


JEWELLERS
Since 1979

S P Kulthia™
JEWELLERS PVT LTD

City Centre 1, Salt Lake
First Floor, Block C-108
+91 98309 10079

Exclusive: Gold | Antique | Jadav | Diamond | Customised Jewellery

त्योहार की रौनक, आपके श्रृंगार में बन जाइए सबसे खास



ESTD 1938

अपरूपा कलेक्शन

ऑफर

हीरे के गहने

50% तक छूट

बनवाई पर

25% तक छूट

हीरे के मूल्य पर

सोने के गहने

₹1000/- तक छूट

प्रति ग्राम सोने की गहने पर

पुराना सोना बदलने पर

0% DEDUCTION

साथ में पाएं, प्रति ग्राम अतिरिक्त 1 कैरेट सोना

साथ ही मिल रहे हैं आकर्षक त्योहारों के ऑफर












आरो अपरूपा कलेक्शन देखने के लिए QR कोड स्कैन करें।

धनतेरस फ्लेक्सी एडवांस गोल्ड

समझदारी से बचत करें! त्योहार से पहले आज ही सोना बुक करें। दाम गिरें तो कम रेट पाएं, दाम बढ़ें तो आज का ही रेट लागू रहेगा।

बुकिंग सीमित समय के लिए। आज ही बुक करें!

100% एक्सचेंज वैल्यू | प्रमाणित असली हीरे | बाड़बैक सुविधा
जीवन भर मेन्टेनेंस | मुफ्त बीमा | 1.5 लाख से ज्यादा डिज़ाइन आकर्षक मूल्यों में।

Like & Follow us at

Scan here to know your nearest Senco Store!



FRANCHISEE ENQUIRY:
9874453366

200+ स्टोर्स

☎ 89815 30033 ☎ 1800 103 0017

sencogoldanddiamonds.com

UP TO

₹7,500

INSTANT DISCOUNT*



#Min. Trxn.: ₹50,000; Max. Discount: ₹7,500 per card; Validity: 09 Oct - 15 Oct 2026. T&C Apply.

 Power of Trust

SGL

Pieces of mind, Assured.



सरकार आम आदमी के लिए कोई सुविधा घोषित करती है तो उम्मीद होती है कि उसका जीवन थोड़ा आसान होगा। लेकिन आज स्थिति कई जगह उलट दिखाई देती है। सुविधा का लाभ लेने से पहले नागरिक को अपनी पहचान, पता, मोबाइल नंबर और पात्रता बार-बार साबित करनी पड़ती है। बैंक से लेकर गैस कनेक्शन और सरकारी योजनाओं से लेकर दूसरी सेवाओं तक केवाईसी ऐसी प्रक्रिया बन गई है, जिससे आम आदमी का सामना बार-बार होता है। कहीं आधार, कहीं पैन, कहीं मोबाइल नंबर, कहीं पते का प्रमाण और कहीं बायोमेट्रिक सत्यापन मांगा जाता है। सवाल यह है कि एक ही नागरिक को अपनी पहचान

बढ़ती ग्लेशियर झीलों से सुरक्षा-पेयजल संकट की आहट

मुकुल व्यास

पिघलते ग्लेशियर ऊंचे हिमालय के स्वरूप को बदल रहे हैं। वहां ग्लेशियर झीलें तेजी से बढ़ रही हैं और उनका आकार भी फेल रहा है। जलवायु परिवर्तन दरअसल दुनिया के सबसे ऊंचे इलाकों को बदल रहा है, इसलिए इस बदलाव पर बारीकी से नजर रखने की जरूरत है। एक नए अध्ययन में हिमालय में हो रहे परिवर्तन का खुलासा किया गया है। यह अध्ययन प्राग की चार्ल्स यूनिवर्सिटी की रिसर्चर आयुषी पांडे ने किया है। लगभग 30 सालों के उपग्रह पर्यवेक्षण के आधार पर पांडे ने 1994 और 2023 के बीच भारत के पश्चिमी हिमालय में अलकनंदा बेसिन की 74 ग्लेशियर झीलों में हुए बदलावों को ट्रैक करने के लिए लैंडसैट और सेंटिनल-2 की तस्वीरों का इस्तेमाल किया। इससे जो तस्वीर हमारे सामने आती है, वह तेजी से बदलते लैंडस्केप की है। जैसे-जैसे ग्लेशियर पिघलते हैं, उनका पिघला हुआ पानी अधिक ऊंचाई वाली झीलों को भरता है और नई झीलें बनाता है। सही हालात होने पर ये झीलें एक साथ बहुत बड़ी मात्रा में पानी छोड़ सकती हैं। अध्ययन से पता चला कि हिमालय में पुरानी झीलें बढ़ रही हैं और नई झीलें बन रही हैं। अध्ययन में शामिल 0.01 वर्ग किलोमीटर से बड़ी 24 ग्लेशियर झीलों में झीलों का कुल क्षेत्रफल 1994 में 0.97 वर्ग किलोमीटर से बढ़कर 2023 तक 1.62 वर्ग किलोमीटर हो गया। यह सिर्फ तीन दशकों में 67 प्रतिशत की बढ़ोतरी है। लेकिन मौजूदा झीलों का बहाव भी सब कुछ नहीं है। अध्ययन में 57 बिल्कुल नई ग्लेशियर झीलों की पहचान की गई, जो अध्ययन के दौरान बनीं, जिससे अलकनंदा बेसिन में कुल झीलों की संख्या 131 हो गई। इन नई झीलों में से 18 झीलें पहले ही 0.01 वर्ग किलोमीटर के पैमाने से बड़ी हो चुकी हैं। कुछ झीलें तो चौंकाने वाली रफ्तार से फैली हैं। वसुंधरा झील 1994 और 2023 के बीच 261 प्रतिशत बढ़ी। इसी दौरान बलबाला झील 119 प्रतिशत बढ़ी।

मुख्य आकड़ों के अलावा, अध्ययन में 27 ऐसी ग्लेशियर झीलों की पहचान की गई, जिनमें बहुत ज्यादा बढ़ोतरी देखी गई। इनमें बद्रीनाथ के ऊपर की ओर स्थित एक झील भी शामिल है। वसुंधरा झील के तेजी से फैलने पर विशेष रूप से बारीकी से ध्यान देने की जरूरत बताई गई है। ग्लेशियर वाली झील के आकार और स्थिरता में बदलाव का सीधा असर नीचे के इलाकों पर पड़ सकता है। रिसर्चर

अधीर समय बढ़ाता मनुष्य की बेचैनी का ग्राफ

डॉ. प्रदीप कुमार राय

‘ मैं 12 तक गिनता हूं। जब तक मेरी 12 की गिनती पूरी हो, तुम अपनी देह में लौट आना, जहां तुम अक्सर रहते नहीं हो, जबकि तुम्हें रहना चाहिए। जब तक 12 की गिनती पूरी हो, तुम खुद को शांत-शांत और शांत करते हुए विश्रांति की अवस्था में चले जाना। ’ यह आह्वान नोबेल पुरस्कार विजेता चिली मूल के लेखक पाब्लो नेरुदा ने 76 साल पहले अपनी कविता ‘ कीपिंग क्वाइट ’ में पूरी मनुष्य जाति से किया था। मनुष्य के भीतर अनंत बेचैनी देखकर। एक बड़ा प्रश्न है कि दशकों पहले मनुष्य के जीवन में कोई बहुत रफ्तार और व्यस्तता देखकर ही तो पाब्लो ने यह आह्वान किया होगा। मनुष्य के अंदर बहुत भारी बेचैनी देखे बिना तो उन्होंने इतनी गहरी कविता लिखी नहीं होगी। अगर अब तुलना करें कि उस समय के मुकाबले हम मनुष्य कितने गुना अधिक व्यस्त और बेचैन हुए होंगे! बल्कि अब हम खाली व्यस्त नहीं, बल्कि अस्त-व्यस्त हैं।

यानी हमारी बेचैनी का ग्राफ तब के मुकाबले सैकड़ों गुना बढ़ा होगा, इसमें तो कोई संदेह ही नहीं है। अब के मुकाबले तब की बेचैनी बहुत कम ही होगी। बड़े लक्ष्य हासिल करने और तकनीक व स्क्रीन से इतनी लिपटने की तब इतनी संभावनाएं ही नहीं थीं। फिर भी उस कालखंड के लोगों का सौभाग्य देखिए कि पाब्लो ऐसा उद्धट विद्वान उनको शांतचित्त करने के लिए 12 तक की गिनती करने खड़ा हो गया। और लोगों ने सुन भी लिया। और लोगों के पास सुनने का समय भी था। इस दौर में हमारे लिए यह गिनती करने कौन आएगा? हालांकि, आज भी संत-फकीर लोगों को अनावश्यक बेचैनी के प्रति चेता रहे हैं, पर बदलते वक्त की नब्ब देखते हुए ये 12 तक की गिनती तक का समय लोगों को शांत होने के लिए देने का प्रयोग नहीं कर रहे। और अगर किसी दार्शनिक ने आज ऐसा कह भी दिया कि मैं मनुष्य जाति को पांच-दस तक की गिनती का समय देता हूं और वे अपने मूल में लौट आएंगे, फिर भी हम पांचवें गियर में चल रहे डिजिटल युग के मानव इतनी गति में तन और मन पर अचानक ब्रेक कहां लगा देंगे?

प्रकृति तिलियां बचेंगी, तो प्रकृति खिलेगी



तितलियां प्रकृति की सुंदरता बढ़ाने के साथ पर्यावरण के संतुलन में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। रंग-बिरंगे पंखों वाली तितलियां फूलों पर मंडराते हुए परागण में मदद करती हैं। इससे पेड़-पौधों में फल और बीज बनने की प्रक्रिया आगे बढ़ती है। इसलिए तितलियों की मौजूदगी स्वस्थ पर्यावरण का संकेत भी मानी जाती है। लेकिन बढ़ते शहरीकरण, पेड़ों की कटाई, प्रदूषण और कीटनाशकों के अत्यधिक इस्तेमाल से तितलियों के प्राकृतिक आवास लगातार कम हो

रहे हैं। फूलों और स्थानीय पौधों की कमी भी उनके लिए भोजन और प्रजनन की समस्या पैदा कर रही है। यदि यह स्थिति जारी रही तो कई प्रजातियां संकट में पड़ सकती हैं।

तितलियों के संरक्षण के लिए बड़े जंगलों के साथ छोटे-छोटे प्रयास भी जरूरी हैं। घरों, पार्कों, स्कूलों और कार्यालयों के आसपास ऐसे पौधे लगाए जा सकते हैं, जिन पर तितलियां आसानी से आकर्षित हों। कीटनाशकों का सीमित इस्तेमाल और प्राकृतिक हरियाली को बढ़ावा देना भी जरूरी है। प्रकृति का संरक्षण केवल बड़े अभियानों से नहीं, बल्कि रोजमर्रा की छोटी जिम्मेदारियों से भी होता है। तितलियों को सुरक्षित वातावरण देना प्रकृति के उस खूबसूरत संतुलन को बचाना है, जिससे हमारा जीवन भी जुड़ा हुआ है। - **श्रेयांश तिवारी**

विचार-प्रवाह

सरकारी योजनाओं का उद्देश्य आम आदमी को राहत देना है, लेकिन बार-बार केवाईसी और दस्तावेजों के सत्यापन की प्रक्रिया उसी राहत को परेशानी में बदल रही है। आखिर डिजिटल दौर में भी नागरिक को अपनी पहचान बार-बार साबित करने के लिए कतारों में खड़ा होना पड़ रहा है।

सुविधा की राह में केवाईसी की कतार

साबित करने के लिए बार-बार कतार में क्यों खड़ा होना पड़ता है? थोखाधड़ी रोकने, फर्जी खातों पर अंकुश लगाने और सरकारी योजनाओं का लाभ सही व्यक्ति तक पहुंचाने के लिए सत्यापन जरूरी है। लेकिन जब यही प्रक्रिया दस्तावेज जुटाने, ओटीपी देने, बायोमेट्रिक कराने और कार्यालयों के चक्कर लगाने की वजह बनने लगे तो व्यवस्था पर सवाल उठना स्वाभाविक है। आज नागरिक के पास आधार, पैन, मोबाइल नंबर, बैंक खाता और पते से जुड़े दस्तावेज होने के बावजूद अलग-अलग सेवाओं में वही जानकारी दोबारा मांगी जाती है। डिजिटल व्यवस्था के दौर में सवाल है कि तकनीक नागरिक की सुविधा के लिए है या नागरिक को ही तकनीकी व्यवस्था की जरूरतें पूरी करनी पड़ रही हैं?

दिल्ली में महिलाओं के लिए मुफ्त बस यात्रा जैसी सुविधा का उद्देश्य राहत देना है। लेकिन यदि पिंग कार्ड बनवाने में भीड़, दस्तावेज और सत्यापन की परेशानी सामने आए तो सुविधा की असली कसौटी पर विचार करना होगा। इसी तरह सरकार किसी योजना के तहत सौ-दो सौ रुपये की आर्थिक सहायता देती है, लेकिन उसे पाने के लिए लाभार्थी को घंटों कतार में खड़ा होना पड़ें तो सवाल



ग्लेशियर तेजी से पिघल रहे हैं। सदी के मध्य तक क्षेत्र ' पीक वॉटर ' यानी पानी की अधिकतम उपलब्धता के स्तर पर पहुंच सकता है, जिसके बाद नदियां का बहाव घटने लगेगा और जल संकट गहराएगा।

का कहना है कि इन झीलों की लगातार निगरानी और आगे और ज्यादा विस्तार से जांच की जरूरत है। दरअसल, मुख्य चिंता ग्लेशियर झीलों में अचानक बाढ़ को लेकर है। इस तरह की बाढ़ को ' ग्लेशियर लेक आउटबर्स्ट फ्लड ' (जीएलओएफ) भी कहा जाता है। यह स्थिति तब बनती है, जब बर्फ, चट्टान या मलबे से रूकी हुई पानी की भारी मात्रा अचानक छूट जाती है और पानी, कीचड़ और मलबे को बहुत तेज और विनाशकारी ताकत के साथ नीचे की ओर बहा ले जाती है। यह अध्ययन ऐसे समय में आया है, जब नेपाल में 26 अगस्त, 2026 को आई भयानक बाढ़ के बाद रहत और बचाव का काम चल रहा है। वह आपदा कोई आम जीएलओएफ नहीं थी, लेकिन इसने दिखाया कि ऊंचे पहाड़ों में अचानक आने वाली बाढ़ के नतीजे कितने गंभीर हो सकते हैं।

आयुषी पांडे ने कहा, ' हाल की बाढ़ इस बात की याद दिलाती है कि ऊंचे पहाड़ इलाकों की लगातार निगरानी कितनी जरूरी है, जहां भारी बारिश, ग्लेशियर झील का बढ़ना, ढलान का अस्थिर होना और भूकंप जैसी कई आपदाएं एक साथ मिलकर नीचे के इलाकों पर असर को और बढ़ा सकती हैं।' उन्होंने कहा,



अपनी किताब में टेक जगत की हस्ती विनीत नायर ने चेताया है कि एआई के सामने अपनी क्षमताएं समर्पित कर मनुष्य खुद को कमजोर बना रहा है। उनका कहना है- ' एआई इज गाइड, नॉट गॉड । '

मौजूदा स्थिति को देखकर, जहां सभी संदेशों को माइक्रो ड्रामा प्रारूप यानी बहुत कम सेकंड का बनाया जाता है, वहां ऐसा लक्ष्य रखने की संभावना कोई भी नहीं दूँगेगा। पर आज मनुष्य जाति की दशा के नजरिए से देखें, तो उसकी रफ्तार और बेचैनी को विराम देने के लिए 12 तक की गिनती भी बड़ी है। वास्तव में तो तीन तक गिनने का समय ही दिया जाना चाहिए। आज मनुष्य का ज्ञान तो कमजोर नहीं है। उसे यह तो पता है कि वह एक अथक परिक्रमा में चल पड़ा है। अपार सूचना से घिरे रहने के कारण उसे यह भी पता है कि मनुष्य की ध्यान टिकाने की क्षमता (अटेंशन स्पैन) आठ सेकंड से थोड़ी-सी ज्यादा रह गई है। उसे इतना भान तो होगा कि दिन के एक बड़े हिस्से में आंखों ने स्क्रीन के अलावा कुछ और न देखा हो, तो फिर ध्यानाकर्षण तो निर्बल होगा ही। सोशल मीडिया की अनंत स्कॉलिंग और उसमें भी ढेरों नैरेटिव की तुलना करने से जिस बहाव के साथ मनुष्य बह रहा है, उसमें उसे उठराव लेने का रास्ता नहीं सूझ रहा?

उठेगा कि यह राहत वास्तव में कितनी राहत है? समस्या केवल समय की नहीं है। दिहाड़ी मजदूर के लिए एक दिन की मजदूरी का नुकसान, बुजुर्ग के लिए कार्यालय तक पहुंचने की परेशानी और दूर रहने वाले व्यक्ति के लिए आने-जाने का खर्च भी मायने रखता है। छोटी सहायता पाने में यदि परेशानी और खर्च ही अधिक हो जाए तो योजना के उद्देश्य पर सवाल उठना स्वाभाविक है। सरकार को सत्यापन की जरूरत बनाए रखते हुए ऐसी व्यवस्था विकसित करनी चाहिए, जिसमें एक बार सत्यापित जानकारी का सुरक्षित तरीके से अधिक से अधिक सेवाओं में उपयोग हो सके। नागरिक की सहमति और आंकड़ों की सुरक्षा का ध्यान रखते हुए अलग-अलग विभागों के बीच समन्वय बढ़ाया जाना चाहिए, ताकि हर सेवा के लिए पूरी प्रक्रिया नए सिरे से न दोहरानी पड़े। सत्यापन जरूरी है, लेकिन बार-बार नहीं। तकनीक ऐसी हो जो कतार घटाए और नागरिक का समय बचाए। आखिर सौ रुपये की सहायता पाने के लिए नागरिक को सौ सवालों और कई चक्करों से क्यों गुजरना पड़े? सरकार को सुनिश्चित करना होगा कि कल्याणकारी योजनाओं का लाभ नागरिक को सम्मान और सहजता से मिले। - **आरती तिवारी**

‘ बड़े और दुर्गम इलाकों की जांच-पड़ताल के लिए उपग्रह डेटा बहुत काम का होता है। इनसे हम नई बनी झीलों की पहचान कर सकते हैं, झील के आकार में बदलाव को माप सकते हैं, तेजी से बढ़ रही झीलों का पता लगा सकते हैं और उन झीलों को चुन सकते हैं, जिनकी विस्तृत जांच की जरूरत है। इस काम के लिए बड़े पैमाने पर लॉजिस्टिकल सपोर्ट और आर्थिक मदद की जरूरत है, जिसमें सीमाओं के पार वैज्ञानिक सहयोग और डेटा शेयरिंग भी शामिल है। इसे एक साझा क्षेत्रीय चिंता के तौर पर देखा जाना चाहिए। ’ यह आखिरी बात ही इस चुनौती की असल जड़ है। हिमालय कई देशों में फैला हुआ है। किसी एक देश के पहाड़ों में बनने या बढ़ने वाली ग्लेशियर वाली झील अपनी सीमाओं से दूर के समुदायों और बुनियादी ढांचे के लिए भी खतरा पैदा कर सकती है। नेपाल में हाल ही में आई बाढ़ इस बात का एक बड़ा उदाहरण है कि कैसे ऊंचे पहाड़ों से जुड़ा खतरा तेजी से मानवीय संकट में बदल सकता है। नए सैटेलाइट डेटा से पता चलता है कि उत्तर भारत के पहाड़ों में भी इसी तरह के खतरे चुपचाप बढ़ रहे हैं।

फिलहाल, यह स्टडी शोधकर्ताओं को कुछ ऐसी जानकारी देती है, जो उन्हें इस दुर्गम और मुश्किल इलाके में शायद ही कभी मिलती है। इस स्टडी से तीन दशकों का यह स्पष्टरिकॉर्ड मिला है कि जमीन का स्वरूप ठीक कहां और कितनी तेजी से बदल रहा है। क्या इस जानकारी से लगातार जमीनी जांच और सीमा-पार सहयोग को बढ़ावा मिलेगा? यह एक कठिन सवाल है। फिर भी, इस जानकारी से यह तय करने में मदद मिल सकती है कि यह इलाका खतरों से निपटने के लिए कितना तैयार है। अगली तेजी से फैलती झील समुदायों को बचने का ज्यादा मौका नहीं देगी। इस बीच, इस महीने जारी एक अन्य स्टडी के अनुसार, हिमालय एक अहम मोड़ पर पहुंच रहा है, क्योंकि ग्लेशियर एक दशक पहले की तुलना में तेजी से पिघल रहे हैं। इससे जल सुरक्षा पर खतरा मंडरा रहा है, क्योंकि सदी के मध्य तक यह इलाका ‘ पीक वॉटर ’ अथवा पानी की उपलब्धता के अधिकतम स्तर पर पहुंच जाएगा। पीक वॉटर की स्थिति में नदी का बहाव बढ़ना बंद हो जाता है और धरने लगता है। इससे पानी की सुरक्षा पर गहरा असर पड़ेगा। चूंकि भारत की जीडीपी का 20 प्रतिशत से ज्यादा हिस्सा हिमालय पर निर्भर है, इसलिए यह इलाका देश के राष्ट्रीय आर्थिक ढांचे का एक अहम हिस्सा है, जिस पर करोड़ों लोग निर्भर हैं। - (**लेखक विज्ञान मामलों के जानकार हैं**)

विशेषज्ञ कहते हैं कि आज मनुष्य के बैठने-उठने का तरीका (पॉस्चर) भी मनुष्य वाला नहीं रहा। अब यह आद-पॉस्चर यानी आईफोन से निकला पॉस्चर हो चुका है। और इन दिनों एक और भारी विसंगति मनुष्य जाति अपने हाथों पैदा कर रही है। कृत्रिम बुद्धिमत्ता के विस्तार के साथ मनुष्य स्वयं घोषणा कर रहा है कि बस, असली बात तो मशीन ही सोच सकती है। असली क्रिएटिव तो मशीन ही है। कृत्रिम बुद्धिमत्ता के मोह में मनुष्य इतना पड़ गया कि कृत्रिम व्यवहार करने लग गया है। इसका सम्यक् प्रयोग तो उचित है, पर मनुष्य तो इसके मोहपाश में अपने कॉग्निटिव ओवरलोड को और अधिक बढ़ाने पर जुट गया है। अभी हाल में प्रकाशित अपनी किताब ‘ ह्यूमन फर्स्ट, मशीन सेकंड ’ में टेक जगत की बड़ी हस्ती विनीत नायर ने कहा कि मनुष्य अपनी सारी क्षमताओं का एआई के सामने समर्पण करके खुद को बेवजह निर्बल बना रहा है। उन्होंने कृत्रिम मेधा के अत्यधिक मोहपाश में बंधे मनुष्य को अपनी किताब में यह समझाया- ‘ एआई इज गाइड, नॉट गॉड । ’ अर्थात् एआई सहायक है, भगवान नहीं है। विशेषज्ञों को डर है कि मनुष्य कहीं मशीन के सहारे बड़े लक्ष्य पाने की चाह में अपनी वास्तविक चेतना न खो बैठे।

और फिर... अनंत की तरफ जाती मनुष्य की व्याकुलता के कारण डिजिटल माध्यम तक ही सीमित नहीं हैं। सुख और समृद्धि के लक्ष्य भी निरंतर बढ़ रहे हैं और उनकी परिभाषाएं रोज बदल रही हैं। वे भीतर बड़ी रफ्तार पैदा कर रही हैं। इन सबसे उपजी तीव्र गति वाली व्यग्रता, जिसे प्रायः कम शिक्षित लोग भी अब अंग्रेजी शब्द ‘ एंजाइटी ’ ही कहकर पुकारते हैं, एक खतरनाक रूप ले चुकी है। यह एंजाइटी पूरे संसार में भारी रोग बनती जा रही है। कितने भयंकर रोग मनुष्य को एंजाइटी ने दिए हैं! उसने मनुष्य का नीर-क्षीर विवेक भी छीन लिया है। मनुष्य को इन सब अनंत, अपार दौड़ों में उठराव देने कोई आकर पास में खड़ा नहीं हो सकता। शायद मनुष्य को उसको उठराव देने के लिए पाब्लो की सुझाई गिनती अपने लिए खुद ही बोलनी होगी। अंत में-आपके बारह हैं, आपकी बारी है, आपने ही बोलना है।

तिरछी नज़र

सहीराम

जब विपक्ष यह आरोप लगाते हुए दिल्ली से लेकर मुंबई तक बवाल काटे हुए हैं कि ज्ञानेश कुमार चुनाव जीतने में भाजपा की मदद कर रहे हैं, तब भाजपा कह रही है कि नहीं भइया, ज्ञानेश हमारी मदद नहीं कर रहे हैं, हमारी मदद तो गणेशजी कर रहे हैं। गणेश चतुर्थी अभी-अभी तो गई है और अगले वर्ष फिर आने का न्यौता देते हुए उनका विसर्जन कर भक्तजन बस घर लौटें ही हैं। लेकिन भाजपा ने साल भर इंतजार नहीं किया। वह हफ्ते-दस दिन में ही गणेशजी को फिर ले आई कि हे विघ्नहर्ता, आओ, हमारे विघ्न हरो।

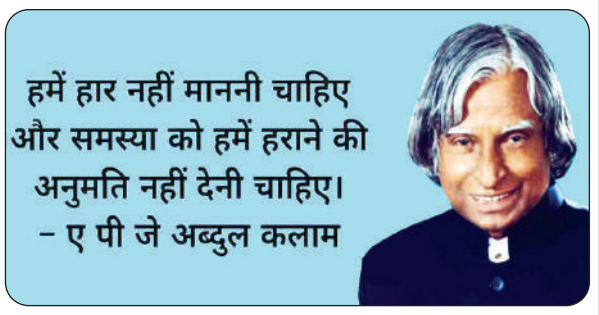
गणेशजी पता नहीं यह शिकायत क्यों या नहीं कि यारो, थोड़ा तो आराम करने दो। लेकिन इस पर भाजपावाले कह सकते हैं कि हम कहां आपको तंग करते हैं? बरसों पहले आपको दूध पिलाया था। उसके बाद आज ही तो याद किया है। गणेशजी ने यह शिकायत बिल्कुल भी नहीं की कि बीच में विज्ञान कांग्रेस में मोदीजी ने हमारी सर्जरी की पुरातन परंपरा



की बात करते हुए उन्हें याद क्यों नहीं किया था। कोई तो था, जिसने ईसान के सिर पर हाथी का सिर लगाकर भारतीय विज्ञान को इतनी ऊँचाई दी थी। लेकिन वह भी तो बरसों पुरानी बात हो गई।

गणेशजी ने यह शिकायत भी नहीं की कि उन्हें सबित पात्रा ने क्यों याद किया। वे तो जय जगन्नाथ वाले हैं। उन्होंने जय जगन्नाथ की इतनी महिमा गाई कि कुछ दिन तो खुद मोदीजी भी जय जगन्नाथ का ही उद्घोष करते रहे, जब तक कि ओडिशा का चुनाव नहीं जीत गए। खैर, अभी तक तो यही माना जाता था कि चुनाव जीतने में रामलला ही भाजपा की मदद

करते हैं। बल्कि इतनी मदद करते हैं कि जय श्रीराम का नारा लगाकर न मंहंगाई के लिए जवाब देने की जरूरत रहती है और न ही बेरोजगारी के लिए। संसद में ही इतना जय श्रीराम का नारा लगता है कि डर लगा रहता है कि कहीं अस्थक्षजी इसे ध्वनिमत् करार देकर कोई कानून ही पारित घोषित न कर दें। विपक्षवालों को हमेशा इस बात की कुढ़न रहती है कि भाजपावाले जय चाहें, रामजी का इस्तेमाल कर लेते हैं। भाजपा उनको इस कुढ़न का खूब मजा लेती है। कई बार तो वह विपक्षवालों को इस तरह चिढ़ाने लगती है, जैसे रामजी तो भाजपा के ही ठहरे, फिर ये लोग उन्हें भाजपा से क्यों छीनना चाहते हैं! अब उन्हें कौन समझाए। फिर यारो, क्यों चिंता करते हो? बेचारे विपक्षवाले तुम्हारे विधायक और संसद तो तोड़ नहीं पाते, रामजी को वे तुमसे क्या तोड़ लेंगे! तो करा नहीं पाते। रामजी को वे तुमसे क्या तोड़ लेंगे! खैर, इधर उन्होंने रामजी को उस तरह से बिल्कुल भी याद नहीं किया कि दुख में सुमिरन सब करें। उन्होंने तो इस बार विघ्नहर्ता गणेशजी का सुमिरन किया। देखो, विघ्न हरते हैं या नहीं!



हमें हार नहीं माननी चाहिए और समस्या को हमें हराने की अनुमति नहीं देनी चाहिए। - ए पी जे अब्दुल कलाम

विजयादशमी हमें आत्ममंथन और जीवन में सकारात्मक बदलाव की प्रेरणा देती है। श्रीराम के धैर्य, करुणा, त्याग और नेतृत्व जैसे गुण अपनाकर हम जीवन को आदर्श बना सकते हैं।

श्रीराम के आदर्शों को अपनाएं



मनीष तिवारी

विजयादशमी केवल रावण पर भगवान श्रीराम की विजय का पर्व नहीं है, बल्कि यह उनके आदर्शों को जीवन में उतारने का अवसर भी है। हर वर्ष दशहरा पर रावण दहन के माध्यम से बुराई पर अच्छाई की जीत का संदेश दिया जाता है, लेकिन वास्तविक विजय तब होगी, जब हम अपने भीतर मौजूद अहंकार, क्रोध, ईर्ष्या और स्वार्थ जैसी बुराइयों पर विजय प्राप्त करेंगे। भगवान श्रीराम का जीवन हमें सिखाता है कि धैर्य, करुणा, त्याग, मित्रता और नेतृत्व जैसे गुणों को अपनाकर व्यक्ति न केवल अपना जीवन बेहतर बना सकता है, बल्कि परिवार और समाज में भी सकारात्मक बदलाव ला सकता है।

धैर्य और सहनशीलता की मिसाल : भगवान श्रीराम के व्यक्तित्व का सबसे महत्वपूर्ण गुण उनका धैर्य और सहनशीलता है। कैकेयी की आज्ञा के बाद उन्होंने बिना किसी विरोध के 14 वर्ष का वनवास स्वीकार किया। समुद्र पर सेतु निर्माण के लिए भी उन्होंने धैर्यपूर्वक प्रयास किया। माता सीता से वियोग और जीवन के कठिन प्रसंगों में भी उन्होंने अपने कर्तव्यों का निर्वहन किया। आज के दौर में छोटी-छोटी बातों पर नाराजगी, विवाद और रिसतों में बढ़ती दूरियां आम हैं। ऐसे में श्रीराम का जीवन हमें सिखाता है कि कठिन परिस्थितियों में भी धैर्य बनाए रखना चाहिए और भावनाओं के बजाय विवेक से निर्णय लेना चाहिए।

करुणा और समानता का भाव : भगवान श्रीराम ने अपने व्यवहार से सिखाया कि व्यक्ति की पहचान उसके पैद, धन या सामाजिक स्थिति से नहीं, बल्कि उसके गुणों और भावनाओं से होनी चाहिए। केवट, निषादराज और वानरराज सुग्रीव के प्रति उनका स्नेह इसी भावना का उदाहरण है। हनुमानजी के प्रति उनका प्रेम और विश्वास भी उनके संवेदनशील व्यक्तित्व को दर्शाता है। आज समाज को ऐसे ही व्यवहार की आवश्यकता है, जिसमें किसी के साथ जाति, वर्ग, आर्थिक स्थिति या पद के आधार पर भेदभाव न हो। मनुष्य ही नहीं, पशु-पक्षियों के प्रति भी दया और संवेदना रखना आवश्यक है।

कुशल नेतृत्व और सबको साथ लेकर चलने की कला : भगवान श्रीराम एक आदर्श राजा होने के साथ कुशल नेतृत्वकर्ता भी थे। उन्होंने हनुमानजी, सुग्रीव, जाम्बवंत, निषादराज और विभीषण सहित अनेक सहयोगियों की क्षमताओं पर विश्वास किया और उन्हें अपनी भूमिका निभाने का अवसर दिया। लंका विजय और समुद्र पर सेतु निर्माण में सामूहिक प्रयासों का महत्वपूर्ण योगदान रहा। उनका जीवन बताता है कि अच्छे नेतृत्व वही है, जो दूसरों की प्रतिभा को पहचाने, उन्हें सम्मान दे और सभी को एक लक्ष्य के लिए साथ लेकर चले। परिवार हो, संस्था हो या समाज, सामूहिक सहयोग से ही बड़ी चुनौतियों का सामना किया जा सकता है।

आदर्श भाई और सच्ची मित्रता : भगवान श्रीराम का अपने भाइयों लक्ष्मण, भरत और शत्रुघ्न के प्रति प्रेम, त्याग और समर्पण उन्हें आदर्श भाई बनाता है। भरत का भी श्रीराम के प्रति त्याग और सम्मान पारिवारिक रिसतों की गरिमा को दर्शाता है। आज जब संपत्ति और स्वार्थ के कारण परिवारों में विवाद बढ़ रहे हैं, तब रामायण के ये प्रसंग रिसतों में प्रेम, विश्वास और त्याग का महत्व समझाते हैं। श्रीराम ने मित्रता भी पूरी निष्ठा से निभाई। सुग्रीव की सहायता करना हो या विभीषण को शरण देना, उन्होंने संकट के समय अपने सहयोगियों का साथ दिया। सच्ची मित्रता केवल सुख के क्षणों में साथ रहने का नाम नहीं, बल्कि कठिन समय में विश्वास और सहयोग बनाए रखने का संकल्प है।

विजयादशमी पर लें संकल्प : विजयादशमी हमें याद दिलाती है कि रावण के दस सिर केवल एक पौराणिक कथा का हिस्सा नहीं, बल्कि अहंकार, क्रोध, लोभ, मोह और अन्य बुराइयों पर विजय पाने की प्रेरणा भी हैं। यदि हम भगवान श्रीराम के आदर्शों को अपने व्यवहार में उतारें, दूसरों का सम्मान करें, रिसतों को महत्व दें और अपने कर्तव्यों के प्रति ईमानदार रहें, तो यही इस पर्व की वास्तविक सार्थकता होगी। इस विजयादशमी पर संकल्प लें कि हम केवल रावण का पुतला नहीं जलाएंगे, बल्कि अपने भीतर की बुराइयों को भी दूर करने का प्रयास करेंगे।

एकद अकेलेपन की ताकत

एक रात अर्जुन शिबिर में अकेले बैठे थे। उन्होंने श्रीकृष्ण से पूछा- ‘माधव, दिन में तो लाखों योद्धाओं की सेना मेरे साथ खड़ी रहती है, फिर रात के इस सन्नाटे में मुझे भीतर से इतना अकेलापन क्यों



केवल तुम्हारा नाम और पद जानती है कि मेरा अपना कोई नहीं है?’ श्रीकृष्ण ने अर्जुन के कंधे पर हाथ रखते हुए कहा- ‘ पार्थ, यह अकेलापन कोई सजा नहीं, बल्कि विधाता का एक संकेत है। जब जो उसे स्वीकार कर अपनी शक्ति बना लेता है, उसे संसार का कोई योद्धा नहीं हरा सकता। ’

-**प्रसुति : अक्षिता तिवारी**

ईडन गार्डन्स में भव्य समारोह के साथ दुर्गापूजा का शुभारंभ

3000 ढाकियों की प्रस्तुति और 1000 महिलाओं की उल्लूध्वनि गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड में दर्ज



कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। कोलकाता के ऐतिहासिक ईडन गार्डन्स में महालया के अवसर पर 10 अक्टूबर को भव्य सांस्कृतिक समारोह के साथ पश्चिम बंगाल में दुर्गापूजा का शुभारंभ हुआ। राज्य सरकार की ओर से आयोजित समारोह में मुख्यमंत्री शुवेंदू अधिकारी, राज्यपाल आरएन रवि, मंत्रियों, वरिष्ठ अधिकारियों, विभिन्न क्षेत्रों की हस्तियों और टॉलीवुड कलाकारों ने हिस्सा लिया। पारंपरिक ढाक वादन, संगीत, सांस्कृतिक प्रस्तुतियों और आधुनिक तकनीक के माध्यम से बंगाल की समृद्ध परंपरा और विरासत को प्रदर्शित किया गया। तस्लीमा नसरीन, अभिनेत्री ऋतुपर्णा सेनगुप्ता और मिथुन चक्रवर्ती सहित कई प्रमुख हस्तियां मौजूद रहीं।

समारोह का प्रमुख आकर्षण हजारों ड्रोन के जरिए आसमान में मां दुर्गा और कमल की आकृतियां बनाना रहा। लाइट एंड साउंड शो में महालया के रेडियो प्रसारण से लेकर दशमी के सिंदूर खेला तक दुर्गापूजा की परंपराओं को दर्शाया गया। लोकप्रिय गायक शान, कोशिकी



चक्रवर्ती और लगनजीता चक्रवर्ती ने प्रस्तुति दी। संगीतकार शांतनु मोइत्रा सहित अन्य कलाकार भी शामिल हुए। इस दौरान 3000 ढाकियों की प्रस्तुति और शंख वादन के साथ उल्लूध्वनि करने वाली 1000 महिलाओं के आयोजन को गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड में दर्ज किया गया।

मुख्यमंत्री शुवेंदू अधिकारी ने बंगाल की संस्कृति के संरक्षण और दुर्गापूजा की धार्मिक महत्ता को

प्रमुखता देने पर जोर दिया। उन्होंने बताया कि इस वर्ष 12,400 नई पूजा समितियों को अनुमति दी गई है और उन्हें अनुदान भी दिया गया है। मुख्यमंत्री के अनुसार, 200 से अधिक समितियों ने सरकारी अनुदान नहीं लेने की जानकारी दी है। उन्होंने इन समितियों की राशि ग्रामीण क्षेत्रों की पूजा समितियों को देने की अपील की। दुर्गापुर, बिष्णुपुर, सिलीगुड़ी, कूचबिहार,



मालदा, बहरामपुर और दीघा में भी सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे। सरकार ने पूजा के दौरान बिजली शुल्क और अग्निशमन विभाग की अनुमति संबंधी फीस माफ करने की घोषणा की है। मुख्यमंत्री ने पूजा समितियों से 24 अक्टूबर तक प्रतिमा विसर्जन पूरा करने की अपील की।

मां दुर्गा की उषेक्षा करने वाली पिछली सरकारों में बंगाल पिछड़ा : राज्यपाल रवि

राज्यपाल आरएन रवि ने कहा कि मां दुर्गा की पूजा से परहेज करने वाली पिछली सरकारों के कार्यकाल में बंगाल विभिन्न क्षेत्रों में दूसरे राज्यों से पिछड़ गया। उन्होंने याद दिलाया कि बंगाल कभी देश के विभिन्न क्षेत्रों में अग्रणी था और स्वतंत्रता संग्राम में उसकी महत्वपूर्ण भूमिका रही।

राज्यपाल ने उम्मीद जताई कि वर्तमान सरकार के कार्यकाल में बंगाल अपना गौरव वापस हासिल करेगा। उन्होंने कहा कि लोग उनसे मिलने आते हैं और राज्य में निवेश की इच्छा जताते हैं। उनके अनुसार, यह मां दुर्गा के आशीर्वाद से संभव हुआ है।

बॉटैनिकल गार्डन में ‘ एक पेड़ मां के नाम ’ अभियान के तहत पौधरोपण



एनजीटी चेयरपर्सन जस्टिस प्रकाश श्रीवास्तव ने पर्यावरण संरक्षण और पारिस्थितिक संतुलन का दिया संदेश

कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। राष्ट्रीय हरित अधिकरण (एनजीटी) के चेयरपर्सन जस्टिस प्रकाश श्रीवास्तव ने सुश्री प्रदीपि श्रीवास्तव के साथ कोलकाता स्थित आचार्य जगदीश चंद्र बोस भारतीय वनस्पति उद्यान का दौरा किया। इस दौरान उन्होंने ‘ स्वच्छता ही सेवा 2026 ’ पहल के तहत ‘ एक पेड़ मां के नाम ’ वृक्षारोपण अभियान में भाग लिया। कार्यक्रम का उद्देश्य पर्यावरण संरक्षण,

पारिस्थितिक बहाली और टिकाऊ विकास के प्रति जागरूकता बढ़ाना था।

हुगली नदी के किनारे लगभग 273 एकड़ में फैला यह उद्यान देश के प्रमुख वनस्पति उद्यानों में शामिल है। यहां 12 हजार से अधिक जीवित पौधे हैं, जिनमें स्थानीय और संकटग्रस्त प्रजातियों के साथ दुर्लभ ऑर्किड, विशाल अमेजन वॉटर लिली और विभिन्न प्रकार के ताड़ के पेड़ शामिल हैं। उद्यान का विशाल बरगद का पेड़ भी अंतरराष्ट्रीय स्तर पर प्रसिद्ध है, जिसका फैलाव लगभग पांच एकड़ क्षेत्र में है और जो अपने आप में एक जंगल जैसा दिखाई देता है।

वृक्षारोपण कार्यक्रम उद्यान के स्थानीय एवं संकटग्रस्त प्रजातियों वाले पौधों के खंड में आयोजित किया गया। जस्टिस प्रकाश श्रीवास्तव ने उद्यान की समृद्ध वनस्पति विविधता और पारिस्थितिक महत्व को समझने के अवसर को महत्वपूर्ण बताया। कार्यक्रम के माध्यम से प्रकृति संरक्षण और आने वाली पीढ़ियों के लिए हरित एवं टिकाऊ भविष्य सुनिश्चित करने में सामूहिक भागीदारी का संदेश दिया गया। इस अवसर पर एनजीटी के रजिस्ट्रार दीप्ती घोष, उप रजिस्ट्रार तनुश्री दत्ता और सहायक रजिस्ट्रार यश कुमार सिंह भी उपस्थित रहे।

अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह के सातवें दिन मनाया जीवन विज्ञान दिवस

मुनिश्री जिनेश कुमार ने कहा, जीवन विज्ञान से संभव है व्यक्तित्व का कायाकल्प



कोलकाता / हावड़ा (राष्ट्ररंग संवाददाता)। युगप्रधान आचार्य श्री महाश्रमण जी के सुशिक्ष मुनिश्री जिनेश कुमार जी ठाणा-3 के सान्निध्य में अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्वावधान में अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का सातवां दिन ‘ जीवन विज्ञान दिवस ’ के रूप में मनाया गया। अणुव्रत समिति हावड़ा-कोलकाता की ओर से योगक्षेम विहार के योगक्षेम सभागार में आयोजित कार्यक्रम में जीवन विज्ञान के महत्व पर प्रकाश डाला गया।

धर्मसभा को संबोधित करते हुए मुनिश्री जिनेश कुमार ने कहा कि शिक्षा व्यक्तित्व विकास का महत्वपूर्ण माध्यम और जीवन की आधारशिला है। शिक्षा से जीवन संवरता है तथा व्यक्ति विवेकशील बनता है। शिक्षा का मूल उद्देश्य शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक और भावनात्मक विकास

सहित व्यक्तित्व का सर्वांगीण विकास करना है। उन्होंने कहा कि जीवन विज्ञान शिक्षा का अभिनव आयाम और जीवन जीने की कला है। यह केवल सैद्धांतिक ज्ञान नहीं, बल्कि एक प्रायोगिक प्रक्रिया है, जिसके प्रयोगों से जीवन में सकारात्मक बदलाव लाया जा सकता है। मुनिश्री ने उपस्थित लोगों को जीवन विज्ञान के प्रयोग भी कराए।

कार्यक्रम का शुभारंभ अणुव्रत समिति हावड़ा-कोलकाता के सदस्यों द्वारा जीवन विज्ञान गीत के गंगन से हुआ। स्वागत भाषण अणुव्रत समिति हावड़ा के अध्यक्ष दीपक नखत ने दिया। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के अध्यक्ष प्रताप सिंह दुगड ने कहा कि बच्चों की बौद्धिक क्षमता के साथ भावनात्मक विकास के लिए जीवन विज्ञान का प्रशिक्षण आवश्यक है। जीवन विज्ञान

भावों का विज्ञान है और यह आचार्य श्री महाप्रज्ञ की अमूल्य देन है।

मुख्य वक्ता मनीषा नाहट्या ने जीवन विज्ञान के विभिन्न पहलुओं की जानकारी दी। इस अवसर पर राकेश संचेती ने कविता प्रस्तुत की। आभार ज्ञापन अणुव्रत समिति हावड़ा के मंत्री वीरेंद्र बोथरा ने किया, जबकि कार्यक्रम का संचालन मुनि परमानंद ने किया। कार्यक्रम में अणुविभा सोसायटी के प्रचार-प्रसार मंत्री पंकज दुधोड़िया, अणुव्रत समिति कोलकाता के अध्यक्ष नवीन दुगड़, उत्तर हावड़ा सभा के अध्यक्ष संदीप ढागा सहित अन्य गणमान्य व्यक्ति और अणुव्रत समिति के कार्यकर्ता उपस्थित रहे। अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह के कार्यक्रमों को सफल बनाने में संयोजक पारस बरड़िया, मनीष बैद और अन्य कार्यकर्ताओं का महत्वपूर्ण योगदान रहा।

दुर्गापूजा के दौरान सुरक्षा के लिए पुलिस ने की तैयारियां

राष्ट्रीय रक्षा विश्वविद्यालय के सहयोग से 125 पुलिसकर्मियों को दिया विशेष प्रशिक्षण



कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। दुर्गा पूजा के दौरान भारी भीड़ और सुरक्षा चुनौतियों के मद्देनजर कोलकाता पुलिस ने राष्ट्रीय रक्षा विश्वविद्यालय के सहयोग से 125 पुलिसकर्मियों के लिए दो दिवसीय विशेष प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया। 5 और 6 अक्टूबर को पुलिस प्रशिक्षण विद्यालय, कोलकाता में आयोजित कार्यक्रम में महिला एवं बाल सुरक्षा, पीड़ित-केंद्रित जांच और आपराधिक न्याय प्रणाली पर जोर दिया गया। यूनेस्को द्वारा अमूर्त सांस्कृतिक विरासत के रूप में मान्यता प्राप्त दुर्गा पूजा के दौरान कोलकाता में बड़ी संख्या में लोगों की आवाजाही होती है। ऐसे में पुलिस की तत्परता और संवेदनशील कार्यप्रणाली मजबूत करने के उद्देश्य से यह प्रशिक्षण आयोजित किया गया। पश्चिम बंगाल के मुख्यमंत्री सुवेंदू अधिकारी के नेतृत्व में राष्ट्रीय रक्षा विश्वविद्यालय के साथ हुए समझौता ज्ञापन के बाद कोलकाता पुलिस के लिए यह पहला प्रमुख प्रशिक्षण कार्यक्रम है।

कार्यक्रम का उद्देश्य प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के

सुरक्षित भारत के दृष्टिकोण और केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह की स्मार्ट पुलिसिंग की अवधारणा के अनुरूप पुलिसकर्मियों की कार्यक्षमता बढ़ाना था। यह पहल कोलकाता पुलिस आयुक्त अजय नंद, आईपीएस की उस सोच से भी जुड़ी है, जिसके तहत त्योहारों के दौरान शहर को सुरक्षित रखने के लिए पुलिस की तैयारियों को मजबूत किया जा रहा है। वहीं, राष्ट्रीय रक्षा विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. डॉ. बिमल पटेल के नेतृत्व में विश्वविद्यालय क्षमता निर्माण, ज्ञान के आदान-प्रदान और वैज्ञानिक पुलिसिंग के माध्यम से राष्ट्रीय सुरक्षा में योगदान दे रहा है।

प्रशिक्षण में पाँक्सो अधिनियम, भारतीय न्याय संहिता (बीएनएस), भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता (बीएनएसएस), भारतीय साक्ष्य अधिनियम (बीएसए), साइबर अपराध, फॉरेंसिक जांच और डिजिटल साक्ष्यों से जुड़े पहलुओं को शामिल किया गया। साथ ही जोखिम आकलन, पीड़ितों के प्रति संवेदनशील व्यवहार, निवारक पुलिसिंग, आपातकालीन प्रतिक्रिया और

विभिन्न एजेंसियों के बीच समन्वय पर भी प्रशिक्षण दिया गया। व्यावहारिक उदाहरणों और मामलों की चर्चा के जरिए पुलिसकर्मियों को वास्तविक परिस्थितियों में प्रभावी कार्रवाई के लिए तैयार किया गया।

समापन सत्र में मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित पुलिस आयुक्त अजय नंद ने महिला एवं बाल अपराधों से जुड़े मामलों में पुलिस की शुरुआती प्रतिक्रिया को महत्वपूर्ण बताया। उन्होंने पीड़ितों के प्रति सहानुभूति, संवेदनशीलता और समुदाय के साथ सार्थक संवाद पर जोर दिया। उन्होंने पुलिसकर्मियों की कार्यक्षमता बढ़ाने के लिए नियमित विशेष प्रशिक्षण की आवश्यकता बताई। साथ ही राष्ट्रीय रक्षा विश्वविद्यालय के सहयोग से भविष्य में भी ऐसे प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित करने की संभावनाओं पर चर्चा की गई।

यह पहल दुर्गा पूजा के दौरान सुरक्षित माहौल सुनिश्चित करने के लिए पूर्व तैयारी, वैज्ञानिक पुलिसिंग और विभिन्न संस्थानों के बीच समन्वय को मजबूत करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम है।



बेलूर बाल विकास केंद्र का वार्षिकोत्सव, 27 वर्षों की सेवा का सम्मान

विशेष बच्चों के लिए संवेदी प्रशिक्षण एवं एकीकरण विभाग शुरू, शिक्षकों और स्वयंसेवकों को किया सम्मानित

लिलुआ (राष्ट्ररंग संवाददाता)। रोटरी क्लब ऑफ बेलूर द्वारा संचालित बेलूर बाल विकास केंद्र का वार्षिकोत्सव लिलुआ स्थित मलय मंच में आयोजित किया गया। समारोह में विशेष बच्चों की शिक्षा, आत्मनिर्भरता और समावेशी शिक्षा के महत्व पर जोर दिया गया। रोटरी क्लब बेलूर के अध्यक्ष सुरेश खुनेता ने केंद्र के कार्यों की सराहना करते हुए बच्चों को आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में हरसंभव सहयोग का आश्वासन दिया।

केंद्र के चेयरमैन शिवकुमार लोहिया ने बताया कि संस्था पिछले 27 वर्षों से विशेष बच्चों की शिक्षा के क्षेत्र में निरंतर सेवा कर रही है। इस वर्ष बच्चों की बेहतर देखभाल और विकास के लिए संवेदी प्रशिक्षण एवं एकीकरण का अलग विभाग शुरू किया गया है। यहां आधुनिक उपकरणों की मदद से बच्चों को पांचों इंद्रियों और आंतरिक संवेदनाओं को समझने तथा उनका बेहतर उपयोग करने का अभ्यास कराया जाता है। उन्होंने कहा कि बच्चों के विकास की नियमित समीक्षा की जाती है और अभिभावकों के साथ बैठकें भी होती हैं। विशेष बच्चों को दया नहीं, बल्कि प्रेम, धैर्य और उचित



प्रशिक्षण की जरूरत है। उन्होंने उनके विकास में माताओं की भूमिका को भी महत्वपूर्ण बताया।

एमसी के जरीवाल विद्यापीठ के प्रिंसिपल विश्वजीत मजूमदार ने समावेशी शिक्षा पर जोर देते हुए बताया कि विद्यापीठ के बच्चे केंद्र के बच्चों के साथ अनुभव साझा करते हैं। समारोह के मुख्य अतिथि एवं रोटरी जिला 3291 के नवनिर्वाचित जिला गवर्नर पूर्णेंद्रु राय चौधरी ने इस प्रकल्प को अभिनव पहल बताते हुए केंद्र की प्रगति की कामना की। उन्होंने विशेष शिक्षकों की भूमिका को भी सराहना की। केंद्र के सचिव नरेंद्र प्रसाद गुप्ता और कोषाध्यक्ष किशन केजरीवाल ने मेधावी विद्यार्थियों को पुरस्कृत किया। विशेष शिक्षक पूर्णिमा दे और बच्चों को दया नहीं, बल्कि प्रेम, धैर्य और उचित

सम्मानित किया गया। स्वयंसेवकों शिप्रा चक्रवर्ती, रूपा राय चौधरी और नवनीत वल्लभ को भी सम्मान मिला। अभिभावक प्रतिनिधि शिखा साहा ने प्रशिक्षण से बच्चों में हो रहे सुधार पर संतोष जताया।

कार्यक्रम का संचालन नवीन खंडेलवाल ने किया। केंद्र के बच्चों ने तबला वादन, मेलोडी, दुर्गेश नर्दिनी सहित विभिन्न रंगारंग सांस्कृतिक प्रस्तुतियां दीं, जिनकी दर्शकों ने सराहना की। समारोह में स्वाति मल्होत्रा, आनंद अग्रवाल, शंकर रामलिंगम, संतोष मोहता, अजय खन्ना, कुणाल वेद, गोविंद देव अग्रवाल, आलोक कनोडिया, अमर मल्होत्रा सहित अन्य गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे। आयोजन को सफल बनाने में अनामिका सिंह, देवाशीष मित्र सहित अन्य लोगों ने सहयोग किया।

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

राष्ट्ररंग के सुधि पाठकों...

>> राष्ट्ररंग समाचार पत्र के लिए आपका स्नेह और प्यार हमें शुरू से मिलता रहा है। हम आशा और विश्वास करते हैं कि आगे भी मिलता रहेगा।

>> समाचार पत्र के लिए विशेषज्ञों की राय, प्रकाशन योग्य सामग्री के साथ-साथ आपके समक्ष इसे पहुंचाने तक हमारी जिम्मेदारी बड़ी चुनौतीपूर्ण है। आपके सहयोग से ही हम इस चुनौती का सामना कर पाएंगे।

>> ऐसे में हमारी आपसे अपेक्षा और आग्रह है कि राष्ट्ररंग के वार्षिक सदस्य बनें और इसके लिए नीचे लिखे गए नंबर पर संपर्क करें।

संपर्क करें- संतोष तिवारी-9339153162

“ आपका सहयोग हमारी मजबूती का आधार बनेगा ”

मल्टीमीडिया में मिलेंगी बढ़िया जॉब

करिअर के लिये युवाओं के सामने वैसे तो ढेरों ऑप्शन रहते हैं लेकिन इन दिनों उनमें मल्टीमीडिया का क्रेज काफी है। बहुत सारे क्षेत्रों विशेषकर मार्केटिंग, शिक्षा, कम्युनिकेशन, बिजनेस, मनोरंजन, चिकित्सा में मल्टीमीडिया की अहम भूमिका है। कोई इवेंट या कार्य जैसे वर्कशॉप, टॉक शो, समारोह जहाँ भी आयोजित होता है तो इसके लिये मल्टीमीडिया टूल्स तथा एप्लीकेशन की जरूरत अवश्य पड़ती है। फ्लैश एनीमेशन प्रेजेंटेशन, मल्टीमीडिया लाइट का इनमें काफी उपयोग किया जाता है। विद्यार्थियों को किसी एक खास विषय के बारे में जानकारी देने के लिये ग्राफिक इलस्ट्रेशन इस्तेमाल होता है। आने वाले समय में इनकी डिमांड और बढ़ने वाली है।

ऐसे समझे मल्टीमीडिया को— आज के दौर में मोबाइल केवल बातचीत का



जरिया नहीं बल्कि यह पर्सनल असिस्टेंट टूल की तरह कार्य करता है। मोबाइल फोन के कई फंक्शंस मल्टीमीडिया एप्लीकेशन हैं ऑनलाइन गेम खेल सकते हैं, गाने सुन सकते हैं, मूवीस देख सकते हैं, इंटरनेट का उपयोग, 4जी कॉल, फोटो लेना आदि मल्टीमीडिया का ही योगदान है। मल्टीमीडिया कई सारे तत्वों जैसे— टेक्स्ट, इमेज, आर्ट,

साउण्ड, एनीमेशन, वीडियो का समूह है। इन सभी तत्वों को किसी कंप्यूटर या किसी दूसरी इलेक्ट्रॉनिक डिवाइस के माध्यम से डिलीवर किया जाता है। मल्टीमीडिया दो शब्दों से मिलकर बना है। मल्टी का अर्थ है बहुत सारे तथा मीडिया का अर्थ है पैकेज या एलीमेंट जैसे: टेक्स्ट, इमेज, ऑडियो, वीडियो, एनीमेशन आदि।

मल्टीमीडिया प्रोडक्शन— मल्टी-

मीडिया विशेषज्ञ उन कंपनियों में कार्य करते हैं जो वर्ल्ड वाइड वेब, सीडी रोम, डीवीडी मोशन पिक्चर, इंडस्ट्री, कायोस्क तथा कंप्यूटर पर आधारित मल्टीमीडिया बनाते हैं। मल्टीमीडिया प्रोजेक्ट के अंतर्गत बिजनेस, मार्केटिंग, शिक्षा, ट्रेनिंग, प्रेजेंटेशन तथा मनोरंजन से संबंधित एप्लीकेशन आती है। मल्टीमीडिया से संबंधित रोजगार वेब डेवलपमेंट, कम्युनिकेशन, टेलीविज़न, एजुकेशन, ट्रेनिंग तथा मार्केटिंग में है।

मिल सकती हैं ये जॉब्स— मल्टीमीडिया एसोसिएट प्रोड्यूसर, वेब डिजाइनर, वेब कंटेंट क्रिएशन स्पेशलिस्ट, मल्टीमीडिया प्रोग्रामर ऑथरिंग स्पेशलिस्ट, मल्टीमीडिया ग्राफिक प्रोडक्शन आर्टिक, डिजिटल वीडियो स्पेशलिस्ट, मल्टीमीडिया प्रोजेक्ट मैनेजर, मल्टीमीडिया आर्टिस्ट, गेम डिजाइनर।

टॉय बनाना सीख खोल सकते हैं अपना काम



होने चाहिए।

क्या होता है काम— एक सॉफ्ट टॉय मेकर का मुख्य काम न सिर्फ खिलौने बनाना होता है। बल्कि खुद को स्थापित करने के लिए अपने काम को कुछ अलग तरह से अंजाम देना होता है। मसलन, अगर आप चाहें तो बच्चों के पसंदीदा गैजेट्स को भी सॉफ्ट टॉय का आकार दे सकते हैं। वहीं एक सॉफ्ट टॉय मेकर के कार्यक्षेत्र में अपने काम की अच्छी तरह मार्केटिंग करना, कच्चा माल खरीदने व तैयार किए हुए सॉफ्ट टॉय को सही ढंग से सप्लाय करने पर भी ध्यान देना होता है।

योग्यता— एक सॉफ्ट टॉय मेकर बनने के लिए किसी प्रोफेशनल क्वालिफिकेशन की आवश्यकता नहीं होती। लेकिन सॉफ्ट टॉय बनाने का हुनर सीखने के लिए आप विभिन्न संस्थानों से टॉय मेकिंग कोर्स कर सकते हैं। कोर्स की अवधि एक महीने से शुरू होकर छह महीने तक होती है।

संभावनाएं— इस क्षेत्र में संभावनाओं की कोई कमी नहीं है। आप विभिन्न टॉय मेकिंग कंपनियों में काम कर सकते हैं या फिर इसमें स्वरोजगार की तलाश भी कर सकते हैं। घर से ही टॉय मेकिंग बिजनेस शुरू

कर सकते हैं और अपने तैयार किए माल को विभिन्न टॉय शॉप व होलसेलर्स के पास बेच सकते हैं। इसके अतिरिक्त आप अपनी एक दुकान खोलकर उसमें भी खुद तैयार किए हुए सॉफ्ट टॉय कम दामों पर बेच सकते हैं। वहीं आप अपनी यह कला दूसरों को सिखाकर भी अच्छा पैसा कमा सकते हैं।

आमदनी— इस क्षेत्र में आमदनी इस बात पर निर्भर करेगी कि आपको कितना बड़ा आर्डर मिलता है। अगर खुद की दुकान खोलते हैं तो टॉय के साइज के हिसाब से एक खिलौने के 200-300 रूपए से लेकर सात-आठ हजार रूपए तक चार्ज कर सकते हैं। इसलिए आप अपने काम को मन लगाकर कीजिए, आपके पास पैसों की कोई कमी नहीं होगी।

प्रमुख संस्थान— इंस्टीट्यूट ऑफ टॉय मेकिंग टेक्नोलॉजी, कोलकाता, हिमांशु आर्ट इंस्टीट्यूट, विभिन्न केन्द्र, ग्यानेश्वरी इंस्टीट्यूट टीचिंग एंड परफार्मिंग आर्ट्स, नोएडा, एमकेएसएसएस, पुणे।

मासूम के हाथ में मत दीजिए मोबाइल



बच्चों में जिज्ञासु प्रवृत्ति होती है और यह उनकी कल्पना शक्ति के लिए उर्वरक का काम करती है। बाल मनोविज्ञानी कहते हैं कि बच्चे में कौतूहल उत्पन्न होना, जागरूक होकर किसी चीज को समझना एक अच्छा लक्षण है। बच्चे यों तो अपने लिए किसी भी तरह कुछ न कुछ खेल खोज ही लेते हैं। बच्चे खुद को व्यस्त रखते हैं रसोईघर के बर्तन, बाथरूम का टब या फिर बाहर से बार बार भीतर आती तितली भंवर भी उनके खेल का हिस्सा बन जाते हैं। वो घंटों तक मिटटी और रेत में खेल

कूद सकते हैं। उनके पास अपनी तरकीबें होती हैं। अभिभावकों को लगे रहें कि बच्चों में मौजूद मस्ती के साथ बड़े होने का आनंद रहना चाहिए इसके लिए मोबाइल फोन उनका सच्चा साथी बन जाता है। अभिभावक इसको गंभीरता से कभी नहीं लेते हैं लेकिन तकनीक आंखों में आंखें डालकर बच्चों को आभासी दुनिया का सतही पाठ पढ़ा गुणा कर कंठस्थ कर देती है।

क्या कहते हैं मनोवैज्ञानिक—

पिछले एक दशक से पश्चिम के मनोवैज्ञानिक बारंबार बच्चों और

मोबाइल फोन के संबंध को घातक बताते जा रहे हैं लेकिन भारतीय अभिभावक शायद इसके गंभीरता से नहीं ले रहे हैं। बच्चा थोड़ी देर मस्त मगन रहेगा इसके लिए साधारण सा समाधान मोबाइल फोन या टैबलेट बच्चे को थमा दिया जाता है लेकिन बच्चे की उत्पुक्तता और जिज्ञासु प्रवृत्ति बेलगाम घोड़े की तरह इस जादू के डब्बे को पूरी तरह से जान लेना चाहती है फिर हर रोज कुछ मिनट से होते-होते कुछ घंटे में बदलने लगता है मोबाइल फोन और उसका साथ जैसे दो जिस्म एक जान। जब बच्चे इसके गुलाम हो जाते हैं तब माता पिता को अहसास होता है कि इसके बिना बच्चों को खीज होने लगती है। वो खुद को मोबाइल से अलग नहीं कर पाते। समाधान को कोशिश और चटपट मोबाइल हाथ से छीन लेने की हबडू-तबडू में माता-पिता आपस में ही झगड़ा कर बैठते हैं।

मायाजाल में उलझ रहे—

बिलकुल किसी परीकथा की तरह बच्चे इस आभासी दुनिया के मोहजाल में खुशी खुशी फंसे चले जाते हैं। इसी वजह से वे मानसिक बीमारी के शिकार बन रहे हैं उन्हें सर्वाइकल, सिरदर्द आंखों की परेशानी आलस और सुस्ती घेर रहे हैं। उनकी याददाश्त से लेकर एकाग्रता, सकारात्मक सोच और उनके मन पर भी नकारात्मक प्रभाव पड़ रहा है। बच्चों के भीतर जल्दी, निराशा और चिड़चिड़ापन उनको बेचैन तथा अस्थिर कर रहा है। शारीरिक श्रम तो बहुत दूर की बात है उन्होंने अपने लिए एक अटपटी से कायदे बना लिया है।

गायब हो रहा है सुकून— शांति और

तसल्ली जैसे शब्द बच्चों की डिक्शनरी से गायब होने लगे हैं। व्यवहार, बातचीत समेत जीवन के अन्य व्यवहारिक विषय पुस्तकें पढ़ना, खेला कूदना, पार्क में जाना, बर्ड वॉचिंग आदि उनकी हॉबी नहीं हैं।

कैसे निकालें मकड़जाल से— शिक्षण संस्थानों द्वारा अगर यह नियम बना दिया जाये कि हर कक्षा में प्रत्येक विद्यार्थी को एक न एक खेल खेलना ही होगा तबसे शायद एक जागृति आती दिखाई देने लगेगी, बच्चों को मजेबूरी में ही सही कुछ देर इस आभासी दुनिया से दूर रहना होगा। फिर अगर फिटनेस का जुनून सवार हो गया तो खेलकूद अच्छा लगेगा और इस आभासी दुनिया में रमे रहने का नशा कुछ उतरने लगेगा। किसी भी हालत में आभासी दुनिया के साथ बच्चों के जीवन की नांव खोखली नहीं होनी चाहिए।

जब बना चंद्रमा, तभी धरती पर आया जीवन

धरती पर जीवन की उत्पत्ति को लेकर तरह-तरह की थ्योरी दी जाती हैं। अब एक नयी थ्योरी आयी है। इस बार जो जानकारी आयी है वह रोचक तो है ही साथ ही उससे संबंधित अध्ययन भारतीय मूल के वैज्ञानिकों के नेतृत्व में हुआ है। इस अध्ययन की रिपोर्ट में कहा गया है कि पृथ्वी पर जीवन के लिए जरूरी कार्बन, नाइट्रोजन और अन्य ऐसे तत्वों की प्राप्ति ग्रहों की टक्कर की उस घटना के बाद हुई जिसके परिणाम स्वरूप 4.4 अरब वर्ष पहले चंद्रमा की उत्पत्ति हुई थी। अध्ययन कर्ताओं ने कहा, 'प्राचीन काल में उल्कापिंडों के अध्ययन के आधार पर वैज्ञानिकों को लंबे समय से ज्ञात था कि पृथ्वी और सौर मंडल की आंतरिक कक्षाओं में स्थित चट्टानों वाले अन्य ग्रहों में विघटन होकर तत्व निकलते रहते हैं, लेकिन इसके समय और प्रणाली पर बहस चलती रही।' एक पत्रिका में छपे अध्ययन में कहा गया है, 'हमारी खोज पहली है जो सभी भू-रासायनिक साक्ष्यों के अनुरूप समय की व्याख्या कर सकती है।' कहा गया कि प्रयोगों की कड़ी में लंबे समय से माने जा रहे इस सिद्धांत के परीक्षण के लिए साक्ष्य जुटाये कि पृथ्वी पर जीवन के लिए जिम्मेदार तत्व एक ग्रह के साथ टक्कर के बाद पैदा हुए जिसके केंद्र में सल्फर की बहुतायत थी। साथ ही इस निष्कर्ष पर पहुंचा गया कि पृथ्वी पर कार्बन-नाइट्रोजन का अनुपात और कार्बन, नाइट्रोजन तथा सल्फर की पूरी मात्रा चंद्रमा की उत्पत्ति के संगत है। यानी जब चंद्रमामा बना तभी धरती पर जीवन भी आया।



गैजेट रिव्यू

बियरेबल थर्मामीटर



एमएच बैटरी के साथ आता है। कीमत लगभग 1,000 रुपये है।

बाजार में अब कई ऐसे पहने जा सकने वाले थर्मामीटर सेंसर आ गये हैं, जिनकी मदद से आप लगातार रोगी के बुखार की निगरानी कर सकते हैं। यह ब्ल्यूथ के माध्यम से स्मार्टफोन एप से कनेक्ट होकर तापमान अलर्ट भी भेज सकता है। बच्चों और बुजुर्ग लोगों के लिये बेहद शानदार उपकरण है। इसका सेंसर 240

स्टेरीपेन वॉटर प्यूरीफायर

ट्रेन में ट्रेवल कर रहे हैं, शहर से बाहर जाते वक्त यह आदर्श गैजेट है। यह पेन के आकार का टूल एक लीटर पानी को 48 सेकेंड के भीतर साफ कर देता है। यह उपकरण बैक्टीरिया, वायरस और प्रोटोजोआ को मारने के लिए यूवी (पराबैंगनी) किरणों का उपयोग करता है। बैटरी के एक सेट से, यह 150 लीटर पानी शुद्ध कर सकता है। इसे करीब 3,000 बार तक उपयोग किया जा सकता है।



खाना-खजाना

सामग्री: दूध 1 कप, बारीक कटे काजू और बादाम 50 ग्राम, इलायची पाउडर 1 चम्मच, धी 200 ग्राम, गुड़ 250 ग्राम, बाजरे का आटा 250 ग्राम।
विधि: बाजरे के आटे में दो चम्मच घी का मोघन डालकर दूध के साथ थोड़ा सख्त गुंथे। इस आटे की छोटी-छोटी मुट्ठियां बनाएं और फिर धी में सुनहरा सेंक लें। ठंडा होने पर इनको दरदर कूट लें। फिर एक पैन में गुड़ और दो बड़े चम्मच घी डालकर धीमी आंच पर लगातार चम्मच से चलाते हुए पकाएं। जब गुड़ पूरी तरह पिघल जाए तो उसमें काजू, दरदरा बाजरा, इलायची पाउडर, बादाम डालकर चलाएं और आंच से उतार लें। फिर तैयार मिश्रण के लड्डू बना लें।



लघुकथा

गांव के ठाकुर वीरेंद्र प्रताप सिंह को मंदिर की ओर कंबल के बंडल के साथ आते देख भिखारी भीखू की आंखें चौंधियाए लगीं। वह मन ही मन यह सोचकर प्रसन्नचित्त होने लगा कि आज के बाद उसके पास भी अपनी एक निजी कंबल होगी, जिसकी वजह से रात को कपकपाने के टेंशन से उसे छुड़ी मिल जाएगी। जैसे-जैसे ठाकुर के कदम मंदिर की ओर बढ़ रहे थे, भीखू की उत्पुक्तता वैसे-वैसे बढ़ती जा रही थीं। ठाकुर वीरेंद्र प्रताप सिंह ने मंदिर के बाहर जूते उतारकर सीधे मंदिर में प्रवेश किया। बाहर आए तो उनके हाथों में कंबल का बंडल नहीं देख भीखू हक्का-बक्का रह गया। ठाकुर के जाने के बाद मंदिर के पुजारी से भीखू ने कौतूहलवश पूछा तो पता चला कि ठाकुर साहब कंबल मंदिर के बाहर ठिठुर रहे गरीबों के लिए नहीं बल्कि मंदिर के अंदर संगमरमर

कंबल



की मूर्ति के लिए लाये थे।

—देवेन्द्रराज सुथार

रूबी पार्क पब्लिक स्कूल में हर्षोल्लास से मनाई गई दुर्गा पूजा

नृत्य प्रस्तुतियों के जरिए मां दुर्गा की शक्ति और बुराई पर अच्छाई की जीत का संदेश दिया



कोलकाता(राष्ट्ररंग संवाददाता)। रूबी पार्क पब्लिक स्कूल में दुर्गा पूजा का पावन पर्व हर्षोल्लास और भक्तिभाव के साथ मनाया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ विद्यालय की प्रधानाचार्या श्रीमती मौसमी महापात्र ने दीप प्रज्ज्वलित कर किया। स्वागत गीत से समारोह का वातावरण मधुर और उल्लासपूर्ण हो गया। इस अवसर पर प्रधानाचार्या

मौसमी महापात्र ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए साहस, सच्चाई, करुणा और दृढ़ संकल्प जैसे मूल्यों को जीवन में अपनाने की प्रेरणा दी। विद्यार्थियों ने आकर्षक नृत्य प्रस्तुतियों के माध्यम से मां दुर्गा की दिव्य शक्ति, वीरता और बुराई पर अच्छाई की विजय को प्रभावशाली ढंग से प्रस्तुत किया। प्रधानाचार्या ने कहा कि दुर्गा पूजा बुराई पर

अच्छाई की शाश्वत जीत का प्रतीक है। मां दुर्गा का आशीर्वाद विद्यार्थियों के जीवन को आलोकित करे और उन्हें जिम्मेदार, साहसी एवं संवेदनशील नागरिक बनने की प्रेरणा दे। कार्यक्रम का समापन धन्यवाद ज्ञापन और राष्ट्रगान के साथ हुआ। समारोह ने विद्यार्थियों में आस्था, एकता और सांस्कृतिक मूल्यों के प्रति सम्मान की भावना को मजबूत किया।

गौसेवा एवं पशु कल्याण के संकल्प के साथ रक्तदान शिविर आयोजित



कोलकाता(राष्ट्ररंग संवाददाता)। विश्व पशु कल्याण दिवस के अवसर पर कोलकाता लेमन मर्चेण्ट एसोसिएशन की ओर से 4 अक्टूबर को नूतन बाजार में 22वें स्वेच्छिक रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। गौसेवा एवं पशु कल्याण के संकल्प के साथ आयोजित इस शिविर में रक्तदान के अलावा निःशुल्क मेगा स्वास्थ्य जांच शिविर भी लगाया गया। इसमें लोगों ने शुगर, ईसीजी, दंत एवं नेत्र परीक्षण की सुविधा का लाभ उठाया। जांच में मोतियाबिंद की पहचान होने वाले मरीजों का निःशुल्क ऑपरेशन भी कराया जाएगा।

स्थानीय विधायक एवं राज्य मंत्री पूर्णिमा चक्रवर्ती ने गाय को चारा खिलाकर तथा दिव्यांगजनों को व्हीलचेयर प्रदान कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। उन्होंने कहा कि सभी सेवाओं में गौसेवा सर्वोत्तम सेवा है। उन्होंने इस आयोजन



22वें शिविर में रक्तदान के साथ मेगा स्वास्थ्य जांच शिविर, दिव्यांगजनों को बांटी गई साइकिलें

के लिए संस्था की सराहना करते हुए इसे सेवा और सामाजिक सरोकार का सराहनीय प्रयास बताया। राज्य मंत्री उमेश राय ने भी संस्था के कार्यों की प्रशंसा की। उन्होंने गौसेवा में सहभागिता करने के बाद दिव्यांगजनों को साइकिलें वितरित कीं।

कार्यक्रम में जोड़ासांको के विधायक विजय ओझा, बनवारीलाल सोती, मारवाड़ी रिलीफ सोसाइटी के गोविंद राम अग्रवाल, ज्ञानभारती स्कूल के जगमोहन बागला, राधेश्याम अग्रवाल, चंद्रकांत सराफ, जेपी सिंह, राजेश सिन्हा, पोस्ता थाना प्रभारी अंजन चक्रवर्ती, विप्र फाउंडेशन के

राजकुमार व्यास, तिनकोड़ी दत्ता, अभ्युदय दुग्गड़, हाईकोर्ट के अधिवक्ता अजय चौबे, राजेश लाठ, विद्यासागर मंत्री, अम्बुज शर्मा, चंद्रशेखर बासोटिया, भोला सोनकर, ओम प्रकाश सिंह, त्रिभुवन मिश्रा, सुरेंद्र जैन, जेठमल रंगा और अमर भरतिया सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

कार्यक्रम का संचालन महावीर रावत एवं ओम प्रकाश यादव ने किया। संयोजक मनोज पराशर ने अतिथियों का स्वागत किया। विशुद्धानंद अस्पताल ने स्वास्थ्य जांच तथा मारवाड़ी रिलीफ सोसाइटी ने रक्त संग्रह की व्यवस्था संभाली। आयोजन को सफल बनाने में बी. के. सिंह, स्नेह कुमार, संदीप महतो, निरंजन सिंह, सुजीत कुमार वर्मा, चित्तरंजन सिंह, दीना प्रसाद गुप्ता सहित अनेक कार्यकर्ताओं का योगदान रहा।

श्रीमद्भागवत कथा की पूर्णाहुति, श्रद्धालुओं ने लिया भक्ति का आनंद

आकाश शर्मा ने कथा के उपदेशों को जीवन में अपनाने और मर्यादित जीवन जीने की प्रेरणा दी

कोलकाता(राष्ट्ररंग संवाददाता)। सत्संग भवन ट्रस्ट मंडल एवं स्वामी विश्वदेवानन्द चैरिटेबल ट्रस्ट के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित श्रीमद्भागवत कथा ज्ञान यज्ञ की पूर्णाहुति श्रद्धा और भक्ति भाव के साथ हुई। भागवताचार्य आकाश शर्मा के श्रीमुख से संगीतमय कथा और भजनों की प्रस्तुति ने श्रद्धालुओं को भावविभोर कर दिया। सत्संग भवन में भक्तिमय वातावरण के बीच श्रद्धालुओं ने श्रीकृष्ण भक्ति का आनंद लिया।

पूर्णाहुति के अवसर पर वैदिक मंत्रोच्चार के साथ हवन-पूजन किया गया, जिसमें सैकड़ों श्रद्धालुओं ने भाग लिया। जय श्रीकृष्ण और राधे-



राधे के जयकारों से परिसर गूंज उठा। युवाचार्य आकाश शर्मा ने श्रद्धालुओं को श्रीमद्भागवत के

उपदेशों को जीवन में अपनाने, मर्यादित आचरण करने और सद्गमार्ग पर चलने की प्रेरणा दी।

इस अवसर पर सत्संग भवन के ट्रस्टी श्याम सुन्दर धानुका, दीपक मिश्रा और मुकेश शर्मा ने भारतीय विद्या मंदिर एवं भारतीय संस्कृति संसद के अध्यक्ष डॉ. विठ्ठल दास मूंढड़ा सहित विशिष्ट अतिथियों और श्रद्धालुओं का स्वागत किया। धर्मानुरागी एवं समाजसेवी पंडित लक्ष्मीकांत तिवारी ने सत्संग भवन ट्रस्ट मंडल की ओर से सभी भक्तों के प्रति आभार व्यक्त किया। कार्यक्रम में शंकर लाल सोमानी, राजू शर्मा, निखिल शर्मा, अभय पाण्डेय सहित अन्य कार्यकर्ता सक्रिय रहे।

मतदाता सूची में नाम जोड़ने के लिए सक्रिय अभियान शुरू

24 जिला निर्वाचन अधिकारी मैदान में उतरे, 38 लाख लंबित मामलों के निपटारे को लेकर भी उठे सवाल

कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। पश्चिम बंगाल में कोई भी पात्र मतदाता वोटर लिस्ट से बाहर न रहे, इसके लिए निर्वाचन आयोग के निर्देश पर सक्रिय अभियान शुरू किया गया है। राज्य के मुख्य निर्वाचन अधिकारी (सीईओ) के कार्यालय ने इस संबंध में आदेश जारी किया है। राज्य के सभी 24 जिला निर्वाचन अधिकारी (डीईओ) अपनी टीमों के साथ अभियान में जुट गए हैं। इसके तहत विशेष शिविर लगाने के साथ बूथ स्तर के अधिकारियों (बीएलओ) के माध्यम से घर-घर संपर्क भी किया जाएगा।

मुख्य निर्वाचन अधिकारी के कार्यालय की ओर से 12 अक्टूबर को जारी बयान में कहा गया है कि अभियान का उद्देश्य प्रत्येक पात्र मतदाता का नाम सूची में शामिल करना सुनिश्चित करना है। किसी भी तरह की शिकायत होने पर नागरिक संबंधित बूथ स्तर के अधिकारी (बीएलओ), सहायक निर्वाचक रजिस्ट्रीकरण अधिकारी (ईईआरओ), निर्वाचक रजिस्ट्रीकरण अधिकारी (ईआरओ) या जिला निर्वाचन अधिकारी से संपर्क कर सकते हैं।

38 लाख लंबित मामलों पर बना हुआ है विवाद राज्य में मतदाता सूची के विशेष गहन



पुनरीक्षण (एसआईआर) को लेकर राजनीतिक विवाद जारी है। विपक्षी दलों ने उन करीब 38 लाख मतदाताओं के नाम बहाल करने की मांग की है, जिनके मामले उच्चतम न्यायालय के निर्देश पर गठित अपीलीय न्यायाधिकरणों में लंबित हैं। इस बीच, पश्चिम बंगाल के मुख्य निर्वाचन अधिकारी ने निर्वाचन आयोग से यह स्पष्ट करने को कहा है कि क्या इन लंबित मामलों वाले मतदाताओं को भी नए अभियान के तहत पंजीकरण का अवसर दिया जा सकता है।

शिविरों के बाद घर-घर पहुंचेंगे अधिकारी

निर्वाचन आयोग ने 6 अक्टूबर को राज्यों और केंद्रशासित प्रदेशों के मुख्य निर्वाचन अधिकारियों

के साथ बैठक में अभियान को तेजी से आगे बढ़ाने के निर्देश दिए थे। इसके तहत पहले विशेष शिविर लगाए जाएंगे और फिर बीएलओ घर-घर जाकर पात्र मतदाताओं की पहचान करेंगे।

आयोग ने 2 अक्टूबर को जारी निर्देश में एसआईआर से गुजर चुके 20 राज्यों और केंद्रशासित प्रदेशों को पुरानी और मौजूदा मतदाता सूचियों की तुलना करने तथा छूट गए पात्र मतदाताओं को फॉर्म-6 के माध्यम से पंजीकृत करने के लिए एक महीने का समय दिया था।

इधर, कोलकाता में आयोजित एक नागरिक सम्मेलन में एसआईआर प्रक्रिया की आलोचना की गई। सम्मेलन में वक्ताओं ने आरोप लगाया कि इस प्रक्रिया के जरिए कुछ मतदाताओं को सूची से बाहर रखने का प्रयास किया जा रहा है। उन्होंने मुख्य निर्वाचन आयुक्त ज्ञानेश कुमार को हटाने की मांग भी उठाई। हालांकि, ये आरोप विपक्षी दलों और सम्मेलन में शामिल वक्ताओं के दावे हैं।

अब इस अभियान के दौरान सबसे अहम सवाल यह है कि मतदाता सूची से छूट गए पात्र लोगों को कितनी जल्दी शामिल किया जाता है और अपीलीय न्यायाधिकरणों में लंबित मामलों का समाधान किस तरह किया जाता है।

राहुल गांधी वोट चोरी के आरोपों के सबूत दें : अनुराग ठाकुर

कहा- हरने पर चुनाव आयोग पर सवाल उठाना और जनादेश को बदनाम करना दोहरा रवैया

नई दिल्ली (राष्ट्ररंग संवाददाता)। भारतीय जनता पार्टी के लोकसभा सांसद एवं पूर्व केंद्रीय मंत्री अनुराग ठाकुर ने सोमवार, 12 अक्टूबर को भाजपा केंद्रीय कार्यालय में आयोजित प्रेस कॉन्फ्रेंस में कांग्रेस नेता राहुल गांधी पर चुनाव आयोग और अन्य संवैधानिक संस्थाओं के खिलाफ बेबुनियाद आरोप लगाने का आरोप लगाया। उन्होंने कहा कि राहुल गांधी को वोट चोरी के आरोपों के समर्थन में ठोस सबूत पेश करने चाहिए और बताना चाहिए कि किन मतदाताओं के नाम हटाए गए तथा किन लोगों को मतदान के अधिकार से वंचित किया गया।

ठाकुर ने कहा कि राहुल गांधी चुनाव में हार के बाद कभी चुनाव आयोग, कभी इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन (ईवीएम) तो कभी मुख्य चुनाव आयुक्त पर सवाल उठाते हैं। उन्होंने आरोप लगाया कि राहुल गांधी 99 चुनाव हारने के बाद भी अपनी जिम्मेदारी स्वीकार करने के बजाय दूसरों पर दोष मढ़ते हैं। लोकतंत्र में सवाल उठाना विपक्ष का अधिकार है, लेकिन आरोपों को



प्रमाणित करना भी उसकी जिम्मेदारी है। उन्होंने कहा कि चुनाव आयोग के फैसले से असहमति जताना अलग बात है, लेकिन बिना सबूत किसी संवैधानिक संस्था की विश्वसनीयता पर सवाल उठाना उचित नहीं है।

आपातकाल को लेकर कांग्रेस पर निशाना

पूर्व केंद्रीय मंत्री ने कांग्रेस पर निशाना साधते हुए आपातकाल का उल्लेख किया। उन्होंने आरोप लगाया कि जिस पार्टी ने आपातकाल के दौरान लोकतांत्रिक अधिकारों को कुचला, प्रेस पर प्रतिबंध लगाए, बड़े पैमाने पर गिरफ्तारियां कीं और जबरन नसबंदी कराई, वही आज

संविधान की रक्षा की बात कर रही है। उन्होंने 1989 में राजीव गांधी और राजमोहन गांधी के बीच हुए चुनावी मुकाबले का जिक्र करते हुए राहुल गांधी से उस दौर की चुनावी घटनाओं पर भी जवाब देने को कहा।

ठाकुर ने आरोप लगाया कि कांग्रेस ईवीएम और चुनाव आयोग पर सवाल उठाकर बैलट पेपर व्यवस्था की वापसी का रास्ता तैयार करना चाहती है। उन्होंने कहा कि चुनाव जीतने पर प्रक्रिया को सही और हारने पर उसे गलत बताना दोहरा रवैया है। जनता का जनादेश लोकतंत्र में सर्वोपरि है और उसे बिना प्रमाण बदनाम नहीं किया जाना चाहिए।

न्यायपालिका पर दबाव बनाने का लगाया आरोप

न्यायपालिका के संदर्भ में ठाकुर ने कहा कि राहुल गांधी और कांग्रेस को विचाराधीन मामलों में निर्धारित कानूनी प्रक्रिया का पालन करना चाहिए। किसी भी राजनीतिक दल को अपनी मांगों के लिए न्यायपालिका या अन्य संवैधानिक संस्थाओं पर दबाव नहीं बनाना चाहिए। उन्होंने कहा कि राहुल गांधी ने वोट चोरी के आरोपों के समर्थन में सबूत देने की बात कही थी, लेकिन उनके अनुसार अब तक ठोस प्रमाण सार्वजनिक नहीं किए गए हैं। ठाकुर ने मांग की कि राहुल गांधी स्पष्ट करें कि किन नियमों का उल्लंघन हुआ, किन मतदाताओं के अधिकार प्रभावित हुए और उनके दावों के समर्थन में क्या साक्ष्य हैं।

उन्होंने कहा कि लोकतंत्र में विरोध करने का अधिकार है, लेकिन जनता के जनादेश को बदनाम करने का नहीं। विपक्ष को आरोप-प्रत्यारोप की राजनीति छोड़कर तथ्यों और प्रमाणों के आधार पर अपनी बात रखनी चाहिए।

नाजरीन अंसारी की 'लौट आओ मां' को मिलेगा शिल्पी चट्टा स्मृति सम्मान

12 दिसंबर को हिंदी भवन में होगा सम्मान समारोह, साहित्य पत्रकारिता और बाल साहित्य की 30 प्रतिभाएं होंगी सम्मानित



डॉ. सविता चट्टा, संस्थापिका

नई दिल्ली (राष्ट्ररंग संवाददाता)। साहित्य और सामाजिक सरोकारों से जुड़े प्रतिष्ठित शिल्पी चट्टा स्मृति सम्मान 2026 के लिए विभिन्न श्रेणियों में सम्मानित किए जाने वाले साहित्यकारों और रचनाकारों के नामों की घोषणा कर दी गई है। वर्ष 2017 से इस सम्मान की परंपरा को आगे बढ़ा रही इसकी संस्थापिका, हरियाणा गौरव एवं प्रख्यात साहित्यकार डॉ. सविता चट्टा ने सम्मानित होने वाले रचनाकारों के नामों की घोषणा की।

इस वर्ष 5,100 रुपए की सम्मान राशि के साथ प्रदान किए जाने वाले मुख्य शिल्पी चट्टा स्मृति सम्मान के लिए श्रीमती नाजरीन अंसारी की पुस्तक 'लौट आओ मां' का चयन

किया गया है। इस सम्मान के लिए संबंधों पर आधारित प्रकाशित पुस्तकों को आमंत्रित किया जाता है। डॉ. सविता चट्टा ने बताया कि 'लौट आओ मां' की सभी रचनाएं मां के भाव और रिश्ते को केंद्र में रखकर लिखी गई हैं और पुस्तक की रचनाएं उत्कृष्ट हैं।

इसके अलावा हीरों में हीरा सम्मान के लिए संत सौहार्द डॉ. सौरभ पांडेय, गीतकार श्री सम्मान के लिए डॉ. विनयशील चतुर्वेदी तथा श्रेष्ठश्री पत्रकार सम्मान के लिए डॉ. राजाराम त्रिपाठी का चयन किया गया है। वहीं शिल्पी प्रनिका प्रथम बाल सम्मान के लिए बाल लेखिका प्रनिका क्वात्रा की पुस्तक 'तितली के पर' चुनी गई है। बाल लेखिका को 3,100 रुपए की सम्मान राशि प्रदान की जाएगी।

सम्मान के चयन के लिए गठित निर्णायक मंडल में पंजाब नेशनल बैंक से सेवानिवृत्त सहायक महाप्रबंधक श्रीमती मनीषा शर्मा, साहित्यकार सूक्ष्म लता महाजन तथा हिंदी-उर्दू संगम के संस्थापक सैयद अली अख्तर नकवी शामिल रहे।



डॉ. सौरभ पांडेय



डॉ. विनयशील चतुर्वेदी



डॉ. राजाराम त्रिपाठी



प्रनिका क्वात्रा

प्रचार है तो व्यापार है

इधर-उधर जाने से बचें घर बैठे विज्ञापन बुक करें

आज ही संपर्क करें
9339153162
Maa Sharda Enterprises
Santosh Tiwari, E-mail: msekol2023@gmail.com



सोशल मीडिया

आमिर खान की लाडली के साथ हिरासत में बर्बरता!



आमिर खान की भांजी और एक्ट्रेस जायन मैरी खान का एक वीडियो सोशल मीडिया पर चर्चा में है। इस वीडियो में उनके शरीर पर चोट के निशान दिखाई दे रहे हैं। जायन को 10 अक्टूबर को मुंबई के अगस्त क्रांति मैदान में हुए एक विरोध प्रदर्शन के दौरान पुलिस ने हिरासत में लिया था। इस दौरान एक्टर इमरान खान और उनकी गर्लफ्रेंड लेखा वांशिंगटन को भी हिरासत में लिया गया था। हालांकि, कुछ घंटों बाद तीनों को छोड़ दिया गया।

क्या थी प्रदर्शन की वजह ?
यह प्रदर्शन वोटर लिस्ट में कथित गड़बड़ियों को लेकर किया गया था। प्रदर्शनकारी मुख्य चुनाव आयुक्त ज्ञानेश कुमार के इस्तीफे की मांग कर रहे थे। इस विरोध प्रदर्शन में 'कॉकरोच जनता पार्टी' की मांग का समर्थन किया गया था।
जायन के वीडियो ने खींचा ध्यान: हिरासत से रिहा होने के बाद जायन ने इंस्टाग्राम पर एक वीडियो शेयर किया, जिसमें उनके शरीर पर चोट के निशान नजर आ रहे हैं।



वीडियो सामने आने के बाद पुलिस की कार्रवाई को लेकर सवाल उठने लगे हैं। हालांकि, जायन को ये चोटें कब और कैसे लगीं, इसकी स्वतंत्र रूप से पुष्टि नहीं हुई है। उन्होंने भी वीडियो में चोट लगने की वजह के बारे में विस्तार से जानकारी नहीं दी।
लेखा वांशिंगटन ने भी लगाए थे आरोप
इस घटना के बाद लेखा वांशिंगटन ने सोशल मीडिया पर अपने अनुभव के बारे में बताया था। उन्होंने आरोप लगाया कि रिहाई के बाद घर जाने के लिए कैब मिलना मुश्किल हो गया था और कैब ड्राइवरों को धमकाया जा रहा था। हालांकि, इन आरोपों की भी स्वतंत्र रूप से पुष्टि नहीं हुई है।
प्रदर्शन के दौरान इमरान खान, लेखा वांशिंगटन और जायन मैरी खान को पुलिस वैन में ले जाते हुए देखा गया था। अब जायन के वीडियो के सामने आने के बाद यह मामला एक बार फिर चर्चा में आ गया है।

ठाणे में देह व्यापार गिरोह का पर्दाफाश, टीवी अभिनेत्री को बचाया

महाराष्ट्र के ठाणे जिले में मानव तस्करी और देह व्यापार के कथित गिरोह का पर्दाफाश करते हुए पुलिस ने हिंदी धारावाहिकों और वेब सीरीज में काम कर चुकी 35 वर्षीय अभिनेत्री को सुरक्षित बचाया है। इस मामले में पुलिस ने एक महिला को गिरफ्तार किया है, जबकि उसके पुरुष साथी की तलाश की जा रही है। पुलिस के अनुसार, गिरोह मनोरंजन जगत से जुड़ी महिलाओं को कथित तौर पर देह

व्यापार में धकेलता था। पुलिस अधिकारियों के मुताबिक, एक गैर-सरकारी संगठन (एनजीओ) से मिली गुप्त सूचना के आधार पर कार्रवाई की गई। पुलिस ने आठ अक्टूबर को मीरा-भायंदर रोड स्थित एक होटल में फर्जी ग्राहक भेजकर जाल बिछाया। इसके बाद मौके पर छापा मारकर कथित महिला दलाल को गिरफ्तार कर लिया गया।
● **पैसे लेते समय पकड़ी गई महिला:** पुलिस ने

गिरफ्तार महिला की पहचान तबस्सुम उर्फ सोनिया उमर कुरैशी (39) के रूप में की है। आरोप है कि वह महिलाओं को देह व्यापार में धकेलने के बदले पैसे ले रही थी। पुलिस ने उसे मौके से गिरफ्तार कर लिया। मामले में भारतीय न्याय संहिता की धारा 143 और अनैतिक व्यापार (निवारण) अधिनियम के तहत प्राथमिकी दर्ज की गई है।
● **मनोरंजन जगत की महिलाओं को बनाते थे**

निशाना: प्रारंभिक जांच के अनुसार, गिरोह कथित तौर पर टेलीविजन धारावाहिकों, वेब सीरीज और फोटोशूट में काम करने वाली महिलाओं को निशाना बनाता था। पुलिस ने बचाई गई अभिनेत्री को सुरक्षा और देखभाल के लिए मुंबई स्थित रेस्क्यू फाउंडेशन में रखा है। अधिकारियों ने अभिनेत्री की पहचान और मामले से जुड़ी अन्य निजी जानकारीयां सार्वजनिक नहीं की हैं।



कंगना के AI वीडियो हटाने का आदेश

बॉलीवुड एक्ट्रेस और भाजपा सांसद कंगना रनौट को दिल्ली हाईकोर्ट से बड़ी राहत मिली है। कोर्ट ने उनकी पहचान का गलत इस्तेमाल करने वाले AI से बने डीपफेक वीडियो, फर्जी भाषण, एडिटेड तस्वीरों और अन्य आपत्तिजनक कंटेंट के खिलाफ अंतरिम सुरक्षा दी है। कोर्ट ने मेटा को आदेश में इस तरह के कंटेंट की जानकारी मिलने और आदेश की कॉपी मिलने के 72 घंटे के भीतर उसे हटाने या उसकी पहुंच बंद करने का निर्देश दिया है। संबंधित सरकारी विभागों को चिह्नित वेबसाइट्स को ब्लॉक करने के लिए जरूरी कदम उठाने को भी कहा गया है। कंगना रनौट ने दिल्ली हाईकोर्ट में याचिका दायर कर आरोप लगाया था कि इंटरनेट और सोशल मीडिया पर उनकी पहचान का इस्तेमाल करके फर्जी और आपत्तिजनक कंटेंट प्रसारित किया जा रहा है। इसमें AI से तैयार की गई अश्लील तस्वीरें, एडिटेड वीडियो, गलत बयान और ऐसे कंटेंट शामिल हैं जिनसे ऐसा लग सकता है कि कंगना ने कोई बात कही या कोई काम किया है, जबकि वास्तव में ऐसा नहीं हुआ।

कंगना की ओर से दलील दी गई कि इस तरह के कंटेंट से उनकी प्रतिष्ठा, निजता, गरिमा और पहचान को नुकसान पहुंचता है। 8 अक्टूबर को मामले की सुनवाई के दौरान कोर्ट ने याचिका पर नोटिस जारी किया था। इसके बाद 12 अक्टूबर को सामने आई रिपोर्ट के मुताबिक, हाईकोर्ट ने उन्हें अंतरिम राहत देते हुए चिह्नित कंटेंट हटाने और संबंधित वेबसाइट्स तक पहुंच रोकने के निर्देश दिए।

● **72 घंटे के भीतर कंटेंट हटाना होगा:** मेटा को आदेश में चिह्नित आपत्तिजनक कंटेंट हटाने या उसकी पहुंच बंद करने का निर्देश दिया गया है। इसमें वीडियो, रील्स, पोस्ट और संबंधित अकाउंट या चैनल शामिल हो सकते हैं। कंगना की पहचान का बिना अनुमति इस्तेमाल करके बनाए गए डीपफेक, बदले हुए वीडियो-ऑडियो, फर्जी भाषण, अश्लील कंटेंट और झूठे एंडोर्समेंट पर रोक लगाई गई है।

● **कार्रवाई की रिपोर्ट देनी होगी:** संबंधित पक्षों को कोर्ट में अनुपालन संबंधी हलफनामे दाखिल करने के निर्देश दिए गए हैं। कंगना को बाद में सामने आने वाले ऐसे कंटेंट के लिंक भी संबंधित पक्षों को भेजने की अनुमति दी गई है। कंगना रनौट से पहले जान्हवी कपूर, ऐश्वर्या राय, अमिताभ बच्चन, सलमान खान जैसे कई सेलेब्स पर्सनैलिटी राइट्स ले चुके हैं। पर्सनैलिटी राइट्स यानी व्यक्तित्व से जुड़े अधिकार। इनके तहत किसी व्यक्ति को अपने नाम, तस्वीर, आवाज, पहचान और उसकी विशिष्ट पहचान से जुड़े दूसरे पहलुओं के अनधिकृत इस्तेमाल के खिलाफ कानूनी सुरक्षा मांगने का अधिकार मिल सकता है।

प्राइवेट वीडियो लीक होने से टूट गई अपूर्वा मुखीजा

एयरपोर्ट पर फूट-फूटकर रोई ‘रिबेल किड’ बोलीं- माता-पिता ने भी देखा वीडियो

सोशल मीडिया इंप्लुएंसर और यूट्यूबर अपूर्वा मुखीजा, जिन्हें ‘रिबेल किड’ के नाम से जाना जाता है, इन दिनों अपने निजी वीडियो के सोशल मीडिया पर वायरल होने को लेकर चर्चा में हैं। अपूर्वा का कथित किसिंग वीडियो सामने आने के बाद उन्होंने पहली बार इस पूरे मामले पर अपनी चुप्पी तोड़ी है। उन्होंने बताया कि वीडियो सामने आने की जानकारी मिलने पर वह बुरी तरह भावुक हो गई थीं और लंदन के हीथ्रो एयरपोर्ट पर खुद को संभाल नहीं पाई थीं।

अपूर्वा ने अपने यूट्यूब व्लॉग में बताया कि वायरल हो रहा वीडियो करीब एक साल पुराना है। यह एक निजी पार्टी का वीडियो था, जहां उनके साथ अमीन जैज भी मौजूद थे। अपूर्वा के मुताबिक, उन्हें इस बात की जानकारी नहीं थी कि कोई उनके निजी पल को रिकॉर्ड कर रहा है। काफी समय बाद यह वीडियो सोशल मीडिया पर सामने आया।

● **तुर्किये से न्यूयॉर्क जाते समय मिली जानकारी:** अपूर्वा ने बताया कि वह तुर्किये से न्यूयॉर्क जा रही थीं। इस दौरान लंदन के हीथ्रो एयरपोर्ट पर उनकी उड़ान में देरी हुई। इसी बीच उनके फोन पर लगातार संदेश आने लगे। लोग उनसे वायरल वीडियो के बारे में पूछ रहे थे। शुरुआत में अचानक मिले



इन संदेशों से वह हैरान रह गईं, लेकिन जब उन्हें पूरे मामले का पता चला तो वह मानसिक रूप से काफी परेशान हो गईं।

उन्होंने बताया कि एयरपोर्ट पर काफी लोग मौजूद थे, लेकिन वह अपने आंसू नहीं रोक सकीं। निजी वीडियो सार्वजनिक होने और लोगों के लगातार संदेश आने से वह भावनात्मक रूप से टूट गई थीं।

● **माता-पिता को रिश्ते की नहीं थी जानकारी**
अपूर्वा के लिए इस पूरे घटनाक्रम का सबसे मुश्किल पहलू उनके माता-पिता की प्रतिक्रिया थी। उन्होंने बताया कि उनके माता-पिता को पहले उनके रिश्ते के बारे में जानकारी नहीं थी। वीडियो सामने आने के बाद उन्हें पता चला कि उनके माता-पिता ने भी इसे देख लिया है। इस बात ने उनकी परेशानी और बढ़ा दी।

अपूर्वा ने अपने व्लॉग में कहा कि उनके माता-पिता को यह तक नहीं पता था कि उनका कोई प्रेमी है। ऐसे में अचानक निजी जिंदगी से जुड़ी बात सार्वजनिक हो जाने के कारण वह बेहद तनाव में आ गई थीं।

इस घटना के बाद सोशल मीडिया पर निजी पलों की रिकॉर्डिंग और उन्हें बिना अनुमति सार्वजनिक करने को लेकर भी चर्चा हो रही है। हालांकि, वीडियो लीक होने के पीछे कौन जिम्मेदार है, इस संबंध में उपलब्ध रिपोर्ट में कोई पुष्ट जानकारी नहीं दी गई है।

नवरात्रि पर नैना देवी मंदिर पहुंचीं जाह्नवी कपूर

नैनीताल में बॉलीवुड एक्ट्रेस जाह्नवी कपूर और रिया चक्रवर्ती अपनी नई थ्रिलर-रोमांटिक फिल्म ‘पीएन 36’ की शूटिंग कर रही हैं। रविवार को नवरात्रि के पहले दिन व्रत रखकर जाह्नवी कपूर होटल से करीब 150 मीटर पैदल चलकर नैना देवी मंदिर पहुंचीं। यहां उन्होंने मां की आरती की और पूजा-अर्चना की। मंदिर समिति की ओर से उन्हें मां की चुनरी भेंट की गई।

जाह्नवी और रिया ने बारिश और बादलों के बीच फिल्म के एक रोमांटिक सॉन्ग की शूटिंग भी की। अब तक फिल्म की शूटिंग नैनीताल के स्विस् होटल में हुई है। शनिवार को दोनों एक्ट्रेस ने यहां शूटिंग की थी। वहीं, होटल नमः में भी फिल्म के कुछ सीन फिल्माए गए हैं। हालांकि, यह शूटिंग नैनीताल से बाहर हुई है। शूटिंग के बीच दोनों एक्ट्रेस नैनीताल में ही हैं। ब्रेक के दौरान उनके आसपास के इलाकों में घूमने की संभावना है। दोनों के कैची धाम जाने की भी चर्चा है, हालांकि अभी दर्शन का कार्यक्रम तय नहीं हुआ है।

रिया

चक्रवर्ती के साथ

नैनीताल में कर रहीं

शूटिंग, बारिश के बीच

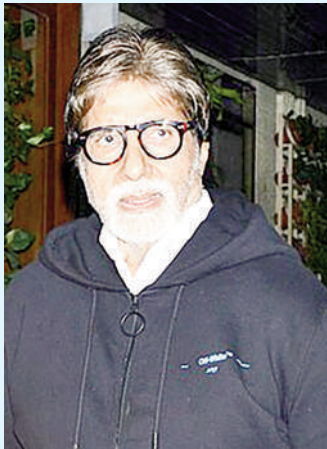
रोमांटिक सॉन्ग शूट

किया



जाह्नवी कपूर अपनी फिटनेस का भी ध्यान रख रही हैं। वह सुबह करीब 7 बजे मल्लीताल के रोपवे मार्ग स्थित बुल्स जिम में वर्कआउट करने पहुंची थीं। ‘पीएन 36’ में साउथ की एक्ट्रेस श्रीलीला और एक्टर सिद्धार्थ गुप्ता भी नजर आएंगे। फिल्म का निर्देशन उमेश बिष्ट कर रहे हैं।

अमिताभ बच्चन ने फैन से हाथ मिलाने से किया इनकार



अमिताभ बच्चन ने अपने जन्मदिन के मौके पर छोटी फैन से हाथ मिलाने से इनकार कर दिया। दरअसल अमिताभ के 84वें जन्मदिन पर उनके मुंबई स्थित आवास ‘जलक्वा’ के बाहर फैस की भीड़ जुटी। इस दौरान हमेशा की तरह ‘संडे दर्शन’ की परंपरा निभाते हुए अमिताभ बच्चन बाहर आए। तभी एक बच्ची सिक्क्यारिटी तोड़कर अमिताभ से हाथ मिलाने के लिए उनके करीब पहुंच गई। इस घटना का वीडियो सोमवार को सोशल मीडिया पर सामने आया है। बच्ची सिक्क्यारिटी तोड़कर अमिताभ से हाथ मिलाने के लिए उनके करीब पहुंच गई। बच्ची सिक्क्यारिटी तोड़कर अमिताभ से हाथ मिलाने के लिए उनके करीब पहुंच गई।

सुरक्षा टीम से बच्ची को दूर ले जाने को कहा: वीडियो में देखा जा सकता है की जब महिला प्रशंसक अमिताभ बच्चन के करीब जाने की कोशिश करती है, तब उनके बॉडीगार्ड्स बीच में आकर उसे रोकते हैं। वह लगातार उनसे हाथ मिलाने की कोशिश कर रही थी। इस दौरान अमिताभ लगातार उससे मिलने से बचते नजर आए और उन्होंने उससे हाथ मिलाने से इनकार कर दिया। वीडियो में एक जगह वे अपनी सुरक्षा टीम को इशारा करके उस महिला को वहां से ले जाने के लिए कहते हुए भी दिख रहे हैं।

नाना पाटेकर की पोस्टमॉर्टम रिपोर्ट सामने आई



नाना पाटेकर की पोस्टमॉर्टम रिपोर्ट में सामने आया है कि उनका निधन हार्ट अटैक से हुआ था। गोवा मेडिकल कॉलेज और अस्पताल (GMCH) के एक सीनियर डॉक्टर ने रविवार को एक न्यूज एजेंसी यह जानकारी दी। डॉक्टर के मुताबिक, नाना पाटेकर को दिल का दौरा पड़ा था। हार्ट की मुख्य नस (लेफ्ट मेन कोरोनरी आर्टरी) में खून का थक्का जमने से यह स्थिति बनी। यह नस दिल के एक बड़े हिस्से तक खून पहुंचाती है। पोस्टमॉर्टम रिपोर्ट में मौत की वजह एथेरोस्क्लेरोटिक कोरोनरी आर्टरी डिजीज के कारण दिल की मुख्य नस में खून का थक्का जमने से हुआ गंभीर हार्ट अटैक बताया गई है। रिपोर्ट के अनुसार, उनकी मौत प्राकृतिक कारणों से हुई।

नाना ने निधन से कुछ घंटे पहले दोस्त को मैसेज किया
पुलिस जांच में पता चला है कि नाना पाटेकर ने निधन से कुछ घंटे पहले अपने करीबी दोस्त अमेय नाईक से संपर्क करने की कोशिश की थी। उन्होंने 8 अक्टूबर की सुबह करीब 2:30 बजे वॉट्सएप पर मैसेज भेजकर तबीयत ठीक नहीं होने की जानकारी दी। इसके बाद उन्होंने अमेय को फोन भी किया। पुलिस के मुताबिक, अमेय नाईक ने नाना पाटेकर का मैसेज सुबह करीब 3:30 बजे देखा। इसके बाद वे तुरंत उनके डोना पावला स्थित घर पहुंचे। वहां उन्होंने नाना को सोफे पर बेहोश पाया।

स्वस्थ दांतों के लिए होम्योपैथी



डॉ. वी.एन. राय
बी.एच.एम.एस. (कोलकाता)
मेडिकल ऑफिसर (एस.एच.)
गवर्नमेंट ऑफ वेस्ट बंगाल
मो. : 9830 120167
E-mail: drbjendranrai3@gmail.com

दांत का दर्द एक आम समस्या है जिसमें दांतों के आस-पास के मसूड़ों में दर्द उठता है, मसूड़े सूज जाते हैं जो संभवतः दांतों तथा मसूड़ों में संक्रमण फैलने की वजह से होता है। दांत की कई समस्याओं, जैसे मुँह अल्सर, मसूड़ों का सूजन, दांत दर्द, दांतों का

पीसना, दांतों में फोड़े इत्यादि में होम्योपैथिक उपचार बहुत उपयोगी होता है। कई दंत चिकित्सक अक्सर उपचार के रूप में एक्सट्रेक्शन के बाद आर्निका तथा फास्फोरस का उपयोग मसूड़ों से बहने वाले खून को बंद करने के लिए करते हैं। जिनके दांत दबाव या सूजन करने वाली दवाइयों के प्रति संवेदनशील होते हैं उनके प्रभाव को कम करने के लिए कुछ चिकित्सक एकोनाइट का प्रयोग करते हैं। होम्योपैथिक माउथवाश (जो हाइपेरिकम, प्रोपोलिस और कैल्लेडुला जैसे जड़ी बूटियों के मिश्रण के बने हुए होते हैं) घरेलू उपचार के तौर पर

इस्तेमाल किये जाते हैं।

होम्योपैथिक चिकित्सा में दांतों का अच्छी तरह देखभाल एवं उपचार किया जा सकता है। मरक्युरियस, चेमोमाईल्ला, बेलाडोना, कोफिया, सीलीसिया, केलकेरिया फ्लुओरिका, केलकेरिया फोसफोरिका, एस्टेफोसेग्रिया, केरिओसोट, आर्निका, जैसी कई औषधियां दांत दर्द के उपचार के लिए उपयोग किये जाते हैं। आपको जो दवाइयां दी जाती हैं वे आपके दर्द के लक्षणों पर आधारित होती हैं। स्वयं चिकित्सा न करें, किसी अच्छे होम्योपैथिक चिकित्सक से मिलकर सही उपचार करवाएं।



डायबिटिक लोगों के लिए फायदेमंद है बादाम

भारत में टाइप-2 डायबिटीज के मरीजों की सेहत और दिल के लिए बादाम फायदेमंद हो सकता है। शोधकर्ताओं ने पाया कि रोजाना बादाम का सेवन ग्लाइसेमिक और कार्डियोवेस्कुलर मानकों को बेहतर



करने में सहायक होता है। मेटाबोलिक सिंड्रोम एंडरिलेटेड डिसऑर्डर जर्नल में प्रकाशित शोध में कहा गया है, ‘भारत आज की तारीख में डायबिटीज की राजधानी बन चुका है। यहां टाइप-2 डायबिटीज के मरीजों की संख्या खतरनाक तरीके से बढ़ रही है।’

एक समय अमीरी की बीमारी कही जाने वाली डायबिटीज आज की तारीख में समाज के हर वर्ग में तेजी से फैल रही है। डायबिटीज एंड मेटाबोलिक डिजीजिस, डायबिटीज फाउंडेशन इंडिया के निदेशक डॉ.

अनूप मिश्रा और मुख्य परियोजना अधिकारी सीमा गुलाटी ने दैनिक खानपान में बादाम के असर का अध्ययन किया। शोध के लिए दिल्ली में टाइप-2 डायबिटीज से ग्रस्त और बढ़े हुए कोलेस्ट्रॉल वाले 25 से 70 साल की उम्र के 50 लोगों को शामिल किया गया था। शोधकर्ताओं ने पाया कि बादाम का लगातार सेवन करने से लोगों में टोटल कोलेस्ट्रॉल, सीरम ट्राइग्लिसराइड्स, एलडीएल कोलेस्ट्रॉल, एचबीए1 सी जैसे मानकों में सुधार होता है।

कई रोगों की दवा है अंगूर

खासी वाले रोगी को अंगूर इसलिए लाभकारी रहता है क्योंकि यह फेफड़ों में आ गयी कमजोरी को दूर करने में सक्षम है।

चेचक का प्रकोप कम करने के लिए अंगूर को गर्म



पानी में डालकर खिलाने से लाभ होता है। नजला-जुकाम में भी अंगूर का सेवन उपयोगी रहता है। मात्र 50-60 ग्राम एक समय में प्रतिदिन दें।

किसी भी रोग के कारण जब स्वास्थ्य गिर जाता है तो अंगूर का सेवन कमजोरी को दूर कर रोगी को फिर से स्वस्थ करने में सक्षम होता है। नयी शक्ति मिलती है।

गर्भवती माताओं को गर्भस्थ बच्चे को भी खुराक पहुंचानी पड़ती है। इससे उसका अपना भोजन दो भागों में बंट जाता है। परिणाम स्वरूप वह दिन प्रतिदिन क्षीणता का अनुभव करने लगती है। ऐसी महिला को यदि दिन में दो बार 15-20 दाने अंगूर मिलते रहें तो उससे उसकी सेहत सुधरेगी। बच्चे की सेहत भी अच्छी होती जाएगी।

प्रतिदिन थोड़ी मात्र में अंगूर का सेवन व्यक्ति को हृदय रोग की संभावनाओं से बचाता है।

फेफड़ों का रोगग्रस्त हो जाना, टी.बी. रोग को निमंत्रण होता है।

प्रतिक्रिया एवं सुझाव

इस पृष्ठ के सम्बन्ध में आप अपनी प्रतिक्रिया एवं सुझाव नीचे दिए पते पर प्रेषित कर सकते हैं। इससे सम्बन्धित आलेख सादर आभारित है।
— हमारा पता है—
राष्ट्रंग, 6, डॉ. अवनी दत्ता रोड, सलकिया, हावड़ा-6
E-mail: rashtrarang@gmail.com

हाइपरटेंशन से बचाएं फल सब्जियां

फिलाडेल्फिया में थॉमस जेफरसन यूनिवर्सिटी के विशेषज्ञों के अनुसार फल, सब्जियों और कम डेयरी उत्पादों का प्रयोग व्यक्ति उच्च रक्तचाप की संभावना को कम कर सकता है। इन विशेषज्ञों द्वारा किए गए शोध में पाया गया कि जो टीनएजर्स अपने भोजन में मिमरल, पोटेशियम, कैल्शियम, मैग्नीशियम और फोलेट जैसे विटामिन युक्त खाद्य पदार्थों का सेवन करते हैं, उनका रक्तचाप उन टीनएजर्स से कम पाया गया जो अधिक नमक व इन तत्वों से युक्त खाद्य पदार्थों का सेवन नहीं करते। इन तत्वों की कमी भविष्य में हाइपरटेंशन की संभावना बढ़ाती है और इससे हृदय रोग की संभावना भी बढ़ जाती है।

पुदीने में रोग प्रतिकारक की अद्भुत शक्ति

आयुर्वेद के मतानुसार पुदीना, स्वादिष्ट रुचिकर, पचने में हल्का, तीक्ष्ण, तीखा, कड़वा, पाचनकर्ता, उलटी मिटाने वाला, हृदय को उत्तेजित करने वाला, शक्ति बढ़ाने वाला, वायुनाशक, विकृत कफ को बाहर लाने वाला, गर्भाशय-संकोचक, चित्त को प्रसन्न करने वाला, जख्मों को भरने वाला, कृमि, ज्वर, विष, अरुचि, मंदाग्नि, अफरा, दस्त, खांसी, श्वास, निम्न रक्तचाप, मृदल्पता, त्वचा के दोष, हैजा, अतिसार, हैजे में लाभ होता है, वायु व कृमि का नाश होता है।

पुदीने में रोगप्रतिकारक शक्ति उत्पन्न करने की अद्भुत शक्ति है एवं पाचक रसों को उत्पन्न करने की भी क्षमता है। अजवायन के सभी गुण पुदीने में पाये जाते हैं। पुदीने के बीज से निकलने वाला तेल स्थानिक एनेस्थेटिक, पीड़नाशक एवं जंतुनाशक होता है। यह दंत पीड़ा एवं दंत कृमिनाशक होता है। इसके तेल की सुगंध से मच्छर भाग जाते हैं।

मदाग्नि- पुदीने में विटामिन ए अधिक मात्र में पाया जाता है। इसमें जटराग्नि को प्रदीप्त करने वाले तत्व भी अधिक मात्र में हैं। इसके सेवन से भूख खुलकर लगती है। पुदीना, तुलसी, कालीमिर्च, अदरक आदि का काढ़ा पीने से वायु दूर होता है व भूख खुलकर लगती है।

त्वचाविकार- दाद-खाज पर पुदीने का रस लगाने से लाभ होता है। हरे पुदीने की चटनी

पाचन शक्ति दुरुस्त करे इलायची



सुगंधित इलायची का इस्तेमाल खाने में स्वाद और खुशबू के लिए किया जाता है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि दिन में सिर्फ 1 इलायची खाने से आप कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं से भी बच सकते हैं। इसमें मौजूद एंटी-बैक्टीरियल गुणों के कारण यह सांसों की दुर्गंध को दूर करने का काम करती है। इलायची रेड ब्लड सेल्स के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। यह हमारी पाचन तंत्र को मजबूत बनाती है। इलायची प्राकृतिक रूप से गैस को खत्म करती है। यह पाचन को बढ़ाने, पेट की सूजन को कम करने व दिल की जलन को खत्म करती है।

कमर दर्द से परेशान हैं तो...

दर्द निवारण के लिए दर्द का कारण मालूम करना भी जरूरी है क्योंकि उपचार एक बार हो भी गया तो वे ही कारण फिर दर्द बन सकते हैं। यूं तो कमर दर्द के कई कारण हो सकते हैं, लेकिन मुख्य रूप से मांसपेशियों, स्नायुओं का खिंचाव या टूट-फूट, मोटापा या रीढ़ की डिस्क में दराय या गैप होने से कमर दर्द होता है। महिलाओं में गर्भावस्था के दौरान जब शरीर को अतिरिक्त बोझ वहन

स्पाइनल स्टेनोसिस भी हो सकता है। यह रोग साइको सोमेटिक अर्थात् मन से संबंधित भी हो सकता है। उदाहरणार्थ डिप्रेशन, तनाव, चिंता, गलत पोश्चर, कूबड़ निकालकर बैठना या खड़े रहना, एक ही मुद्रा में देर तक रहना या फिर कभी भारी वजन उठाने से भी कमर में लचक आ सकती है।

बचाव- सबसे पहले तो आपको अपने वजन की ओर ध्यान देना



करना पड़ता है, तब अक्सर यह शिकायत हो जाती है।

कमर दर्द किसी बीमारी से संबंधित भी हो सकता है। जैसे जोड़ों का दर्द, अस्थियों का भंगुर होना (आमतौर पर बढ़ती उम्र में), कैंसर, किसी कारणवश रीढ़ की हड्डी (स्पाइनल कॉर्ड) का डैमेज होना,

चाहिए कि एक ही तरह से पूरे वक्त न बैठें रहें। घंटे आधे घंटे में उठकर थोड़ा चलें। मेज की ऊंचाई, कुर्सी से स्टैंडर्ड अनुपात में हो, फिर आप अपनी हाइट के अनुसार इसे एडजस्ट कर सकते हैं। कमर दर्द में पेट के बल न सोएं क्योंकि इससे कमर को कोई सहारा नहीं मिलता बल्कि करवट लेकर, घुटने मोड़कर थोड़ी तिरछी पोজিশन में कुल्हों को बाहर की ओर निकाल कर सोएं। टांगों के नीचे तकिया रख सकते हैं या घुटनों के बीच रखने से भी दर्द कम लगता है। कमर दर्द मामूली हो तो आराम करने से ठीक होता नजर आता है। ठंडा-गर्म सेंकने से दर्द से राहत मिलती है। दर्दनाशक दवाओं से दर्द दूर किया जा सकता है। लेकिन ये तेज असरदार दवाएं तभी लेना ठीक है। दर्द अनहनीय हो और डॉक्टर सलाह से दवाएं मांसपेशियों को शिथिल करती हैं और इससे जनरल लेथाजी होने लगती है। समस्या बड़ी होने पर दुनिया भर की जांचों का सिलसिला शुरू हो जाता है। जिसमें एक्स-रे, सी-टी स्कैन, एमआरआई आदि शामिल हैं। कमर दर्द की तकलीफ ज्यादा दिन तक चले तो देर न करें, फौरन डॉक्टर को दिखाएं।

होगा। संतुलित भोजन और नियमित व्यायाम द्वारा तेज कमर दर्द की सूत्र में डॉक्टरी सलाह लेकर आराम करें। ऐसे में व्यायाम भूलकर भी न करें। हल्के हाथों का स्पर्श ऐसे

में सुहाता है। आजकल के कमर दर्द के लिए बाजार में तरह-तरह के ऑइंटमेंट को भी पहले जरा सा लगा कर देखना चाहिए कि आपको चमड़ी उसे स्वीकार कर रही है या नहीं। वजन उठाते हुए किसी एक अंग पर ही तमाम भार न डालें। टेबल वर्क करने वालों को ध्यान देना

के 1-1 चम्मच रस में शहद मिलाकर दिन में 2 बार पीने से लाभ होता है।

अनातर्व, अल्पातर्व

मासिक न आने पर या कम आने पर अथवा वायु एवं कफदोष के कारण बंद हो जाने पर पुदीने के काढ़े में गुड़ एवं चुटकी भर हींग डालकर पीने से लाभ होता है। इससे कमर की पीड़ा में भी आराम होता है।

आत का दर्द- अपच, अरुचि, मंदाग्नि, वायु आदि रोगों में पुदीने के रस में शहद डालकर लें अथवा पुदीने का अर्क लें।

दाद- पुदीने के रस में नीबू के रस में नीबू का रस, प्याज अथवा अदरक का रस एवं शहद मिलाकर पिलाने अथवा अर्क देने से ठीक होता है।

बिच्छू का दंश- बिच्छू के काटने पर इसका रस पीने से व पत्तों का लेप करने से बिच्छू के काटने से होने वाला कष्ट दूर होता है। पुदीने का रस दंशवाले स्थान पर लगायें एवं उसके रस में मिश्री मिलाकर पिलायें। यह प्रयोग तमाम जहरीले जंतुओं के दंश के उपचार में काम आ सकता है।

हिस्टीरिया- रोज पुदीने का रस निकालकर उसे थोड़ा गर्म करके सुबह शाम नियमित रूप से देने पर लाभ होता है।

सुबह पिएं गुनगुना नींबू पानी, जानें फायदे

सुबह की शुरुआत गुनगुने नींबू पानी से करना सेहत के लिए फायदेमंद हो सकता है। नींबू में विटामिन सी और एंटीऑक्सीडेंट पाए जाते हैं, जो शरीर को स्वस्थ रखने में मदद करते हैं।

पाचन और हाइड्रेशन में मदद: नींबू पानी शरीर में पानी की कमी दूर करता है और पाचन को बेहतर बनाने में सहायक हो सकता है। पर्याप्त पानी पीने से कब्ज में भी राहत मिल सकती है।

वजन और त्वचा के लिए उपयोगी: बिना चीनी वाला नींबू पानी मीठे पेय का अच्छ विकल्प है। इसमें मौजूद विटामिन सी त्वचा के स्वास्थ्य और कोलेजन निर्माण में

मदद करता है।

रोग प्रतिरोधक क्षमता: विटामिन सी शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली को सामान्य रूप से काम करने में मदद करता है। नींबू में मौजूद साइट्रेट किडनी में कुछ प्रकार की पथरी बनने का खतरा कम करने में भी सहायक हो सकता है।

कैसे करें सेवन: एक गिलास गुनगुने पानी में आधा नींबू निचोड़कर पिएं। शहद मिलाना जरूरी नहीं है। ध्यान रखें कि नींबू पानी शरीर को



डिटॉक्स करने, तेजी से वजन घटाने या एसिडिटी दूर करने का चमत्कारी उपाय नहीं है। इसकी अम्लीय प्रकृति दांतों के इनेमल को नुकसान पहुंचा सकती है, इसलिए सेवन के बाद सादे पानी से कुल्ला करें।

न होने दें लीवर को बीमार

मनुष्य का लीवर यानी जिगर शरीर के सबसे महत्वपूर्ण अंगों में से एक है। जब इस अंग को किसी प्रकार की क्षति पहुंचती है तो इससे आपके स्वास्थ्य पर बहुत ही बुरा असर पड़ता है। इससे आपकी उम्र भी प्रभावित होती है। यह रक्त को शुद्ध करने के साथ ही भोजन को पचाने में मदद करता है। लेकिन हमारी बुरी आदतों जैसे ज्यादा तले भुने खाना,

एक्सर-साइज न करना धूम्रपान की बुरी लत और कुछ लोग में शराब पीने की आदत उनके लीवर पर बुरा असर डालती है। बहुत जरूरी है कि आप अपने लीवर को दुरुस्त रखें।

ये है आसान उपाय- आप प्रतिदिन सुबह नाश्ते से पहले एक चम्मच जैतून तेल में एक छोटा चम्मच नींबू का रस मिला कर पीजिए। यह आपके लीवर

के स्वास्थ्य का पूरा ख्याल रखेगा। लेकिन अगर आप इसका सेवन कर रहें हैं तो आपको सिगरेट, शराब और तंबाकू के अलावा बेकार खानपान से दूर रहना होगा। अपने डाइट में हेल्दी खानपान को शामिल करें और प्रतिदिन



एक्सरसाइज जरूर करें।
वर्णों है यह फायदेमंद- दरअसल, जैतून के तेल से गॉलब्लैडर और लीवर सही प्रकार से काम करेंगे और पित्त का निर्माण करेंगे। नींबू के प्रयोग से आपकी पाचन क्रिया दुरुस्त रहेगी और खाना अच्छे से हजम होगा।

जल्दी दिखेगा फर्क- इस पेय पदार्थ को अगर आप नियमित रूप से लेंगे तो इसका असर जल्दी ही दिखने लगेगा। इससे आपको अपनी त्वचा पर चमक दिखेगी और अगर आंखों के नीचे डार्क सर्कल हैं, तो वह भी धीरे धीरे कम होने लगेंगे। पेट हमेशा सही रहेगा और आप एनर्जी से भर जाएंगे।

संक्रामक रोगों से करे रक्षा गन्ना

गन्ने में कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा और जल होता है। गन्ने के रस में मौजूद विटामिन 'ए' संक्रामक रोगों से हमारी रक्षा करता है। इसमें मौजूद विटामिन 'बी' पाचन शक्ति मजबूत कर भूख बढ़ाने में सहायक होता है और शरीर में रोग-प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है। गन्ने के रस के सेवन से मस्तिष्क की कार्य क्षमता तथा स्मरण शक्ति में वृद्धि होती है। गन्ने के रस में थोड़ा-थोड़ा आंवले और अनार का रस मिलाकर पीने से पोलियो रोग से शीघ्र मुक्ति मिल जाती है।

गन्ने के रस का नियमित सेवन करने से पथरी छोटे टुकड़े-टुकड़े होकर मूत्र के जरिए बाहर हो जाती है। डेढ़ कप गन्ने के रस में आधा कप मूली का रस मिलाकर सुबह-शाम सेवन करने से खांसी दूर हो जाती है। गन्ने का रस पीने से हिचकी आना बंद हो जाती है।

गन्ना पित्त का नाश करता है। पित्त की उल्टी होने पर एक गिलास गन्ने के रस में दो छोटी चम्मच शहद मिलाकर पीने से बहुत लाभ होता है। गन्ने का रस पाचन शक्ति को मजबूत कर भूख बढ़ाता है। इसके सेवन से कब्ज, अतिसार, गैस्ट्रिक आदि पेट की बीमारियों के ठीक होने में काफी



मदद मिलती है।
सावधानियां- मोटे व्यक्तियों को गन्ने के रस का सेवन कम से कम मात्र में करना चाहिए क्योंकि यह मोटापा बढ़ाता है। गन्ने का रस कफ कारक होता है। अतः जिन्हें दमा हो या श्वास संबंधी कोई तकलीफ हो, उन्हें गन्ने के रस का सेवन कभी-कभार ही करना चाहिए।

शारीरिक परेशानियों को दूर करने के गुणों से भरपूर प्याज

भोजन में प्याज के स्वाद के अलावा इसमें ऐसे बहुत से गुण भी छिपे हैं जो शारीरिक परेशानियों को दूर करने में मदद करते हैं। प्याज की तासीर गर्म, स्वाद तीखा, मीठा और चटपटा है। प्याज लाल, सफेद और पीले रंगों में पाई जाती है।

प्याज के औषधीय गुण
कच्चा प्याज खाने से लू नहीं लगती क्योंकि यह शरीर की नमी और जल को संचित रखती है।

कच्चे प्याज का रस कीड़े-मकौड़ों के काटने और जलन के स्थान पर लगाने से ठंडक और जलन में राहत मिलती है।
लिवर की सभी बीमारियों में कच्चा प्याज बहुत फायदेमंद होता है। सलाद और सब्जियों में हरा प्याज इस्तेमाल करने से पेट की तकलीफों से बचा जा सकता है।
प्याज का रस माथे पर और बालों

में लगाकर 10-12 घंटे बाद धो लेने से संधी जुएं मर जाती हैं।

प्याज और नींबू का रस हल्दी में मिलाकर चेहरे पर 15-20 मिनट तक लगाने से काले दाग और झाड़ियां मिट जाती हैं।

प्याज में लोहा काफी मात्र में होता है। अतः प्रतिदिन प्याज खाने से खून की कमी दूर होती है और शारीरिक शक्ति बढ़ती है।

सफेद प्याज का रस, अदरक का रस और शहद 5-5 ग्राम लेकर एक चम्मच गाय के घी में मिलाकर चाटने से यादश्त ठीक बनी रहती है।
प्याज के रस में शहद मिलाकर 20-25 मिनट तक चेहरे पर लगाने से दाग-मुहांसे खत्म हो जाते हैं।

प्याज के रस से दाग-मुहांसे खत्म हो जाते हैं।

प्याज के बीज पानी के छींटे

डालकर पीसने के पश्चात इसका पैक बनाकर लगाने से चेहरा बिल्कुल साफ हो जाता है।
लू लगने के कारण सिरदर्द हो जाने पर प्याज पीसकर पांव के तलवों पर लेप करने से सिरदर्द दूर हो जाता है।
प्याज का रस हल्का गर्म करके कान में डालने से दर्द में लाभ मिलता है।

नाक से अगर खून बहता हो तो प्याज का रस दो-तीन बूंद नाक में टपकाने से खून बहना बंद हो जाता है।
त्वचा में जलन, खुजली आदि होने पर प्याज का लेप लाभदायक होता है।
प्याज के रस में घी मिलाकर पीने से कामशक्ति बढ़ती है।

पेट दर्द में प्याज के रस में थोड़ा सा हींग और काला नमक डालकर पीने से फायदा होता है।
प्याज के रस में मिश्री मिलाकर पीने से बवासीर में लाभ होता है।

असमय बंद हुआ मासिक धर्म प्याज का ताजा रस पीने से फिर से शुरू हो जाता है।
प्याज को पकाकर या भूनकर खाने से खांसी और जुकाम में लाभ होता है।
प्याज को सिरके के साथ खाने से भूख बढ़ती है।
नींद नहीं आती हो, तो कच्चा प्याज सलाद में खाने से फायदा होता है।

श्रीमद्भागवत कथामृत से भक्तिमय हुआ कोलकाता गौसेवा के संकल्प के साथ संपन्न हुआ आयोजन

श्रीकान्त शर्मा 'बालव्यास' ने दिया भक्ति, सदाचार और गौसंरक्षण का संदेश, सुरभि सदन गौशाला के विकास के लिए आयोजित हुई कथा



कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। गौसेवा, गौसंरक्षण और सनातन संस्कृति के प्रचार-प्रसार के उद्देश्य से राजस्थान गौ कल्याण ट्रस्ट की ओर से 2 से 8 अक्टूबर तक गणपति राजेश सभागार, 4ए, शॉर्ट स्ट्रीट, कोलकाता में आयोजित श्रीमद्भागवत कथामृत श्रद्धा और भक्तिभाव के बीच संपन्न हुआ। परमपूज्य आचार्य श्रीकान्त शर्मा 'बालव्यास' के श्रीमुख से हुई कथा में श्रद्धालुओं को भगवान श्रीकृष्ण की लीलाओं, भक्ति, सत्संग, सदाचार और सेवा का महत्व बताया गया। कथा का सीधा प्रसारण भी किया गया। आयोजन का मुख्य उद्देश्य बारासात स्थित आधुनिक सुरभि सदन गौशाला के निर्माण, विकास और संचालन के साथ गौवंश की सेवा को बढ़ावा देना रहा। आचार्य श्रीकान्त शर्मा 'बालव्यास' ने कहा कि भगवान अपने भक्तों की रक्षा करते हैं और सच्ची भक्ति प्रेम, सेवा तथा समर्पण से प्रकट होती है। उन्होंने कहा, 'भजन करो और घर को ही वृंदावन बना लो।' उन्होंने यह भी संदेश दिया कि किसी को आधी रोटी भी दें तो सम्मान के साथ दें।

कथा के दौरान नंदोत्सव सहित विभिन्न धार्मिक प्रसंगों का भावपूर्ण वर्णन हुआ। एक प्रवचन में उन्होंने बताया कि 16 वर्ष पहले एक बछड़े से शुरू हुई सुरभि गौशाला में आज 1,600 से अधिक गौमाताओं की सेवा की जा रही है। साध्वी गोपाल सरस्वती दीदी ने कहा कि गाय बचेगी तो देश बचेगा और गौसेवा प्रभु की सेवा है। विधायक विजय ओझा भी व्यासपीठ से आशीर्वाद लेने पहुंचे। उन्होंने सुरभि गौशाला के विकास में सहयोग की अपील की। राजस्थान गौ कल्याण ट्रस्ट की ओर से गौमाता को गोद लेने की योजना के माध्यम से लोगों को गौवंश के पालन-पोषण का दायित्व उठाने के लिए प्रेरित



किया गया। गौशाला में अत्याधुनिक गोबर गैस प्लांट की व्यवस्था भी संसाधनों के बेहतर उपयोग की दिशा में महत्वपूर्ण पहल है। कथा की पूर्णाहुति के अवसर पर 9 अक्टूबर को बारासात स्थित सुरभि सदन गौशाला में दुर्गापूजा के उपलक्ष्य में ग्रामवासियों को नवीन वस्त्र वितरण, नर-नारायण भोजन, गौपूजन, हवन और प्रसाद वितरण के कार्यक्रम आयोजित किए गए।

समाजसेवियों एवं संस्थाओं का रत्न सहयोग

आयोजन में ट्रस्टी पं. श्रीकान्तजी शर्मा 'बालव्यास', बालकिसन बालासरिया, मुरारीलाल दीवान, बनवारीलाल सोती, सत्यनारायण देवराजिया, बृजमोहन गाड़ोदिया, विश्वनाथ सेकसरिया, प्रेमचंद दांडनिया, राजेश मित्तल, कृष्ण कुमार छपड़िया, राजेन्द्र प्रसाद बुबना, बालकिसन नेवटिया और अरुण केडिया सहित अन्य ट्रस्टियों

एवं सदस्यों का सहयोग रहा। स्वागत समिति के सदस्यों राहुल दीवान, सिद्धार्थ दीवान और प्रकाश केडिया सहित अनेक कार्यकर्ताओं ने आयोजन में सक्रिय भूमिका निभाई। कार्यक्रम का संचालन संजय मस्करा ने किया।

इस अवसर पर पूर्व विधायक विवेक गुप्त सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे। आयोजन में संस्थापक ट्रस्टी एवं प्रेरणास्रोत स्वर्गीय पुष्कर लाल केडिया, स्वर्गीय विजय दीवान और स्वर्गीय चम्पालाल सरावगी के गौसेवा में योगदान का स्मरण किया गया। श्री राम सेवा समिति, श्री श्याम मित्र मंडल, श्री केडिया सभा, पितृ छाया चैरिटेबल ट्रस्ट, श्री राणीसतीजी प्रचार समिति, जीव रक्षा कोलकाता, महाराजा अग्रसेन धाम, हरियाणा जागृति संघ और श्री काशी विश्वनाथ सेवा समिति सहित अनेक सामाजिक एवं धार्मिक संस्थाओं का सहयोग रहा।

सीपित १९४४

॥ श्री गणेशाय नमः ॥

८३ वाँ वर्ष

श्री बड़ाबाजार सार्वजनिक दुर्गोत्सव कमिटी (जौहरी पट्टी)

५२, बड़तल्ला स्ट्रीट, कोलकाता - ७

मान्यवर,

श्री बड़ाबाजार सार्वजनिक दुर्गोत्सव कमिटी (जौहरी पट्टी) द्वारा आयोजित ८३वाँ वार्षिक दुर्गोत्सव के उद्घाटन समारोह में आप सभी सादर आमंत्रित है।

दिनांक : शुक्रवार, १६ अक्टूबर २०२६ • **समय :** शाम ५.३० बजे

स्थान : जौहरी पट्टी, ५२, बड़तल्ला स्ट्रीट, कोलकाता - ७

समारोह अध्यक्ष : श्री रूपचन्द जी सावनसुखा, उद्योगपति एवं समाजसेवी

उद्घाटनकर्ता : श्री बिमल चन्द जी महमवाल (जैन), उद्योगपति एवं समाजसेवी

दीप प्रज्वलनकर्ता : डा. चन्द्रकांत जी सराफ, सचिव - प्रेम मिलन

प्रधान अतिथि : श्री विजय जी ओझा, विधायक

प्रधान वक्ता : श्री संजय जी हरलालका, सम्पादक - सेवा संसार

निवेदक

महेश सोनी (रोड़ा) चेयरमैन	मनोज चाँदगोठीया मार्गदर्शक	नन्द किशोर तोषावड़ अध्यक्ष
भगवती भार्गव नवीन सराफ महेन्द्र सोनकर हरि सोनी उपाध्यक्ष	निशांत सरावगी प्रधान सचिव	पंकज सराफ अनिल लास्वोटिया कोषाध्यक्ष
	पंकज सोनकर सचिव	नाविक मुणोत प्रसाद सचिव

श्री बड़ाबाजार सार्वजनिक दुर्गोत्सव कमिटी (जौहरी पट्टी)

LIONS & LEO CLUBS OF DISTRICT 322B2

presents

Disco Dandia

Powered by :

17th, 18th & 19th October 2026

MAIN BANQUETS, PARK HOTEL • 8 PM ONWARDS

Partner-in-Service

AUM CAPITAL
YOUR TRUST IS OUR WEALTH

ASIAN INSTITUTE OF EVENT MANAGEMENT

MGI MURARKA GROUP OF INDUSTRIES

JK MASALE
SINCE 1957

Roland

MUMUSO
Global lifestyle Brand

STYLE BAAZAR
STYLING YOUR FAMILY

PREMIER JEWELS
by AMITABH SARAOGI

Vandana
SAREES • SUITS

SRMB TMT
WINGRIP

Travel Point
Takes the world with you

PAWAN PUTRA
A BOUTIQUE HOTEL

Vision SKY

BMA

Sai Services
Catering & Events

Wat-a-paah

Partner-in-Service

ashika
Growing and Sharing with you

HANSHAL
Holidays Travels Pvt Ltd
Har Safar Aap Ke Saath
9830026850

SHREE BAHUBALI
BAHUBALI
SHREE BAHUBALI
Shree Bahubali Stock Broking Ltd.

MADBOYZ
PREMIUM
ROCKERS

ATIVIR
NUTURING RELATIONSHIP
NUTURING TRUST

KEEKA
PLAY LEARN GROW

SAI SECURITIES
8981363676

BrooknBrio
Packaged Drinking Water

PRATEEK ROADLINES OF INDIA

A-first
EXCLUSIVE KIDS WEAR

SKYfin
CAPITAL SERVICES PVT. LTD.
एक कदम अधिक समृद्धि की ओर

FIRST Baby
EXCLUSIVE GIRLS WEAR

Chief Mentor : Mahendra Jain **Mentor :** Amit Bothra • Pawan Murarka • Dilip Bansal • Chandni Bansal • Suraj Chokhani

Chairmans : Manmohan Bagri • Sandeep Jain **Co-Chairmans :** Vineet Kedia • Sushil Kr Modi • Deepak Khetawat • Pankaj Bhalotia

Advisors : Roshan Drolia • Chetan Jain • Krishna Pareek • Anup Shroff • C S Sarda • Mahabir Jain • Biswajit Ghosh

Coordinators : Sudhir Agarwal • Arvind Bajpai • Krishna Keshri • Bipin Rustogi • Abhishek Sarangi • Amit Bansal • Vivek Agarwal • Mahesh Dubey • Dipak Banka

Aruna Jhunjhunwala • Sanjay Agarwal • Ravi Khemka • Pawan Gupta • Pradip Bhatia • Kushal Bhuwania • Rajesh Kakrania • Vidya Jain • Sanjay Agarwal • Rajesh Choudhary

ORGANISED BY :

Platinum Club : Lions Club of Calcutta Jorasanko, Mother Teresa Sarani, Kankurgachhi, Tollygunge, Kolkata Astitva, Royal • Gold Club : Lions Club of Calcutta Circular, Cultural City, Howrah Greater, Salt Lake, Cosmopolitan, Panchwati, Mangalam, Metro City, Shraddha Saburi • Silver Club : Lions Club of Calcutta Prerna, Rabindra Sarovar, Panchwati Femina, City of Joy, Park Street, Sarthak, Urbana, Pehchan, Kankurgachhi Femina, Circular Femina, Centennial Moksh, Newtown, Madhuban, Mangalam Legends, Shraddha Saburi Youth & Leo Club of Kolkata Panchwati, Royal, Royal Zenith

FOR DETAIL CONTACT :

9830088301

9433104856