती है। इससे एसिड रिफ्लक्स और सीने की जलन की समस्या नहीं होती है। वहीं कुछ लोगों के लिए सिर और कंधों को थोड़ा ऊंचा रखकर सोना भी फायदेमंद होता है।

ऐसा करने से पेट का एसिड ऊपर की ओर नहीं आता है और फिर रात में हार्टबर्न की शिकायत भी कम हो सकती है। लेकिन हर व्यक्ति की शारीरिक स्थिति अलग होती है। इसलिए यदि किसी को लगातार समस्या बनी रहती है, तो उसको फौरन डॉक्टर की सलाह जरूर लेना चाहिए। वहीं बाएं ओर करवट लेकर रात में सोने से एसिड रिफ्लक्स के लक्षणों को कम करने में मदद कर सकता है। इससे हार्टबर्न और खट्टी डकार जैसी समस्याएँ कम हो सकती हैं। इससे नींद और क्वालिटी बेहतर होती है। लेकिन अगर बार-बार एसिड रिफ्लक्स की समस्या होती है, तो सिर्फ सोने की पोजीशन को चेंज करने पर ही निर्भर नहीं रहना चाहिए बल्कि डॉक्टर की सलाह और इलाज भी जरूरी है। हार्टबर्न से कैसे करें बचाव: रात को सोने से कम से कम 2-3 घंटे पहले भोजन कर लेना चाहिए। जिससे कि भोजन को

पचने का समय मिल सके। राज में ज्यादा मसालेदार, तला-



मटकी फोड़ लीग सीजन-2 का भव्य आगाज

26 गोविंदा टीमों के बीच होमा रोमांचक मुकाबला

एमपीएल का आधिकारिक एंथम साँग 'गोविंदा आला रे...' और मैस्कॉट 'मटकू' लॉन्च
डीडी स्पोर्ट्स, वेल्स ओटीटी और प्रसार भारती स्पोर्ट्स के यू-ट्यूब चैनल पर होगा सीधा प्रसारण

नई दिल्ली(राष्ट्ररंग संवाददाता)। भारत के 5500 साल पुराने खेल को आधुनिक प्रतिযোগिता का स्वरूप देने वाली मटकी फोड़ लीग (एमपीएल) सीजन-2 का आगाज हो गया। एनएससीआई क्लब, मधुरा रोड, नई दिल्ली में आयोजित प्रेस वार्ता में एमपीएल का आधिकारिक एंथम साँग 'गोविंदा आला रे...' और मैस्कॉट 'मटकू' लॉन्च किया गया। आयोजकों के अनुसार मुकाबलों का सीधा प्रसारण 3 और 4 सितंबर को डीडी स्पोर्ट्स, वेल्स ओटीटी तथा प्रसार भारती स्पोर्ट्स के यू-ट्यूब चैनल पर होगा।

आयोजन यमुना स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स, सूरजमल विहार, पूर्वी दिल्ली में होगा। एमपीएल के फाउंडर जय भगवान गोयल ने कहा कि 'गोविंदा आला रे...' भगवान श्रीकृष्ण की भक्ति, भारतीय संस्कृति, सामूहिक उत्साह और सदियों पुरानी परंपरा का प्रतीक है। पिछले 23 वर्षों से आयोजित श्री कृष्ण जन्माष्टमी महोत्सव की परंपरा को इस वर्ष और भव्य स्वरूप दिया जा रहा है। एमपीएल सीजन-2 खेल, संस्कृति, परंपरा और युवा शक्ति को एक मंच पर लाएगा।

26 गोविंदा टीमों के बीच मुकाबला
जय भगवान गोयल ने बताया कि इस वर्ष 26 गोविंदा टीमों, जिसमें लड़कों और लड़कियों की टीमें शामिल होंगी, के बीच मुकाबले होंगे। इसका उद्देश्य युवाओं को संस्कृति और परंपराओं से जोड़ने के साथ टीम भावना, अनुशासन, साहस,



नेतृत्व, शारीरिक क्षमता और सहयोग की भावना मजबूत करना है। उन्होंने कहा कि एमपीएल भारतीय परंपरा को खेल की आधुनिक भाषा में नई पीढ़ी तक पहुंचाने का प्रयास है। प्रेस वार्ता में एमपीएल का आधिकारिक एंथम सांग भी लॉन्च किया गया, जिसे बॉलीवुड के प्रसिद्ध प्लेबैक सिंगर रोमी ने आवाज दी है। रोमी ने फिल्म 'मिर्जापुर' और 'उरी-द सर्जिकल स्ट्राइक' सहित कई चर्चित प्रोजेक्ट्स में अपनी आवाज दी है।

दिल्ली की सड़कों पर संदेश लेकर निकलेगा 'मटकू'
एमपीएल के को-फाउंडर मनदीप गोयल ने बताया कि आम जनता, विशेषकर बच्चों और युवाओं को लीग से जोड़ने के लिए आधिकारिक मैस्कॉट 'मटकू' तैयार किया गया है। 'मटकू' दिल्ली के विभिन्न क्षेत्रों में पहुंचकर एमपीएल सीजन-2 का संदेश देगा और लोगों को आयोजन में शामिल होने का निमंत्रण देगा। उन्होंने कहा कि आज के डिजिटल दौर में बच्चों और युवाओं को अपनी

जड़ों, संस्कृति और परंपराओं से जोड़ना जरूरी है। **खेल के मैदान में दिखेगा साहस, संतुलन और टीमवर्क**
लीग में गोविंदा टीमें मटकी फोड़ने के दौरान शारीरिक क्षमता, संतुलन, रणनीति, समन्वय और टीमवर्क का प्रदर्शन करेंगी। ऊंचाई पर टंगी मटकी तक पहुंचने के लिए सामूहिक प्रयास और बेहतरीन तालमेल जरूरी होगा। उन्होंने कहा कि आईपीएल की तर्ज पर एमपीएल की टीमें बेची जाएंगी। अब तक सिग्नेचर ग्लोबल, के.एल.जे. हाउस, पीसी ज्वैल्स, ट्राईडेंट टेकलेब, कृषि रसायन, एसएमसी ग्लोबल, दीपाली डिजाइन्स एंड डेकोरेटर्स, बाहुबली ई-रिक्शा, एसकेजी फैमिली हाउस सहित कई प्रतिष्ठित संस्थान एमपीएल सीजन-2 के स्पॉन्सर के रूप में जुड़ चुके हैं। कार्यक्रम में संजय गोयल (एसकेजी फैमिली ऑफिस, आनंदया फाउंडेशन), राजेश गुप्ता (मल्टीकलर), दिनेश गोयल, जतिन गोयल (बाहुबली ई-रिक्शा), शंकर साहनी, सुप्रसिद्ध गायक आदि सम्मिलित थे।

भाजयुमो राष्ट्रीय अध्यक्ष हेमांग जोशी का भव्य स्वागत



नई दिल्ली (राष्ट्ररंग संवाददाता)। भारतीय जनता युवा मोर्चा के राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं वडोदरा से सांसद डॉ. हेमांग जोशी के पहली बार दिल्ली आगमन पर भाजयुमो कार्यकर्ताओं ने दिल्ली एयरपोर्ट पर उनका जोरदार स्वागत किया। दिल्ली प्रदेश भाजयुमो अध्यक्ष रजत चौधरी के नेतृत्व में बड़ी संख्या में कार्यकर्ता एयरपोर्ट पहुंचे और फूल-मालाओं, पुष्पगुच्छों तथा ढोल-नगाड़ों के साथ उनका अभिनंदन किया। इस दौरान कार्यकर्ताओं ने भारत माता की जय, वंदे मातरम् और भाजपा जिंदाबाद के नारे लगाए।

डॉ. हेमांग जोशी ने कार्यकर्ताओं का अभिवादन



स्वीकार करते हुए कहा कि दिल्ली में जिस गर्मजोशी और आत्मीयता के साथ उनका स्वागत किया गया, वह उनके लिए विशेष अनुभव है। उन्होंने कहा कि युवा कार्यकर्ता संगठन की ताकत हैं और राष्ट्रनिर्माण में युवाओं की भूमिका महत्वपूर्ण है। रजत चौधरी ने कहा कि राष्ट्रीय अध्यक्ष का दिल्ली आगमन युवा कार्यकर्ताओं के लिए उत्साह और प्रेरणा का अवसर है। उन्होंने कहा कि दिल्ली युवा मोर्चा संगठन को मजबूत करने और अधिक से अधिक युवाओं को पार्टी की विचारधारा से जोड़ने के लिए पूरी प्रतिबद्धता से कार्य कर रहा है। इस अवसर पर दिल्ली भाजपा ओबीसी मोर्चा के



सोशल मीडिया प्रमुख साहिल यादव ने भी डॉ. जोशी का स्वागत किया। एयरपोर्ट पर स्वागत के बाद डॉ. हेमांग जोशी ने कर्नाट प्लेस स्थित प्रसिद्ध हनुमान मंदिर पहुंचकर पूजा-अर्चना की और देश की सुख-समृद्धि, शांति एवं जनकल्याण की कामना की।

स्वतंत्रता दिवस पर नव ऊर्जा वेलफेयर ट्रस्ट ने बच्चों को किया सम्मानित

निःशुल्क प्रशिक्षण पाठ्यक्रमों की शुरुआत, शिक्षा और रोजगार के लिए नई पहल



नई दिल्ली (राष्ट्ररंग संवाददाता)। नव ऊर्जा वेलफेयर ट्रस्ट द्वारा स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर राष्ट्रप्रेम और उत्साह से भरपूर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस दौरान एनजीओ से जुड़े बच्चों ने देशभक्ति गीतों एवं सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के माध्यम से सभी का मन मोह लिया और वीर शहीदों को नमन किया। बच्चों का उत्साह बढ़ाने और उन्हें शिक्षा के



प्रति प्रेरित करने के उद्देश्य से ट्रस्ट की ओर से कॉपी, किताबें और पेन सहित शिक्षा सामग्री वितरित की गई। उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले बच्चों को मेडल पहनाकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर बच्चों और उपस्थित गणमान्य लोगों के बीच मिठाई भी वितरित की गई।

समाज के कमजोर वर्गों, महिलाओं और युवाओं को आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में ट्रस्ट ने

कई निःशुल्क प्रशिक्षण पाठ्यक्रम शुरू करने की घोषणा की। इनमें सिलाई, कंप्यूटर, ब्यूटी पार्लर, ट्यूशन, मेहंदी और इंग्लिश स्पीकिंग कोर्स शामिल हैं। संस्था का उद्देश्य कौशल विकास के माध्यम से रोजगार के नए अवसर उपलब्ध कराना है। नव ऊर्जा वेलफेयर ट्रस्ट के मनोज गंडोत्रा ने जरूरतमंद विद्यार्थियों एवं इन पाठ्यक्रमों का लाभ उठाने के इच्छुक लोगों से आगे आने की अपील की है।



एस. जी. एण्ड सन्स ज्वैल्स प्रा. लि. के सुरेंद्र कुमार सोनी को 'राष्ट्र रत्न अवॉर्ड 2026' का मोमेटो प्रदान कर सम्मानित करते हुए 'राष्ट्र-रंग' के प्रबंध निदेशक संतोष तिवारी।



होटल ओपीएस के स्थापना दिवस पर केक काटकर जन्मदिवस की खुशियां मनाते होटल ओपीएस ग्रुप के चेयरमैन ओम प्रकाश शाव, होटल स्टाफ एवं शुभचिंतक।

तालकटोरा स्टेडियम में सजा 'बदरिया' का रंग, लोक प्रस्तुतियों ने बांधा समां

मनोज तिवारी के पंचरा और मालिनी अवस्थी के लोकगीतों पर झूमे हजारों दर्शक



नई दिल्ली (राष्ट्ररंग संवाददाता)। मानसून की विदाई के अवसर पर मैथिली-भोजपुरी अकादमी, दिल्ली सरकार के सहयोग से माता चक्रेी देवी फाउंडेशन द्वारा 31 अगस्त को तालकटोरा स्टेडियम में 'बदरिया' रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किया गया। उद्घाटन दिल्ली भाजपा अध्यक्ष हर्ष मल्होत्रा ने दीप प्रज्वलित कर किया। कार्यक्रम में हजारों पूर्वांचल समाज के लोगों ने सांस्कृतिक प्रस्तुतियों का आनंद लिया।

सांसद मनोज तिवारी ने पारंपरिक पंचरा और लोक गायिका मालिनी अवस्थी ने लोकगीत प्रस्तुत कर दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। सुश्री अनुराधा सिंह के भक्ति गीतों तथा विभिन्न समूहों की नृत्य प्रस्तुतियों ने भी खूब वाहवाही बटोरी। वाद्य संगीतकार शौभिक सरकार, सौरभ गांगुली, संभवी पाठक, सनवी पाठक, रूपक डे और चंदन तिवारी



ने भोजपुरी एवं मैथिली गीतों से समां बांधा।

इस अवसर पर हर्ष मल्होत्रा ने कहा कि भारत की विविधता ही हमारी सबसे बड़ी शक्ति है। हर 50-60 किलोमीटर पर भाषा और बोली बदल जाती है, लेकिन हमारी मूल संस्कृति बंधुत्व, आत्मीयता, परोपकार और समाज के प्रत्येक व्यक्ति के लिए कुछ करने की भावना है। उन्होंने कहा कि 'बदरिया' की विशेषता केवल सांस्कृतिक प्रस्तुतियां नहीं, बल्कि वैचित, शोषित और पीड़ित वर्गों की चिंता करना भी है। समाज का कोई व्यक्ति अकेला या उपेक्षित महसूस न करे, उनके बच्चे अच्छी शिक्षा पाएं और माताएं-बहनें आत्मनिर्भर बनें, यही प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी के सशक्त समाज के संकल्प का मूल भाव है। उन्होंने श्रीमती योगिता सिंह और उनकी टीम के सेवा एवं सामाजिक सरोकारों की सराहना की।

कार्यक्रम में दिल्ली विधानसभा अध्यक्ष विजेंद्र गुप्ता, प्रदेश संगठन महामंत्री पवन राणा, दिल्ली सरकार में मंत्री कपिल मिश्रा, दिल्ली के महापौर प्रवेश वाही, उपमहापौर डॉ. मोनिका पंत, माता चक्रेी देवी फाउंडेशन की अध्यक्ष एवं प्रदेश महामंत्री श्रीमती योगिता सिंह, प्रदेश महामंत्री विष्णु मित्तल, फाउंडेशन के न्यासी एवं भाजपा नेता बृजेश राय, प्रदेश उपाध्यक्ष विक्रम बिभूड़ी, दिल्ली भाजपा पूर्वांचल मोर्चा अध्यक्ष श्रीमती लता गुप्ता, भारत एक्सप्रेस के सीईओ उर्पेंद्र राय, उद्यमी आदित्य कुमार हलवासिया, भाजपा कार्यलय मंत्री कैलाश जैन एवं अमित गुप्ता सहित कई पदाधिकारी उपस्थित रहे। योगिता सिंह और बृजेश राय सहित संयोजकों ने हजारों पूर्वांचल समाज के लोगों का अभिनंदन किया।



ईस्ट ऑफ कैलाश इस्कॉन मंदिर में 4 सितंबर को उत्साह और उमंग के साथ मनाया जाएगा श्रीकृष्ण जन्माष्टमी



नई दिल्ली (राष्ट्ररंग संवाददाता)। ईस्ट ऑफ कैलाश स्थित इस्कॉन मंदिर में 4 सितंबर को श्रीकृष्ण जन्माष्टमी का पर्व बड़े उत्साह और उमंग के साथ मनाया जाएगा। इस वर्ष मंदिर की सजावट और भगवान श्रीकृष्ण के श्रृंगार की विशेष थीम उनके प्रिय 'मोर' (मयूर) पर आधारित होगी। भगवान के लिए विशेष वस्त्र और आभूषण वृंदावन से तैयार करवाए गए हैं। मंदिर परिसर को थाईलैंड और बेंगलुरु से मंगाए गए फूलों से सजाया जाएगा। इन फूलों की सुगंध और मनमोहक सजावट श्रद्धालुओं के लिए विशेष आकर्षण का केंद्र रहेगी। भगवान श्रीकृष्ण की लीलाओं पर आधारित भव्य झांकियां भी उत्सव की शोभा बढ़ाएंगी। वहीं पूरा मंदिर विद्युत रोशनी से जगमगाएगा। इस्कॉन के राष्ट्रीय संपर्क निदेशक ब्रजेन्द्र नंदन दास ने बताया कि जन्माष्टमी को लेकर सुखसा व्यवस्था चाक-चौबंद रहेगी। दिल्ली पुलिस के 500 जवान और 1200 प्राइवेट सुरक्षा गार्ड तैनात रहेंगे। मंदिर परिसर में 300 सीसीटीवी कैमरे लगाए जाएंगे। इसके अलावा 4 फायर ब्रिगेड की गाड़ियां और 8 एम्बुलेंस भी तैनात रहेंगी। डॉक्टरों की टीम भी हर पल सतर्क रहेगी।

सुबह 4:30 बजे खुलेंगे दर्शन के लिए पट
भगवान श्री राधा पार्थसारथी के दर्शन के लिए सुबह 4:30 बजे पट खोल दिए जाएंगे। दर्शन के लिए श्रद्धालुओं की कतार सुबह 3 बजे से ही लगनी शुरू हो जाती है और लगभग 5000 भक्त दर्शन के लिए पहुंचते हैं। सुबह 7:30 बजे श्रृंगार दर्शन होगा। इसके बाद रात 1 बजे तक दर्शन जारी रहेंगे। रात्रि 9:30 बजे महाभिषेक प्रारंभ होगा। मध्य रात्रि 12 बजे भगवान को 1008 प्रकार के व्यंजनों का भोग लगाया जाएगा। इसके बाद

12:30 बजे महाआरती होगी और रात 1 बजे मंदिर के पट बंद कर दिए जाएंगे।

कई गणमान्य अतिथियों को किया गया आमंत्रित
जन्माष्टमी के अवसर पर भगवान श्री राधा पार्थसारथी के दर्शन के लिए कई गणमान्य लोगों को भी आमंत्रित किया गया है। इनमें ओम बिरला, लोक सभा स्पीकर, नितिन नवीन, राष्ट्रीय अध्यक्ष बीजेपी, विजेंद्र गुप्ता, विधानसभा स्पीकर दिल्ली, श्रीमती रेखा गुप्ता, मुख्यमंत्री दिल्ली सरकार, हर्ष मल्होत्रा, अध्यक्ष बीजेपी दिल्ली प्रदेश, श्रीमती बांसुरी स्वराज, सांसद लोक सभा और अन्य गणमान्य लोग शामिल हैं।

अलग-अलग द्वारों से होगी प्रवेश व्यवस्था
श्रद्धालुओं की सुविधा और भीड़ प्रबंधन को देखते हुए मंदिर में अलग-अलग द्वारों से प्रवेश की व्यवस्था की गई है। द्वार 1 से आम जनता के लिए प्रवेश होगा। इस्कॉन के दानदाता और अति विशिष्ट व्यक्तियों के लिए द्वार 7, लोटस मंदिर



की ओर से प्रवेश की व्यवस्था रहेगी। वहीं द्वार 6, कालका मंदिर की ओर से इस्कॉन के शुभचिंतकों और खास श्रद्धालुओं को प्रवेश दिया जाएगा।

द्वार 5 से स्पेशल आमंत्रित भक्तों के लिए प्रवेश की व्यवस्था होगी। इन सभी के लिए निमंत्रण पत्र साथ लाना अनिवार्य होगा। दर्शन के बाद बाहर निकलते समय सभी भक्तों को प्रसाद वितरित किया जाएगा।

श्री श्री माता शीतला पूजा

माँ वडापोलम्मा

आंध्र यूथ संगम
द्वारा आयोजित

75 वाँ वर्ष — प्लैटिनम जुबली समारोह

माता रानी के पावन आशीर्वाद हेतु आयोजित **श्री श्री माता शीतला पूजा में आप सपरिवार सादर आमंत्रित हैं**

📅 **08 सितंबर 2026, मंगलवार**
⌚ **शाम 5:00 बजे**
📍 **1, रिमाउंट रोड, कोलकाता – 700027**

आपकी उपस्थिति हमारे लिए सौभाग्य की बात होगी

जय माता दी

सभी सदस्य सादर आमंत्रित हैं

📍 खड़दह

📍 टीटागढ़

📍 खड़गपुर

📍 हावड़ा मैदान

📍 बी.एन.आर.

📍 मेडिकल कॉलेज

प्रचार है तो व्यापार है

इधर-उधर जाने से बवं घर बैठे विज्ञापन बुक करें

आज ही बुक करें
☎ **9339153162**
Maa Sharda Enterprises
Bantosh Tiwari, Email: meeko2023@gmail.com



बॉक्स ऑफिस



सलमान को अर्पिता ने बांधी राखी, वीडियो हुआ वायरल

रक्षाबंधन पर सलमान खान और उनकी बहन अर्पिता खान शर्मा का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल है। इसमें अर्पिता सलमान की आरती उतारकर उनकी कलाई पर राखी बांधती नजर आ रही हैं। पीछे दीवार पर जीसस क्राइस्ट और लियोनार्डो दा विंची की मशहूर पेंटिंग 'द लास्ट सपर' का म्यूरल दिख रहा है। इस दृश्य को सोशल मीडिया यूजर्स भारत की विविधता, सह-अस्तित्व और धार्मिक सौहार्द से जोड़ रहे हैं।

अर्पिता ने की सलमान की आरती, बांधी राखी: रक्षाबंधन का यह सेलिब्रेशन सलमान की बहन अलवीरा खान अग्निहोत्री के घर हुआ। अर्पिता खान शर्मा ने सोशल मीडिया पर इसकी झलक शेयर की। वीडियो में वह सफेद प्रिंटेड कुर्ते और दुपट्टे में, जबकि सलमान टी-शर्ट, जींस और ब्लैक काउबॉय स्टाइल हैट में नजर आ रहे हैं। अर्पिता पहले सलमान की आरती उतारती हैं, फिर उनकी कलाई पर राखी बांधती हैं।

पीछे दिखा जीसस और 'द लास्ट सपर' का म्यूरल: राखी बांधने के दौरान पीछे दीवार पर जीसस क्राइस्ट की तस्वीर और लियोनार्डो दा विंची की मशहूर पेंटिंग 'द लास्ट सपर' दिखाई देती है। यही दृश्य सोशल मीडिया यूजर्स के बीच चर्चा का कारण बना। कई लोगों ने इसे भारत में अलग-अलग धर्मों के साथ रहने और एक-दूसरे की परंपराओं के सम्मान का प्रतीक बताया।

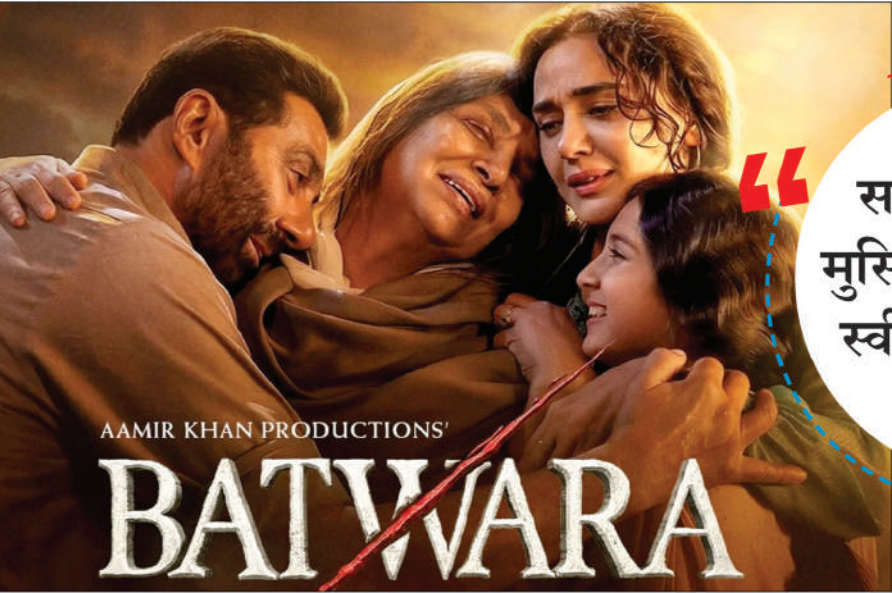
सोशल मीडिया पर लोगों ने क्या कहा? वीडियो सामने आने के बाद एक्स पर कई यूजर्स ने प्रतिक्रिया दी। एक यूजर ने इसे इंटरनेट का सबसे धर्मनिरपेक्ष वीडियो बताया। दूसरे यूजर ने लिखा कि एक मुस्लिम भाई को हिंदू पति से शादी करने वाली मुस्लिम बहन राखी बांध रही है और पीछे जीसस की तस्वीर है। एक अन्य यूजर ने अर्पिता और सलमान की तस्वीर को भारत में धर्म निरपेक्षता की खास झलक बताया। हालांकि, ये प्रतिक्रियाएं सोशल मीडिया यूजर्स की अपनी राय हैं।

राखी पर सलमान की कलाई भी दिखी: रक्षाबंधन सेलिब्रेशन के बाद सलमान को घर के बाहर भी देखा गया। उनकी कलाई पर कई रंग-बिरंगी राखियां और माथे पर तिलक था। पेंपराजी के कहने पर सलमान ने कुछ देर अपनी राखियां दिखाई और फिर कार से रवाना हो गए।

रक्षाबंधन पर भी नहीं चला 'टॉक्सिक' का जादू

कन्नड़ सुपरस्टार यश की एक्शन-थ्रिलर फिल्म 'टॉक्सिक' का बॉक्स ऑफिस सफर रिलीज के तीसरे दिन थोड़ा धीमा पड़ गया है। फिल्म ने रिलीज के साथ ही सिनेमाघरों में शानदार शुरुआत की और पहले दिन 101.10 करोड़ रुपये का बंपर कलेक्शन किया। हालांकि, दूसरे दिन कमाई घटकर 37.65 करोड़ रुपये रह गई। सैकनिलक के मुताबिक, रक्षाबंधन की छुट्टी के बावजूद तीसरे दिन फिल्म ने करीब 26.60 करोड़ रुपये का कारोबार किया। इस तरह शुरुआती तीन दिनों में फिल्म का कुल कलेक्शन करीब 165.35 करोड़ रुपये पहुंच गया है।

शुरुआत से ही 'टॉक्सिक' को लेकर दर्शकों में जबरदस्त उत्साह देखने को मिला था, लेकिन फिल्म को समीक्षकों से मिली-जुली से लेकर नकारात्मक प्रतिक्रियाएं मिली हैं। इसके बावजूद फिल्म ने हिंदी बाजार में अपनी मजबूत पकड़ बनाई है। शुरुआती तीन दिनों की कमाई के आधार पर 'टॉक्सिक' इस साल की सबसे ज्यादा कमाई करने वाली हिंदी फिल्मों की सूची में आठवें स्थान पर पहुंच गई है। फिल्म ने इम्तियाज अली की 'मैं वापस आऊंगा' और शाहिद कपूर की 'ओ रेमियो' के लाइफटाइम कलेक्शन को पीछे छोड़ दिया है। अब इसकी नजर 'कॉकटेल 2' के रिकॉर्ड पर है।



क्रिसमस पर होगा किंग और किंग-100 में महामुकाबला!

तेलुगु सिनेमा के दिग्गज सुपरस्टार नागार्जुन के 67वें जन्मदिन के खास मौके पर मेकर्स ने उनकी ऐतिहासिक 100वीं फिल्म का आधिकारिक टाइटल, पहली झलक और रिलीज डेट का ऐलान कर दिया है। 'King100' नाम की यह भव्य फिल्म 24 दिसंबर को क्रिसमस के मौके पर दुनिया भर के सिनेमाघरों में दस्तक देगी। इसी दिन बॉलीवुड के किंग शाहरुख खान की बहुप्रतीक्षित फिल्म 'किंग' भी रिलीज हो रही है, जिससे बॉक्स ऑफिस पर दो बड़े दिग्गजों के बीच अब तक के सबसे रोमांचक महा-मुकाबले का मंच तैयार हो गया है। अन्नपूर्णा स्टूडियोज ने घोषणा की कि नागार्जुन की

इलक और रिलीज डेट का ऐलान कर दिया है। 'King100' नाम की यह भव्य फिल्म 24 दिसंबर को क्रिसमस के मौके पर दुनिया भर के सिनेमाघरों में दस्तक देगी। इसी दिन बॉलीवुड के किंग शाहरुख खान की बहुप्रतीक्षित फिल्म 'किंग' भी रिलीज हो रही है, जिससे बॉक्स ऑफिस पर दो बड़े दिग्गजों के बीच अब तक के सबसे रोमांचक महा-मुकाबले का मंच तैयार हो गया है। अन्नपूर्णा स्टूडियोज ने घोषणा की कि नागार्जुन की

'King100' 24 दिसंबर को रिलीज होगी। डेढ़ मिनट से ज्यादा लंबी इस पहली झलक में अनुभवी एक्टर को एक स्टाइलिश और भव्य अंदाज में दिखाया गया है और गरीबी से अमीरी तक के उनके दिलचस्प सफर की एक झलक मिलती है। वीडियो की शुरुआत नागार्जुन के किरदार के पैसे, ताकत और पहचान के बारे में विचारों से होती है। यह उस सफर की ओर इशारा करता है जिसमें वह कुछ भी न

होने की स्थिति से निकलकर सबसे ताकतवर लोगों में से एक बन जाते हैं। उनका मोनोलॉग (अकेले बोला गया संवाद) महत्वाकांक्षा, सफलता और अपनी पहचान बनाए रखने की कीमत के बारे में कहानी का माहौल बनाता है। वे कहते हैं, इस दुनिया में दो तरह के लोग होते हैं। जिनके पास पैसा है और जिनके पास नहीं है। जब मेरे पास पैसा नहीं था, तो लोग मुझे लुज़र कहते थे। जब मेरे पास पैसा आया, तो उन्होंने मुझे 'किंग' कहा।

'कैप्टन इंडिया' के लिए उड़ान भरने को तैयार कार्तिक आर्यन

बॉलीवुड अभिनेता कार्तिक आर्यन अपनी बहुप्रतीक्षित एक्शन-ड्रामा फिल्म 'कैप्टन इंडिया' के साथ एक बड़े कैनवस पर लौटने के लिए पूरी तरह तैयार हैं। 'चक दे ! इंडिया' फेम निर्देशक शिमित अमीन के निर्देशन में बन रही यह फिल्म युद्धग्रस्त देश से भारतीयों को सुरक्षित बाहर निकालने के एक रियल-लाइफ रेस्क्यू मिशन पर आधारित है। घुटने की सर्जरी से उबर रहे 36 वर्षीय अभिनेता 1 सितंबर से लंदन में

इस फिल्म के लंबे शेड्यूल की शुरुआत करेंगे। यह फिल्म 13 अगस्त 2027 को स्वतंत्रता दिवस के खास वीकेंड पर सिनेमाघरों में दस्तक देगी। जो लोग इस एक्टर के प्रोजेक्ट्स पर नज़र रखते हैं, उनके लिए 'कैप्टन इंडिया' अब चर्चा का केंद्र बन गई है। यह फिल्म एक बड़े कैनवस पर बनी कहानी है जो देश की भावना, गर्व और जज़्बात से जुड़ी है। यह खबर 36 वर्षीय एक्टर द्वारा घुटने की सर्जरी के बाद सोशल मीडिया पर अपना पहला अपडेट शेयर करने के कुछ समय बाद ही आई है।

'कैप्टन इंडिया' की शूटिंग 1 सितंबर को लंदन में शुरू होगी और अक्टूबर के आखिर तक चलेगी। यह फिल्म 13 अगस्त, 2027 को स्वतंत्रता दिवस के वीकेंड पर सिनेमाघरों में रिलीज होने वाली है। 'चक दे ! इंडिया' जैसी फिल्मों के लिए मशहूर अमीन द्वारा निर्देशित इस फिल्म को नश वजीफ़दार, संचित गुप्ता और प्रियदर्शी श्रीवास्तव ने लिखा है। इसे भूषण कुमार की टी-सीरीज और बावेजा स्टूडियो ने डोपामाइन स्टूडियो के साथ

मिलकर प्रोड्यूस किया है, और इसका प्रोडक्शन एस बी फ़िल्म्स ने किया है। यह फिल्म भूषण कुमार और टी-सीरीज के उन प्रोजेक्ट्स की कड़ी है जो बड़े पैमाने और दमदार कंटेंट को एक साथ लाने का लक्ष्य रखते हैं। 'कैप्टन इंडिया' की कहानी देश की भावना, गर्व और जज़्बात से जुड़ी है और इसे बड़े पैमाने पर बनाया जा रहा है। कार्तिक आर्यन की रिकवरी का अपडेट और अन्य प्रोजेक्ट्स: 'कैप्टन इंडिया' की घोषणा आर्यन के घुटने की सर्जरी के बाद किए गए पहले पोस्ट के बाद हुई है। कबीर खान की बिना नाम वाली स्पोर्ट्स ड्रामा फिल्म के लिए एक जबरदस्त एक्शन सीन की शूटिंग के दौरान एक्टर घायल हो गए थे।

इमरान हाशमी को हुआ स्वाइन फ्लू



बॉलीवुड एक्टर इमरान हाशमी स्वाइन फ्लू (H1N1) की चपेट में आ गए हैं। उनकी पिछले कुछ दिनों से तबीयत खराब थी। हाल ही में H1N1 का टेस्ट करवाने के बाद रिपोर्ट पॉजिटिव आई। इमरान हाशमी पिछले कुछ दिनों से लगातार ट्रेवल कर रहे थे। वह रांची भी गए थे। उनकी तबीयत लगातार बिगड़ रही थी। तबीयत ठीक नहीं होने पर उन्होंने H1N1 का टेस्ट कराया, जिसकी रिपोर्ट कल पॉजिटिव आई। डॉक्टरों ने इमरान हाशमी को आराम करने और जरूरी सावधानियां बरतने की सलाह दी है।

तबीयत बिगड़ने पर बेंगलोर शो कैसिल किया: आवारापन 2 की सक्सेस के बीच इमरान हाशमी बेंगलुरु के एक शो का हिस्सा बनने वाले थे, हालांकि स्वाइन फ्लू होने के बाद अब उन्होंने ये शो कैसिल कर दिया है। इमरान हाशमी ने आधिकारिक सोशल मीडिया से इसकी जानकारी दी है। उन्होंने लिखा, हैलो बेंगलुरु, मैं सच में बहुत बीमार हूँ और दुर्भाग्य से बेंगलुरु के शू में नहीं आ पाऊंगा। लेकिन पिक्चर खत्म नहीं हुई है, बस पोस्टपोन हुई है। मैं आप सभी से 12 सितंबर, शनिवार को सनबर्न यूनिशन में मिल्ंगा। आपके टिकट नई तारीख के लिए मान्य रहेंगे। आप सभी से मिलने का इंतजार नहीं कर सकता।" इमरान हाशमी की मोस्ट अवेटेड फिल्म आवारापन 2, 14 अगस्त को रिलीज हुई है। इस फिल्म ने अब तक 220 करोड़ का कलेक्शन कर लिया है।

मर्दों की मर्दानगी नारी की रक्षा करने में है

कृति सेनन के रक्षाबंधन से जुड़े एड में रिवाीलिंग कपड़े पहनने पर अब रामायण एक्टर सुनील लहरी भड़क गए हैं। उन्होंने इस एड का बहिष्कार किए जाने की तारीफ की और इसे संस्कृति के विरुद्ध कहा।

सुनील लहरी ने आधिकारिक सोशल मीडिया अकाउंट से एक वीडियो जारी किया है। वीडियो में उन्होंने कहा, 'प्रणाम दोस्ती, हमारे त्योहार, हमारे पर्व या फेस्टिवल, हम जो चाहें कह लें, इनके साथ हमारी भावनाएं, रिश्ते, संस्कार जुड़े हैं। इनका सम्मान करना, हम सबकी जिम्मेदारी है। जैसे कि पिछले दिनों एक रक्षाबंधन के विज्ञापन को एकजुट होकर जिस तरह बहिष्कार किया, उसका मैं सम्मान करता हूँ। हम सब मर्दों की मर्दानगी नारी की रक्षा करने में हैं। हम सबको उनका रक्षक होना चाहिए, भक्षक नहीं। वह सम्माननीय हैं, पूजनीय हैं।' कृति सेनन ने एड में रिवाीलिंग कपड़े पहने- यह पूरा विवाद जीवा (GIVA) ज्वेलरी ब्रांड के 36 सेकंड के रक्षाबंधन एडवर्टाइजमेंट से शुरू हुआ था। रक्षाबंधन से जुड़े इस एड में कृति ने ऑफ व्हाइट ब्रांलेट स्टाइल ब्लाउज, केप और ड्रेड स्कर्ट पहना था।



दिया मिर्जा ने बताया कैरियर के सबसे मुश्किल दौर का सच

मुझे सेट पर सैकड़ों आदमियों के सामने लगभग पूरी तरह कपड़े उतारने पड़े, मैं सिर्फ अंडरवियर और ब्रा में थी।

बॉलीवुड अभिनेत्री दिया मिर्जा सिर्फ एक बेहतरीन एक्ट्रेस ही नहीं है बल्कि स्टाइल आइकन भी हैं। दिया मिर्जा के लुकस और उनकी खूबसूरती की दुनिया दीवानी है। दिया मिर्जा ने पर्दे पर कई अलग अलग किरदारों को बखूबी निभाया है लेकिन साल 2001 में रिलीज हुई डेब्यू फिल्म 'रहना है तेरे दिल में' उनका किरदार आज भी लोगों के दिलों में जिंदा है।

दिया मिर्जा अक्सर अपनी पर्सनल और प्रोफेशनल लाइफ पर बात करती दिखाई देती हैं। एक बार दिया ने अपने करियर के अब तक के सबसे मुश्किल शूट के बारे में बात की। ये किस्सा जुड़ा है साल 2004 में रिलीज हुई फिल्म 'तुमसा नहीं देखा' से। फिल्म में बार डांसर का किरदार निभा रही दिया मिर्जा ने 'मुझे

तुमसे मोहब्बत है' गाने पर आइटम सॉन्ग किया था। गाना जबरदस्त हिट हुआ था। इसी गाने से जुड़ी याद शेयर करते हुए दिया मिर्जा ने बताया कि कैसे इस गाने को करने के बाद उनके अंदर का डर निकल चुका था। फिल्म में दिया एक बार डांसर के रोल में थीं और बार डांसर होने के चलते उन्होंने काफी बोल्ड कपड़ों में कई सारे मर्दों के सामने डांस किया था। दिया मिर्जा ने कहा, 'इस गाने ने मुझे उस डर से आजाद कराया, जिसके बारे में मैंने कभी नहीं सोचा था। मैं जिस कॉन्फिडेंस के साथ ये गाना परफॉर्म कर पाई, उसकी वजह वैभवी मर्चेंट थीं, जो उस गाने की कोरियोग्राफर थीं। उनके साथ उनकी टीम ने मुझे काफी कॉन्फिडेंट और सुरक्षित महसूस कराया। लेकिन, लड़की के तौर पर ये मेरे लिए अब तक की सबसे मुश्किल चीज थी।' दिया आगे कहती हैं, 'मुझे सेट पर सैकड़ों आदमियों के सामने लगभग पूरी तरह कपड़े उतारने पड़े, मैं सिर्फ अंडरवियर और ब्रा में थी। ये काफी अजीब स्थिति हो सकती थी, मुझे बुरा महसूस हो सकता था, लेकिन उस समय ऐसा नहीं हुआ। तब तक मैं समझ चुकी थी कि किसी एक्टर के लिए किसी किरदार की सच्चाई को समझना कितना जरूरी है।' दिया मिर्जा आगे कहती हैं, 'जब मुझे ये चीज समझ आ गई, मेरे अंदर से एक डर निकल गया। फिर ये मायने नहीं रखता कि कमरे में 500 लोग हैं या 1000।

'बंटवारा 1947' के फ्लॉप होने पर शबाना आजमी का बड़ा बयान

राजकुमार संतोषी के निर्देशन और आमिर खान के सहयोग से बनी बहुचर्चित फिल्म 'बंटवारा 1947' के बॉक्स ऑफिस पर खराब प्रदर्शन ने फिल्म जगत को हैरान कर दिया है। 14 अगस्त को रिलीज हुई यह फिल्म अब तक महज 53.96 करोड़ रुपये ही कमा सकी है, जबकि इसी दिन रिलीज हुई इमरान हाशमी की 'आवारापन 2' ने 200 करोड़ रुपये का आंकड़ा पार कर लिया है। दिग्गज अभिनेत्री शबाना आजमी ने फिल्म की असफलता पर प्रतिक्रिया देते हुए कहा कि इसकी मुख्य वजह संभवतः दर्शकों द्वारा सनी देओल को एक भारतीय मुस्लिम किरदार ('सिकंदर मिर्जा') के रूप में स्वीकार न कर पाना हो सकती है। 75 वर्षीय अभिनेत्री ने कहा कि उन्हें फ़िल्म की तारीफ और

सिनेमाघरों में इसके प्रदर्शन के बीच के अंतर को देखकर हैरानी हुई है। राजकुमार संतोषी के निर्देशन और आमिर खान के सहयोग से बनी, और सनी देओल अभिनीत 'बंटवारा 1947' से साल की सबसे बड़ी रिलीज में से एक होने की उम्मीद थी। इसने 'घातक' और 'गदर' के बाद सनी देओल और संतोषी को फिर से एक साथ लाया और प्रीति जिंटा की आठ साल के अंतराल के बाद बड़े पर्दे पर वापसी भी कराई। जूम के साथ बातचीत में आजमी ने कहा, 'सबसे पहले, मैं 'बंटवारा 1947' के बॉक्स-ऑफिस पर पूरी तरह से फ्लॉप होने से बहुत हैरान हूँ क्योंकि मेरे आस-पास ऐसे लोग हैं जो आकर मुझे बताते हैं कि उन्हें फिल्म बहुत पसंद आई। वे मुझे बताते हैं कि उन्हें इसका संदेश बहुत अच्छा लगा। उनमें से कई लोगों को लगता है कि आज के माहौल में ईंसानियत के बारे में बात करना बहुत जरूरी है। दूसरी ओर, लोग थिएटर नहीं गए और जो गए, वे उलझन भरी प्रतिक्रियाओं के साथ बाहर निकले।' उन्होंने आगे कहा, बात यह है कि आप सनी देओल को मुस्लिम के तौर पर स्वीकार नहीं कर सकते। 'कुली' और कई अन्य फ़िल्मों में अमिताभ बच्चन ने बहुत आसानी से मुस्लिम किरदार निभाए। 'दीवार' में उन्होंने 786 का बिल्ला लगाया और उसे स्वीकार किया गया। तो हम इसे कैसे समझें?

'दर्शक सनी देओल को मुस्लिम किरदार में स्वीकार नहीं कर पाए'

माइग्रेन का होम्योपैथिक उपचार



डॉ. वी.एन. राय
बी.एच.एम.एस. (कोलकाता)
मेडिकल ऑफिसर (एस.एच.)
गवर्मेन्ट ऑफ वेस्ट बंगाल
मो. : 9830 120167
E-mail: drbijendranrai3@gmail.com

माइग्रेन आज की जीवनशैली से जुड़ी सबसे आम समस्याओं में से एक है, जिसमें तेज सिरदर्द, उल्टी, चक्कर और प्रकाश या आवाज के प्रति संवेदनशीलता जैसी परेशानियां देखने को मिलती हैं। कई लोगों में तनाव,

नींद की कमी, गलत खानपान या हार्मोनल असंतुलन से यह समस्या अक्सर बढ़ जाती है। होम्योपैथी माइग्रेन का उपचार केवल लक्षणों तक सीमित नहीं रखती, बल्कि रोग की जड़ में जाकर लंबे समय तक राहत देने का प्रयास करती है।

प्रमुख होम्योपैथिक दवाएं
बेलाडोना– अचानक शुरू होने वाला तेज धड़कता हुआ सिरदर्द, आँखों में गर्मी और रोशनी से तकलीफ होने पर उपयोगी।

नैट्रम म्यूर–तनाव, भावनात्मक दबाव या धूप में अधिक समय रहने से बढ़ने वाले माइग्रेन में प्रभावी।

ग्लोबोइडम– धूप या गर्म वातावरण के कारण सिर में अत्यधिक भारीपन और धड़कन महसूस

होने पर राहत देती है।
आइरिस वर्सीकलर– सिरदर्द के साथ उल्टी, पेट में जलन और ससाह में एक निश्चित समय पर होने वाले माइग्रेन में उपयोगी।

स्पाइजेलिया– बाएं तरफ का तीव्र, चुभन जैसा सिरदर्द, जो चलने या झुकने पर बढ़ जाए।

सहायक सुझाव
पर्याप्त नींद लें, तेज रोशनी व तेज आवाज से बचें, अधिक पानी पिएँ, कैफीन और अत्यधिक तैलीय भोजन से दूरी रखें। नियमित योग, प्राणायाम और तनाव नियंत्रण तकनीकें भी लाभकारी होती हैं।

नोट: दवा का चुनाव व्यक्ति की प्रकृति और लक्षणों के आधार पर होता है। किसी भी दवा का सेवन करने से पहले योग्य होम्योपैथिक चिकित्सक से सलाह अवश्य लें।

रात के खाने का सही समय और तरीका बिना डाइटिंग घटाएं पेट की चर्बी

डिनर का सही समय और सही खाना चुनने से फैट कम करना काफी आसान हो जाता है, नींद की क्वालिटी बेहतर होती है और मेटाबॉलिक बीमारियों का खतरा भी कम होता है।

अक्सर जब हम वेट लॉस करने की कोशिश करते हैं, तो सबसे पहले यह सोचते हैं कि हमें क्या नहीं खाना है। जैसे कार्बोहाइड्रेट घटना, या सिर्फ प्रोटीन वाली डाइट लेना और कैलोरी लेना। कई बार लोग वेट लॉस के लिए इंटरमिटेन्ट फास्टिंग जैसी ट्रेंडिंग टेक्निक अपनाते हैं। लेकिन वेट लॉस का मतलब सिर्फ कम खाना या भूखे रहना नहीं है। एक नई रिसर्च के मुताबिक वेट लॉस में यह ज्यादा जरूरी है कि आप कब और क्या खाते हैं।

बता दें कि खासकर रात का खाना आपकी नींद, वजन और मेटाबॉलिज्म पर सीधा असर डालता है। अगर आप सही समय पर पौष्टिक और हल्का खाना खाते हैं, तो इससे पाचन बेहतर होता है। नींद बेहतर आती है, शरीर में फैट जलदी जलाता है और ब्लड शुगर कंट्रोल में रहता है। एक स्टडीज के अनुसार, डिनर का सही समय और सही खाना चुनने से फैट कम करना काफी आसान हो जाता है, नींद की क्वालिटी बेहतर होती है और मेटाबॉलिक बीमारियों का खतरा भी कम होता है।

कब करें डिनर
वैज्ञानिक शोध बताते हैं कि शाम को 5:30 से 7 बजे के बीच डिनर करने के वेट कंट्रोल करने का सही समय है। वहीं जो लोग रात 9-10 बजे या फिर इससे बाद में खाना खाते हैं, उनके शरीर में ब्लड शुगर लेवल बढ़ जाता है। साथ ही फैट बर्निंग की गति भी कम होती है। रिसर्च के मुताबिक जो लोग शाम को 5 बजे के आसपास डिनर कर लेते हैं, उनकी बॉडी अधिक कैलोरी बर्न करती है और इन लोगों को बेहतर नींद आती है।

सोने से 2-3 घंटे पहले खाएं खाना
एक्सपर्ट की राय है कि सोने से करीब 2-3 घंटे पहले डिनर करना चाहिए। क्योंकि इससे खाना अच्छे से पचता है, गैस और फ्लिडिटी की समस्या नहीं होती और अच्छी नींद आती है। वहीं अगर आप देर से खाना खाते हैं, तो शरीर को बॉडी क्लॉक गड़बड़ा जाती है। क्योंकि रात में मेटाबॉलिज्म धीमा पड़ जाता है।

जल्दी डिनर के फायदे
अगर आप जल्दी डिनर करते हैं, तो शरीर को 8-12 घंटे का नेचुरल फास्टिंग का टाइम मिल जाता है। इससे शरीर को स्टीर फैट जलाने, पाचन सुधारने और सूजन घटाने का समय मिलता है। इसी सिद्धांत पर इंटरमिटेन्ट फास्टिंग जैसी डाइट काम करती है। यानी की खाने का



समय तय करना, जिससे शरीर को खुद को रिपेयर करने का समय मिले और वेट लॉस हो सके।

प्रोटीन और हरी सब्जियां खाएं
टोफू, दालें, ग्रील्ड चिकन, फिश और बीन्स प्रोटीन के अच्छे स्रोत होते हैं। यह पेट को लंबे समय तक भरा रखने के साथ मसल्स को मजबूत बनाते हैं और मेटाबॉलिज्म को बढ़ाते हैं। आप अपने डिनर में हरी सब्जियां, सलाद, सूप और फाइबर युक्त भोजन शामिल करें। फाइबर डाइजेशन को धीरे करता है, भूख को कंट्रोल करता है और ब्लड शुगर को संतुलित रखता है।

कार्ब्स और हेल्दी फैट्स
अगर आपको कार्बोहाइड्रेट चाहिए तो आपको ब्राउन राइस, ओट्स, क्विनोआ या होल व्हीट जैसी चीजों का सेवन करना चाहिए। यह चीजें धीरे-धीरे पचती हैं और शरीर में शुगर का लेवल नहीं बढ़ाती हैं। थोड़ी मात्रा में नट्स, सीड्स, ऑलिव ऑयल और एवोकाडो लें। यह चीजें हार्मोन संतुलन में सहायता करती हैं और शरीर में विटामिन्स एब्जॉर्ब करने में सहायता करते हैं।

रात में कौन सी डाइट सही
रात में मेडिटरेनियन डाइट सही है। क्योंकि इस डाइट में दालें, फिश, होल ग्रेन, सब्जियां और हेल्दी फैट्स होते हैं। यह डाइट वेट लॉस और दिल की सेहत के लिए लाभकारी मानी जाती है। इसके अलावा लाइट एशियन डिनर और प्लांट-बेस्ड डाइट बढ़िया पोषण हैं। रात में तला हुआ और भारी खाना, प्रोसेस्ड मीट, मीटेड्रिंक या डेजर्ट, क्रीमी या ग्रेवी वाला फूड, सफेद ब्रेड, पास्ता या रिफाईंड कार्ब्स आदि खाने से बचना चाहिए।

डिक्लेमेर : इस लेख के सुझाव सामान्य जानकारी के लिए हैं। किसी भी बीमारी के लक्षणों की स्थिति में डॉक्टर की सलाह जरूर लें।

देसी चाय से मिलेगी ग्रेड 1 फैटी लिवर से राहत

ग्रेड 1 फैटी लिवर को रिवर्स करने के लिए एक खास देसी चाय कारगर हो सकती है। यह चाय डंडेलियन रूट, धनिया, हल्दी और काली मिर्च से बनती है, जो लिवर को डिटॉक्स कर चर्बी कम करने और सूजन घटाने में मदद करती है।

– एक्सपर्ट्स ने बताया है कि यदि आपको रिपोर्ट में फैटी लिवर ग्रेड 1 है, तो आप इस लिवर डिटॉक्स चाय का सेवन शुरू कर सकते हैं। यह चाय लिवर को साफ रखने, सूजन कम करने और शरीर को स्वाभाविक रूप से डिटॉक्स करने में मदद करती है।

– डंडेलियन रूट बाइल प्रोडक्शन को बेहतर करती है, शरीर में जमे हुए टॉक्सिन्स को बाहर निकालती है और लिवर को डिटोक्स करती है।

– धनिया की पत्तियां, लिवर इन्फ्लेमेशन को कम करती हैं और

हैवी मीलस के बाद शरीर को डिटॉक्स करने में सहायक है।

– हल्दी में कर्क्युमिन होता है, जो लिवर में जमे हुए फैट को कम करती है और इससे ऑक्सीडेटिव स्ट्रेस से होने वाले डैमेज से लिवर सेल्स का बचाव होता है।

– शरीर में कर्क्युमिन को काली मिर्च जरूर सुधारती है और इससे लिवर एंजाइम्स का सीक्रेशन बेहतर होता है।

कैसे बनाएं चाय : सबसे पहले आप 1 पैन में 1 गिलास पानी डालें। इसमें डंडेलियन रूट टी डालें। इसमें धनिये की पत्तियां डालें। अब 1 चुटकी हल्दी और काली मिर्च डालें। फिर इसे अच्छे से उबालकर छान लें। इसको आप दिन में 1 बार जरूर पिएं।

डिक्लेमेर : इस लेख के सुझाव सामान्य जानकारी के लिए हैं। डॉक्टर की सलाह जरूर लें।

सेहत और सौंदर्य का खजाना है मेथी मेथी खाने से मिलेंगे ये 10 अद्भुत फायदे, बीमारियों से रहेंगे दूर

मेथी केवल एक स्वादिष्ट सब्जी नहीं, बल्कि आयुर्वेदिक गुणों का ऐसा अनमोल खजाना है, जिसे रोज खाने से आपका शरीर अंदर से स्ट्रोंग करता है और आपकी इम्यूनिटी बढ़ती है। जिससे आप कई मौसमी बीमारियों से बच सकते हैं। हेल्थ एक्सपर्ट ने बताया है कि मेथी शरीर के तीनों दोषों को संतुलित करती है। इसलिए इसको आप अपनी डाइट में जरूर शामिल करें।

मेथी सेहत और सौंदर्य का खजाना है
– मेथी खाने से पाचन अग्नि तेज होती है। यह गैस, ब्लोटिंग, कब्ज और खाने के बाद महसूस होने

वाले भारीपन को कम करती है। यह आंतों के स्वास्थ्य को पूरी तरह दुरुस्त करके, भोजन के उचित अवशोषण करने में मदद करता है।

– आयुर्वेद में मेथी को **डाइबिटीज** को दूर करने वाला बताया गया है। यह इंसुलिन सेंसिटिविटी को बढ़ाती है और ब्लड ग्लूकोज को स्थिर रखने में मदद करती है। डाइबिटीज को कंट्रोल करने के लिए अपनी डाइट में नियमित रूप से मेथी को एडऑन कर सकते हैं।

– मेथी में एंटी-इन्फ्लेमेटरी गुण पाए जाते हैं। यह सर्दियों में जोड़ों की जकड़न, दर्द और त्वचा की सूजन वाली समस्याओं में राहत पहुंचाता है।

– इसको आप नियमित रूप से सेवन करेंगे, तो आपका ब्लड शुद्ध होगा। जिससे आपकी स्किन में ब्राइट होगी और मुंहासे भी कम होंगे। इसके साथ ही पूरे शरीर का डिटॉक्स-फिकेशन अच्छी तरह से होता है।

– मेथी लिवर के मेटाबॉलिज्म को सपोर्ट करता है और शरीर से

अतिरिक्त विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालने में मदद करता है। साथ ही शरीर में ऊर्जा का स्तर बढ़ाता है। आप पूरा दिन एनर्जेटिक महसूस करेंगे।

– मेथी के पत्तियों में पर्याप्त मात्रा में प्राकृतिक आयरन पाया जाता है। यह एनीमिया (खून की कमी), थकान और बालों के झड़ने जैसी समस्याओं में अत्यंत लाभकारी है, यह शरीर में शक्ति बढ़ाता है।

– मेथी के शीतल और कड़वे गुण शरीर में अतिरिक्त पित्त को कम करते हैं। इससे त्वचा साफ, चमकदार और मुंहासे रहित बनती है।

– यदि आप वेट लॉस करना



चाहते हैं, तो मेथी को अपनी डाइट में शामिल करें। मेथी मेटाबॉलिज्म को तेजी से बढ़ाती है, अनावश्यक क्रेविंग को कम करती है और फैट के पाचन में सुधार करती है, जिससे वजन नेचुरली कंट्रोल होता है।

– मेथी ब्रेस्टफीडिंग कराने वाली माताओं में ब्रेस्ट मिल्क का उत्पादन बढ़ाने के लिए जानी जाती है। इसमें गैलेक्टागॉग नाम का तत्व होता है। इसके साथ ही डिलीवरी के बाद स्वास्थ्य को भी पोषण देता है।

– मेथी में विटामिन, आयरन और एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होती है, जो बालों की जड़ों को मजबूत करती हैं, डैंड्रफ कम करती है और बालों की ग्रोथ को बढ़ाती है।

कब्ज से राहत पाने के लिए डाइट में शामिल करें ये फूड्स

पेट के साथ आंतों की होगी सफाई

कब्ज एक आम लेकिन परेशान करने वाली समस्या है। कम फाइबर युक्त फूड, अनहेल्दी लाईफ स्टाइल, तनाव और पानी की कमी जैसी आदतों की वजह से कब्ज की समस्या होती है। जब पेट साफ करने में समस्या आती है, तो पेट दर्द, सिरदर्द, गैस, आलस्य और मुंह के स्वाद बिगड़ने जैसे लक्षण दिखते हैं। दवाओं की जगह अगर सही और नेचुरल फूड को अपनाया जाए, तो कब्ज की समस्या जड़ से खत्म हो सकती है। ऐसे में आज इस आर्टिकल के जरिए हम आपको कुछ ऐसे प्रभावी फूड्स के बारे में जानकारी देने जा रहे हैं, जिनको अपनी डाइट में शामिल करने से कब्ज से राहत मिल सकती है।

पपीता : पपीता में नैचुरल एंजाइम पपेन और फाइबर भरपूर मात्रा में पाया जाता है। जोकि पाचन क्रिया को दुरुस्त करता है और आंतों को भी साफ रखता है। रोजाना सुबह खाली पेट पपीता खाना पेट के लिए काफी फायदेमंद होता है।

भीगे हुए अंजीर : अंजीर फाइबर का एक बेहतरीन स्रोत माना जाता है। रात को 2-3 भिगोए हुए अंजीर का सेवन करने से आंतों की गति बढ़ती है और मल आसानी से बाहर निकलता है।

त्रिफला चूर्ण : आयुर्वेद में त्रिफला चूर्ण को



कब्ज की समस्या से राहत पाने के लिए दवाओं की जगह अगर सही और नेचुरल फूड को अपनाया जाए, तो कब्ज की समस्या जड़ से खत्म हो सकती है। ऐसे में हम आपको कुछ ऐसे प्रभावी फूड्स के बारे में जानकारी देने जा रहे हैं, जिनको अपनी डाइट में शामिल करने से कब्ज से राहत मिल सकती है।

कब्ज का सबसे असरदार उपायों में से एक माना जाता है। इसलिए रोजाना रात में सोने से पहले गुनगुने पानी के साथ त्रिफला चूर्ण का सेवन करने से कब्ज धीरे-धीरे ठीक होता है।

गुनगुना पानी और नींबू : रोजाना सुबह एक गिलास गुनगुने पानी में नींबू और शहद मिलाकर पीने से आंतें एक्टिव रहती हैं और शरीर में जमा टॉक्सिन्स भी बाहर निकलते हैं।

पालक : पालक में आयरन, फाइबर और मैग्नीशियम भरपूर मात्रा में पाया जाता है। इसके सेवन से पाचन तंत्र को मजबूती मिलती है और पेट साफ करने में यह मदद करता है।

किशमिश : किशमिश में नेचुरल लैक्सेटिव गुण पाया जाता है। इसलिए रात में किशमिश भिगोकर सुबह खाली पेट इसका सेवन करने से इसका दोगुना फायदा मिलता है।

किचन में छुपी हैं ब्लड शुगर कंट्रोल की चाबी

डाइबिटीज आज की सबसे खतरनाक बीमारियों में से एक है, लेकिन राहत की बात यह है कि इसके नियंत्रण की चाबी हमारे किचन में ही छिपी है। ये तीनों देसी नुस्खे नियमित रूप से अपनाकर डाइबिटीज को प्राकृतिक तरीके से कंट्रोल किया जा सकता है।

डाइबिटीज आज की सबसे खतरनाक बीमारियों में से एक है, लेकिन राहत की बात यह है कि इसके नियंत्रण की चाबी हमारे किचन में ही छिपी है। सबसे पहले, त्रिफला-गिलोय डिटॉक्स ट्रिंक ब्लड शुगर लेवल को कम करने में बेहद असरदार है। आधा-आधा टीस्पून त्रिफला और गिलोय को रातभर पानी में भिगोकर सुबह खाली पेट पीने से पाचन सुधरता है, टॉक्सिन्स निकलते हैं और पैन्क्रियाज सक्रिय होता है।

दूसरा उपाय है हल्दी और आंवला का चूर्ण- 1 टीस्पून मिश्रण को गुनगुने पानी के साथ खाने से पहले लेने से इंसुलिन सेंसिटिविटी बढ़ती है और लिवर फंक्शन बेहतर होता है। तीसरा उपाय है गुड़मार, तुलसी और दालचीनी की चाय, जो ब्लड शुगर लेवल को संतुलित रखती है, शुगर क्रेविंग कम करती है और ग्लूकोज मेटाबॉलिज्म सुधारती है। ये तीनों देसी नुस्खे



नियमित रूप से अपनाकर डाइबिटीज को प्राकृतिक तरीके से कंट्रोल किया जा सकता है।

बालों को झड़ने से रोकने के लिए ये 3 ‘घरेलू’ तेल हैं असली ‘हीरो’

ठंड में बालों का झड़ना आम है, लेकिन महंगे शैम्पू की बजाय नारियल, अरंडी और जोजोबा तेल जैसे घरेलू तेलों का इस्तेमाल करके आप बालों को घना, चमकदार और मजबूत बना सकते हैं। ये तेल रूखेपन, दोमुंहे बालों और रूसी को भी दूर करते हैं, जिससे बाल स्वस्थ और खूबसूरत दिखते हैं।

अक्सर ठंड के मौसम में बाल रूखे, बेजान और तेजी से टूटते जरूर हैं। ठंडी हवाएं नमी छीन लेती हैं, स्कैल्प ड्राई हो जाती है और बालों में नेचुरल शाइन गायब होने लगती है। डैमेज बालों की केयर करने के लिए महंगे-महंगे शैंपू, कंडीशनर और स्पा ट्रीटमेंट पर हजारों रुपये खर्च कर देते हैं, लेकिन असली जादू तो हमारी रसोई और प्राकृतिक के खजाने में ही छिपा होता है। अगर आप सर्दियों में रेगुलर तरीके से ऑयलिंग करेंगी और बालों की ड्राईनेस कम होती है, हेयर फॉल कंट्रोल होता है। बाल मुलायम और मैनेजेबल बनते हैं, स्कैल्प में नमी बनी रहती है और बाल प्राकृतिक रूप से चमकदार दिखते हैं। यदि आप



गर्म करें। अब रात में सोने से पहले स्कैल्प पर हल्के हाथों से मसाज करें। रात भर बालों में इसे लगे रहने दें। सुबह बालों को माइल्ड शैंपू से धोएं।

अरंडी का तेल

अरंडी का तेल इस्तेमाल करने मुख्य रूप से ड्राईनेस और डैमेज बालों के लिए सबसे बढ़िया है। इसके साथ ही यह बालों को भी काला करता है। हालांकि, यह सफेद बालों को काला नहीं करता, लेकिन धूप या पोषण की कमी से ग्रे हुए बालों को गहरा रंग देता है।

कैसे करें इस्तेमाल

यह ऑयल गाढ़ा और चिपचिपा हो जाता है, इसलिए इसे शैंपू करने से पहले लगाना अच्छा है। हेयर ऑयल

लगाने के बाद बालों को शैंपू करें और पानी से अच्छे से धो लें।

जोजोबा तेल

सर्दियों में बाल ड्राई सबसे जल्दी होते हैं। जिन लोगों को डैंड्रफ की समस्या रहती है उनके लिए जोजोबा तेल का इस्तेमाल करने से ड्राई स्कैल्प और डैंड्रफ के लिए किया जाता है। वैसे यह तेल सर्दियों में होने वाली डैंड्रफ और पपड़ीदार त्वचा को दूर करता है और स्कैल्प को भी हेल्दी बनाता है।

कैसे करें इस्तेमाल

– सबसे पहले तेल को हल्का गर्म करें। स्कैल्प पर हल्की मालिश करें। 1 घंटे के बाद ही बालों को धो लें।

ठंड में बढ़ते डैंड्रफ ने कर दिया है परेशान? ये नेचुरल हैक्स आएंगे आपके बेहद काम

सर्दी के दिनों में डैंड्रफ से निजात पाने के लिए नारियल तेल के साथ नींबू का इस्तेमाल करना अच्छा विचार है। जहां नारियल तेल रूखापन दूर करके स्कैल्प को पोषण देता है। वहीं, नींबू में हल्के एसिड होते हैं जो डैंड्रफ पैदा करने वाले फंगस को कंट्रोल करते हैं।

ठंड का मौसम हम सभी को अच्छा लगता है। कम्बल में कॉफी और कोजी वाइप्स की बात ही कुछ और है। लेकिन ये मौसम मन को जितना भाता है, उतना ही ज्यादा यह हमारी ब्यूटी पर कहर बरपाता है। इस मौसम में डैंड्रफ की समस्या काफी बढ़ जाती है। वो छोटे-छोटे सफेद फ्लेक्स जो हर डार्क आउटफिट पर बर्फबारी जैसे लगते हैं, देखने में काफी गंदे लगते हैं। इतना ही नहीं, स्कैल्प पर होने वाली लगातार खुजली भी मूड को खराब कर देती है।

सर्दी के मौसम में ठंडी हवा स्कैल्प की नेचुरल नमी खींचती है और ऐसे में रूखेपन की वजह से फ्लेक्स बनते हैं। इतन ही नहीं, बालों को धोने के लिए गरम पानी का इस्तेमाल करना या फिर कम पानी पीना कुछ ऐसी चीजें हैं, जो स्थिति को बद से बदतर बना देती हैं। हो सकता है कि आप भी इन दिनों डैंड्रफ की समस्या को झेल रहे हों और इनसे निजात पाने के लिए तरह-तरह के हेयर केयर प्रोडक्ट्स में पैसे खर्च कर रहे हों। हालांकि, आपको ऐसा करने की जरूरत नहीं है। आप बेहद ही आसान हैक्स की मदद से इस डैंड्रफ से छुटकारा पा सकते हैं, जिसके बारे में आज हम आपको इस लेख में बता रहे हैं–

नारियल तेल और नींबू का करें इस्तेमाल

सर्दी के दिनों में डैंड्रफ से निजात पाने के लिए नारियल तेल के साथ नींबू का इस्तेमाल करना अच्छा विचार है। जहां नारियल तेल रूखापन दूर करके स्कैल्प को पोषण देता है। वहीं, नींबू में हल्के एसिड होते हैं जो डैंड्रफ पैदा करने वाले फंगस को कंट्रोल करते हैं। इसे इस्तेमाल करने के लिए आप 2 टेबलस्पून गर्म नारियल तेल लें और उसमें 1 छोटा चम्मच नींबू का रस मिलाएं। इसे स्कैल्प पर 20-30 मिनट लगाकर छोड़ दें। आखिरी में, बालों को माइल्ड शैम्पू से वांश कर लें।

एलोवेरा जेल का करें इस्तेमाल

एलोवेरा जेल रिकन और बालों दोनों के लिए बेहद फायदेमंद माना गया है। यह ना केवल डैंड्रफ को कम करने में मदद करता है, बल्कि जलन और खुजली को



तुरंत शांत करता है। दरअसल, इसमें नेचुरल एंजाइम होते हैं जो डेड स्किन को हटाकर हेल्दी स्कैल्प बनाते हैं। आप बस एलोवेरा की पत्ती तोड़कर उसका फ्रेश जेल निकालें और उसे अपनी स्कैल्प पर लगाकर करीबन 20 मिनट के लिए छोड़ दें। आखिरी में, बालों को वांश कर लें।

टीट्री ऑयल का करें इस्तेमाल

अगर आप सर्दियों में डैंड्रफ से परेशान हो चुके हैं तो ऐसे में टी ट्री ऑयल आपके बेहद काम आएगा। यह एक ये एक पावरफुल एंटी-फंगल ऑयल है। इस तेल की खास बात यह है कि यह डैंड्रफ की मुख्य वजह मसलन यीस्ट या फंगल ओवरग्रोथ को कंट्रोल करता है। बस आप अपने शैम्पू में 2-3 ड्रॉप्स टी ट्री ऑयल मिलाकर इस्तेमाल करें। आपको पहली बार में ही काफी फर्क महसूस होगा।

प्रतिक्रिया एवं सुझाव

इस पृष्ठ के सम्बन्ध में आप अपनी प्रतिक्रिया एवं सुझाव नीचे दिए पते पर प्रेषित कर सकते हैं। इससे सम्बंधित आलेख सादर आमंत्रित है।

– हमारा पता है–

राष्ट्ररंग, 6, डॉ. अवनी दत्ता रोड, सलकिया, हावड़ा-6

E-mail : rashtrarang@gmail.com

दूरदृष्टि, परिश्रम और कुशल नेतृत्व से सफलता की नई इबारत लिखते अशोक कुमार बाजोरिया

मुजफ्फरपुर से शुरू हुआ सफर, देशभर में बनी उद्यमिता की मिसाल

मुजफ्फरपुर से शुरू होकर कोलकाता और देश के विभिन्न हिस्सों तक पहुंची अशोक कुमार बाजोरिया की कारोबारी यात्रा सिर्फ उपलब्धियों का सफर नहीं, बल्कि पारिवारिक विरासत को आधुनिक सोच के साथ आगे बढ़ाने, परिवार को साथ लेकर चलने और समाज के प्रति अपनी जिम्मेदारियों को निभाने की प्रेरक गाथा है।

कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। दूरदृष्टि, कठिन परिश्रम और बदलते समय के साथ आगे बढ़ने की सोच किसी भी सफल उद्यमी की पहचान होती है। अशोक कुमार बाजोरिया का जीवन इसी सोच की प्रेरक मिसाल है। मुजफ्फरपुर से शुरू हुआ उनका कारोबारी सफर आज कोलकाता सहित देश के विभिन्न हिस्सों में उद्योग, रियल एस्टेट, औद्योगिक अवसंरचना, बैटरी, मेटल्स और माइनिंग जैसे विविध क्षेत्रों में अपनी विशिष्ट पहचान बना चुका है।

14 जनवरी 1959 को मुजफ्फरपुर, बिहार में पिता स्वर्गीय श्री द्वारिका प्रसाद बाजोरिया एवं माताजी स्वर्गीय श्रीमती शरबती देवी के यहां जन्मे अशोक कुमार बाजोरिया शुरू से ही कुशाग्र बुद्धि के थे। उनके पिताजी का लोहे एवं कागज का व्यवसाय था। बिहार विश्वविद्यालय से बी. कॉम. की शिक्षा प्राप्त करने के बाद अशोक कुमार बाजोरिया ने अपने पारिवारिक कारोबारी विरासत को अपनी उद्यमशील सोच के साथ आगे बढ़ाया।

1990 में रखी कारोबारी विस्तार की नींव

वर्ष 1990 में मुजफ्फरपुर में गणेश काउंटी फ़ास्टिंग लिमिटेड एवं श्री गणेश स्टोर्स प्राइवेट लिमिटेड की स्थापना से उनके स्वतंत्र कारोबारी सफर को नई दिशा मिली। वर्ष 2007 में कोलकाता आगमन के बाद उन्होंने बाजोरिया ग्रुप की स्थापना की और व्यवसाय को व्यापक आयाम दिया। आज बाजोरिया ग्रुप रियल एस्टेट,

इंडस्ट्रियल पार्क, बैटरी, स्टील, एल्युमिनियम, कॉपर, लेड और माइनिंग सहित विभिन्न क्षेत्रों में सक्रिय है। समूह ऑटोमोटिव, सोलर एवं ट्यूबलर बैटरियों के साथ कॉपर केबल उद्योग के लिए उपयुक्त ऑक्सीजन-फ्री 8 एमएम कॉपर रॉड का भी उत्पादन करता है।

औद्योगिक विकास के क्षेत्र में समूह ने विशेष पहचान बनाई है। पश्चिम बंगाल में गणेश इंडस्ट्रियल पार्क सहित विभिन्न परियोजनाओं के साथ गुरुग्राम और कुरुक्षेत्र में भी औद्योगिक गतिविधियां संचालित हैं। रियल एस्टेट पोर्टफोलियो में गणेश कॉम्प्लेक्स इंडस्ट्रियल पार्क तथा आशिया प्लाजा जैसी परियोजनाएं शामिल हैं। गुणवत्ता, तकनीक, नवाचार, ग्राहक-केंद्रित दृष्टिकोण, व्यावसायिक नैतिकता और सामाजिक जिम्मेदारी बाजोरिया ग्रुप की कार्यशैली के प्रमुख आधार हैं।

परिवार के साथ आगे बढ़ती कारोबारी विरासत

वर्ष 1980 में श्रीमती अंबिका देवी बाजोरिया से विवाह के बाद उनका पारिवारिक जीवन भी सुखद और समृद्ध रहा। उनके दो पुत्र-आलोक बाजोरिया एवं विकास बाजोरिया और पुत्री पारुल खेतान हैं। तीनों परिवार की कारोबारी विरासत को आगे बढ़ाने में उनके साथ सक्रिय भूमिका निभा रहे हैं। परिवार में एक पौत्र और तीन पौत्रियां तथा नाती/नातिन हैं।

समाजसेवा और धार्मिक आस्था से जुड़ाव

व्यवसाय के साथ सामाजिक



एवं धार्मिक गतिविधियों में भी उनकी सक्रिय भागीदारी रही है। वे अग्रसेन धाम के ट्रस्टी, अखिल भारतीय वैश्य फेडरेशन के पैटन तथा लार्जस क्लब कोलकाता चैप्टर-3 सहित अनेकों संस्थाओं से जुड़े हुए हैं तथा सेवाभावी कार्यों को अंजाम देते रहते हैं। धार्मिक आस्था उनके व्यक्तित्व का महत्वपूर्ण पक्ष है। उन्होंने भारत के प्रमुख धार्मिक स्थलों के दर्शन किए हैं। इसके अलावा यूरोप, ऑस्ट्रेलिया और दुनिया के अनेक देशों की यात्राओं ने उनके अनुभव और दृष्टिकोण को वैश्विक विस्तार दिया है।

युवा शक्ति में देखते हैं भारत का भविष्य

अशोक कुमार बाजोरिया भारतीय युवा पीढ़ी को देश की सबसे

बड़ी ताकतों में से एक मानते हैं। उनका कहना है कि आज के युवा बौद्धिक और तकनीकी रूप से विश्व स्तर पर अपनी छाप छोड़ रहे हैं। समय के साथ सामाजिक रहन-सहन और चारित्रिक चिंतन में बदलाव स्वाभाविक है, लेकिन युवाओं की जिम्मेदारी है कि वे अपनी प्रतिभा को राष्ट्र निर्माण की दिशा में लगाएं।

उनके अनुसार भारत में तकनीकी अनुसंधान एवं विकास को बढ़ावा देना और विकसित देशों की तकनीक पर निर्भरता समाप्त करना आज की सबसे बड़ी आवश्यकता है। उन्हें पूर्ण विश्वास है कि देश के युवा भारत को अनुसंधान, नवाचार और तकनीकी आत्मनिर्भरता के क्षेत्र में नई ऊंचाइयों तक ले जाएंगे।

विगत वर्ष में जाने या अनजाने में कोई भी अविनय-असादता हुई हो तो परिषद् परिवार बारंबार क्षमायाचना करता है।

लाइनू नागरिक परिषद

अध्यक्ष : प्रकाश चंद बैद
चेयरमैन : प्रमोद बैद
उपाध्यक्ष : विनोद कुचेरिया एवं प्रताप दुगड़
मंत्री : पन्नालाल सुराणा
उपमंत्री : संजय बैद एवं दिलीप बैद
कोषाध्यक्ष : हंसराज पगारिया

संवत्सरी महापर्व

संवत्सरी महापर्व पर पूरे साल में हमारे द्वारा जाने-अनजाने में कोई किसी भी तरह से आपका दिल दुखाया हो तो हम सभी दिल से दोनों हाथ जोड़कर क्षमायाचना करते हुए आप सभी से माफी मांगते हैं।

मोहनी देवी
आशा-अशोक, नेहा-अरिहंत
अर्चना, दिवीशा, राजवीर सुराना

141 वर्षों से 7000 गौमाता की सेवा में समर्पित संस्था

कलकत्ता पिंजरापोल सोसाइटी

परम श्रद्धेय राष्ट्रीय संत

स्वामी श्री गोविंददेव गिरि जी महाराज

कोषाध्यक्ष : श्री राम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र (न्यास), अयोध्या • उपाध्यक्ष : श्रीकृष्ण जन्मभूमि, मथुरा

के श्रीमुख से त्रि-दिवसीय

गौ महिमा कथा

सभी गौ भक्तों को सपरिवार आमंत्रण

11 सितंबर '26 शुक्रवार
12 सितंबर '26 शनिवार
13 सितंबर '26 रविवार

समय : दोपहर 3.30 से 7 बजे तक

आयोजन स्थल : इस्कॉन बैंक्वेट हॉल 22, गुरुसदय दत्ता रोड कोलकाता - 700020

पंजीकृत कार्यालय : 34, आर्मेनियम स्ट्रीट, प्रथम तल्ला, कोलकाता- 7 0 0 0 1 सम्पर्क : 033-2268 6451, 2268 8933, +91 8336946789

हमारी शाखाएं : सोदपुर, लिलुआ, कल्याणी, रानीगंज, कामधेनू (सोदपुर) हजारीबाग, चाकुलिया, जीवक गौ-चिकित्सा अस्पताल (सोदपुर)

Himadri	Manaksia Limited	emami limited	SKIPPER Limited	BEEKAY TURBO TMT SOLID BHAROSA Fe 500D TMT Bars	JORA HATHI	LUX LUX INDUSTRIES LTD	MACHO SPORTO	RUPA	GPT group GPT INFRAPROJECTS LIMITED	BENGAL ENERGY
Anmol	A-FIRST FIRST BABY	ARC	SARAOGI UDYOG PVT. LTD.	UTKARSH Life essentials. We deliver.	Rungta Steel	KOX INNER WEAR	Adhunik	OSL	Mala	Vandana SAREES SUITS
SHYAM METALS ORE TO METAL	RR	UltraMax	DIGITAL SOLUTIONS	GAMCO	S. RAJAMALLA BANGALUR	WIN Pens	SHYAM STEEL macaw PAINTS	HIND TEXTILE	BHAGWATI BISCUITS	सन्मार्ग खबरें अनेक सच्चाई एक sanmarg.in

स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक, मुद्रक एवं सम्पादक आरती तिवारी द्वारा 6, डॉ. अवनी दत्ता रोड, सलकिया, हावड़ा-6 से प्रकाशित एवं एस.एल. पब्लिकेशंस प्रा. लि., 4 केनाल वेस्ट रोड, कोलकाता- 700015 से मुद्रित। लिखित अनुमति के बिना सम्पूर्ण या आंशिक पुनर्प्रकाशन पूर्णतः प्रतिबंधित।
नोट : राष्ट्र रंग में प्रकाशित सभी लेखों आदि से सम्पादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। किसी भी कानूनी वाद-विवाद का निपटारा हावड़ा न्यायालय में ही किया जाएगा। RNI No. WBHN/2016/70662, POSTAL REGN. NO. WB/HWH/087/2026-2028
प्रेरणास्रोत: स्व. श्री पुरुषोत्तम तिवारी, सम्पादक : आरती तिवारी, प्रबंधक संतोष तिवारी, मुख्य सम्पादकीय कार्यालय : 6, डॉ. अवनी दत्ता रोड, सलकिया, हावड़ा-6, फोन: 9339153162, E-Mail: rashtrarang@gmail.com, दिल्ली कार्यालय : 9818361746