www.sanjanabharati.com

दिल्ली और गौतम बुद्ध नगर से प्रकाशित। हरियाणा, पंजाब, उत्तर प्रदेश, बिहार, झारखंड व उत्तराखंड में प्रसारित

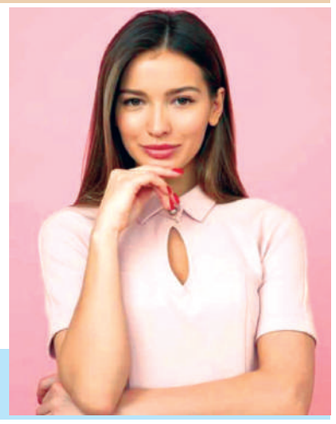
facebook.com/Sanjanabharati

राष्ट्रीय हिन्दी दैनिक

# संजना भारती

RNI No. : DELHIN/2016/70240

आपका भरोसा, हमारी ताकत



2 'ग्रीनलैंड पर जो देश बीच में आयेगा उस...

3 मंत्री अरोड़ा द्वारा पुलिस थानों या अन्य सरकारी...

4 आपकी अच्छी सेहत के लिए कुछ नायाब...

वर्ष: 10 | अंक: 87 | दिल्ली, सोमवार, 19 जनवरी 2026 | पृष्ठ संख्या: 4 | मूल्य: 1 रुपया

## संक्षिप्त समाचार

### गौतम बुद्ध नगर में नर्सरी से 12वीं तक के विद्यालयों का समय बदला

**गौतम बुद्ध नगर (एजेन्सी)।** उत्तर प्रदेश के गौतम बुद्ध नगर जिले में घने कोहरे और कड़ाके की सर्दी की वजह से नर्सरी से 12वीं कक्षा तक के सभी विद्यालयों के समय में बदलाव किया गया है। अधिकारियों ने रविवार को यह जानकारी दी। जिलाधिकारी के निदेर्शानुसार, अब सभी बोर्डों से संबद्ध विद्यालय सोमवार 19 जनवरी से अग्रिम आदेश तक पूर्वाह्न 10 बजे से दोपहर तीन बजे तक संचालित होंगे। बेसिक शिक्षा अधिकारी राहुल पंवार ने बताया कि सर्दी के प्रकोप के मद्देनजर यह निर्णय लिया गया है। उन्होंने बताया कि यह आदेश जिले के सभी परिषदीय, अशासकीय, राजकीय विद्यालयों के साथ-साथ सीबीएसई, आईसीएसई, आईबी, यूपी बोर्ड और अन्य सभी संबद्ध बोर्डों से मान्यता प्राप्त विद्यालयों पर लागू होगा। बेसिक शिक्षा अधिकारी ने सभी संबंधित विद्यालय प्रबंधनों को इस आदेश का कड़ाई से अनुपालन सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं और किसी भी तरह की लापरवाही को गंभीरता से लिया जाएगा।

### तेज रफ्तार कार ने 13 मजदूरों को रौंदा, पांच श्रमिकों की मौत

**मध्यप्रदेश (एजेन्सी)।** मध्यप्रदेश के जबलपुर में रविवार दोपहर तेज रफ्तार एक कार ने सड़क निर्माण कार्य में लगे 13 मजदूरों को कुचल दिया, जिनमें से दो श्रमिकों की मौके पर ही मौत हो गई जबकि तीन ने अस्पताल में इलाज के दौरान दम तोड़ दिया। पुलिस ने यह जानकारी दी। पुलिस के एक अधिकारी ने बताया कि आठ घायलों का अस्पताल में इलाज जारी है और इनमें से दो की हालत गंभीर बनी हुई है। उन्होंने बताया कि मृतकों की पहचान मंडला जिले के बम्होरी गांव की निवासी भारती चैनवती (35) व लच्छो बाई (38) के रूप में हुई है और इन दोनों की मौके पर ही मौत हो गई। अधिकारी ने बताया कि बाद में इलाज के दौरान गोमती बाई (40), वर्षा बाई (39) और कृष्णा बाई (41) ने दम तोड़ दिया। अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक (एएसपी) पल्लवी शुक्ला ने पीटीआई-वीडियो सेवा से बातचीत में पांचों मौतों की पुष्टि की। उन्होंने बताया कि सिग्मा कॉलोनी के सामने एकता चौक के पास सड़क पर 24 से अधिक मजदूर काम कर रहे थे और इसके बाद वे दोपहर डेढ़ बजे भोजन करने लगे। शुक्ला ने बताया कि इसी बीच बरेला से जबलपुर की तरफ आ रही तेज रफ्तार सफेद रंग की बिना नम्बर प्लेट की एक कार मजूदरों को रौंदते हुए निकल गई।

# प्रधानमंत्री मोदी ने 830 करोड़ रुपये से अधिक की विभिन्न विकास परियोजनाओं का उद्घाटन व शिलान्यास किया

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी पश्चिम बंगाल के हुगली में सिंगूर में विभिन्न परियोजनाओं का उद्घाटन, शिलान्यास और शुभारंभ करते हुए। (स्त्रोतः पीआईबी)

**संजना भारती/पीआईबी**

**पश्चिम बंगाल।** प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने पश्चिम बंगाल के हुगली जिले के सिंगूर में 830 करोड़ रुपये से अधिक की विभिन्न विकास परियोजनाओं का उद्घाटन, शिलान्यास और हरी झंडी दिखाकर शुभारंभ किया। इस अवसर पर सभा को संबोधित करते हुए श्री मोदी ने कहा कि कल वे मालदा में थे और आज उन्हें हुगली की जनता के बीच रहने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि एक विकसित भारत के लिए पूर्वी भारत का विकास आवश्यक है और इस लक्ष्य को लेकर केंद्र सरकार निरंतर कार्य कर रही है। उन्होंने कहा कि कल और आज के कार्यक्रम इस संकल्प को और मजबूत करते हैं। प्रधानमंत्री ने कहा कि इस दौरान उन्हें पश्चिम बंगाल के विकास से संबंधित सैकड़ों करोड़ रुपये की परियोजनाओं का शिलान्यास और उद्घाटन करने का अवसर मिला। श्री मोदी ने बताया कि कल पश्चिम बंगाल से देश की पहली वंदे भारत स्लीपर ट्रेन शुरू की गई। उन्होंने आगे कहा कि बंगाल को लगभग आधा दर्जन नई अमृत भारत एक्सप्रेस ट्रेनें भी मिली हैं। उन्होंने बताया कि आज तीन और अमृत भारत एक्सप्रेस ट्रेनें शुरू की गई हैं। उन्होंने कहा कि इनमें से एक ट्रेन उनके संसदीय क्षेत्र वाराणसी और बंगाल के बीच संपर्क को और मजबूत करेगी। उन्होंने यह भी बताया कि दिल्ली और तमिलनाडु के लिए भी अमृत भारत एक्सप्रेस ट्रेनें शुरू की गई हैं। प्रधानमंत्री ने इस बात पर जोर दिया कि पिछले 24 घंटे पश्चिम बंगाल के रेल संपर्क के लिए अभूतपूर्व रहे हैं।

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि बंगाल में जलमार्गों की अपार संभावनाएं हैं और केंद्र सरकार इस दिशा में काम कर रही है। उन्होंने बताया कि बंदरगाह आधारित विकास के लिए आवश्यक बुनियादी ढांचे के निर्माण हेतु सहायता प्रदान की जा रही है। उन्होंने कहा कि कुछ समय पहले ही बंदरगाहों और नदी-जलमार्गों से संबंधित परियोजनाओं का उद्घाटन और शिलान्यास किया गया है। उन्होंने जोर दिया कि ये पश्चिम बंगाल और भारत के विकास के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण हैं। उन्होंने कहा कि ये वे स्तंभ हैं जिन पर पश्चिम बंगाल को विनिर्माण, व्यापार और रसद के एक प्रमुख केंद्र के रूप में विकसित किया जा सकता है। प्रधानमंत्री ने इन परियोजनाओं के लिए सभी को बधाई दी।

श्री मोदी ने इस बात पर जोर दिया कि बंदरगाहों और उनसे जुड़े पारिस्थितिकी तंत्र पर जितना अधिक ध्यान दिया जाएगा, उतना ही अधिक रोजगार सृजित होगा। उन्होंने कहा कि पिछले 11 वर्षों में केंद्र सरकार ने श्यामा प्रसाद मुखर्जी बंदरगाह की क्षमता विस्तार में महत्वपूर्ण निवेश किया है। उन्होंने आगे कहा कि सागरमाला योजना के तहत इस बंदरगाह की कनेक्टिविटी में सुधार के लिए सड़कों का निर्माण भी किया गया है। उन्होंने कहा कि इन प्रयासों के परिणाम अब दिखने लगे हैं। प्रधानमंत्री ने उल्लेख किया कि पिछले वर्ष कोलकाता बंदरगाह ने माल ढुलाई में नए रिकॉर्ड बनाए।

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि बालागढ़ में विकसित की जा रही विस्तारित बंदरगाह द्वार प्रणाली हुगली और आसपास के क्षेत्रों के लिए नए अवसर खोलेगी। उन्होंने इस बात पर जोर दिया कि इससे कोलकाता शहर में यातायात और रसद का दबाव कम होगा। उन्होंने कहा कि गंगा पर बने इस जलमार्ग के माध्यम से माल ढुलाई में और वृद्धि होगी। प्रधानमंत्री ने इस बात पर बल दिया कि यह संपूर्ण अवसंरचना हुगली को एक भंडारण और व्यापार केंद्र में बदलने में सहायक होगी, जिससे सैकड़ों करोड़ का नया निवेश आएगा, हजारों रोजगार सृजित होंगे, छोटे व्यापारियों और ट्रांसपोर्टरों को लाभ होगा और किसानों और उत्पादकों के लिए नए बाजार उपलब्ध होंगे।

# दिल्ली में मकर संक्रांति मिलन में भूमिहार ब्राह्मण वर-वधू डायरेक्टरी तथा भूमिहार ब्राह्मण गौरव गाथा का हुआ लोकार्पण

## गांव से शहर तक संगठन के विस्तार का निर्णय

### राष्ट्र निर्माण में ब्रह्मर्षि समाज हमेशा से योगदान देते रहा है

**संजना भारती संवाददाता**

**नई दिल्ली।** अखिल भारतीय भूमिहार ब्राह्मण महासंघ एवं विश्व भूमिहार समाज के संयुक्त तत्वावधान में रविवार को दिल्ली के पर्यावरण कॉम्प्लेक्स में मकर संक्रांति मिलन एवं दही चिउड़ा भोज का आयोजन किया गया।

इस अवसर पर भूमिहार ब्राह्मण वर वधू डायरेक्टरी का लोकार्पण हुआ जिसके प्रधान संपादक अखिल भारतीय भूमिहार ब्राह्मण महासंघ के राष्ट्रीय अध्यक्ष मनीष कुमार शेखर एवं महासचिव डॉ ललितेश्वर कुमार राय एवं संपादक मंडल के सदस्य गोपलजी राय, राजीव चंचल, कुंदन कुमार मधुकर, दिनेश कुमार सिंह, अमितेश आनंद, अभिनंदन सिंह है। इस अवसर भूमिहार ब्राह्मण गौरव गाथा पुस्तक का भी लोकार्पण हुआ जिसको विश्व भूमिहार समाज के अध्यक्ष कुलाधिपति डॉ प्रियरंजन त्रिवेदी ने कविता संग्रह के माध्यम से लिखा है।

इस अवसर पर पधारे प्रतिनिधियों का आपस में परिचय एवं सकारात्मक संवाद हुआ। राष्ट्र निर्माण में ब्रह्मर्षि समाज हमेशा से योगदान देते रहा है जिसे गांव से शहर तक संगठन को विस्तारित करने का निर्णय लिया गया। कुलाधिपति डॉ प्रियरंजन त्रिवेदी ने शिक्षा के महत्व को बताया वहीं सेवानिवृत्त जिला जज आर एन राय ने ब्रह्मर्षि समाज की भूमिका के बारे में जानकारी दी। ग्लोबल पीस फाउंडेशन, भारत के अध्यक्ष कुलाधिपति डॉ मार्कंडेय राय ने दहेज प्रथा समाप्त करने का संकल्प दिलाया।

दिल्ली एनसीआर के प्रमुख समाजसेवी उद्यमी एवं भारत सरकार के विभिन्न विभागों के अधिकारियों ने भाग लिया एवं अपने विचार रखें। अखिल भारतीय भूमिहार ब्राह्मण महासंघ के राष्ट्रीय अध्यक्ष मनीष कुमार शेखर ने कहा कि भूमिहार ब्राह्मण कुछ पाने के लिए एकजुट नहीं हो रहे हैं बल्कि अपनी ऊर्जा ज्ञान एवं संसाधन से समाज को आगे बढ़ाते रहे जिसे और मजबूती से आगे बढ़ाना चाहते हैं।

समारोह में विचार रखने वालों में प्रमुख रूप से भारत सरकार के अधिकारी शैलेन्द्र भारद्वाज, संजय कुमार, विनोद कुमार, डॉ कुमकुम राय, पार्थ सारथी शर्मा, आशिष ठाकुर, प्रोफेसर मीना राय, बिन्देश्वर शर्मा, प्रेमानंद राय, एल पी सिंह, इं. अनिल कुमार, दवा व्यवसायी हर्षवर्धन सिंह, अधिवक्ता रश्मि ठाकुर, नीरज शर्मा, अधिवक्ता कृष्णबल्लभ ठाकुर, राजीव कुमार, उदय कुमार, पवन ब्रह्मर्षि, राधाबल्लभ ठाकुर, धनंजय कुमार, रवीश कुमार, ओंकार नाथ राय, योगाचार्य ब्रजमोहन ठाकुर आदि प्रमुख थे।

# बेहतरीन कानून व्यवस्था, विश्व स्तरीय इंफ्रास्ट्रक्चर, कनेक्टिविटी, सुशासन का लाभ उठाएं निवेशक: सीएम योगी आदित्यनाथ

**संजना भारती संवाददाता**

**लखनऊ।** मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने यमुना एक्सप्रेसवे औद्योगिक विकास प्राधिकरण क्षेत्र के अंतर्गत इंडिया चिप प्रा. लि., एसेंट सर्किट प्रा. लि., अंबर इंटरप्राइजेज इंडिया लिमिटेड को औद्योगिक इकाई व बोधिसत्व चैरिटेबल ट्रस्ट को मेडिकल कॉलेज की स्थापना के लिए रविवार को भूमि आवंटन पत्र प्रदान किया। निवेशकों ने मुख्यमंत्री का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि वे उत्तर प्रदेश में निवेश के लिए उत्साहित हैं। सरकार व प्राधिकरण की ओर से हरसंभव सहयोग प्राप्त हो रहा है। अन्य प्रदेशों की अपेक्षा यूपी में सबसे तेज गति से विकास कार्यों को बढ़ाया जा रहा है। मुख्यमंत्री ने उत्तर प्रदेश में निवेश के लिए धन्यवाद देते हुए उद्यमियों से संवाद स्थापित किया। उन्होंने कहा कि विगत साढ़े 8 वर्षों में उत्तर प्रदेश ने नीति स्थिरता, सुशासन और त्वरित कार्य निष्पादन के माध्यम से अभूतपूर्व औद्योगिक परिवर्तन किया है। आज उत्तर प्रदेश संभावनाओं से आगे बढ़कर परिणामों का प्रतीक बन चुका है। यह समय उत्तर प्रदेश में निवेश का गोल्डन टाइम है। मुख्यमंत्री ने कहा कि उद्योग प्रथम, निवेश प्रथम दृष्टिकोण के परिणामस्वरूप उत्तर प्रदेश वैश्विक निवेशकों के लिए स्थिर, सुरक्षित व विश्वसनीय गंतव्य के रूप में स्थापित हुआ है। यूपी ग्लोबल इन्वेस्टर्स समिट के माध्यम से 45 लाख करोड़ रुपये का निवेश प्राप्त हो चुका है, इसमें से 15 लाख करोड़ के निवेश प्रस्ताव धरातल पर उतर चुके हैं। जल्द ही पांच लाख करोड़ रुपये से अधिक के प्रस्ताव जमीन पर उतारे जाएंगे।

मजबूत सुरक्षा व कानून व्यवस्था के कारण यूपी में निवेशक आकर्षित हो रहे हैं। प्रदेश में विश्वस्तरीय इंफ्रास्ट्रक्चर, बेहतरीन कनेक्टिविटी है। यहां देश का सबसे बड़ा रेल नेटवर्क स्थापित है। सिक्सलेन, फोरलेन की इंटर स्टेट कनेक्टिविटी विकसित की गई है। हर जनपद मुख्यालय को फोरलेन से जोड़ा गया है। देश के कुल एक्सप्रेसवे का 55 फीसदी हिस्सा उत्तर प्रदेश में है। उत्तर प्रदेश सर्वाधिक शहरों में मेट्रो का संचालन कर रहा है। दिल्ली से मेरठ के बीच रैपिड रेल संचालित की जा रही है।

उत्तर प्रदेश शीघ्र ही जेवर में अपना पांचवां अंतरराष्ट्रीय हवाईअड्डा प्रारंभ करने जा रहा है। यह यात्री परिवहन के साथ ही कार्गो परिवहन के संचालन का भी बड़ा केंद्र होगा। प्रदेश में निवेश प्रक्रिया को तकनीक के माध्यम से आगे बढ़ाया जा रहा है। निवेशकों की सहायता के लिए 118 उद्यमी मित्र कार्य कर रहे हैं।

# अघोर पंथ के मठ की जमीन पर कब्जे की कोशिश विरोध दर्ज कराने पहुंचे महामंडलेश्वर

**संजना भारती संवाददाता**

**मोतिहारी।** एक बार जब कोई गलत रास्ते चल देता है। अनैतिक, अधार्मिक और भ्रष्ट आचरण करने लगता है और उसे वही ना रोक जाए तो ये उसकी आदत बन जाती है। फिर उसको दुबारा करने में उसे कोई हिचक नहीं होती।

इसका जीवंत उदाहरण झखरा मठ की निजी जमीन को, जो 2018 की सरकारी लिस्ट में, सरकार द्वारा संचालित भी नहीं। फिर भी यहां के सांसद और विधायक तथा जिला प्रशासन के मिली भगत से एक ट्रस्ट बना कर CO को लगा दिया जाता है और फर्जी कागजात के आधार पर जमीन RSS द्वारा संचालित सरस्वती विद्या मंदिर को दे दिया जाता है। सबके अनुपस्थिति में पिलर भी गाड़ दिया जाता है। इन लोगों का दुस्साहस देखिए, शिलान्यास के लिए उप मुख्यमंत्री सम्राट चौधरी जी का प्रोग्राम भी ले लिया जाता है, बिना जमीन के मालिक जो अघोराचार्य बाबा कीनाराम अघोर शोध एवं सेवा संस्थान, वाराणसी के पीठाधीश्वर, अघोरेश्वर महाप्रभु महाराजाश्री बाबा सिद्धार्थ गौतम राम जी की है, बिना उनसे मिले, ना कोई प्रस्ताव, ना ही कोई अनुमति लिए ऊपर ही ऊपर जमीन के अपहरण की योजना बन जाती है। सबके मिलीभगत से हुए इस कुकृत्यों से संत, साधु समाज और साधकों में एक आक्रोश की लहर है। इसके खिलाफ विरोध दर्ज कराने की कड़ी में झाखरा मठ पर आवाहन पीठाधीश्वर आचार्य महामंडलेश्वर श्रीश्री 1008 अनंत विभूषित अवधूत बाबा अरुण गिरी जी महाराज का आगमन हुआ। पूरे भारत में 10 लाख से ऊपर साधु, संतो का ये अखाड़ा है। उन्होंने साफ कहा की अगर बिहार सरकार इन दोनों, सांसद और विधायक के कुकृत्य का संज्ञान लेकर यही नहीं रोका तो जरूरत पड़ने पर हमारे साधु और सन्यासी आंदोलन करेंगे।

उन्होंने आगाह करते हुए कहा कि मठ, मंदिरों की जमीन पर राजनीति नहीं करें। साधुओं की संगति किए बिना संत समाज की शक्तियों का अंदाजा नहीं होता। पूरा संत समाज कट्टर भाजपा का वोटर है फिर भी कोई भी अधर्म में लिप्त है चाहे किसी पार्टी का हो उसका विरोध होगा। अघोर पंथ में गलती की कोई माफी नहीं है।

स्थानीय अनुयायी और समाज सेवी रजनीश पुष्कर ने प्रेस वार्ता में कहा कि जो गलती कर चुके है उसे स्वीकार कर तुरंत वापस हो जाने की सलाह देते हुए कहा कि। बड़े दयालु होते है अघोरश्वर, एक दम भोले भंडारी। अगर नहीं समझे तो इन लोगों को कुछ करना नहीं होता। प्रकृति को सिर्फ आदेश करना होता है, प्रकृति के पंच तत्व मुंह ताकती रहती है कि अघोरेश्वर का कोई आदेश मिले। टाइम निकाल कर बाबा कीनाराम, अघोर पीठ और उनकी परंपरा के बारे में पढ़ लेना, एकांत बैठ चिंतन और मनन कर-के आगे बढ़ने की सलाह दी।

पूर्व महंत बाबा बिगु दास ने सभी कागजातों के साथ सही तथ्यों को मीडिया के बंधुओं के साथ साझा किया।

## खबर का असर

# मेन बाजार में टूटे बिजली मीटर बॉक्स बदले जाने का कार्य शुरू

### दैनिक संजना भारती में खबर प्रकाशित होने के बाद हरकत में आया बिजली विभाग

राजौंद में टूटे-फूटे बिजली मीटर बने खतरे का सबब, हादसों की आशंका

दैनिक संजना भारती समाचार पत्र में आठ जनवरी को छपी खबर।

टूटे हुए मीटर बाक्स बदलते कर्मचारी। (छाया: एसबी)

**एसबी ब्यूरो प्रमुख/निर्मल कुमार**

**राजौंद।** आठ जनवरी को दैनिक संजना भारती समाचार पत्र में मेन बाजार में टूटे हुए बिजली मीटर बॉक्स को लेकर प्रकाशित खबर का असर देखने को मिला है। खबर प्रकाशित होते ही बिजली विभाग हरकत में आ गया और मेन बाजार क्षेत्र में टूटे हुए मीटर बॉक्स बदलने का कार्य शुरू कर दिया गया है।

बिजली विभाग के जेई साहब सिंह ने बताया कि विभाग को नागरिकों की ओर से मीटर बॉक्स टूटे होने की शिकायतें प्राप्त हुई थीं। इन शिकायतों को गंभीरता से लेते हुए विभाग द्वारा टूटे हुए मीटर बॉक्स को नए बॉक्स से बदलने की कार्रवाई की जा रही है, ताकि किसी भी प्रकार की दुर्घटना से बचा जा सके।

स्थानीय नागरिकों व दुकानदारों ने भी दैनिक संजना भारती समाचार पत्र में खबर प्रकाशित होने के बाद त्वरित कार्रवाई किए जाने पर संतोष जताया है और उम्मीद व्यक्त की है कि भविष्य में भी इस प्रकार जनसमस्याओं का समय पर समाधान किया जाएगा।

# दो लाख से अधिक परिवारों का साकार होगा अपने घर का सपना

**संजना भारती संवाददाता**

**लखनऊ।** प्रधानमंत्री आवास योजना (शहरी) 2.0 के अंतर्गत मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने उत्तर प्रदेश के 2 लाख 9 हजार 421 स्वीकृत लाभार्थियों के खातों में प्रथम किस्त की धनराशि अंतरित की। राजधानी के इंदिरा गांधी प्रतिष्ठान में आयोजित समारोह में मुख्यमंत्री ने इसे गरीब, मध्यम वर्ग और शहरी जरूरतमंदों के लिए ऐतिहासिक कदम बताया। मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को निर्देश दिए कि नगर निकाय में नोडल अधिकारी तैनात कर यह सुनिश्चित किया जाए कि किसी भी लाभार्थी के साथ किसी स्तर पर कोई गड़बड़ी न हो, निर्माण सामग्री समय पर और उचित दर पर मिले तथा किस्तें समयबद्ध जारी हों।

सीएम योगी ने कहा कि स्वच्छ भारत मिशन एक क्रांति लेकर आया है। लोग अब स्वच्छता से रहने लगे हैं। सरकार ने माफिया को दूर किया और आपने गंदगी को, इससे उत्तर प्रदेश आगे बढ़ गया। आज 2,094 करोड़ 21 लाख रुपये की राशि सीधे लाभार्थियों के खातों में भेजी गई है। प्रथम किस्त के रूप में प्रत्येक लाभार्थी को एक लाख रुपये मिलेंगे। 75 प्रतिशत निर्माण पूरा होने पर दूसरी किस्त एक लाख रुपये और अंतिम किस्त 50 हजार रुपये की दी जाएगी। इस तरह प्रत्येक परिवार को कुल ढाई लाख रुपये की सहायता मिलेगी। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने कहा कि मौनी अमावस्या के अवसर पर प्रयागराज में अब तक चार

करोड़ लोग मां गंगा, मां यमुना और मां सरस्वती की पावन त्रिवेणी में स्नान कर चुके होंगे। इसके साथ अयोध्या, काशी और गढ़मुक्तेश्वर जैसे तीर्थों पर करोड़ों श्रद्धालुओं ने पवित्र स्नान किया है। ऐसे पावन अवसर पर आवास योजना की पहली किस्त मिलना लाभार्थियों के लिए विशेष सौगात है। मुख्यमंत्री ने सभी लाभार्थियों को बधाई देते हुए उनसे प्रधानमंत्री को धन्यवाद पत्र लिखने का आह्वान किया और विश्वास जताया कि समयबद्ध तरीके से आवास निर्माण पूरा कर प्रदेश को अधिक सशक्त व आत्मनिर्भर बनाया जाएगा।

मुख्यमंत्री ने बताया कि सर्वाधिक लाभार्थी वाले जनपदों में गाजियाबाद, बरेली, लखनऊ, गोरखपुर, प्रतापगढ़, अलीगढ़, बिजनौर, कुशीनगर, प्रयागराज, अयोध्या और महाराजगंज शामिल हैं। उन्होंने कहा कि पिछले पौने नौ वर्षों में

# सम्पादकीय

## बीएमसी चुनाव 2026 के सियासी मायने

बीएमसी चुनाव 2026 में भाजपा-शिवसेना (शिंदे) गठबंधन ने ऐतिहासिक जीत हासिल की, जिसमें भाजपा सबसे बड़ी पार्टी बनकर उभरी। यह जीत ठाकरे परिवार के तीन दशक पुराने दबदबे को समाप्त करती है। बीएमसी के 227 वार्डों में बहुमत चिह्न 114 है, जहां महायुति 118 वार्डों में विजयी रही। इस चुनाव में भाजपा ने 89 सीटें जीतीं, जबकि शिंदे की शिवसेना को 29 मिलीं, जिससे महायुति गठबंधन का 118 सीटों का बहुमत प्राप्त हुआ। जबकि शिवसेना (यूबीटी) को मात्र 65 सीटें मिलीं, जो अपेक्षाकृत कमजोर प्रदर्शन रहा। वहीं, कांग्रेस को 24, एआईएमआईएम को 8 एनसीपी अजीत पवार को 3, सपा को 2 और एनसीपी शरद पवार को 1 सीट मिली। वहीं, राज्य के अन्य निकायों में भी भाजपा ने 25 में से 29 पर कब्जा जमाया। देखा जाए तो कुल 227 वार्डों में मुंबई की सबसे अमीर निगम या यूं कहें देश के भी सबसे अमीर नगर निगम पर भाजपा नीत गठबंधन का कब्जा हो गया। महाराष्ट्र के नगर निकाय चुनावों, विशेषकर बीएमसी में, भाजपा–शिंदे शिवसेना गठबंधन ने बहुमत हासिल कर बड़ा जीत दर्ज की है। यह परिणाम ठाकरे गुट की लंबी हुकूमत को समाप्त करता है और राज्य की सियासत में महायुति की मजबूती दर्शाता है। वहीं, पहली बार एआईएमआईएम ने अपेक्षाकृत अच्छा प्रदर्शन किया, जिससे सेक्युलरों का जनाधार खिसका। इसके राजनीतिक मायने अहम हैं क्योंकि यह जीत महाराष्ट्र में भाजपा को शहरी राजनीति का 'असली किंग' बनाती है, जो उसके राज्यव्यापी प्रभाव को मजबूत करती है। खास बात यह कि तमाम व्यक्तिगत विरोधाभासों के बावजूद महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने शिंदे गुट के साथ गठबंधन करके न केवल मराठी वोटों को विभाजित किया बल्कि उस विपक्ष को पूरी तरह से कमजोर किया, जो विगत तीन दशकों से बीएमसी पर हावी था। एक बात और, महायुति के विकास के एजेंडे ने मुंबई में पहचान की राजनीति को बहुत पीछे छोड़ दिया। खासकर ठाकरे भाइयों (उद्धव-राज) की हार से विपक्षी एकता की कमी उजागर हुई। वहीं चाचा-भतीजा एकता यानी शरद पवार और अजित पवार की एकता भी उनके हक में कोई रंग नहीं दिखा सकी। वहीं, कांग्रेस को भी कोई खास फायदा नहीं मिला। कुलमिलाकर बिखरे विपक्ष ने महायुति की राह आसान बना दी। देखा जाए तो मराठवाड़ा के वैभव को वापिस पाने के घिसे पिटे मुद्दे पर क्षेत्रीय क्षत्रपों यानी ठाकरे परिवार और पवार परिवार की सियासी एकता भी फुस्स हो गई।

## कविता

### गीता का कर्म

घोर अंधकार के बीच
जब प्रश्न थक जाते हैं
और उत्तर मौन हो जाते हैं,
तब गीता आती है
कोई ग्रंथ बनकर नहीं,
एक चेतना बनकर।

उसके कदमों में संकल्प है,
और दृष्टि में करुणा।
वह जलती नहीं,
जलाती है–
दीप की तरह।

वह कहती नहीं–डरो मत,
वह बस कर्म में उतर जाती है।
उसके हाथों में फल नहीं,
केवल श्रम की सच्चाई होती है।

गीता का कर्म
किसी पुरस्कार का भूखा नहीं,
वह तो
अंधेरे में
उजाले का स्वभाव है।

गीता जानती है
कि कर्म शोर नहीं करता,
वह तो
भीतर-भीतर
मनुष्य को गढ़ता है।

और जब वह आगे बढ़ती है,
तो समाज बदलता है,
क्योंकि एक स्त्री नहीं चलती,
एक विचार चलता है–
कर्म ही पूजा है।

जब सब कुछ पाने की होड़ में है,
गीता छोड़ना सिखाती है–
अहंकार छोड़ना,
भय छोड़ना,
पर कर्म नहीं।



–गीता राठौर गुंजन
पूरनपुर पीलीभीत

## जयंती

### विष्णु सखाराम खांडेकर

जन्म–19 जनवरी, 1898, सांगली, महाराष्ट्र, मृत्यु–2 सितंबर, 1976, मराठी भाषा के सुप्रसिद्ध साहित्यकारों में से एक थे। उनके ललित निबन्ध उनकी भाषा-शैली आदि के कारण बहुत पसन्द किये जाते हैं। उन्होंने उपन्यासों और कहानियों के अतिरिक्त नाटक, निबन्ध तथा आलोचनात्मक निबन्ध आदि लिखे थे। विष्णु सखाराम खांडेकर को 'साहित्य अकादमी पुरस्कार', 'पद्मभूषण' और 'ज्ञानपीठ पुरस्कार' (1974) से भी सम्मानित किया गया था।

## पुण्यतिथि

### देवेन्द्रनाथ ठाकुर

जन्म: 15 मई, 1817, मृत्यु: 19 जनवरी, 1905, कलकत्ता निवासी द्वारकानाथ ठाकुर के पुत्र थे, जो प्रख्यात विद्वान और धार्मिक नेता थे। अपनी दानशीलता के कारण उन्होंने 'प्रिंस' की उपाधि प्राप्त की थी। पिता से उन्होंने ऊँची सामाजिक प्रतिष्ठा तथा ऋण उत्तराधिकार में प्राप्त किया था। नोबेल पुरस्कार विजेता रबीन्द्रनाथ ठाकुर देवेंद्रनाथ ठाकुर के पुत्र थे।

## कल मिलेंगे

**रमेश**–पप्पू मैंने सुना है कि तुम्हारी शादी हो गई है, बधाई हो तुम्हें
**पप्पू**–हां पर मैंने शादी तोड़ दी।
**रमेश**–अरे ऐसा, क्यों किया?
**पप्पू**–यार जब मैंने उससे पूछा कि तुम्हारा पहले किसी के साथ चक्कर रहा है तो उसने साफ मना कर दिया
**रमेश**–ये तो अच्छी बात थी ना पागल
**पप्पू**–दोस्त जो किसी और का नहीं हुआ वो मेरा क्या होगा

## संजना भारती दैनिक

**भगवान शंकर जी के 11वें रुद्रावतार हनुमान जी (मेंहदीपुर, श्री बाला जी) के संरक्षण में संचालित किया जाता है। समाचार पत्र का यह अंक भी उन्हीं के चरणों में श्रद्धापूर्वक समर्पित है।**

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक एवं संपादक-**संजय कुमार** द्वारा आर.डी. प्रिंटर एंड पब्लिशर्स प्राइवेट लिमिटेड, ए-41, सेक्टर-8, नोएडा, उत्तर प्रदेश से मुद्रित तथा ए-281सी, गली नं. 3, ए-ब्लॉक, अम्बिका विहार, शिव विहार, दिल्ली-110094 से प्रकाशित। इस अंक में प्रकाशित समस्त समाचारों के चयन एवं संपादन हेतु पी.आर.बी. एक्ट के अंतर्गत संपादक उत्तरदायी।
**RNI No. : DELHIN/2016/70240**
**Phone No.: 9871221635**
**E-mail ID:** sanjanabharati16@gmail.com
(किसी भी वाद-विवाद में न्याय क्षेत्र दिल्ली ही होगा।)

# 'ग्रीनलैंड पर जो देश बीच में आयेगा उस पर टैरिफ ठोंकेंगे', यह साधारण बयान नहीं, दुनिया को ट्रंप की खुली धमकी है

-नीरज कुमार दुबे

नाटो की नींव सामूहिक सुरक्षा और आपसी भरोसे पर टिकी है। लेकिन जब नाटो का सबसे शक्तिशाली सदस्य ही दूसरे सदस्य देश पर दबाव डालने लगे, तो यह गठबंधन कैसे टिकेगा। डेनमार्क नाटो का सदस्य है। ग्रीनलैंड उसका हिस्सा है। अगर अमेरिका उसी देश को धमकी दे रहा है, तो यह नाटो पर सीधा हमला है। यह संदेश जा रहा है कि गठबंधन तभी तक मान्य है जब तक वह अमेरिकी हितों के अनुकूल है

**अमेरिका** के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने एक बार फिर वैश्विक राजनीति में उथल पुथल मचा दी है। इस बार विवाद का केंद्र बना है ग्रीनलैंड। ट्रंप ने संकेत दिया है कि दुनिया के जो देश ग्रीनलैंड को लेकर अमेरिका की रणनीति का समर्थन नहीं करेंगे, उन पर अमेरिका भारी टैरिफ लगा सकता है। यह बयान ऐसे समय में आया है जब आर्कटिक क्षेत्र में रूस और चीन की सक्रियता तेजी से बढ़ रही है और अमेरिका वहां अपनी पकड़ मजबूत करना चाहता है।

डोनाल्ड ट्रंप का कहना है कि ग्रीनलैंड अमेरिका की राष्ट्रीय सुरक्षा के लिए अत्यंत आवश्यक है। उनका तर्क है कि आर्कटिक क्षेत्र भविष्य की सामरिक प्रतिस्पर्धा का केंद्र बनने जा रहा है और ग्रीनलैंड इस पूरे क्षेत्र की चाबी है। उन्होंने साफ संकेत दिया कि जो देश इस अमेरिकी सोच के साथ नहीं आएंगे, उन्हें आर्थिक कीमत चुकानी पड़ सकती है।

हम आपको बता दें कि ग्रीनलैंड डेनमार्क का स्वायत्त क्षेत्र है और डेनमार्क सरकार ने स्पष्ट शब्दों में कहा है कि ग्रीनलैंड न तो बिकाऊ है और न ही किसी दबाव में सौंपा जा सकता है। ग्रीनलैंड के स्थानीय प्रशासन ने भी अमेरिका की इस सोच को खारिज करते हुए कहा है कि वहां के लोग अपने भविष्य का फैसला खुद करेंगे। वहीं यूरोप के कई देशों ने डेनमार्क के समर्थन में बयान दिए हैं और इसे अंतरराष्ट्रीय नियमों और संप्रभुता के खिलाफ बताया है। साथ ही ट्रंप की टैरिफ धमकी को कई देशों ने आर्थिक जबरदस्ती करार दिया है। ट्रंप के ताजा बयान के बाद ट्रांस अटलांटिक रिश्तों में तनाव साफ दिखाई देने लगा है और नाटो के भीतर भी असहजता बढ़ती नजर आ रही है। देखा जाये तो डोनाल्ड ट्रंप का ग्रीनलैंड को लेकर दिया गया बयान एक ऐसी राजनीति को उजागर करता है जिसमें कूटनीति नहीं बल्कि धमकी हथियार बन चुकी है।

ग्रीनलैंड क्यों अहम है यदि इसकी बात करें तो आपको बता दें कि यह कोई साधारण बर्फीला द्वीप नहीं है। यह आर्कटिक क्षेत्र में स्थित एक ऐसा भूभाग है जहां से उत्तरी अटलांटिक पर नजर रखी जा सकती है। यहां दुर्लभ खनिज संसाधन हैं। यहां से मिसाइल चेतावनी प्रणाली, नौसैनिक गतिविधियां और वायु मार्ग नियंत्रित किए जा सकते हैं। यही वजह है कि अमेरिका इसे केवल आर्थिक नहीं बल्कि सैन्य नजरिये से भी देखता है। लेकिन सवाल यह नहीं है कि ग्रीनलैंड कितना महत्वपूर्ण है। असली सवाल यह है कि क्या किसी देश को यह अधिकार है कि वह अपनी सामरिक जरूरतों के नाम पर दूसरे देशों पर आर्थिक दबाव बनाए। ट्रंप का बयान इसी सोच की खतरनाक मिसाल है।

देखा जाये तो टैरिफ अब अमेरिका का सबसे बड़ा हथियार बन चुका है। टैरिफ का इस्तेमाल कभी व्यापार संतुलन के लिए होता था। आज यह राजनीतिक और सामरिक दबाव का औजार बन गया है। ट्रंप की धमकी बताती है कि अमेरिका यह खुला संदेश दे रहा है कि या तो हमारे साथ खड़े हो जाओ या आर्थिक सजा भुगतो। यह नीति न केवल वैश्विक व्यापार को नुकसान पहुंचाती है बल्कि छोटे और मध्यम देशों को डर के साए में जीने पर मजबूर करती है। आज ग्रीनलैंड है। कल कोई और मुद्दा होगा। यह रवैया पूरी दुनिया को अस्थिरता की ओर धकेल सकता है।

दूसरी ओर, नाटो की नींव सामूहिक सुरक्षा और आपसी भरोसे पर टिकी है। लेकिन जब नाटो का सबसे शक्तिशाली सदस्य ही दूसरे सदस्य देश पर दबाव डालने लगे, तो यह गठबंधन कैसे टिकेगा। डेनमार्क नाटो का सदस्य है। ग्रीनलैंड उसका हिस्सा है। अगर अमेरिका उसी देश को धमकी दे रहा है, तो यह नाटो पर सीधा हमला है। यह संदेश जा रहा है कि गठबंधन तभी तक मान्य है जब तक वह अमेरिकी हितों के अनुकूल है। इस बीच, यूरोप के कई देशों के भीतर अब यह सवाल उठने लगा है कि क्या अमेरिका सच में भरोसेमंद सुरक्षा साझेदार है या नहीं। यह वही दरार है जो नाटो को अंदर से खोखला कर सकती है।

इसमें कोई दो राय नहीं कि अगर अमेरिका ग्रीनलैंड को लेकर आक्रामक रुख अपनाता है, तो इसके दूरगामी सामरिक परिणाम होंगे। रूस और चीन को यह कहने का मौका मिलेगा कि पश्चिमी देश दोहरे मानदंड अपनाते हैं। ऐसे में यूरोप अपने रक्षा ढांचे की ओर और तेजी से बढ़ सकता है। इससे नए सैन्य और आर्थिक गुट बन सकते हैं। इसका मतलब यह भी है कि दुनिया एक बार फिर गुटों में बंटने की ओर बढ़ेगी। शीत युद्ध जैसी स्थिति लौट सकती है लेकिन इस बार आर्थिक हथियार ज्यादा खतरनाक होंगे। अब सवाल उठता है कि क्या नाटो खत्म होने की कगार पर है? जवाब यह है कि नाटो तुरंत खत्म नहीं होगा। लेकिन यह जरूर कहा जा सकता है कि वह अपने सबसे नाजुक दौर में है। अगर अमेरिका इसी तरह सहयोगियों पर दबाव डालता रहा, तो नाटो का अस्तित्व केवल कागजों तक सीमित रह जाएगा। देखा जाये तो किसी भी गठबंधन की ताकत हथियारों से नहीं, भरोसे से आती है। और भरोसा तब टूटता है जब धमकी संवाद की जगह ले ले।

बहरहाल, डोनाल्ड ट्रंप का ग्रीनलैंड को लेकर दिया गया बयान एक चेतावनी है। यह चेतावनी है उस दुनिया के लिए जो नियम आधारित व्यवस्था पर भरोसा करती रही है। यह संकेत है कि आने वाले समय में ताकतवर देश ज्यादा आक्रामक और ज्यादा बेपरवाह हो सकते हैं। अगर इस सोच को समय रहते रोका नहीं गया, तो न केवल नाटो बल्कि पूरी वैश्विक व्यवस्था गहरे संकट में फंस सकती है। ग्रीनलैंड की बर्फ के नीचे केवल खनिज नहीं हैं, वहां भविष्य के टकराव की चिंगारी भी छुपी हुई है।

# सीनियर और युवा नेताओं के बीच संतुलन स्थापित करना नितिन नबीन के लिए होगी बड़ी चुनौती

-संतोष कुमार पाठक

सरकार के नेता के तौर पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी नितिन नबीन की अध्यक्षता वाले पार्टी के संसदीय बोर्ड और केंद्रीय चुनाव समिति दोनों में ही शामिल रहेंगे। वहीं सरकार और पार्टी के अहम नेता के तौर पर अमित शाह भी इन दोनों समितियों का हिस्सा रहेंगे। लेकिन युवा नेताओं को बड़ी जिम्मेदारी देने के लक्ष्य और नई बीजेपी के गठन के लिए कई दिग्गज नेताओं को इससे बाहर जाना ही पड़ेगा

**भारतीय** जनता पार्टी के नए राष्ट्रीय अध्यक्ष के चुनाव की तारीख जारी हो गई है। पार्टी अध्यक्ष के चुनाव के लिए राष्ट्रीय चुनाव अधिकारी बनाए गए डॉ के.लक्ष्मण ने चुनाव की अधिसूचना जारी कर दी है। संगठन पर्व-2024 के तहत जारी की गई अधिसूचना के मुताबिक, पार्टी ने शुक्रवार को ही निर्वाचक मंडल सूची का प्रकाशन कर दिया है। पार्टी अध्यक्ष के चुनाव के लिए नामांकन भरने की प्रक्रिया 19 जनवरी से शुरू हो जाएगी। 19 जनवरी को ही दोपहर 2 बजे से लेकर शाम 4 बजे तक नामांकन पत्र दाखिल किया जा सकता है। इसी दिन शाम को 4 से 5 बजे तक नामांकन पत्रों की जांच की जाएगी। शाम 5 से 6 बजे तक नाम वापस लिया जा सकता है। अगर पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष के पद के लिए एक से अधिक नेता नामांकन भरेंगे तो 20 जनवरी को चुनाव करवाया जाएगा। हालांकि यह भी एक तथ्य है कि राष्ट्रीय अध्यक्ष के पद के लिए बीजेपी में कभी भी चुनाव की नौबत नहीं आई है। इसलिए यह तय माना जा रहा है कि 20 जनवरी को सर्वसम्मति से पार्टी के नए राष्ट्रीय अध्यक्ष के तौर पर नितिन नबीन के चुने जाने का ऐलान कर दिया जाएगा।

हाल ही में पार्टी के राष्ट्रीय कार्यकारी अध्यक्ष बनाए गए नितिन नबीन के पूर्णकालिक अध्यक्ष बनने के साथ ही पार्टी में नए और बड़े बदलाव की शुरूआत हो जाएगी। नितिन नबीन बीजेपी के न केवल सबसे युवा राष्ट्रीय अध्यक्ष होंगे बल्कि वह पार्टी के पहले ऐसे राष्ट्रीय अध्यक्ष होंगे जिनका जन्म पार्टी की स्थापना के बाद हुआ है। बीजेपी की स्थापना 6 अप्रैल 1980 को हुई थी जबकि नितिन नबीन का जन्म इसके 47 दिन बाद 23 मई 1980 को हुआ था। ऐसे में अब बीजेपी आलाकमान के सामने सबसे बड़ी चुनौती यह साबित करने की भी है कि युवा राष्ट्रीय अध्यक्ष की ताजपोशी सिर्फ प्रतीकात्मक बदलाव का पर्याय भर बन कर न रह जाए। वहीं नई बीजेपी में पार्टी के वरिष्ठ नेताओं को भी संतुलन बनाए रखने के लिए महत्वपूर्ण भूमिका दिया जाना बहुत जरूरी है।

यही वजह है कि राष्ट्रीय अध्यक्ष बनने के बाद बिहार से आने वाले इन युवा नेता के सामने सबसे बड़ी चुनौती अपनी टीम का गठन करना होगा। पार्टी संविधान के मुताबिक, पार्टी में सर्वोच्च फैसला लेने वाली इकाई पार्टी का संसदीय बोर्ड है। इसके बाद केंद्रीय चुनाव समिति का नंबर आता है जो चुनाव के समय उम्मीदवारों का चयन करता है। फिलहाल संसदीय बोर्ड के अध्यक्ष जेपी नड्डा है लेकिन राष्ट्रीय अध्यक्ष बन जाने के बाद नितिन नबीन ही पार्टी का फैसला लेने वाले इस सर्वोच्च इकाई के अध्यक्ष होंगे। वर्तमान में नड्डा के अलावा प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, राजनाथ सिंह, अमित शाह, बी एस येदियुरप्पा, सबार्नंद सोनोवाल, के.लक्ष्मण, इकबाल सिंह लालपुरा, सुधा यादव और सत्यनारायण जटिया संसदीय बोर्ड के सदस्य हैं। वहीं पार्टी के राष्ट्रीय



संगठन महासचिव बीएल संतोष संसदीय बोर्ड के सचिव के तौर पर इसमें शामिल हैं। इनमें से बीएल संतोष को छोड़कर बाकी सभी नेता 60 से ज्यादा उम्र के हैं। संसदीय बोर्ड के ये सारे सदस्य पार्टी की केंद्रीय चुनाव समिति के भी सदस्य हैं। संसदीय बोर्ड में शामिल इन 11 नेताओं के अलावा भूपेन्द्र यादव, देवेंद्र फडणवीस, ओम माथुर और वनथी श्रीनिवासन केंद्रीय चुनाव समिति में शामिल हैं।

सरकार के नेता के तौर पर प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी नितिन नबीन की अध्यक्षता वाले पार्टी के संसदीय बोर्ड और केंद्रीय चुनाव समिति दोनों में ही शामिल रहेंगे। वहीं सरकार और पार्टी के अहम नेता के तौर पर अमित शाह भी इन दोनों समितियों का हिस्सा रहेंगे। लेकिन युवा नेताओं को बड़ी जिम्मेदारी देने के लक्ष्य और नई बीजेपी के गठन के लिए कई दिग्गज नेताओं को इससे बाहर जाना ही पड़ेगा। इन दोनों समितियों का पुनर्गठन करने के बाद पार्टी अध्यक्ष के तौर पर नितिन नबीन को अपनी राष्ट्रीय टीम-यानी राष्ट्रीय उपाध्यक्षों, राष्ट्रीय महासचिवों, राष्ट्रीय सचिवों और राष्ट्रीय प्रवक्ताओं के साथ-साथ विभिन्न मोर्चों, समितियों और विभागों के मुखियाओं की भी नियुक्ति करनी पड़ेगी।

यह बात तो साफ है कि ये सारे फैसले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह की सहमति से ही लिए जाएंगे। हालांकि राजनाथ सिंह और वसुंधरा राजे सिंधिया जैसे नेताओं के बारे में अंतिम फैसला करने से पहले संघ से भी चर्चा की जाएगी। पार्टी की राष्ट्रीय टीम में ऐसे कई अन्य नेता भी शामिल हैं जो अपने-अपने राज्यों के मुख्यमंत्री के करीबी माने जाते हैं और इसलिए उन्हें हटाने से पहले कई समीकरणों का ध्यान भी रखना पड़ेगा।

ऐसे में यह देखना बहुत दिलचस्प रहेगा कि नितिन नबीन इन तमाम चुनौतियों से निपटते हुए अपनी नई टीम कैसे तैयार कर पाते हैं और कैसे तमाम उम्र के नेताओं यानी सीनियर एवं युवा के बीच संतुलन बना पाने में कामयाब हो पाते हैं।

लेखक वरिष्ठ पत्रकार एवं राजनीतिक विश्लेषक हैं।

## खेल/विदेश/कारोबार/फिल्म

## ट्रंप ने प्रधानमंत्री मोदी को बोर्ड ऑफ पीस का हिस्सा बनने के लिए आमंत्रित किया

(एजेन्सी)।
**अमेरिका** के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने रविवार को प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी को बोर्ड ऑफ पीस का हिस्सा बनने के लिए आमंत्रित किया। यह निकाय, गाजा में स्थायी शांति लाने और वैश्विक संघर्ष के समाधान के लिए एक साहसिक नए दृष्टिकोण पर काम करेगा।

ट्रंप ने मोदी को एक पत्र लिखा, जिसे भारत में अमेरिका के राजदूत सर्जियो गोर ने सोशल मीडिया पर साझा किया। अमेरिकी राष्ट्रपति ने पत्र में कहा कि प्रधानमंत्री मोदी को मध्य पूर्व में शांति बहाल करने के लिए एक महत्वपूर्ण ऐतिहासिक व शानदार प्रयास में शामिल होने और साथ ही वैश्विक संघर्ष के समाधान के लिए एक साहसिक नए दृष्टिकोण पर काम करने के लिए आमंत्रित करना उनके लिए बहुत सम्मान की बात है। ट्रंप ने गाजा पट्टी में इजराइल और हमास के बीच हुए युद्धविराम समझौते के दूसरे चरण के तहत इस बोर्ड का अनावरण किया। इजराइल और हमास ने अक्टूबर में ट्रंप की शांति योजना पर सहमति जताई थी।

ट्रंप ने कई वैश्विक नेताओं को इसी तरह के पत्र भेजे हैं। वाशिंगटन, ट्रंप के बोर्ड ऑफ पीस को गाजा और उसके आसपास शांति एवं स्थिरता लाने के लिए एक नए अंतरराष्ट्रीय निकाय के रूप में प्रस्तुत कर रहा है। ऐसी अटकलें लगाई जा रही हैं कि यह निकाय अन्य वैश्विक संघर्षों में भी अहम भूमिका निभा सकता है।

मूल रूप से, इस नए निकाय को गाजा के पुनर्निर्माण के लिए शासन की देखरेख और वित्तपोषण समन्वय का कार्य सौंपा जाना है। इजराइल के दो वर्षों के सैन्य अभियान के दौरान गाजा पट्टी पूरी तरह तबाह हो गई है। गोर ने एक्स पर एक पोस्ट में कहा कि उन्हें ट्रंप का निमंत्रण मोदी तक पहुंचाने का सम्मान मिला है, जिसमें उन्हें बोर्ड ऑफ पीस में शामिल होने के लिए आमंत्रित किया गया है और यह निकाय गाजा में स्थायी शांति लाएगा।

राजदूत ने कहा, बोर्ड स्थिरता और समृद्धि हासिल करने के लिए प्रभावी शासन का समर्थन करेगा। ट्रंप ने मोदी को लिखे पत्र में 29 सितंबर को गाजा संघर्ष को समाप्त करने की व्यापक योजना की घोषणा के साथ-साथ मध्य पूर्व में शांति लाने के लिए अपनी 20-सूत्री रूपरेखा का भी उल्लेख किया।

## विराट कोहली ने न्यूजीलैंड के खिलाफ तीसरे और अंतिम मैच में लगाया 54वां वनडे शतक

(एजेन्सी)।
**भारतीय** स्टार बल्लेबाज विराट कोहली ने रविवार को यहां न्यूजीलैंड के खिलाफ श्रृंखला के तीसरे और अंतिम मैच में रिकॉर्ड 54वां वनडे शतक लगाया। यह सुपरस्टार वडोदरा में श्रृंखला के पहले वनडे में 93 रन पर आउट हो गया था और इस उपलब्धि से चूक गया था। उन्होंने 40वें ओवर की आखिरी गेंद पर जैकरी फोक्स की गेंद पर एक रन लेकर 91 गेंद में अपना शतक पूरा किया जिसमें आठ चौके और दो छक्के जड़े थे। न्यूजीलैंड के आठ विकेट पर 337 रन का स्कोर खड़ा किया जिसके बाद कोहली एक छोर पर डटे रहे और शतक पूरा किया।

## चिन्नास्वामी स्टेडियम फिर खेल के लिए तैयार

(एजेन्सी)।
**क्रिकेट** प्रेमियों के लिए बेंगलुरु से एक राहत भरी खबर सामने आई है। महीनों की अनिश्चितता के बाद एम चिन्नास्वामी स्टेडियम में फिर से क्रिकेट मैचों के आयोजन का रास्ता साफ होता दिख रहा है। बता दें कि पिछले साल जून में हुई एक दुखद भगदड़ की घटना के बाद यह ऐतिहासिक मैदान पूरी तरह बंद कर दिया गया था, जिसमें 11 लोगों की जान चली गई थी। मौजूद जानकारी के अनुसार, कर्नाटक राज्य क्रिकेट संघ ने सुरक्षा और भीड़ प्रबंधन से जुड़े तमाम पहलुओं पर काम करने के बाद राज्य के गृह मंत्रालय से सशर्त मंजूरी हासिल कर ली है। यह अनुमति कुछ खास नियमों और शर्तों के पालन के साथ दी गई है, जिन पर संबंधित विभागों की निगरानी रहेगी।

गौरतलब है कि नए अध्यक्ष वेंकटेश प्रसाद के नेतृत्व में केएससीए ने स्टेडियम को फिर से संचालन योग्य बनाने के लिए एक विस्तृत कार्ययोजना तैयार की है। यह रोडमैप गृह मंत्रालय द्वारा गठित विशेषज्ञ समीक्षा समिति के सामने रखा गया है। संघ ने स्पष्ट किया है कि वह सुरक्षा, संरक्षा और भीड़ नियंत्रण से जुड़े सभी निदेशों को पूरी गंभीरता से लागू करने के लिए प्रतिबद्ध है। हालांकि यह प्रगति सकारात्मक मानी जा रही है, लेकिन मौजूदा आईपीएल चैंपियन रॉयल चैलेंजर्स बेंगलुरु के इस सीजन चिन्नास्वामी स्टेडियम में घरेलू मुकाबले खेलने को लेकर स्थिति अभी पूरी तरह साफ नहीं है।

## पाकिस्तान में भीषण धमाका, दहला कराची, लोगों के उड़े चिथड़े!

(एजेन्सी)।
**भारत** के पड़ोसी देश पाकिस्तान के सबसे बड़े शहर कराची में एक ऐसा धमाका हुआ है जिसने 25 करोड़ पाकिस्तानियों को झकझोर कर रख दिया है जिसने लाहौर से लेकर इस्लामाबाद में खतरनाक बवाल मचा कर रख दिया है। कराची से उठा यह धुआं लोगों की यह चीख पुकार 1406 किमी दूर राजधानी इस्लामाबाद को भी हिला कर रख देने वाली है। दरअसल पाकिस्तान के बंदरगाह शहर कराची में उस वक्त हड़कंप मच गया जब शहर के व्यस्त एमए जिन्ना रोड इलाके में स्थित गुल प्लाजा शॉपिंग मॉल में अचानक भीषण आग लग गई। आग इतनी भयानक थी कि कुछ ही मिनटों में उसने बहुमंजिला इमारत के कई हिस्सों को अपनी चपेट में ले लिया। दूर-दूर तक काले धुएं का घना गुब्बारा आसमान में छा गया और मॉल के अंदर मौजूद लोग अपनी जान बचाने के लिए इधर-उधर भागने लगे। हर तरफ अफरातफरी मच गई, भगदड़ मच गई।

सब चीखपुकार के कारण हैरान हो गए। चश्मदीदों के मुताबिक आग मॉल के भीतर अचानक भड़के और बेहद तेजी से फैल गई। घना धुआं इतना ज्यादा था कि लोगों को सांस लेना मुश्किल हो गया। कई लोग दुकान में फंस गए तो कई जान बचाने के लिए अपना सारा सामान वहीं छोड़कर बाहर की ओर दौड़ पड़े। इस हादसे में कम से कम तीन लोगों की मौत की पुष्टि हुई है। जबकि दर्जनों लोग घायल बताए जा रहे हैं। घायलों को तुरंत नजदीकी अस्पताल में भर्ती कराया गया है। जहां कुछ की हालत अब भी गंभीर बनी हुई है। स्थानीय लोगों का कहना है कि आग लगने के बाद पूरे इलाके में दहशत और अफरातफरी का माहौल था। फायर ब्रिगेड की गाड़ियां मौके पर पहुंची लेकिन आग पर काबू पाने में काफी वक्त लग गया। फिलहाल आग लगने के सटीक कारणों का पता नहीं चल पाया है। पुलिस और प्रशासन का कहना है कि आग पूरी तरह बुझाने के बाद मामले की जांच शुरू की जाएगी। लेकिन यह पहली बार नहीं है। कराची समेत पाकिस्तान के कई शहरों में फायर सेफ्टी सिस्टम की भारी कमी बार-बार सामने आती रही है। नवंबर 2023 में भी कराची के एक शॉपिंग मॉल में आग लग गई थी। जिसमें 10 लोगों की मौत हो गई थी और 22 लोग घायल हुए थे। बार-बार होने वाली यह घटनाएं पाकिस्तान में कमजोर इंफ्रास्ट्रक्चर, लापरवाह प्रशासन और आम जनता की लाचारी को उजागर करती है।

## मुझे खुद के भारतीय होने पर गर्व-एआर रहमान

**(एजेन्सी)।** संगीतकार एआर रहमान ने एक साक्षात्कार में की गई अपनी टिप्पणियों को लेकर हो रही आलोचनाओं का जवाब देते हुए भारत के प्रति अपनी अटूट निष्ठा व्यक्त की और अपने शब्दों के पीछे के इरादे को स्पष्ट किया। बॉलीवुड में कथित पूर्वाग्रह को लेकर चल रही सार्वजनिक बहस के केंद्र में रहे इस संगीतकार ने अपने बयान में अपने विचारों को स्पष्ट किया। बयान के साथ ही उन्होंने एक क्रिकेट मैच में गाए गए अपने गीत 'मां तुझे सलाम/वंदे मातरम' का फुटेज भी साझा किया, जो सांस्कृतिक क्षेत्र में उनके योगदान को रेखांकित करता है। अपने वीडियो बयान में रहमान ने भारत को अपनी प्रेरणा और घर बताया और अपने जीवन में संगीत की एकता की भूमिका पर जोर दिया। उन्होंने कहा, संगीत हमेशा से हमारी संस्कृति से जुड़ने, उसका जश्न मनाने और उसका सम्मान करने का मेरा जरिया रहा है। भारत मेरी प्रेरणा, मेरा गुरु और मेरा घर है। मैं समझता हूँ कि कभी-कभी इरादों को गलत समझा जा सकता है। लेकिन मेरा उद्देश्य हमेशा से संगीत के माध्यम से उत्थान, सम्मान और सेवा करना रहा है। मैंने कभी किसी को दुख पहुँचाने की इच्छा नहीं रखी और मुझे उम्मीद है कि मेरी ईमानदारी को समझा जा सकेगा। रहमान ने कलात्मक परियोजनाओं के माध्यम से भारत की विविधता का जश्न मनाने के अपने प्रयासों के उदाहरण प्रस्तुत किए। इनमें वेव्स शिखर सम्मेलन में झाला को बढ़ावा देना, रूह-ए-नूर में भागीदारी और युवा नागा संगीतकारों के साथ सहयोग शामिल हैं। उन्होंने स्ट्रिंग ऑर्केस्ट्रा की स्थापना, सनशाइन ऑर्केस्ट्रा का मार्गदर्शन, भारत के पहले बहुसांस्कृतिक वर्चुअल बैंड सीक्रेट माउंटेन का विकास और हैंस ज़िमर के साथ रामायण के संगीत पर अपने हालिया कार्य का भी उल्लेख किया।

## बजट 2026 से पहले संकेत: वित्तीय घाटा 4.3% रहने का अनुमान, पूंजीगत खर्च में तेज बढ़ोतरी

(एजेन्सी)।
**बजट** 2026 को लेकर चर्चाएं तेज होने लगी हैं और शुरूआती संकेत यह बता रहे हैं कि सरकार वित्तीय अनुशासन के साथ विकास पर जोर बनाए रखने की रणनीति पर काम कर रही है। बता दें कि रेटिंग एजेंसी आईसीआरए के मुताबिक वित्त वर्ष 2026-27 में भारत का राजकोषीय घाटा सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) का करीब 4.3 प्रतिशत तय किया जा सकता है।

मौजूद जानकारी के अनुसार, यह अनुमान वित्त वर्ष 2025-26 के 4.4 प्रतिशत के अनुमानित घाटे से थोड़ा कम है, जिससे यह संकेत मिलता है कि सरकार धीरे-धीरे वित्तीय समेकन की दिशा में आगे बढ़ रही है। आईसीआरए ने अपनी बजट अपेक्षाओं से जुड़ी रिपोर्ट में कहा है कि आगामी केंद्रीय बजट दिलचस्प रहने वाला है, क्योंकि सरकार का ध्यान अब साल-दर-साल घाटे के लक्ष्य से हटकर मध्यम अवधि के कर्ज प्रबंधन पर जा रहा है।

गौरतलब है कि बजट 2026 में 16वें वित्त आयोग की सिफारिशों के लागू होने की भी भूमिका रहेगी, जो अगले पांच वर्षों के लिए केंद्र और राज्यों के वित्तीय ढांचे को दिशा देगा। इसके साथ ही पूंजीगत व्यय यानी कैपेक्स में दो अंकों की वृद्धि का अनुमान लगाया गया है, जिसे सरकार आर्थिक गतिविधियों को रफ्तार देने का प्रमुख जरिया मान रही है। आईसीआरए के अनुसार, वित्त वर्ष 2026-27 में केंद्र सरकार का पूंजीगत खर्च करीब 14 प्रतिशत बढ़कर 13.1 लाख करोड़ रुपये तक पहुंच सकता है। हालांकि, यह बढ़ोतरी आठवें वेतन आयोग के लागू होने से पहले की मानी जा रही है, जिसके चलते वित्त वर्ष 2027-28 से खर्च पर दबाव बढ़ सकता है।

राजस्व की स्थिति पर नजर डालें तो एजेंसी का कहना है कि वित्त वर्ष 2025-26 में शुद्ध कर राजस्व में करीब 1.3 लाख करोड़ रुपये की कमी रह सकती है। इसके बावजूद गैर-कर राजस्व बजटीय अनुमान से लगभग 80 हजार करोड़ रुपये अधिक रहने की संभावना जताई गई है। आईसीआरए का मानना है कि यदि राजस्व में आई कमी की भरपाई खर्च में बचत से कर ली गई, तो वित्तीय फिसलन की आशंका नहीं है। वित्तीय घाटा अनुपात में मामूली गिरावट के बावजूद, सरकार के उधारी कार्यक्रम में तेज बढ़ोतरी देखने को मिल सकती है। एजेंसी के मुताबिक, वित्त वर्ष 2026-27 में सकल बाजार उधारी 15 से 16 प्रतिशत तक बढ़कर लगभग 16.9 लाख करोड़ रुपये हो सकती है। इसकी बड़ी वजह परिपक्व हो रहे पुराने बॉन्ड्स का अधिक रिडेम्पशन बताया जा रहा है, हालांकि सरकारी प्रतिभूतियों की अदला-बदली से इस दबाव को कुछ हद तक कम किया जा सकता है।

कुल मिलाकर, बजट 2026 से यह संकेत मिल रहे हैं कि सरकार विकास और वित्तीय संतुलन के बीच संतुलन बनाने की कोशिश में जुटी है, जहां एक ओर पूंजीगत खर्च के जरिए अर्थव्यवस्था को गति दी जाएगी, वहीं दूसरी ओर राजकोषीय अनुशासन बनाए रखने पर भी जोर रहेगा।

# मंत्री अरोड़ा द्वारा पुलिस थानों या अन्य सरकारी स्थानों पर मौजूद स्क्रैप्ड, लावारिस और जब्त किए गए वाहनों को शहर से बाहर निर्धारित यार्डों में स्थानांतरित करने के निर्देश

**संजना भारती/विज्ञप्ति द्वारा**

**चंडीगढ़।** पंजाब सरकार ने स्थानीय निकाय मंत्री संजीव अरोड़ा के नेतृत्व में पुलिस थानों तथा शहर की सीमाओं के अंदर स्थित अन्य सरकारी भूमियों पर मौजूद सभी स्क्रैप्ड, छोड़े गए, लावारिस और जब्त किए गए वाहनों को व्यवस्थित तरीके से हटाने तथा शहरी क्षेत्रों से बाहर निर्धारित यार्डों में स्थानांतरित करने के लिए व्यापक निर्देश जारी किए हैं।

यह निर्णायक कदम सरकार के व्यापक शहरी शासन सुधारों का हिस्सा है, जिसका उद्देश्य लोगों की सुरक्षा, स्वच्छता, ट्रैफिक प्रबंधन और सार्वजनिक बुनियादी ढांचे के सुचारू उपयोग को और बेहतर बनाना है।

मंत्री ने बताया कि पुलिस थानों, ट्रैफिक पुलिस यार्डों, नगर पालिका की भूमियों तथा शहर की सड़कों के किनारे लंबे समय से खड़े ऐसे सभी वाहनों को 30 दिनों के अंदर शहर की सीमाओं से बाहर स्थित वाहन यार्डों में पहुंचा दिया जाएगा।

पुलिस विभाग, नगर निगमों, ट्रैफिक पुलिस और जिला प्रशासन की संयुक्त टीमों को तुरंत सर्वेक्षण करने, विस्तृत सूची तैयार करने तथा इस आदेश की समयबद्ध तरीके से पालना सुनिश्चित करने के निर्देश दिए गए हैं।

श्री संजीव अरोड़ा ने कहा कि शहर की सीमाओं के अंदर बड़ी संख्या में खड़े कंडम और जब्त किए गए वाहनों की मौजूदगी से कई नागरिक और प्रशासनिक चुनौतियां पैदा होती हैं। पुराने वाहनों के धुएं से, बिजली के नुकसान और ज्वलनशील पदार्थों के कारण घनी आबादी वाले शहरी क्षेत्रों में कई गंभीर पर्यावरणीय समस्याएं उत्पन्न होती हैं। लावारिस या लंबे समय से छोड़े गए इन वाहनों में पानी जमा हो जाता है, जो मच्छरों और चूहों के लिए प्रजनन स्थल बन जाता है तथा जिससे डेंगू, मलेरिया और अन्य बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है। पुलिस थानों के परिसर कार्यशील आवश्यकताओं, आपातकालीन वाहनों तथा जनता को सेवा प्रदान करने के लिए होते हैं-लंबे समय के लिए वाहन डंपिंग के लिए नहीं।

सड़कों के किनारे तथा सार्वजनिक स्थानों पर खड़े वाहन आवागमन में बाधा डालते हैं तथा शहर की सफाई और सुंदरता को नुकसान पहुंचाते हैं। खराब

हालत वाले या पुराने वाहनों से तेल, रसायन और भारी धातुएं लीक होती हैं, जिससे मिट्टी और भूजल प्रदूषित होता है।

मंत्री ने स्पष्ट किया कि यह कार्रवाई मौजूदा कानूनी प्रावधानों पर आधारित है: मोटर वाहन अधिनियम, 1988-लोगों द्वारा छोड़े गए और लावारिस वाहनों को हटाने तथा केंद्रीय मोटर वाहन नियम, 1989-खराब हालत वाले वाहनों की रजिस्ट्रेशन रद्द करने और डिस्पोज करने की तर्ज पर की जा रही है। इसके साथ ही कार्रवाई ठोस अपशिष्ट प्रबंधन नियम, 2016-वाहनों सहित नॉन-बायोडिग्रेडेबल कचरे के सुरक्षित प्रबंधन और निपटान के अधीन भी है।

पंजाब नगर निगम अधिनियम-कब्जे और जनता के खतरों को हटाने का अधिकार। सभी स्थानांतरित वाहनों को प्रदूषण नियंत्रण तथा पर्यावरण नियमों की सख्त पालना करते हुए केवल अधिकृत वाहन स्क्रैप यार्डों तथा रीसाइक्लिंग सुविधाओं में भेजा जाएगा। वाहन हटाने से पहले पालन की जाने वाली प्रक्रियाः सभी पहचाने गए वाहनों को टैग लगाए जाएंगे तथा उनकी फोटो खींची जाएगी। वाहनों पर नोटिस लगाए जाएंगे। यदि मालिकाना हक का पता लगाया जा सकेगा तो मालिकों को सूचित किया जाएगा तथा कानून अनुसार अपने वाहनों का दावा करने का अवसर दिया जाएगा। जब्त किए गए वाहनों को सभी अनिवार्य कानूनी दस्तावेज पूरे करने के बाद ही स्थानांतरित किया जाएगा ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि किसी भी रूप में न्यायिक प्रक्रियाएं प्रभावित न हों।

श्री संजीव अरोड़ा ने लोगों से इस शहरव्यापी सफाई तथा सुरक्षा मुहिम में सहयोग करने की अपील की। वाहन मालिकों से अपील की जाती है कि वे संबंधित पुलिस थानों तथा नगर निगम अधिकारियों से संपर्क करके अपने स्तर पर छोड़े गए वाहनों की स्थिति का पता लगाएं।

मंत्री ने आगे कहा, यह पहल सुरक्षित, साफ-सुथरे तथा बेहतर ढंग से संगठित शहरों के प्रति हमारी सरकार की दृढ़ प्रतिबद्धता को दर्शाती है। शहरी भूमि एक मूल्यवान सार्वजनिक संसाधन है तथा इसका उपयोग जनकल्याण के लिए कुशलतापूर्वक किया जाना चाहिए।

# ब्रह्मा बाबा की 57वीं पुण्यतिथि विश्व शांति दिवस के रूप में मनाई गई

## राजौंद व आस-पास के क्षेत्रों से पहुंचे भाई-बहनों ने ब्रह्ममुहूर्त में योग-साधना कर अर्पित किए श्रद्धासुमन

**एसबी ब्यूरो प्रमुख/निर्मल कुमार**

**राजौंद।** ब्रह्माकुमारीज संस्थान के संस्थापक ब्रह्मा बाबा की 57वीं पुण्यतिथि विश्व शांति दिवस के रूप में श्रद्धा एवं भावपूर्ण वातावरण में मनाई गई। इस अवसर पर राजौंद तथा आसपास के क्षेत्रों से बड़ी संख्या में भाई-बहन केंद्र पर पहुंचे और ब्रह्ममुहूर्त से योग-साधना के माध्यम से ब्रह्मा बाबा के प्रति अपने श्रद्धासुमन अर्पित किए।

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए असंध सेवाकेंद्र प्रभारी राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी सरिता दीदी जी ने कहा कि ब्रह्मा बाबा अव्यक्त होने के बाद भी आज हम सभी के लिए निरंतर प्रेरणास्रोत बने हुए हैं। उनका तपस्वी और दिव्य जीवन लाखों ब्रह्मावत्सों का सदा मार्गदर्शन करता रहेगा। बाबा ने अपने हर कर्म से हमें जीवन जीने की श्रेष्ठ शिक्षा दी है। उन्होंने कहा कि बाबा ने अपने महान कर्मों से हम सभी के सामने एक ऐसी लकीर खींच दी है, जिस पर चलकर हम निराकारी, निर्विकारी और निरहंकारी स्थिति को प्राप्त कर सकते हैं। निरंतर योग-तपस्या के बल पर बाबा ने संपूर्णता की अवस्था प्राप्त की। उनकी विराट सोच का ही परिणाम है कि वर्ष 1937 में रोपा गया अध्यात्म का यह पौधा आज एक विराट वटवृक्ष का रूप ले चुका है।

दीदी जी ने कहा कि ब्रह्मा बाबा की प्रेरणाएं आज भी हम सभी का मार्गदर्शन कर रही हैं। कार्यक्रम के अंत में अधिक से अधिक भाई-बहनों ने भावपूर्ण वातावरण में बाबा को श्रद्धासुमन अर्पित किए और विश्व शांति की कामना की।

# खानपुर प्रखंड के अंतर्गत प्रा. वि. बाहाटोल उर्दू की शिक्षिका रंजना वर्मा को स्थानांतनोप्रांत दी गई विदाई

## प्राथमिक विद्यालय बाहाटोल उर्दू में समारोह पूर्वक मनाई गए विदाई समारोह

**संजना भारती संवाददाता**

**अर्जुन कुमार झा**

**समस्तीपुर।** खानपुर विभागीय निदेशानुसार सुबे बिहार के विद्यालयों में शिक्षकों के स्थानांतरण का दौर जारी है। इसी आलोक में खानपुर प्रखंड अंतर्गत प्राथमिक विद्यालय बाहा टोल उर्दू में कार्यरत शिक्षिका रंजना वर्मा का स्थानांतरण बेतिया, पश्चिमी चंपारण हुआ।वह 2023 से विद्यालय अध्यापक के पद पर सेवा दी हैं। उनकी विदाई विद्यालय परिवार द्वारा समारोह पूर्वक मनाया गया।

समारोह की अध्यक्षता प्रधान शिक्षक अशोक कुमार साहू कर रहे थे जबकि संचालन मो मेहंदी हसन ने किया। कार्यक्रम में सर्वप्रथम विद्यालय परिवार द्वारा शिक्षिका को मिथिला परंपरा अनुसार चादर पाग माला अंग वस्त्र से सम्मानित किया गया। आए हुए अतिथियों का भी पाग माला से स्वागत किया गया। संबोधित

करते हुए प्रधान शिक्षक अशोक कुमार साहू एवं लाल बाबू ने बताया कि शिक्षक समाज के निमार्ता हैं। उनके ऊपर बड़ी जिम्मेदारी है।

इस निर्माण में समाज का सहयोग जरूरी है। उन्होंने कहा आप सभी अभिभावक सहयोग करें और शिक्षकों का सम्मान करें तो समाज का बेहतर निर्माण होगा और हम विकसित राष्ट्र की कामना कर पाएंगे। कार्यक्रम में श्रीपुर गाहर पश्चिमी संकुल के प्रधानाध्यापक डॉ संजय कुमार, मृत्युंजय ठाकुर, रेणु कुमारी, मनोज पासवान, रंजीत राम, छोटन पासवान, अमरजीत कुमार, महेश तांती, श्याम कुमार, शिक्षक मोहम्मद शकील अख्तर अंसारी, परवेज आलम, मो शाहिद आदि मौजूद रहे। कार्यक्रम के अंत में सुमेरा और अनुराधा द्वारा विदाई गीत भी प्रस्तुत किया गया।

# खानपुर थानाध्यक्ष ने फरार चल रहे तीन अभियुक्त को किया गिरफ्तार

**संजना भारती संवाददाता**

**अर्जुन कुमार झा**

**समस्तीपुर।** खानपुर थानाध्यक्ष शिवपूजन कुमार ने बीती रात पुलिस फोर्स के साथ गुप्त सूचना के आधार पर थाना क्षेत्र के चकौटी गाँव में छापामारी कर समस्तीपुर न्यायालय से निर्गत-NBW वारंट जिसका TR-न0 421/2026-GR-न0 2995/2020 में फरार चल रहा

अभियुक्त (1) ज्योति नारायण राय पिता स्वर्गीय रामलगन राय (2) नीतीश राय (3) सुनील कुमार राय दोनों पिता ज्योति नारायण राय-ग्राम-चकौटी-थाना खानपुर जिला समस्तीपुर को छापामारी के क्रम में घर से ही गिरफ्तार कर थाना लाया गया।

वही गिरफ्तार अभियुक्त के बारे में पूछने पर थानाध्यक्ष शिवपूजन कुमार ने बताया कि गिरफ्तार तीनों अभियुक्त ने समस्तीपुर न्यायालय से निर्गत NBW वारंट में घर छोड़ कर फरार चल रहा था। जिसे गुप्त सूचना के आधार पर पुलिस फोर्स के साथ बीती तीनो अभियुक्त को घर से ही गिरफ्तार कर थाना लाया गया। जिसे गिरफ्तारी कागजात तैयार कर थाना के पुलिस पदाधिकारी व चौकीदार के साथ उचित अभिरक्षा में सरकारी वाहन से माननीय न्यायालय समस्तीपुर में उपस्थापन हेतु भेजा गया है।

# एग्री स्टैक योजना के तहत यूनिक आईडी बनवाए किसान: डीसी अपराजिता

## यूनिक फार्मर आईडी से सरकारी योजनाओं का लाभ होगा आसान

**एसबी ब्यूरो प्रमुख/निर्मल कुमार**

**कैथल।** डीसी अपराजिता ने बताया कि केंद्र सरकार की महत्वाकांक्षी एग्री स्टैक योजना के तहत किसानों की एक यूनिक फार्मर आईडी बनाई जा रही है। खंड कृषि विकास अधिकारी कार्यालय, संबंधित तहसील तथा विभाग द्वारा लगाए जा रहे शिविरों में पंजीकरण करवा सकते हैं। उन्होंने बताया कि एग्री स्टैक एक डिजिटल इकोसिस्टम है, जिसका उद्देश्य खेती-किसानी से जुड़ी जानकारी को एक मंच पर लाना है। जिस तरह हर नागरिक की पहचान 'आधार कार्ड' से होती है, उसी तरह 'यूनिक फार्मर आईडी' किसानों की सटीक और पारदर्शी डिजिटल पहचान बनेगी।

डीसी अपराजिता ने स्पष्ट किया कि यह पंजीकरण प्रक्रिया पूरी तरह सुरक्षित और आधुनिक है। किसानों का पंजीकरण आधार कार्ड पर आधारित ओटीपी

डीसी कैथल अपराजिता।

प्रमाणीकरण प्रक्रिया के जरिए किया जाता है। ओटीपी के जरिए किसान की पहचान और भूमि रिकॉर्ड का मिलान डिजिटल रूप से किया जाता है। किसानों की सुविधा के लिए गांवों और ब्लॉक स्तर पर राजस्व और कृषि विभाग की टीमें विशेष शिविर लगा रही हैं। इस डिजिटल आईडी के बन जाने से किसानों को काफी फायदे होंगे। पीएम-किसान, फसल बीमा और खाद-बीज पर मिलने वाली सब्सिडी सीधे खाते में और बिना किसी देरी के मिलेगी। बार-बार पटवारी या दफ्तरों के चक्कर काटकर भूमि दस्तावेज जमा करने की जरूरत नहीं पड़ेगी। सरकार के पास डेटा होने से आपदा या फसल नुकसान की स्थिति में मुआवजा वितरण अधिक पारदर्शी होगा।

डीसी ने अपील करते हुए कहा कि सभी किसान अपने नजदीकी विशेष शिविर में जाकर अपना पंजीकरण अवश्य कराएं। यह न केवल आपकी पहचान को सुरक्षित करेगा, बल्कि भविष्य में मिलने वाली सभी सरकारी सुविधाओं का मुख्य आधार बनेगा। पंजीकरण के लिए जाते समय किसान अपना आधार कार्ड और आधार से लिंक्ड मोबाइल नंबर साथ जरूर रखें ताकि ओटीपी सत्यापन में कोई समस्या न आए।

# समाज व राष्ट्र की प्रगति के लिए स्वच्छता जरूरी: सुभाष चंद्र

**संजना भारती संवाददाता**

**असन्ध।** स्वच्छ भारत मिशन हरियाणा के वाइस चेयरमैन सुभाष चंद्र ने वार्ड-14 पार्षद रजनी गर्ग के आवास पर पत्रकारों से बातचीत करते हुए कहा कि मुख्यमंत्री नायब सैनी के निर्देशानुसार हरियाणा को देश में स्वच्छता की रैंकिंग में अव्वल स्थान पर लेकर आना है। इसमें सभी प्रशासनिक अधिकारियों के साथ तालमेल करते हुए धरातल में स्वच्छता के लिए कार्य करें। इसके लिए पूरा प्लान तैयार करें।

सुभाष चंद्र ने कहा कि प्रशासन, जनप्रतिनिधि, सामाजिक व धार्मिक संस्थाएं तथा व्यापारिक संस्थाओं के सहयोग से असंध को सुंदर बनाने में पूर्ण सहयोग करें। उन्होंने कहा कि स्वच्छता और स्वास्थ्य एक दूसरे के पूरक हैं। यदि देश स्वच्छ होगा तो नागरिक स्वस्थ रहेंगे और स्वस्थ नागरिक ही राष्ट्र की प्रगति में अपना सक्रिय योगदान दे सकता है। उन्होंने शहर वासियों से अपील करते हुए

कहा कि शहर को स्वच्छ व सुंदर बनाने में नगरपालिका प्रशासन का सहयोग करे। उन्होंने कहा कि स्वच्छता मिशन हम सबका सांझा मिशन है, जिसमें सभी के निरंतर प्रयास की भागीदारी होना बहुत ही जरूरी है, ताकि आने वाली पीढी का जीवन सुखद व स्वच्छ हो। पार्षद प्रतिनिधि विजय गर्ग ने बताया कि हम प्रशासन के साथ पूरा तालमेल करते हुए असध को स्वच्छता की मुहिम को आगे बढ़ाएंगे। शहर वासियों को स्वच्छता के बारे में जागरूक किया जा रहा है। गर्ग ने कहा कि विधायक योगेन्द्र राणा के नेतृत्व में विकास कार्य तेज गति से हो रहे है।

# डीएम ने मौनी अमावस्या के दृष्टिगत कछला घाट का किया निरीक्षण

**संजना भारती ब्यूरो प्रमुख इंतजार हुसैन बदायूं।** जिलाधिकारी अवनीश राय ने रविवार को अधिकारियों के साथ मौनी अमावस्या के दृष्टिगत कछला घाट पर की गई व्यवस्थाओं का निरीक्षण किया। उन्होंने कछला घाट के पुल से की गई व्यवस्थाओं का जायजा लिया व अधिकारियों को आवश्यक दिशा निर्देश दिए। जिलाधिकारी ने कहा कि मौनी अमावस्या का धार्मिक दृष्टिकोण से विशेष महत्व है और यह धार्मिक आस्था का प्रतीक भी है, इसलिए सभी व्यवस्थाएं शासन की मंशा के अनुरूप व धर्म लाभ प्राप्त कर रहे श्रद्धालुओं की सुविधा के दृष्टिगत की जाएं, जिससे श्रद्धालुओं को कोई असुविधा न हो।

इस अवसर पर अपर जिलाधिकारी वित्त एवं राजस्व वैभव शर्मा, एसडीएम सदर सहित अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

# सड़कों की समस्याओं का होगा त्वरित समाधान, 'म्हारी सड़क' एप पर शिकायत दर्ज करें नागरिक: डीसी अपराजिता

**एसबी ब्यूरो प्रमुख/निर्मल कुमार**

**कैथल।** प्रदेश में सड़कों की स्थिति को बेहतर बनाने और आमजन की शिकायतों के समाधान के लिए हरियाणा सरकार ने तकनीक को अपनाया है। डीसी अपराजिता ने सरकार की महत्वाकांक्षी योजना 'म्हारी सड़क' एप की जानकारी साझा करते हुए बताया कि प्रदेश का कोई भी नागरिक खराब सड़कों की शिकायत सीधे सरकार तक पहुँचा सकता है। उन्होंने बताया कि इस एप को विशेष रूप से पारदर्शिता और जवाबदेही तय करने के लिए डिजाइन किया गया है। यदि किसी क्षेत्र की सड़क टूटी हुई है या उसमें गड्ढे हैं, तो नागरिक सड़क की लाइव फोटो एप पर अपलोड कर सकते हैं। फोटो के साथ अधिकतम 50 शब्दों में समस्या का संक्षिप्त विवरण दे सकते हैं।

एप की खास बात यह है कि इसमें प्रदेश की सभी सड़कों को संबंधित विभागों (जैसे PWD, HSVP, मार्केटिंग बोर्ड आदि) के साथ मैप किया गया है,

डीसी कैथल अपराजिता।

जिससे शिकायत सीधे संबंधित अधिकारी तक पहुँचती है।

डीसी अपराजिता ने कहा कि इस व्यवस्था को केवल शिकायत दर्ज करने तक सीमित नहीं रखा गया है, बल्कि इसके समाधान पर भी कड़ा पहरा है। शिकायत का निपटारा होने के बाद विभाग द्वारा एप पर ही समाधान की रिपोर्ट और फीडबैक अपलोड किया जाएगा। मुख्यमंत्री कार्यालय की एक विशेष समीक्षा टीम सीधे शिकायतकर्ता से संपर्क करेगी और पूछेगी कि क्या वे समाधान से संतुष्ट हैं।

**संबंधित अधिकारियों की जवाबदेही तय-**डीसी अपराजिता ने कहा कि यदि कार्य गुणवत्तापूर्ण नहीं पाया गया, तो संबंधित अधिकारियों की जवाबदेही तय की जाएगी। सरकार का लक्ष्य है कि प्रदेश की हर सड़क चलने योग्य और सुरक्षित हो। 'म्हारी सड़क' एप आमजन को सशक्त बनाता है कि वे अपनी समस्याओं को सीधे प्रशासन के संज्ञान में लाएं।

**कैसे काम करता है एप?**

यह एप गूगल प्ले स्टोर पर उपलब्ध है। यहां से इसे डाउनलोड किया जा सकता है। एप को जीपीएस से जोड़ा गया है, जिससे फोटो खींचते ही सड़क की सटीक लोकेशन विभाग को मिल जाती है। एप खुद पहचान लेता है कि वह सड़क किस विभाग के अधिकार क्षेत्र में आती है।

# विधानसभा चुनाव में बीजेपी के लिए सर दर्द साबित हो सकते हैं ठाकुर योगेंद्र सिंह तोमर!

**संजना भारती ब्यूरो प्रमुख इंतजार हुसैन बदायूं।** बिल्सी 2027 विधानसभा चुनाव सत्र का बिगुल बच चुका है। लोग अपनी अपनी विधान सभाओं में जाकर लोगों से जान पहचान बढ़ा रहे हैं। सामाजिक कार्यों में बढ़-चढ़कर हिस्सा ले रहे हैं वहीं अगर हम बात करें बदायूं की बिल्सी विधानसभा की जहां सबसे मजबूत समाजवादी पार्टी की ओर से ठाकुर योगेंद्र सिंह तोमर की दावेदारी मानी जा रही है।

ठाकुर योगेंद्र सिंह तोमर का कहना है कि समाज सेवा ही देश प्रेम की एक मजबूत कड़ी है। अगर हम बात करें उनकी तो उन्होंने अपना जीवन सिर्फ समाज सेवा और अपने व्यापार को समर्पित कर दिया ठाकुर योगेंद्र सिंह तोमर अपने पैतृक गांव मिठनपुर में हर साल एक नेत्र शिवर का आयोजन करते हैं और हजारों की संख्या में लोग आते हैं अगर और मुफ्त में इलाज करवाते हैं। वह अलीगढ़ के जाने-माने नेत्र विशेषज्ञों के द्वारा इन सब लोगों का मुफ्त इलाज करवाते हैं। और लोगों को आंखों की

रोशनी प्रदान करते हैं। साथ ही लोगोंका प्यार और उनकी दुआएं बटोरते हैं। ठाकुर योगेंद्र सिंह तोमर के राजनीतिक सफर के बारे में अगर हम चर्चा करें तो उन्होंने अपना सफर समाजवादी पार्टी के मजबूत स्तंभ सलीम इकबाल शेरवानी के आशीर्वाद से शुरू किया उन्होंने सलीम इकबाल शेरवानी के पद चिन्ह पर चलने का फैसला 1986 में लिया और आज तक उनकी परछाई बनाकर उनके साथ रहते हैं।

पूर्व केंद्रीय मंत्री सलीम इकबाल शेरवानी भी उन्हें छोटे भाई की तरह हर जगह अपने साथ रखते हैं। उन्होंने शेरवानी जी का किसी भी परिस्थिति में साथ नहीं छोड़ा हर समय हर पल उनके साथ रहे उन्होंने कभी भी राजनीतिक पार्टी से कोई लाभ या पद नहीं लिया हमेशा पार्टी के लिए और शेरवानी जी के साथ रहकर काम करते रहे उन्होंने कई दिग्गज नेताओं का शेरवानी जी के साथ चुनाव लड़ाया और उन्हें सफलता तक पहुंचाया इसे यह साबित होता है कि वह एक राजनीतिक कार भी हैं।

योगेंद्र सिंह ने शेरवानी के साथ मिलकर समाजवादी पार्टी के लिए कई प्रोग्राम कई अभियान और योजनाओं पर काम किया जिससे समाजवादी पार्टी को मजबूती मिली योगेंद्र सिंह ने बदायूं से लेकर अलीगढ़ तक समाजवादी पार्टी के लिए संघर्ष किया और कई बार कई नुकसान उठाए लेकिन वह हमेशा समाजवादी पार्टी के साथ और अपने क्षेत्र की जनता के लिए लड़ते रहे अब उन्होंने जनता के कहने पर चुनाव लड़ने का निर्णय लिया क्योंकि अब वह किसी पद पर रहकर जनता की सेवा करना चाहते हैं। इसलिए उन्होंने बिल्सी विधानसभा को अपने चुनावी क्षेत्र चुना है और वह लगातार बिल्सी की जनता से जुड़े रहते हैं जब भी समय मिलता है वह बिल्सी के लोगों से मिलने के लिए निकल पड़ते हैं और उनके बीच रहकर उनके दुख दर्द साझा करते हैं।

**आवश्यक सूचना**

**तेजी** से बढ़ते राष्ट्रीय हिंदी दैनिक समाचार पत्र, **'संजना भारती'** को चंडीगढ़, पंचकुला सहित पूरा हरियाणा, पंजाब में जिला स्तर, तहसील स्तर, खंड स्तर पर पत्रकार/कोर्सपोंडेट/ प्रतिनिधि, जिला प्रभारी की जरूरत है। **संपर्क करें: 9871221635**

# यदि सड़क पर कोई बच्चा भीख मांगता दिखे तो तुरंत 1098 पर सूचना दें: सामाजिक सुरक्षा मंत्री

**संजना भारती संवाददाता**

**चंडीगढ़।** मुख्यमंत्री स. भगवंत सिंह मान के नेतृत्व वाली पंजाब सरकार राज्य से बाल भिक्षावृत्ति जैसी सामाजिक बुराई को जड़ से समाप्त करने के लिए पूरी तरह प्रतिबद्ध है। इस उद्देश्य की प्राप्ति हेतु सरकार द्वारा बच्चों से भीख मंगवाने के खिलाफ सख्त और परिणामोन्मुखी कार्रवाई की जा रही है। यह जानकारी सामाजिक सुरक्षा, महिला एवं बाल विकास मंत्री डॉ. बलजीत कौर ने दी।

इस संबंध में अधिक जानकारी देते हुए डॉ. बलजीत कौर ने बताया कि राज्यभर में चलाए जा रहे विशेष अभियान के दौरान बीते दो दिनों में सभी जिलों के हॉटस्पॉट्स पर की गई छापेमारी के दौरान कुल 31 भीख मांगते बच्चों को रेस्क्यू किया गया। इनमें से 4 बच्चों को

दस्तावेजों की पुष्टि के उपरांत बाल कल्याण कमेटी द्वारा मौके पर ही माता-पिता के सुपुर्द कर दिया गया, जबकि 27 बच्चों को अस्थायी रूप से बाल गृहों में भेजा गया है, जहां सत्यापन के बाद अगली कार्रवाई की जाएगी। कैबिनेट मंत्री डॉ. बलजीत कौर ने बताया कि प्रोजेक्ट जीवनज्योत 2.0 के तहत अब तक कुल 1023 बच्चों को बाल भिक्षावृत्ति से बचाया जा चुका है। इनमें से 38 बच्चों को स्पॉन्सरशिप योजना का लाभ दिया गया, 349 बच्चों का स्कूलों में दाखिला कराया गया, 9 बच्चों को आंगनवाड़ी केंद्रों से जोड़ा गया, जबकि 13 बच्चों को आयुष्मान भारत योजना के तहत स्वास्थ्य सुविधाएं प्रदान की गई हैं। बाल गृहों में रह रहे बच्चों को शिक्षा, पोषण, स्वास्थ्य सुविधाएं और अन्य आवश्यक सेवाएं उपलब्ध करवाई जा रही हैं, ताकि उन्हें सम्मानजनक और सुरक्षित भविष्य की ओर अग्रसर किया जा सके।

इस अभियान के सकारात्मक परिणामस्वरूप राज्य में बाल भिक्षावृत्ति की प्रवृत्ति में लगातार कमी दर्ज की जा रही है। पंजाब सरकार ने बाल भिक्षावृत्ति के खिलाफ जीरो टॉलरेंस नीति अपनाई हुई है और इन कार्रवाइयों को और अधिक तेज किया जाएगा।

डॉ. बलजीत कौर ने स्पष्ट किया कि यदि कोई भी व्यक्ति बच्चों को भीख मांगने के लिए मजबूर करता पाया गया, तो उसके खिलाफ कानून के अनुसार सख्त कार्रवाई अमल में लाई जाएगी। उन्होंने आम जनता से अपील की कि बच्चों को दान देने से परहेज किया जाए और यदि कोई बच्चा सड़कों पर भीख मांगता दिखाई दे तो तुरंत चाइल्ड हेल्पलाइन नंबर 1098, अपने जिले की बाल कल्याण समिति या संबंधित अधिकारियों को सूचित किया जाए, ताकि हर बच्चे के लिए सुरक्षित और सम्मानजनक भविष्य सुनिश्चित किया जा सके।

# आहार और योग से मजबूत बनाऐ रखें अपनी हड्डियाँ

*मजबूत हड्डियां हमारी रोजमर्रा की जिंदगी में बेहद महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। मगर बाजार में मिलने वाले जंक फूड का सेवन जिस तरह हमारी हड्डियों को कमजोर बना रहा हैं, वह चिंता का विषय है। युवा पीढ़ी में हड्डियां संबंधित बीमारियां इसीलिए बढ़ रही हैं। लिहाजा बच्चों को जंक फूड से दूर रखना जरूरी है। ताकि युवावस्था में इनकी हड्डियां मजबूत रहें। 30 साल की उम्र के बाद हड्डियों में खनिज की सघनता कम होने लगती है जिसे नियंत्रित करने के लिए व्यायाम बहुत जरूरी हैं। हड्डियों को क्रियाशील ऊतक माना जाता हैं, ऐसे में व्यायाम इनकी मजबूती बढ़ाता है।*

**हड्डियां** शरीर की सामान्य गतिविधि और व्यक्ति की स्वस्थ जीवनशैली में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। हड्डियां न सिर्फ शरीर को संतुलित रखती हैं, बल्कि हृदय, फेफड़े पसली को सुरक्षित रखने के अलावा शरीर के लिए आवश्यक खनिज संजय करना यह सब हड्डियों का ही काम है। उम्र बढ़ने के साथ हड्डियां भी कमजोर पड़ने लगती हैं। ऐसे में इनके टूटने का खतरा बढ़ जाता है। हड्डियों की कमजोरी शरीर की सक्रियता भी बाधित करती हैं।

दरअसल, हड्डियां खनिज और कैल्शियम की संघटक होती हैं। मगर हड्डियों की मजबूती में कैल्शियम की महत्वपूर्ण भूमिका होती हैं। 30 साल के बाद से इनके नुकसान की प्रक्रिया तेज हो जाती है। जब इनमें कैल्शियम और खनिज की मात्रा घटने लगती हैं, तो हड्डियां कमजोर हो जाती हैं और हल्की सी चोट लगने पर भी यह टूट सकती हैं। इस स्थिति को आस्टियोपोरोसिस कहते हैं। ज्यादा उम्रदराज लोगों में यह समस्या आम है। हड्डियों की मजबूती के लिए जितना जरूरी स्वस्थ आहार है, उतना ही जरूरी योग व व्यायाम भी हैं। हड्डियों की मजबूती ऐसे लोगों में ज्यादा उम्र तक रहती है, जो व्यायाम करते है। इनमें सबसे फायदेमंद होता है वजन उठाने वाले व्यायाम। यह हड्डियों पर अतिरिक्त दबाव देते हैं और इससे हड्डियों को मजबूती मिलती हैं। वजन उठाने वाले व्यायाम बीस साल की उम्र से ही शुरू कर देना चाहिए।

डांस और एरोबिक्स आपको तनाव मुक्त रखते हैं और हड्डियों और मांसपेशियों को मजबूती भी देते हैं। अगर आपको नृत्य का शौक हैं तो इससे बेहतर व्यायाम हड्डियों के लिए नहीं हो सकता। जीवन भर अगर हड्डियों की मजबूती बनाएं रखना चाहते हैं तो सीढ़ियों का इस्तेमाल ज्यादा करें। रोजना तेज कदमों से कुछ घंटे चलना भी हड्डियों की उम्र बढ़ाता है। सबसे बेहतर व्यायाम है- दौड़ लगाना। इससे आपका वजन नियंत्रित रहेगा जिससे हड्डियों पर ज्यादा दबाब नहीं पड़ेगा। दौड़ लगाना दिल को स्वस्थ रखता हैं साथ ही हड्डियों और मांसपेशियों को भी दुरूस्त रखता हैं। एक बात का ध्यान जरूर रखें अगर आप किसी भी प्रकार का दर्द या चलने-फिरने में तकलीफ महसूस करें तो पहले डॉक्टर की सलाह ले लें। हड्डियों को मजबूती देने के लिए योग सबसे बेहतर व्यायाम हैं। इसके अलावा मुद्रा वाले व्यायाम उनके लिए फायदेमंद हैं जो घंटों बैठकर कम्प्यूटर के आगे काम करते हैं। लगातार बैठे रहने से रीढ़ की हड्डी में तकलीफ बढ़ जाती है। मुद्रा वाले व्यायाम कंधों और पीठ दर्द से राहत देते हैं। हमेशा शरीर का सही संतुलन बनाकर रखें और स्वस्थ आहार जरूर लें।

# इनको अपना कर स्वस्थ रहे

*हममें से कोई भी बीमार नहीं पड़ना चाहता है। जब हम बीमार पड़ते हैं, तो हमें बहुत परेशानी होती है, ऊपर से इसका खर्चा भी उठाना पड़ता है। हमें कुछ अच्छा नहीं लगता। न हम स्कूल जा पाते हैं, न ही काम की जगह पर। पैसा कमाना तो दूर, हम घरवालों की मदद तक नहीं कर सकते। उलटा शायद उन्हें हमारी देखभाल करनी पड़े। और-तो-और, कई बार इलाज करवाने और दवाइयाँ खरीदने के लिए बहुत पैसा लग जाता है। कहा जाता है कि इलाज करवाने से बेहतर है कि हम एहतियात बरतें, ताकि हम बीमार ही न हों। माना कि कई बीमारियों से हम बच नहीं सकते। लेकिन हम कुछ ऐसे कदम जरूर उठा सकते हैं, जिन्हें अपनाने से बीमारी होने का खतरा कम हो सकता है और कई मामलों में तो शायद हमें बीमारी हो ही नहीं। आइए ऐसी पाँच बातों पर गौर करें, जिन्हें ध्यान में रखने से आप अच्छी सेहत पा सकते हैं।*

## साफ पानी का गिलास और नींबू

कई देशों में साफ पानी आसानी से नहीं मिलता इसलिए लोगों को हर रोज अपने परिवार के लिए साफ पानी का इंतजाम करना पड़ता है। लेकिन जिन देशों में यह समस्या नहीं है, वहाँ भी बाढ़, आंधी-तूफान, पानी की पाइप टूटने या किसी दूसरी वजह से साफ पानी मिलना मुश्किल हो सकता है। अगर पानी साफ जगह से नहीं आ रहा है या अच्छे से नहीं रखा गया है, तो इससे हमारे पेट में कीड़े पड़ सकते हैं और हमें हैजा, जानलेवा दस्त, टाइफाइड, हेपेटाइटिस और दूसरी बीमारियाँ हो सकती हैं। पीने का पानी साफ न होने की वजह से हर साल करीब 170 करोड़ लोग दस्त के शिकार हो जाते हैं। हम कुछ ऐसे कदम उठा सकते हैं, जिससे हमारी सेहत सुधर सकती है और कई मामलों में तो शायद काफी समय तक हमें बीमारियाँ हों ही नहीं

## तरह-तरह का पौष्टिक खाना

अच्छी सेहत के लिए जरूरी है कि आप पौष्टिक खाना खाएँ। इस बात का ध्यान रखिए कि आपके खाने में नमक, चिकनाई और मीठा सही मात्रा में हो और आप जरूरत से ज़्यादा खाना न खाएँ। तरह-तरह की फल और सब्जियाँ खाएँ। ब्रेड, अनाज, नूडल्स और चावल जैसी चीजें खरीदते वक्त, उनके पैकेट पर दी गयी जानकारी पर ध्यान दें। छिलकेदार अनाज सेहत के लिए मैदे से बनी चीजों से बेहतर होता है। जहाँ तक खाने में प्रोटीन का सवाल है, अगर आप मांस-मच्छी खाते हैं, तो बगैर चरबीवाला थोड़ा-सा ही मांस खाइए और हो सके तो हफ्ते में दो-तीन बार मछली खाइए। कई देशों में शाकाहारी लोगों के लिए भी काफी मात्रा में ऐसी चीजें मिलती हैं जिनमें प्रोटीन होता है। ज़्यादा मीठा और चिकना खाना खाने से मोटे होने का खतरा बढ़ जाता है। इसलिए शरबत और कोल्ड-ड्रिंक पीने के बजाय पानी पीएँ।

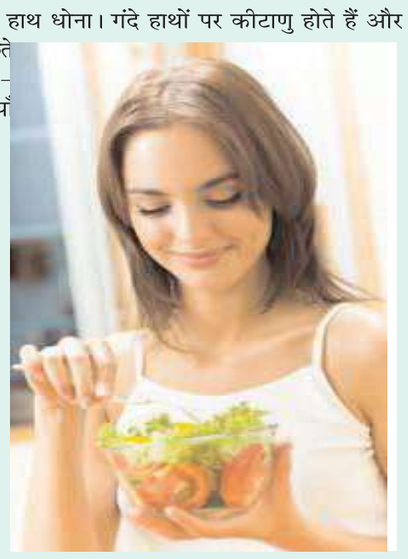
# आपकी अच्छी सेहत के लिए कुछ नायाब तरीके

**हममें** से कोई भी बीमार नहीं पड़ना चाहता है। जब हम बीमार पड़ते हैं, तो हमें बहुत परेशानी होती है, ऊपर से इसका खर्चा भी उठाना पड़ता है। हमें कुछ अच्छा नहीं लगता। न हम स्कूल जा पाते हैं, न ही काम की जगह पर। पैसा कमाना तो दूर, हम घरवालों की मदद तक नहीं कर सकते। उलटा शायद उन्हें हमारी देखभाल करनी पड़े। और-तो-और, कई बार इलाज करवाने और दवाइयाँ खरीदने के लिए बहुत पैसा लग जाता है।

कहा जाता है कि इलाज करवाने से बेहतर है कि हम एहतियात बरतें, ताकि हम बीमार ही न हों। माना कि कई बीमारियों से हम बच नहीं सकते। लेकिन हम कुछ ऐसे कदम ज़रूर उठा सकते हैं, जिन्हें अपनाने से बीमारी होने का खतरा कम हो सकता है और कई मामलों में तो शायद हमें बीमारी हो ही नहीं। आइए ऐसी पाँच बातों पर गौर करें, जिन्हें ध्यान में रखने से आप अच्छी सेहत पा सकते हैं।

## साफ-सफाई का खयाल रखिए

अपने शरीर और दाँतों को साफ रखने की कुछ चीज़ें -स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय का मानना है कि बीमारी से बचने और उसे फैलने से रोकने का सबसे अच्छा तरीका है अपने हाथ धोना। गंदे हाथों पर कीटाणु होते हैं और जब हम गंदे हाथों से नाक पोंछते हैं या आँखें मलते हैं, तो सर्दी-जुकाम और फ्लू जैसी बीमारियाँ आसानी से फैल जाती हैं। ऐसी बीमारियों से बचने का सबसे अच्छा तरीका है समय-समय पर अपने हाथ धोते रहना। अगर हम साफ-सफाई का अच्छा ध्यान रखें, तो हम निमोनिया और दस्त जैसी गंभीर बीमारियों से बच सकते हैं, जिनसे हर साल 5 वर्ष से कम उम्र के करीब 20 लाख बच्चों की मौत हो जाती है। यहाँ तक कि सिर्फ अपने हाथ धोने से इबोला जैसी जानलेवा बीमारी को फैलने से भी काफी हद तक रोका जा सकता है।



अपनी और दूसरों की सेहत को ध्यान में रखते हुए, कई मौकों पर हाथ धोना बहुत ज़रूरी होता है, जैसे-

शौचालय जाने के बाद।
डायपर बदलने के बाद या बच्चे को शौचालय ले जाने के बाद।
घाव या चोट पर दवा लगाने से पहले और उसके बाद।
किसी बीमार व्यक्ति से मिलने से पहले और उसके बाद।
खाना बनाने, परोसने और खाने से पहले।

# आपकी रूखी त्वचा पर जादू का काम करेगा अंडे का मास्क

*अंडा न सिर्फ हमारी सेहत को दुरूस्त रखता है बल्कि यह हमारी त्वचा की खूबसूरती के लिए भी फायदेमंद है। यह त्वचा पर जादू का काम करता हैं और इसे चिकना और चमकदार बनाता हैं। जैसे-जैसे हमारी उम्र बढ़ती हैं वैसे-वैसे त्वचा में बदलाव आना शुरू होता हैं। यह प्राकृतिक प्रक्रिया है। ज्यादातर युवतियां इस समस्या से निपटने के लिए और रसोईघर में मौजूद चीजों का इस्तेमाल करती हैं। हमारी प्राकृतिक चीजों में अंडे को भी महत्वपूर्ण माना गया है।*

**एक** अध्ययन में यह बात सामने आई हैं कि अंड़े में मौजूद प्रोटीन त्वचा को लचीला और जवां दिखने में मदद करता है। अंडे में मौजूद 60 विभिन्न प्रोटीन के अलावा इसमें कोलाजोन और विटामिन ए भी होता हैं जो त्वचा पर मौजूद निशान, एक्ने, खुले रोम छिद्र और चकत्ते को भी दूर करता हैं। जब भी आप अंडे का मास्क बना रहे हों, तो ध्यान रहें उसे अच्छी तरह मिला ले। अंडे को मिलाने के बाद जब सफेद झाग बनने लगे तब इसे इस्तेमाल करें। यह झाग त्वचा पर जादू का काम करता है।

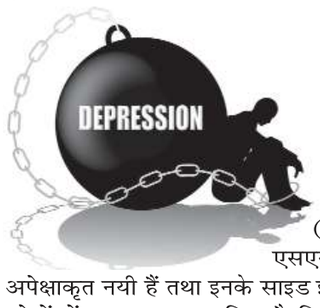
अंडे का मास्क त्वचा को चमकदार बनाता हैं। यह बेहद आसान तरीका है त्वचा को साफ व चमकदार रखने का। अंडे का पीला हिस्सा निकालकर अलग रख दें। सिफ सफेद हिस्से को पूरी तरह मिलाकर इस्तेमाल करें। दस से 15 मिनट इसे चेहरे पर लगा रहने दें, फिर साफ पानी से धो लें।

अगर आप एक्ने और मुंहासे से परेशान हैं, तो अंडे का मास्क बेहद कारगर हैं। अंडे के सफेद भाग को शहद और नींबू के रस में मिला लें। यह एक्ने से लड़ने में मदद करता है और चेहरा आकर्षक बनाता है।

अगर आपका चेहरे का रंग अलग है तो इसे साफ करने के लिए अंडे में एक चम्मच संतरे का जूस और आधा चम्मच हल्दी मिलाकर लगाने से चेहरे का रंग निखरता हैं और चेहरे के दाग-धब्बे दूर होते हैं। यह चेहरे को बेरंग होने से बचाता है। अगर आपकी त्वचा सूखी और बेजान हैं, तो अंडे में दही और एवोकाडो मिलाकर लगाएं। अचानक कमी चेहरे पर जलन या खुजली होने लगती है। यह परेशानी कई लोगों को होती हैं। ऐसे में अंडे में शहद, दही और खीरे का जूस मिलाकर लगाने से आराम मिलता हैं।

# डिप्रेशन एक बीमारी है, इसे हल्के में ना लें

**किसी** भी व्यक्ति के अवसाद ग्रस्त होने के पीछे मनोवैज्ञानिक, सामाजिक, आनुवांशिक तथा जैव वैज्ञानिक कारण हो सकते हैं। अवसाद से पीड़ित रोगी का उपचार प्रायः सायकोथैरेपी के द्वारा किया जाता है। इसके कई प्रकार होते हैं जिसमें प्रमुख है काग्नेटीव थैरेपी। यह उन लोगों के लिए प्रयोग की जाती है जिनके मन में सिर्फ नकारात्मक विचार ही आते हैं। इस पद्धति के अंतर्गत रोगी से बातचीत करके उसे सकारात्मक सोचने के लिए प्रेरित किया जाता है। उसे भविष्य के प्रति आशावान बनाने का प्रयास किया जाता है।




अवसाद के इलाज के लिए कई प्रकार की दवाइयां भी प्रचलित हैं। इनमें ट्राईसायकिलिक एंटी डिप्रेशन ग्रुप तथा स्पैसिफिक सैरोटोनी रीअपटेक इनहाइबिटस (एसएसआरआई) ग्रुप। एसएसआरआई ग्रुप की दवाइयां अपेक्षाकृत नयी हैं तथा इनके साइड इफैक्ट भी कम हैं। इनको लेकर लोगों में यह धारणा प्रचलित है कि इसे खाने वाला व्यक्ति इनका आदी हो जाता है परन्तु यह धारणा पूरी तरह गलत है। इलेक्ट्रीकल कनवल्सीव थैरेपी अवसाद दूर करने का अन्य उपचार है। इसके अंतर्गत रोगी को कम वोल्टेज पर कुछ सेकेंड के लिए इलेक्ट्रीक शॉक दिया जाता है। यह रोगी को हफ्ते में दो-तीन बार और ज्यादा से ज्यादा दस बार दिया जा सकता है। लोगों में यह धारणा प्रचलित है कि यह आखिरी इलाज होता है परन्तु यह ठीक नहीं है। इलेक्ट्रीक शॉक सभी प्रकार के अवसाद के उपचार के लिए नहीं दिया जाता। प्रायरू इसका प्रयोग तभी किया जाता है जबकि रोगी के मन में आत्महत्या का विचार आने लगता है।

# सेब को बहुत उपयोगी माना गया है आयुर्वेद में

*सेब दुनिया भर में व्यापक रूप से उगाया जाने वाला फल है। गुलाबी परिवार के इस सदस्य को वैज्ञानिक भाषा में मालुस पूमिला लिनिअस कहते हैं। इसके पेड़ की ऊंचाई लगभग 15 मीटर होती है। कच्ची अवस्था में सेब खने तथा स्वाद में खट्टे होते हैं पकने पर लाल-हरित आभा लिए मीठे और सुस्वादु हो जाते हैं।*

आयुर्वेद के अनुसार सेब पित्तनाशक, वातनाशक, शीतल, भारी, पुष्टिकारक हृदय के लिए फायदेमंद, वीर्यवर्धक तथा मसाने एवं गुर्दों को साफ करना वाला है। इससे अनेक आयुर्वेदिक दवाइयां बनती हैं। इसमें सर्वाधिक मात्रा में फास्फोरस होता है। इसके अतिरिक्त इसमें आयरन, प्रोटीन, कैल्शियम, शर्करा तथा बी समूह के विटामिन भी पर्याप्त मात्रा में होते हैं। कार्बोहाइड्रेट का एक रूप पेक्टीन भी इसमें खूब पाया जाता है। यह हृदय रोग में बहुत लाभकारी होता है।

पथरी रोगी के लिए सेब बहुत फायदेमंद होता है। रोगी को पूर्णतया पके हुए चार-पांच सेब प्रतिदिन खाने को देने चाहिए। भोजन में शाक-सब्जी व फल देने चाहिए। जिगर के रोगी के लिए तो सेब अमृत के समान है। उन्हें दिन में हर बार भोजन से पहले दो ताजा-मीठे सेब खाने चाहिए या सेब की चाय पीनी चाहिए। मस्तिष्क की कमजोरी दूर करने के लिए सेब एक अचूक इलाज है। ऐसे रोगी को प्रतिदिन एक सेब खाने को दें। इसके अतिरिक्त रोगी को दोपहर तथा रात को भोजन में कच्चे सेबों की सब्जी दें। शाम को एक गिलास सेब का रस दें तथा रात को सोने से पूर्व एक पका मीठा सेब खिलाएं। इससे एक महीने में ही रोगी की दशा में सुधार आने लगता है। जिन लोगों की आंखें कमजोर हैं उन्हें एक ताजा सेब की पुल्टिस कुछ दिनों तक आंखों पर बांधनी चाहिए। यदि भोजन के साथ प्रतिदिन ताजा मक्खन तथा मीठा सेब खाएं तो नेत्र ज्योति तो तेज होती ही है साथ ही दस्त व पेशाब खुलकर आता है तथा चेहरा सुर्ख हो जाता है।

बुखार में रोगी को प्यास, जलन, थकान तथा बेचैनी हो तो सेब की चाय या ताजा सेब का रस पिलाना चाहिए। इससे रोगी को तुरंत आराम मिलता है। गले में घाव, छाले हों या किसी भी चीज को निगलने में कष्ट होता हो तो अच्छे ताजे सेब का रस निकालें फिर चम्मच से धीरे-धीरे रस गले तक ले जाएं और कुछ समय के लिए गले में रोककर रखें। इससे आश्चर्यजनक लाभ होता है।

पेट में गैस की शिकायत रहती हो तो एक मीठे सेब में लगभग 10 ग्राम लौंग चुभाकर रख दें। दस दिन बाद लौंग निकालकर तीन लौंग तथा एक मीठा सेब नियमित रूप से खाएं। इस दौरान चावल या उससे बनी चीजें रोगी को खाने को न दें। पेट के कीड़ों के निदान के लिए रोगी को प्रतिदिन दो मीठे सेब दें या प्रतिदिन एक गिलास ताजा सेब का रस दें। इससे कीड़े मर जाते हैं और मल के रास्ते निकल जाते हैं।