

दिल्ली, कोलकाता, लखनऊ एवं हरियाणा से एक साथ प्रसारित

राष्ट्रीय हिन्दी पाक्षिक

राष्ट्रचेता

RNI NO. WBHIN/2016/70662 POSTAL REGN. NO. WB/HWH/087/2026-2028 तस्वीर बदलते भारत की



वर्ष–10 | अंक–21 | पश्चिम बंगाल, 01–15 नवम्बर 2026 | मूल्य– 5 रु. | कुल पृष्ठ–16

OmDayal Group

CBSE +2 Get the advantage of preparing beyond the +2 Boards

DELHI PUBLIC SCHOOL
RUBY PARK, KOLKATA

DELHI PUBLIC SCHOOL
DURGAPUR

LEGACY THAT SHAPES TOMORROW.

At DPS Ruby Park, Kolkata, and DPS Durgapur, a rich legacy of academic excellence is complemented by a distinctly future-forward vision. Grounded in strong values and progressive learning, both institutions nurture curiosity, innovation and independent thought, empowering students to excel today and shape the possibilities of tomorrow.



WHY CHOOSE US

- Technology-Enabled & Interactive Classroom Learning
- Advanced Science, Computer & iPad Labs
- Extensive Library & Co-curricular Activities
- Special Classes for JEE, NEET, CUET and Olympiads


AI & Robotics Lab


Astronomy Lab


Smart Classrooms


Multipurpose Court


iPad Lab


Advanced Science Lab


Safe AC Hostel


Bus Facility


Gymnasium


Indoor Sports Complex


Football Ground


Swimming Pool

DPS DURGAPUR EXCLUSIVE

- Fully Air-Conditioned Hostels (V–XII), separate for Boys & Girls with special facilities & nutritious food
- International Standard Football Ground
- GPS-enabled Bus Service from Panagarh to Mejia

SCHOOL	BOARD RESULTS 2026			COMPETITIVE EXAM RESULTS 2026			
	Class X	> 90%	Class XII	> 90%	JEE Main	JEE Adv	NEET
DPS RUBY PARK	467	329	860	298	126 (Top rank 1014)	41 (Top rank 818)	96 (Top rank 339)
DPS DURGAPUR	207	107	205	54	12	01	07

CLASS X BOARD RESULTS DPS RUBY PARK


99.8% ZAISHA ZAMAN


99.8% AARAV GHOSH

CLASS XII BOARD RESULTS DPS RUBY PARK


98.6% KUSHAGRA GUPTA


98.6% ADITI KUMARI


98.6% ANIRUDH SAXENA

CLASS X BOARD RESULTS DPS DURGAPUR


99.6% SHREYAN MANDAL


99.4% ARNAB DATTA


99.2% SRIJESH DASH

CLASS XII BOARD RESULTS DPS DURGAPUR


97.8% SANVI DATTA


97.4% AYANABHO MAITRA


96.6% SAPTAK MUKHERJEE

ADMISSIONS OPEN FOR ACADEMIC SESSION 2027 - 28

For Admissions, apply online at
www.dpskolkata.com/admissions
Call (033) 6644 5024/26/50

DELHI PUBLIC SCHOOL RUBY PARK, KOLKATA

254 Shanti Pally, RB Connector,
Kolkata - 700107





For Admissions, apply online at
www.dpsdurgapur.com/admissions
Call +91 96815 00600, 0343 6604402

DELHI PUBLIC SCHOOL DURGAPUR

Plot No. 2D/10, Sector 2D,
Bidhannagar, Durgapur - 713 212

S.G. & Sons Jewellers



25% Off*
on making of Gold & Diamond Jewellery

Also Get
ASSURED GIFT WITH EVERY PURCHASE
VALID FROM 1 - 7 NOV

शुभ दीपावली

RATE US ON Google Reviews AND VISIT OUR STORE TO GET ASSURED GIFT!

PRE-BOOK YOUR JEWELLERY BEFORE FESTIVE RUSH !!!!

SGSONSJEWELLERS
SGANDSONSJEWELLERS
+919836696961
+919836196961
www.sgandsons.com
sgpvtltd2000@gmail.com

4/1A, JAGMOHAN MULLICK LANE, BURRA BAZAR, KOLKATA, 700007

30, SIR HARIRAM GOENKA ST., BARA BAZAR KOLKATA, 700007

P-250A, CIT ROAD, SCHEME-VI-M, KANKURGACHI P.S. PHOOLBAGAN, KOLKATA-700054

We Just Dont'sell Jewellery - We Create Faith



दिल्ली, कोलकाता, लखनऊ एवं हरियाणा से एक साथ प्रसारित

राष्ट्रीय हिन्दी पाक्षिक

राष्ट्रएता

RNI NO. WBHIN/2016/70662 POSTAL REGN. NO. WB/HWH/087/2026-2028 तस्वीर बदलते भारत की



राष्ट्ररंग के सभी पाठकों, विज्ञापनदाताओं एवं शुभचिंतकों को दीपावली, धनतेरस एवं छठ पूजा की हार्दिक शुभकामनाएं- संपादक

वर्ष-10 | अंक-21 | पश्चिम बंगाल, 01-15 नवम्बर 2026 | मूल्य- 5 रु. | कुल पृष्ठ-16

Adhunik

Adhunik Power & Natural Resources Ltd

Adhunik Power & Natural Resources Limited

Adhunik Power And Natural Resources (APNRL) is an Independent Power Producer (IPP) owning and operating a 2x270 MW coal based thermal power plant in Padampur, Saraikela-Kharsawan, Jharkhand State. APNRL inaugurated its first unit of 2x270 MW coal fired thermal power plant.



Village: Padampur, Behind PGCIL Substation, Adityapur-Kandra Road, Saraikela-Kharsawan- 832402

www.adhunikpower.com

सम्पादकीय

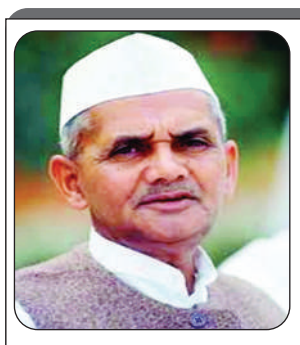
दीपावली रोशनी, खुशियों और संस्कारों का त्योहार है, लेकिन पटाखों के बढ़ते शोर और प्रदूषण ने इसकी खूबसूरती पर सवाल खड़े कर दिए हैं। जरूरत है कि हम दिखावे से दूर रहकर परंपराओं को अपनाएं और पर्यावरण का ध्यान रखते हुए त्योहार मनाएं।

संस्कारों की रोशनी में मनाएं दिवाली, पटाखों के धुएं में नहीं



दिवाली खुशियों, रोशनी और आपसी प्रेम का त्योहार है, लेकिन समय के साथ इसे मनाने के तौर-तरीकों में काफी बदलाव आया है। मिट्टी के दीयों की जगह बिजली की झालरों और सजावटी लाइटों ने ले ली है। बाजार की चमक-दमक के बीच त्योहार की सादगी और पारंपरिक भावनाएं कहीं पीछे छूटती जा रही हैं। ऐसे में सवाल उठता है कि क्या दिवाली का असली आनंद केवल दिखावे और आतिशबाजी में रह गया है? दिवाली का धार्मिक और सांस्कृतिक महत्व बहुत गहरा है। मान्यता है कि चौदह वर्ष के वनवास के बाद भगवान श्रीराम के अयोध्या लौटने की खुशी में लोगों ने दीप जलाकर उनका स्वागत किया था। तभी से दीपावली अंधकार पर प्रकाश और बुराई पर अच्छाई की विजय का प्रतीक बनी हुई है। इस पर्व की तैयारियां कई दिन पहले ही शुरू हो जाती हैं। घरों की साफ-सफाई, रंगाई-पुताई और सजावट केवल बाहरी बदलाव नहीं, बल्कि नई शुरुआत का भी संकेत हैं। यह अवसर मन की नकारात्मकता दूर कर रिश्तों में प्रेम और सद्भाव बढ़ाने का संदेश भी देता है।

बदलते दौर में बिजली की रोशनी ने भले ही घरों को जगमगा दिया हो, लेकिन मिट्टी के दीये बनाने वाले कारीगरों की आजीविका पर इसका असर पड़ा है। सस्ते आयातित सजावटी सामान के बढ़ते चलन ने पारंपरिक कुटीर उद्योगों के सामने चुनौती खड़ी कर दी है। यदि हम स्थानीय कारीगरों से दीये खरीदें, तो त्योहार की परंपरा निभाने के साथ उनके घरों में भी खुशियों का उजाला पहुंचा सकते हैं। दूसरी ओर, पटाखों के शोर और धुएं ने दिवाली की खुशियों के सामने गंभीर सवाल खड़े किए हैं। वायु प्रदूषण, सांस संबंधी परेशानियां और ध्वनि प्रदूषण बच्चों, बुजुर्गों तथा पशु-पक्षियों के लिए भी परेशानी का कारण बनते हैं। दूसरों की सेहत और पर्यावरण की परवाह किए बिना आतिशबाजी करना उत्सव की भावना के अनुरूप नहीं है। आइए, इस दिवाली दीये जलाएं, लक्ष्मी पूजन करें, अपनों के साथ खुशियां बांटें और जरूरतमंदों की मदद करें। आखिर हमें आने वाली पीढ़ी को संस्कारों से भरी दिवाली देनी है या प्रदूषण से भरी हवा? **सभी पाठकों, विज्ञापनदाताओं एवं शुभचिंतकों को दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएं। माता लक्ष्मी आपके जीवन में सुख, समृद्धि और खुशियां लेकर आएं। - आरती तिवारी**



हमारी ताकत और स्थिरता के लिए हमारे सामने जो जरूरी काम हैं, उनमे लोगों में एकता और एकजुटता स्थापित करने से बढ़कर कोई काम नहीं है।
- लाल बहादुर शास्त्री

दीपावली भारतीय संस्कृति की आत्मा है। यह हमें संदेश देती है कि जीवन में कितना भी अंधकार क्यों न हो, आशा और विश्वास का एक छोटा-सा दीप भी रोशनी की राह दिखा सकता है।

अंधकार से प्रकाश की ओर



मनीष तिवारी

भारत विविधताओं का देश है जहां हर त्यौहार अपने साथ कोई न कोई सांस्कृतिक, धार्मिक और सामाजिक संदेश लेकर आता है। इन्हीं पर्वों में सबसे महत्वपूर्ण और हर्षोल्लास से मनाया जाने वाला पर्व है दीपावली, जिसे संक्षेप में दीवाली भी कहा जाता है। यह त्योहार न केवल भारत में बल्कि दुनिया के कई देशों में बसे भारतीय समुदाय द्वारा बड़े उत्साह से मनाया जाता है। दीपावली का अर्थ है 'दीयों की पंक्ति' और इसका वास्तविक उद्देश्य है- अंधकार पर प्रकाश की विजय, असत्य पर सत्य की जीत और बुराई पर अच्छाई का प्रभुत्व।

पौराणिक महत्व : दीपावली का इतिहास अत्यंत प्राचीन है। हिन्दू धर्म में यह पर्व भगवान श्रीराम की अयोध्या वापसी की स्मृति में मनाया जाता है। जब श्रीराम 14 वर्षों के वनवास के बाद रावण का वध कर अयोध्या लौटे थे, तो अयोध्यावासियों ने दीप जलाकर उनका स्वागत किया था। तब से यह परंपरा बन गई कि अमावस्या की रात को दीप जलाकर प्रकाश फैलाया जाए। इसके अलावा, भगवान विष्णु ने नरकासुर का संहार कर 16,000 कन्याओं को मुक्त कराया था, और यह घटना भी दीपावली के समय घटित हुई मानी जाती है। लक्ष्मी पूजन भी इसी दिन होता है क्योंकि मान्यता है कि समुद्र मंथन के दौरान इसी दिन माता लक्ष्मी प्रकट हुई थीं। जैन धर्म में यह दिन भगवान महावीर के निर्वाण दिवस के रूप में मनाया जाता है, जबकि सिख धर्म में यह दिन बंदी छोड़ दिवस के रूप में पूजनीय है।

पांच दिवसीय पर्व : दीपावली केवल एक दिन का नहीं, बल्कि पांच दिनों तक मनाया जाने वाला पर्व है। हर दिन का अपना विशेष महत्व होता है-

धनतेरस- यह दिन स्वास्थ्य और समृद्धि का प्रतीक है। लोग नए बर्तन, आभूषण या वाहन खरीदते हैं। **नरक चतुर्दशी (छोटी दिवाली)**- इस दिन को नरकासुर वध के उपलक्ष्य में मनाया जाता है और घर की सफाई करके बुराई को बाहर निकाला जाता है। **दीपावली (मुख्य दिन)**- इस दिन मां लक्ष्मी, गणेश और कुबेर की पूजा कर धन, बुद्धि और समृद्धि की कामना की जाती है। **गोवर्धन पूजा** - यह दिन भगवान श्रीकृष्ण द्वारा गोवर्धन पर्वत उठाकर गांव वालों की रक्षा करने की स्मृति में मनाया जाता है। **भाई दूज** - इस दिन बहनें भाइयों के लिए आरती उतारकर उनकी लंबी उम्र की कामना करती हैं।

सांस्कृतिक और सामाजिक महत्व : दीपावली न केवल धार्मिक, बल्कि सांस्कृतिक और सामाजिक दृष्टि से भी अत्यंत महत्वपूर्ण है। यह पर्व सफाई, सजावट, मेल-मिलाप, उपहारों का आदान-प्रदान, मिठाइयों और पकवानों से जुड़ा हुआ है। लोग अपने घरों को रंगोली, फूलों और रंग-बिरंगी रोशनी से सजाते हैं। यह समय रिश्तों में मिठास घोलने और पुरानी कड़वाहट को भूलकर नये सिरे से जीवन शुरू करने का संदेश देता है।

आर्थिक दृष्टिकोण से दीपावली : दीपावली का समय व्यापारिक दृष्टि से सबसे सक्रिय होता है। बाजारों में भारी चहल-पहल रहती है। वस्त्र, आभूषण, इलेक्ट्रॉनिक्स, सजावटी सामान, मिठाइयों और पटाखों की बिक्री चरम पर होती है। इस त्यौहार से स्थानीय व्यापारियों, कारीगरों और उद्यमियों को विशेष लाभ होता है। सरकार भी इस समय 'वोकल फॉर लोकल' जैसे अभियानों के माध्यम से स्थानीय उत्पादों को प्रोत्साहन देती है।

पर्यावरण और जागरूकता : हालांकि दीपावली का महत्व अत्यधिक है, परंतु समय के साथ इसके कुछ दुष्प्रभाव भी सामने आए हैं, विशेषत: पटाखों के कारण होने वाला वायु और ध्वनि प्रदूषण। अत: आज आवश्यकता है कि हम इसे पर्यावरण के अनुकूल मनाएं। दीप जलाएं, लेकिन दिल भी जलाएं, शोर नहीं, शांति फैलाएं। कई लोग अब इको-फ्रेंडली दीपावली मनाने लगे हैं, जो एक सकारात्मक बदलाव है।

आध्यात्मिक संदेश : दीपावली का सबसे गहरा संदेश है- 'तमसो मा ज्योतिर्गमय', अर्थात अंधकार से प्रकाश की ओर ले चलो। यह प्रकाश केवल बाह्य नहीं, बल्कि आंतरिक जीवन के अंधकार को दूर करने का प्रतीक है। दीपक की लौ हमें सिखाती है कि कठिनाइयों के बीच भी उम्मीद की एक किरण जलाए रखें। यह पर्व आत्मनिरीक्षण का अवसर देता है- अपने भीतर झांकने का और बुराइयों को त्यागने का। दीपावली न केवल एक पर्व है, बल्कि भारतीय संस्कृति की आत्मा है। यह त्यौहार हमें बताता है कि चाहे जीवन में कितना भी अंधकार क्यों न हो, एक छोटा सा दीप भी रास्ता दिखा सकता है। इस दीपावली, आइए हम सब मिलकर प्रेम, करुणा, स्वच्छता और पर्यावरण की रक्षा के संकल्प के साथ इस पर्व को मनाएं।

त्योहारी सीजन में डार्क पैटर्न का संजाल

डॉ. सुधीर कुमार

भारत में त्योहारों का मौसम खुशियों के साथ-साथ ऑनलाइन सेल, भारी डिस्काउंट और आकर्षक ऑफर्स का सैलाब लेकर आता है। 'बिग बिलियन डेज़' या 'दिवाली सेल' जैसे आयोजनों में पूरा देश डिजिटल शॉपिंग कार्ट भरने में लग जाता है। क्या आपने कभी गौर किया है कि कार्ट में सामान डालते समय आपकी स्क्रीन पर एक लाल रंग की घड़ी टिक-टिक करने लगती है- 'केवल 2 मिनट बाकी!', 'स्टॉक में सिर्फ 1 बचा है!' या फिर चेकआउट करते समय चुपके से 50 रुपये की 'टिप' या 'हैंडलिंग फीस' जोड़ दी जाती है? जिसे हम त्योहारों की छूट समझ रहे हैं, वह कई बार सिर्फ मनोवैज्ञानिक चाल और 'डार्क पैटर्न्स' का जाल होती है। सवाल यह है कि क्या यह सिर्फ डिजिटल मार्केटिंग की एक रणनीति है या सीधे-सीधे कानून का उल्लंघन और ई-कॉमर्स कंपनियों द्वारा किया जाने वाला उपभोक्ता अधिकारों का हनन है?

डिजिटल दुनिया में 'डार्क पैटर्न्स' उन भ्रामक और हेरफेर भरे डिज़ाइन इंटरफेस को कहा जाता है, जिन्हें उपयोगकर्ताओं को ऐसे फैसले लेने के लिए मजबूर करने के लिए बनाया जाता है, जो वे आम परिस्थितियों में नहीं लेते। 'फॉल्स अर्जेन्सी' इसका सबसे आम रूप है। इसके अलावा, 'बास्केट स्नेकिंग' (बिना बताए कार्ट में अतिरिक्त सामान या इंश्योरेंस जोड़ना), 'ड्रिप प्राइसिंग' (शुरुआत में कम कीमत दिखाकर अंत में छिपे हुए चार्ज जोड़ना) और 'कैंसलेशन ट्रैश' (ऑर्डर रद्द करने की प्रक्रिया को बेहद जटिल बना देना) जैसे हथकंडे आज हर दूसरे ऐप पर आम हो चुके हैं।

कानूनी दृष्टिकोण से देखें तो भारत का उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम, 2019 उपभोक्ताओं को भ्रामक विज्ञापनों और अनुचित व्यापार प्रथाओं से सुरक्षा प्रदान करता है। इस अधिनियम की धारा 2(47) के तहत किसी भी ऐसे भ्रामक या छलपूर्ण तरीके को गैर-कानूनी माना गया है, जो उपभोक्ता को गुमराह करता हो। इसी कानून को और मजबूती देने के लिए केंद्रीय उपभोक्ता संरक्षण प्राधिकरण ने 30 नवंबर, 2023 को 'डार्क पैटर्न्स की रोकथाम और नियमन के लिए दिशानिर्देश' जारी किए। इन दिशानिर्देशों



जब तक उपभोक्ता अपने अधिकारों के प्रति सतर्क नहीं होंगे और भ्रामक अर्जेन्सी के खिलाफ कानूनी कदम नहीं उठाएंगे, तब तक डार्क पैटर्न्स हमारी गाढ़ी कमाई पर डाका डालते रहेंगे।

में 13 प्रमुख डार्क पैटर्न्स को स्पष्ट रूप से चिह्नित कर प्रतिबंधित किया गया है। कानूनन, किसी भी ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म के लिए 'फॉल्स अर्जेन्सी' पैदा करना, छिपे हुए शुल्क वसूलना या अनिवार्य रूप से 'नो-रिटर्न पॉलिसी' थोपना एक दंडनीय अपराध है।

भारतीय अदालतों और उपभोक्ता फोरम ने भी ऐसे मामलों में सख्त रुख अपनाया है। हाल ही में राष्ट्रीय उपभोक्ता विवाद निवारण आयोग और विभिन्न राज्य उपभोक्ता आयोगों के समक्ष ऐसे मामले सामने आए हैं, जहां ई-कॉमर्स दिग्गजों ने 'नो-रिटर्न पॉलिसी' का हवाला देकर खराब या गलत उत्पाद वापस लेने से मना कर दिया था। 'अमेज़न इंडिया बनाम निरूपम दास' (2024) और 'जसविंदर सिंह बनाम अमेज़न इंडिया' (2017) जैसे मामलों में अदालतों ने स्पष्ट किया कि 'नो-रिटर्न पॉलिसी' की आड़ में दोषपूर्ण सामान बेचने की अनुमति किसी भी कंपनी को नहीं दी जा सकती। यदि उत्पाद दोषपूर्ण है या वादे के मुताबिक नहीं है, तो उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम की धारा 39 के तहत उपभोक्ता को रिफंड, रिप्लेसमेंट और मानसिक उत्पीड़न के लिए मुआवजे का कानूनी अधिकार है। अदालतों ने माना कि नियमों की शर्तें छोटी लिखावट में छिपाना भी अनुचित व्यापार व्यवहार है।

यूरोपीय संघ का डिजिटल सर्विसेज एक्ट और जनरल डेटा प्रोटेक्शन रेगुलेशन डार्क पैटर्न्स पर बहुत सख्त रोक लगाते हैं। यूरोपीय संघ में 'डिज़ाइन द्वारा गोपनीयता और निष्पक्षता' का नियम लागू है, जहां कंपनियों पर भारी जुर्माना लगाया जाता है। अमेरिका के फेडरल ट्रेड कमीशन ने वीडियो गेम कंपनी 'एपिक गेम्स' पर डार्क पैटर्न्स के माध्यम से अनपेक्षित खरीदारी कराने के लिए लगभग 245 मिलियन डॉलर का रिकॉर्ड जुर्माना लगाया। अमेरिका में 'सब्सक्रिप्शन ट्रैप' के खिलाफ सख्त कानून हैं।

विचारणीय बात यह है कि डार्क पैटर्न्स केवल उपभोक्ता का आर्थिक नुकसान नहीं करते, बल्कि उनके मनोविज्ञान को हैक कर उनकी 'डिजिटल स्वायत्तता' और 'स्वतंत्र सहमति' को छीनते हैं- जो भारतीय अनुबंध कानून की मूल भावना के खिलाफ है। इसके लिए कानून बना देना काफी नहीं है, बल्कि व्यावहारिक और नीतिगत सुधारों की सख्त जरूरत है। इसके लिए केंद्रीय उपभोक्ता संरक्षण प्राधिकरण को ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म्स के यूजर इंटरफेस का समय-समय पर स्वतंत्र 'डिजिटल ऑडिट' अनिवार्य करना चाहिए, ताकि छिपे हुए डार्क पैटर्न्स को पकड़ा जा सके। साथ ही, उल्लंघनकर्ता कंपनियों के कुल टर्नओवर के आधार पर भारी आर्थिक दंड और 'नेम एंड शेम' नीति लागू कर उनके उल्लंघनों को सार्वजनिक किया जाना चाहिए। इसके अलावा, 'एक-क्लिक रिफंड व कैंसलेशन' अनिवार्य करने के साथ-साथ 'जागो ग्राहक जागो' अभियान को डिजिटल साक्षरता और डार्क पैटर्न्स की पहचान पर केंद्रित करना होगा, ताकि ग्राहक राष्ट्रीय उपभोक्ता हेल्पलाइन (1915) या ऐप पर तुरंत शिकायत दर्ज करा सकें।

डिजिटल इंडिया की सफलता केवल इस बात में नहीं है कि देश में कितने लोग ऑनलाइन सामान खरीद रहे हैं, बल्कि इस बात में है कि डिजिटल बाजार कितना सुरक्षित, पारदर्शी और न्यायसंगत है। जब तक उपभोक्ता खुद अपने कानूनी अधिकारों के प्रति सतर्क नहीं होंगे और भ्रामक अर्जेन्सी के आगे घुटने टेकने के बजाय कानूनी कदम नहीं उठाएंगे, तब तक ये डार्क पैटर्न्स हमारी गाढ़ी कमाई पर डाका डालते रहेंगे।

-(लेखक कुरुक्षेत्र विवि के विधि विभाग में सहायक प्रोफेसर हैं)

धैर्य-परिश्रम बदल सकते हैं बहती जीवनधारा

रोहित कौशिक

हमारी जिंदगी उस नाव की तरह है जो समय की धारा में अपने आप बहने लगती है। हम एक निश्चित दिशा में आगे बढ़ना चाहते हैं, लेकिन कभी-कभी समय की धारा अपने हिसाब से हमारी नाव का रुख मोड़ देती है। कुछ समय बाद जब हम अपनी जिंदगी के पिछले सफर पर गौर करते हैं, तो हमें पता चलता है कि हमें कहां पहुंचना था और हम कहां पहुंच गए हैं। दरअसल, यह एक प्राकृतिक प्रक्रिया है। दो मित्रों के जीवन की कहानियां याद आ रही हैं। एक मित्र पढ़ने में बहुत तेज था और इंजीनियर बनना चाहता था, लेकिन घर की परिस्थिति ऐसी नहीं थी कि उसकी पढ़ाई पर ज्यादा खर्च किया जा सके। वह केवल इंटरमीडिएट तक ही पढ़ पाया और आज अपनी एक छोटी-सी दुकान संभाल रहा है। दूसरे मित्र के घर की स्थिति काफी अच्छी थी और वह पढ़ने में भी ठीक-ठाक था। वह डॉक्टर बनना चाहता था। काफी तैयारी करने के बाद भी वह प्रतियोगी परीक्षा में सफल नहीं हो पाया और आज वह अपने परिवार का एक बड़ा व्यवसाय संभाल रहा है। आज दोनों ही मित्र कहते हैं कि जीवन की आपाधापी में हमें पता ही नहीं चला कि कब हमारा रास्ता बदल गया और हम कैसे उस रास्ते पर बहुत आगे भी निकल आए। गृहस्थी की उलझनों में हमें बहुत दिनों तक ऐसे मुद्दों पर सोचने का समय ही नहीं मिलता है और हम बहुत दूर निकल जाते हैं।

जिंदगी में एक पड़ाव ऐसा आता है, जब हम अपने जीवन को पीछे मुड़कर देखते हैं। तब हमें यह अहसास होता है कि हमने अपने जीवन में कहां-कहां चूक की है। जरूरी नहीं कि ये चूक जानबूझकर की गई हों। कभी-कभी अनजाने में भी ये चूक हो जाती हैं। कभी किसी अन्य परिस्थिति के कारण हम उस रास्ते पर निकल जाते हैं, जिस पर जाना नहीं चाहते थे। बहरहाल, हम जिंदगी के इन रास्तों का विश्लेषण करते रहते हैं, लेकिन शायद जिंदगी के कुछ रास्ते विश्लेषण से परे होते हैं। इसीलिए ऐसे विश्लेषण से हमारे हाथ



कई बार एक रास्ते पर असफल होने के बाद दूसरा रास्ता नई मंजिल तक पहुंचा देता है, तो कभी जीवनभर रास्ते बदलने के बाद भी सफलता आखिरी पड़ाव पर मिलती है।

कुछ नहीं लगता है। असली सवाल यह है कि हम अपने वर्तमान जीवन से खुश हैं या नहीं। दरअसल, हम जीवन में जो बनना चाहते हैं, वह बनकर भी खुश नहीं रह पाते हैं। इसी तरह, अगर हम वह न बन पाएं, तो भी खुश रह सकते हैं। इसका अर्थ यह नहीं है कि हम जो चाहते हैं, वह कभी पूरा नहीं होता। किसी भी काम के प्रति हमारी लगन और मेहनत ही हमारी सफलता का आधार बनती है। यही कारण है कि हम जो चाहते हैं, वह पूरा भी होता है। इसीलिए हमारे अंदर आगे बढ़ने की चाहत हमेशा बनी रहती है।

कई बार हम जिस रास्ते पर आगे बढ़ना चाहते हैं, परिस्थितिवश उस रास्ते पर आगे नहीं बढ़ पाते। लेकिन इसका अर्थ यह नहीं है कि हमारे लिए सारे रास्ते बंद हो गए हैं। जब एक रास्ता बंद होता है, तो दूसरा रास्ता खुलता है। हम एक रास्ता बंद होने को ही जीवन का अंत मान लेते हैं। यह स्थिति हमें मनोवैज्ञानिक रूप से भी परेशान करती है। इस समय एक मनोवैज्ञानिक दबाव हमारे ऊपर कार्य करने लगता है। जीवन के सहज प्रवाह के लिए हमें मनोवैज्ञानिक दबाव से बचने की हर संभव कोशिश करनी होगी। इसलिए एक रास्ता बंद होने पर हमें धैर्य के साथ ठंडे दिमाग से विचार-विमर्श करना होगा। ऐसी स्थिति में यदि हम धैर्य का साथ छोड़ देते हैं, तो एक और गलत रास्ते पर आगे बढ़ने की संभावनाएं बढ़ जाती हैं। इस समय हम धैर्य के माध्यम से ही मनोवैज्ञानिक दबाव कम कर सकते हैं। मनोवैज्ञानिक दबाव कम होने पर ही दूसरे रास्ते पर चलने का सही निर्णय लिया जा सकता है।

मानसिक तनाव की इस स्थिति से उबरने पर हमें एक साथ कई रास्ते दिखाई देने लगते हैं। मानसिक तनाव कम होने पर ही हमारा विचार-विमर्श किसी उचित फैसले तक पहुंच पाता है। उचित फैसला लेने के बाद हमें दूसरे रास्ते पर आगे बढ़ने की कोशिश करनी चाहिए। हमें ऐसे अनेक उदाहरण मिल जाएंगे, जब लोग एक रास्ते पर चलकर सफल नहीं हो पाए, लेकिन दूसरे रास्ते पर चलकर सफलता की एक नई कहानी लिख दी। हमें ऐसे भी अनेक उदाहरण मिलेंगे, जब लोग ताउम्र रास्ते बदलते रहे और उन्हें सफलता नहीं मिली, लेकिन जिंदगी के आखिरी पड़ाव पर उन्हें अभूतपूर्व सफलता मिली। इसलिए हमें किसी भी कीमत पर निराश नहीं होना है।

सफर में हमें यह पता नहीं रहता कि इस रास्ते पर चलकर हम सफल होंगे या नहीं। जरूरत इस बात की है कि हम पूरी ईमानदारी के साथ अपने रास्ते पर आगे बढ़ें। आगे बढ़ने के जुनून और हौसले को हमें किसी भी हाल में कम नहीं होने देना है। यह जुनून और हौसला ही अंतत: हमें सफल बनाता है। अगर हम किसी रास्ते पर आगे बढ़ेंगे ही नहीं, तो हमारी अनेक संभावनाएं समाप्त हो जाती हैं। हमें हर हाल में संभावनाओं के लिए अपने द्वार खुले रखने हैं। जिन लोगों में परिश्रम करने और आगे बढ़ने की इच्छा नहीं होती है, वे इस जिंदगी से तमाम शिकायतें करते हैं। हमें यह समझना होगा कि शिकायतों से कोई भी काम हल नहीं होता है। अपने रास्तों पर बिना शिकायतों के आगे बढ़ना ही हमारा उद्देश्य होना चाहिए।

प्रकृति जुगनुओं की घटती चमक



जुगनू प्रकृति के अनोखे जीवों में से एक हैं। रात के अंधेरे में चमकने वाले ये नन्हे जीव वातावरण की सुंदरता बढ़ाते हैं। इनके शरीर में होने वाली विशेष रासायनिक प्रक्रिया से रोशनी पैदा होती है। जुगनू अपनी चमक का इस्तेमाल साथी को आकर्षित करने और एक-दूसरे को संकेत देने के लिए भी करते हैं। लेकिन बढ़ते शहरीकरण, पेड़ों की कटाई, प्रदूषण और कीटनाशकों के अत्यधिक इस्तेमाल से इनके प्राकृतिक आवास प्रभावित हो रहे हैं। घरों, सड़कों और इमारतों की तेज कृत्रिम रोशनी भी इनके आपसी संपर्क में बाधा डाल सकती है। यदि यही स्थिति बनी रही, तो कई क्षेत्रों में इनकी मौजूदगी और कम हो सकती है।

जुगनुओं के संरक्षण के लिए प्राकृतिक हरियाली और उनके आवासों को बचाना जरूरी है। घरों और पार्कों में पेड़-पौधों को बढ़ावा देना, कीटनाशकों का सीमित इस्तेमाल करना और रात में अनावश्यक रोशनी कम रखना उपयोगी कदम हैं। प्रकृति का संरक्षण केवल बड़े अभियानों से नहीं, बल्कि रोजमर्रा के छोटे प्रयासों से भी संभव है। जुगनुओं की चमक बचाना जैव विविधता और प्रकृति के संतुलन को सुरक्षित रखने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। **-श्रेयांश तिवारी**

तिरछी नज़र रोशनी खूब है मगर इंसान बुझा-बुझा सा

शमीम शर्मा

इन दिनों दीपावली के विज्ञापनों से अखबार-टीवी यूं भरे आते हैं जैसे किसी टैंपो में भेड़-बकरियां लाद रखी हों। घर की सीता को दीवाली के सफाई अभियान में सिर्फ जाले झाड़ने का ही काम नहीं है, उसे विज्ञापन देखकर बाजार से भी ढेरों शॉपिंग करनी होती है। यह अलग बात है कि थकी-हारी औरत शॉपिंग करने के बाद तरोताजा दिखने लगती है। अब उसकी दिलचस्पी दीप जलाने में कम और डिस्काउंट ढूंढ़ने में ज्यादा है। लगता है कि दीवाली अब पर्व नहीं, प्रदर्शन बन गई है। सच्चाई यह है कि जहां उजाले का शोर है, वहां दिल का कोना अब भी धुंधला है। रोशनी अब दीवारों पर है न कि विचारों में। जहां पहले मिट्टी के दीए जलते थे वहां अब रिमोट से लाइटें टिमटिमाती हैं और रोशनी की बाढ़-सी ले आती हैं। पर इंसान बुझा-बुझा-सा है।

दीवाली पर अब लक्ष्मी का तो पता नहीं, आती है कि नहीं पर डिलीवरी ब्वॉय जरूर आता है और



सच्चाई यह है कि जहां उजाले का शोर है, वहां दिल का कोना अब भी धुंधला है। रोशनी अब दीवारों पर है न कि विचारों में।

कहता है- साहब, आपका हैप्पी दीवाली पैकेट! और उसके बाद दिल के दरवाजे फिर बंद। दीवाली अब मिठाइयों के देन-लेन का त्योहार नहीं रहा, वह कीमती उपहारों की पैकिंग का पर्व बन गया है। मग-जग, चादर-कंबल, इलेक्ट्रॉनिक गैजेट आदि के इतने भारी-भरकम उपहार कि उठाते ही कलाई में करंट-सा लग जाये। दीवाली अब वो त्योहार नहीं रहा जब घर-घर में शक्करपारे, मट्ठी-कचौरी और देसी घी के लड्डू बना करते और घर-आंगन मिठाइयों की खुशबू से महकता था। वह पुराने जमाने की मिठास अब बैकवर्ड मानी जाने लगी है। एक बड़ा सवाल यह है कि रंग-बिरंगे पैकेजिंग पेपर और रिबन में मिठास कहां से आयेगी?

यह दीपावली फिर वही सवाल लेकर आ रही है कि क्या सचमुच हर घर में रोशनी पहुंचेगी? शहर की दुकानों, मकानों, कोठियों, बंगलों और फ्लैटों में तो अनगिनत झालरें झिलमिलायेंगी पर झोपड़ियों में क्या अब भी वही एक लट्टू जगमगायेगा, जिसकी मद्धिम-सी रोशनी किसी अंधेरे से कम नहीं होती। क्या झुग्गियों में अब भी अंधेरा सोया रहेगा? सालों से यही दिख रहा है कि कहीं महंगे दीयों की कतारें होती हैं तो कहीं मिट्टी का एक दीया भी बुझा पड़ा मिलता है। असली दीपावली तो तब होगी जब किसी गरीब मां के चूल्हे में भी लौ जलेगी, जब दीन-हीन बच्चों के हाथों में पटाखे चाहे न हों पर पेट में रोटी होगी।

एकदा मानव जीवन का लक्ष्य



एक बार देवर्षि नारद ने भगवान विष्णु से पूछा, 'प्रभु, यदि देवता इतने शक्तिशाली और सुखी हैं, तो शास्त्रों में मनुष्य जन्म को उनसे भी दुर्लभ क्यों कहा गया है?' भगवान विष्णु मुस्कुराए और बोले, 'देवता अपने शुभ कर्मों के फलस्वरूप स्वर्ग के सुख भोगते हैं, लेकिन वहां नए कर्म करके मोक्ष प्राप्त नहीं कर सकते। जब उनके पुण्य समाप्त हो जाते हैं, तो उन्हें फिर जन्म लेना पड़ता है।' फिर भगवान ने कहा, 'मनुष्य लोक ही वह स्थान है जहां कर्म करने की स्वतंत्रता है। यहीं व्यक्ति सत्कर्म, भक्ति, ज्ञान और तप द्वारा अपने जीवन को बदल सकता है और मोक्ष प्राप्त कर सकता है।' भगवान ने आगे समझाया, 'इसी कारण अनेक देवता भी समय-समय पर मनुष्य जन्म की कामना करते हैं, क्योंकि मनुष्य जीवन में ही ईश्वर की प्राप्ति और जन्म-मरण के बंधन से मुक्ति का अवसर मिलता है।' देवर्षि नारद ने हाथ जोड़कर कहा, 'अब समझ गया प्रभु, मनुष्य जन्म केवल जीने के लिए नहीं, बल्कि अपने जीवन को सफल बनाने और परम लक्ष्य प्राप्त करने का अवसर है।' जो मनुष्य अपने जीवन को केवल भोग-विलास में बिताता है, वह इस दुर्लभ अवसर का मूल्य नहीं समझता।

-प्रस्तुति : अंकिता तिवारी

आप सभी को दीपावली, धनतेरस
एवं छठ पूजा की हार्दिक शुभकामनाएं
MARWARI RELIEF
SOCIETY AND HOSPITAL
225/227, Rabindra Sarni, Bara
Bazar, Kolkata-700007

दिल्ली, कोलकाता, लखनऊ एवं हरियाणा से एक साथ प्रसारित

राष्ट्रीय हिन्दी पाक्षिक

राष्ट्रएता

RNI NO. WBHIN/2016/70662 POSTAL REGN. NO. WB/HWH/087/2026-2028 तस्वीर बदलते भारत की

सुविचार

झूठी प्रशंसा से बचें. ये आपकी सफलता में बाधक है. ऐसे लोगों से भी सावधान रहें, जो बिना वजह आपकी प्रशंसा करें. ये किसी शत्रु से कम नहीं हैं.

वर्ष-10 | अंक-21 | पश्चिम बंगाल, 01-15 नवम्बर 2026 | मूल्य- 5 रु. | कुल पृष्ठ-16





बंगाल को ग्रेटर बांग्लादेश बनाना चाहती थीं ममताः सुवेंदु अधिकारी

तुष्टीकरण की राजनीति पर साधा निशाना, पाठ्यपुस्तकों में बदलाव के दिए संकेत

कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। पश्चिम बंगाल की राजनीति में एक बार फिर राष्ट्रवाद, तुष्टीकरण और सांस्कृतिक विरासत को लेकर विवाद तेज हो गया है। मुख्यमंत्री सुवेंदु अधिकारी ने पिछली तृणमूल कांग्रेस सरकार पर गंभीर आरोप लगाते हुए दावा किया कि ममता बनर्जी के नेतृत्व वाली सरकार राज्य को 'ग्रेटर बांग्लादेश' में बदलने की योजना बना रही थी।



सोमवार, 26 अक्टूबर को तमलुक में भाजपा कार्यालय के भूमि पूजन के बाद पत्रकारों से बातचीत में अधिकारी ने कहा कि पिछली सरकार को राष्ट्रवाद की समझ नहीं थी और वह तुष्टीकरण की राजनीति करती थी। सुवेंदु अधिकारी ने आरोप लगाया कि पिछली सरकार ने बंगाल के लिए अलग गीत बनाने, झंडा तैयार करने और बांग्लादेश के 'जय बांग्ला' नारे को अपनाने जैसे कदम उठाए। उन्होंने लोगों से एकजुट रहने और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के साथ खड़े होने की अपील भी की।

मुख्यमंत्री ने वामपंथी दलों और तृणमूल कांग्रेस पर बंगाल की परंपरा और संस्कृति को नुकसान पहुंचाने का आरोप लगाया। उन्होंने कहा कि आगामी शैक्षणिक सत्र से स्कूलों की पाठ्यपुस्तकों में कई बदलाव देखने को मिलेंगे। साथ ही उन्होंने कथित तौर पर राष्ट्र-विरोधी, सनातन-विरोधी या किसी धर्म की भावनाओं को ठेस पहुंचाने वाली सामग्री के प्रकाशन की अनुमति नहीं देने की बात कही।

हालांकि, दुर्गा पूजा के दौरान वामपंथी विचारधारा से जुड़े बुकस्टॉलों में हुई तोड़फोड़ को लेकर मुख्यमंत्री का रुख भी विवादों में है। उन्होंने इन घटनाओं का बचाव किया, जबकि वित्त मंत्री स्वपन दासगुप्ता, प्रदेश भाजपा अध्यक्ष सामिक भट्टाचार्य और आरएसएस के जिष्णु बसु ने कथित तोड़फोड़ की निंदा की थी। आरोप है कि बारासात, नागरबाजार, जोरबागान, जाधवपुर, एंटाली और कसबा सहित कई इलाकों में बुकस्टॉलों को निशाना बनाया गया।

सुवेंदु अधिकारी ने एसआईआर प्रक्रिया में कथित अनियमितताओं को लेकर विरोध कर रही 'कॉकरोच जनता पार्टी' सहित अपने राजनीतिक विरोधियों पर भी तीखे हमले किए। उनके बयानों ने बंगाल में राष्ट्रवाद, राजनीतिक असहमति और अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता को लेकर नई बहस छेड़ दी है।

लायंस एवं लिओ क्लबों के डिस्को डांडिया उत्सव ने बांधा समां, बड़ी संख्या में लोगों ने लिया हिस्सा

पार्क होटल में तीन दिवसीय आयोजन में संगीत, नृत्य और उत्साह का संगम









कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। लायंस क्लबों की ओर से 17 से 19 अक्टूबर तक पार्क होटल के मेन बैंक्वेट में आयोजित तीन दिवसीय 'डिस्को डांडिया' उत्सव उत्साह और उमंग के साथ संपन्न हुआ। आयोजन में संगीत, नृत्य और मनोरंजन का शानदार संगम देखने को मिला। आकर्षक सजावट और डांडिया की धुनों ने पूरे माहौल को उत्सवमय बना दिया। युवाओं, महिलाओं और परिवारों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

डीजे हैप्पी के संगीत, एंकर अनुराग मोहता की शानदार मंच संचालन शैली तथा मनोज दुबे और सलिल (तुतुल) के मेलोडी मेकर्स म्यूजिकल ग्रुप की संगीतमय प्रस्तुतियों ने आयोजन में चार चांद लगा दिए। प्रतिभागियों ने पारंपरिक और आधुनिक संगीत की धुनों पर डांडिया खेलकर भरपूर आनंद लिया। तीनों दिन कार्यक्रम में उत्साह और उल्लास का माहौल बना रहा।

कार्यक्रम में लायंस इंटरनेशनल के पास्ट इंटरनेशनल डायरेक्टर राज कुमार अग्रवाल, डिस्ट्रिक्ट गवर्नर आशीष झुनझुनवाला, प्रथम वाइस डिस्ट्रिक्ट गवर्नर नितिन अग्रवाल, द्वितीय वाइस डिस्ट्रिक्ट गवर्नर सुप्रिया सिंह, कैबिनेट सेक्रेटरी मोहित अग्रवाल और कैबिनेट ट्रेजरर अनूप अग्रवाल सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति जुड़े रहे।

आयोजन में चीफ मेंटर महेंद्र जैन तथा मेंटर्स अमित बोथरा, पवन मुरारका, दिलीप बंसल, चांदी बंसल और सूरज चोखानी की महत्वपूर्ण भूमिका रही। चेयरमैन मनमोहन बागड़ी और संदीप जैन तथा को-चेयरमैन विनीत केडिया, सुशील के. मोदी, दीपक खेतावत और पंकज भालोटिया ने आयोजन की जिम्मेदारियां संभालीं। एडवाइजर्स रोशन द्रोलिया, चेतन जैन, कृष्णा पारीक, अनूप श्रॉफ, सी.एस. सरड़ा, महाबीर जैन और बिस्वजीत घोष ने भी आयोजन में सहयोग दिया।

कोऑर्डिनेटर्स सुधीर अग्रवाल, अरविंद बाजपेयी, कृष्णा केसरी, बिपिन रुस्तोगी, अभिषेक सरावगी, अमित बंसल, विवेक अग्रवाल, महेश दुबे, दीपक बांका, अरुणा झुनझुनवाला, संजय अग्रवाल, रवि खेमका, पवन गुप्ता, प्रदीप भाटिया, कुशल भुवानिया, राजेश काकरानिया, विद्या जैन और राजेश चौधरी सहित अन्य सदस्यों ने आयोजन के संचालन में सहयोग किया।

कई लायंस एवं लिओ क्लबों ने मिलकर किया आयोजन

उत्सव का आयोजन लायंस एवं लिओ क्लबों के सामूहिक सहयोग से किया गया। प्लेटिनम क्लब श्रेणी में लायंस क्लब ऑफ कलकत्ता जोरासांको, मदर टेरेसा सरणी, कांकुड़गाछी, टॉलीगंज, कोलकाता अस्तित्व और रॉयल शामिल रहे। गोल्ड क्लब श्रेणी में लायंस क्लब ऑफ कलकत्ता, सर्कुलर, कल्चरल सिटी, हावड़ा ग्रेटर, साल्ट लेक, कॉस्मोपॉलिटन, पंचवटी, मंगलम, मेट्रो सिटी और श्रद्धा सबुरी ने सहभागिता की।

सिल्वर क्लब श्रेणी में लायंस क्लब ऑफ कलकत्ता प्रेरणा, रवींद्र सरोवर, पंचवटी फेमिना, सिटी ऑफ जॉय, पार्क स्ट्रीट, सार्थक, अर्बाना, पहचान, कांकुड़गाछी फेमिना, सर्कुलर फेमिना, सेंटेनियल मोक्ष, न्यूटाउन, मधुबन, मंगलम लीजेंड्स और श्रद्धा सबुरी यूथ के साथ लिओ क्लब ऑफ कलकत्ता पंचवटी, रॉयल और रॉयल जेनिथ शामिल रहे।

काली पूजा की अनुमति के लिए 'सहज' पोर्टल खुला

कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। काली पूजा की अनुमति के लिए 'सहज' ऑनलाइन पोर्टल सोमवार, 26 अक्टूबर को खोल दिया गया। पिछले साल इस पोर्टल पर 2,644 काली पूजा आयोजकों ने पंजीकरण कराया था। इस बार अतिरिक्त नियमों और दिशा-निर्देशों को अंतिम रूप देने के कारण पोर्टल एक दिन देरी से खुला। पुलिस ने पूजा समितियों को अदालत और प्रशासन के सभी निर्देशों का पालन करने को कहा है। 20 सूत्रीय दिशा-निर्देशों के तहत पंडालों में प्रवेश और निकास के अलग रास्ते, अग्निशमन उपकरण, बिजली के वैकल्पिक इंतजाम और प्रशिक्षित स्वयंसेवक रखना अनिवार्य है। विसर्जन तक सीसीटीवी या स्वयंसेवकों के जरिए निगरानी भी करनी होगी।

सुरक्षा नियमों का पालन अनिवार्य पंडालों के पास मोबाइल शौचालय और हेल्प डेस्क लगाने के निर्देश

पंडालों के पास मोबाइल शौचालय, विशेषकर महिलाओं के लिए, और हेल्प डेस्क लगाना भी जरूरी है। तेज आवाज वाले संगीत और डीजे पर रोक रहेगी। केवल तय समय में ग्रीन पटाखे जलाए जा सकेंगे। 90 डेसिबल से अधिक शोर वाले पटाखों और छतों पर पटाखे जलाने की अनुमति नहीं होगी। पुलिस को 6 से 9 नवंबर और 12 नवंबर को रात 11 बजे के बाद भी पंडालों में निगरानी रखने के निर्देश दिए गए हैं। अवैध पटाखों की जांच के लिए कोलकाता में प्रवेश के 15 रास्तों पर चेकपॉइंट बनाए गए हैं। नियमों के उल्लंघन पर संबंधित थाना प्रभारियों को जवाबदेह ठहराया जाएगा।

मिलन संघ कलाकार स्ट्रीट का खूंटी पूजा सम्पन्न

आयोजन कमेटी के अध्यक्ष सुशील कोठारी ने बताया कि आने वाले दिनों में संस्था की ओर से पूजा के अलावा कई अन्य सेवा मूलक कार्य करने की योजना है।



कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। बड़ाबाजार में मिलन संघ कलाकार स्ट्रीट द्वारा आयोजित श्री श्री बड़ाबाजार सार्वजनिक काली पूजा 2026 के लिए स्तंभ पूजन (खूंटी पूजा) का कार्यक्रम मंगलवार, 27 अक्टूबर को विधि विधान व मंत्रोचारण के साथ संपन्न हुआ। इस आयोजन के साथ ही पूजा स्थल पर मंडप निर्माण कार्य भी प्रारंभ कर दिया गया। खूंटी पूजा के अवसर पर दर्जनों विशिष्ट जन और सैकड़ों की संख्या में स्थानीय लोगों ने अपनी उपस्थिति दर्ज कराई।

मुख्य रूप से पूर्व विधायक संजय बख्शी, पार्षद विजय उपाध्याय, समाज सेवी सुशील कोठारी, चंदन चक्रवर्ती, रघुनाथ अग्रवाल, दाऊ लाल राठी, रूप नारायण देराश्री, राज कुमार कुंवर, संजय गुप्ता, पवन शर्मा, ललित छंगाणी, गणेश छंगाणी, मुन्ना पांडे, बागेश मिश्रा, मनोज गुप्ता, गोविंद रंगा (वकील), अजीत गुप्ता, दीपक शर्मा, मनीष बिस्सा, राहुल कुंवर, प्रमोद सोनकर, शैलेंद्र जैन, गणेश जोशी, राज मूंधड़ा, नीतू शर्मा, स्वर्णाली मिश्र, अमर तिवारी, दिनेश सिंह, अजय सिंह, शशांक देराश्री, अभिषेक आसोपा, चंदू दमानी, मनोज झंवर सहित बड़ी संख्या में स्थानीय लोगों की उपस्थिति रही।

आयोजन कमेटी के अध्यक्ष सुशील कोठारी ने आयोजन की जानकारी देते हुए कहा कि मंडप निर्माण कार्य में सरकार द्वारा जारी निर्देश का पालन किया जा रहा है और साथ ही साथ सभी सुरक्षा मानकों का विशेष ध्यान रखा जा रहा है। उन्होंने बताया कि आने वाले दिनों में संस्था की ओर से पूजा के अलावा कई अन्य सेवा मूलक कार्य करने की योजना है।

आईएसीसी ईस्ट इंडिया काउंसिल के रीजनल प्रेसिडेंट बने आदित्य गारोड़िया

प्रयास दुग्गड़ और अंकित केजरीवाल को रीजनल वाइस प्रेसिडेंट की जिम्मेदारी

कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। इंडो-अमेरिकन चैंबर ऑफ कॉमर्स (आईएसीसी) की ईस्ट इंडिया काउंसिल (ईआईसी) के वर्ष 2026-27 के नेतृत्व की घोषणा की गई है। इसमें आदित्य गारोड़िया को रीजनल प्रेसिडेंट नियुक्त किया गया है। वहीं, प्रयास दुग्गड़ को प्रथम रीजनल वाइस प्रेसिडेंट और अंकित केजरीवाल को द्वितीय रीजनल वाइस प्रेसिडेंट की जिम्मेदारी सौंपी गई है।

आदित्य गारोड़िया कोरोना स्टील इंडस्ट्री प्रा. लि. के डायरेक्टर हैं। प्रयास दुग्गड़ इंडियन जेम एंड ज्वेलरी में एग्जीक्यूटिव डायरेक्टर हैं, जबकि अंकित केजरीवाल वेलकास्ट इंडिया कंपनी लिमिटेड के डायरेक्टर हैं।



आदित्य गारोड़िया
रीजनल प्रेसिडेंट



प्रयास दुग्गड़
प्रथम रीजनल वाइस प्रेसिडेंट



अंकित केजरीवाल
द्वितीय रीजनल वाइस प्रेसिडेंट

आईएसीसी भारत और अमेरिका के बीच व्यापारिक संबंधों को मजबूत करने तथा दोनों देशों के उद्योगों एवं व्यवसायों के बीच सहयोग को बढ़ावा देने के लिए कार्य करता है। ईस्ट इंडिया काउंसिल के नए नेतृत्व से क्षेत्र में व्यापारिक गतिविधियों, औद्योगिक सहयोग और कारोबारी संबंधों को नई गति मिलने की उम्मीद है।

दीपावली और उसके अनुपम पर्वः भारतीय संस्कृति, संस्कार और सद्भाव का महोत्सव



कृष्ण कुमार सिंघानिया
सुप्रसिद्ध उद्योगपति एवं समाजसेवी
चेयरमैन, सिग्नस ग्रुप ऑफ कंपनीज

भारत त्योहारों और परंपराओं की ऐसी पावन भूमि है, जहां प्रत्येक पर्व अपने साथ कोई न कोई जीवनोपयोगी संदेश लेकर आता है। दीपावली ऐसा ही एक महापर्व है, जो हमारे जीवन को प्रकाश, प्रेम, उल्लास और सकारात्मकता से भर देता है। यह केवल दीप जलाने, मिठाइयां बांटने और घर सजाने का अवसर नहीं, बल्कि अपने अंतर्मन को सद्भाव, करुणा और सदाचार से आलोकित करने का भी पर्व है। दीपावली हमें संदेश देती है कि जीवन में चाहे कितना भी अंधकार क्यों न हो, आशा, विश्वास और सत्कर्मों का एक छोटा-सा दीप भी उजाले का मार्ग प्रशस्त कर सकता है।

दीपावली से जुड़े गोवर्धन पूजा और भैया दूज जैसे पर्व भारतीय संस्कृति की विविधता और समृद्ध परंपराओं को विशेष अर्थ प्रदान करते हैं। दीपावली के अवसर पर विभिन्न परंपराओं के अनुसार कार्यस्थलों, औजारों और बहीखातों की पूजा भी की जाती है। इन पर्वों और परंपराओं का महत्व केवल धार्मिक आस्था तक सीमित नहीं है, बल्कि ये प्रकृति के प्रति कृतज्ञता, कर्म के प्रति सम्मान और पारिवारिक संबंधों की मधुरता का भी संदेश देते हैं।



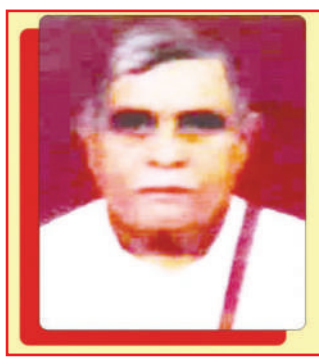
गोवर्धन पूजा हमें प्रकृति और पर्यावरण के संरक्षण की प्रेरणा देती है। भगवान श्रीकृष्ण द्वारा गोवर्धन पर्वत की रक्षा की कथा हमें सिखाती है कि प्रकृति हमारे जीवन का आधार है और उसकी रक्षा करना हमारा नैतिक दायित्व है। गौ-संवर्धन, अन्न के सम्मान और प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण के माध्यम से यह पर्व हमें प्रकृति के साथ संतुलित जीवन जीने का मार्ग दिखाता है।

इसी प्रकार विश्वकर्मा पूजा पर श्रम और कौशल के प्रति सम्मान की परंपरा हमें कर्मनिष्ठा का महत्व समझाती है। भगवान विश्वकर्मा को शिल्प, निर्माण और तकनीकी कौशल का प्रतीक माना जाता है। विश्वकर्मा पूजा तथा दीपावली पर विभिन्न प्रतिष्ठानों में की जाने वाली औजारों और बहीखातों की पूजा हमें अपने कार्य, व्यवसाय और आजीविका के प्रति सम्मान का भाव रखने की प्रेरणा देती है। कोई भी कार्य छोटा या बड़ा नहीं होता; प्रत्येक कर्म का अपना महत्व है। परिश्रम, ईमानदारी और समर्पण से ही व्यक्ति, समाज और राष्ट्र प्रगति के पथ पर अग्रसर होते हैं।

भैया दूज भाई-बहन के अटूट प्रेम, विश्वास और आत्मीयता का प्रतीक है। यह पर्व पारिवारिक रिश्तों की मिठास बढ़ाता है और हमें याद दिलाता है कि जीवन की वास्तविक संपदा केवल धन-दौलत नहीं, बल्कि अपनों का स्नेह, सहयोग और विश्वास भी है।

इन सभी पर्वों और परंपराओं का सामूहिक संदेश यही है कि जीवन में प्रेम, परिश्रम, कर्तव्य, नैतिकता और पारिवारिक संबंधों का विशेष महत्व है। आइए, इस दीपावली पर हम अपने घरों के साथ-साथ अपने विचारों को भी प्रकाशित करें, जरूरतमंदों के जीवन में खुशियां बांटें, पर्यावरण की रक्षा करें और अपने रिश्तों में स्नेह एवं विश्वास की ज्योति प्रज्वलित रखें।

आप सभी को दीपावली तथा इससे जुड़े समस्त पावन पर्वों की हार्दिक शुभकामनाएं। आपका जीवन सुख, शांति, स्वास्थ्य, समृद्धि और सद्भाव के प्रकाश से सदैव आलोकित रहे।



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

राष्ट्रीय हिन्दी पाक्षिक 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 चुनौतीपूण 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''

दिल्ली, कोलकाता, लखनऊ एवं हरियाणा से एक साथ प्रसारित

राष्ट्रीय हिन्दी पाक्षिक

राष्ट्रएता

तस्वीर बदलते भारत की

RNI NO. WBHIN/2016/70662 POSTAL REGN. NO. WB/HWH/087/2026-2028

वर्ष-10 | अंक-21 | पश्चिम बंगाल, 01-15 नवम्बर 2026 | मूल्य- 5 रु. | कुल पृष्ठ-16

सुविचार

जो व्यक्ति अपनी क्षमता, शक्ति और प्रतिभा को पहचानता है. उसे अपने लक्ष्य को पाने में दिक्कतों का सामना नहीं करना पड़ता है.

सुविचार

निंदा रस, इससे बचना चाहिए. ये बहुत ही हानिकारक है.इससे छवि, प्रतिभा दोनों ही नष्ट हो जाते हैं. यहां तक कि मित्र भी शत्रु बन जाते हैं.







56 वर्षों की स्वर्णिम विरासत के साथ महाबीर दानवर ज्वेलर्स का धनतेरस उत्सव 2026

कोलकाता और दिल्ली में 6 नवंबर तक विशेष आयोजन, आभूषणों की खरीदारी पर आकर्षक ऑफर

नई दिल्ली/कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। 56 वर्षों की गौरवशाली विरासत और ग्राहकों के अटूट विश्वास के साथ महाबीर दानवर ज्वेलर्स (एमडीजे) ने धनतेरस उत्सव 2026 का आयोजन किया है। 23 अक्टूबर से 6 नवंबर तक चलने वाले इस उत्सव में कोलकाता और दिल्ली स्थित इसके शोरूम में ग्राहकों को आभूषणों की खरीदारी पर विशेष सुविधाएं दी जा रही हैं।



वर्ष 1970 में स्वर्गीय श्री महाबीर प्रसाद दानवर ने कोलकाता में इस प्रतिष्ठान की स्थापना की थी। आज श्री बिनोद दानवर के साथ विजय, अरविंद, अमित और संदीप दानवर इस गौरवशाली विरासत को आगे बढ़ा रहे हैं। निदेशक अरविंद दानवर और संदीप दानवर पारंपरिक मूल्यों को आधुनिक ज्वेलरी कारोबार से जोड़ने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रहे हैं।

महाबीर दानवर ज्वेलर्स सोने, कुंदन, जड़ाऊ, पोल्की और डायमंड ज्वेलरी के साथ विशेष रूप से ब्राइडल कलेक्शन के लिए पहचान रखता है। मैन्युफैक्चरिंग, सोर्सिंग और रिटेल क्षेत्र में विशेषज्ञता रखने वाले इस प्रतिष्ठान ने अब तक 24 से अधिक राष्ट्रीय पुरस्कार हासिल किए हैं और 50 से अधिक पुरस्कारों के लिए नामांकन प्राप्त किए हैं। शुद्धता, प्रामाणिकता और पारदर्शिता इसकी प्रमुख विशेषताएं हैं।

धनतेरस उत्सव में पात्र आभूषणों पर मेकिंग चार्ज शून्य तक, पुराने सोने के एक्सचेंज पर शर्तों के अनुसार शून्य प्रतिशत कटौती और धनतेरस के लिए सोने का भाव लॉक कराने की सुविधा दी जा रही है। प्रत्येक 10 हजार रुपये की खरीदारी पर एक लकी ड्रॉ कूपन नि:शुल्क मिलेगा। सोने और चांदी के सिक्के भी उपलब्ध हैं।

यह आयोजन कोलकाता के सिटी सेंटर-1, साल्ट लेक, पार्क स्ट्रीट (पार्किंग सुविधा सहित) और बड़ा बाजार तथा दिल्ली के रोहिणी स्थित सिटी सेंटर मॉल के शोरूम में चल रहा है। धनतेरस तक सभी शोरूम प्रतिदिन खुले रहेंगे। सभी ऑफर नियम एवं शर्तों के अधीन हैं। विस्तृत जानकारी के लिए ग्राहक संबंधित शोरूम से संपर्क कर सकते हैं।



















JIS GROUP
Educational Initiatives

#EDUCATIONBEYONDORDINARY

39 INSTITUTIONS | 185 PROGRAMMES | 45000+ STUDENTS

ADMISSIONS OPEN

COURSES OFFERED

- **ENGINEERING & TECHNOLOGY**
  M.TECH I B.TECH I B.TECH LATERAL
  DIPLOMA I DIPLOMA LATERAL
- **MEDICAL**
  MBBS
- **DENTAL**
  MDS | BDS
- **COMPUTER APPLICATION**
  MCA I BCA
- **PHARMACY**
  M.PHARM I B.PHARM I B.PHARM LATERAL | D.PHARM
- **MANAGEMENT**
  MBA I BBA I BBA - HOSPITAL MANAGEMENT
- **SCIENCE**
  B.Sc (H)
  BIOTECHNOLOGY | GENETICS I MICROBIOLOGY MEDICAL LAB TECHNOLOGY | DATA SCIENCE
  CYBER SECURITY
  M.Sc
  BIOCHEMISTRY I GENETICS | BIOTECHNOLOGY MICROBIOLOGY | MEDICAL LAB TECHNOLOGY
  DATA SCIENCE I REMOTE SENSING & GIS
  PHYSICS | CHEMISTRY I ENVIRONMENTAL SCIENCE & SUSTAINABLE DEVELOPMENT
  PHD
- **AGRICULTURAL SCIENCE**
  B.TECH
  B.SC (H)
- **LAW**
  LLM I LLB I BBA-LLB INTEGRATED
- **HOSPITALITY & HOTEL ADMINISTRATION**
  MBA I B.SC I BA I DIPLOMA
- **VETERINARY SCIENCE & ANIMAL HUSBANDRY**
  BACHELOR OF VETERINARY SCIENCE & ANIMAL HUSBANDRY (BVSC & AH)

SCHOLARSHIP AVAILABLE*

*T&C APPLY

Accreditations, Affiliations & Approvals

UGC I AICTE I PCI I DCI I MCI I NCHMCT I BCI I NCTE I MAKAUT
WBUHS I WBSCT&VE&SD I NAAC I NBA I NIRF I ALU I UNAI

JIS UNIVERSITY
86977 43361/62 I www.jisuniversity.ac.in

JIS SCHOOL OF MEDICAL SCIENCE & RESEARCH
81007 49669 | www.jismsr.org

JIS INSTITUTE OF ADVANCED STUDIES & RESEARCH
98743 75544 I www.jisiasr.org

JIS COLLEGE OF ENGINEERING
86977 43363 I www.jiscollege.ac.in

NARULA INSTITUTE OF TECHNOLOGY
89024 96651 I www.nit.ac.in

GURU NANAK INSTITUTE OF TECHNOLOGY
90733 22523 I www.gnit.ac.in

DR. SUDHIR CHANDRA SUR INSTITUTE OF TECHNOLOGY & SPORTS COMPLEX
62919 77707/08 I www.surtech.edu.in

GURU NANAK INSTITUTE OF HOTEL MANAGEMENT
98361 06964 I www.gnihm.ac.in

GURU NANAK INSTITUTE OF PHARMACEUTICAL SCIENCE & TECHNOLOGY
89024 96653 I www.gnipst.ac.in

GURU NANAK INSTITUTE OF DENTAL SCIENCE & RESEARCH
94320 11488 | www.gnidsr.ac.in

JIS SCHOOL OF POLYTECHNIC
93309 06160 I www.jissp.ac.in

JIS INSTITUTE OF PHARMACY
93309 06162 I www.jisiop.org

DR. SUDHIR CHANDRA SUR INSTITUTE OF PHARMACEUTICAL SCIENCE & TECHNOLOGY
9433371907 I www.dsipst.ac.in

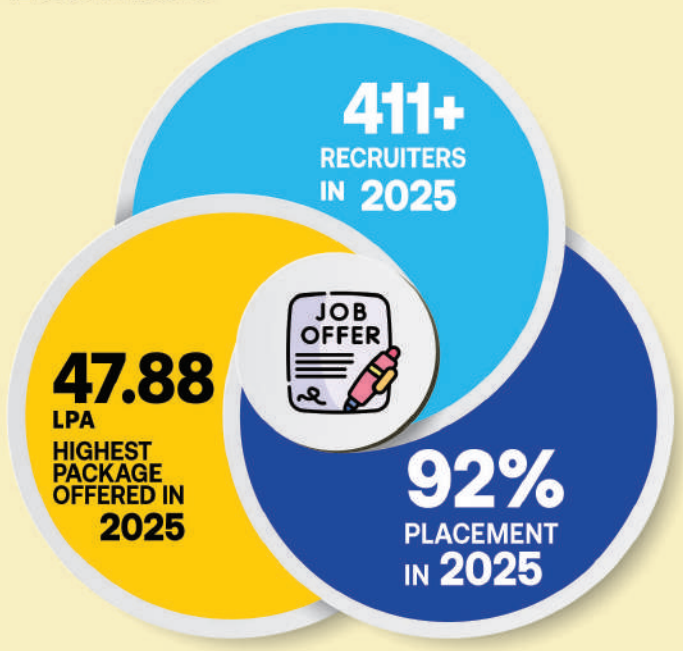
ASANSOL ENGINEERING COLLEGE
90736 83912 I www.aecwb.edu.in

GREATER KOLKATA COLLEGE OF ENGINEERING & MANAGEMENT
90736 83914/15 I www.gkcem.ac.in

ABACUS INSTITUTE OF ENGINEERING & MANAGEMENT
62919 77705/06 I www.abacusinstitute.org

GARGI MEMORIAL INSTITUTE OF TECHNOLOGY
83369 42309 I www.gmitkolkata.org

JIS COLLEGE OF VETERINARY & ANIMAL SCIENCES
81700 08553 I www.jiscovas.org



SCAN HERE

90733 70470 | 93309 06153

NATIONAL INSTITUTIONAL RANKING FRAMEWORK
Rankings by MHRD, Govt. of India

JIS COLLEGE OF ENGINEERING I NARULA INSTITUTE OF TECHNOLOGY ARE NIRF RANKED IN ENGINEERING CATEGORY

GURU NANAK INSTITUTE OF PHARMACEUTICAL SCIENCE & TECHNOLOGY I JIS UNIVERSITY ARE NIRF RANKED IN PHARMACY CATEGORY

NATIONAL ASSESSMENT AND ACCREDITATION COUNCIL

GURU NANAK INSTITUTE OF TECHNOLOGY - NAAC GRADE 'A+'
JIS COLLEGE OF ENGINEERING - NAAC GRADE 'A'
NARULA INSTITUTE OF TECHNOLOGY - NAAC GRADE 'A'
DR. SUDHIR CHANDRA SUR INSTITUTE OF TECHNOLOGY & SPORTS COMPLEX - NAAC GRADE 'A'
GURU NANAK INSTITUTE OF DENTAL SCIENCE & RESEARCH - NAAC GRADE 'A'
ASANSOL ENGINEERING COLLEGE - NAAC GRADE 'A'

7 Sarat Bose Road, Kolkata - 700 020
www.jisgroup.org

आप सभी को धनतेरस, दीपावली
एवं छठ पूजा की हार्दिक
शुभकामनाएं



अरविन्द कुमार सिंह
सुप्रसिद्ध समाज सेवी एवं उद्योगपति (हावड़ा)

धनतेरस
दीपावली
एवं छठपूजा
की हार्दिक
शुभकामनाएं



रामनरेश जायसवाल
सुप्रसिद्ध समाजसेवी एवं
व्यवसायी, कोलकाता

धनतेरस
दीपावली
एवं छठपूजा
की हार्दिक
शुभकामनाएं



रमेश कुमार जायसवाल
खिदिरपुर
मो.- 93302 11800
मेसर्स- गंगा प्रसाद गुप्ता

धनतेरस-दीपावली की शुभकामना
शुद्ध घी से निर्मित मिष्ठान एवं नमकीन
के लिये आपका अपना प्रतिष्ठान



तिवारी ब्रदर्स मिठाई शॉप
40 Seated Fast Food Centre
for Birthday, Anniversary Party etc.
78/12, ब्लॉक-ई, न्यु अलीपुर : 8981026905/9007085111, 033-35928658
तिवारी ब्रदर्स, बड़ाबाजार : 6291225670, 8981026906 / 033-22688913
तिवारी स्वीट्स, कॉटन स्ट्रीट : 8981026911 / 6291183199
तिवारी कन्फेक्सनर्स : मिन्टो पार्क : 033-22871161/5613, 8276829152
काकुड़गाछी : 033-23558373 / 74, 9038488211

Happy Dhanteras, Diwali
& Chhath Puja



ROAD CARGO MOVERS PVT. LTD.
1, Gibson Lane, 2nd Floor, Suite 211, Kolkata-69
Phone : 2210 3480, Mobile : 98300 21319
E-mail : sks@roadcargo.in, Web : www.roadcargo.in
Resi: 6, Burdwan Road, Kolkata-27, Ph.: 4061 4181
SANTOSH SARAF Vice President : Calcutta Goods Transport Association
Past President : Lions Club Calcutta, Akhil Bhartiy Marwari Sammelan
Merchant Chamber of Commerce, Hindustan Club, Netra Niketan

अन्तर्राष्ट्रीय वैश्य महासम्मेलन
International Vaish Federation
Connecting Vaish world over ..... For community Empowerment



दीपावली
की
हार्दिक शुभकामनाएँ





माँ लक्ष्मी और भगवान गणेश
आपके जीवन में सुख, समृद्धि,
शांति और आरोग्य प्रदान करें।



सुशील कुमार चौधरी
अध्यक्ष



प्रदीप लुहारीवाला
सचिव



अभ्युदय दुगड़
सचिव (Org.)



सतीश अग्रवाल
कोषाध्यक्ष

आप सभी को दीपावली, धनतेरस
एवं छठ पूजा की हार्दिक शुभकामनाएं



लक्ष्मी जी विराजें
आपके द्वार,
सोने-चांदी से भर जाए
आपका घर-बार,
जीवन में आएं खुशियां अपार
दिवाली की शुभकामनाएं

भीखम चंद पुगालिया
श्री महावीर एजेंसी, 134/4, एमजी रोड, कोलकाता-01

Shree
Vishudhanand
Hospital
सेवा सर्वोपरि

35 & 37, Burtolla Street, Kolkata - 700 007 | Ph.: 033 4023 3030 | vishudhanandhospital@gmail.com



LATEST FACILITIES
AVAILABLE AT
AFFORDABLE RATE



CT SCAN
High Resolution Imaging



DIGITAL X-RAY
Clear • Fast • Accurate



4D COLOUR DOPPLER
Advanced • Safe • Detailed Imaging



ULTRA SOUND
with Full AI System
Smart • Precise • Reliable

Advanced Technology | Experienced Team | 24/7 Patient Care First | ₹ Affordable Rates



Care You Can Trust,
Technology You Can Rely On.

Style | Comfort | Confidence

Happy
Dhanteras &
Diwali

मां लक्ष्मी की कृपा से आपके जीवन में
सुख, समृद्धि और खुशियों का प्रकाश
हमेशा बना रहे।

शुभ धनतेरस एवं दीपावली

JosMar
FASHIONS
JOSEPH JOSE
DIRECTOR



+91 91632 79392
info@josmarfashions.com
info.josmar26fashions@gmail.com
26 Maulana Abdul Kalam
Azad Road, Howrah - 711 101
West Bengal, India

Fabcon India
Food Processing Plants & Machinery

ROLLER FLOUR MILL PLANT
WHOLE WHEAT ATTA CHAKKI PLANT
BESAN PLANT
SATTU & SPICE PLANT
HOT ROLLING MILL PLANT
WE ARE ALSO STOCKIST OF ECHOYAL BRAND EMERY STONES

AN ISO 9001: 2008 COMPANY

Machineries Spares
Technical Services



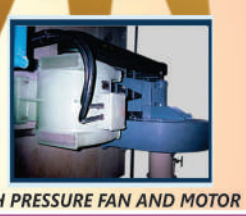
ROLL BODY



PLAN SHIFTER



AIR LOCK COMPLETE SET



HIGH PRESSURE FAN AND MOTOR

89/1, Dharmatala Road,Salkia, Howrah - 71106, W.B, India
Phone : 91-33-2655-9010, Telefax : 91-33-2655-5354 Mobile : 9339111309
E-mail: pbsingh73@gmail.com, E-mail: suraj@fabconindia.com
Website : www.fabconindia.com
Contact : Mr. P.B. Singh (9433011309)

Fabcon India
MANUFACTURE OF
ROLLER FLOUR MILL PLANTS ATTA,
BESAN, SATTU PALANTS & SPARES

बिधाननगर पुलिस कमिश्नरेट ने धूमधाम से मनाया विजय सम्मेलनी, सौहार्द और आपसी भाईचारे का दिया संदेश

स्वास्थ्य मंत्री डॉ. शरदवत मुखर्जी, प्रसिद्ध अभिनेता मिथुन चक्रवर्ती सहित पुलिस अधिकारियों एवं अतिथियों ने उत्साहपूर्वक लिया हिस्सा, मां दुर्गा के आशीर्वाद के साथ मनाई उत्सव की खुशियां





कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। बिधाननगर पुलिस कमिश्नरेट की ओर से 30 अक्टूबर को विजय सम्मेलनी का भव्य आयोजन किया गया। स्टेडल होटल के कोलोसियम हॉल में आयोजित इस समारोह में उत्सव, उल्लास और आपसी सौहार्द का खुशनुमा माहौल देखने को मिला। मां दुर्गा के आशीर्वाद के साथ आयोजित इस मिलन समारोह का उद्देश्य दुर्गा पूजा के बाद आपसी मेल-मिलाप, मित्रता और सामाजिक सद्भाव की भावना को मजबूत करना रहा।

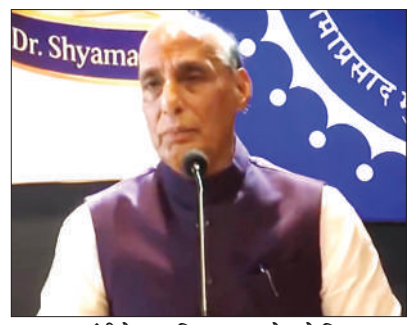
कार्यक्रम में पश्चिम बंगाल के स्वास्थ्य मंत्री डॉ. शरदवत मुखर्जी, प्रसिद्ध अभिनेता मिथुन चक्रवर्ती सहित बिधाननगर के पुलिस कमिश्नर राठौड़ अमितकुमार भारत (आईपीएस), ज्वाइंट पुलिस कमिश्नर देबर्षि दत्ता (आईपीएस), डिप्टी पुलिस कमिश्नर काजी समसुद्दीन अहमद (आईपीएस), देबराज दास (आईपीएस), ज्योतिर्मय रॉय (आईपीएस) सहित कमिश्नरेट के वरिष्ठ पुलिस अधिकारियों, पुलिसकर्मियों एवं आमंत्रित गणमान्य अतिथियों ने उत्साहपूर्वक हिस्सा लिया। सभी ने एक-दूसरे को विजयादशमी की शुभकामनाएं दीं और त्योहार की खुशियां साझा कीं। इस अवसर पर आपसी संवाद और आत्मीय मुलाकातों ने समारोह को विशेष बना दिया।

बिधाननगर पुलिस कमिश्नरेट की इस पहल ने पुलिस और समाज के बीच बेहतर संबंधों, विश्वास, सहयोग और सौहार्द को प्रोत्साहित करने का संदेश दिया। समारोह ने बंगाल की समृद्ध सांस्कृतिक परंपरा और उत्सवों के माध्यम से सामाजिक एकता को मजबूत करने की भावना को भी खूबसूरती से प्रस्तुत किया।

सरदार वल्लभभाई पटेल ने रियासतों का विलय कर अखंड भारत का स्वरूप दिया : राजनाथ सिंह

भारत-भारती के राष्ट्रीय एकता समारोह में रक्षा मंत्री ने सरदार पटेल के योगदान को किया नमन, प्रधानमंत्री मोदी के नेतृत्व में सशक्त और विकसित भारत के संकल्प का किया उल्लेख





नई दिल्ली (राष्ट्ररंग संवाददाता)। सरदार वल्लभभाई पटेल ने सैकड़ों रियासतों का विलय कर देश को एक सूत्र में पिरोया और अखंड भारत का स्वरूप दिया। उनका अदम्य साहस, दृढ़ इच्छाशक्ति और राष्ट्रनिष्ठा आज भी देशवासियों के लिए प्रेरणास्रोत है। यह बात देश के रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह ने शनिवार, 31 अक्टूबर को पंजाबी बाग स्थित श्यामा प्रसाद मुखर्जी महिला महाविद्यालय में आयोजित राष्ट्रीय एकता समारोह में कही। सरदार वल्लभभाई पटेल की 151वीं जयंती के अवसर पर भारत-भारती की ओर से आयोजित इस समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में पहुंचे राजनाथ सिंह ने सरदार पटेल को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए कहा कि उन्होंने अपनी दूरदर्शिता और दृढ़ संकल्प से सैकड़ों रियासतों को एक सूत्र में पिरोकर सशक्त भारत की नींव रखी। उन्होंने किसानों के अधिकारों, ग्रामीण स्वावलंबन और समाज के अंतिम व्यक्ति के उत्थान के लिए किए गए उनके प्रयासों को भी याद किया।

रक्षा मंत्री ने कहा कि सरदार पटेल ने जिस भारत को एक सूत्र में जोड़ा, उसे सशक्त, सुरक्षित और विकसित बनाने का संकल्प प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में और दृढ़ हो रहा है। उनके आदर्श हमें राष्ट्रीय एकता, अखंडता और स्वाभिमान की रक्षा के लिए सदैव प्रेरित करते हैं। समारोह में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ दिल्ली प्रांत के प्रांत संचालक डॉ. अनिल अग्रवाल, पश्चिमी दिल्ली की सांसद कमलजीत सहरावत और भाजपा दिल्ली प्रदेश के महामंत्री विष्णु मित्तल विशिष्ट अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। कार्यक्रम संयोजक एवं मादीपुर के विधायक कैलाश गंगवाल के नेतृत्व में आयोजित इस समारोह में भारत-भारती के राष्ट्रीय कार्यकारी अध्यक्ष विनय भाई पन्नाले, राष्ट्रीय संगठन मंत्री जगन्नाथ कुंजबिहारी, उत्तर भारत के प्रभारी मोहम्मद इरफान अहमद, दिल्ली प्रांत के क्षेत्रीय संगठन मंत्री एवं दिल्ली प्रांत प्रभारी विवेकानंद दीक्षित, दिल्ली प्रांत के सचिव विनोद त्रिपाठी, प्रांत सह-अध्यक्ष धारा सिंह एवं भाजपा पंजाबी बाग मंडल उपाध्यक्ष विपुल दुआ सहित अन्य गणमान्य लोग मौजूद रहे।

समारोह की मेजबानी महाविद्यालय की प्राचार्या प्रो. नीलम गोयल ने की। कार्यक्रम में विभिन्न भारतीय समुदायों की सांस्कृतिक प्रस्तुतियां, युवाओं के साथ संवाद और राष्ट्रीय एकता पर विशेष सत्र आयोजित किए गए। इस अवसर पर विधायक कैलाश गंगवाल ने सरदार पटेल के योगदान को याद करते हुए कहा कि उनके आदर्शों पर चलकर देश की एकता, अखंडता और सामाजिक समरसता को और मजबूत बनाया जा सकता है।

पश्चिम बंग प्रादेशिक मारवाड़ी सम्मेलन की चुनाव प्रक्रिया संपन्न

विश्वनाथ खरकिया निर्विरोध प्रांतीय अध्यक्ष निर्वाचित



कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। अखिल भारतवर्षीय मारवाड़ी सम्मेलन से संबद्ध पश्चिम बंग प्रादेशिक मारवाड़ी सम्मेलन के प्रांतीय अध्यक्ष पद के चुनाव की प्रक्रिया संवैधानिक प्रावधानों के अनुरूप सफलतापूर्वक संपन्न हो गई है। सम्मेलन के प्रांतीय अध्यक्ष पद के चुनाव के लिए दिनेश सराफ (बांकुड़ा) एवं विश्वनाथ खरकिया (कोलकाता) के नामांकन वैध पाए गए थे। निर्धारित चुनाव प्रक्रिया के दौरान दिनेश सराफ के अपना नामांकन वापस लेने के बाद मुख्य चुनाव अधिकारी अजय अग्रवाल एवं सह चुनाव अधिकारियों दीपक छापड़िया एवं पवन जैन ने इस संबंध में तदर्थ समिति के चेयरमैन कैलाशपति तोदी को सूचित करते हुए 28 अक्टूबर को विश्वनाथ खरकिया को पश्चिम बंग प्रादेशिक मारवाड़ी सम्मेलन का प्रांतीय अध्यक्ष निर्विरोध निर्वाचित घोषित किया। विश्वनाथ खरकिया आगामी दो वर्षों तक प्रांतीय अध्यक्ष के रूप में पश्चिम बंग प्रादेशिक मारवाड़ी सम्मेलन का नेतृत्व करेंगे।

उल्लेखनीय है कि अखिल भारतवर्षीय मारवाड़ी सम्मेलन के राष्ट्रीय अध्यक्ष पवन कुमार गोयनका द्वारा संविधाननुसार धारा 8 (5) के अंतर्गत गठित तदर्थ समिति के चेयरमैन कैलाशपति तोदी एवं उनकी टीम के नेतृत्व में निर्वाचन प्रक्रिया संपन्न कराई गई। कैलाशपति तोदी ने राष्ट्रीय अध्यक्ष पवन कुमार गोयनका को चुनाव प्रक्रिया के सफलतापूर्वक संपन्न होने तथा विश्वनाथ खरकिया के निर्विरोध निर्वाचित होने की आधिकारिक सूचना दी।

पश्चिम बंग प्रादेशिक मारवाड़ी सम्मेलन के प्रांतीय अध्यक्ष पद की चुनावी प्रक्रिया को संपन्न कराने में कैलाशपति तोदी (चेयरमैन, तदर्थ समति), गोपीराम धुवालिया (को-चेयरमैन तदर्थ समिति), अनिल कुमार डालमिया (संयोजक तदर्थ समिति), बिनोद कुमार लिहला (सदस्य, तदर्थ समिति), अमित कुमार डाबरीवाल (सदस्य, तदर्थ समिति), सुभाष चंद्र गोयनका (सदस्य, तदर्थ समिति), अजय कुमार अग्रवाल (मुख्य चुनाव अधिकारी), दीपक कुमार छापड़िया (सह चुनाव अधिकारी), पवन जैन (सह चुनाव अधिकारी) सम्मिलित थे।

आलिया कंकारिया ने भारतीय खेल जगत में रचा इतिहास

12 वर्ष से कम उम्र में तीन राष्ट्रीय खिताब जीतने वाली देश की पहली बालिका बनीं





कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। पश्चिम बंगाल की होनहार टेबल टेनिस खिलाड़ी आलिया कंकारिया ने अपनी असाधारण प्रतिभा और मेहनत के दम पर भारतीय खेल जगत में इतिहास रच दिया है। उन्होंने 12 वर्ष की उम्र से पहले तीन राष्ट्रीय खिताब जीतने वाली देश की पहली बालिका बनने का गौरव हासिल किया है। 29 अक्टूबर को जयपुर में आयोजित राष्ट्रीय चैंपियनशिप में बालिका अंडर-13 वर्ग का खिताब जीतकर उन्होंने यह उल्लेखनीय उपलब्धि अपने नाम की।

फाइनल मुकाबले में आलिया ने महाराष्ट्र की नंबर एक वरीयता प्राप्त खिलाड़ी रिया दलाल को कड़े संघर्ष में 3-2 से पराजित किया। इससे पहले उन्होंने वर्ष 2024 में कोलकाता में बालिका अंडर-11 वर्ग का पहला राष्ट्रीय खिताब जीता था। इसके बाद वर्ष 2025 में चेन्नई में इसी वर्ग में दूसरा राष्ट्रीय खिताब अपने नाम किया। अब जयपुर में अंडर-13 वर्ग का खिताब जीतकर उन्होंने राष्ट्रीय स्तर पर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया है।

आलिया की उपलब्धियां राष्ट्रीय ही नहीं, अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी लगातार बढ़ रही हैं। वह जनवरी तक बालिका अंडर-11 वर्ग में एशिया की नंबर एक खिलाड़ी रही हैं। वर्तमान में वह

महाराष्ट्र की शीर्ष वरीयता प्राप्त खिलाड़ी को हराकर जीती राष्ट्रीय टेबल टेनिस चैंपियनशिप

अंडर-13 वर्ग में एशिया की चौथी रैंकिंग पर हैं। पिछले दो वर्षों से वह भारतीय टीम का हिस्सा हैं और दक्षिण कोरिया तथा चीन में आयोजित अंतरराष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में देश का प्रतिनिधित्व कर चुकी हैं।

आलिया द सैटरडे क्लब कोलकाता में अपने कोच एवं मार्गदर्शक संदीप कुमार यादव के प्रशिक्षण और मार्गदर्शन में अभ्यास करती हैं। वह आरपी गोयनका इंटरनेशनल स्कूल की छात्रा हैं। अपनी पढ़ाई के साथ खेल में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने में स्कूल का भी महत्वपूर्ण सहयोग रहा है।

गौरतलब है कि आलिया दो वर्ष पहले बंगाल से राष्ट्रीय टेबल टेनिस चैंपियनशिप जीतने वाली पहली बालिका बनी थीं। इतनी कम उम्र में तीन राष्ट्रीय खिताब और एशियाई स्तर पर शानदार रैंकिंग हासिल करना उनकी प्रतिभा, अनुशासन और निरंतर मेहनत का प्रमाण है। उनकी यह उपलब्धि न केवल बंगाल, बल्कि पूरे देश के उभरते खिलाड़ियों के लिए प्रेरणा है।

श्री राम कृष्ण धार्मिक लीला कमेटी, राणा प्रताप बाग को मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता ने किया सम्मानित

नई दिल्ली (राष्ट्ररंग संवाददाता)। दिल्ली की रामलीलाओं में अपनी विशिष्ट पहचान रखने वाली श्री राम कृष्ण धार्मिक लीला कमेटी, राणा प्रताप बाग को श्रेष्ठ रामलीलाओं की श्रेणी में सम्मानित किया गया है। दिल्ली की मुख्यमंत्री श्रीमती रेखा गुप्ता ने अपने सरकारी आवास पर कमेटी के प्रधान अनिल अग्रवाल, उपप्रधान संजय गुप्ता और मंत्री मदन लाल गोयल को सम्मानित किया और कमेटी द्वारा किए जा रहे धार्मिक एवं सांस्कृतिक कार्यों की सराहना की। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने कहा कि राणा प्रताप बाग की रामलीला ने न केवल धार्मिक परंपराओं को जीवंत रखा है, बल्कि युवाओं को हमारी संस्कृति से जोड़ने का भी महत्वपूर्ण कार्य किया है।

स्वामी गोविंददेव गिरि महाराज का भव्य स्वागत एवं अभिनंदन

महर्षि दधीचि सेवा ट्रस्ट ने दिया महर्षि वेदव्यास प्रतिष्ठान को 1,11,111 रुपये का अनुदान



कोलकाता (राष्ट्ररंग संवाददाता)। महर्षि दधीचि सेवा ट्रस्ट की ओर से 30 अक्टूबर को राष्ट्र शिरोमणि पूज्य संत स्वामी श्री गोविंददेव गिरि महाराज का भव्य स्वागत, वंदन एवं अभिनंदन किया गया। इस अवसर पर ट्रस्ट के पदाधिकारियों एवं सदस्यों ने महाराज श्री को पुष्पमाला पहनाकर एवं शॉल और सम्मान पत्र भेंट कर उनका अभिनंदन किया तथा उनका आशीर्वाद प्राप्त किया। इस अवसर पर महाराज श्री द्वारा संचालित वैदिक ज्ञान-विज्ञान के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य कर रहे महर्षि वेदव्यास प्रतिष्ठान, पुणे को ट्रस्ट की ओर से 1,11,111 रुपये (एक लाख ग्यारह हजार एक सौ ग्यारह रुपये) का चेक अनुदान स्वरूप प्रदान किया गया।

ट्रस्ट के वरिष्ठ सदस्य बंशीधर शर्मा ने महाराज श्री को महर्षि दधीचि भवन से संचालित विभिन्न समाज कल्याणकारी गतिविधियों एवं सेवा प्रकल्पों की जानकारी दी। उन्होंने ट्रस्ट द्वारा संचालित निःशुल्क होम्योपैथिक क्लिनिक, विद्यार्थियों को छात्रवृत्ति, अन्नपूर्णा योजना तथा स्वास्थ्य संबंधी सेवाओं के बारे में विस्तार से बताया। इन सेवा कार्यों की जानकारी पाकर महाराज श्री ने प्रसन्नता व्यक्त की और ट्रस्ट के प्रयासों की सराहना की।

इस अवसर पर ट्रस्ट के चेयरमैन प्रदीप सूंटवाल, मंत्री नारायणदास आसोपा, भंवरलाल गोपालपुरिया, आशाराम काकड़ा, सीताराम तिवाड़ी, सीए परमानंद तिवाड़ी, जितेश शर्मा, सीए सुरेंद्र जोशी, सीए अशोक शर्मा, हरिप्रसाद पलोड़, किशन गोपाल, मुकेश शर्मा, रविशंकर (लाला) एवं संजय शर्मा सहित अन्य सदस्यों ने महाराज श्री का वंदन-अभिनंदन कर आशीर्वाद प्राप्त किया। इस दौरान महाराज श्री के कृपापात्र हरीश तिवाड़ी की विशेष उपस्थिति रही।

महाराजा अग्रसेन जी के जीवन और आदर्शों को रंगमंच पर प्रस्तुत करेगा अग्रवाल समाज युवा एकता मंच

कॉन्स्टिट्यूशन क्लब, नई दिल्ली में 13 दिसंबर को होगा भव्य नाट्य मंचन



नई दिल्ली (राष्ट्ररंग संवाददाता)। महाराजा अग्रसेन जी के जीवन, आदर्शों और गौरवशाली विरासत को नई पीढ़ी तक पहुंचाने के उद्देश्य से अग्रवाल समाज युवा एकता मंच (एएसवाईएम) की ओर से 13 दिसंबर को कॉन्स्टिट्यूशन क्लब, नई दिल्ली में महाराजा अग्रसेन जी की जीवन गाथा पर आधारित भव्य नाट्य मंचन का आयोजन किया जाएगा। मंच की ओर से इसे दिल्ली में इस स्तर पर पहली बार की जा रही एक विशेष पहल बताया गया है। इसके माध्यम से रंगमंच के जरिए महाराजा अग्रसेन जी के जीवन दर्शन, संस्कारों और समाज के प्रति उनके योगदान को जीवंत रूप में प्रस्तुत किया जाएगा।

अग्रवाल समाज युवा एकता मंच के पदाधिकारी रवि अग्रवाल ने बताया कि मंच का उद्देश्य इतिहास को केवल पुस्तकों तक सीमित न रखकर उसे प्रभावशाली नाट्य प्रस्तुति के माध्यम से जन-जन तक पहुंचाना है, ताकि युवा पीढ़ी अपने गौरवशाली इतिहास से परिचित हो और महाराजा अग्रसेन जी के विचारों से प्रेरणा ले सके। उनकी समानता, सामाजिक सद्भाव, उद्यमशीलता, सेवा और परोपकार की भावना को वर्तमान पीढ़ी से जोड़ना इस आयोजन का प्रमुख उद्देश्य है। अग्रवाल समाज युवा एकता मंच एक सामाजिक एवं युवा कल्याण संस्था है। इसकी स्थापना रवि चमड़िया और गौरव जिंदल ने समाज को एकजुट करने तथा युवाओं को महाराजा अग्रसेन जी के आदर्शों से जोड़ने के उद्देश्य से की। मंच सेवा, संस्कार और एकता के मूल मंत्र के साथ शिक्षा, स्वास्थ्य, जरूरतमंदों की सहायता, सामाजिक जागरूकता और सांस्कृतिक गतिविधियों को प्रोत्साहित करता है। मंच का मानना है कि सांस्कृतिक आयोजन युवाओं को अपनी जड़ों से जोड़ने के साथ उनमें सामाजिक जिम्मेदारी और सेवा-भाव विकसित करने का प्रभावी माध्यम हैं।

श्री वैष्णव अग्रसेन गौशाला अग्रोहा में 30वें गोपाष्टमी महोत्सव पर होगा नानी बाई का मायरा

14 से 17 नवंबर तक चलेगा चार दिवसीय आयोजन, 14 से 16 नवंबर तक कीर्तिकिशोरी जी करेंगी नानी बाई का मायरा


कीर्ति किशोरी जी
श्रीधाम वृंदावन


सावित्री जिंदल
विधायिका, हिसार

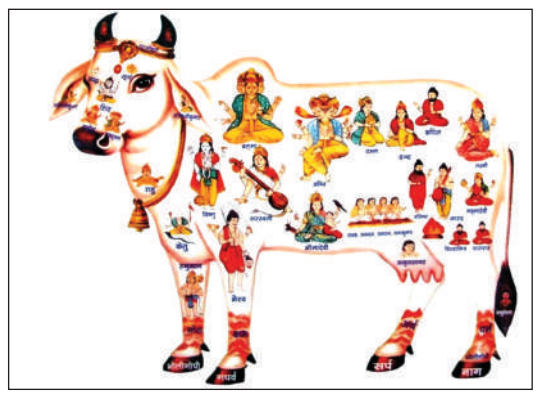

राजेन्द्र केडिया
अध्यक्ष


नंदकिशोर अग्रवाल
चेयरमैन, क्रिस्टल ग्रुप

नईदिल्ली/अग्रोहा (राष्ट्ररंग संवाददाता)। श्री वैष्णव अग्रसेन गौशाला अग्रोहा के प्रांगण में 30वां भव्य गोपाष्टमी गौ-पूजन महोत्सव 14 नवंबर से 17 नवंबर तक हर्षोल्लास के साथ मनाया जाएगा। गौशाला के अध्यक्ष राजेन्द्र केडिया ने बताया कि महोत्सव के तहत 14 से 16 नवंबर तक प्रतिदिन दोपहर 2 बजे से शाम 5 बजे तक कीर्तिकिशोरी जी द्वारा नानी बाई का मायरा प्रस्तुत किया जाएगा।

उन्होंने बताया कि मंगलवार, 17 नवंबर को प्रातः 7 बजे हवन-पूजन के साथ कार्यक्रम की शुरुआत होगी। इसके पश्चात गौ-पूजन, मंचीय कार्यक्रम एवं अतिथियों का सम्मान किया जाएगा। कार्यक्रम में सावित्री जिंदल, विधायक एवं चेयरपर्सन, जिंदल समूह का सानिध्य रहेगा। महावीर जिंदल एवं पुष्पा जिंदल अध्यक्षता करेंगे। मुख्य अतिथि के रूप में नंदकिशोर अग्रवाल, चेयरमैन, क्रिस्टल ग्रुप सहित अन्य गणमान्य अतिथि उपस्थित रहेंगे।

आयोजन में हिसार से आने वाले श्रद्धालुओं के लिए निःशुल्क बस सेवा भी उपलब्ध रहेगी। तीन दिवसीय कथा कार्यक्रम के दौरान प्रतिदिन भोजन प्रसाद की व्यवस्था रहेगी। वहीं, गोपाष्टमी पर्व पर दोपहर 1 बजे से विशाल भंडारे का आयोजन किया जाएगा।



गोपाष्टमी के पावन अवसर पर दिल्ली से सुप्रसिद्ध समाजसेवी एवं गौभक्त जी.डी. गोयल, डॉ. विरेन्द्र गर्ग, महाबीर प्रसाद गोयल, कुंज बिहारी सिंघल, राज कुमार गुप्ता, राजीव गुप्ता, किशोरी लाल गोयल, पवन सिंघल, राम बाबू सिंघल, रघुबीर गर्ग एवं नरेश गोयल सहित बड़ी संख्या में गौभक्तों के उपस्थित रहने की संभावना हैं। इसके अलावा दिल्ली, हिसार तथा हरियाणा के आसपास के क्षेत्रों से भी बड़ी संख्या में श्रद्धालु शामिल होंगे।

आयोजकों ने सभी श्रद्धालुओं से इस पावन महोत्सव में शामिल होकर गौ-पूजन का पुण्य लाभ प्राप्त करने की अपील की है।


This Diwali,
Light Up Your Future
with the Ultimate Symbol of Prosperity – Land.
MAGNA STAR
INDUSTRIAL & LOGISTICS PARK
Manafuli
Group
At Manafuli Group, we create value beyond land and concrete by transforming prime locations across West Bengal into thoughtfully planned, infrastructure-driven hubs for business and living.
Clear Title
Transparent Processes
Legal Assurance
Vaastu-compliant Plots
Flexible Payments
Customer Support
COME BUILD YOUR DREAM
Your trusted partner in securing high-appreciation, fully compliant land developments.
VISIT US
RESIDENTIAL PLOTS
amtala city
HARBOUR GREENS
INDUSTRIAL PLOTS
BURUL | AMTALA | BAGNAN | PAILAN | SINGUR
OUR PARTNERS
SQUARE MARK
SABERA
SHARANAM GROUP


BBIT
BUDGE BUDGE INSTITUTE OF TECHNOLOGY KOLKATA
সকলকে জানাই
শারদীয়ার আন্তরিক শুভেচ্ছা এবং কালীপুজো ও দীপাবলির আগাম শুভেচ্ছা।
সকলে ভালো থাকুন, সুস্থ থাকুন এবং আনন্দে কাটুক প্রতিটি মুহূর্ত।
From
Shri Jagannath Gupta
Chairman, BBIT
We are
NBA & NAAC Accredited
Our Courses :
M.Tech B.Tech
MBA | Diploma
BBA | BCA
B.Tech in AI – DS
NEW
825+
Placement Drives
22 LPA
Highest Package Offered
3584+
Job Offered
327+
Top Notch Companies
Call for Admission
+91 9836888444


MDJ
MAHABIR DANWAR
JEWELLERS
SINCE 1970
Dhanteras Utsav
0%
Upto ZERO Percent on Making Charges
and ZERO Percent Deduction on Old Gold Exchange
• Lucky Draw Coupon on Purchase Above Rs 10000*
• Old Gold Exchange*
• Lock Your Gold Rate for Dhanteras*
• Gold and Silver Coins Available*
*T&C APPLY
23rd Oct to 6th Nov | Open on All Days Till Dhanteras
KOLKATA:
City Centre I, Salt Lake: 62921 26010, Park Street: 80170 77774 (Parking Available),
Burra Bazar: 62921 26025
NEW DELHI:
City Centre Mall, Rohini: 70653 95945

होम्योपैथी से अस्थमा का इलाज



डॉ. बी.एन. राय
बी.एच.एम.एस. (कोलकाता)
मेडिकल ऑफिसर (एस.एच.)
गवर्मेंट ऑफ वेस्ट बंगाल
मो. : 9830120167
E-mail:drbijendranrai3@gmail.com

अस्थमा पूरे विश्व भर में एक सामान्य बीमारी है, जो कि जानलेवा भी हो सकती है। ऐसे में होमियोपैथी उपचार लाभकारी होता है। यह अस्थमा के उपचार के लिए उपयोगी सिद्ध हुआ है, जो कि शरीर की प्राकृतिक तौर पर अपने आप ठीक होने की प्रवृति को बढाता है।

होमियोपैथिक औषधियां- होमियोपैथी उपचार लेने से भविष्य में होनेवाले अस्थमा की बारंबारता और तीव्रता घट जाती है। अस्थमा के उपचार के लिए उपयोग में आनेवाली औषधियों में से अर्सेनिकम अलबम (अर्सेनिकम), हाऊस डस्ट माईट स्पोंजिआ (रोस्टेड स्पंज), लोबेलिआ (भारतीय तंबाकू), सेमबकस नाइग्रा (एल्डर), इपेकक्युआन्हा (इपेकाक रूट), एंटीमोनियम टेर्टारिकम (टार्टर एमेटिक), चामोमिल्ला (चामोमिल्ले), ब्रायोनिआ (व्हाईट ब्रायोनी), काली बायक्रोमिकम (बायक्रोमेट ऑफ़ पोटाश), नक्स वोमिका (पोइज़न नट) जैसी दवाईयां बेहद असरकारक होती हैं।



सावधानी- अस्थमा एक गम्भीर बीमारी है, जिसे एक प्रशिक्षित होमियोपैथिक चिकित्सक की देखरेख में ही ठीक किया जा सकता है। अत: खुद से होमियोपैथी उपचार न करें, किसी होमियोपैथिक चिकित्सक से परामर्श अवश्य लें।

माइग्रेन और मासिक धर्म की पीड़ा को कम करती है अदरक

अदरक माइग्रेन (सिरदर्द) में राहत दे सकती है। ईरान में किए गए और फाइटोथैरेपी रिसर्च जर्नल में प्रकाशित एक अध्ययन में पाया गया कि माइग्रेन के लक्षणों के उपचार में अदरक पाउडर माइग्रेन की आम दवा सुमाट्रिप्टन जितना ही असरदार है।

क्लीनिकल ट्रायल में तीव्र लक्षणों वाले 100 माइग्रेन पीड़ितों में से कुछ को सुमाट्रिप्टन दिया गया और बाकियों को अदरक पाउडर। शोध में पाया गया कि दोनों की प्रभावक्षमता एक जैसी थी और अदरक पाउडर के दुष्प्रभाव सुमाट्रिप्टन के मुकाबले बहुत कम थे। इससे यह पता चलता है कि यह माइग्रेन का अधिक सुरक्षित उपचार है। माइग्रेन का हमला शुरू होते ही अदरक की चाय पीने से प्रोस्टेग्लैंडिन दब जाते हैं और असहनीय दर्द में राहत मिलती है। इससे माइग्रेन से जुड़ी उबकाई और चक्कर की समस्याएं भी नहीं होतीं। अदरक डिस्मेनोरिया (पीड़ादायक मासिक धर्म) से जुड़े दर्द को भी काफी कम करने में मददगार है। ईरान में किए गए एक शोध में 70 महिला विद्यार्थियों को दो समूहों में बांटा गया। एक समूह को अदरक के कैप्सूल और दूसरे को एक प्लेसबो दिया गया। दोनों को उनके मासिक चक्र के पहले तीन दिनों तक ये चीजें दी गईं।



शोधकर्ताओं ने पाया कि अदरक के कैप्सूल लेने वाली 82-85 फीसदी महिलाओं ने दर्द के लक्षणों में सुधार बताया जबकि प्लेसबो से सिर्फ 47-50 फीसदी महिलाओं को ही राहत मिली।

बहुत सी संस्कृतियों में जलन के उपचार के लिए त्वचा पर ताजे अदरक का रस भी डालने की परंपरा है और अदरक का तेल जोड़ों तथा पीठ के दर्द में काफी असरकारी पाया गया है।

फिट रहना है तो अपनाएं ये टिप्स

आम तौर पर यह बात सभी जानते है कि सेहत को स्वस्थ रखना अपने हाथों में होता है और अच्छी सेहत व फिटनेस पाने के लिए हमेंशा कुछ खास आदतों का ख्याल भी रखना पड़ता है। अगर इन आदतों को अपना लिया जाए तो आप खुद को चुस्त दुरुस्त बना सकते है। आइए जानते है वे कौन-कौन सी बातें है -

नींद का रखें ख्याल : अच्छी सेहत पाने के लिए इस बात का हमेंशा ध्यान रखें कि नींद पूरी लें। क्योंकि नींद का ही आपकी सेहत पर सबसे पहला प्रभाव पड़ता है। इसलिए अगर आपकी नींद पूरी नहीं होगी तो आपकी सेहत बिगड़ सकती है। नींद पूरी ना होने पर या कम नींद लेने पर इसका सीधा असर हमारे मेटाबॉलिज्म, मूड, एकाग्रता व याद्दाश्त पर भी पड़ता है। पर्याप्त नींद लेने से आपके शरीर में एनर्जी बनी रहती है और नई ऊर्जा का संचार होता है। इसलिए भरपूर नींद लें। यह आदत आपकी सेहत को स्वस्थ बनाने में सहायक होती है।

व्यायाम कभी न भूलें : आप अच्छी सेहत और फिटनेस पाने के लिए व्यायाम करना कभी ना भूलें क्योंकि रोजाना व्यायाम करने से आपका शरीर भी फिट रहेगा और चुस्ती-फुर्ती भी बनी रहेगी। इस बात का हमेंशा ध्यान रखें कि आपको फिट व हेल्दी बनाए रखने में व्यायाम की अहम भूमिका होती है। इसलिए रोजाना अगर ज्यादा कसरत नहीं हो पाए तो कम से कम 20 मिनट सैर जरूर करें। ऐसा करने से आपका शरीर फिट बना रहेगा।

ठूस-ठूस कर न खाएं : कई लोगों का यह मानना है कि ज्यादा खाना खाने से ही अच्छी सेहत मिलती है इसलिए आपने अक्सर ऐसे कई लोगो को देखा होगा कि पेट भर जाने के बाद भी खाना नहीं छोड़ते क्योंकि उन्हें लगता है कि सिर्फ ज्यादा खाने से ही अच्छी सेहत



मिलती है पर ऐसा नहीं होता है। अधिक खाना खाने से आपकी सेहत भी खराब हो सकती है। इसलिए कभ भी भरपेट न खाएं, पेट में हमेशा कुछ जगह खाली छोड़ें।

ब्रेकफास्ट है जरूरी : सुबह का नाश्ता हर रोज करें क्योंकि ऐसा पुरे दिन आपके शरीर में एनर्जी बनी रहेगीं। यदि आपको ब्रेकफास्ट में टोस्ट, या परांठा खाना पसंद नहीं है तो एक गिलास फलों का या गाजर व टमाटर का जूस लें और साथ में हल्का स्नैक्स। ब्रेकफास्ट न करना सेहत के लिए हानिकारक होता है। ऐसा करने से आप अच्छी सेहत पा सकते है और साथ ही अपने शरीर को भी फिट रख सकते है।

शरीर के लिए अमृत है लहसुन



खाने का स्वाद बढ़ाने के लिए इस्तेमाल किया जाने वाला लहसुन आपकी सेहत के लिए भी फायदेमंद होता है। अगर आप रोजाना खाली पेट लहसुन की एक कली खाते हैं तो यह शरीर के लिए किसी अमृत से कम नहीं है। लहसुन में एंटी-बायोटिक, एंटी-बैक्टीरियल और दर्दनिवारक गुण पाये जाते हैं। इसका सेवन न केवल ब्लड सर्कुलेशन को नियमित करता है, बल्कि दिल से संबंधित समस्याओं को भी दूर करता है। इसके अलावा लहसुन पेट संबंधी समस्याओं के लिए काफी फायदेमंद होता है क्योंकि इससे पेट में मौजूद विषाक्त पदार्थ बाहर निकल जाते हैं।

बेहद गुणकारी है अंजीर

अंजीर एक स्वादिष्ट और सेहत के लिए गुणकारी फल है, जिसे सुखाकर हम मेवे के रूप में इस्तेमाल करते है। इसमें आयरन काफी मात्रा में होता है।



साथ ही यह प्रोटीन, फैट, फाइबर, कैल्शियम, फॉस्फोरस, आयरन का बहुत अच्छा स्रोत है। अंजीर खाने से कब्ज दूर हो जाती है। गैस और एसीडिटी से भी राहत मिलती है। अंजीर में एंटी-ऑक्सडेंट गुण भी पाये जाते है जो शरीर से फ्री-रेडिकल्स को दूर करने में मदद करता है।

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।

अवसाद के इलाज में कारगर है जादुई मशरूम



एक नए शोध में दावा किया गया है कि सिलोकाइबिन मशरूम यानी जादुई मशरूम बेहद प्रभावी ढंग से अवसाद का इलाज कर सकती है। यह जादुई मशरूम इस बीमारी से परेशान मरीजों के मस्तिष्क के प्रमुख तंत्र की गतिविधि को फिर से शुरू कर सकने में सक्षम है। ब्रिटेन के इंपीरियल कॉलेज लंदन के शोधकर्ताओं ने अवसाद से पीड़ित कुछ मरीजों के इलाज के लिए सिलोकाइबिन (मशरूम में पाया जाने वाला मनसक्रिय पदार्थ) का प्रयोग किया। ये वैसे मरीज थे जिनका इलाज पारंपरिक उपचार के जरिए सफल नहीं हो पाया था। उन्होंने पाया कि इलाज के कई हफ्तों बाद, सिलोकाइबिन लेने वाले मरीजों में बीमारी के लक्षण कम होने लगे। यह शोध साइंटिफिक रिपोर्ट्स पत्रिका में प्रकाशित हुआ है।

कैंसर से भी बचाए अखरोट

अखरोट शरीर के लिए बहुत फायदेमंद होता है और इसमें कई गंभीर बीमारियों से लड़ने की क्षमता होती है। नियमित रूप से एक अखरोट का



सेवन करने से एनर्जी का स्तर बना रहता है और यह आपके शरीर को कैंसर जैसी घातक बीमारियों से लड़ने में मदद करता है। साथ ही साथ यह मेटाबॉलिज्म को दुरूस्त रहता है। अखरोट को ब्रेन फूड भी कहा जाता हैं क्योंकि इसके सेवन से दिमाग को ऊर्जा मिलती है।

दिल की बीमारियों में भी लाभकारी छुआरा

पौष्टिकता से भरपूर छुआरे का सेवन वैसे तो सालभर किया जाता है लेकिन गर्म तासीर के कारण सर्दियों में इसकी उपयोगिता बढ़ जाती है। छुहारे के सेवन से फेफड़े और सीने को शक्ति मिलती है और सांसों के रोग में लाभ होता है।



साथ ही दिल को शक्ति प्रदान करने वाला छुहारा शरीर में रक्त की वृद्धि करता है। इसके अलावा खजूर न केवल अस्थमा के रोगियों के लिए गुणकारी है बल्कि लकवा और सीने के दर्द की शिकायत को दूर करने में भी सहायता करता है।

शुगर को नियंत्रित रखता है नीम

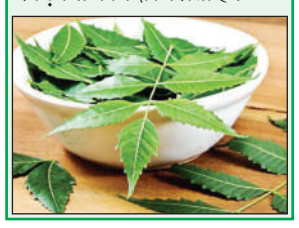
नीम डायबिटिज रोगियों के लिए काफी फायदेमंद है। बालों में रूसी को भी नीम का पत्ता खत्म करता है। जानिए फायदे-

1- नीम डायबिटिज रोगियों के लिए काफी फायदेमंद है। यह शुगर को नियंत्रित करता है। नीम के पत्ते को खाने से डायबिटिज रोगियों को लाभ मिलता है।

2- नीम का पत्ता पेट के कीड़ों का भी मारता है। खाली पेट नीम के पत्तों को चबाने से पेट की कीड़े मरते हैं और इस समस्या राहत मिलती है।

3-नीम के पत्ते में फंगसरोधी और जीवाणुरोधी गुण पाए जाते हैं। यह रूसी के उपचार और सिर की त्वचा को ठीक रखने में काफी मदद करते हैं। नीम के पत्तों को पानी में उबाल कर इस्तेमाल करने से रूसी ठीक होता है।

4- मसूड़ों की बीमारियों में भी नीम फायदेमंद होता है। यह मसूड़ों के सूजन को खत्म करता है। मुंह से आने वाली बास को भी मारता है। नीम के पत्तों का रस मसूड़ों पर रगड़ने से फायदा मिलता है।



बड़े काम का है काला नमक

हमारे किचन में ही बहुत सी ऐसी चीजें मौजूद रहती हैं जिनके उपयोग से हम खुद को स्वस्थ्य रख सकते हैं। ऐसी ही एक बेहद उपयोगी चीज है काला नमक। काले नमक में 80 प्रकार के खनिज और बहुत से ऐसे प्राकृतिक तत्व होते हैं जो हमारे शरीर के लिए जरूरी हैं। आईए जानते हैं काले नमक के कुछ फायदे-

जोड़ों के दर्द में उपयोगी

काले नमक के प्रयोग से जोड़ों का दर्द भी ठीक हो सकता है। दरअसल मांसपेशियों के दर्द और जोड़ों के दर्द में काला नमक की सिंकाई से आराम मिलता है। सिंकाई के दौरान काला नमक में मौजूद तत्व जोड़ों के पोर में पहुंचकर दर्द में आराम दिलाते हैं। इसके लिए एक कपड़े में थोड़ा सा काला नमक बांध लें और उसकी पोटली बना लें। अब तवा या पैन को गरम कर पोटली को गरम कर लें और दर्द वाली जगह पर सिंकाई करें। दिन में दो बार सिंकाई करने से इस तरह के दर्द में तुरंत राहत मिलती है।



अपच को ठीक करता है

पेट की तमाम समस्याओं को काला नमक आसानी से ठीक कर देता है। काला नमक पेट में हाइड्रोक्लोरिक एसिड और प्रोटीन को डाइजेस्ट करने वाले एन्जाइम को बढ़ाने में मदद करता है। पेट की समस्या जैसे अपच, कब्ज, एसिडिटी और गैस में एक गिलास पानी में एक नींबू का रस और काला नमक मिलाकर पीने से राहत मिलती है।

वजन घटाता है काला नमक

काले नमक के प्रयोग से वजन भी घटता है। वजन कम करने के लिए एक ग्लास पानी में एक नींबू निचोड़ लें और स्वाद अनुसार काला नमक मिला लें और इसे पियें। काला नमक शरीर में वसा को एकत्रित होने से रोकता है। गर्मियों में प्यास लगने पर आप दिन में तीन-चार बार इसका प्रयोग कर सकते हैं।

डायबिटीज में भी है लाभकारी

काले नमक में सोडियम की मात्रा कम होती है और ये ब्लड शुगर को भी नियंत्रित करता है। डायबिटीज मरीजों के लिए सफेद नमक से बेहतर काला नमक का प्रयोग है। डायबिटीज अगर शुरुआती स्तर पर है तो काले नमक के प्रयोग से ये ठीक भी हो जाती है। सोडियम की मात्रा कम होने से काले नमक के प्रयोग से दिल और गुर्दे के रोगों से भी संभावना भी घटती है।

भूख बढ़ाता है काला नमक

काले नमक के प्रयोग से आपकी भूख बढ़ती है क्योंकि आप जो कुछ खाते हैं वो आसानी से और जल्दी से पच जाता है इसलिए शरीर ऊर्जा का बेहतर इस्तेमाल कर पाता है। अगर आपको कम भूख लगती है या सामान्य तौर पर भी आप काला नमक को सलाद, दही, छाछ, नींबू-पानी आदि के साथ प्रयोग कर सकते हैं। इससे आपकी सेहत भी अच्छी रहेगी और शरीर में सोडियम की मात्रा भी नहीं बढ़ेगी।

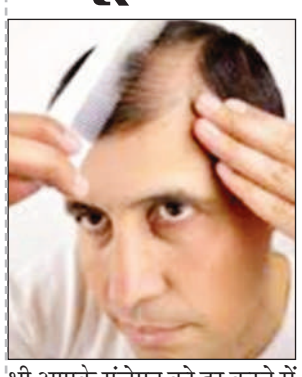
गंजेपन का घरेलू इलाज

यदि आप गंजेपन से छुटकारा पाना चाहते हैं तो घरेलू इलाज का सहारा लें। ये इलाज बहुत ही आसान हैं। जिन्हें करके आप अपने गंजेपन की समस्या को दूर कर सकते हैं।

मेथी और दही : मेथी और दही को मिलाकर उपयोग करने से गंजेपन की समस्या दूर हो जाती है। इसके लिए सबसे पहले मेथी को कम से कम 12 घंटे तक पानी में डुबोकर रख दें। इसके बाद उसे अच्छी तरह से पीस लें। फिर इसमें दही मिलाकर पेस्ट तैयार कर लें।

अब इस पेस्ट को अपने बालों की जड़ों पर लगाएं और लगभग 1 घंटे तक इसे लगा रहने दें फिर धो लें। ऐसा करने से धीरे-धीरे आपके सिर पर बाल उगने शुरू हो जाएंगे। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि मेथी और दही में निकोटिनिक एसिड और प्रोटीन बहुत ही अच्छी मात्रा में होता है जो कि बालों की जड़ों में पहुंचकर उन्हें पोषित करता है। जिससे बालों की ग्रोथ बढ़ने लगती है और कुछ ही दिनों में आप अपने बालों को देख सकते हैं।

उड़द की दाल : उड़द की दाल



भी आपके गंजेपन को दूर करने में मदद करती है। माना जाता है कि दालों के भीतर कई प्रकार के पोषक तत्व होते हैं जो आपके शरीर और आपके बालों को स्वस्थ रखते हैं। उड़द की दाल का प्रयोग करने के लिए उसे उबालकर पीस लेना है। ध्यान रहे इस दाल के छिलके को निकाल लेना है और रात को सोने से पहले इसको लेप की तरह अपने बालों पर लगाना है। रात भर इसी तरह इसे लगा रहने दें। आपके कपड़े खराब न हों इसके लिए इसे किसी तौलिए से ढक लें। ऐसा हफ्ते में चार से पांच बार करने से गंजेपन की समस्या दूर हो जाती है और बालों का झड़ना भी कम हो जाता है।

मुलेठी से पाएं दमकती त्वचा और लंबे बाल

आर्युवेद में कई ऐसी चीजें मौजूद हैं, जो आपकी खूबसूरती को बढ़ाने में किसी जादू की तरह काम करती है। ये चीजें ना सिर्फ नैचुरल और सेफ होती हैं, बल्कि ये काफी असरदार भी होती हैं। आर्युवेद की ऐसी ही एक देन है मुलेठी। मुलेठी एक तरह का पौधा होता है जिसकी जड़ों में पोटैशियम, प्रोटीन, फास्फोरस, विटामिन्स और एसेंशिअल ऑयल्स मौजूद होते हैं। ये स्किन और बालों के लिए काफी फायदेमंद होते हैं। जानिए कैसे करें मुलेठी का इस्तेमाल और इसके क्या-क्या फायदे हैं-

डैंड्रफ के लिए- डैंड्रफ ने आपको परेशान कर रखा है तो अब इससे हमेशा के लिए राहत पाएं मुलेठी से। इसके लिए 2-3 चम्मच मुलेठी पाउडर लें। इसमें 2 चम्मच नींबू का रस, 1 चम्मच नीम पाउडर और एक चौथाई कप दही मिलाकर पेस्ट बनाएं। इसे अपनी बालों की जड़ों पर अच्छी तरह लगाएं और



सूखने पर गुनगुने पानी से धो लें।

लंबे बालों के लिए- हफ्ते में एक बार 3-4 चम्मच मुलेठी पाउडर, 2 चम्मच शिकाकाई पाउडर और सरसों तेल की कुछ बूंदे मिलाकर पेस्ट तैयार करें। इस पेस्ट को आप उंगुलियों की मदद से अपनी बालों की जड़ों पर अच्छी तरह लगाएं। आधे घंटे बाद इसे धो लें। कुछ हफ्तों तक ऐसा नियमित रूप से करें और जल्द ही पाएं लंबे और खूबसूरत बाल।

गोरी रंगत के लिए- मुलेठी आपकी रंगत निखारने का लाजवाब तरीका है। इसके लिए 2 चम्मच मुलेठी पाउडर में 3-4 बूंदे नींबू का रस, 1 चम्मच चंदन पाउडर और टमाटर का गूदा मिलाकर पेस्ट तैयार करें। इसे अपने चेहरे और गर्दन पर लगाएं। 15-20 मिनट बाद धो लें।

पिंपल्स और दाग- धब्बों के लिए- अगर आपको पिंपल्स की परेशानी हो या चेहरे पर दाग-धब्बे मौजूद हो, तो मुलेठी का इस्तेमाल करें। इसके लिए 1 चम्मच मुलेठी पाउडर में 1 चम्मच शहद मिलाकर अपने प्रॉब्लम एरिया पर लगाएं। सूखने पर इसे धो लें। हर दूसरे दिन ऐसा करें।

ग्लोइंग स्किन के लिए- ग्लोइंग स्किन के लिए 1 चम्मच मुलेठी पाउडर में, 1 चम्मच गुलाब जल और ओटमील (अगर ऑयली स्किन है) या दूध (अगर ड्राय स्किन है) मिलाकर पेस्ट बनाएं। इसे अपने चेहरे पर लगाएं और सूखने पर अच्छी तरह धो लें। हफ्ते में ऐसा 2 बार करें।

जानिए धनिया खाने के सात फायदे

धनिया के पत्ते कई बीमारियों को दूर करते हैं। इसमें पाए जाने वाला विटामिन ए,सी की मात्रा आपके शरीर में रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने का काम करती है। आयुर्वेद चिकित्सक कहते हैं कि हमें धनिया के पत्ते जमकर खाने चाहिए। आईए जानते हैं धनिया के सात फायदे- धनिया के पत्ते गैस से छुटकारा दिलाने में सहायता करते है। - जाड़े में खाना की मात्रा अधिक होने पर दस्त की शिकायत बढ़ने लगती है। ऐसे में धनिया की चटनी व सलाद पेट को राहत पहुंचाती है। - पानी का सेवन कम होने के पेशाब की समस्या बढ़ जाती है। ऐसी स्थिति में धनिया के पत्ते, चटनी, सूखी धनिया का किसी भी रुप में इस्तेमाल करने पर पेशाब मार्ग दुरुस्त रहता है। - इसमें विटामिन ए और सी की अच्छी मात्रा पाई जाती है, जो की हमारे शरीर में रोग प्रतिरोधी क्षमता को मजबूत करते हैं। नियमित सेवन से वायरल बीमारी सर्दी-खांसी से छुटकारा मिलता है। - धनिया में विटामिन सी की अधिक मात्रा होने की वजह से गठिया



मरीजों को लाभ मिलता है। सूखी धनिया का पाउडर लगातार इस्तेमाल करना चाहिए। - डायबिटीज के मरीजों के लिए धनिया काफी फायदेमंद होता है। यह खून में इंसुलिन की मात्रा को नियमित करता है। - चक्कर आने की शिकायत अधिक है तो आंवले के साथ इसका उपयोग करने पर आपको काफी राहत मिलेगा।

हार्ट अटैक से बचाता है मक्खन, इन कारणों से खाएं बटर

बटर यानी मक्खन एक ऐसी चीज है जो आपके खाने का स्वाद बदल देता है। इसकी सबसे बड़ी खासियत है कि यह लोगों का वजन बढ़कर उन्हें सेहतमंद बनाता है। लेकिन कुछ लोगों को यह भी शिकायत रहती है कि बटर से मोटापा बढ़ता है और हार्ट की समस्याएं होने का खतरा भी रहता है। लेकिन हकीकत यह है कि यदि सीमित मात्रा में इसे खाया जाए तो यह सेहत के लिए बहुत ही फायदेमंद होता है। जानें वो कारण जिसकी वजह से खाना चाहिए बटर-

- बटर में वसा का मुख्य सोर्स है और इसमें विटामिन ए, ई और के2 भी काफी मात्रा में पाया जाता है। यदि आपको अपने शरीर में इन विटामिन्स की कमी नहीं होने देना तो बटर जरूर खाएं।

- मक्खन में सैचुरैटेड फैट भी काफी ज्यादा मात्रा में पाया जाता है। एक रिपोर्ट में कहा गया है कि सैचुरेटेड फैट सेहत के लिए नुकसानदेह होता है ऐसा कभी भी साबित नहीं हो पाया। बताया जा रहा है कि सैचुरेटेड फैट से एचडीएल



नाम का कोलेस्ट्राल बढ़ता है जो कि हानिकारक कोलेस्ट्रॉल तोड़कर अच्छे कोलेस्ट्रॉल में बदलता है।

- प्रोसेस्ड और ट्रांसफैट के मुकाबले बटर काफी अच्छा माना गया है। क्योंकि ट्रांसफैट हानिकारक होता है। एक रिसर्च में कहा गया है कि मार्गारीन नाम फैट से हार्ट अटैक की समस्या होती है जबकि बटर सेहत के लिए फिट है।

- बटर फैटी एसिड बुटीरेट का मुख्य सोर्स है जो कि एक बैक्टीरिया द्वारा बनता है। यही एसिड वह तत्व है जो फाइबर को सेहत के लिए लाभप्रद बनाता है। कई बार यह भी देखने को मिला है यह मोटापा घटाने का भी काम करता है।

-मक्खन में मौजूद Conjugated Linoleic Acid नाम का अम्ल बॉडी के मेटाबोलिज्म को नियंत्रित रखने में मददगार साबित होता है। इससे वेट लॉस में भी मदद मिलती है।

- बटर से मोटापा बढ़ने का खतरा सबसे कम होता है। बहुत से डॉक्टर बटर खाने की सलाह भी देते हैं। एक शोध में कहा गया है कि बटर से मोटापे का किसी प्रकार का खतरा नहीं होता। - बटर खाने को स्वादिष्ट बनाता है।



Chandravadan R. Gandhi
Parag Gandhi

Sailesh R,Gandhi
(Govt. Appointed Valuer)
Director

Rasiklal & Bros.

Enterprise Pvt. Ltd.

Paras

(Unit of : Rasiklal & Brothers Enterprise pvt. Ltd.)

Gems • Diamonds • Semi Precious Stones

LUCKY GRAHA RATNAS

Sun	Ruby	Loft ideals
Moon	Pearl	Happiness
Mars	Coral	Good Health
Mercury	Emerald	Nobility
Venus	Sapphire (W or y)	Prosperity
Saturn	Diamond	Vigour
Dragon's Head	Blue - Sapphire	Success
Dragon's Tail	Cat's Eye	Peace-Brain

Working Hours : 10.00 A M. TO 6.30 P M. (Saturday 10.00 A M. TO 4.30 P.M.

80, Manohardas Street, Sonapatti, Kolkata-700 007, Ph.: 2256 2619, Mob.: 9830903969
50. Manohardas Street, Sonapatti, Kolkata-700 007, Ph.: 2256 2604, Mob.: 9830427277

LIGHTING THE WAY TO A
BRIGHTER TOMORROW

This Diwali, may the light of knowledge,
innovation and learning illuminate every journey
and inspire a brighter future.

HAPPY
DIWALI



M.C. Kejriwal Vidyapeeth | MCKV Institute of Engineering | Madhusthali Vidyapeeth
Madhusthali Institute of Teacher | Madhusthali Institute of Paramedical Sciences | MCKV Health & Medicare Pvt. Ltd.

MCKV GROUP OF INSTITUTIONS

Laxmi Niketan, 1st Floor, 243, G.T. Road (North) | Liluah, Howrah - 711204
mckvgroup@mckv.edu.in www.mckvgroup.org +91 33 2654 8604/05

HAPPY DHANTERAS & DIWALI

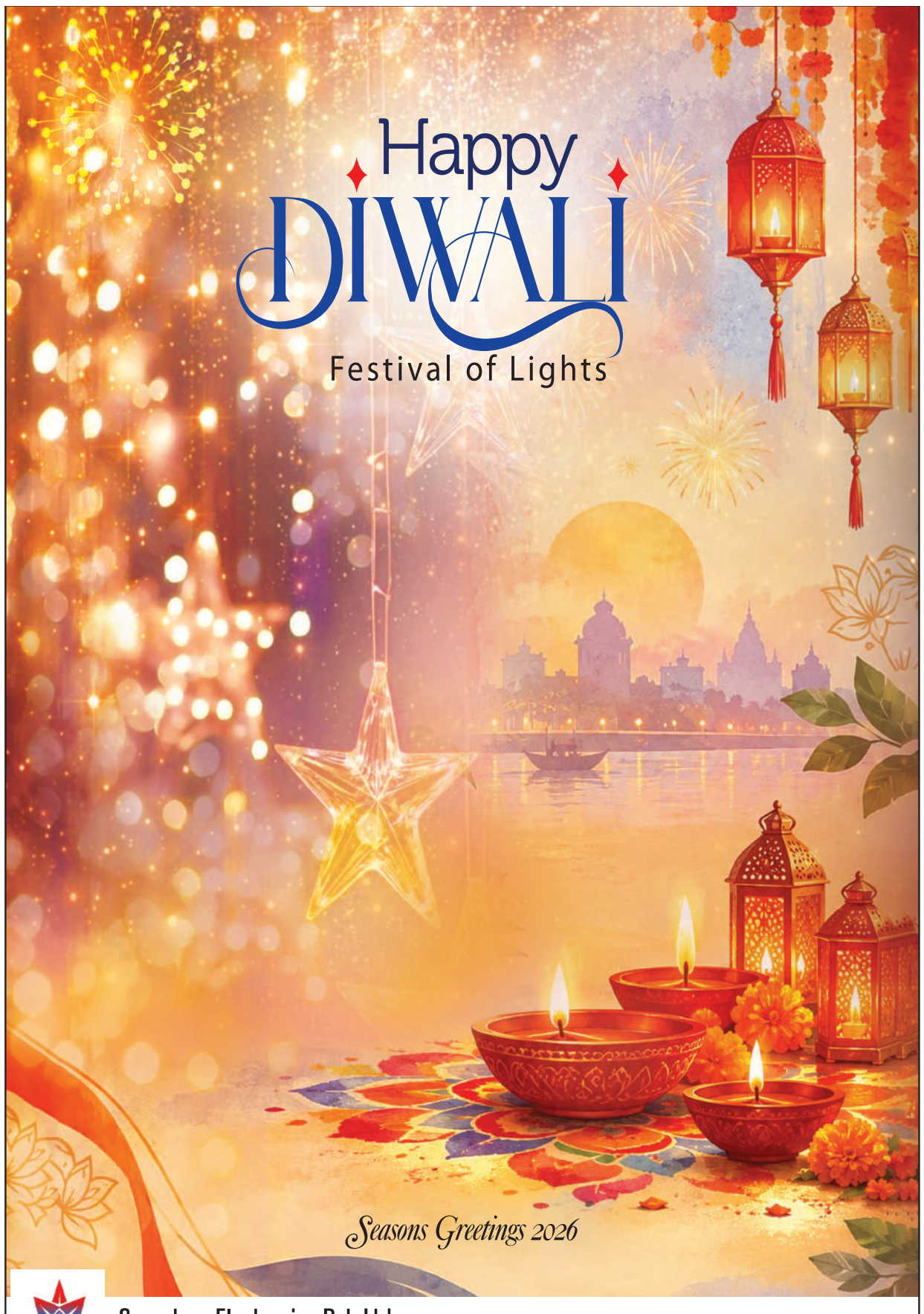
Anjali

Steel House

Mixer, Cooker, Tawa-Kadai, Sauce Pan
Steel Utensils, Home Appliances Etc. & Repairing

BOROSIL® KITCHEN ESSENTIALS® Rasoi ka makeover

Sanjay Kapoor
Ganesh Market, 46 M.A. Azad Road
Howrah-711101 # 9830352344



Supertron Electronics Pvt. Ltd.
"Supertron House", 2, Cooper Lane, Kolkata- 700 001, Ph: 03340371000, frontdesk@supertronindia.com, www.supertronindia.com

SARAOGI UDYOG GROUP OF COMPANIES
INITIATIVE
e-went

SMARTNESS IN
Every Kilometre



Scan here to visit our website:

foxy
Top Speed: 60km/h
Boot Space: 36L

BOOK A TEST RIDE : 82768 27776

ISO
9001

NCB

The largest variety in the finest Diamond & 22/22k Gold Jewellery

Nemichand Bamalwa & Sons
Jewellers

16A, Shakespeare Sarani,
Kolkata - 700 071
Phone : 2282 3386

190A, Manicktalla Main Road,
Kolkata - 700 054
Phone : 2364 8085/86

www.bamalwa.com

Diamond Jewellery & Solitaires • Polki • Gold • Astrological Gemstones

Pioneers in India in retail business for 22/22K Gold Jewellery

Dhanteras
मतलब
RCP
RAMESH CHANDRA PAREKH
JEWELLERS SINCE 1957

आपके साथ हर बार
We are open all days till DIWALI

LATEST FESTIVE COLLECTION OF
GOLD • DIAMOND • POLKI JEWELLERY



HO 19, SYNAGOGUE STREET, BRABOURNE ROAD, BURRA BAZAR, KOLKATA 700 001, P : 033 2210 1585 / 4055 0000
BO 3-B, UPPERWOOD ST., SHAKESPEARE SARANI RD, CAMAC ST., KOLKATA 700 017, P : 033 4060 4006

CAR PARKING AVAILABLE

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 पूर्णत: 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. WBHIN/2016/70662, POSTAL REGN. NO. WB/HWH/087/2026-2028
प्रेरणास्रोत: स्व. श्री पुरुषोत्तम तिवारी, सम्पादक: आरती तिवारी, सलाहकार संपादक: तारकेश्वर मिश्र, प्रबंधक संतोष तिवारी, कोलकाता सिटी ऑफिस : 77, एन एस रोड, चतुर्थ तल्ला, कमरा नंबर - एस 16, कोलकाता - 700001. फोन: 9339153162, E-Mail : rashtrarang@gmail.com, दिल्ली कार्यालय : 9818361746