श्रमसाधना

श्रम की शक्ति, राष्ट्र की प्रगति

हम बनेंगे आपकी आवाज
स्कैन करें और चैनल से जुड़े

shramsadhnagwl@gmail.com

www.shramsadhnanews.com

साप्ताहिक

RNI रजि. क्र. 45334/74

वर्ष : 52, अंक : 44 ग्वालियर, रविवार 01 नवम्बर 2026
विक्रम संवत् 2083 पृष्ठ 12, मूल्य 1 रुपया

डाक पंजीयन
डाक L-2-13/समा.पत्र/पं. 40020250/22-23

बसपा कार्यकर्ता बैठक एवं कैडर कार्यक्रम आयोजित किया जा रहा है

ग्वालियर। मा. बहन जी के जन्मदिन पर जनकल्याणकारी कार्यक्रम के तहत ग्वालियर में बसपा कार्यकर्ता बैठक एवं कैडर कार्यक्रम आयोजित किया जा रहा है।

दिनांक = 02 नवंबर 2026, सोमवार

समय = सुबह 11 बजे से शाम 4 बजे तक

स्थान = मानस भवन, फूलबाग, ग्वालियर (म.प्र.)

मुख्य अतिथि = मा. सुरेश राव जी (केंद्रीय सेक्टर प्रभारी बसपा)

विशिष्ट अतिथि = मा. दिलीप बौद्ध जी (मुख्य जोन प्रभारी ग्वालियर एवं रीवा) , मा. सुनील बघेल जी, मा. गंभीर सिंह नरवरिया जी, मा. भीमसेन पहाड़िया जी, मा. मनीष कतरोलिया जी, मा. सतीश मंडेलिया जी एवं मा. वीरसिंह जाटव जी।

अध्यक्षता= मा. हाकिम सिंह राजोरिया जी, जिलाध्यक्ष बसपा, ग्वालियर।

समस्त जिलाकमेटी, विधानसभा कमेटी, सेक्टर कमेटी पदाधिकारियों एवं बसपा में आस्था एवं विश्वास रखने वाले कार्यकर्ताओं की उपस्थिति प्रार्थनीय एवं अपेक्षित है।

माँ नर्मदा के आशीर्वाद से समृद्ध है मंडला की धरती, कृषि एवं सहायक गतिविधियों में अपार संभावनाएं : मुख्यमंत्री डॉ. यादव

भोपाल, जीएनएस।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने बलराम कृषि महोत्सव पर मंडला जिले के किसानों से वर्चुअली संवाद कर उनकी सफलता की कहानियां सुनीं और खेती-किसानी के साथ कृषि आधारित अन्य कार्यों को करने के लिए प्रोत्साहित किया। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि किसान प्रदेश की अर्थव्यवस्था की रीढ़ हैं और उनकी मेहनत एवं समर्पण से ही प्रदेश कृषि के क्षेत्र में निरंतर आगे बढ़ रहा है।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने राष्ट्रीय एकता दिवस के अवसर पर सरदार वल्लभभाई पटेल के योगदान का स्मरण करते हुए सभी को शुभकामनाएं दीं। उन्होंने कहा कि मंडला भगवान परशुराम एवं अन्य ऋषि-मुनियों की तपोभूमि होने के साथ ही राजा शंकरशाह, कुंवर रघुनाथ शाह और वीरांगना रानी दुर्गावती के शौर्य एवं पराक्रम की धरती है। माँ नर्मदा का आशीर्वाद जिले को प्राप्त है। यहाँ की प्राकृतिक संपदा और उपजाऊ भूमि जिले को समृद्ध बनाती है। मंडला में धान, अरहर, उड़द, सोयाबीन, मक्का और कोदो-कुटकी जैसी फसलों का

कोदो-कुटकी उत्पादन करने वाले किसानों को मिले प्रोत्साहन से सिंचाई का रकबा 90 हजार हैक्टेयर तक पहुंचा

अच्छा उत्पादन होता है।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि सरकार कोदो-कुटकी जैसे पारंपरिक श्रीअन्न के उत्पादन एवं खरीदी को प्रोत्साहित कर रही है। वीरांगना रानी दुर्गावती श्रीअन्न योजना अंतर्गत मंडला जिले के 424 किसानों को लगभग 51 लाख रुपये की राशि प्रदान की गई है। मंडला जिले में 17 लाख किसानों को कोदो-कुटकी उत्पादन पर बोनस का लाभ मिला है। सरकार इन उत्पादों को बाजार उपलब्ध कराने और किसानों को उनकी उपज का बेहतर मूल्य दिलाने के लिए भी निरंतर प्रयास कर रही है।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि मंडला जिले में सिंचाई सुविधाओं का विस्तार हुआ है और सिंचित रकबा बढ़कर लगभग 85 से 90 हजार हैक्टेयर तक पहुंच गया है। लघु सिंचाई की विभिन्न योजनाओं के माध्यम से किसानों को लाभान्वित किया जा रहा है। सरकार का प्रयास है कि कृषि के



साथ दुग्ध उत्पादन को भी बढ़ावा मिले, जिससे किसानों की आय के अतिरिक्त स्रोत विकसित हों।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि मंडला जिले में मत्स्य पालन के क्षेत्र में भी उल्लेखनीय कार्य हो रहा है। जिले के 65 जलाशयों में मत्स्य पालन की गतिविधियां संचालित हैं। यहां 105 मत्स्य समितियों के माध्यम से लगभग 4 हजार किसानों को लाभ मिल रहा है। उन्होंने कहा कि मशरूम, मखाना और अन्य औषधीय फसलों के उत्पादन में भी संभावनाएं हैं। किसानों को पारंपरिक खेती के साथ इन गतिविधियों को अपनाना चाहिए।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने तेंदूपत्ता संग्राहकों को बोनस राशि वितरण का उल्लेख करते हुए कहा कि यह उनके लिए सौभाग्य की बात है कि उन्हें इस पुनीत कार्य में सहभागी बनने का अवसर मिला। उन्होंने प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि की राशि वितरण का भी उल्लेख किया और कहा कि प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी द्वारा किसानों को आर्थिक संबल प्रदान किया जा रहा है। प्रदेश में लाड़ली बहना योजना सहित विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं का लाभ भी परिवारों तक पहुंच रहा है। मंडला जिले में विकास की अपार संभावनाएं हैं।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने स्वामित्व योजना का उल्लेख करते हुए कहा कि जिले में लगभग 66 हजार लोगों को निःशुल्क रजिस्ट्री का लाभ दिलाने के लिए प्रयास किए जा रहे हैं। उन्होंने मंडला कलेक्टर को निर्देशित किया कि योजना का प्रभावी क्रियान्वयन सुनिश्चित करें तथा पात्र हितग्राहियों तक इसका लाभ पहुंचाएं। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने कहा कि जिले में निर्माणाधीन मेडिकल कॉलेज का कार्य भी शीघ्र पूर्ण होने की दिशा में आगे बढ़ रहा है, जिससे स्वास्थ्य सुविधाओं का विस्तार होगा।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने जिले के प्रगतिशील किसानों से सीधे संवाद कर खेती एवं उससे जुड़ी आजीविका गतिविधियों के अनुभव सुने। किसानों ने बताया कि किस प्रकार शासन की योजनाओं, विभागीय प्रशिक्षण और अनुदान की मदद से वे अपनी आय में वृद्धि कर रहे हैं।

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने सबसे पहले ग्राम मुड़ाडीह निवासी कृषक एवं कृषि सखी श्रीमती राजकुमारी पन्द्रे से संवाद किया। उन्होंने बताया कि वे प्राकृतिक एवं जैविक खेती के साथ पशुपालन और मुर्गी पालन भी कर रही हैं। उनके पास तीन एकड़ भूमि और 05 गाय हैं। उन्होंने बताया कि 40 कड़कनाथ चूजे लगभग 650 रुपये में खरीदकर मुर्गी पालन शुरू किया था। साढ़े तीन माह में उन्हें इससे लगभग 7 हजार रुपये का मुनाफा हुआ। वे जैविक सब्जियों का उत्पादन भी करती हैं तथा कृषि सखी के रूप में 125 किसानों को आत्मनिर्भर बनाने में सहयोग कर रही हैं।

मंत्रालय स्थित प्रतिमा पर अर्पित की पुष्पांजलि

मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल की जयंती पर किया नमन

भोपाल, जीएनएस।

मुख्यमंत्री डॉ. मोहन यादव ने भारत रत्न से सम्मानित लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल की जयंती पर नमन किया तथा सभी को राष्ट्रीय एकता दिवस की बधाई व शुभकामनाएं दीं। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने अपने संदेश में कहा कि मातृभूमि के लिए समर्पित सरदार पटेल का जीवन राष्ट्र के नवनिर्माण के संकल्प को सुदृढ़ करता है।



सरदार पटेल देशभक्तों के लिए प्रेरणा का अनंत स्रोत बने रहेंगे। मुख्यमंत्री डॉ. यादव ने मंत्रालय स्थित उद्यान में स्थापित सरदार वल्लभ भाई पटेल की प्रतिमा पर पुष्पांजलि अर्पित की। इस अवसर पर केंद्रीय मंत्री श्री हरदीप सिंह पुरी, वरिष्ठ विधायक एवं प्रदेश अध्यक्ष श्री हेमंत खंडेलवाल, विधायक श्री भगवानदास सबनानी, श्री राहुल कोठारी तथा मंत्रालय के वरिष्ठ अधिकारी और कर्मचारी उपस्थित थे।

अनुसूचित जाति वर्ग के विद्यार्थियों के लिए प्रदेश में 16 नवीन छात्रावास स्वीकृत

भोपाल, जीएनएस।

प्रदेश में अनुसूचित जाति वर्ग के विद्यार्थियों को बेहतर शैक्षणिक वातावरण और गुणवत्तापूर्ण आवासीय सुविधाएं उपलब्ध कराने के उद्देश्य से राज्य शासन ने एक महत्वपूर्ण निर्णय लिया है। प्रदेश के 14 जिलों में लगभग 68 करोड़ 80 लाख रुपये की लागत से 50 सीटर क्षमता वाले 16 नवीन छात्रावास भवनों के निर्माण को स्वीकृति प्रदान की गई है। प्रत्येक छात्रावास भवन का निर्माण लगभग 4 करोड़ 29 लाख 99 हज़ार रुपये की लागत से किया जाएगा और इसे आगामी 24 माह की समय-सीमा में पूर्ण किया जाएगा।

प्रत्येक छात्रावास भवन का निर्माण मानक अनुसार 1401.20 वर्ग मीटर के बिल्ट-अप एरिया में किया जाएगा। विद्यार्थियों के सुगम आवास और नियमित अध्ययन के लिए मुख्य भवन में 25 आवासीय कक्ष, डाइनिंग हॉल, किचन, स्टोर रूम, आधुनिक लाइब्रेरी, कंप्यूटर कक्ष और प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी के लिए कोचिंग कक्ष का निर्माण किया जाएगा।साथ ही परिसर में छात्रावास अधीक्षक के लिए आवासीय गृह, चौकीदार कक्ष और 3 यूनिट सुव्यवस्थित शौचालय एवं स्नानागार का निर्माण होगा। छात्रावासों को आधुनिक तकनीक और उच्च स्तरीय सुविधाओं से सुसज्जित किया जाएगा। विद्यार्थियों की डिजिटल शिक्षा के लिए इंटरएक्टिव पैनल और सुरक्षा के लिए परिसर में सीसीटीवी कैमरे, पक्की बाउंड्री वॉल और एप्रोच रोड का प्रावधान किया गया है।

ई-कचरा प्रबंधन एवं जागरूकता ऑनलाइन क्विज में 13 हजार 500 प्रतिभागियों को मिला डिजिटल प्रमाणपत्र

टीचर्स ऑफ बिहार की ओर से 'प्रकृति प्रहरी' अभियान के अंतर्गत पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता बढ़ाने की पहल

पटना, जीएनएस।

पर्यावरण संरक्षण एवं ई-कचरे के सुरक्षित प्रबंधन के प्रति जन-जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से टीचर्स ऑफ बिहार के 'प्रकृति प्रहरी' अभियान के अंतर्गत आयोजित ई-कचरा प्रबंधन एवं जागरूकता ऑनलाइन क्विज2026 को व्यापक जनसमर्थन मिला। 28 से 30 अक्टूबर तक आयोजित इस ऑनलाइन क्विज में भाग लेने वाले लगभग 13 हजार 500 प्रतिभागियों को डिजिटल प्रमाणपत्र प्रदान किया गया। इस पहल के माध्यम से शिक्षकों, विद्यार्थियों एवं आम लोगों को ई-कचरे के उचित निस्तारण, पुनर्चक्रण तथा पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूक करने का प्रयास किया गया।

क्विज में कुल 20 प्रश्न शामिल थे, जिन्हें हल करने के लिए प्रतिभागियों को मात्र 10 मिनट का समय निर्धारित किया गया था। प्रश्नोत्तरी पूरी करने के 30 मिनट बाद डिजिटल प्रमाणपत्र डाउनलोड करने की सुविधा भी उपलब्ध कराई गई। इससे प्रतिभागियों को प्रोत्साहन मिला और पर्यावरण संरक्षण के संदेश को व्यापक स्तर पर पहुँचाने में मदद मिली।

टीचर्स ऑफ बिहार के संस्थापक शिव कुमार एवं टेक्निकल टीम लीडर ई. शिवेंद्र प्रकाश सुमन ने कहा कि डिजिटल माध्यमों का प्रभावी उपयोग कर शिक्षकों एवं विद्यार्थियों को पर्यावरण संरक्षण जैसे महत्त्वपूर्ण विषयों से जोड़ना समय की आवश्यकता है। ई-कचरे का अनियंत्रित निस्तारण मिट्टी, जल और वायु प्रदूषण का कारण बन सकता है। ऐसे में जागरूकता आधारित ऑनलाइन गतिविधियाँ लोगों को जिम्मेदार व्यवहार अपनाने के लिए प्रेरित करती हैं।

प्रकृति प्रहरी अभियान के संयोजक अभिषेक कुमार एवं क्विज के निर्माता-सह-सहसंयोजक कुमार अभिषेक ने कहा कि इस क्विज का उद्देश्य केवल प्रतिभागियों की जानकारी परखना नहीं, बल्कि ई-कचरे के सुरक्षित संग्रहण, अधिकृत पुनर्चक्रण तथा वैज्ञानिक तरीके से निस्तारण के प्रति व्यावहारिक जागरूकता विकसित करना भी है। लगभग 13 हजार 500 प्रतिभागियों की सहभागिता अभियान के लिए उत्साहजनक उपलब्धि है। उन्होंने सभी प्रतिभागियों से पर्यावरण संरक्षण के संदेश को अपने विद्यालय, परिवार और समाज तक पहुँचाने की अपील की। प्रदेश प्रवक्ता रंजेश कुमार एवं प्रदेश मीडिया संयोजक मृत्युंजय कुमार ने संयुक्त रूप से बताया कि टीचर्स ऑफ बिहार द्वारा संचालित 'प्रकृति प्रहरी' अभियान पर्यावरण संरक्षण के प्रति सामूहिक जिम्मेदारी की भावना विकसित करने की दिशा में निरंतर प्रयासरत है। ऑनलाइन क्विज जैसी गतिविधियों से शिक्षकों एवं विद्यार्थियों को सीखने के साथ-साथ सामाजिक जागरूकता फैलाने का अवसर मिलता है। उन्होंने कहा कि ई-कचरे का उचित प्रबंधन आज की आवश्यकता है और इसके लिए जनभागीदारी बेहद महत्त्वपूर्ण है। उन्होंने सभी शिक्षकों, विद्यार्थियों एवं पर्यावरण प्रेमियों से अपील की कि वे ऐसे जागरूकता अभियानों में सक्रिय भागीदारी निभाएँ तथा अपने डिजिटल प्रमाणपत्र को 'प्रकृति प्रहरी' अभियान के आधिकारिक फेसबुक समूह में साझा कर अन्य लोगों को भी प्रेरित करें। टीचर्स ऑफ बिहार की यह पहल स्वच्छ, स्वस्थ एवं हरित पर्यावरण के निर्माण के प्रति उसकी प्रतिबद्धता को दर्शाती है। अभियान का संदेश स्पष्ट है–ई-कचरे को सामान्य कचरे की तरह इधर-उधर न फेंकें, बल्कि उसका सुरक्षित संग्रहण एवं अधिकृत केंद्रों के माध्यम से उचित निस्तारण सुनिश्चित करें।

6 नवंबर को मनेगी धनतेरस, शाम 6ः02 से रात 7ः57 बजे तक पूजा का शुभ मुहूर्त

धनतेरस पर नए बर्तन में जल, चावल या अनाज भरकर लाना शुभ, अमृत कलश से जुड़ी है मान्यता

धनतेरस पर सोना-चांदी, बर्तन और अन्य शुभ वस्तुएं खरीदने की परंपरा है। दीपावली से पहले आने वाले इस पर्व को धन, आरोग्य और सुख-समृद्धि का प्रतीक माना जाता है। बाजारों में इस दिन बर्तनों की खरीदारी भी खूब होती है। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार, धनतेरस पर नया बर्तन खरीदकर घर लाते समय उसे खाली रखने के बजाय उसमें कुछ भरकर लाना शुभ माना जाता है। मान्यता है कि भरा हुआ बर्तन घर में बरकत, खुशहाली और संपन्नता का प्रतीक होता है।

नए बर्तन में क्या भरकर लाना चाहिए, इसे लेकर अलग-अलग परिवारों और क्षेत्रों में अलग-अलग परंपराएं प्रचलित हैं। आम तौर पर जल, चावल, शक्कर, दूध, गेहूं या अन्य अनाज भरकर घर लाया जाता है। कुछ परिवार गुड़ रखना भी शुभ मानते हैं। इन वस्तुओं को जीवन, शुद्धता, अन्न, मिठास और समृद्धि से जोड़कर देखा जाता है। हालांकि, किसी विशेष वस्तु को बर्तन में भरना अनिवार्य धार्मिक नियम नहीं है। लोग अपनी आस्था, पारिवारिक परंपरा और सुविधा के अनुसार इसका पालन करते हैं।



जल से लेकर अनाज तक का अपना महत्व

धार्मिक मान्यताओं में जल को जीवन और शुद्धता का प्रतीक माना गया है। इसलिए नए बर्तन में थोड़ा जल भरकर घर लाना शुभ माना जाता है। पूजा-पद्धति में चावल का भी विशेष महत्व है। अक्षत के रूप में चावल का उपयोग पूजा में किया जाता है। इसे मंगल, पूर्णता और समृद्धि से जोड़कर देखा जाता है। इसी कारण नए बर्तन में चावल भरकर लाने की परंपरा भी कई घरों में प्रचलित है।

शक्कर को मिठास का प्रतीक माना जाता है। इसे बर्तन में भरकर लाने के पीछे परिवार में मधुर संबंध और खुशहाली की कामना जुड़ी है। दूध को शुद्धता और शुभता से जोड़ा जाता है। वहीं गेहूं और अन्य अनाज अन्न, पोषण तथा जीवन की आवश्यकताओं की पूर्ति के प्रतीक माने जाते हैं। कुछ परिवार नए बर्तन में गुड़ रखकर भी घर लाते हैं। गुड़ को मिठास और शुभ शुरुआत से जोड़कर देखा जाता है।

भगवान धन्वंतरि के अमृत कलश से जुड़ी परंपरा

धनतेरस पर बर्तन खरीदने और उसे खाली न रखने की परंपरा को भगवान धन्वंतरि के प्राकट्य से जोड़कर देखा जाता है। पौराणिक कथा के अनुसार, देवताओं और असुरों ने अमृत प्राप्त करने के लिए समुद्र मंथन किया था। इस मंथन से अनेक दिव्य वस्तुएं प्रकट हुईं। धार्मिक मान्यता है कि भगवान धन्वंतरि अमृत से भरा कलश लेकर प्रकट हुए थे। उन्हें आयुर्वेद और आरोग्य का देवता माना जाता है।



अमृत कलश को जीवन, स्वास्थ्य और पूर्णता का प्रतीक माना गया। इसी मान्यता से धनतेरस पर बर्तन खरीदने की परंपरा को विशेष महत्व मिला। लोग इस दिन अपनी सामर्थ्य के अनुसार बर्तन खरीदते हैं और घर में सुख-समृद्धि की कामना करते हैं। भगवान धन्वंतरि की पूजा भी इस पर्व का महत्वपूर्ण हिस्सा है। हालांकि, बर्तन में कोई खास वस्तु भरना सभी परिवारों के लिए अनिवार्य नहीं है। क्षेत्रीय परंपराओं के अनुसार इसमें बदलाव हो सकता है।

6 नवंबर को धनतेरस, शाम को पूजा का मुहूर्त

वर्ष 2026 में धनतेरस शुक्रवार, 6 नवंबर को मनाई जाएगी। दिए गए पंचांग विवरण के अनुसार, त्रयोदशी तिथि 6 नवंबर को सुबह 10ः30 बजे शुरू होकर 7 नवंबर को सुबह 10ः47 बजे तक रहेगी। धनतेरस की पूजा का शुभ समय शाम 6ः02 से रात 7ः57 बजे तक बताया गया है। प्रदोष काल शाम 5ः33 से रात 8ः09 बजे तक रहेगा। वृषभ काल का समय शाम 6ः02 से रात 7ः57 बजे तक बताया गया है।

धार्मिक मान्यताओं के अनुसार, धनतेरस पर खरीदारी करते समय केवल वस्तु के मूल्य से अधिक उसके शुभ उपयोग और घर की जरूरतों को महत्व देना चाहिए। नए बर्तन में जल, चावल या अपनी सुविधा के अनुसार कोई अन्य वस्तु भरकर घर लाना इसी आस्था और परंपरा का हिस्सा है।

लक्ष्मी पूजन में शामिल करते हैं दोनों वस्तुएं, धार्मिक परंपरा में सुख-समृद्धि और सौभाग्य का प्रतीक

धनतेरस पर पीली कौड़ी और गोमती चक्र का महत्व, मां लक्ष्मी और भगवान विष्णु से जुड़ी है मान्यता

धनतेरस और दीपावली पर मां लक्ष्मी की पूजा का विशेष महत्व है। इस दौरान लोग घरों की साफ-सफाई से लेकर पूजन सामग्री की व्यवस्था तक हर तैयारी श्रद्धा के साथ करते हैं। सोना-चांदी और नए बर्तनों की खरीदारी के साथ पूजा में कुछ ऐसी पारंपरिक वस्तुएं भी शामिल की जाती हैं, जिन्हें शुभ माना जाता है। इनमें पीली कौड़ी और गोमती चक्र प्रमुख हैं। धार्मिक मान्यताओं में पीली कौड़ी को मां लक्ष्मी से, जबकि गोमती चक्र को भगवान विष्णु के सुदर्शन चक्र से जोड़कर देखा जाता है। हालांकि, इन वस्तुओं को रखने से धन बढ़ने की कोई गारंटी नहीं है। इनका महत्व मुख्य रूप से धार्मिक आस्था और परंपरा से जुड़ा है।

पीली कौड़ी को मां लक्ष्मी से क्यों जोड़ते हैं

कौड़ी समुद्र से प्राप्त होने वाली प्राकृतिक वस्तु है। पौराणिक मान्यता के अनुसार, समुद्र मंथन के दौरान मां लक्ष्मी प्रकट हुई थीं। इसी संबंध के आधार पर कौड़ी को देवी लक्ष्मी से जोड़कर देखा जाता है। कई परिवारों में पीली कौड़ी को धन, वैभव और सौभाग्य का प्रतीक मानते हुए लक्ष्मी पूजन में शामिल किया जाता है।

धार्मिक परंपरा में पीले रंग को भी शुभता से जोड़ा जाता है। इसलिए कुछ लोग पीली कौड़ियों को पूजा की थाली में रखते हैं या पूजा के बाद सुरक्षित स्थान पर संभालकर रखते हैं। मान्यता है कि ऐसा करने से घर में सुख-समृद्धि बनी रहती है। यह विश्वास धार्मिक आस्था पर आधारित है और अलग-अलग क्षेत्रों में पूजन की परंपराएं भिन्न हो सकती हैं।



गोमती चक्र को क्यों माना जाता है शुभ

गोमती चक्र एक प्राकृतिक वस्तु है, जिसकी बनावट पर गोलाकार चक्र जैसी आकृति दिखाई देती है। यह गोमती नदी के क्षेत्र से जुड़ा माना जाता है। धार्मिक परंपराओं में इसे भगवान विष्णु के सुदर्शन चक्र का प्रतीक माना जाता है। भगवान विष्णु को सृष्टि का पालनहार और मां लक्ष्मी को धन-समृद्धि की देवी के रूप में पूजा जाता है।

इसी कारण कई परिवार लक्ष्मी पूजन के दौरान गोमती चक्र को भी शामिल करते हैं। धार्मिक मान्यता के अनुसार, इसे शुभता, सुरक्षा और सौभाग्य का प्रतीक माना जाता है। भगवान विष्णु और मां लक्ष्मी की एक साथ पूजा करके परिवार की सुख-शांति और समृद्धि की कामना की जाती है।

लक्ष्मी पूजन में कैसे रखें कौड़ी और गोमती चक्र

दीपावली पर घर की साफ-सफाई करने के बाद पूजा स्थल को सजाया जाता है। इसके बाद भगवान गणेश और मां लक्ष्मी की प्रतिमा या चित्र स्थापित कर पूजन की तैयारी की जाती है। परंपरा के अनुसार, पीली कौड़ी और गोमती चक्र को साफ करके अन्य पूजन सामग्री के साथ रखा जा सकता है। पूजा के समय दीपक जलाकर भगवान गणेश और मां लक्ष्मी का ध्यान करें। परिवार की सुख-शांति, अच्छे स्वास्थ्य और खुशहाली की कामना करें। पूजा पूरी होने के बाद इन वस्तुओं को साफ कपड़े में रखकर पूजा स्थल या किसी सुरक्षित स्थान पर रखा जा सकता है।

आस्था और परंपरा का है महत्व

धनतेरस और दीपावली पर पूजन सामग्री में पीली कौड़ी और गोमती चक्र शामिल करना कई परिवारों की धार्मिक परंपरा का हिस्सा है। इन वस्तुओं को मां लक्ष्मी और भगवान विष्णु से जोड़कर देखा जाता है। हालांकि, इन्हें खरीदना या पूजा में रखना अनिवार्य नहीं है। श्रद्धालु अपनी आस्था, पारिवारिक परंपरा और सुविधा के अनुसार पूजा कर सकते हैं। पर्व का मूल उद्देश्य घर में सुख-शांति, सद्भाव और खुशहाली की कामना करना है।

भारत के विकास पुरुष, संगठन महारथी अमित शाह

लेखक- सत्येंद्र कुमार जैन

पवित्र ग्रंथ श्रीमद् भागवत गीता में लिखा गया है कि -

यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः।

स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते।

अर्थात श्रेष्ठ मनुष्य जो आचरण करते हैं,अन्य मनुष्य वैसा ही आचरण करते हैं। श्रेष्ठ मनुष्य जो कुछ प्रमाण देते हैं,अन्य मनुष्य उसी के अनुसार आचरण करते हैं।

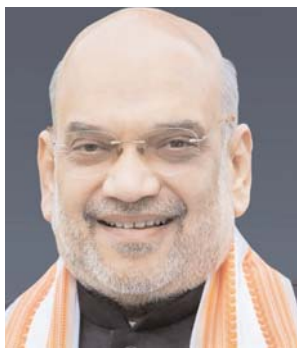
भारत के सबसे अधिक समय तक गृह मंत्री होने का कीर्तिमान रचने वाले केंद्रीय गृह



एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह उन्हीं श्रेष्ठ मनुष्यों की श्रेणी में आते हैं।उन्होंने अपने तप से, त्याग से, कर्तव्य निष्ठा से, संगठन निष्ठा से, कृतित्व से, अखंड प्रचण्ड पुरुषार्थ से प्रमाणित किया है। मन,वचन,काय से कर्तव्य पालन हेतु सर्वस्व समर्पण भाव से सिद्ध किया है।उन्होंने 140 करोड़ भारतीयों के मन मस्तिष्क में, हृदय प्रदेश में अमिट छाप छोड़ी है। 22 अक्टूबर 1964 को मुंबई में गुजराती परिवार में जन्मे अमित शाह की प्रारम्भिक शिक्षा, गुजरात में अपने दादा के घर मानसा में हुई। उनको भारतीय शास्त्रों ,व्याकरण तथा महाकाव्य का अध्ययन भी बचपन में कराया गया। भारतीय दर्शन के प्रति उनकी अध्ययनशीलता उनके संभाषणों में समय-समय पर प्रकट होती रहती है उनके जीवन में उनकी माँ श्रीमती कुसुम बेन का विशेष प्रभाव रहा है। उन्हें खादी और स्वदेशी वस्तुओं के उपयोग की प्रेरणा माता से प्राप्त हुई है।

आपातकाल के पश्चात 1977 में जब आम चुनाव हो रहे थे,तब 13 वर्ष के अमित शाह मेहसाणा लोकसभा सीट से प्रत्याशी रही सरदार वल्लभभाई पटेल की बेटी मणि बेन पटेल के लिए गलियों में पोस्टर,स्टीकर लगाने निकल पड़ते थे।इसी समय राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ से उनका जुड़ाव हुआ।राष्ट्रवाद,सेवा समर्पण,तप और त्याग के भाव का बीजारोपण हुआ। 1980 में 16 वर्ष की आयु में वह अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद से जुड़े।1982 में उनको अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद गुजरात का संयुक्त सचिव भी बनाया गया। उन्होंने भारतीय जनता पार्टी के 1984 में नारायणपुर वार्ड में सांघवी बूथ के एजेंट के रूप में कार्य किया। 1987 में वह भाजपा युवा मोर्चा से जुड़े ।अध्ययन शील होने के कारण 80 के दशक में दीनदयाल शोध संस्थान से उनका लगाव रहा। वे राष्ट्र ऋषि नानाजी देशमुख के निकट रहे,उनसे सीखने का अवसर भी प्राप्त हुआ। 1989 में भाजपा के अहमदाबाद के नगर सचिव बने। 1995 में अमित शाह को गुजरात प्रदेश के वित्त विकास निगम का अध्यक्ष बनाया गया।उन्होंने निगम की आर्थिक स्थिति को सशक्त किया। घाटे में चल रहे निगम को 214 प्रतिशत का लाभ हुआ। उन्होंने अनेक नवाचार जैसे पट्टा क्रय विक्रय, कार्यशील पूंजी अवधि लोन और ट्रक लोन प्रदान किए।

वर्ष 1997 में अमित शाह



को भारतीय जनता पार्टी के युवा मोर्चा का राष्ट्रीय कोषाध्यक्ष नियुक्त किया गया। कुछ समय बाद ही गुजरात की सरखेज विधानसभा के उपचुनाव में पार्टी द्वारा उन्हें प्रत्याशी बनाया गया।वह पहली बार 25000 से अधिक वोटो से जीतकर विधायक बने। वह निरंतर 2017 तक विधानसभा के सदस्य रहे हैं ।अमित शाह 36 वर्ष की आयु में 2002 में अहमदाबाद जिला सहकारी बैंक के सबसे युवा अध्यक्ष बने। बैंक को घाटे से निकालकर मुनाफे में ले आए।

वर्ष 2001 में उन्हें भाजपा की राष्ट्रीय सहकारिता प्रकोष्ठ का संयोजक नियुक्त किया गया।वह वर्ष 2002 से 2010 तक गुजरात सरकार में महत्वपूर्ण विभागों के मंत्री रहे हैं।उन्होंने खेलों को भी बढ़ावा दिया। सर्वप्रथम अहमदाबाद के प्राथमिक विद्यालय में शतरंज का प्रयोग किया,जिससे बच्चों के मानसिक विकास में उल्लेखनीय वृद्धि हुई। तत्कालीन मुख्यमंत्री नरेंद्र मोदी ने उनके सुझाव पर गुजरात के समस्त प्राथमिक स्कूलों में सुझाव को लागू किया ।उन्होंने क्रिकेट को भी बढ़ावा दिया वर्ष 2009 में गुजरात क्रिकेट एसोसिएशन का उपाध्यक्ष बनाया गया। 2013 में उन्हें भाजपा का राष्ट्रीय महासचिव बनाया गया एवं उत्तर प्रदेश राज्य का प्रभार दिया गया। 2014 के लोकसभा चुनाव में उत्तर प्रदेश से भारतीय जनता पार्टी को 73 सीटों पर विजय श्री प्राप्त हुई। इस महा विजय के सूत्रधार अमित शाह रहे हैं। मुझे भी उनके साथ विमर्श करने का अवसर प्राप्त हुआ है।उनसे वर्ष 2013 में भाजपा संवाद प्रकोष्ठ के मध्य प्रदेश के प्रदेश सह संयोजक रूप में संवाद प्रकोष्ठ की राष्ट्रीय कार्यकारिणी बैठक के समय राष्ट्रीय कार्यालय में भेंट हुई। उनका राष्ट्रव्यापी सूक्ष्म दर्शी एवं वृहद दृष्टिकोण,समर्पण और कर्तव्य निष्ठ मार्गदर्शन आज भी प्रेरणा देता है।फिर अनेक बार भाजपा संवाद प्रकोष्ठ के राष्ट्रीय कार्यसमिति सदस्य रूप में उनसे दिल्ली प्रवास के समय मार्गदर्शन मिलता रहा। जुलाई 2014 में अमित शाह भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष बनाए गए।उन्होंने अपने पहले कार्यकाल में महा सदस्यता अभियान संचालित कर भारतीय जनता पार्टी को विश्व की सबसे बड़ी राजनीतिक पार्टी बनाया। 11 करोड़ से अधिक सदस्य देश भर में बनाए गए। अनेक नवाचार उनके द्वारा किए गए। अनेक विभागों और प्रकल्पों को बनाया गया। कार्यालय ,पुस्तकालय और ई पुस्तकालय पर उन्होंने विशेष जोर दिया । भाजपा राष्ट्रीय अध्यक्ष के रूप में अगस्त 2017 में उनका भोपाल आगमन हुआ। वह प्रदेश कार्यालय में अनेक दिन रहे।उन्होंने प्रदेश भाजपा कार्यालय में कार्यकर्ताओं में नेतृत्व विकास, समूह संवाद, स्वाध्याय हेतु पुस्तकालय का शुभारंभ किया। मुझे भी उस अवसर का साक्षी बनने का सौभाग्य डॉक्यूमेंटेशन प्रकल्प के प्रमुख दिनेश जैन के साथ प्राप्त हुआ था।आज भाजपा के लगभग 2000 कार्यालय देश भर में बन रहे हैं या बन चुके हैं।वह वर्ष 2017 में गुजरात से राज्यसभा सदस्य के रूप में निर्वाचित हुए। वर्ष 2019 के लोकसभा चुनाव में उनके राष्ट्रीय अध्यक्ष के कार्यकाल में भाजपा को सबसे बड़ी ऐतिहासिक जीत अर्जित हुई। 303 सीट जीतीं। 2019 में उन्हें केंद्रीय गृहमंत्री के रूप में दायित्व सौंपा गया। सर्वप्रथम उन्होंने 5 अगस्त 2019 को कश्मीर से धारा 370 और आर्टिकल 35 अ को निष्प्रभावी किया। जनसंघ के संस्थापक अध्यक्ष डॉ श्यामा प्रसाद मुखर्जी जी के संकल्प को पूरित किया।एक भारत श्रेष्ठ भारत की संकल्पना को सिद्ध किया।कश्मीर घाटी में शांति और प्रगति के रास्ते को खोला है। अलगाववाद और आतंकवाद पर कार्रवाई की है। पूर्वोत्तर राज्यों की सीमाओं तथा वहां की आंतरिक सुरक्षा से संबंधित अनेक समस्याओं को शांतिपूर्वक हल किया है। ब्रू रियांग समझौता, असम मेघालय सीमा विवाद का हल,बोडो समस्या का निदान जैसे प्रमुख समझौते सम्मिलित हैं।50 साल से जारी नक्सलवादी तिरुपति से पशुपतिनाथ,नेपाल तक का रेड कॉरिडोर बना कर भारत के लगभग 126 जिलों में आतंक फैला रहे थे।विकास की राह में रोड़ा बनते थे।प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की प्रबल इच्छा शक्ति और अमित शाह की जीरो टॉलरेंस की नीति के कारण नक्सलवाद समाप्त हो चुका है।वामपंथी रेड कॉरिडोर को ध्वस्त कर दिया गया है। आज नक्सलवादी प्रभावित जिलों में विकास से लोगों को लाभ मिल रहा है।समाज में व्याप्त नशा के उन्मूलन हेतु उन्होंने कड़े कदम उठाए हैं। दिसंबर 2029 तक पूर्ण रूपेण नशा के उन्मूलन हेतु संकल्प लिया है। यह संकल्प उन्होंने मध्यप्रदेश की पावन धरती भोपाल में मुख्यमंत्री डॉ मोहन यादव के साथ पशुपालकों के सम्मलेन में अक्टूबर 2026 में व्यक्त किया है। उन्होंने संसद में युगांतकारी निर्णय लिए हैं। वर्ष 2021 में वह भारत के सहकारिता विभाग के पहले मंत्री बनाए गए। उन्होंने सहकार से समृद्धि का नया मंत्र दिया है।2 लाख से अधिक सहकारी समितियों का गठन किया गया है ।गांव-गांव में छोटे से छोटे किसानों को भी लाभ प्राप्त हो रहा है। सहकार से समृद्धि के मंत्र को फलीभूत किया जा रहा है।

अखंड प्रचंड पुरुषार्थी अमित शाह भारतीय जनता पार्टी के सर्वोत्कृष्ट संगठक हैं,संगठन शिल्पी हैं,संगठन के महारथी हैं।वह एक भारत, श्रेष्ठ भारत के मंत्र को आत्मसात करने वाले,जम्मू-कश्मीर में 70 साल से प्रभावी धारा 370 को निष्प्रभावी करने वाले, 50 साल से अधिक से प्रभावी नक्सलवाद का उन्मूलन करने वाले गृह मंत्री हैं।वह लौह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल के सच्चे अनुयायी हैं।इसीलिए अमित शाह 21वीं सदी के भारत के लौह पुरुष हैं, आयरन मैन हैं,फौलादी व्यक्तित्व हैं। शलाका पुरुष हैं। भारत के विकास पुरुष हैं।

सुरक्षा से समझौता कर स्टारलिंक को मंजूरी नहीं

भारत में सैटेलाइट आधारित इंटरनेट सेवाओं के विस्तार की संभावनाओं के बीच एलन मस्क की कंपनी स्टारलिंक को लेकर राष्ट्रीय सुरक्षा का प्रश्न महत्वपूर्ण हो गया है। दूरदराज के गांवों,



पहाड़ी क्षेत्रों और सीमावर्ती इलाकों तक इंटरनेट पहुंचाने में यह तकनीक उपयोगी साबित हो सकती है, लेकिन तकनीकी प्रगति के नाम पर देश की संप्रभुता और सुरक्षा से समझौता नहीं किया जा सकता। किसी भी विदेशी कंपनी को भारत में कारोबार करने की अनुमति तभी मिलनी चाहिए, जब वह देश के कानूनों और सुरक्षा संबंधी शर्तों का पूरी तरह पालन करने की गारंटी दे।

-सुरक्षा और निगरानी सबसे बड़ी चुनौती

स्टारलिंक की उपग्रह आधारित संचार व्यवस्था पारंपरिक दूरसंचार नेटवर्क से अलग है। इसके उपग्रह लेजर आधारित लिंक के माध्यम से एक-दूसरे तक डेटा पहुंचा सकते हैं। ऐसे में यह सुनिश्चित करना जरूरी है कि भारतीय इंटरनेट ट्रैफिक निर्धारित गेटवे और नियामकीय व्यवस्था को दरकिनार करके विदेशी नेटवर्क से न गुजरे। यदि डेटा के प्रवाह पर प्रभावी नियंत्रण नहीं रहा, तो कानूनी निगरानी, सुरक्षा एजेंसियों के लिए आवश्यक सूचनाओं तक पहुंच और सरकारी निर्देशों का पालन चुनौतीपूर्ण हो सकता है। भारत में संवेदनशील परिस्थितियों में इंटरनेट सेवाओं पर अस्थायी प्रतिबंध लगाने की व्यवस्था है। इसका उद्देश्य हिंसा, अफवाहों और भ्रामक सूचनाओं के प्रसार को रोकना है। इसलिए सैटेलाइट इंटरनेट सेवा प्रदाता के लिए यह प्रमाणित करना आवश्यक है कि वह निर्धारित कानूनी प्रक्रिया के तहत सरकारी निर्देशों का पालन कर सकता है। सरकार की आशंकाओं का समाधान केवल आश्वासनों से नहीं, बल्कि स्पष्ट तकनीकी और कानूनी गारंटी से होना चाहिए।

-सीमावर्ती क्षेत्रों में अतिरिक्त सतर्कता

सैटेलाइट इंटरनेट दुर्गम क्षेत्रों में संचार का प्रभावी माध्यम बन सकता है, लेकिन सुरक्षा की दृष्टि से संवेदनशील इलाकों में इसके दुरुपयोग की आशंका को भी नजरअंदाज नहीं किया जा सकता। तस्करी, आतंकवाद और विद्रोही गतिविधियों में संचार तकनीक के संभावित दुरुपयोग को रोकने के लिए मजबूत सुरक्षा प्रोटोकॉल जरूरी हैं। हालांकि, किसी कंपनी के विरुद्ध फैसला केवल आशंकाओं के आधार पर नहीं होना चाहिए। उसके तकनीकी ढांचे, डेटा सुरक्षा व्यवस्था, कानूनी जवाबदेही और सरकारी निर्देशों के अनुपालन की क्षमता का निष्पक्ष परीक्षण किया जाना चाहिए। यदि कंपनी निर्धारित मानकों पर खरी नहीं उतरती, तो उसे अनुमति न देना सरकार का उचित अधिकार है।

-स्वदेशी तकनीक से आत्मनिर्भरता की राह

भारत ने दूरसंचार और अंतरिक्ष प्रौद्योगिकी के क्षेत्र में उल्लेखनीय प्रगति की है। सस्ती मोबाइल इंटरनेट सेवाओं, नेटवर्क विस्तार और स्वदेशी दूरसंचार उपकरणों के विकास ने देश की तकनीकी क्षमताओं को मजबूत किया है। इसी तरह भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) के प्रक्षेपण यान, चंद्रयान मिशन और संचार उपग्रह कार्यक्रम भारत की उपलब्धियों के प्रमाण हैं। पांचवीं पीढ़ी की मोबाइल तकनीक यानी 5जी के क्षेत्र में विदेशी कंपनियों की भागीदारी को लेकर उठे सुरक्षा संबंधी सवालों ने भी स्वदेशी क्षमताओं के महत्व को रेखांकित किया है। अब सैटेलाइट इंटरनेट के क्षेत्र में भी भारतीय कंपनियों को अनुसंधान, निवेश और नवाचार के लिए प्रोत्साहित करने की आवश्यकता है। विदेशी तकनीक का स्वागत किया जा सकता है, लेकिन उसके साथ ऐसी निर्भरता नहीं होनी चाहिए, जो भविष्य में देश के रणनीतिक हितों के लिए चुनौती बन जाए।

-व्यापार से ऊपर राष्ट्रीय हित

स्टारलिंक की सेवाओं की लागत, उपलब्धता और आम लोगों तक उनकी पहुंच का आकलन भी जरूरी है। सैटेलाइट इंटरनेट दुर्गम क्षेत्रों में उपयोगी विकल्प हो सकता है, लेकिन इसकी सफलता सुरक्षा, किफायत और विश्वसनीयता पर निर्भर करेगी। सरकार को ऐसी नीति बनानी चाहिए, जो विदेशी निवेश के अवसरों का लाभ उठाने के साथ घरेलू तकनीकी विकास को भी गति दे। स्वदेशी जागरण मंच का मानना है कि यदि स्टारलिंक भारत की राष्ट्रीय सुरक्षा संबंधी शर्तों को पूरा नहीं कर पाती, तो उसे व्यावसायिक सेवाएं शुरू करने की अनुमति नहीं दी जानी चाहिए। यह किसी कंपनी या देश के विरोध का प्रश्न नहीं, बल्कि भारत के वैध सुरक्षा हितों की रक्षा का विषय है।

अंततः नीति का मूल सिद्धांत स्पष्ट होना चाहिए– पहले राष्ट्रीय सुरक्षा, फिर व्यावसायिक हित। भारत को ऐसी तकनीक चाहिए, जो डिजिटल सुविधाओं का विस्तार करे, लेकिन देश का नियामकीय नियंत्रण भी सुनिश्चित रखे। आत्मनिर्भरता, सुरक्षित संचार और सस्ती इंटरनेट सेवाओं के बीच संतुलन बनाना ही डिजिटल भारत के भविष्य की सही दिशा है।

डॉ. प्रतिभा चतुर्वेदी
(लेखिका स्वदेशी जागरण मंच की अखिल भारतीय महिला सह प्रमुख हैं।)

निष्पक्षता-विश्वसनीयता एवं जनहित का संवाहक
श्रमसाधना

संपादकीय

मतदाता सूची से नाम हटने की पीड़ा और हाशिए पर खड़ा आम आदमी

लोकतंत्र में मतदान केवल सरकार चुनने का माध्यम नहीं, बल्कि नागरिक की पहचान, सम्मान और भागीदारी का प्रतीक है। जब किसी व्यक्ति को पता चलता है कि मतदाता सूची से उसका नाम हटा दिया गया है, तो यह उसके लिए केवल एक प्रशासनिक त्रुटि नहीं होती, बल्कि अपने ही देश की लोकतांत्रिक व्यवस्था में उपेक्षित हो जाने की पीड़ा भी होती है। जिस नागरिक ने वर्षों तक मतदान करके लोकतंत्र को मजबूत किया, अचानक उसी को अपनी नागरिक भागीदारी साबित करने के लिए कार्यालयों के चक्कर लगाने पड़ें, तो उसकी बेबसी समझी जा सकती है।

हाल के दिनों में मतदाता सूचियों के गहन पुनरीक्षण के दौरान बड़े पैमाने पर नाम हटाए जाने की खबरों ने इस प्रश्न को गंभीर बना दिया है। समाचारों के अनुसार, अनेक लोगों को सूची से नाम हटने के बाद दोबारा पंजीकरण कराने और अपनी पात्रता साबित करने की परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। दिल्ली में भी लाखों मतदाताओं के नामों के पुनः सत्यापन की प्रक्रिया शुरू होने की खबर सामने आई है। निर्वाचन संबंधी अभिलेखों को शुद्ध रखना आवश्यक है, लेकिन इस प्रक्रिया में किसी योग्य नागरिक का नाम गलती से हट जाना लोकतांत्रिक व्यवस्था के लिए गंभीर चिंता का विषय है।

इस समस्या का सबसे अधिक प्रभाव समाज के कमजोर और वंचित वर्गों पर पड़ता है। दैनिक मजदूरी करने वाला व्यक्ति एक दिन काम छोड़कर सरकारी कार्यालय जाता है, तो उसके परिवार की आमदनी प्रभावित होती है। झुग्गी बस्तियों में रहने वाले लोगों, प्रवासी मजदूरों, बुजुर्गों और अशिक्षित नागरिकों के लिए आवश्यक दस्तावेज जुटाना तथा निर्धारित प्रक्रिया पूरी करना आसान नहीं होता। जिनके पास पर्याप्त समय, संसाधन और प्रशासनिक जानकारी है, वे अपनी समस्या के समाधान का रास्ता खोज लेते हैं, लेकिन हाशिए पर खड़ा व्यक्ति अक्सर व्यवस्था की जटिलताओं के सामने असहाय हो जाता है।

सबसे अधिक पीड़ा तब होती है, जब वर्षों से मतदान करते आ रहे किसी व्यक्ति को अचानक अपनी पात्रता सिद्ध करनी पड़ती है। कहीं किसी जीवित व्यक्ति को मृत मान लिया जाता है, तो कहीं स्थान परिवर्तन या अभिलेखों की त्रुटि के कारण नाम सूची से गायब हो जाता है। निर्वाचन आयोग के अपने दिशा-निर्देश भी नाम हटाने से पहले निर्धारित प्रक्रिया, आवश्यक सत्यापन और संबंधित व्यक्ति को सुनवाई का अवसर देने पर बल देते हैं। इसलिए प्रत्येक शिकायत की निष्पक्ष जाँच और समयबद्ध समाधान आवश्यक है।

यह भी ध्यान रखना होगा कि मतदाता सूची की शुद्धता और नागरिकों के मताधिकार की सुरक्षा एक-दूसरे के विरोधी नहीं हैं। पारदर्शी प्रक्रिया, स्पष्ट सूचना, सरल आवेदन व्यवस्था और प्रभावी शिकायत निवारण से दोनों उद्देश्यों को पूरा किया जा सकता है। नागरिक को यह जानने का अवसर मिलना चाहिए कि उसका नाम किस कारण हटाया गया और उसे पुनः शामिल कराने के लिए क्या करना होगा। लोकतंत्र की वास्तविक शक्ति केवल मतदान के आँकड़ों में नहीं, बल्कि इस विश्वास में निहित है कि प्रत्येक पात्र नागरिक की आवाज का समान महत्व है।

प्रान्तीय कार्यालय : 76 शबरी कॉम्पलेक्स, एम.पी. नगर
जोन-2 भोपाल, फोन : 0755-2579530
प्रान्तीय ब्यूरो प्रमुख : एल.एन. तवर, 9827781209
प्रान्तीय ब्यूरो : डॉ. जानकी अहिरवार 9406580345
Email:shramsadhnagwl@gmail.com

एक नवंबर : छत्तीसगढ़ राज्य स्थापना दिवस

25 वर्षों की विकास यात्रा, सांस्कृतिक अस्मिता और सुनहरे भविष्य की चुनौतियां

भारत के मानचित्र पर 1 नवंबर 2000 को एक नए राज्य के रूप में उभरा छत्तीसगढ़ आज अपनी विशिष्ट सांस्कृतिक पहचान, प्राकृतिक संपदा, जनजातीय विरासत और विकास की आकांक्षाओं के साथ आगे बढ़ रहा है। छत्तीसगढ़ राज्य स्थापना दिवस केवल एक प्रशासनिक उपलब्धि का स्मरण नहीं, बल्कि उन जनभावनाओं, संघर्षों और सपनों को नमन करने का अवसर है, जिनकी परिणति पृथक राज्य के गठन के रूप में हुई। वर्ष 2025 में राज्य ने अपनी स्थापना के 25 वर्ष पूरे किए और रजत जयंती मनाई। नवंबर 2026 में स्थापना दिवस की 26वीं वर्षगाँठ हमें बीते वर्षों की उपलब्धियों का मूल्यांकन करने और आने वाले कल के लिए नए संकल्प लेने का अवसर प्रदान करती है।

छत्तीसगढ़ की ऐतिहासिक पहचान अत्यंत प्राचीन है। इस क्षेत्र का संबंध दक्षिण कोसल की ऐतिहासिक परंपरा से जोड़ा जाता है। यहाँ के पुरातात्त्विक अवशेष, मंदिर, लोकगाथाएँ और ऐतिहासिक स्थल इसकी समृद्ध विरासत के साक्षी हैं। रतनपुर, सिरपुर, मल्हार, राजिम और अन्य स्थानों का इतिहास इस भूभाग की सांस्कृतिक निरंतरता को दर्शाता है। पृथक छत्तीसगढ़ राज्य की माँग केवल प्रशासनिक सुविधा तक सीमित नहीं थी। इसके पीछे भाषा, संस्कृति, क्षेत्रीय विकास, स्थानीय आकांक्षाओं और संसाधनों पर क्षेत्र के लोगों की भागीदारी की भावना भी थी। लंबे समय तक यह क्षेत्र अविभाजित मध्य प्रदेश का हिस्सा रहा। पृथक राज्य की माँग को राजनीतिक और सामाजिक स्तर पर समर्थन मिला तथा संसद में मध्य प्रदेश पुनर्गठन विधेयक पारित होने के बाद 1 नवंबर 2000 को छत्तीसगढ़ एक अलग राज्य के रूप में अस्तित्व में आया। इस ऐतिहासिक प्रक्रिया में तत्कालीन प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार की महत्वपूर्ण भूमिका रही। पृथक राज्य के गठन से लोगों को उम्मीद जगी कि प्रशासन स्थानीय आवश्यकताओं के अधिक निकट आएगा, क्षेत्रीय समस्याओं पर बेहतर ध्यान दिया जाएगा और विकास की प्राथमिकताएँ स्थानीय परिस्थितियों के अनुसार निर्धारित की जा सकेंगी।

छत्तीसगढ़ को धान का कटोरा कहा जाता है। यहाँ की कृषि परंपरा, ग्रामीण जीवन और लोकसंस्कृति का गहरा संबंध भूमि, जल, वन और ऋतुओं से है। महानदी, शिवनाथ, इंद्रावती, अरपा और हसदेव जैसी नदियाँ प्रदेश के जीवन में महत्वपूर्ण स्थान रखती हैं। वन संपदा, खनिज संसाधन और जैव विविधता भी इसकी विशिष्ट पहचान हैं। प्रदेश के अनेक क्षेत्रों में लौह अयस्क, कोयला, चूना पत्थर और अन्य खनिज उपलब्ध हैं। इस संसाधन-संपन्नता ने ऊर्जा, इस्पात, सीमेंट तथा अन्य औद्योगिक गतिविधियों के विकास की संभावनाएँ बढ़ाई हैं। भिलाई इस्पात संयंत्र जैसे औद्योगिक प्रतिष्ठानों ने छत्तीसगढ़ को राष्ट्रीय औद्योगिक परिदृश्य में विशेष स्थान दिलाया है। लेकिन प्राकृतिक संपदा का वास्तविक महत्व तभी है, जब उससे प्राप्त लाभ स्थानीय लोगों के जीवन स्तर में सुधार लाएँ। खनन और औद्योगिक विकास के साथ पर्यावरण संरक्षण, जल संसाधनों की रक्षा, वन्यजीवों का संरक्षण और प्रभावित समुदायों के अधिकारों का सम्मान भी आवश्यक है। विकास की सफलता केवल उत्पादन के आँकड़ों से नहीं, बल्कि इस बात से भी मापी जानी चाहिए कि उसका लाभ समाज के अंतिम व्यक्ति तक कितना पहुँचा।

छत्तीसगढ़ की पहचान केवल उसके खनिजों और कृषि उत्पादन से नहीं, बल्कि उसकी जीवंत लोकसंस्कृति से भी है। पंथी, राउत नाचा, सुआ नृत्य, करमा, सैला और लोकगीतों की परंपराएँ पीढ़ियों से समाज को जोड़ती रही हैं। हरेली, तीजा, पोला, छेरछेरा और अनेक स्थानीय पर्व ग्रामीण जीवन की सामूहिकता तथा प्रकृति के प्रति कृतज्ञता को अभिव्यक्त करते हैं। छत्तीसगढ़ी भाषा जनजीवन की आत्मीय अभिव्यक्ति है। लोककथाओं, कहावतों, गीतों और नाट्य परंपराओं में यहाँ के लोगों का अनुभव, हास्य, संघर्ष और जीवन-दर्शन सुरक्षित है। पंडवानी की प्रसिद्ध गायिका तीजन बाई जैसी कलाकारों ने छत्तीसगढ़ की लोककला को राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय पहचान दिलाई है। यह भी आवश्यक है कि लोकसंस्कृति को केवल उत्सवों और मंचीय कार्यक्रमों तक सीमित न रखा जाए। स्थानीय भाषाओं में गुणवत्तापूर्ण साहित्य, बच्चों के लिए पाठ्य सामग्री, लोककलाकारों के लिए सम्मानजनक अवसर और पारंपरिक ज्ञान का दस्तावेजीकरण संस्कृति को भविष्य तक पहुँचाने के महत्वपूर्ण उपाय हैं।

राज्य गठन के बाद छत्तीसगढ़ ने प्रशासनिक ढाँचे, सड़क संपर्क, ऊर्जा उत्पादन, शिक्षा, स्वास्थ्य सेवाओं और ग्रामीण विकास के अनेक क्षेत्रों में आगे बढ़ने का प्रयास किया है। नए जिलों और प्रशासनिक इकाइयों के निर्माण से कई क्षेत्रों में शासन की पहुँच बढ़ाने की संभावना बनी है। समय के साथ शहरीकरण, औद्योगिक निवेश, संचार सुविधाओं और डिजिटल सेवाओं का विस्तार भी हुआ है। वर्ष 2025 में राज्य की रजत जयंती के अवसर पर विकास परियोजनाओं, आधारभूत संरचना और जनकल्याण से संबंधित कार्यक्रमों को विशेष रूप से रेखांकित किया गया। यह अवसर इस बात का भी स्मरण कराता है कि विकास की यात्रा निरंतर चलने वाली प्रक्रिया है। प्रत्येक उपलब्धि के साथ नई अपेक्षाएं और नई ज़िम्मेदारियां जुड़ती हैं। ग्रामीण क्षेत्रों में सड़क, पेयजल, बिजली, आवास और स्वास्थ्य सुविधाओं की उपलब्धता जीवन की गुणवत्ता को प्रभावित करती है। किसानों की आय, कृषि की उत्पादकता, सिंचाई, भंडारण, खाद्य प्रसंस्करण और कृषि आधारित रोजगार के अवसर भी महत्वपूर्ण हैं। धान उत्पादन में प्रतिष्ठित प्रदेश को कृषि विविधीकरण, स्थानीय उत्पादों के मूल्य संवर्धन और बाजार तक बेहतर पहुंच पर भी ध्यान देना चाहिए। इसी प्रकार उद्योगों के विस्तार के साथ स्थानीय युवाओं के कौशल विकास और रोजगार को जोड़ना आवश्यक है। यदि औद्योगिक प्रगति के बीच स्थानीय प्रतिभाओं को पर्याप्त अवसर नहीं मिलते, तो विकास का लाभ अपेक्षित व्यापकता प्राप्त नहीं कर पाता।

किसी भी राज्य का भविष्य उसकी युवा पीढ़ी की क्षमताओं पर निर्भर करता है। विद्यालयों में गुणवत्तापूर्ण शिक्षा, शिक्षकों की उपलब्धता, पुस्तकालयों का विकास, डिजिटल संसाधनों तक पहुँच और उच्च शिक्षा के अवसरों का विस्तार आवश्यक है। ग्रामीण और दूरस्थ क्षेत्रों के बच्चों को भी वही अवसर मिलने चाहिए, जो बड़े शहरों में रहने वाले बच्चों को उपलब्ध होते हैं।तकनीकी शिक्षा, व्यावसायिक प्रशिक्षण, उद्यमिता और रोजगारोन्मुखी कौशल युवाओं को आत्मनिर्भर बनाने में सहायक हो सकते हैं। स्थानीय आवश्यकताओं के अनुरूप कृषि तकनीक, वन आधारित उद्योग, पर्यटन, स्वास्थ्य सेवाओं और सूचना प्रौद्योगिकी में प्रशिक्षण के अवसर बढ़ाए जा सकते हैं।

01 नवंबर- विश्व शाकाहार दिवस

भोजन की थाली में स्वाद के साथ संवेदना और प्रकृति के प्रति जिम्मेदारी भी जरूरी

प्रत्येक वर्ष 1 नवंबर को विश्व शाकाहार दिवस के रूप में मनाया जाता है। यह दिवस भोजन की आदतों, स्वास्थ्य, जीवों के प्रति संवेदना और पर्यावरण संरक्षण पर विचार करने का अवसर प्रदान करता है। भोजन मनुष्य की मूलभूत आवश्यकता है, लेकिन भोजन का चुनाव केवल स्वाद और परंपरा तक सीमित विषय नहीं है। इसका संबंध हमारी जीवनशैली, स्वास्थ्य, आर्थिक परिस्थितियों, सांस्कृतिक मान्यताओं और प्रकृति के साथ हमारे व्यवहार से भी है। विश्व शाकाहार दिवस का व्यापक संदेश है कि मनुष्य अपनी आहार संबंधी आदतों पर विचार करे और यह समझने का प्रयास करे कि उसकी भोजन-संस्कृति व्यक्तिगत स्वास्थ्य के साथ-साथ समाज तथा पर्यावरण को किस प्रकार प्रभावित करती है। हालांकि शाकाहार अपनाना व्यक्तिगत पसंद, पारिवारिक परंपरा, धार्मिक आस्था और स्वास्थ्य संबंधी आवश्यकताओं से भी जुड़ा होता है। इसलिए इस विषय पर संवाद का आधार विवेक, वैज्ञानिक जानकारी और परस्पर सम्मान होना चाहिए।

भारत में शाकाहार की परंपरा अत्यंत प्राचीन और विविधतापूर्ण रही है। यहाँ अनेक धार्मिक, दार्शनिक और सामाजिक परंपराओं ने अहिंसा, संयम, करुणा और जीवमात्र के प्रति संवेदना को महत्व दिया है। जैन दर्शन में अहिंसा को केंद्रीय स्थान प्राप्त है। बौद्ध परंपरा में भी करुणा और प्राणियों के प्रति संवेदनशीलता पर जोर दिया गया है। भारतीय चिंतन की अनेक धाराओं में सात्त्विक भोजन, आत्मसंयम और संतुलित जीवनशैली की चर्चा मिलती है। भारतीय परिवारों में दाल, चावल, रोटी, सब्जियाँ, फल, दूध, दही, अनाज, दालें और विभिन्न प्रकार के पारंपरिक खाद्य पदार्थ लंबे समय से भोजन का हिस्सा रहे हैं। क्षेत्रीय विविधता के कारण देश के अलग-अलग हिस्सों में शाकाहारी भोजन की अनेक विशिष्ट शैलियां विकसित हुई हैं। छत्तीसगढ़ की भोजन-संस्कृति में चावल का विशेष स्थान है। चीला, फरा, अंगाकर रोटी, बोरे-बासी, दाल, भाजी और मौसमी सब्जियाँ स्थानीय जीवन तथा कृषि परंपरा से जुड़ी हुई हैं। इन व्यंजनों में स्थानीय उपलब्धता, श्रमशील जीवन और मौसम के अनुरूप भोजन करने की परंपरा दिखाई देती है। यह ध्यान रखना आवश्यक है कि शाकाहार की परिभाषा हर व्यक्ति और समुदाय के लिए एक जैसी नहीं होती। कुछ लोग दूध और दुग्ध उत्पादों का सेवन करते हैं, जबकि कुछ लोग पशुजन्य सभी खाद्य पदार्थों से परहेज करते हैं। इसलिए शाकाहार के विषय में चर्चा करते समय इन भिन्नताओं को समझना चाहिए।स्वास्थ्य के दृष्टिकोण से संतुलित शाकाहारी भोजन अनेक लाभ प्रदान कर सकता है। फल, सब्जियाँ, साबुत अनाज, दालें, मेवे और बीज शरीर को रेशा, विटामिन, खनिज तथा विभिन्न आवश्यक पोषक तत्व उपलब्ध कराते हैं। पर्याप्त मात्रा में फल-सब्जियों और साबुत अनाज का सेवन पाचन स्वास्थ्य के लिए उपयोगी है। संतुलित आहार शरीर के सामान्य कामकाज और स्वस्थ जीवनशैली को बनाए रखने में सहायक होता है। लेकिन केवल शाकाहारी होना अपने आप में संपूर्ण स्वास्थ्य की गारंटी नहीं है। यदि भोजन में अत्यधिक मिठास, नमक, तले हुए पदार्थ, परिष्कृत अनाज या अत्यधिक प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थ शामिल हों, तो शाकाहारी भोजन भी असंतुलित हो सकता है।

कोहनी का कमाल, आंदोलन में धमाल!

संजय एम तराणेकर

अक्सर कोहनी मारना यानि एक तरह से ठिठोली करना ही होता है। यारी दोस्ती में कोहनी मारना मजे लेने के समान है। जिसका



कोई बुरा भी नहीं मानता। पलकें टेढ़ी कर दस सेंटीमीटर उचका दो तो आनंद दुगुना हो जाता हैं। इसमें न कोई एफआईआर होती है, न कोई प्रेस कॉन्फ्रेंस और न ही कोई राष्ट्रीय बहस!आजकल एक आंदोलन में चलते-चलते कोहनी मारने की चर्चा खूब चल पड़ी है। उसके बेकग्राउंड में टियाव-टियाव का भाई लोग म्यूजिक डाल के मजे ले रहें हैं।

लेकिन जनाब, कोहनी जब दोस्ती के दायरे से निकलकर राजनीति के मैदान में प्रवेश करती है, तो उसका महत्व अचानक बढ़ जाता है। वही कोहनी, जो कल तक ठिठोली का माध्यम थी, आज चर्चा का विषय बन जाती है। टीवी चैनलों को मसाला मिल जाता है, सोशल मीडिया को नया मुद्दा और राजनीतिक विश्लेषकों को अपनी प्रतिभा दिखाने का सुनहरा अवसर!

इस पर अपने बप्पी दा का गाना याद आता है-÷जाना कहाँ है, दिलकश समाँ है...÷ अब आंदोलन के माहौल में इसकी पैरोडी कुछ यूँ बन सकती है-÷जाना कहाँ है, आंदोलन रवाँ है, कोहनी का किस्सा, चर्चा में जमा है,

गुस्सा जमा है, गुस्सा जमा है, किसने किसको मारा, यही मुद्दा बना है!

हालाँकि आंदोलन किस दिशा में जा रहा है, यह तो आंदोलनकारी ही जानें, लेकिन आसपास चल रहे लोगों को एक नई सीख जरूर मिल गई होगी-राजनीति में कदमताल करते समय केवल आगे-पीछे ही नहीं, दाएँ-बाएँ भी देखते चलिए। पता नहीं कब कोई उत्साह में हाथ हिला दे और आपकी छाती या सीने तक कोहनी पहुँच जाए!

वैसे कोहनी का वार कोई मामूली बात नहीं। अगर जोर से लग जाए तो अस्पताल का बिल, एक्स-रे, डॉक्टर की फीस और तरह-तरह की जाँचें आपका पूरा बजट आंदोलन पर लगा सकती हैं। ऊपर से अगर मामला राजनीतिक हो, तो इलाज से पहले बयानबाजी का दौर शुरू हो सकता है। डॉक्टर पूछेगा, ÷दर्द कहाँ है?÷ और समर्थक पूछेंगे, ÷आप किस पक्ष में हैं?÷ और सबसे बड़ी मुसीबत तब होती है जब घटना का वीडियो वायरल हो जाए। फिर अदालत से पहले सोशल मीडिया फैसला सुनाने लगता है। किसी के लिए यह मजाक, किसी के लिए आक्रामकता और किसी के लिए राजनीतिक साजिश बन जाती है। वीडियो की लंबाई भले कुछ सेकंड हो, लेकिन उस पर बहस कई दिनों तक चल सकती है।

हमारे जमाने में रेडियो पर सावधानी के संदेश सुनाई देते थे–÷जरा सी सावधानी, जिंदगी भर आसानी।÷ आज लगता है कि इसमें एक नई पंक्ति जोड़ने का समय आ गया है-÷आंदोलन में चलें तो संभलकर चलें, हाथ-पैर अपने नियंत्रण में रखें और दूसरों की सीमाओं का सम्मान करें।

क्योंकि लोकतंत्र में विचारों की टक्कर तो समझ में आती है, लेकिन विचार रखते-रखते कोहनी चलने लगे तो फिर विचार पीछे और कोहनी आगे हो जाती है। और अंत में, एक विनम्र सुझाव-आंदोलन में शामिल हों तो मुद्दों पर जोर लगाइए, आवाज बुलंद कीजिए, तर्कों की ताकत दिखाइए; कोहनी की ताकत नहीं। आखिर आंदोलन का उद्देश्य अपनी बात मनवाना है, किसी को अस्पताल पहुँचाना नहीं।

क्योंकि राजनीति में कोहनी मारकर सुर्खियाँ तो मिल सकती हैं, लेकिन सम्मान कमाने के लिए संयम और समझदारी ही काम आती है। और हाँ, दो गज दूरी वाला पुराना संदेश भले अब हर जगह सुनाई न देता हो, मगर एक बात आज भी जरूरी है-कोहनी को अपनी जगह लटकने दीजिये, अपने हाथों का प्रयोग किसी को भारी नुकसान पहुँचा सकता हैं। कोहनी मालिकों सावधान...!

धर्म अनेक,मूल्य अनेक-मानवता का संदेश एक

अलग-अलग धर्मों के अपने संस्कार होते हैं,
जीवन जीने के अलग-अलग विचार होते हैं।
रीति-रिवाज़,परंपराएँ, संस्कृति की शान हैं,
इन्हीं विविधताओं से समाज की पहचान है।
किसी धर्म में सेवा,किसी में त्याग का मान है,
कहीं प्रेम की शिक्षा,कहीं करुणा का गान है।
हर धर्म के मूल्य उसकी विरासत बताते हैं,
पीढ़ी-दर-पीढ़ी संस्कारों के दीप जलाते हैं।
अपनी आस्था पर गर्व करना अधिकार है,
पर दूजे की आस्था का मान रखना संस्कार है।
अपनी परंपरा से प्रेम करना अच्छी बात है,
पर दूसरे का सम्मान भी इंसानियत का साथ है।
धर्म की पहचान केवल वेशभूषा नहीं होती,
सच्चाई के बिना कोई पूजा पूरी नहीं होती।
वाणी में मधुरता हो, व्यवहार में सम्मान हो,
दीन-दुखियों की सेवा ही सच्चे धर्म की शान हो।
धर्मों के रंग अलग, पर प्रेम का रंग एक है,
पूजा के ढंग अनेक, पर करुणा का ढंग एक है।
किशन अपने-अपने मूल्यों को संजोकर आगे बढ़ते रहें,
मानवता के सूत्र में बँधकर सब मिलकर चलते रहें।

क़र विशेषज्ञ स्तंभकार साहित्यकार अंतरराष्ट्रीय लेखक
चिंतक कवि संगीत माध्यमा सीए (एटीसी) एडवोकेट
किशन सनमुखदास भावनानीं

धनतेरस पर नागाजी मंदिर में भगवान धन्वंतरि की विशेष पूजा

1100 दीपकों से जगमगाएगा केला देवी व श्री नागाजी मंदिर परिसर

पोरसा, जीएनएस।

धनतेरस के पावन पर्व पर दिनांक 6 नवंबर को नागाजी मंदिर परिसर स्थित राजराजेश्वरी केला देवी मंदिर में भगवान धन्वंतरि की विशेष पूजा-अर्चना का आयोजन किया जाएगा। इस धार्मिक आयोजन में भगवान धन्वंतरि के साथ मंदिर परिसर में विराजमान सभी देवी-देवताओं की विधि-विधान से पूजा की जाएगी। श्रद्धालु भगवान से दीर्घायु, उत्तम स्वास्थ्य, सुख-समृद्धि और निरोगी जीवन की मंगलकामना करेंगे। आयोजन के दौरान 1100 दीपक प्रज्वलित किए जाएंगे, जिससे मंदिर परिसर भक्तिमय वातावरण में आलोकित होगा।

यह धार्मिक कार्यक्रम *केला देवी भक्त मंडल एवं केला देवी महिला भक्त मंडल* के तत्वावधान में आयोजित किया जाएगा। कार्यक्रम में महामंडलेश्वर महंत राम लखन दास महाराज बतौर अतिथि उपस्थित रहेंगे। वहीं, पुजारी रामदास श्रोत्रिय महाराज के मार्गदर्शन में पूजा-अर्चना एवं धार्मिक अनुष्ठान संपन्न होंगे। आयोजन को लेकर भक्त मंडल के सदस्यों और श्रद्धालुओं में उत्साह का माहौल रहेगा।

भगवान धन्वंतरि की पूजा कर मांगा जाएगा आरोग्य का आशीर्वाद

धनतेरस के अवसर पर भगवान धन्वंतरि की पूजा का विशेष धार्मिक महत्व माना जाता है। भगवान धन्वंतरि को आयुर्वेद का देवता माना जाता है और श्रद्धालु उनसे स्वस्थ एवं दीर्घायु जीवन का आशीर्वाद प्राप्त करने की प्रार्थना करते हैं। इसी धार्मिक भावना के साथ नागाजी मंदिर परिसर स्थित राजराजेश्वरी केला देवी मंदिर में भगवान धन्वंतरि की विशेष पूजा-अर्चना की जाएगी।

इस अवसर पर मंदिर परिसर में विराजमान भगवान बांके बिहारी, राम दरबार, भगवान श्री गणेशजी रिद्धि-सिद्धि महारानी, मां सरस्वती, महादेव बाबा एवं भगवान शंकर तथा बजरंगबली महाराज , एवं श्री नागाजी महाराज सहित सभी देवी-देवताओं की पूजा-अर्चना की जाएगी। श्रद्धालु परिवार की खुशहाली, समाज की सुख-समृद्धि और सभी के उत्तम स्वास्थ्य की कामना करेंगे।

मप्र 1100 दीपक प्रज्वलित कर की जाएगी मंगलकामना

धार्मिक आयोजन का विशेष आकर्षण 1100 दीपकों का प्रज्वलन रहेगा। दीप प्रज्वलन के माध्यम से श्रद्धालु सुख, शांति, समृद्धि और आरोग्य की कामना करेंगे। दीपों की रोशनी से मंदिर परिसर में भक्तिमय वातावरण निर्मित होगा और श्रद्धालु श्रद्धा एवं भक्ति के साथ धार्मिक अनुष्ठान में भाग लेंगे। केला देवी भक्त मंडल एवं केला देवी महिला भक्त मंडल के तत्वावधान में आयोजित इस कार्यक्रम का उद्देश्य धनतेरस के पावन अवसर पर भगवान धन्वंतरि की आराधना के साथ सभी देवी-देवताओं का पूजन कर जनकल्याण और निरोगी जीवन की मंगलकामना करना है।

कार्यक्रम की व्यवस्थाओं में अरुण कुमार गुप्ता, महावीर बंसल, अंकुर सिंघल, कन्हैया गुप्ता, रामकुमार गुप्ता, विनोद बंसल, रेखा गुप्ता, सुनीता वर्मा, प्रवेश गुप्ता, आशा गुप्ता एवं पवन गुप्ता सहित अनेक भक्तगण अपनी सहभागिता निभाएंगे। भक्त मंडल के सदस्य आयोजन की विभिन्न व्यवस्थाओं को संभालेंगे, ताकि पूजा-अर्चना एवं दीप प्रज्वलन का कार्यक्रम श्रद्धा और सुव्यवस्थित तरीके से संपन्न हो सके। 6 नवंबर धनतेरस के इस पावन अवसर पर भगवान धन्वंतरि की आराधना और 1100 दीपकों के प्रज्वलन के साथ श्रद्धालु निरोगी काया, दीर्घायु, सुख-शांति और समृद्धि की प्रार्थना करेंगें।

पौधों के विकास को महसूस कीजिए : प्रकृति के चमत्कारों को जानने का अवसर

डॉ. विजय गर्ग

पौधे प्रकृति की सबसे अद्भुत रचनाओं में से हैं। वे चुपचाप बढ़ते रहते हैं और अक्सर हमें उनके विकास का पता ही नहीं चलता। एक छोटा-सा बीज जड़ें निकालता है, मिट्टी से बाहर अंकुरित होता है, सूर्य के प्रकाश की ओर बढ़ता है और धीरे-धीरे पत्तियों से भरपूर एक पौधे का रूप ले लेता है। यह यात्रा केवल एक जैविक प्रक्रिया नहीं है, बल्कि धैर्य, संघर्ष, अनुकूलन और जीवन की परस्पर निर्भरता का सुंदर संदेश भी देती है।

पौधों के विकास को महसूस करने का अर्थ है प्रकृति को ध्यान से देखना, उसकी गति को समझना और पृथ्वी पर जीवन को बनाए रखने वाली अद्भुत प्रक्रियाओं की सराहना करना।

एक छोटे बीज से जीवित पौधे तक

प्रत्येक विशाल वृक्ष का जीवन कभी एक छोटे-से बीज से ही शुरू हुआ था। उस बीज के भीतर एक नए पौधे के विकास की क्षमता छिपी होती है। जब उसे पर्याप्त नमी, ऑक्सीजन और अनुकूल तापमान मिलता है, तो अंकुरण की प्रक्रिया शुरू हो जाती है। बीज का आवरण नरम पड़ता है, जड़ बाहर निकलती है और मिट्टी में फैलने लगती है, जबकि अंकुर मिट्टी की सतह की ओर बढ़ता है।

धीरे-धीरे पहली पत्तियाँ खुलती हैं और सूर्य का प्रकाश ग्रहण करती हैं। प्रकाश संश्लेषण की प्रक्रिया द्वारा पौधा सूर्य के प्रकाश, पानी और कार्बन डाइऑक्साइड की सहायता से अपना भोजन बनाता है। समय के साथ उसकी जड़ें फैलती हैं, तना मजबूत होता है और नई पत्तियाँ निकलने लगती हैं।

यह परिवर्तन हमें सिखाता है कि प्रकृति की महान उपलब्धियों की शुरुआत भी छोटे-छोटे कदमों से होती है।

पौधों का विकास सामान्यतः इतना धीमा होता है कि हम उसे पल-पल होते हुए नहीं देख पाते। लेकिन यदि हम नियमित रूप से किसी पौधे का निरीक्षण करें, तो उसके विकास में होने वाले परिवर्तनों को पहचान सकते हैं और प्रकृति से गहरा जुड़ाव महसूस कर सकते हैं।

किसी छोटे पौधे की ऊँचाई हर कुछ दिनों में मापिए। नई पत्तियों के निकलने, तने के मोटा होने और जड़ों के विकसित होने पर ध्यान दीजिए। देखिए कि उसकी पत्तियाँ सूर्य के प्रकाश के प्रति कैसी प्रतिक्रिया करती हैं और पानी देने के बाद उसमें क्या बदलाव आता है।

कुछ पौधों में ऐसी गतियाँ भी दिखाई देती हैं जिन्हें अपेक्षाकृत कम समय में देखा जा सकता है। सूरजमुखी की पत्तियाँ और विकसित होते फूल प्रकाश की दिशा के अनुसार अपनी स्थिति बदल सकते हैं। कुछ पौधों की पत्तियाँ स्पर्श करने पर स्पष्ट प्रतिक्रिया देती हैं। ये गतिविधियाँ बताती हैं कि पौधे जीवित प्राणी हैं और अपने आसपास के वातावरण के प्रति प्रतिक्रिया करते हैं।

यद्यपि पौधों में मनुष्यों की तरह मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र नहीं होता, फिर भी वे प्रकाश, गुरुत्वाकर्षण, नमी, तापमान और अन्य पर्यावरणीय संकेतों को पहचानकर प्रतिक्रिया देते हैं।

पौधे के विकास का एक बड़ा हिस्सा मिट्टी के नीचे होता है, जिसे हम आसानी से देख नहीं पाते। जड़ें मिट्टी में फैलकर पानी और आवश्यक खनिजों को अवशोषित करती हैं। जड़ों पर मौजूद सूक्ष्म रोम अवशोषण के लिए सतह का क्षेत्र बढ़ाते हैं, जबकि जड़ों के अग्रभाग आसपास की मिट्टी में आगे बढ़ते हैं।

स्वस्थ जड़ें पौधे को मिट्टी में मजबूती से टिकाए रखती हैं और बदलती पर्यावरणीय परिस्थितियों में जीवित रहने में सहायता करती हैं। उनका विकास मिट्टी की नमी, पोषक तत्त्वों, ऑक्सीजन और मिट्टी की बनावट पर निर्भर करता है। विद्यार्थी एक सरल प्रयोग के माध्यम से इस छिपी हुई प्रक्रिया को समझ सकते हैं। अंकुरित होने वाले सेम या चने के बीज को एक पारदर्शी पात्र में नम रुई या कागज के बीच रखिए। कई दिनों तक जड़ और अंकुर के निकलने की प्रक्रिया को देखिए। माध्यम को नम रखें, लेकिन उसमें अत्यधिक पानी जमा न होने दें। पौधे को अनुकूल तापमान भी उपलब्ध कराएँ।

यह छोटा-सा प्रयोग कक्षा के सामान्य पाठ को रोचक वैज्ञानिक खोज में बदल सकता है।

पौधे अपने वातावरण के प्रति लगातार प्रतिक्रिया करते हैं। प्रकाश संश्लेषण के लिए सूर्य का प्रकाश ऊर्जा प्रदान करता है, जबकि पानी आवश्यक रासायनिक प्रक्रियाओं में सहायता करता है और पौधों की कोशिकाओं को उचित दृढ़ता बनाए रखने में मदद करता है। मिट्टी से मिलने वाले खनिज नए ऊतकों और कोशिकाओं के निर्माण में योगदान देते हैं।

पानी की कमी से पौधे मुरझा सकते हैं, जबकि अत्यधिक पानी जड़ों तक ऑक्सीजन पहुँचने में बाधा उत्पन्न कर सकता है। पर्याप्त प्रकाश न मिलने से विकास कमजोर हो सकता है और अत्यधिक तापमान पौधों के ऊतकों को नुकसान पहुँचा सकता है।

इन परिवर्तनों को देखकर हम समझते हैं कि पौधों के विकास के लिए संतुलन आवश्यक है। प्रकृति में विकास किसी एक कारक पर निर्भर नहीं करता, बल्कि अनेक परिस्थितियों के परस्पर प्रभाव से होता है।

पौधों में प्रकाशानुवर्तन भी पाया जाता है, जिसमें तने और अंकुर प्रकाश की दिशा में बढ़ते हैं। इसी प्रकार, गुरुत्वानुवर्तन के कारण जड़ें और तने गुरुत्वाकर्षण के प्रति अपनी प्रतिक्रिया के अनुसार बढ़ते हैं। ये प्रक्रियाएँ पौधों को अपने वातावरण में सही दिशा में विकसित होने में सहायता करती हैं।

रिजीम चेंज पर मोहन भागवत जी के विचार सकारात्मक सोच के परिचायक

इस विषय पर आम जनता की अपनी बात

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के सरसंघचालक परम आदरणीय मोहन भागवत जी ने विजयादशमी के अवसर पर नागपुर में जो विचार रखे, वह आज के वैश्विक परिदृश्य में सकारात्मक सोच के परिचायक हैं।



उन्होंने स्पष्ट कहा कि 'रिजीम चेंज से व्यवस्था नहीं बदलती'। फ्रांस, अल्बानिया, नेपाल और बांग्लादेश का उदाहरण देते हुए उन्होंने कहा कि सत्ता बदलने से स्थिति नहीं बदलती, यह केवल बाहरी शक्तियों के स्वार्थ का हथकंडा है। यह कथन बिल्कुल सत्य है। लोकतंत्र में विरोध स्वाभाविक है, पर विरोध का उद्देश्य समाधान होना चाहिए, विभाजन नहीं।

नकारात्मकता की इस हवा ने पश्चिमी देशों में काम करने वाली विदेशी ताकतों को इस खेल के लिए तैयार करके भेजा है।

आज दिल्ली सहित देश के कई हिस्सों में जिस तरह धरना-प्रदर्शन को सत्ता परिवर्तन का औजार बनाया जा रहा है, उस पर भागवत जी की यह चेतावनी बहुत सामयिक है कि यह 'पश्चिम से आया तूफान' है, जो हमारी व्यवस्था, संस्कृति और मूल्यों के विरुद्ध है।

उन्होंने यह भी कहा कि भारत एक सशक्त नीति और सशक्त नेतृत्व के साथ आगे बढ़ रहा है, इसलिए इसे कमजोर करने की कोशिशें हो रही हैं। युवा पीढ़ी में बढ़ता राष्ट्र-गौरव इसका प्रमाण है। यह विचार वास्तव में राष्ट्र को जोड़ने वाला है, तोड़ने वाला नहीं।

रिजीम चेंज की बात करने वालों को भागवत जी के इस सकारात्मक चिंतन से सीखना चाहिए कि आंदोलन समाधान के लिए हों, सत्ता के स्वार्थ के लिए नहीं।

इस विषय पर - स्वतंत्र पत्रकार हरिहर सिंह चौहान द्वारा आमजन से लिए गए विचार ----

वरिष्ठ अधिवक्ता प्रवीण चौधरी, बागली –

÷देखिए, यह लोग देश में अराजकता के माध्यम से सत्ता पाने के लिए कुछ भी करने को तैयार हैं। ऐसे तत्वों के लिए सख्ती ही उचित है। देश एक बार आपातकाल देख चुका है, अब कोई ऐसा नहीं सोचता। विपक्षी दल अगर अच्छाई को सकारात्मकता के चश्मे से देखेंगे तो उनका मोतियाबिंद ठीक हो जाएगा।÷

निजी सेवा में कार्यरत राम गुर्जर, मयूर नगर, इंदौर –

÷राष्ट्र को भारतीय संस्कृति व मानवीय सरोकार से आगे बढ़ाने वालों के खिलाफ मुट्ठी भर लोग और विदेशी आकाओं के सहारे 'रिजीम चेंज' जैसी सोच लोकतांत्रिक देश में संभव नहीं है। हमको बांटने वाले खुद खत्म हो गए।

वरिष्ठ पत्र-लेखक प्रकाश हेमावत, रतलाम –

÷देश में धरना-प्रदर्शन, आंदोलन करना अभिव्यक्ति की आजादी है, लेकिन जब विचारों में गलत बात आएगी तो हिंसा व अराजकता से मतभेद बढ़ेंगे। सत्ता व विपक्ष दोनों ही भारतीय लोकतंत्र की सबसे मजबूत कड़ी हैं। इसे खत्म करने वाले देश का भला नहीं चाहते। रिजीम चेंज जैसी सोच लोकतांत्रिक व्यवस्था के लिए शुभ संकेत नहीं है।

वरिष्ठ कलमकार, राष्ट्रवादी विचारधारा के समर्थक मनोहर मंजुल, पिपलिया बुजुर्ग –

÷सरसंघचालक डॉ. मोहन भागवत ने अपने संबोधन में देश की मौजूदा स्थितियों, उत्पन्न खतरों, सामाजिक सरोकार और जागरूक समाज सहित अनेक विषयों की सूक्ष्म समीक्षा की।

आपने कहा कि भारत अनेकता में एकता का वैश्विक उदाहरण है। हमारे देश में अनेक पूजा पद्धतियां, अनेक धर्मावलंबी, अनेक पंथ हैं, इसके बावजूद हमारी सांस्कृतिक एकता शायद ही कहीं मिलती है। देश की सनातन परंपरा का ही प्रभाव है कि वह सबको जोड़कर रखती है।

आपने संघ के विस्तार तथा उसकी कार्य-प्रणाली की भी चर्चा की। इस बिंदु पर आपने कहा कि लगभग 39 लाख युवाओं को हमने संघ के माध्यम से देश के नवनिर्माण का दायित्व सौंप दिया है।

एक महत्वपूर्ण बात आपने कही जो पूरे भाषण में रेखांकित करने योग्य है – हमारा उद्देश्य केवल अपने विचारों को लोगों तक पहुंचाना ही नहीं, बल्कि संवाद स्थापित करना और उसके अनुरूप समाज का निर्माण करना है।

सामाजिक समरसता, कुटुंब प्रबोधन, पर्यावरण संरक्षण, स्वबोध, स्वदेशी, नागरिक अनुशासन जैसे विषय हमारी सर्वोच्च प्राथमिकता हैं।

देश की भावनात्मक एकता ही देश की शक्ति है और यही शक्ति वैश्विक पटल पर भारत को एक मजबूत राष्ट्र की ओर ले जा रही है।

डॉ. भागवत ने लोकतंत्र में असहमति को सहज एवं स्वाभाविक प्रक्रिया कहा, किंतु यह भी इंगित किया कि हमें राष्ट्रीय एकता, सामाजिक सद्भाव तथा परस्पर समन्वय को बनाए रखना होगा।

आज जब विश्व बारूद के मुहाने पर बैठा है, वैश्विक पटल पर हिंसा और अराजकता के दृश्य, विशेषकर यूरोप में, चिंता का विषय हैं, किंतु हमें विश्वास है कि हमारे देश की राष्ट्रवादी ताकत इन राष्ट्र-विरोधी ताकतों को सफल नहीं होने देगी। हमारे देश में सनातन और राष्ट्रवाद की मजबूत जड़ किसी भी झंझावात को झेलने में सक्षम है। संघ प्रमुख का संदेश एक उज्ज्वल प्रकाश-पुंज के समान है जो राष्ट्रवाद तथा सनातन प्रेमियों के लिए पथ-प्रदर्शित करता रहेगा।

अनेक वरिष्ठजनों और आम जनमानस ने भी यही कहा कि देश को तोड़ने की सोच गलत है। कहीं कोई गलत बात हो रही है तो विपक्षी दल अपने अधिकारों से भारतीय संविधान के दायरे में रहकर अपनी बात रखे। लोकसभा, राज्यसभा के साथ जनता की अदालत भी है, पर हिंसक भाव गलत है।

स्वतंत्र पत्रकार, हरिहर सिंह चौहान, इंदौर द्वारा प्रस्तुत

स्ट्रोक का बढ़ता खतरा : आधुनिक जीवनशैली और मानसिक तनाव जिम्मेदार

हमारे आसपास का वातावरण ही कुछ ऐसा बन गया है कि, पिछले कुछ सालों में जानलेवा बीमारियों में बेतहासा वृद्धि हुयी हैं। कैंसर, हार्ट अटैक, स्ट्रोक तो अब रोजमर्रा की बातों में सुनने मिलता है, जैसे यह कोई आम बीमारी बन गई है। आधुनिक जीवनशैली और बढ़ता मानसिक तनाव बीमारियों को बूस्टर डोज दे रहा है, जिसके कारण निरोगी और कम उम्र का व्यक्ति भी असमय घातक बीमारियों का शिकार होकर जान गवा रहा हैं। प्रदूषण, मिलावटखोरी, अशुद्धता, मौसम का बिगड़ता चक्र और जहरीले रसायनों का प्रयोग वैसे ही हमें मौत के मुहाने पर पहुंचा रहा है, ऊपर से आधुनिक जीवनशैली और मानसिक तनाव हमें शारीरिक और मानसिक रूप से कमजोर बना रहा हैं। शरीर और मन को खुश और निरोगी रखे ऐसा वातावरण, चीजें या लोगों का व्यवहार कम हो रहा हैं। अपनी जिम्मेदारियों को पूरा करने में व्यस्त मनुष्य अपने स्वास्थ्य की उपेक्षा करता हैं।

नशाखोरी, भोजन में पोषक तत्वों की कमी, पैक्ड फूड-ड्रिंक, तले मसालेदार मीठे नमकीन मैदायुक्त वसायुक्त खाद्यपदार्थ, देर रात तक जागना या अनिंद्रा, सोशल मीडिया की लत, यांत्रिक संसाधनों पर निर्भरता, निरंतर बैठक कार्य करना, व्यायाम की कमी, पर्याप्त मात्रा में शुद्ध ऑक्सीज़न, जल और पोषक आहार न मिलना, बुरी संगत या बुरी आदतें, दुर्व्यवहार सहना, मन में डर बैठना या हिम्मत की कमी, बुरे विचार आना, ऐसी सभी आदतें मनुष्य के सेहत पर बुरा आघात करती है और फिर धीरे-धीरे जानलेवा बीमारियों की ओर धकेलती हैं। धूम्रपान, मधुमेह, मोटापा, उच्च रक्तचाप, खराब कोलेस्ट्रॉल स्ट्रोक के जोखिम को बढ़ाते हैं। कोई भी घातक बीमारी हमें एक दिन में नहीं होती, बीमारियां धीमे गति से बढ़ने लगती है, लेकिन हम ध्यान देना उचित नहीं समझतें। हमारी जीवनशैली और कार्यशैली में बदलाव आवश्यक है और साथ ही प्रकृति पर होनेवाला हर प्रहार हमारी सेहत पर हो रहा है, यह जागरूकता बेहद जरुरी हैं।

हर साल 29 अक्टूबर को विश्व स्ट्रोक दिवस पूरी दुनिया में जनजागृति के लिए मनाया जाता हैं। मस्तिष्क संबंधी घातक बीमारी स्ट्रोक तेजी से बढ़ रही है, जब मस्तिष्क में रक्त का प्रवाह रुक जाता है तब स्ट्रोक होता हैं। मस्तिष्क में रक्त वाहिका के अवरुद्ध होने के कारण या फिर मस्तिष्क के अंदर रक्तस्राव के कारण यह स्थिति उत्पन्न होती हैं। पहले यह केवल बुजुर्गों के हिस्से की बीमारी मानी जाती थी, परंतु अब युवाओं में भी यह बीमारी तेजी से बढ़ी है, नेशनल स्ट्रोक रजिस्ट्री प्रोग्राम दर्शाता है कि, स्ट्रोक के हर 7 में से 1 मरीज युवा अवस्था में कामकाजी वर्ग का है, अर्थात भारत में 14 प्रतिशत मरीज 45 साल से कम उम्र के होते हैं। स्लीप मेडिसिन रिव्यूज 2023 में बताया गया था कि, कामकाजी उम्र के 104 मिलियन भारतीय ऑब्स्ट्रक्टिव स्लीप एप्निया से पीड़ित है, जो स्ट्रोक का जोखिम कारक हैं। अमेरिकन स्ट्रोक असोसिएशन अनुसार, स्ट्रोक किसी को भी और किसी भी उम्र में हो सकता हैं। दुनिया भर में, 25 साल से ज़्यादा उम्र के हर चार वयस्कों में से एक को अपने जीवनकाल में कभी न कभी स्ट्रोक हो सकता हैं।

साल 2020-2022 दौरान एक रिसर्च किया गया, जिसमे देश के 30 अस्पतालों के 34792 स्ट्रोक मरीजों के अध्ययन से पता कि, कुल मरीजों में 64 प्रतिशत पुरुष और 36.6 प्रतिशत महिलाएं थीं, 70 प्रतिशत से अधिक लोग ग्रामीण क्षेत्रों से थे। 74.5 प्रतिशत में उच्च रक्तचाप, 28.5 प्रतिशत में तंबाकू का सेवन और 27.3 प्रतिशत में मधुमेह सबसे आम जोखिम कारक था। 37.8 प्रतिशत मरीज 24 घंटे बाद अस्पताल पहुंचे, केवल 20.1 प्रतिशत मरीज लक्षण शुरू होने के 4.5 घंटे के भीतर अस्पताल पहुंचे थे। स्ट्रोक आने के तीन महीने बाद, 27.8 प्रतिशत मरीजों की मृत्यु हो चुकी थी, लगभग 30 प्रतिशत मरीज गंभीर विकलांगता का शिकार हो गए थे एवं 1.1 प्रतिशत मरीजों को दोबारा स्ट्रोक आया। स्ट्रोक होने पर संतुलन खोना, आँखों में बदलाव, चेहरे का एक तरफ झुकना, हाथ में कमजोरी, बोलने में कठिनाई जैसी समस्या हो सकती है, इसलिए हर मिनट कीमती मानकर तुरंत मरीज को अस्पताल पहुंचाए।

विश्व स्वास्थ्य संगठन अनुसार, 2021 में, स्ट्रोक दुनिया भर में मौत और विकलांगता का तीसरा प्रमुख कारण था, जिसके अनुमानित 93.8 मिलियन मामले सामने आए। 2021 में, स्ट्रोक के 11.9 मिलियन नए मामले दर्ज किए गए। पिछले 20 वर्षों में जीवन भर स्ट्रोक होने का जोखिम 50 फीसदी तक बढ़ गया है, %डिसएबिलिटी एडजस्टेड लाइफ इयर्स% के रूप में मापा जाने वाला स्ट्रोक का वैश्विक बोझ, वर्ष 2000 के 137 मिलियन से बढ़कर 2021 में 160 मिलियन हो गया है। स्ट्रोक के बोझ का अधिकांश हिस्सा 10 ऐसे जोखिम कारकों से जुड़ा है जिन्हें बदला या नियंत्रित किया जा सकता है। इनमें शामिल हैं- हाई ब्लड प्रेशर, वायु प्रदूषण, धूम्रपान, हाई कोलेस्ट्रॉल, सोडियम की अधिक मात्रा वाला आहार, हाई फास्टिंग ब्लड ग्लूकोज, किडनी की खराबी, शरीर का अधिक वजन, शारीरिक रूप से निष्क्रिय रहना और शराब का हानिकारक सेवन यह हैं।

हम किसी को गलत करने से तो नहीं रोक सकते, लेकिन हम खुद की जान को जोखिम में डालने से रोक सकते है, क्योंकि हमारी जान की हमें परवाह है, जीवन अनमोल है, यह फिर नहीं मिलेगी, इसलिए जीवन को जीभर जियें। शारीरिक और मानसिक तौर पर शरीर एकदम स्वस्थ बनाये रखें। आधुनिक जीवनशैली को त्यागें, आधुनिकता विचारों में होनी चाहिए, स्वास्थ्य खराब करने में नहीं। पोषक आहार, पर्याप्त नींद, रोजाना व्यायाम, धूम्रपान-शराब इत्यादि नशे से दुरी, तला मीठा नमकीन वसायुक्त खाने से दुरी, शारीरिक गतिविधियां करें, प्रकृति ही जीवन का आधार है, क्योंकि प्राणवायु, जल, आहार उसी की देन है, इसलिए उसकी रक्षा करें। बुरी आदत और बुरे विचारो वाले लोगों से दूर रहें, प्रसन्न रहें, अच्छे लोगों की संगत करें। गुस्सा, द्वेष, ईर्ष्या और झूठा दिखावा मनुष्य को मानसिक रूप से कमजोर बनाता है, इसे नियंत्रण में रखें। भावनाओं में बहना बंद करें, मन और मस्तिष्क हमेशा मजबूत बनाये रखें। कोलेस्ट्रॉल, रक्तचाप, मधुमेह नियंत्रित और सामान्य बनाए रखें। ऐसी जीवनशैली हमें बहुत-सी बीमारियों से बचाती हैं। स्वास्थ्यवर्धक खानपान, अच्छे संस्कार, संतोषी मन और मानसिक सुकून सुखी जीवन की कुंजी हैं।

स्ट्रोक आने पर मरीज के शारीरिक लक्षणों पर गौर करें। चिकित्सकीय मदद के लिए तुरंत आपातकालीन नंबर पर कॉल करें। तंग कपड़े ढीले करें, ताकि सांस लेने में आसानी हों। मरीज को खाने-पीने के लिए कुछ न दें, संभव हो तो एम्बुलेंस से ही अस्पताल ले जाएं। सांस और पल्स की जाँच करें, यदि मरीज की सांस रुकती है या वे बेहोश हो जाएं और सीपीआर देना आता है, तो तुरंत सीपीआर देना शुरू करें। कोई भी बीमारी हो, उससे बेहतर है कि हम पहले ही उसके रोकथाम से बचें। फिर भी अगर बीमारी होती है तो, तुरंत अस्पताल में जाएं और उचित चिकित्सा करायें। किसी भी हालत में घबराएं नहीं, मनोबल बनाए रखें और मरीज को भी दिलासा दें।

लेखक, डॉ. प्रीतम भी. गेडाम
(महाराष्ट्र सरकार द्वारा सम्मानित लेखक)

मन को शांत और एकाग्र करना है, रोज करें त्राटक, दूर होगी अनिद्रा और तनाव की समस्या

आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में जहां मानव मस्तिष्क हर पल सैकड़ों विचारों से घिरा रहता है, वहां मानसिक शांति और एकाग्रता पाना एक बड़ी चुनौती बन गया है। ऐसे में, %त्राटक% एक ऐसी सूक्ष्म साधना है, जो भटकते हुए मन को रोककर उसे एक बिंदु पर केंद्रित करने में मदद करती है। यह हठयोग की एक प्राचीन और शक्तिशाली साधना है, जिसमें किसी एक निश्चित बिंदु, वस्तु, दीपक की लौ, मूर्ति या प्रतीक पर बिना पलक झपकाए लगातार टकटकी लगाकर देखा जाता है। भारत सरकार के आयुष मंत्रालय के अनुसार, त्राटक क्रिया एक महत्वपूर्ण योगिक अभ्यास है, जो मानसिक स्पष्टता और नेत्र स्वास्थ्य के लिए बेहद लाभकारी है। त्राटक के नियमित अभ्यास से आंखों की रोशनी में सुधार होता है, नींद अच्छी आती है और मन शांत होने लगता है।

त्राटक एक प्राचीन शुद्धिकरण क्रिया है, जिसे करने के लिए व्यक्ति को बिना पलक झपकाए किसी एक बिंदु, दीपक की लौ या वस्तु को एकाग्रता से बैठकर देखना होता है। यह केवल आंखों का व्यायाम नहीं है, बल्कि यह मन को एकाग्र करने, मानसिक ऊर्जा को जागृत करने और आंतरिक शांति प्राप्त करने का एक अद्भुत मार्ग है। त्राटक अनिद्रा, तनाव और अनावश्यक विचारों की भीड़ को कम करने में बहुत प्रभावी है। दरअसल, रात में सोते समय हमारे दिमाग में दिनभर की बातें लौटती हैं, जिस वजह से नींद की गुणवत्ता कम होती है। त्राटक करते समय दीये की लौ को एकटक देखने पर दिमाग धीरे-धीरे शांत होने लगता है। आंखों की नसों का सीधा संबंध मस्तिष्क से होता है। लौ को लगातार देखने से मेलाटोनिन हार्मोन सक्रिय होता है, जो गहरी नींद लाने में मदद करता है। रोज 10 मिनट त्राटक करने वाले लोगों को नींद की गोली की जरूरत कम पड़ने लगती है। चश्मा लगाकर या रात के समय सूर्य त्राटक जैसी तीव्र क्रियाएं बिना किसी योग्य गुरु के मार्गदर्शन के न करें।

कथित प्रशिक्षण, ड्रोन और वायरल वीडियो ने खड़े किए गंभीर सवाल

बांदकपुर पेट्रोल पंप विवाद- मंदिर प्रबंधन के फैसले से लेकर आंदोलन के पीछे के धन और पुलिस की खुफिया व्यवस्था तक, निष्पक्ष जांच की मांग

(डॉ. एल.एन. वैष्णव)

दमोह, 26 अक्टूबर 2026। जिले के प्रसिद्ध धार्मिक स्थल बांदकपुर में कॉरिडोर निर्माण की धीमी गति और मंदिर समिति की लीज पर दी गई भूमि पर संचालित पेट्रोल पंप से जुड़ा विवाद अब केवल स्थानीय असहमति तक सीमित दिखाई नहीं देता। इस पूरे घटनाक्रम में सामने आ रहे कथित वीडियो, आंदोलन से पहले की तैयारियों, गांव-गांव बैठकों, लोगों को मीडिया के सामने अपनी बात रखने के लिए समझाने तथा बड़े स्तर पर वाहनों और अन्य संसाधनों के इस्तेमाल से कई ऐसे प्रश्न खड़े हो रहे हैं, जिनका जवाब सार्वजनिक रूप से सामने आना चाहिए।

मामला इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्योंकि एक ओर बांदकपुर कॉरिडोर निर्माण की प्रगति को लेकर सवाल हैं, तो दूसरी ओर मंदिर प्रबंधन की लीज नीति और पेट्रोल पंप की जमीन को लेकर विवाद की चर्चा है। ऐसे में यह स्पष्ट होना जरूरी है कि आंदोलन की वास्तविक मांगें क्या हैं, उसकी तैयारी किस स्तर पर हुई, संसाधन कहां से जुटाए गए और क्या इन सभी पहलुओं की निष्पक्ष जांच की गई है?

यहां किसी व्यक्ति या समूह को बिना प्रमाण दोषी ठहराना उद्देश्य नहीं है। सवाल उन परिस्थितियों, घटनाक्रम और कथित साक्ष्यों को लेकर हैं, जिनकी जांच से वास्तविक स्थिति सामने आ सकती है।

आंदोलन से पहले गांव-गांव बैठकें, क्या थी तैयारी की वास्तविक रूपरेखा?

सूत्रों से प्राप्त जानकारी और सामने आने के दावों के अनुसार, आंदोलन से पहले अलग-अलग गांवों में बैठकें आयोजित कर लोगों को एकजुट करने तथा आंदोलन में भागीदारी के लिए तैयार करने की प्रक्रिया चली। यह भी दावा किया जा रहा है कि कुछ लोगों को आंदोलन के दौरान अपनी बात रखने, सवालों का जवाब देने और मीडिया से बातचीत करने के संबंध में समझाया गया।

यदि इन दावों की पुष्टि होती है, तो यह जानना जरूरी होगा कि इन बैठकों का आयोजन किसने किया, उनका उद्देश्य क्या था और उनमें लोगों को किस प्रकार के निर्देश दिए गए। लोकतांत्रिक व्यवस्था में किसी मांग को लेकर लोगों को संगठित करना उनका अधिकार है, लेकिन यदि किसी आंदोलन के लिए व्यवस्थित प्रशिक्षण, संदेशों का पूर्वनिर्धारण और मीडिया के सामने दिए जाने वाले जवाबों की तैयारी कराई गई हो, तो उसके वास्तविक स्वरूप को समझना भी जरूरी है।

क्या यह केवल जनसमर्थन जुटाने की सामान्य प्रक्रिया थी या आंदोलन को एक निश्चित रणनीति के तहत संचालित करने की तैयारी? इसका जवाब अनुमान से नहीं, बल्कि संबंधित वीडियो, बैठकों के विवरण और उपलब्ध साक्ष्यों की जांच से मिलना चाहिए।

वायरल वीडियो ने बढ़ाए सवाल- मीडिया के सामने क्या बोलना है, इसकी तैयारी क्यों?

इस पूरे घटनाक्रम में एक कथित वीडियो को लेकर चर्चा है, जिसमें एक नेता के रूप में दिखाई देने वाला व्यक्ति हाथों में तख्तियां लिए कुर्सियों पर बैठे लोगों को संबोधित करता नजर आने का दावा किया जा रहा है। इस वीडियो को लेकर आरोप है कि लोगों को मीडिया के सामने अपनी बात किस तरह रखनी है और सवाल पूछे जाने पर किस प्रकार जवाब देना है, इस संबंध में निर्देश दिए जा रहे थे।

यदि वीडियो वास्तविक है और उसका संदर्भ भी यही है, तो इसकी निष्पक्ष जांच आवश्यक है। वीडियो कब बनाया गया, कहां बनाया गया, उसमें मौजूद व्यक्ति कौन है, किस विषय पर बातचीत हो रही है और क्या उसका संबंध बांदकपुर आंदोलन से है–इन सभी बिंदुओं की पुष्टि की जानी चाहिए।

सवाल सीधा है–क्या आंदोलन में शामिल लोगों को केवल अपनी मांगें समझाई जा रही थीं, या मीडिया के सवालों के जवाब देने के लिए भी बाकायदा तैयारी कराई जा रही थी?

किसी आंदोलन में अपनी बात रखने की तैयारी करना अपने आप में अनुचित नहीं है। लेकिन यदि किसी वीडियो में दिए गए निर्देशों को लेकर गंभीर दावे किए जा रहे हैं, तो उनकी सत्यता की जांच किए बिना न तो उन्हें खारिज किया जा सकता है और न ही अंतिम सत्य माना जा सकता है।

ड्रोन कैमरे, बड़ी संख्या में वाहन और सोशल मीडिया पर प्रचार–खर्च किसने उठाया?

आंदोलन की तैयारियों को लेकर एक अन्य महत्वपूर्ण पहलू संसाधनों का है। उपलब्ध दावों के अनुसार, आंदोलन के दौरान ड्रोन कैमरों का इस्तेमाल, बड़ी संख्या में दोपहिया और चारपहिया वाहनों की मौजूदगी तथा सोशल मीडिया पर वीडियो प्रसारित करने जैसी गतिविधियां चर्चा में हैं।

इन व्यवस्थाओं पर कितना खर्च हुआ, किसने भुगतान किया, वाहनों और तकनीकी संसाधनों की व्यवस्था किसने की तथा प्रचार सामग्री तैयार करने में किन लोगों की भूमिका रही–ये ऐसे सवाल हैं जिनका जवाब सामने आना चाहिए। यह सही है कि आज के दौर में किसी भी आंदोलन के प्रचार-प्रसार के लिए सोशल मीडिया और आधुनिक तकनीक का इस्तेमाल असामान्य नहीं है। ड्रोन से दृश्य रिकॉर्ड करना या बड़ी संख्या में वाहनों के साथ पहुंचना भी अपने आप में किसी गलत गतिविधि का प्रमाण नहीं है। लेकिन जब आंदोलन से पहले की तैयारियों को लेकर विवाद उठ रहा हो और उसके पीछे किसी निजी हित के होने का आरोप लगाया जा रहा हो, तब संसाधनों के स्रोत और आयोजन की रूपरेखा की जांच प्रासंगिक हो जाती है।

आखिर इतने बड़े स्तर पर आयोजन और प्रचार की व्यवस्था किसने की? क्या इसका कोई घोषित आयोजक, खर्च का विवरण या सार्वजनिक रूप से



उपलब्ध वित्तीय हिसाब है?

यदि सब कुछ जनहित में और पारदर्शी तरीके से किया गया है, तो संबंधित तथ्य सामने आने से विवाद की स्थिति स्पष्ट हो सकती है।

'बाहुबली' के गीत के साथ वायरल रील, क्या था संदेश?

आंदोलन से संबंधित एक रील में फिल्म 'बाहुबली' के गीत का इस्तेमाल किए जाने की भी चर्चा है। यदि यह रील आंदोलन के प्रचार के उद्देश्य से बनाई गई थी, तो इसकी विषयवस्तु, संदेश और प्रसार की रणनीति को समझना उपयोगी होगा।

हालांकि, किसी फिल्मी गीत का उपयोग या प्रभावशाली दृश्य बनाना अपने आप में किसी षड्यंत्र अथवा गलत मंशा का प्रमाण नहीं है। असली प्रश्न यह है कि रील किसने तैयार की, किस उद्देश्य से प्रसारित की गई और क्या इसका संबंध आंदोलन की पूर्व निर्धारित प्रचार योजना से था।

आज सोशल मीडिया किसी भी जनआंदोलन को व्यापक पहुंच दे सकता है। इसलिए यह देखना जरूरी है कि वायरल सामग्री वास्तविक घटनाओं को प्रस्तुत कर रही है या किसी खास धारणा को मजबूत करने के लिए तैयार की गई है।

पेट्रोल पंप की लीज का विवाद और आंदोलन–क्या दोनों के बीच कोई संबंध है?

इस पूरे प्रकरण का सबसे संवेदनशील पहलू मंदिर समिति की भूमि पर संचालित पेट्रोल पंप की लीज से जुड़ा विवाद है। उपलब्ध जानकारी के अनुसार, संबंधित भूमि की लीज बढ़ाने को लेकर मंदिर समिति और संबंधित पक्ष के बीच असहमति रही है। यह भी दावा किया जा रहा है कि लीज बढ़ाने के प्रयासों के बावजूद समिति अपने निर्णय पर कायम रही। इस पृष्ठभूमि में यह सवाल उठना स्वाभाविक है कि पेट्रोल पंप से जुड़ा विवाद और आंदोलन की गतिविधियां एक ही समय पर चर्चा में क्यों हैं। क्या आंदोलन का उद्देश्य केवल कॉरिडोर निर्माण और किसानों की समस्याओं को उठाना है, या इसमें भूमि की लीज से जुड़े किसी निजी हित का भी कोई संबंध है?

इस संबंध में सूत्रों के हवाले से यह दावा भी सामने आया है कि पेट्रोल पंप से प्रभावित बताए जा रहे संबंधित व्यक्ति के पुत्र, भतीजे और कुछ रिश्तेदार आंदोलन में सहयोग करते दिखाई दिए। हालांकि, इन संबंधों और उनकी भूमिका की स्वतंत्र पुष्टि आवश्यक है। किसी व्यक्ति का रिश्तेदार होना या आंदोलन में शामिल होना अपने आप में अनुचित गतिविधि का प्रमाण नहीं है। इसलिए जांच का केंद्र व्यक्तिगत संबंध नहीं, बल्कि वास्तविक भूमिका और उपलब्ध साक्ष्य होने चाहिए।

क्या आंदोलन के आयोजकों ने स्पष्ट किया है कि पेट्रोल पंप की लीज का विवाद और उनकी सार्वजनिक मांगें एक-दूसरे से पूरी तरह अलग हैं? क्या मंदिर प्रबंधन के निर्णय से असहमत पक्ष और आंदोलन के आयोजकों के बीच किसी प्रकार का प्रत्यक्ष संगठनात्मक या आर्थिक संबंध है? यदि ऐसा कोई संबंध नहीं है, तो पारदर्शी स्पष्टीकरण से उठ रहे संदेह दूर हो सकते हैं।

यहां यह भी स्पष्ट होना चाहिए कि लीज का निर्णय किस नियम, अनुबंध और प्रक्रिया के अंतर्गत लिया गया। मंदिर प्रबंधन ने लीज बढ़ाने से इनकार करने के पीछे क्या कारण बताए और क्या संबंधित पक्ष को अपना पक्ष रखने का अवसर मिला? इन प्रश्नों के दस्तावेजी जवाब भी सार्वजनिक चर्चा को तथ्यपरक बना सकते हैं।

न्यायालय में वीडियो और तस्वीरें पेश करने की चर्चा

सूत्रों के अनुसार, आंदोलन से संबंधित कुछ वीडियो और तस्वीरों को न्यायालय के समक्ष प्रस्तुत करने की तैयारी किए जाने की बात भी सामने आ रही है। यदि ऐसा किया जाता है, तो इन सामग्री की प्रामाणिकता, तारीख, स्थान, संदर्भ और घटनाक्रम से संबंध की पुष्टि महत्वपूर्ण होगी।

वीडियो या तस्वीरें किसी घटना के महत्वपूर्ण साक्ष्य हो सकते हैं, लेकिन उनकी विश्वसनीयता का निर्धारण उचित प्रक्रिया के अनुसार होना चाहिए। किसी अधूरे दृश्य, संदर्भ से अलग किए गए वीडियो या अपुष्ट सोशल मीडिया सामग्री के आधार पर किसी व्यक्ति की भूमिका तय करना उचित नहीं होगा।

यदि किसी पक्ष के पास आंदोलन की योजना, वित्तीय सहायता, कथित प्रशिक्षण या अन्य गतिविधियों से संबंधित ठोस साक्ष्य हैं, तो उन्हें सक्षम प्राधिकारी अथवा न्यायालय के समक्ष विधिसम्मत तरीके से प्रस्तुत किया जाना चाहिए। अंतिम निष्कर्ष संबंधित साक्ष्यों और न्यायिक प्रक्रिया के आधार पर ही निकाला जाना चाहिए।

पुलिस का खुफिया तंत्र क्या कर रहा था? वरिष्ठ अधिकारियों तक कितनी जानकारी पहुंची?

इस पूरे घटनाक्रम में पुलिस और प्रशासन की भूमिका भी महत्वपूर्ण है। यदि आंदोलन से पहले कई गांवों में बैठकें हुईं, बड़े स्तर पर लोगों को संगठित किया गया, वाहनों और ड्रोन कैमरों का उपयोग हुआ तथा सोशल मीडिया पर प्रचार किया गया, तो सवाल उठता है कि इन गतिविधियों की जानकारी स्थानीय पुलिस और संबंधित प्रशासनिक अधिकारियों को किस स्तर तक थी।

यहां यह समझना भी जरूरी है कि शांतिपूर्ण आंदोलन करना नागरिकों का लोकतांत्रिक अधिकार है। पुलिस का दायित्व हर आंदोलन को रोकना नहीं, बल्कि कानून-व्यवस्था बनाए रखना, संभावित विवादों का निष्पक्ष आकलन करना और किसी संज्ञेय अपराध या वास्तविक खतरे की जानकारी मिलने पर कानून के अनुसार कार्रवाई करना है।

लेकिन यदि किसी आंदोलन से जुड़े गंभीर आरोप पहले से सामने आ रहे थे, तो क्या स्थानीय स्तर पर कोई आकलन किया गया? क्या संबंधित अधिकारियों को स्थिति की रिपोर्ट भेजी गई? यदि रिपोर्ट भेजी गई, तो उसमें किन तथ्यों का उल्लेख था? और यदि किसी प्रकार की शिकायत या साक्ष्य उपलब्ध थे, तो उन पर क्या कार्रवाई हुई?

क्या पुलिस के गोपनीय सूचना तंत्र ने समय रहते वस्तुस्थिति का आकलन किया था, या घटनाक्रम सामने आने के बाद ही संबंधित पहलुओं पर ध्यान दिया गया? इन प्रश्नों का उत्तर अनुमान के आधार पर नहीं दिया जा सकता। पुलिस अधीक्षक और संबंधित प्रशासनिक अधिकारियों को तथ्यों के आधार पर स्थिति स्पष्ट करनी चाहिए कि उन्हें कब-कब जानकारी मिली, किन बिंदुओं की जांच की गई और कानून के उल्लंघन का कोई प्रमाण मिलने पर क्या कार्रवाई की गई।

यदि कोई सूचना प्राप्त नहीं हुई थी, तो यह भी बताया जा सकता है कि इस प्रकार की गतिविधियों के संबंध में सूचना संकलन की व्यवस्था किस तरह काम करती है। इससे पुलिस की जवाबदेही सुनिश्चित करने के साथ-साथ अनावश्यक आरोपों और अफवाहों पर भी रोक लगेगी।

शासन-प्रशासन और मंदिर प्रबंधन पर दबाव बनाने का आरोप

पूरे घटनाक्रम को लेकर यह आरोप भी उठ रहा है कि आंदोलन के माध्यम से शासन-प्रशासन और मंदिर प्रबंधन पर दबाव बनाने का प्रयास किया जा रहा है। इस आरोप की पुष्टि के लिए यह देखना जरूरी होगा कि आंदोलन की वास्तविक मांगें क्या हैं, संबंधित पक्षों ने पहले कौन-कौन से आवेदन दिए, उन पर क्या निर्णय हुए और आंदोलन में उठाए गए मुद्दों का भूमि की लीज से जुड़े विवाद से कोई प्रमाणित संबंध है या नहीं।

लोकतंत्र में किसी निर्णय के विरोध में आवाज उठाना गलत नहीं है। प्रशासनिक फैसलों की आलोचना करना, मांगपत्र सौंपना और शांतिपूर्ण प्रदर्शन करना नागरिकों के अधिकारों का हिस्सा है। लेकिन यदि किसी व्यक्ति या संस्था पर निजी हित के लिए आंदोलन को प्रभावित करने का आरोप लगाया जाता है, तो उसकी जांच भी निष्पक्षता से होनी चाहिए।

मंदिर प्रबंधन को अपने निर्णयों, लीज की शर्तों और भूमि के उपयोग से संबंधित नियमों की जानकारी स्पष्ट रूप से सामने रखनी चाहिए। वहीं आंदोलन के आयोजकों को भी अपनी मांगों, आयोजन की जिम्मेदारी और संसाधनों की व्यवस्था को लेकर पारदर्शिता बनाए रखनी चाहिए।

कॉरिडोर निर्माण की धीमी गति पर भी जवाब जरूरी

इस विवाद के बीच बांदकपुर कॉरिडोर निर्माण की धीमी गति का मुद्दा पीछे नहीं छूटना चाहिए। यदि निर्माण कार्य अपेक्षित गति से आगे नहीं बढ़ रहा है, तो संबंधित विभाग को यह स्पष्ट करना चाहिए कि देरी के कारण क्या हैं, वर्तमान में कितना कार्य पूरा हुआ है और शेष कार्य कब तक पूरा करने की योजना है।

किसानों को डीजल की उपलब्धता और कृषि कार्य प्रभावित होने की शिकायतों को भी तथ्यों के आधार पर देखा जाना चाहिए। यदि किसानों की वास्तविक समस्याएं हैं, तो प्रशासन को उनका समाधान प्राथमिकता से करना चाहिए। किसी आंदोलन के पीछे संभावित निजी हितों की जांच और किसानों की वास्तविक समस्याओं का समाधान–ये दोनों अलग-अलग विषय हैं और दोनों पर समान गंभीरता से कार्रवाई होनी चाहिए। किसानों की परेशानी को किसी भी विवाद का राजनीतिक या व्यक्तिगत हथियार बनने से बचाना जरूरी है। इसी तरह, किसी आंदोलन पर सवाल उठने मात्र से उसमें शामिल सभी लोगों की मांगों को गलत नहीं ठहराया जा सकता।

बांदकपुर का मामला कई स्तरों पर स्पष्टता मांगता है। एक ओर कॉरिडोर निर्माण की प्रगति और किसानों की समस्याएं हैं, दूसरी ओर पेट्रोल पंप की लीज का विवाद है। इनके बीच आंदोलन की तैयारियों, कथित प्रशिक्षण, ड्रोन कैमरों, बड़ी संख्या में वाहनों और सोशल मीडिया पर प्रसारित सामग्री को लेकर उठे सवालों का निष्पक्ष परीक्षण आवश्यक है। प्रशासन को यह स्पष्ट करना चाहिए कि आंदोलन से संबंधित उपलब्ध शिकायतों और साक्ष्यों की जांच किस स्तर पर हुई। मंदिर प्रबंधन को लीज विवाद की पूरी प्रक्रिया और अपने निर्णय का आधार स्पष्ट करना चाहिए। वहीं आंदोलन के आयोजकों को भी अपनी मांगों और आयोजन के स्वरूप को लेकर तथ्यपरक जानकारी सामने रखनी चाहिए। सबसे अहम प्रश्न यही है– यदि आंदोलन पूरी तरह जनहित में था, तो उसकी तैयारियों, खर्च और आयोजन से संबंधित तथ्यों को लेकर पारदर्शिता रखने में क्या कठिनाई है? और यदि किसी पक्ष के पास निजी हित से प्रेरित गतिविधियों के प्रमाण हैं, तो उन्हें सार्वजनिक आरोपों तक सीमित रखने के बजाय विधिसम्मत जांच के लिए प्रस्तुत क्यों नहीं किया जाना चाहिए? बांदकपुर के श्रद्धालुओं, किसानों और आम नागरिकों को आरोप-प्रत्यारोप नहीं, बल्कि तथ्य और समाधान चाहिए। किसी को दोषी घोषित करना जांच एजेंसियों और न्यायालय का विषय है। लेकिन यह सुनिश्चित करना प्रशासन की जिम्मेदारी है कि कॉरिडोर निर्माण, भूमि की लीज और आंदोलन से जुड़े प्रत्येक प्रश्न की निष्पक्ष जांच हो तथा किसी भी व्यक्ति या संस्था को अनुचित दबाव में निर्णय लेने के लिए मजबूर न होना पड़े।

घी बनाने के बाद बची खुरचन को फेंके नहीं

मठाइयों को आप आसानी से घर में भी बना सकते हैं

इससे बनाएं टेस्टी बर्फी



खास मौकों की रौनक मिठाइयों बिना कहां ही पूरी होती है। मोतीचूर के लड्डू, मावा के पेड़े और काजू की बर्फी तो ऐसी मिठाइयां हैं, जिन्हें नाम सुनते ही मुंह में पानी आ जाता है। इन सभी मिठाइयों को आप आसानी से घर में भी बना सकते हैं, लेकिन क्या आपने कभी खुरचन की बर्फी ट्राई की है? खुरचन जो घर में घी बनाने के बाद कड़ाही में रह जाती है। सोचकर शायद आपको अजीब लग रहा होगा, लेकिन एक बार खा लेंगे, तो इसका स्वाद मन में बस जाएगा। इस बर्फी को बनाने में समय भी कम लगता है और मेहनत भी। जान लें यहां इसे बनाने का तरीका।

खुरचन बर्फी की रेसिपी

सामग्री- दूध , घी की खुरचन, इलायची पाउडर, मिल्क पाउडर, चीनी

विधि

घी बनने के बाद इसकी खुरचन को एक कटोरी में निकाल लें।

कड़ाही में दूध गरम होने के लिए रख दें डालें।

दूध की इतनी ही मात्रा लें, जितनी खुरचन हो, वरना बर्फी सही नहीं बनेगी। फिर दूध में खुरचन डालें।

दोनों चीजों को 1 मिनट भूनना है फिर इसमें चीनी डालें।

इसके साथ ही इलायची पाउडर भी।

अब बारी है इसमें मिल्क पाउडर मिलाने की।

सारी चीजों को तब तक चलाते हुए पकाएं, जब तक कि ये कड़ाही छोडऩे न लगे।

इसके बाद गैस बंद कर दें।

मिश्रण को एक थाली में निकालें और एक समान रूप से फैला दें।

इसे फ्रिज में सेट होने के लिए लगभग 1 घंटे के लिए रख दें।

इसके बाद इसे मनचाहे शेप में काट लें।

ऊपर से कटे हुए ड्राई फ्रूट्स डालकर सर्व करें टेस्टी खुरचन बर्फी।



बिना मावा, चीनी और दूध से बनने वाला ऐसा लड्डू

जिसे वजन बढ़ने की टेंशन लिए बगैर कर सकते हैं एन्जॉय

खाने के बाद जब तक कुछ मीठा न हो, खाना कहां ही पूरा होता है। ऐसा माना जाता है मीठी चीजें खाने को पचाने का काम करती हैं। हालांकि पहले इन मीठी चीजों में गुड़ ही शामिल होता था, लेकिन मीठे के शौक के चलते अब इसमें तरह-तरह की मिठाइयां, हलवा, खीर जैसी चीजें भी शामिल हो चुकी हैं। नो डाउट इन्हें खाकर मजा तो बहुत आता है, लेकिन इनमें से कोई भी ऑप्शन हेल्दी नहीं होता। रोजाना खाने के बाद अगर आप मीठे में ये सारी चीजें खाते हैं, तो जान लें इससे मोटापा, डायबिटीज जैसी समस्याओं की संभावना बढ़ जाती है। आज हम आपको एक ऐसा लड्डू बनाना बताएंगे, जिसे बनाना तो आसान है ही, साथ ही इसमें न चीनी का इस्तेमाल होता है, न मावे का और न ही दूध का।

हेल्दी लड्डू रेसिपी

सामग्री- 1 कप भुना चना, 1 कप मखाना, 15-16 बादाम, 2 टेबलस्पून देसी घी, 1 कप नारियल का बुरादा, 1 कप गुड़ का पाउडर, 1/2 कप पानी, इलायची पाउडर



विधि

मिक्सी में भुने चने, बादाम और मखाने को एक साथ पीसकर इसका बारीक पाउडर बना लें।

पैन में घी गर्म करें।

इसमें पीसे पाउडर को डालकर लगभग दो मिनट तक भूनें।

फिर इसमें नारियल का बुरादा डालकर और एक मिनट भूनें।

इसे एक गहरे बर्तन में निकाल लें।

एक दूसरे बर्तन में गुड़ का पाउडर और पानी मिलाएं।

लगभग एक मिनट तक इसे पकाएं।

अब इस गुड़ की चाशनी में भुना चना पाउडर और इलायची पाउडर मिलाएं।

गैस बंद कर सारी चीजों को अच्छी तरह मिला लें।

हाथ को पानी से थपथपाएं और फिर इसके लड्डू बना लें।

क्या है डूमस्क्रॉलिंग? कैसे लोग इससे एंग्जायटी का हो रहे शिकार? एक्सपर्ट से जानें सच

रात में बिस्तर पर जाने के बाद फोन पर न्यूज, सोशल मीडिया पोस्ट और वीडियो देखते-देखते घंटों निकल जाना आजकल नॉर्मल है. खासकर जब व्यक्ति लगातार नेगेटिव न्यूज, क्राइम, दुर्घटनाओं, विवाद या डर पैदा करने वाली सूचनाओं को स्क्रॉल करता रहता है और चाहकर भी फोन नहीं रख पाता. इस तरह के कंटेंट को देखने की आदत को डूमस्क्रॉलिंग कहा जाता है. यह सिर्फ स्क्रीन टाइम बढ़ने की समस्या नहीं है, बल्कि नींद और मानसिक स्वास्थ्य पर भी असर डाल सकती है.

डॉ. बिप्लब दास (डायरेक्टर, न्यूरोलॉजी, बत्रा हॉस्पिटल, दिल्ली) बताते हैं कि रात में लगातार नकारात्मक कंटेंट देखने से दिमाग सोने से पहले भी एक्टिव और अलर्ट कंडीशन में रह सकता है. व्यक्ति बिस्तर पर तो पहुंच जाता है, लेकिन उसका मस्तिष्क लगातार नई सूचनाओं को प्रोसेस करता रहता है. इससे नींद आने में देरी, नींद की गुणवत्ता में कमी और अगले दिन थकान व चिड़चिड़ापन महसूस हो सकता है.

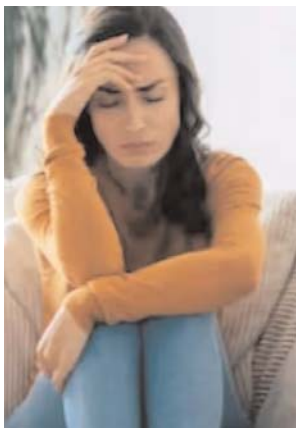
सुबह क्यों महसूस होती है बेचैनी?

आंखों में दर्द, नींद पूरी न होने के अलावा दिमाग पर इसका बहुत ज्यादा बुरा असर पड़ता है. कुछ मामलों में इस वजह से सुबह एंग्जायटी तक होती है. डॉक्टर कहते हैं कि देर रात तक फोन चलाने से अक्सर सोने का समय कम हो जाता है. वहीं, सोने से पहले देखी गई परेशान करने वाली खबरें और सूचनाएं दिमाग में बनी रह सकती हैं. ऐसे में व्यक्ति को बिना किसी साफ वजह के बेचैनी, घबराहट, चिड़चिड़ापन, मन भारी लगना या पूरे दिन को लेकर चिंता महसूस हो सकती है.

डॉ. दास कहते हैं कि लगातार खराब नींद हमारे फोकस, मूड और स्ट्रेस को संभालने की पावर को प्रभावित कर सकती है. इसलिए सुबह की बेचैनी को हमेशा केवल मानसिक कमजोरी नहीं समझना चाहिए. कई बार इसके पीछे नींद की कमी और रात की गलत डिजिटल आदतें भी भूमिका निभाती हैं.



हालांकि, फोन को एंग्जायटी का एकमात्र कारण मानना सही नहीं है. कई बार पहले से मौजूद तनाव या चिंता के कारण भी व्यक्ति बार-बार फोन चेक करता है. इस तरह एक चक्र बन सकता है. स्ट्रेस की वजह से फोन देखना, नकारात्मक कंटेंट देखना, नींद खराब होना और फिर अगले दिन तनाव बढ़ जाना.



डॉ ब्रहमानंद लाल बताते हैं कि ये आदत मानसिक तनाव बढ़ाने के साथ-साथ नींद को भी प्रभावित कर सकती है. अगर चिंता, बेचैनी या नींद की परेशानी लगातार बनी रहती है और आपकी रोजमर्रा की जिंदगी प्रभावित होने लगे, तो डॉक्टर या मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से सलाह लेना बेहतर है.



कैसे रोकें डूमस्क्रॉलिंग?

दिल्ली के डॉ. लाल हॉस्पिटल में डॉ. ब्रह्मानंद लाल ने बताया कि इससे बचने के लिए सोने से कम से कम 30 मिनट पहले फोन अलग रखने की आदत डालें और धीरे-धीरे इस अवधि को 60 मिनट तक बढ़ाएं. फोन को बेड से दूर रखें और रात में न्यूज या सोशल मीडिया के नोटिफिकेशन बंद कर दें.

बेड पर जाने के बाद स्क्रीन देखने के बजाय किताब पढ़ना, हल्का संगीत सुनना या कुछ मिनट रिलैक्सेशन एक्सरसाइज करना बेहतर विकल्प हो सकता है. सुबह उठते ही फोन देखने से भी बचें. दिन की शुरुआत पानी पीने, हल्की स्ट्रेचिंग, कुछ मिनट प्राकृतिक रोशनी में रहने और दिन की प्राथमिकताएं तय करने से करें.



कब डॉक्टर को दिखाएं

अगर लगातार कई हफ्तों तक नींद खराब रहे, सुबह की बेचैनी बनी रहे, घबराहट के दौरे पड़ें या एंग्जायटी का असर रोजमर्रा की जिंदगी पर पड़ने लगे, तो डॉक्टर या मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ से सलाह लेना जरूरी है. डॉ. दास के मुताबिक फोन हमारी जरूरत है, लेकिन रात में उसे दिमाग का आखिरी और सुबह का पहला साथी बना लेना अच्छी नींद के लिए ठीक नहीं है. शरीर के साथ दिमाग को भी सोने से पहले डिजिटल ब्रेक की जरूरत होती है.

एंग्जायटी या हार्ट अटैक? दोनों के लक्षण मिलते-जुलते, कैसे पहचानें?

एंग्जायटी को हल्के में लेने की गलती नहीं करना चाहिए. कुछ लोग तो समझ ही नहीं पाते हैं कि उन्हें एंग्जायटी की दिक्कत हुई है. बेचैनी या घबराहट के होने पर रात में नींद तक नहीं आती है. यहां हम एंग्जायटी और हार्ट अटैक के लक्षणों में फर्क की बात करने जा रहे हैं. इन दोनों हेल्थ प्रॉब्लम के लक्षण काफी मिलते जुलते हैं. लेकिन अगर ठीक से अंतर को पहचाना न जाए तो स्थिति जानलेवा भी बन सकती है.

एंग्जायटी और हार्ट अटैक दोनों में घबराहट बहुत तेज होती है. इस पर डॉक्टर एस के अग्रवाल (सीनियर कंसल्टेंट, कार्डियोलॉजिस्ट, कैलाश हॉस्पिटल, नोएडा) से बातचीत की. जानें क्या कहते हैं डॉक्टरज.

एक्सपर्ट ने क्या कहा?

डॉक्टर का कहना है कि सीने में दर्द या बेचैनी, सांस फूलना, तेज धड़कन, चक्कर, पसीना और मितली जैसे लक्षण एंग्जायटी या पैनिक अटैक में भी दिखाई दे सकते हैं और हार्ट अटैक में भी. यही वजह है कि केवल लक्षणों के आधार पर दोनों के बीच निश्चित अंतर करना हमेशा संभव नहीं होता.





ऐसे करें फर्क

डॉक्टर अग्रवाल कहते हैं कि एंग्जायटी या पैनिक अटैक के दौरान अचानक तेज घबराहट, डर, दिल की धड़कन बढ़ना, तेज सांस लेना, कंपकंपी, चक्कर या झनझनाहट जैसे लक्षण हो सकते हैं. वहीं, हार्ट अटैक में सीने के बीच में दबाव, जकड़न, भारीपन या असहजता महसूस हो सकती है.

यह परेशानी कुछ मिनटों से अधिक रह सकती है या कम होकर दोबारा लौट सकती है. दर्द या असहजता हाथ, कंधे, पीठ, गर्दन या जबड़े तक भी फैल सकती है. सांस फूलना, ठंडा पसीना, मितली और असामान्य कमजोरी भी चेतावनी संकेत हो सकते हैं.



न करें ये गलतियां

सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि नए, अचानक या असामान्य सीने के दर्द को केवल एंजाइटी समझकर नजरअंदाज नहीं करना चाहिए. यदि ऐसे लक्षण दिखाई दें, विशेषकर सीने में दबाव या दर्द के साथ सांस फूलना, पसीना, चक्कर या शरीर के ऊपरी हिस्से में दर्द हो, तो तुरंत डॉक्टरी हेल्प लेना जरूरी है. टाइम पर जांच से सही कारण की पहचान की जा सकती है और जरूरत पड़ने पर तत्काल उपचार शुरू किया जा सकता है.

डिजिटल बाजार में नीलामी होती संस्कृति: हमारी सजगता और जिम्मेदारी... अशोक गर्ग

आज मैने सोशल मीडिया पर बहुत कुछ देखा मन और मेरी अंतरात्मा तार तार हो गई ! मन बहुत कुंठित हों गया बस एक विचार मन में आया क्यों ना आज इस पर कुछ लिखा जाए ,मैने तुरंत कापी ओर कलम उठाई और मन में उठ रहे विचारों को लिखने लगा , आज सोशल मीडिया के इस दौर में हमारे पावन त्यौहारों की मूल भावना और गरिमा लगातार धूमिल होती दिखाई दे रही है। कोई भी त्यौहार क्यों ना हो, इस आधुनिक युग में करवा चौथ जैसे अत्यंत पवित्र और आस्था से जुड़े त्योहार को आज महज एक %मीम सामग्री% बना दिया गया है। इंटरनेट पर प्रसारित होने वाले मजाकिया, व्यंग्यात्मक और कई बार बेहद अश्लील, भद्दे पोस्टर हमारी सांस्कृतिक गिरावट और मानसिक संकीर्णता को दर्शाते हैं।

आज के दौर मे यह बहुत ही गहरी चिंता और मनन का विषय है कि जिस व्रत में त्याग, तपस्या, संयम और अखंड समर्पण, शक्ति की पराकाष्ठा होती है , उसे आज के युग में सरेआम डिजिटल मंचों पर उपहास उड़ाया जा रहा है।साथ ही फेसबुक, इंस्टाग्राम और व्हाट्सऐप जैसे लोक-लुभावन मंचों पर पति-पत्नी के पावन रिश्ते को लेकर फूहड़ और गरिमाहीन चुटकुले शेयर किए जा रहे हैं। क्या हमारा आधुनिक समाज इतना असंवेदनशील हो चुका है? कि वह प्राचीन संस्कारों और धार्मिक आस्थाओं पवित्र बंधन की मर्यादा पूरी तरह भूल गया है?करवा चौथ केवल दिनभर भूखे-प्यासे रहने का नाम नहीं है, बल्कि यह दांपत्य जीवन के अटूट प्रेम, आपसी विश्वास, समर्पण, त्याग और आत्मिक जुड़ाव का एक जीवंत उदाहरण वा प्रतीक है।

निश्चित ही कथित मजाकिया पोस्टर्स में अक्सर पतियों को लाचार, शोषित और पत्नियों को क्रूर या डरावने रूप में प्रस्तुत कर वैवाहिक मर्यादा को तार-तार किया जा रहा है। इस प्रकार से शालीनता की सभी सीमाएं लांघकर बनाए गए अश्लील मीम्स और भ्रामक टिप्पणियां हमारी आने वाली पीढ़ी के कोमल मन में गलत संस्कार, का बीज बो रही हैं। पर इसके लिए पुरुष और महिला दोनों ही जिम्मेदार है आधुनिकता की इस दौड़ में रिल्स पोस्ट, फोटो बनाने की होड में हम सभी जिम्मेदार है।

पुरुषों और महिलाओं की यह नैतिक दायित्व है कि वे पति,पत्नियों के इस पावन त्याग का एक दूसरे का सम्मान करें। महिलाओं को रील्स और सोशल मीडिया के दिखावे से ऊपर उठकर व्रत की मूल सात्विकता अपनाने और अभद्र पोस्ट्स का खुलकर विरोध करे ना का उसे आगे परोसे।

इस डिजिटल कुरीति को रोकने के लिए पुरुष और महिला दोनों को अपनी सोच में व्यापक बदलाव लाना होगा !पुरुषों को यह समझना होगा कि एक पत्नी का दिन भर निर्जला उपवास रखना कोई सामान्य व्रत नहीं है, अपितु उसके प्रति असीम प्रेम और दीर्घायु, त्याग,समर्पण , पराकाष्ठा की सच्ची कामना है। इस पावन त्याग का हृदय से सम्मान करने की वजह,ऐसे किसी भी मजाक या पोस्ट को आगे बढ़ाना पुरुषों और महिलाओं की संकीर्ण मानसिकता का उजागर करता है !पुरुष समाज का यह परम नैतिक दायित्व है कि ऐसे किसी भी डिजिटल ग्रुप या चैट का हिस्सा ना बने जिसमें नारी शक्ति और इस पावन व्रत, और त्योहारों का उपवास उड़ाया जाता हो । पतियों के प्रति सम्मान केवल घर की चार दिवारी तक सीमित नहीं होना चाहिए बल्कि डिजिटल दुनिया में पत्नी का सम्मान रखना भी हर पुरुष का कर्तव्य है ,इसी प्रकार हमारी माता और बहनों और समस्त सुहागन महिलाओं को भी इस डिजिटल भटकाव के प्रति पूरी तरह से सतर्क सजक और रूडी मुक्त होना चाहिए। सोशल मीडिया पर रीलस बनाने, लाइक्स पाने और खुद को आर्थिक दिखावे के चक्कर में व्रत की आंतरिक शांति साहित्यिकता और एकाग्रता को नष्ट न होने दे।

गरबे का जोश, शरीर बेहोश!

संजय एम तराणेकर

पहले गरबा भक्ति का माध्यम था। लोग माता की आराधना कर कुछ कदम घूमते थे, प्रसाद खाकर घर लौट आते थे। अब गरबा राष्ट्रीय स्तर का आयोजन बन गया है, जिसमें



भक्ति से ज्यादा ड्रेस, डांस, फोटो और सोशल मीडिया की रीलों का महत्व है। गरबे वाली जोड़ियाँ एक दूसरे को ÷म्हारा सोणा रे...÷ गाकर मस्त हो जाती हैं। लो भाई, माता की आरती पाँच मिनट में समाप्त। माता रानी भी सोचती होंगी-÷मेरे भक्तों, मेरी पूजा कर रहे हो या अपने फॉलोअर्स की संख्या बढ़ा रहे हो?÷ मन ही मन कहती होंगी-÷बेटा, दर्शन करने आए हो या ऑडिशन देने!

नौ दिन तक गरबा खेलने का उत्साह ऐसा कि ऑफिस में फाइलें नाचती हैं और रात में कमर। ÷नगाड़े संग ढोल बाजे।÷ की थाप सुनते ही पैरों में बिजली दौड़ती है। उम्र भले ही चालीस पार हो, लेकिन मन कहता है-÷अभी तो मैं जवान हूँ!÷ शरीर बेचारा आवाज लगाता है-÷मालिक, जवानी अपनी जगह है, मगर घुटनों की भी कोई उम्र होती है!

गरबे के मैदान में कोई नागिन डांस कर रहा है, कोई हेलीकॉप्टर की तरह घूम रहा है और कोई ऐसा स्टेप मार रहा है, जिसे देखकर फिजियोथेरेपिस्ट की फीस ÷शेर माँ करते टॉप गेर मा आ जाती है।÷ कुछ लोग तो इस उत्साह में इतने चक्कर लगा लेते हैं कि घर लौटते समय उन्हें जूती या चप्पल पहनने का भी होश नहीं रहता। वे अपने साथी से कहते हैं-÷ऐ भई पॉलिथीन में डाल दे यार और गाड़ी तू ही चला, मैं तो पंचर हो गया हूँ।

सबसे मजेदार दृश्य तब होता है, जब नौ दिन तक सोफे पर बैठकर टीवी देखने वाला व्यक्ति गरबे की पहली रात डांस का सुपरस्टार समझने लगता है। दो घंटे तक लगातार घूमने के बाद जब कमर जवाब देती है, तो उसे समझ आता है कि शरीर कोई रिचार्ज होने वाला मोबाइल नहीं है, जिसे सुबह चार्ज करके रात भर चलाया जा सके।

अस्पतालों में भी इन दिनों गरबे का असर दिखाई देता है। किसी की कमर में दर्द, किसी की पिंडली में खिंचाव, तो किसी के घुटने में शिकायत! डॉक्टर पूछते हैं, ÷कितनी देर गरबा किया?÷ मरीज गर्व से जवाब देता है, ÷डॉक्टर साहब, पूरे चार घंटे!÷ डॉक्टर कहते हैं, ÷बहुत खूब! अब अगले चार दिन आराम कीजिए।÷ मरीज तुरंत पूछता है, ÷लेकिन डॉक्टर साहब, कल फाइनल राउंड है!÷ डॉक्टर माथा पकड़ लेते हैं।

उन्हें लगता है कि बीमारी शरीर में कम और गरबे के जुनून में ज्यादा है। असल समस्या गरबा नहीं, बल्कि जोश में होश खो देना है। मगर शरीर की क्षमता को नजरअंदाज करके लगातार घंटों नाचना समझदारी नहीं है। आखिर माता रानी भी यही चाहेंगी कि उनके भक्त नौ दिन आनंद से गरबा करें और दसवें दिन भंडारा सूत लें। विजयादशमी पर अपनी अकड़ी हुई कमर का दहन न करवाएँ! हे भक्तों गरबा जरूर खेलिए, जमकर खेलिए, इस तरह नहीं कि अगले दिन आपकी पिंडली आपको देखकर कहे—÷बस मालिक, अब अगले नवरात्रि में मिलेंगे!

वरिष्ठ समाजसेवी मुसरफ खान की भावुक अपील: इस दीपावली गरीबों के घर भी जलाएं खुशियों के दीप

उत्तरप्रदेश, संजय सिंह।

दीपावली केवल दीप जलाने, मिठाइयां बांटने और खुशियां मनाने का पर्व नहीं, बल्कि मानवता, संवेदना और परोपकार की भावना को साकार करने का अवसर भी है। इस पावन पर्व पर कोई गरीब परिवार अभाव में न रहे, कोई असहाय ठंड से परेशान न हो और कोई जरूरतमंद त्योहार की खुशियों से वंचित न रहे-



इसी मानवीय संदेश के साथ वरिष्ठ समाजसेवी मुसरफ खान ने समाज के प्रत्येक सक्षम व्यक्ति से जरूरतमंदों की सहायता के लिए आगे आने की जोरदार अपील की है।

खुशियां बांटिए, किसी के जीवन में उम्मीद का दीप जलाइए

वरिष्ठ समाजसेवी मुसरफ खान ने कहा कि त्योहार हमें आपसी प्रेम, भाईचारे, सहयोग और इंसानियत का संदेश देते हैं। ऐसे में हमारी खुशियां तभी पूरी हो सकती हैं, जब हम अपने आसपास रहने वाले गरीब, असहाय और जरूरतमंद लोगों की परेशानियों को भी समझें। उन्होंने अपील की कि इस दीपावली पर अपनी सामर्थ्य के अनुसार जरूरतमंद परिवारों को मिठाई, कपड़े, भोजन और आवश्यक वस्तुएं उपलब्ध कराएं, ताकि वे भी खुश रहे। आखिर में उन्होंने कहा कि दीपावली की सार्थकता तभी है, जब हमारे घरों के साथ-साथ गरीबों और जरूरतमंदों के जीवन में भी खुशियों का उजाला पहुंचे। उन्होंने समाज के संपन्न और सक्षम वर्ग से आग्रह किया कि त्योहारों पर जरूरतमंदों की मदद को केवल औपचारिकता न समझें, बल्कि इसे अपना सामाजिक दायित्व और मानवीय कर्तव्य मानकर निभाएं। किसी जरूरतमंद के चेहरे पर मुस्कान लाना, किसी असहाय को सहारा देना और किसी गरीब परिवार की दीपावली खुशियों से भर देना ही त्योहार की सच्ची भावना है।

1 से 5 नवंबर तक चलेगा विशेष सफाई अभियान

राजधानी भोपाल के विकास कार्यों को गति देने मंत्री सारंग ने दिए निर्देश

भोपाल, जीएनएस।

सहकारिता मंत्री श्री विश्वास कैलाश सारंग ने गुरुवार को मंत्रालय स्थित प्रतीक्षाकक्ष में नगर निगम के वरिष्ठ अधिकारियों के साथ बैठक कर भोपाल में चल रहे विकास कार्यों की विस्तृत समीक्षा की। बैठक में लंबित कार्यों के शीघ्र निराकरण, सीवेज कार्यों के बाद सड़कों के व्यवस्थित पुनर्स्थापन, स्वच्छता अभियान और विभिन्न विकास परियोजनाओं की प्रगति को लेकर आवश्यक दिशा-निर्देश दिए गए। मंत्री श्री सारंग ने कहा कि सभी विकास कार्य निर्धारित समय-सीमा में गुणवत्ता के साथ पूरे किए जाएं। बैठक में नगर निगम आयुक्त श्री रामप्रकाश अहिरवार सहित अन्य वरिष्ठ अधिकारी उपस्थित रहे।

लंबित प्रस्तावों का शीघ्र हो निराकरण

मंत्री श्री सारंग ने नगर निगम के अधिकारियों को निर्देश दिए कि क्षेत्र में लंबित सभी कार्यों को प्राथमिकता के आधार पर पूरा किया जाए। नगर निगम मुख्यालय स्तर पर लंबित प्रस्तावों का शीघ्र निराकरण कर विकास कार्यों को गति दी जाए, जिससे नागरिकों को मूलभूत सुविधाओं का लाभ समय पर मिल सके। उन्होंने सीवेज कार्यों के बाद सड़कों एवं संबंधित स्थलों के पुनर्स्थापन पर विशेष ध्यान देने के निर्देश दिए। मंत्री श्री सारंग ने कहा कि सीवेज कार्य पूरा होने के बाद सड़क की स्थिति को व्यवस्थित एवं गुणवत्तापूर्ण तरीके से पूर्ववत किया जाना सुनिश्चित किया जाए। इस दिशा में वार्ड क्रमांक 58 में पायलट प्रोजेक्ट के रूप में कार्य किया जाएगा। भोपाल में स्वच्छता व्यवस्था को और बेहतर बनाने के उद्देश्य से मंत्री श्री सारंग ने 1 से 5 नवंबर तक विशेष सफाई अभियान चलाने के निर्देश दिए। अभियान के अंतर्गत जोनवार कार्ययोजना बनाकर व्यवस्थित तरीके से सफाई कराई जाएगी।

दीपावली पर जरा-सी लापरवाही, खुशियों पर पड़ सकती है भारी! वरिष्ठ समाजसेवी राजेश खुराना की अपील

उत्तर प्रदेश। दीपावली रोशनी, उमंग, मिठास और खुशियों का पर्व है, लेकिन पटाखों के साथ बरती गई जरा-सी लापरवाही उत्सव को गंभीर हादसे में बदल सकती है। आंखों, चेहरे और त्वचा को नुकसान पहुंचाने वाले विस्फोटों तथा आग से होने वाली दुर्घटनाओं से बचने के लिए वरिष्ठ समाजसेवी वरिष्ठ समाजसेवी राजेश खुराना ने नागरिकों से सुरक्षा नियमों का पालन करने और बच्चों को विशेष रूप से सुरक्षित रखने की अपील की है।



उन्होंने कहा कि दीपावली की खुशियां तभी सार्थक हैं, जब हर परिवार सुरक्षित रहे। पटाखे हमेशा खुले एवं सुरक्षित स्थान पर जलाएं, बच्चों को बड़ों की निगरानी में ही पटाखे चलाने दें और ज्वलनशील पदार्थों से पर्याप्त दूरी बनाए रखें। प्रतिबंधित पटाखों के क्रय-विक्रय और इस्तेमाल से बचना भी जरूरी है। दीपावली पर उत्साह जरूर दिखाएं, लेकिन सुरक्षा से समझौता न करें। सावधानी, जिम्मेदारी और जागरूकता के साथ मनाया गया त्योहार ही परिवारों के चेहरों पर सच्ची मुस्कान और समाज में खुशियों की रोशनी बिखेर सकता है। उन्होंने विशेष रूप से कार्बाइड गन और कार्बाइड लैंप के खतरों के प्रति आगाह करते हुए कहा कि इनका उपयोग गंभीर दुर्घटनाओं को न्योता दे सकता है। कैल्शियम कार्बाइड पानी के संपर्क में आने पर अत्यधिक ज्वलनशील एसीटिलीन गैस बनाता है। गैस में आग लगने या विस्फोट होने से आंखों, चेहरे और त्वचा पर गंभीर चोट लग सकती है तथा शरीर झुलसने का खतरा रहता है। इसलिए इन उपकरणों का उपयोग न करें और बच्चों को इनसे पूरी तरह दूर रखें।

वरिष्ठ समाजसेवी राजेश खुराना ने नागरिकों से अपील की कि जलते हुए पटाखे हाथ में न रखें और एक बार में नहीं जलने वाले पटाखों को दोबारा जलाने का प्रयास न करें। पटाखों का भंडारण आग तथा अन्य ज्वलनशील वस्तुओं से दूर सुरक्षित स्थान पर करें। पटाखे जलाते समय उचित दूरी बनाए रखें और सुरक्षा के नियमों की अनदेखी न करें।

आखिर में उन्होंने कहा कि किसी भी दुर्घटना या अनहोनी की स्थिति में तत्काल चिकित्सकीय सहायता लें। त्योहार मनाते समय अपनी सुरक्षा के साथ आसपास के लोगों, बच्चों और बुजुर्गों की सुरक्षा का भी ध्यान रखें।

सरताज़, गुरूर में मगरूर

यूं दलेर बने थे कभी मंचों के सरताज,
जब वे गाते थे कभी सुरों में आवाज़।
ज़बरदस्त नाम कमाया, शोहरत पाई,
फिर क्यों अपनी 卐सुध-बुध卐 बिसराई?
कभी तालियों से गूँजता उनका मंच,
हर एक दिल में बजा था उनका पंच।
लेकिन जब अहंकार चढ़ता सिर पर,
तो विवेक जा बैठता किसी कोने पर।
शराब का सुरूर हैं, शोहरत का नशा,
इंसान का तो बना ही देता है तमाशा।
जो यहाँ दूसरों को हँसाने आ निकले,
खुद ही उपहास के पात्र बन निकले।

संजय एम तराणेकर
(कवि, लेखक व समीक्षक)

नई सोच, नई गति से

आगे बढ़ता मध्यप्रदेश





71वां

स्थापना दिवस समारोह

1-3 नवम्बर, 2026





शुभारंभ

मुख्यमंत्री

डॉ. मोहन यादव

द्वारा

लाल परेड ग्राउंड, भोपाल

71वें स्थापना दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं

“

हर जीवन को स्पर्श करते विकास से,
हर चेहरे पर मुस्कान लाती समृद्धि तक
किसान के खेत से युवाओं के सपनों और
नारी के सम्मान से वंचितों की उन्नति तक

बदलाव की मिसाल बनता मध्यप्रदेश

मध्यप्रदेश जनसम्पर्क द्वारा जारी

सीधा प्रसारण

@Cmmadhyapradesh
@jansampark.madhyapradesh

@Cmmadhyapradesh
@jansamparkMP

JansamparkMP

आकल्पन : म.प्र. माध्यम/2026

श्रमसाधना

www.shramsadhnanews.com

RNI

ग्वालियर, रविवार 01 नवम्बर 2026



रजनीकांत की फिल्म 'धर्मन' में हुई नयनतारा की एंट्री

मुंबई । दक्षिण भारतीय सिनेमा की मशहूर अभिनेत्री नयनतारा ने सुपरस्टार रजनीकांत की आगामी फिल्म 'धर्मन' में एंट्री कर ली है। फिल्म के निर्देशक अश्वथ मारिमुथु ने सोशल मीडिया पोस्ट के जरिए नयनतारा का टीम में स्वागत किया। फिल्म के निर्माताओं राज कमल फिल्म्स इंटरनेशनल ने रविवार को फिल्म की नई कलाकार को लेकर सोशल मीडिया पर एक पोस्ट साझा करते हुए लिखा, 'कुछ आंखें सब कुछ कह देती हैं। करिश्माई शख्सियत आ रही हैं। कुछ घंटों बाद इस पोस्ट पर प्रतिक्रिया देते हुए निर्देशक अश्वथ मारिमुथु ने लिखा, वेलकम ऑन बोर्ड मैम,÷ साथ ही उन्होंने दिल और गले लगाने वाला इमोजी भी साझा किया। सितंबर में अश्वथ मारिमुथु ने जानकारी दी थी कि फिल्म 'धर्मन' का तीसरा शेड्यूल पूरा हो चुका है। उन्होंने सोशल मीडिया पर लिखा था, तीसरा शेड्यूल पूरा हुआ!'

इस बीच, फिल्म में अहम भूमिका निभा रहीं अभिनेत्री राशी खन्ना ने मैसूर शेड्यूल से रजनीकांत और राम पोथिनेनी के साथ अपनी कुछ तस्वीरें सोशल मीडिया पर साझा कीं। राशी ने इंस्टाग्राम पर लिखा, पिछले कुछ समय से मैसूर में जिस दुनिया का हिस्सा रही हूं, उसकी एक छोटी सी झलक। सुबह-सुबह रजनी सर और राम के साथ वर्कआउट, क्योंकि यहां दिन शुरू होने से पहले ही दिन शुरू हो जाता है। थोड़ा मंदिर दर्शन, थोड़ी घूमना-फिरना, कुछ यूएनओ गेम और ढेर सारी हंसी। और हां, मैसूर डोसा तो खास जिक्र का हकदार है।



कर्मयोगी नितिन नबीन के मीडिया महारत्न आशीष ऊषा अग्रवाल

लेखक- सत्येंद्र कुमार जैन,स्तंभकार

अभी जिन्दगी के इम्तिहान और भी हैं,
अभी तो जिन्दगी की असली उड़ान बाकी है।
अभी तो नापी है सिर्फ मुट्ठी भर जमीन,
अभी तो सारा आसमान बाकी है।
सितारों के आगे जहाँ और भी है...

भाजपा के राष्ट्रीय मीडिया संयोजक आशीष ऊषा अग्रवाल पर यह पंक्तियाँ शब्दशः चरितार्थ होती हैं।भारतीय जनता पार्टी के संघनिष्ठ,संगठन निष्ठ,अखंड प्रचंड पुरुषार्थी राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नबीन ने प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी, केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह,राष्ट्रीय संगठन महामंत्री बी एल संतोष की सहमति से भारतीय जनता पार्टी के ज्ञानवान,पराक्रमी युवा नेता आशीष ऊषा अग्रवाल को राष्ट्रीय संगठन में सर्वप्रथम 17 अगस्त 2026 को मध्य प्रदेश भाजपा मीडिया प्रभारी के पद से पदोन्नत कर भाजपा का राष्ट्रीय मीडिया सह-संयोजक नियुक्त किया था।इसके एक माह उपरांत ही 23 सितंबर 2026 को पुनः राष्ट्रीय मीडिया सह-संयोजक के पद से पदोन्नत कर भाजपा राष्ट्रीय मीडिया विभाग का संयोजक नियुक्त किया गया है।प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी,केंद्रीय गृह एवं सहकारिता मंत्री अमित शाह, राष्ट्रीय संगठन महामंत्री बी एल संतोष एवं राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन ने हीरे की परख करने वाले जौहरी की भाँति आशीष ऊषा अग्रवाल के रूप में हीरक व्यक्तित्व एवं युवा नेतृत्व की पहचान की है।आशीष ऊषा अग्रवाल ने अपनी इस महती पदोन्नति को दो माह में ही कुशल मीडिया प्रबंधन द्वारा सफ़लतापूर्वक सार्थक कर दिया है।राष्ट्रीय संयोजक के रूप में चंद दिनों में ही अखंड प्रचण्ड कर्मयोग कर सार्थक किया है।कांग्रेस और इंडी गठबंधन के अनेकों प्रयासों को, केंद्रीय मंत्रियों एवं शीर्ष भाजपा नेताओं की प्रेस कांफ्रेंस के माध्यम से ध्वस्त कर दिया है।उनके निर्देशन में संपूर्ण देश में भाजपा की सहस्त्रों प्रेस कांफ्रेंस आयोजित की गईं और विपक्षी दलों के झूठे माया जालों को ध्वस्त किया गया है।वह अपने नाम में अपनी पूज्य स्वर्गीय माँ ऊषा अग्रवाल का नाम जोड़ते हैं,यह प्रेरणादायक है।वह स्वयं को कार्यकर्ता मानकर,पार्टी को माँ के समान मानकर पूजते हैं।अपना सर्वस्व अर्पण करने का प्रयास करते हैं।



मध्य प्रदेश में भी भाजपा के कर्मयोगी, कुशल प्रदेश अध्यक्ष हेमंत खण्डेलवाल ने मीडिया प्रभारी आशीष अग्रवाल की संगठन निष्ठा,ज्ञान शीलता,अखंड प्रचंड पुरुषार्थ,उत्कृष्ट मीडिया प्रबंधन,नवाचार,तकनीकी दक्षता,शालीनता, मिलनसारिता आदि अनेक गुणों को जौहरी की भांति हीरे की परख करते हुए पुनः प्रदेश मीडिया विभाग के प्रभारी की जिम्मेदारी सौंपी थी। इसके पूर्व आशीष ऊषा अग्रवाल को सर्वप्रथम 29 अप्रैल 2023 में मीडिया प्रभारी का महत्वपूर्ण दायित्व दिया गया था।आशीष अग्रवाल भाजपा मप्र मीडिया विभाग में शुभंकर सिद्ध हुए हैं। विधानसभा 2023 के चुनाव में 163 सीट अर्जित होना, वोट शेयर भी लगभग 49 प्रतिशत अर्जित हुआ था।उपचुनाव में अमरवाड़ा और बुधनी में विजय श्री प्राप्त हुई ।

लोकसभा चुनाव 2024 में प्रदेश की सभी 29 सीट पर महा विजय अर्जित हुई ।वोट शेयर भी लगभग 60 प्रतिशत प्राप्त हुआ।महती उपलब्धि रही। भाजपा की इस प्रचंड,अद्वितीय सफलता में मीडिया विभाग ने भी समिधा अर्पित की ।मीडिया विभाग के योगदान का श्रेय आशीष अग्रवाल को जाता है।मुझे भी उनका मार्गदर्शन मिला है जिसके परिणामस्वरूप प्रखरता से बात रखने में सफल रहा हूँ।राजनीतिक दल के लिए मीडिया विभाग माउथ पीस होता हैं। मुकुट होता है ।उनके प्रबंधन में प्रतिदिन अनेक प्रेस नोट,फोटो, वीडियो तैयार कर,समय पूर्व मीडिया संस्थानों को प्रकाशन हेतु कुशलता से भेजे गए।प्रदेश भर में सवा तीन वर्षों में लगभग ढाई हजार प्रेस कांफ्रेंस आयोजित की गई थीं।

आशीष अग्रवाल मीडिया संस्थानों से सतत सम्पर्क रखते हैं। पत्रकारिता जगत को परिवार मानते हुए वह मीडिया संस्थानों के स्वामियों,संपादकों,संवाददाताओं, कैमरामैन,युटयुबर्स के सुख-दुख में सदैव सम्मिलित होते हैं।यथोचित सहयोग करते हैं।वह दिल्ली में अनेक पत्रकार साथियों के घर जाकर उनके सुख, दुख में सहभागी बनते हैं। भोपाल में एक पत्रकार साथी पर विपदा आई तो वह उनके समर्थन में चट्टान की तरह अटल हो गए और सहयोग किया था। दिल्ली में भी जब इंडी गठबंधन कांग्रेस और राहुल गांधी के आंदोलन में गर्भवती महिला पत्रकार के साथ धक्का-मुक्की हुई तो उन्होंने महिला पत्रकार की सहायता की, कुशल क्षेम जानी।वह बिना किसी भेद भाव के समस्त पत्रकारों, बड़े चैनल,छोटे चैनल,वेब पोर्टल, युटयुबर्स सबके लिए सहज उपलब्ध रहते हैं।

उनकी संगठन कुशलता को देखकर पूर्व में भी मध्यप्रदेश के नेतृत्व ने एक देश एक चुनाव की प्रदेश स्तरीय टोली में भी सम्मिलित किया था। उन्होंने संगठन पर्व, सदस्यता अभियान में देवास जिले के बूथ कमेटियों, मंडलों के अध्यक्ष का चुनाव, जिला अध्यक्ष पद के चुनाव का उत्तरदायित्व, कुशलतापूर्वक संपन्न किया। भाजपा के दूरदर्शी,कुशल रणनीतिकार राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नबीन के मीडिया के सारथी आशीष अग्रवाल नवाचार करते रहते हैं।वह कर्मयोगी है।संगठन के युवारत्न हैं।महारत्न हैं।यही कामना है कि वह निकट भविष्य में कीर्तिमान रचते जाएँ।

स्वामी, प्रकाशक , मुद्रक रामकिशन तायल 'फौजी' ने श्रमसाधना प्रिन्टर्स, भगवती निवास पारखजी का बाड़ा दौलतगंज, ग्वालियर से मुद्रित एवं प्रकाशित। सम्पादक : महेश तायल समाचार चयन हेतु पीआरबी एक्ट के तहत अधिकृत
e.mail- Shramsadhnagwl@gmail.com ph. 0751-2625029, 98270 17078, 9425007142 समाचार पत्र में प्रकाशित सभी आलेखों में लेखकों के अपने विचार हैं। सभी विवादों का न्याय क्षेत्र ग्वालियर होगा।