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

आपका भरोसा, हमारी ताकत

RNI No. : DELHIN/2016/70240

2 बंगाल में लोकतंत्र, विकास और अस्मिता की...

3 गणतंत्र दिवस समारोह की तैयारियां समय रहते पूरी...

4 आदतन झूठ बोलन की बीमारी...

वर्ष: 10 | अंक: 89 | दिल्ली, बुधवार, 21 जनवरी 2026 | पृष्ठ संख्या: 4 | मूल्य: 1 रुपया

संक्षिप्त समाचार

ओटीटी प्लेटफॉर्म को लेकर नियमन होना चाहिए: अनंत विजय

नई दिल्ली (एजेन्सी)। अखिल भारतीय साहित्य परिषद् द्वारा रविवार को नई दिल्ली विश्व पुस्तक मेला में 'ओटीटी प्लेटफॉर्म की सामग्री का नियमन' विषय पर परिचर्चा आयोजित की गई। परिचर्चा में अपने विचार रखते हुए 'ओवर द टॉप का मायाजाल' पुस्तक के लेखक एवं समीक्षक अनंत विजय ने कहा कि ओवर द टॉप यानी ओटीटी पर जिस तरह की सामग्री परोसी जा रही है, इसे लेकर लंबे समय से चर्चा हो रही है। अच्छी बात है कि अखिल भारतीय साहित्य परिषद् इस विषय पर परिचर्चा आयोजित कर रही है। उन्होंने कहा कि सिनेमा से ज्यादा बड़ा फलक ओटीटी का हो गया है। इस माध्यम में कुछ अच्छी कहानियां दिखाई जा रही हैं, लेकिन अनेक कहानियों में प्रस्तुत भगवान का उपहास उड़ाने की प्रवृत्ति, सेना और सैनिकों की छवि खराब करने जैसे प्रसंग, गाली-गलौज, यौनिकता, नग्नता, हिंसा से भरे कंटेट चिंता का विषय है और उस पर कहीं न कहीं अंकुश लगाने की आवश्यकता है। मेरा मानना है कि ओटीटी प्लेटफॉर्म को लेकर नियमन होना चाहिए। सरकार पर इसे लेकर बहुत दबाव है और वह विचार कर रही है।

दिल्ली-एनसीआर को प्रदूषण से मिली थोड़ी राहत

नई दिल्ली (एजेन्सी)। वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग (सीएक्यूएम) ने मंगलवार को दिल्ली-एनसीआर में वायु गुणवत्ता में मामूली सुधार के बाद जीआरएपी-4 प्रतिबंधों को रद्द करने की घोषणा की। दिल्ली का वायु गुणवत्ता सूचकांक (एक्यूआई) मंगलवार को 378 दर्ज किया गया, जो 'अत्यंत खराब' श्रेणी में आता है। सोमवार को एक्यूआई 410 और रविवार को 440 था। शनिवार, 17 जनवरी को वायु गुणवत्ता के "गंभीर" श्रेणी में पहुंचने के बाद राजधानी और आसपास के इलाकों में जीआरएपी-4 के तहत सख्त प्रतिबंध लागू किए गए। केंद्रीय एजेंसी के एक बयान में कहा गया है कि अनुकूल मौसम स्थितियों और हवा की गति में वृद्धि के कारण दिल्ली के वायु गुणवत्ता सूचकांक (एक्यूआई) में सुधार हुआ है और 20.01.2026 को यह 378 ('अत्यंत खराब') दर्ज किया गया।

उपराष्ट्रपति ने राम जन्मभूमि आंदोलन पर लिखी गयी पुस्तक का विमोचन किया

अयोध्या में श्री राम मंदिर का निर्माण भारत की सभ्यतागत यात्रा का एक निर्णायक क्षण है: उपराष्ट्रपति

संजना भारती/पीआईबी

नई दिल्ली। उपराष्ट्रपति सी. पी. राधाकृष्णन ने नई दिल्ली स्थित उपराष्ट्रपति एनक्लेव में पूर्व सचिव श्री सुरेंद्र कुमार पचौरी द्वारा लिखित पुस्तक अमृत का प्यालाः राम जन्मभूमि-चुनौती और प्रतिक्रिया का विमोचन किया।

सभा को संबोधित करते हुए उपराष्ट्रपति ने कहा कि यह पुस्तक भगवान श्री राम के जन्मस्थान को पुनः प्राप्त करने के सदियों पुराने संघर्ष का वर्णन करती है और ऐतिहासिक कथा को संतुलन, सहानुभूति और शैक्षिक संयम के साथ प्रस्तुत करती है। उन्होंने कहा कि अयोध्या में श्री राम मंदिर का निर्माण भारत की सभ्यतागत यात्रा में एक निर्णायक क्षण का प्रतीक है, जहाँ आस्था, इतिहास, कानून और लोकतंत्र का गरिमा के साथ समन्वय हुआ। उन्होंने यह भी कहा कि भले ही हजारों मंदिर कहीं और बने हों, लेकिन किसी अन्य का महत्व भगवान राम के जन्मस्थान पर बने मंदिर के बराबर नहीं हो सकता।

श्री सी.पी. राधाकृष्णन ने कहा कि भगवान राम राष्ट्र और भारत के धर्म की आत्मा हैं। उन्होंने जोर देकर कहा कि धर्म कभी पराजित नहीं हो सकता और सत्य हमेशा विजयी होता है। महात्मा गांधी के राम राज्य के दृष्टिकोण का उल्लेख करते हुए उन्होंने कहा कि यह सभी के लिए न्याय, समानता और गरिमा का प्रतीक है। उपराष्ट्रपति ने कहा कि भगवान राम के जन्मस्थान को स्थापित करने की लंबी प्रक्रिया को देखना पीड़ादायक था और ऐसी स्थिति अधिकांश अन्य देशों में असंभव होती। उन्होंने उल्लेख किया कि यह स्वयं भारतीय लोकतंत्र की ताकत को दर्शाता है, क्योंकि पूरे राष्ट्र के विश्वास के बावजूद भूमि केवल उचित कानूनी प्रक्रिया और प्रमाण के बाद ही आवंटित की गई। उन्होंने कहा कि यही कारण है कि भारत को सही अर्थ में लोकतंत्र की जननी कहा जाता है।

2019 के सर्वोच्च न्यायालय के फैसले का उल्लेख करते हुए श्री सी.पी. राधाकृष्णन ने कहा कि न्यायालय का यह निर्णय लाखों भारतीयों के लंबे समय के सपनों और आकांक्षाओं को पूरा करता है और यह भारतीय इतिहास में एक महत्वपूर्ण मोड़ को रेखांकित करता है। उन्होंने कहा कि राम मंदिर के निर्माण ने भारतीयों के आत्म-सम्मान को पुनर्स्थापित किया। उपराष्ट्रपति ने कहा कि इतिहास लेखन, साहित्यिक कार्य की सबसे कठिन विधाओं में से एक है, क्योंकि इसके लिए भावनात्मक संतुलन और सच्चाई के प्रति निष्ठा की आवश्यकता होती है। लेखक की सराहना करते हुए उन्होंने कहा कि श्री पचौरी ने बिना किसी सनसनीखेज या तोड़-मरोड़ के राम जन्मभूमि आंदोलन के सार को सफलतापूर्वक सामने रखा है।

उपराष्ट्रपति ने उल्लेख किया कि ऐतिहासिक दस्तावेजों में अंतर के कारण न्याय की लड़ाई लंबी चली। उन्होंने खुशी व्यक्त की कि यह पुस्तक इस ऐतिहासिक आंदोलन के आधुनिक चरण का वर्णन करती है साथ ही यह भी सुनिश्चित करती है कि आने वाली पीढ़ियां राष्ट्रीय आत्म सम्मान को पुनर्स्थापित करने के लिए किए गए बलिदान और संघर्षों से अवगत रहें। पुस्तक में उद्धृत एएसआई निष्कर्षों का उद्धरण देते हुए उपराष्ट्रपति ने पहले से मौजूद संरचना के प्रमाण की ओर इशारा किया और रेखांकित किया कि न्यायिक निर्णय के पीछे यह पुरातात्विक आधार था।

उपराष्ट्रपति ने फैसला आने के बाद सार्वजनिक प्रतिक्रिया को असाधारण बताया, उन्होंने राष्ट्रीय स्तर पर श्री राम जन्मभूमि तीर्थ क्षेत्र ट्रस्ट द्वारा संचालित वित्तीय जनसहयोग अभियान को याद किया, जिसने राम मंदिर निर्माण के लिए विश्वभर के भक्तों से 3,000 करोड़ रुपयासे अधिक जुटाए।

वरिष्ठ नागरिकों को जल्द मिलेगी लंबित पेंशन, वित्त विभाग से मिली विशेष स्वीकृति

इसी सप्ताह जारी हो जाएगी रुकी हुई वृद्धावस्था पेंशन

संजना भारती संवाददाता

नई दिल्ली। दिल्ली में जिन वरिष्ठ नागरिकों को वृद्धावस्था पेंशन के रूप में मिलने वाली आर्थिक सहायता के भुगतान में पिछले कुछ महीनों से तकनीकि एवं प्रशासनिक कारणों के चलते विलंब हुआ था। उन्हें अगले कुछ दिनों में पेंशन का भुगतान शुरू हो जायेगा। इसे लेकर मुख्यमंत्री रेखा गुप्ता जी के दिशा निदेर्शों और समाज कल्याण मंत्री के विशेष प्रयासों पर समाज कल्याण विभाग को वित्त विभाग से विशेष स्वीकृति मिल गई है और इसी हफ्ते वरिष्ठ नागरिकों को लंबित पेंशन जारी हो जाएगी। लाभार्थियों को उनकी पूरी रुकी हुई पेंशन मिलेगी।

दिल्ली में 04 लाख 35 हजार से अधिक ओल्ड एज पेंशन लाभार्थी हैं। इनमें कुछ लोगों की पेंशन प्रभावित हुई है। अन्य सभी लाभार्थियों को समय से पेंशन का भुगतान लगातार किया जा रहा है।

इसे लेकर मंत्री श्री रविन्द्र इन्द्राज सिंह की ओर से विभाग को आवश्यक दिशा निर्देश जारी कर दिए गए हैं और सभी प्रक्रियाओं को शीघ्र पूरा किया जा रहा है। इसी सप्ताह से शेष लाभार्थियों को पेंशन का भुगतान शुरू हो जाएगा और सभी पात्र वरिष्ठ नागरिकों के खातों में लंबित पेंशन राशि जमा की जाएगी। मंत्री ने पेंशन भुगतान प्रक्रिया में पारदर्शिता बढाने और अधिक जवाबदेह बनाने के भी निर्देश दिए हैं। बुजुर्गों की सामाजिक सुरक्षा विभाग की सर्वोच्च प्राथमिकता है। दिल्ली सरकार वरिष्ठ नागरिकों के सम्मानजनक जीवन को सुनिश्चित करने के लिए पेंशन योजना के साथ-साथ उच्च गुणवत्ता वाले सहायक उपकरणों का वितरण कर रही है तथा नए ओल्ड एज होम शुरू करने की दिशा में भी लगातार कार्य कर रही है।

हाउसफुलः वंदे भारत स्लीपर के टिकट कुछ ही घंटों में बिक गए

संजना भारती/विज्ञप्ति द्वारा

गोरखपुर। कामाख्या और हावड़ा के बीच वंदे भारत स्लीपर ट्रेन (ट्रेन नंबर 27576) की पहली कमर्शियल यात्रा को यात्रियों से जबरदस्त रिस्पॉन्स मिला है। PRS और दूसरी साइट्स के जरिए टिकट रिजर्वेशन शुरू होने के कुछ ही घंटों में सभी सीटें बुक हो गईं।

टिकटों का इतनी जल्दी बिक जाना साफ दिखाता है कि यात्री 17 जनवरी, 2026 को प्रधानमंत्री द्वारा उद्घाटन की गई वंदे भारत स्लीपर की स्पीड, आराम और आधुनिक सुविधाओं का अनुभव करने के लिए कितने उत्सुक हैं।

यह ट्रेन अपनी पहली कमर्शियल यात्रा 22 जनवरी 2026 से कामाख्या से और 23 जनवरी 2026 से हावड़ा से शुरू करेगी। इस नई सर्विस के लिए टिकट बुकिंग 19 जनवरी 2026 को सुबह 08:00 बजे शुरू हुई थी। 24 घंटे से भी कम समय में, सभी क्लास के टिकट पूरी तरह से बिक गए, जो शुरू की गई प्रीमियम सेमी-हाई-स्पीड सर्विस के लिए लोगों के भारी उत्साह को दिखाता है। इस पहली कमर्शियल यात्रा के लिए यह शानदार रिस्पॉन्स तेज, सुरक्षित और ज्यादा आरामदायक रेल यात्रा विकल्पों के लिए यात्रियों की बढ़ती पसंद को दिखाता है। कामाख्या-हावड़ा वंदे भारत स्लीपर से पूर्वोत्तर और पूर्वी भारत के बीच कनेक्टिविटी में काफी सुधार होने की उम्मीद है, जो आधुनिक सुविधाएं, बेहतर यात्रा का समय और विश्व स्तरीय रात भर की यात्रा का अनुभव प्रदान करेगी।

कुछ ही घंटों में पूरी तरह से बुक हो जाना, पूर्वोत्तर सीमांत रेलवे द्वारा शुरू की जा रही आधुनिक ट्रेन सेवाओं के प्रति यात्रियों के विश्वास और उत्साह का एक मजबूत सबूत है, जो इस क्षेत्र के लिए प्रीमियम रेल कनेक्टिविटी में एक नया अध्याय है।

हरियाणा में जल्द दौड़ेंगी इलेक्ट्रिक बसें, ग्रीन एनर्जी को मिलेगा बढ़ावा: अनिल विज

कानून व्यवस्था पर सख्त हरियाणा सरकारः विज

संजना भारती संवाददाता

चंडीगढ़। हरियाणा के ऊर्जा, परिवहन एवं मंत्री अनिल विज ने कहा कि सरकार जल्द ही ग्रीन एनर्जी के अंतर्गत इलेक्ट्रिक बसों को लेने जा रही है, इस संबंध में आदेश दिए जा चुके है। वर्तमान सरकार हर वर्ग का ख्याल रखते हुए नीतियां बना रही है। मंत्री अनिल विज ने कहा भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री नितिन नबीन को बनाकर प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने एक प्रकार से बुलेट ट्रेन चला दी है, क्योंकि लोग विकास की राजनीति को पसंद कर रहे है।

परिवहन विभाग में विकास और व्यवस्था के संबंध में पूछे गए सवाल के जवाब में उन्होंने कहा कि सरकार द्वारा परिवहन व्यवस्था में सुधार के लिए लगातार कार्य किए जा रहे हैं। प्रदूषण भी एक बहुत बड़ा मुद्दा है इसलिए सरकार चाहती है कि ग्रीन एनर्जी से संबंधित वाहनों को ज्यादा से ज्यादा प्रोत्साहित किया जाए। इसी कड़ी में इलेक्ट्रिक बसों को बड़ी संख्या में संचालित करने की योजना सरकार की है। उन्होंने कहा कि अब लोगों का रुझान इलेक्ट्रिक कारों की तरफ भी बढ़ रहा है और इसलिए इलेक्ट्रिक चार्जिंग स्टेशन भी ज्यादा से ज्यादा होने चाहिए और इस दिशा में सरकार आगे बढ़ रही है तथा इलेक्ट्रिक चार्जिंग स्टेशन को बनाने के लिए कार्य किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि हम चाहते हैं कि ऐसे इलेक्ट्रिक चार्जिंग स्टेशन हो जहां पर पारिवारिक सदस्यों को रुकने के लिए भी सुविधा होनी चाहिए। इन चार्जिंग स्टेशन पर रेस्टोरेंट, रेस्ट रूम तथा वॉशरूम जैसी सुविधाएं मिले क्योंकि गाड़ी को रिचार्ज करने में समय लगता है। इसके अलावा, पानीपत में भी इलेक्ट्रिक बस चार्जिंग स्टेशन का कार्य परिवहन विभाग द्वारा किया जा रहा है।

हरियाणा की कानून व्यवस्था को लेकर पूछे गए सवाल के जवाब में उन्होंने कहा कि असामाजिक तत्वों को पकड़कर जेल में डाला गया है और कानून व्यवस्था को पूरी तरह से नियंत्रित किया जा रहा है तथा सरकार लगातार कार्य कर रही है। उन्होंने कहा कि यदि कहीं कोई वारदात होती है तो वहां पर पुलिस कुछ ही मिनट में पहुंच जाती है।

मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने नवनिर्वाचित अध्यक्ष को दी बधाई

संजना भारती संवाददाता

नई दिल्ली। उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने नई दिल्ली स्थित भारतीय जनता पार्टी कार्यालय में भाजपा के नवनिर्वाचित राष्ट्रीय अध्यक्ष नितिन नवीन को पुष्पगुच्छ भेंट कर हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ दीं। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने कहा कि आपके कुशल नेतृत्व, संगठनात्मक अनुभव और दूरदर्शिता से पार्टी को नई ऊर्जा एवं दिशा मिलेगी तथा लोकतांत्रिक मूल्यों को और मजबूती प्राप्त होगी।

आशा है कि उत्तर प्रदेश को भी आपका निरंतर मार्गदर्शन प्राप्त होता रहेगा।

यमुना एक्सप्रेस-वे पर बसेगा 'फिनटेक पार्क, 250 एकड़ में होगा बैंकिंग से ब्लॉकचेन तक का हब

यमुना एक्सप्रेस-वे के सेक्टर-11 में 'फिनटेक पार्क' और इससे जुड़ा इकोसिस्टम होगा विकसित

संजना भारती/विज्ञप्ति द्वारा

लखनऊ। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ के नेतृत्व में राज्य सरकार उत्तर प्रदेश को नई पीढ़ी की डिजिटल अर्थव्यवस्था का केंद्र बनाने की दिशा में एक और बड़ा कदम उठाने जा रही है। इसके तहत यमुना एक्सप्रेस-वे औद्योगिक विकास प्राधिकरण (यीडा) क्षेत्र के सेक्टर-11 में 250 एकड़ भूमि पर फिनटेक पार्क विकसित किया जाएगा। इस परियोजना को केवल आईटी पार्क के रूप में नहीं, वरन एक संपूर्ण फाइनेंशियल टेक्नोलॉजी इकोसिस्टम के रूप में आकार दिया जा रहा है। सरकार का मानना है कि यह परियोजना उत्तर प्रदेश को देश के प्रमुख फिनटेक हब के रूप में स्थापित करेगी। यह 'फिनटेक पार्क बैंकिंग से ब्लॉकचेन तक का विशाल हब होगा।

योजना के अनुसार, सेक्टर-11 का फिनटेक पार्क बैंकिंग, डिजिटल पेमेंट, इंश्योटेक, इन्वेस्टटेक, Fintech SaaS(फाइनेंशियल टेक्नोलॉजी सॉफ्टवेयर ऐज ए सर्विस) और इंटरनेशनल मनी ट्रांसफर से जुड़ी कंपनियों के लिए एक साझा मंच प्रदान करेगा। यहां वित्तीय सेवाओं से जुड़ी सभी आधुनिक तकनीकों को एक ही परिसर में विकसित और स्थापित किया जाएगा, जिससे कि स्टार्टअप से लेकर बड़ी वैश्विक कंपनियां तक, यहां निवेश के लिए आकर्षित हो सकें। फिनटेक पार्क की सबसे बड़ी शक्ति इसकी लोकेशन है। यह क्षेत्र यमुना एक्सप्रेस-वे से सीधे जुड़ा है और नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट के अत्यंत निकट स्थित है। सरकार का आकलन है कि एयरपोर्ट की शुरूआत के बाद यह इलाका अंतरराष्ट्रीय निवेशकों के लिए सबसे पसंदीदा गंतव्य बनेगा। दिल्ली-एनसीआर से बेहतर कनेक्टिविटी के चलते यहां आने वाली कंपनियों को राष्ट्रीय और वैश्विक दोनों स्तर पर परिचालन में सुविधा प्राप्त होगी।

इस परियोजना को धरातल पर उतारने के लिए विस्तृत परियोजना रिपोर्ट (डीपीआर) तैयार करने की प्रक्रिया शुरू कर दी गई है। इसके लिए अंतरराष्ट्रीय स्तर की कंसल्टेंसी एजेंसी को जिम्मेदारी सौंपी गई है।

डीपीआर में फिनटेक पार्क के इंफ्रास्ट्रक्चर, निवेश मॉडल, रोजगार क्षमता और चरणबद्ध विकास की रूपरेखा तैयार की जा रही है। अधिकारियों के अनुसार डीपीआर पूरी होते ही निवेशकों के लिए प्लॉट आवंटन और अन्य प्रक्रियाओं का रोडमैप सार्वजनिक किया जाएगा।

योगी सरकार इस परियोजना को रोजगार सृजन से भी जोड़कर देख रही है। फिनटेक पार्क के माध्यम से प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रोजगार के हजारों नए अवसर पैदा होंगे। बैंकिंग टेक्नोलॉजी, डेटा एनालिटिक्स, साइबर सिक्योरिटी, डिजिटल पेमेंट सिस्टम और फाइनेंशियल सॉफ्टवेयर डेवलपमेंट जैसे सेक्टरों में युवाओं को अवसर मिलेंगे। सरकार का फोकस इस बात पर है कि उत्तर प्रदेश की प्रतिभाएं अब दूसरे राज्यों में पलायन करने के बजाय प्रदेश में ही वैश्विक स्तर का काम करें।

योगी सरकार पहले ही स्पष्ट कर चुकी है कि उत्तर प्रदेश को केवल परंपरागत उद्योगों तक सीमित नहीं रखा जाएगा। आईटी, इलेक्ट्रॉनिक्स, सेमीकंडक्टर और अब फिनटेक जैसे हाई एंड (उच्च मूल्य) सेक्टर में प्रदेश को अग्रणी बनाया जाएगा। सेक्टर-11 का फिनटेक पार्क इसी नीति का हिस्सा है, जहां नीति और नीयत दोनों स्पष्ट दिखाई देती हैं। औद्योगिक क्षेत्र के विशेषज्ञों का कहना है कि यह परियोजना न केवल निवेश बढ़ाएगी, बल्कि उत्तर प्रदेश को देश के डिजिटल फाइनेंस मैप पर मजबूत स्थान दिलाने में सक्षम होगी।

मान सरकार का किसानों को बड़ा तोहफा, गन्ने पर 68.50 रुपए प्रति क्विंटल सब्सिडी को मंजूरी

पंजाब सरकार अब देश में गन्ने की सबसे अधिक कीमत दे रही है

एसबी संवाददाता

चंडीगढ़। यहां मुख्य मंत्री भगवंत सिंह मान के नेतृत्व में हुई कैबिनेट बैठक विशेष रूप से किसान-कल्याण के लिए फैसले लेने पर केंद्रित रही, जिसमें कैबिनेट द्वारा निर्धारित स्टेट एग्रीड प्राइस में से 68.50 रुपए प्रति क्विंटल सीधी सब्सिडी की मंजूरी दी गई, जिससे पंजाब राज्य गन्ना किसानों को देश में गन्ने का सबसे अधिक भाव देने में लगातार अग्रणी चल रहा है।

यह फैसला मुख्य मंत्री की अध्यक्षता में हुई मंत्रिमंडल की बैठक में लिया गया, जिसमें स्वास्थ्य क्षेत्र में विभिन्न सुधारों के साथ लोगों की तंदुरुस्त स्वास्थ्य संबंधी पहलकदमियों और शहरी प्रशासन में विभिन्न सुधारात्मक कदम उठाने संबंधी मंजूरियां शामिल हैं, जो पंजाब सरकार की निर्णायक और परिणाम-आधारित पहुंच को दर्शाता है। मंत्रिमंडल द्वारा लिए गए फैसलों के बारे में जानकारी देते हुए मुख्य मंत्री कार्यालय के प्रवक्ता ने कहा कि निजी चीनी मिलों की ओर से गन्ना किसानों को 2025-26 पिराई सीजन के लिए निर्धारित स्टेट एग्रीड प्राइज में से 68.50 रुपए प्रति क्विंटल सब्सिडी सीधे तौर पर अदा की जाएगी। उन्होंने बताया कि पंजाब पहले ही देश में गन्ने के लिए सबसे अधिक 416 रुपए प्रति क्विंटल स्टेट एग्रीड प्राइस दे रहा है, जो पिछले साल से 15 रुपए की वृद्धि दर्शाता है। यह पंजाब के गन्ना काश्तकारों को देश भर में सबसे अधिक भाव मिलना सुनिश्चित बनाने के साथ-साथ किसानों के लिए आय सुरक्षा को और मजबूत करेगा।

जन स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती पर निरंतर ध्यान केंद्रित करते हुए मंत्रिमंडल ने 'सीएम दी योगशाला' प्रोजेक्ट के अधीन योग ट्रेनरों की 1,000 अतिरिक्त पदों के सृजन को भी मंजूरी दे दी है। बैठक के दौरान यह भी बताया गया कि वित्तीय वर्ष 2026-27 के दौरान इस पहलकदमी के लिए 35 करोड़ का बजट प्रबंध किया जाएगा, जिसका उद्देश्य एक स्वस्थ और तंदुरुस्त पंजाब की सृजन को सुनिश्चित बनाना है।

स्वास्थ्य देखभाल सेवाओं को मजबूती देने के एक अन्य महत्वपूर्ण फैसले में मंत्रिमंडल ने मुक्तसर जिले के गांव बादल, तरन तारन जिले के खडूर साहिब, कम्युनिटी हेल्थ सेंटर जलालाबाद और फाजिल्का जिले के टर्शरी केयर सेंटर को बाबा फरीद यूनिवर्सिटी ऑफ हेल्थ साइंसेज (बीएफयूएचएस), फरीदकोट में पूरी तरह हस्तांतरित करने की मंजूरी भी दे दी है। इस हस्तांतरण से इन क्षेत्रों के निवासी यूनिवर्सिटी के उन्नत मेडिकल बुनियादी ढांचे और विशेषज्ञता का लाभ उठाकर बेहतर इलाज और जांच सेवाओं तक पहुंच कर सकेंगे।

सम्पादकीय

बांग्लादेश को ट्रंप ने लगाया डंडा

दक्षिण एशिया की राजनीति इस समय दो परतों में खदबदा रही है। एक परत में बांग्लादेश की नीतियां हैं जो धीरे धीरे चीन को भारत की सबसे संवेदनशील भौगोलिक नस के पास लाने की कोशिश करती दिख रही हैं। दूसरी परत में अमेरिका का वह सख्त फैसला है जिसने एक झटके में ढाका को उसकी वास्तविक हैसियत का आईना दिखा दिया है। हम आपको बता दें कि अमेरिकी विदेश विभाग के अनुसार बांग्लादेश उन 38 देशों की सूची में डाल दिया गया है जिनके नागरिकों को अमेरिका जाने के लिए अब B1B2 वीजा पर भारी वीजा बॉन्ड देना पड़ सकता है। यह नियम 21 जनवरी 2026 से लागू होगा। बांग्लादेशी नागरिकों को व्यापार और पर्यटन के लिए अमेरिका जाने से पहले वीजा स्वीकृत होने के बाद पांच हजार, दस हजार या पंद्रह हजार डॉलर तक का बॉन्ड जमा करना पड़ सकता है। यह राशि किसी स्वचालित नियम से नहीं बल्कि दूतावास के कांसुलर अधिकारी के विवेक से तय होगी। अमेरिकी दूतावास ने साफ शब्दों में चेतावनी दी है कि कोई भी आवेदक साक्षात्कार से पहले एक भी डॉलर जमा न करे। पहले भुगतान करने से वीजा मिलने की कोई गारंटी नहीं है और तीसरे पक्ष की वेबसाइटें ठगी का जरिया हो सकती हैं। बॉन्ड केवल तभी जमा होगा जब वीजा स्वीकृत हो जाएगा और वह भी अमेरिका सरकार की आधिकारिक भुगतान प्रणाली के जरिये। नियम तोड़ने पर बॉन्ड जब्त हो जाएगा जबकि समय पर अमेरिका छोड़ने या यात्रा ही न करने की स्थिति में यह राशि वापस मिल सकती है। वैसे देखा जाये तो यह फैसला केवल तकनीकी वीजा सुधार नहीं है। यह एक सख्त राजनीतिक संकेत है। अमेरिका साफ कर रहा है कि जिन देशों से अवैध प्रवास या नियम उल्लंघन का खतरा अधिक है उन्हें अब आसान पहुंच नहीं मिलेगी। बांग्लादेश को इस सूची में डालना उसके अंतरराष्ट्रीय व्यवहार पर सीधी टिप्पणी है। इसी समय दूसरी तस्वीर और भी चिंताजनक है। भारत और बांग्लादेश के रिश्तों में खटास के बीच चीन के राजदूत ने तीस्ता नदी परियोजना क्षेत्र का दौरा किया जो भारत के चिकन नेक के बेहद करीब है। यह वही संकरा भूभाग है जो भारत के मुख्य भूभाग को उसके पूर्वोत्तर राज्यों से जोड़ता है। तीस्ता नदी प्रबंधन और पुनर्स्थापन परियोजना के नाम पर चीनी मौजूदगी इस क्षेत्र में केवल विकास सहयोग नहीं कही जा सकती। बांग्लादेश की अंतरिम सरकार और उसके प्रमुख सलाहकार पहले ही चीन के साथ गहरी साझेदारी के संकेत दे चुके हैं। बीते वर्षों में चीन ने बंदरगाह, सड़क, ऊर्जा और अब जल प्रबंधन तक अपनी पहुंच बढ़ाने की रणनीति अपनाई है। तीस्ता परियोजना में चीनी तकनीकी आकलन भारत के लिए एक सामरिक चेतावनी है क्योंकि जल संसाधन और सीमावर्ती बुनियादी ढांचा सीधे सुरक्षा से जुड़े होते हैं। इस प्रकार एक ओर ढाका बीजिंग को भारत की सबसे संवेदनशील नस के पास लाने की कोशिश करता दिख रहा है तो दूसरी ओर वाशिंगटन उसके लिए दरवाजे सख्त करता जा रहा है। वैसे देखा जाये तो बांग्लादेश इस समय एक खतरनाक भ्रम में जी रहा है। उसे लग रहा है कि वह चीन की गोद में बैठकर क्षेत्रीय ताकत बन जाएगा और भारत पर दबाव बना सकेगा। चिकन नेक के पास चीनी गतिविधियों को न्यूनतम बताना या केवल तकनीकी सहयोग कहना अपने आप को धोखा देना है। यह वही इलाका है जहां एक छोटी-सी अस्थिरता भारत के पूर्वोत्तर को शेष देश से काट सकती है। ऐसे में चीन की मौजूदगी केवल बांग्लादेश की विकास जरूरत नहीं बल्कि एक सुनियोजित भू रणनीतिक चाल है। लेकिन अंतरराष्ट्रीय राजनीति भावनाओं से नहीं चलती।

जयंती

हरचरण सिंह बराड़

जन्म–21 जनवरी, 1919, मृत्यु– 6 सितंबर, 2009, भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के राजनीतिज्ञ तथा पंजाब के मुख्यमंत्री थे। चंडीगढ़ में पंजाब तथा हरियाणा सचिवालय के बाहर बम विस्फोट में तत्कालीन मुख्यमंत्री बेअंत सिंह के मारे जाने के बाद हरचरण सिंह बराड़ मुख्यमंत्री बने थे। वह 31 अगस्त, 1995 से 21 नवंबर, 1996 तक मुख्यमंत्री पद पर रहे। वह ओडिशा और हरियाणा के राज्यपाल भी रहे।

पुण्यतिथि

शिवपूजन सहाय

जन्म–9 अगस्त, 1893, शाहाबाद, बिहार, मृत्यु–21 जनवरी, 1963, पटना, हिन्दी साहित्य में एक उपन्यासकार, कहानीकार, सम्पादक और पत्रकार के रूप में प्रसिद्ध थे। इनके लिखे हुए प्रारम्भिक लेख 'लक्ष्मी', 'मनोरंजन' तथा 'पाटलीपुत्र' आदि पत्रिकाओं में प्रकाशित होते थे। शिवपूजन सहाय ने 1934 ई. में 'लहेरियासराय' (दरभंगा) जाकर मासिक पत्र 'बालक' का सम्पादन किया। स्वतंत्रता के बाद शिवपूजन सहाय 'बिहार राष्ट्रभाषा परिषद' के संचालक तथा 'बिहार हिन्दी साहित्य सम्मेलन' की ओर से प्रकाशित 'साहित्य' नामक शोध-समीक्षाप्रधान त्रैमासिक पत्र के सम्पादक थे।

कल मिलेंगे

एक आदमी काम पर से थक हार कर घर आया।
पत्नी ने पानी का गिलास दिया,
तभी बेटा मार्कशीट लेकर अपने पिता के पास पहुंचा।
साइंस–39, इंग्लिश– 46, मैथ्स–आगे कुछ पढने से पहले आदमी: ये मार्क्स आए हैं, गधे शर्म नहीं आती?
नालायक है तू नालायक।
पत्नी– अरे आप सुनो तो...
आदमी– तू चुप बैठ।
तेरे लाड़–प्यार ने ही बिगाड़ा है इसे नालायक,
अरे तेरा बाप दिन भर मेहनत करता है और तू ऐसे मार्क्स लाता है।
लड़का चुपचाप गर्दन नीचे किए।
पत्नी–अरे सुनो तो...
आदमी–तू चुप कर. एक शब्द भी मत बोल, आज बताता हूं इसे।
पत्नी इस बार तेज आवाज में: अरे सुनो पहले।
सुबह अलमारी साफ करते वक्त मिली थी, ये आपकी मार्कशीट है।
फिर भयानक सन्नाटा।

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।)

बंगाल में लोकतंत्र, विकास और अस्मिता की निर्णायक परीक्षा-घड़ी

महाराष्ट्र के शहरी निकाय चुनावों और बिहार में भाजपा को मिली हालिया सफलता ने पार्टी के आत्मविश्वास को निश्चित रूप से बढ़ाया है। भाजपा का यह विश्वास कि बंगाल अब भी राजनीतिक परिवर्तन के लिए तैयार है, केवल चुनावी आंकड़ों पर आधारित नहीं है, बल्कि वह इसे एक लंबी रणनीति का हिस्सा मानती है। किंतु बंगाल कोई साधारण राजनीतिक मैदान नहीं है

-ललित गर्ग

पश्चिम बंगाल की राजनीति इस समय एक ऐसे संक्रमण काल से गुजर रही है, जहां सत्ता, संघर्ष, कानून और जनभावना-चारों धाराएं एक-दूसरे से टकराती हुई दिखाई देती हैं। यह टकराव केवल भाजपा और तृणमूल कांग्रेस के बीच राजनीतिक वर्चस्व की लड़ाई भर नहीं है, बल्कि यह उस शासन शैली, लोकतांत्रिक मयार्दा और विकास दृष्टि की भी परीक्षा है, जिसके आधार पर बंगाल अपनी आने वाली राजनीतिक दिशा तय करेगा। लंबे समय तक खेला होगा के नारे के सहारे भाजपा को रोकने में सफल रहीं मुख्यमंत्री ममता बनर्जी के सामने इस बार परिस्थितियां अपेक्षाकृत अधिक जटिल, चुनौतीपूर्ण और बहुआयामी नजर आ रही हैं। आज समूचे देश की नजरें पश्चिम बंगाल पर टिकी है। वहां आगामी विधानसभा काफी रोमांचक एवं निर्णायक होगा, जिसमें पश्चिम बंगाल का नया भविष्य बुनने की दिशाएं उद्घाटित होगी।

एक ओर केंद्र और राज्य के बीच टकराव अपने चरम पर है, तो दूसरी ओर केंद्रीय एजेंसियों की कार्रवाई, अदालती टिप्पणियां और कानूनी बहसें राजनीतिक विमर्श को नियंत्रित कर रही हैं। सुप्रीम कोर्ट की हालिया टिप्पणियों ने केवल एक कानूनी प्रश्न ही नहीं उठाया, बल्कि यह संकेत भी दिया कि राज्य सरकारों द्वारा केंद्रीय जांच एजेंसियों के कामकाज में हस्तक्षेप की सीमाएं कहां तक हो सकती हैं। इस पूरे घटनाक्रम ने ममता बनर्जी की उस राजनीतिक छवि को आंशिक रूप से प्रभावित किया है, जो अब तक स्वयं को केंद्र के कथित दमन के विरुद्ध संघीय ढांचे की रक्षक के रूप में प्रस्तुत करती रही हैं। अदालतों में लंबी चलने वाली कानूनी लड़ाइयों का राजनीतिक प्रभाव तुरंत और गहरा होता है, विशेषकर तब, जब चुनाव नजदीक हों और जनता का ध्यान प्रशासनिक उपलब्धियों से हटकर आरोप-प्रत्यारोप पर केंद्रित होने लगे। बंगाल की राजनीति की एक विशिष्ट विशेषता यह रही है कि यहां विचारधारा और भावनाएं अत्यंत तीव्र रूप से अभिव्यक्त होती हैं। वाम मोर्चे के लंबे शासन के बाद ममता बनर्जी का उदय एक जनांदोलन के रूप में हुआ था। उन्होंने न केवल वामपंथी वर्चस्व को तोड़ा, बल्कि खुद को गरीब, हाशिए के वर्ग और क्षेत्रीय अस्मिता की आवाज के रूप में स्थापित किया। शुरूआती वर्षों में उनकी सरकार ने कुछ कल्याणकारी योजनाओं और सशक्त राजनीतिक संप्रेषण के माध्यम से जनता का विश्वास भी अर्जित किया। किंतु समय के साथ सत्ता का केंद्रीकरण, संगठन पर अत्यधिक नियंत्रण और विरोध के प्रति असहिष्णुता जैसे आरोप भी समानांतर रूप से उभरते गए।

भाजपा ने इन्हीं कमजोरियों को अपना राजनीतिक आधार बनाने की कोशिश की है। 2019 के लोकसभा चुनावों से लेकर अब तक भाजपा ने बंगाल में अपने संगठनात्मक ढांचे को मजबूत किया है और हिंदुत्व, राष्ट्रवाद तथा भ्रष्टाचार विरोधी विमर्श को आक्रामक रूप से आगे बढ़ाया है। हालांकि विधानसभा चुनाव में तृणमूल कांग्रेस ने भारी बहुमत से वापसी की, लेकिन यह भी सच है कि भाजपा बंगाल की राजनीति में एक स्थायी और निर्णायक शक्ति के रूप में स्थापित हो चुकी है। मत प्रतिशत में अंतर और सीटों का आंकड़ा भाजपा के लिए भले ही निराशाजनक रहा हो, पर संगठनात्मक विस्तार और सामाजिक आधार का विस्तार उसके लिए भविष्य की संभावनाओं के द्वार खोलता है। हाल के वर्षों में बंगाल में विकास का प्रश्न अपेक्षाकृत पीछे छूटता दिखाई दिया है। उद्योग, निवेश और रोजगार के मुद्दे राजनीतिक शोर में दब गए हैं। आम जनता की एक बड़ी चिंता यह भी है कि राज्य की राजनीति निरंतर टकराव और हिंसा के आरोपों से क्यों घिरी रहती है। चुनावी हिंसा, राजनीतिक कार्यकताओं पर हमले और प्रशासन की निष्पक्षता पर उठते सवाल राज्य की छवि को नुकसान पहुंचाते हैं। पड़ोसी देशों से अवैध घुसपैठ, सीमावर्ती इलाकों में जनसांख्यिकीय बदलाव और कानून-व्यवस्था की चुनौतियां भी राजनीतिक विमर्श का हिस्सा बन चुकी हैं। इन मुद्दों पर ममता सरकार का रुख अक्सर रक्षात्मक दिखाई देता है, जबकि भाजपा इन्हें राष्ट्रीय सुरक्षा और सांस्कृतिक पहचान से जोड़कर व्यापक समर्थन जुटाने का प्रयास करती है।

महाराष्ट्र के शहरी निकाय चुनावों और बिहार में भाजपा को मिली हालिया सफलता ने पार्टी के आत्मविश्वास को निश्चित रूप से बढ़ाया है। भाजपा का यह विश्वास कि बंगाल अब भी राजनीतिक परिवर्तन के लिए तैयार है, केवल चुनावी आंकड़ों पर आधारित नहीं है, बल्कि वह इसे एक लंबी रणनीति का हिस्सा मानती है। किंतु बंगाल कोई साधारण राजनीतिक मैदान नहीं है। यहां की सामाजिक संरचना, सांस्कृतिक चेतना और ऐतिहासिक स्मृति किसी भी दल के लिए आसान नहीं रही है। ममता बनर्जी की सबसे बड़ी ताकत आज भी उनकी जमीनी पकड़ और भावनात्मक अपील है, जो उन्हें भाजपा के केंद्रीय नेतृत्व से अलग, एक क्षेत्रीय और स्थानीय नेता के रूप में स्थापित करती है। आने वाले विधानसभा चुनाव वास्तव में इस बात की कसौटी होंगे कि जनता विकास, स्थिरता और कानून-व्यवस्था को प्राथमिकता देती है या फिर भावनात्मक और पहचान आधारित राजनीति को? क्या ममता बनर्जी लगातार चौथी बार सत्ता में लौटकर यह सिद्ध कर पाएंगी कि केंद्र से टकराव ही उनकी सबसे बड़ी राजनीतिक पूंजी है, या भाजपा जनता को यह विश्वास दिलाने में सफल होगी कि परिवर्तन ही स्थायित्व और विकास का रास्ता है, यह प्रश्न अभी खुला हुआ है। अदालती प्रक्रियाएं, राजनीतिक बयानबाजी और चुनावी रणनीतियां अपनी जगह हैं, लेकिन अंतिम निर्णय बंगाल की जनता के हाथ में है।

पश्चिम बंगाल की राजनीति आज संकीर्णता और सांप्रदायिक ध्रूवीकरण के ऐसे दौर से गुजर रही है, जिसने विकास की गति को गंभीर रूप से अवरुद्ध किया है। कभी देश की आर्थिक, औद्योगिक और बौद्धिक राजधानी कहलाने वाला बंगाल-विशेषकर कोलकाता, आज निवेश, उद्योग और रोजगार के मोर्चे पर पिछड़ता हुआ दिखाई देता है। ममता बनर्जी के लंबे शासनकाल में औद्योगिक विश्वास का क्षरण, पूंजी पलायन, बंद होती इकाइयाँ और युवाओं का अन्य राज्यों की ओर पलायन इस गिरावट के स्पष्ट संकेत हैं। लोकतांत्रिक संस्थाओं की स्वायत्तता पर उठते प्रश्न, विपक्षी आवाजों का दमन और चुनावी हिंसा की घटनाएँ राज्य के लोकतांत्रिक स्वास्थ्य पर गहरी चोट करती हैं। इसके साथ ही, राज्य में सामाजिक ताने-बाने को लेकर बढ़ती आशंकाएँ भी कम चिंताजनक नहीं हैं। अनेक क्षेत्रों में कानून-व्यवस्था, धार्मिक स्वतंत्रता और अल्पसंख्यक-बहुसंख्यक संबंधों को लेकर शिकायतें सामने आती रही हैं; विशेषकर हिंदू समाज के एक हिस्से में असुरक्षा की भावना ने जनमन को आहत किया है। इन घटनाओं और धारणाओं ने जनता के भरोसे को कमजोर किया है और शासन के प्रति निराशा को बढ़ाया है। राजनीति जब पहचान और विभाजन के इर्द-गिर्द सिमटती है, तो विकास, समावेशन और सामाजिक सौहार्द पीछे छूट जाते हैं, यही आज के बंगाल की त्रासदी बनती दिख रही है।

ऐसे समय में बंगाल की जनता के लिए अपने लोकतांत्रिक अधिकारों के प्रति सजग होना अनिवार्य है। यह राज्य केवल भौगोलिक इकाई नहीं, बल्कि उसकी अस्मिता उसकी बौद्धिक परंपरा, भावनात्मक संवेदनशीलता, धार्मिक सहअस्तित्व, आध्यात्मिक खोज और समृद्ध साहित्यिक विरासत से निर्मित है-रवींद्रनाथ से विवेकानंद तक की धरोहर इसे दिशा देती रही है। दंगों, हिंसा और भय के साए में इस अस्मिता पर जो दाग लगे हैं, उन्हें मिटाने का मार्ग शांतिपूर्ण, जागरूक और निर्भीक लोकतांत्रिक सहभागिता से ही निकलेगा। आगामी चुनाव जनता के लिए आत्ममंथन और आत्मनिर्णय का अवसर हैं-जहाँ मत केवल सत्ता नहीं, बल्कि बंगाल के भविष्य, उसकी संस्कृति और उसके लोकतांत्रिक आत्मसम्मान की रक्षा का माध्यम बनना चाहिए। बंगाल की बनती नई तस्वीर अभी पूरी तरह स्पष्ट नहीं है। यह तस्वीर संघर्ष और संभावनाओं, आशंकाओं और उम्मीदों से बनी है। एक ओर सत्ता का अनुभव और जनाधार है, तो दूसरी ओर आक्रामक विपक्ष और राष्ट्रीय राजनीति की ताकत। लोकतंत्र की यही खूबी है कि वह अंतिम शब्द जनता को देता है। बंगाल के मतदाता ही तय करेंगे कि शह-मात की इस राजनीति में अगली चाल किसकी होगी और कौन-सा पक्ष अंततः बाजी मारेगा।

लेखक, पत्रकार, स्तंभकार
(इस लेख में लेखक के अपने विचार हैं।)

डोनाल्ड ट्रंप की कूटनीतिक ब्लैकमेलिंग का वैश्विक फलाफल

देखा जाए तो अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रंप की नीतियां नाटो पर दबाव बढ़ा रही हैं, खासकर ग्रीनलैंड विवाद और रक्षा खर्च मांग के माध्यम से। इसके वैश्विक दुष्प्रभाव या असर को समझते हुए ही अमेरिका ने पश्चिमी गोलार्द्ध में खुद को मजबूत करने के लिए बेनेजुएला सम्प्रभुता तहस नहस कांड कांड जैसा दुस्साहस दिखाया। इससे रूस, चीन, भारत, ईरान की फटी पड़ी पैबंद भी सामने आ गई

-कमलेश पांडेय
वरिष्ठ पत्रकार व राजनीतिक विश्लेषक

अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप की कथित ब्लैकमेलिंग वाली कूटनीतिक रणनीति, विशेष रूप से टैरिफ और क्षेत्रीय दावों के माध्यम से, उनके मित्र देश रह रह कर परेशान हो उठते हैं। जबकि अमेरिका के शत्रु देश उनको आंख दिखाकर अपनी मनवाने से भी नहीं चूकते, खासकर चीन, रूस और ईरान जैसे दबंग देश। इससे जहां वैश्विक कूटनीति चौराहे पर खड़ी प्रतीत होती है, वहीं उनकी ढुलमुल नीति व्यापार को गहराई से प्रभावित कर रही है। यही वजह है कि यूरोपीय देश, जापान, भारत आदि अंदर से बेचैन हैं। सच कहूं तो राष्ट्रपति ट्रंफ का यह अव्यवहारिक व मतलबपरस्त रुख आर्कटिक सुरक्षा, नाटो एकता और बहुपक्षीय व्यापार नियमों को खुली चुनौती दे रहा है।

सबसे पहले इसी कसौटी पर यूरोप व नाटो देशों से जुड़े ग्रीनलैंड विवाद को समझते हैं, जहां ट्रंप ने ग्रीनलैंड को अमेरिका में मिलाने की मांग क्या रख दी, उनके इस अटपटी सोच से उनके मित्र भी बौखलाहट दिखाने लगे। जिससे परेशान अमेरिका ने सहयोगी से विरोधी बन रहे आठ यूरोपीय देशों (डेनमार्क, फ्रांस, जर्मनी आदि) पर 10% टैरिफ लगाने की धमकी दी है, जो जून 2026 तक 25% हो सकता है। यही वजह है कि यूरोपीय नेता जैसे स्वीडन के पीएम उल्फ क्रिस्टर्सन और नीदरलैंड्स के विदेश मंत्री डेविड वैन वील ने सहयोग की बजाय संवाद पर जोर देते हुए इसे स्पष्ट "ब्लैकमेल" करार दिया। वहीं, नाटो प्रमुख मार्क रुटे ने ट्रंप से बातचीत की पुष्टि की, लेकिन आर्कटिक क्षेत्र में तनाव बढ़ने की आशंका जताई।

जहां तक चीन-अमेरिका व्यापार युद्ध की बात को इस ब्लैकमेलिंग वाली कसौटी पर कसें तो प्रतीत होता है कि साल 2025 में ट्रंप द्वारा चीन पर 104% टैरिफ लगाने को चीन (बीजिंग) ने खुलकर "ब्लैकमेलिंग" बताया और अंत तक लड़ने का वादा किया। चीनी पीएम ली कियांग ने इसे संरक्षणवाद का उदाहरण माना, और प्रतिक्रिया स्वरूप यूरोपीय संघ के साथ सहयोग बढ़ाने की बात कही। इससे वैश्विक शेयर बाजारों में मंदी की आशंका बढ़ी, क्योंकि अमेरिका ने 70+ देशों पर रेसिप्रोकल टैरिफ लागू किए।

वहीं ट्रंफ की ब्लैकमेलिंग वाली कूटनीति का वैश्विक प्रभाव भी साफ दिख रहा है, क्योंकि उनकी इस रणनीति से नाटो जैसे गठबंधनों में दरार डाल पड़ने लगी है और वैश्विक अर्थव्यवस्था में अस्थिरता के संकेत भी मिलने लगे हैं, क्योंकि 1 फरवरी 2026 की डेडलाइन नजदीक है। यूरोप ने आपात बैठक बुलाई, जबकि भारत जैसे देश भी 26% से 50 प्रतिशत टैरिफ का सामना कर रहे हैं। इससे इनकी बेचैनी समझी जा सकती है। कुल मिलाकर, ट्रंफ की ब्लैकमेलिंग वाली कूटनीति सिर्फ अमेरिका-प्रथम नीति को प्राथमिकता देती है, लेकिन इससे बहुपक्षीय संस्थाओं के कमजोर होते चले जाने की आशंका भी निराधार नहीं है।

देखा जाए तो अमेरिकी राष्ट्रपति ट्रंप की नीतियां नाटो पर दबाव बढ़ा रही हैं, खासकर ग्रीनलैंड विवाद और रक्षा खर्च मांग के माध्यम से। इसके वैश्विक दुष्प्रभाव या असर को समझते हुए ही अमेरिका ने पश्चिमी गोलार्द्ध में खुद को मजबूत करने के लिए बेनेजुएला सम्प्रभुता तहस नहस कांड कांड जैसा दुस्साहस दिखाया। इससे रूस, चीन, भारत, ईरान की फटी पड़ी पैबंद भी सामने आ गई। यह सबकुछ इसलिए किया गया ताकि "अमेरिका फर्स्ट" दृष्टिकोण को और अधिक मजबूत किया जा सके। अमेरिका की यह खुली पहल उसके नेतृत्व वाले नाटो गठबंधन की एकता को दो टूक चुनौती दे रही है, लेकिन कुछ नाटो सदस्यों ने जिस तरह से अपना रक्षा बजट बढ़ाया है, उससे ट्रंफ का मनोबल बढ़ा है।

जहां तक ग्रीनलैंड सम्बन्धी तनाव की बात है तो ट्रंप की ग्रीनलैंड अधिग्रहण जैसी अव्यवहारिक मांग का विरोध होने के बाद अमेरिका ने डेनमार्क, स्वीडन, जर्मनी जैसे नाटो सदस्यों पर भी 10% टैरिफ लगाए, जो 25% तक बढ़ सकते हैं। जबकि यूरोपीय देशों ने आर्कटिक में सैन्य तैनाती बढ़ाई, जबकि ट्रंप ने इसे राष्ट्रीय सुरक्षा का मुद्दा बताया। इस पर नाटो प्रमुख मार्क रुटे ने ट्रंफ सेबबातचीत की, लेकिन विशेषज्ञ इसे गठबंधन के "सबसे काले घंटे" की संभावना मानते हैं।

जहां तक नाटो देशों पर रक्षा खर्च बढ़ाने सम्बन्धी अमेरिकी दबाव की बात है तो ट्रंप ने सदस्य देशों से जीडीपी का 5% रक्षा पर खर्च करने की मांग की, जो पहले 2% के वेल्स वादे से दुगुने से भी ऊपर है। उनके दावे के अनुसार, इस दबाव से खर्च बढ़ा, लेकिन यूरोप को अमेरिकी सुरक्षा "ब्लैंक चेक" बंद करने की चेतावनी दी। इससे यूरोपीय नेता नाराज हैं, जो नाटो विस्तार (जैसे यूक्रेन) रोकने का संकेत भी देता है। जहां तक ट्रंफ के ब्लैकमेलिंग वाली कूटनीति के संभावित प्रभाव की बात है तो इस बात में कोई दो राय नहीं कि उनकी ये नीतियां नाटो में दरार पैदा कर सकती हैं, और ट्रांस-अटलांटिक संबंधों को कमजोर करेंगी।

यही वजह है कि अमेरिकी संसद में नाटो से निकासी के विधेयक आए हैं, हालांकि तत्काल विदड्रॉल नहीं हुआ। कुल मिलाकर, लेन-देन वाली कूटनीति गठबंधन की विश्वसनीयता को खतरे में डाल रही है। जबकि अमेरिकी सोच है कि यूरोप की गफलत में फंसकर रूस और एशिया की चकरघिन्नी में फंसकर चीन से खुली दुश्मनी लेने से बेहतर है कि खुद को पश्चिमी गोलार्द्ध यानी उत्तर अमेरिका व दक्षिण अमेरिका के देशों के बीच महफूज रखो और यहां पर यूरोपीय/एशियाई देशों की दाल नहीं गल सके, इस हेतु बेनेजुएला जैसी अप्रत्याशित कार्रवाई करते रहो।

(इस लेख में लेखक के अपने विचार हैं।)

खेल/विदेश/कारोबार/फिल्म

मोदी को बुरा फंसा रहे थे ट्रंप, अमेरिका पर टूट पड़ा इजरायल!

(एजेन्सी)।

अमेरिका के राष्ट्रपति ट्रंप इंतनो खुद को दुनिया का सबसे बड़ा सरपंच मान रहे हैं। इसलिए तो वह दुनिया भर के झगड़ों में टांग अड़ा रहे हैं। भले ही कई देशों के बीच जंग रुकवाने का दावा करने वाले ट्रंप नोबेल शांति पुरस्कार पाने की लालसा में खुद को शांतिदूत घोषित कर रहे हो लेकिन सच यह है कि जैसी उनकी हरकतें हैं उसके हिसाब से वह शांतिदूत कम हिटलर ज्यादा लग रहे हैं। वैसे तो ट्रंप ने अपनी दादागिरी और कब्जे वाले नीति से दुनिया भर में बवाल मचाया हुआ है। लेकिन अब ट्रंप गाजा बोर्ड ऑफ पीस को लेकर सुर्खियों में है। ट्रंप ने इस बोर्ड का ऐलान गाजा में चीजों को पटरी पर लाने के लिए किया है। ट्रंप के हिसाब से यह बोर्ड इजराइल हमास युद्ध को पूरी तरह से समाप्त कर देगा। साथ ही गाजा के रोजमर्रा के मामलों को संभालने के लिए एक तकनीकी समिति का ऑब्जरवेशन करेगा और वहां के पुनर्निर्माण के लिए स्ट्रेटजी बनाएगा। ट्रंप ने भारत को भी गाजा शांति बोर्ड में शामिल होने के लिए न्योता दिया है। जिसको लेकर तमाम तरह की चर्चा हो रही है। कहा जा रहा है कि ट्रंप भारत को इस बोर्ड में शामिल करके पीएम मोदी को फंसाना चाहते हैं। दरअसल अमेरिका के राष्ट्रपति ट्रंप आए दिन ऐसे एजेंडे लेकर सामने आते रहते हैं जो भले ही दुनिया भर के देशों की नीतियों के खिलाफ हो लेकिन उसमें उनका हित सबसे ऊपर होता है। ऐसा ही कुछ उनकी ओर से गाजा के पुनर्निर्माण के लिए बनाए जा रहे शांति बोर्ड में भी दिख रहा है।

भारत ने बांग्लादेश से राजदूत के परिवार को वापस बुलाया

(एजेन्सी)।

बांग्लादेश में कुछ बड़ा होने वाला है। जिसकी भनक भारत को लगते ही ताबड़तोड़ एक्शन शुरू हो चुका है। जिसने पूरी दुनिया में हलचल मचा के रख दी है। बांग्लादेश के अंतरिम सरकार के मुखिया मोहम्मद यूनुस अब भारत के खिलाफ कौन सी साजिश रच रहे हैं जिसकी पोल खुलते ही भारत ने अपनी तैयारियों को पूरा कर लिया है। बांग्लादेश में चुनाव होने में बस कुछ ही दिनों का वक्त बचा है। जिस चुनाव को टालने के लिए यूनुस ने बांग्लादेश को आग में झोंका। हर पैतरे अपनाए। कट्टरपंथियों की फौज को भारत के खिलाफ खड़ा कर दिया ताकि वह बांग्लादेश की कुर्सी में बैठे हुए चीन पाकिस्तान से अपने रिश्तों को मजबूत बनाए रखें और यह चुनाव ना हो पर सब कुछ धरा का धरा रह गया और अब चुनाव की सुगबुगाहट के बीच में भारत ने वो एक्शन लिया है। बांग्लादेश में जिसने यूनुस को सोचने पर मजबूर कर दिया है।

दरअसल रिपोर्ट्स के मुताबिक भारत ने बांग्लादेश को नॉन फैमिली यानी परिवार के साथ ना भेजे जाने वाले राजनयिक तैनाती स्थल के रूप में दर्ज करने का फैसला ले लिया है। इसका मतलब यह है कि बांग्लादेश में तैनात किए जाने वाले भारतीय राजनयिक और अधिकारी अब अपने पति या फिर पत्नी या फिर अपने बच्चों के साथ या फिर अपने परिवार के साथ उन्हें बांग्लादेश नहीं ले जा सकेंगे। अब तक भारतीय विदेश मंत्रालय ने नॉन फैमिली की यह श्रेणी सिर्फ कुछ ही देशों पर लागू की थी जिसमें इराक, अफगानिस्तान, पाकिस्तान और दक्षिण सूडान शामिल है। इस ताजा फैसले के बाद बांग्लादेश को भी इसी सूची में शामिल कर लिया गया है।

बांग्लादेश में तैनात भारतीय अधिकारियों को सूचित किया गया कि उनके पति या फिर पत्नी और बच्चों को 8 जनवरी तक भारत लौटना होगा। जिन अधिकारियों के बच्चे स्कूल में पढ़ते हैं उन्हें इसके लिए अतिरिक्त 7 दिन का समय भी दिया गया था। जिसके परिणाम स्वरूप पिछले गुरुवार यानी कि 15 जनवरी तक ढाका, चटगांव, खुलना, सिलहट और राजशाही में स्थित भारतीय मिशनों में तैनात अधिकारियों के परिवारों को बेहद कम समय के नोटिस पर भारत लौटना पड़ा है। हालांकि बता दें कि भारत के विदेश मंत्रालय ने अभी तक इस फैसले को लेकर कोई भी सार्वजनिक घोषणा नहीं की है। भारत के इस फैसले से बांग्लादेश में कैसे भूचाल ला दिया है और कैसे एक तीर से कई निशाने भेद कर दिए गए हैं। पहला यूनुस की साजिश को पूरी तरीके से फ्लॉप कर दिया गया है क्योंकि चुनाव से पहले कट्टरपंथी वामपंथी ब्रिगेड पूरी तरीके से बांग्लादेश में एक्टिव है।

अब ओलंपिक में गोल्ड जीतना चाहते हैं स्टीव स्मिथ

(एजेन्सी)।

स्टीव स्मिथ अब इस हकीकत को स्वीकार कर चुके हैं कि 2026 टी20 वर्ल्ड कप में उनकी जगह नहीं बन पाई, लेकिन उन्होंने टी20 अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट से पूरी तरह दूरी बनाने का मन नहीं बनाया है। बता दें कि ऑस्ट्रेलिया के अनुभवी बल्लेबाज ने हाल ही में यह साफ किया है कि उनका अगला बड़ा लक्ष्य 2028 में होने वाले लॉस एंजिलिस ओलंपिक हैं, जहां क्रिकेट लंबे अंतराल के बाद वापसी करने जा रहा है।

गौरतलब है कि एक सदी से भी ज्यादा समय बाद ओलंपिक मंच पर क्रिकेट को शामिल किया जा रहा है। बिग बैश लीग के दौरान बात करते हुए स्मिथ ने कहा कि वह बड़े टूनामेंटों में ऑस्ट्रेलिया का प्रतिनिधित्व करना चाहते हैं और 2026 टी20 वर्ल्ड कप से बाहर होने के बाद भी खुद को टी20 फॉर्मेट के लिए तैयार रख रहे हैं। ब्रिस्बेन हीट के खिलाफ 56 रन की पारी खेलने के बाद उन्होंने माना कि मौजूदा टीम संयोजन को देखते हुए वर्ल्ड कप का मौका अब शायद नहीं आए, लेकिन ओलंपिक की संभावना उन्हें प्रेरित कर रही है।

मौजूद जानकारी के अनुसार, स्मिथ ने यह भी कहा कि ऑस्ट्रेलिया के पास इस समय दो ऐसे ओपनर हैं जो लगातार अच्छा प्रदर्शन कर रहे हैं, इसलिए वह इस फैसले को लेकर शांत हैं और बिग बैश में अपने खेल का आनंद ले रहे हैं। उनका मानना है कि लगातार अच्छा प्रदर्शन करते रहना और मौके का इंतजार करना ही उनके हाथ में है। बता दें कि चैंपियंस ट्रॉफी 2025 से ऑस्ट्रेलिया के बाहर होने के बाद स्मिथ ने वनडे क्रिकेट को अलविदा कह दिया था। उन्होंने खुद स्वीकार किया कि इस फैसले के पीछे फ्रेंचाइजी क्रिकेट पर ज्यादा ध्यान देने की इच्छा भी एक वजह रही। इंडियन प्रीमियर लीग की टीमों से दूरी के बाद उन्होंने अमेरिका की मेजर लीग क्रिकेट और घरेलू बिग बैश लीग पर फोकस किया है, जहां उनका हालिया प्रदर्शन काफी प्रभावशाली रहा है।

गौरतलब है कि बिग बैश के मौजूदा सत्र में स्मिथ ने तीन पारियों में एक शतक और एक अर्धशतक जड़ा है और उनका बल्लेबाजी अंदाज बाकी खिलाड़ियों से अलग नजर आ रहा है। टी20 क्रिकेट में अपनी पावर-हिटिंग को लेकर अक्सर सवालों का सामना करने वाले स्मिथ ने बताया कि उन्होंने ऑफ-सीजन में ताकत बढ़ाने पर खास काम किया है, ताकि गेंद को और दूर तक मार सकें।

उन्होंने यह भी कहा कि पारी की शुरूआत करना उनके खेल को सूट करता है, क्योंकि शुरूआती ओवरों में फील्ड खुली होती है और वह अपनी खास शॉट रेंज का बेहतर इस्तेमाल कर पाते हैं। साथ ही उन्होंने माना कि लगातार टी20 मैच खेलने से लय बनाए रखना आसान होता है, जो अलग-अलग अंतराल में कुछ मैच खेलने से संभव नहीं हो पाता।

ऑस्ट्रेलिया पहले ही अपनी टी20 वर्ल्ड कप टीम घोषित कर चुका है, जिसमें मिचेल मार्श और ट्रैविस हेड को ओपनर के रूप में तरजीह दी गई। ऐसे में फिलहाल स्मिथ का फोकस टेस्ट क्रिकेट पर भी बना हुआ है।

कोल इंडिया को महाराष्ट्र में दुर्लभ खनिज ब्लॉक के लिए लाइसेंस मिला

(एजेन्सी)।

कोल इंडिया लिमिटेड (सीआईएल) ने मंगलवार को कहा कि उसे महाराष्ट्र में कवलापुर दुर्लभ खनिज ब्लॉक के लिए खनन मंत्रालय से खनिज रियायत लाइसेंस मिला है। कंपनी ने शेयर बाजार को बताया कि खननकर्ता के पास ब्लॉक का लाइसेंस पांच साल के लिए होगा। इस विकासक्रम को खननकर्ता कंपनी के सामरिक दुर्लभ खनिज खंड में विविधीकरण की दिशा में एक अहम कदम माना जा रहा है। खनिज ब्लॉक के ब्यौरे के अनुसार, आरईई ब्लॉक नागपुर जिले की रामटेक तहसील के कवलापुर गांव में है और लगभग 398.23 हेक्टेयर क्षेत्र में फैला हुआ है। इस ब्लॉक में दुर्लभ खनिज के भूशास्त्रीय स्त्रोत लगभग 2 करोड़ 79.5 लाख टन होने का अनुमान है।

यह कदम कोल इंडिया की दुर्लभ खनिज स्त्रोत में विस्तार करने की बड़ी रणनीति का हिस्सा है। इसका कारण दुर्लभ खनिज इलेक्ट्रॉनिक्स, नवीकरणीय ऊर्जा प्रौद्योगिकी, इलेक्ट्रिक परिवहन और रक्षा उपयोग के लिए बहुत जरूरी हैं। यह विकासक्रम, रणनीतिक रूप से जरूरी खनिजों के घरेलू स्त्रोतों को सुरक्षित करने और आयात पर निर्भरता कम करने के भारत के प्रयास से भी मेल खाता है।

बॉर्डर 2 धमाका! रिलीज से पहले ही बॉक्स ऑफिस पर 'सुनामी'

(एजेन्सी)।

भारतीय सिनेमा के इतिहास की सबसे प्रतिष्ठित वॉर फिल्म 'बॉर्डर' का सीक्वल 'बॉर्डर 2' इस शुक्रवार सिनेमाघरों में दस्तक देने के लिए तैयार है। फिल्म को लेकर दर्शकों के बीच जिस तरह का उन्माद देखा जा रहा है, उसने बॉक्स ऑफिस पंडितों को भी हैरान कर दिया है। फिल्म के शुरूआती रिएक्शन और टिकटों की बुकिंग को लेकर एक बड़ी अपडेट सामने आई है। अभी तक, देश की बड़ी चेन (PVRINOX और सिनेपोलिस) में वरुण धवन, दिलजीत दोसांझ, अहान शेट्टी, सनी देओल जैसे कलाकारों वाली और अनुराग सिंह द्वारा डायरेक्टेड इस वॉर फिल्म के ओपनिंग शो के लिए लगभग 10,000 टिकट बिक चुके हैं। BookMyShow के अनुसार, लगभग 20,000 टिकट भी बिक चुके हैं। प्रोडक्शन टीम ने 23 जनवरी को रिलीज होने वाली बॉर्डर 2 के जबरदस्त रिस्पॉन्स को देखते हुए पहले ही एडवांस बुकिंग शुरू कर दी है, और यह रिस्पॉन्स बहुत

अच्छा रहा है। Sacnilk की एक रिपोर्ट के अनुसार, बॉर्डर 2 लगभग 48,000 टिकट बेचने में कामयाब रही है और इसने 1.55 करोड़ रुपये का कलेक्शन किया है। इसमें ब्लॉक सीटें भी शामिल हैं, जो 5.85 करोड़ रुपये की हैं। सनी देओल पिछली फिल्म से अपनी हीरो वाली इमेज बनाए हुए हैं, वरुण धवन पहली बार एक इंटेंस रोल निभा रहे हैं, दिलजीत दोसांझ पहली बार स्क्रीन पर सनी और वरुण के साथ काम कर रहे हैं, अहान शेट्टी फिल्म में एक नई जान डाल रहे हैं, सोनम बाजवा फिल्म में एलिगेंस का टच दे रही हैं, जबकि मोना सिंह एक अहम रोल निभा रही हैं।

भूकंप सुरक्षा पखवाड़ा के तहत जागरूकता रथ को समाहरणालय परिसर से हरी झंडी दिखाकर जिला पदाधिकारी ने किया रवाना

एसबी ब्यूरो प्रमुख/डॉ. संजय

हाजीपुर। बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण एवं आपदा प्रबंधन विभाग के तत्वावधान में तथा जिला पदाधिकारी, वैशाली, वर्षा सिंह के मार्गदर्शन में जिला समाहरणालय परिसर से भूकंप सुरक्षा पखवाड़ा (20 जनवरी 2026 से 03 फरवरी 2026) का औपचारिक शुभारंभ किया गया।

इस महत्वपूर्ण अवसर पर जिला पदाधिकारी, वैशाली, वर्षा सिंह द्वारा जागरूकता रथ को हरी झंडी दिखाकर रवाना किया गया। यह अभियान 20 जनवरी से 03 फरवरी तक जिले के सभी प्रखंडों, पंचायतों एवं नगर निकाय क्षेत्रों में संचालित किया जाएगा। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए जिला पदाधिकारी ने कहा कि वैशाली जिला भूकंप की दृष्टि से संवेदनशील क्षेत्र में आता है। ऐसे में आम नागरिकों को भूकंप से बचाव एवं सुरक्षा उपायों की जानकारी देना अत्यंत आवश्यक है। उन्होंने कहा कि जागरूकता रथ एवं नुक्कड़ नाटक की टोलियाँ पंचायत स्तर तक जाकर लोगों को प्रशिक्षित करेंगी जिससे आपदा के समय जान-माल की क्षति को न्यूनतम किया जा सकेगा और एक सशक्त आपदा-प्रतिरोधी समाज का निर्माण होगा।

भूकंप सुरक्षा पखवाड़ा के अंतर्गत एलईडी स्क्रीन से सुसज्जित जागरूकता रथ जिले के विभिन्न क्षेत्रों में भ्रमण करेगा। इसके माध्यम से लघु फिल्मों एवं दृश्य संदेशों द्वारा भूकंप के दौरान अपनाई जाने वाली सावधानियों के बारे में जानकारी दी जाएगी। इसके अतिरिक्त 'कला कुंज' समूह के कलाकारों द्वारा भूकंप जागरूकता पर आधारित नुक्कड़ नाटक एवं गीतों की प्रस्तुति की जाएगी।

जिला प्रशासन द्वारा इस अवधि में जिले के प्रमुख सार्वजनिक स्थलों पर भूकंप सुरक्षा से संबंधित पोस्टर एवं बैनर लगाए गए हैं जिनमें भूकंप के दौरान क्या करें और क्या न करें से संबंधित सुरक्षा परामर्श को सचित्र रूप में दर्शाया गया है।

इस महत्वपूर्ण अवसर पर राम दुलार राम, अपर समाहर्त्ता (आपदा प्रबंधन), वैशाली, आकाश कुमार, सहायक आपदा प्रबंधन पदाधिकारी, वैशाली सहित जिला प्रशासन के अन्य वरीय पदाधिकारी, मीडिया प्रतिनिधि तथा बड़ी संख्या में स्थानीय नागरिक उपस्थित रहे।

गणतंत्र दिवस समारोह की तैयारियां समय रहते पूरी करें अधिकारी: एडीसी

सांसद नवीन जिंदल बतौर मुख्य अतिथि करेंगे शिरकत

एसबी ब्यूरो प्रमुख/निर्मल कुमार

कैथल। एडीसी सुशील कुमार ने कहा कि गणतंत्र दिवस समारोह का आयोजन इस बार भी पुलिस लाइन मैदान किया जाएगा और इस समारोह में सांसद नवीन जिंदल बतौर मुख्यातिथि शिरकत करेंगे। सभी संबंधित अधिकारी समारोह की तैयारियां समय रहते पूरी कर लें। इस आयोजन को सफल बनाने के लिए विभागों के अधिकारी आपसी तालमेल से कार्य करें और कार्यों में कोई कसर न छोड़ें।

एडीसी सुशील कुमार लघु सचिवालय स्थित सभागार में गणतंत्र दिवस समारोह के भव्य आयोजन को लेकर अधिकारियों के साथ बैठक कर रहे थे। उन्होंने जिला शिक्षा अधिकारी को निर्देश दिए कि पीटी शो, परेड व सांस्कृतिक कार्यक्रमों की पूरी रूपरेखा तैयार कर लें और बच्चों की अच्छी तैयारी करवाएं। कार्यक्रम में भाग लेने वाले विद्यार्थियों को किसी भी प्रकार की परेशानी नहीं आनी चाहिए। उन्होंने ध्वजारोहण, सुरक्षा व्यवस्था, यातायात प्रबंधन, स्वच्छता, बिजली, सफाई व्यवस्था, पेयजल एवं चिकित्सा सुविधाओं की गहनता से समीक्षा की। एडीसी ने कहा कि समारोह में जो भी झांकियां शामिल की गई हैं, वे भव्य और आकर्षक होनी चाहिए। 24 जनवरी को फाइनल रिहर्सल का आयोजन होगा। उन्होंने पुलिस अधिकारियों को निर्देश जारी किए कि परेड के दौरान सभी प्लाटून का आपसी तालमेल हो।

उन्होंने कहा कि गणतंत्र दिवस समारोह के निर्धारित समय अनुसार सुबह 10 बजे मुख्य अतिथि द्वारा राष्ट्रीय ध्वज फहराकर कार्यक्रम का शुभारंभ किया जाएगा। इससे पहले मुख्यातिथि द्वारा शहर में स्थित शहीद स्मारक पर पुष्प अर्पित किए जाएंगे। मुख्य अतिथि द्वारा राष्ट्रीय ध्वज फहराने के बाद परेड का निरीक्षण किया जाएगा तथा जिला वासियों को संबोधित करेंगे व भव्य मार्च पास्ट की सलामी लेंगे।

उन्होंने कहा कि गणतंत्र दिवस समारोह में पुलिस विभाग, डीआरडीए, औद्योगिक प्रशिक्षण संस्थान, स्वास्थ्य विभाग, वन विभाग, जन स्वास्थ्य विभाग, विकास एवं पंचायत विभाग, सहकारी चीनी मिल, कृषि विभाग, परिवहन विभाग, आईसीडीएस, रोजगार विभाग, जिला सूचना एवं विज्ञान केंद्र, आयुष विभाग, बिजली विभाग, शिक्षा विभाग, रेडक्रास सोसायटी, खेल विभाग सहित अन्य विभागों द्वारा झांकियां निकाली जाएंगी। उन्होंने सभी संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे इन झांकियों को भव्य रूप देते हुए विभाग की योजनाएं व उपलब्धियों को प्रदर्शित करें, ताकि लोगों को योजनाओं की जानकारी मिल सके। मौसम खराब होने की स्थिति में गणतंत्र दिवस कार्यक्रम का आयोजन अतिरिक्त अनाज मंडी कैथल में होने की संभावना है। इसलिए मार्केट कमेटी के अधिकारी मंडी के शेड की साफ-सफाई करवाना सुनिश्चित करेंगे।

इस मौके पर डीएसपी सुशील प्रकाश, डीडीपीओ रितु लाठर, जिला शिक्षा अधिकारी सुभाष, डीआईओ दीपक खुराना, सीएमओ रेणु चावला, कार्यक्रम अधिकारी गुरजीत कौर, रेडक्रॉस सचिव रामजी लाल, जीएम रोडवेज कमलजीत चहल, आईटीआई प्रिंसिपल सतीश मच्छाल, कार्यकारी अभियंता मनीष कुमार सहित अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

एडीसी सुशील कुमार ने कहा कि जिला स्तर के साथ-साथ उपमंडल स्तर पर भी गणतंत्र दिवस समारोह का आयोजन गरिमामय ढंग से किया जाएगा। गुहला उपमंडल पर राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय के मैदान में आयोजित होने वाले गणतंत्र दिवस समारोह में पूंडरी विधायक सतपाल जांबा बतौर मुख्यातिथि शिरकत करेंगे। इसी प्रकार कलायत उपमंडल में गणतंत्र दिवस समारोह का आयोजन अनाज मंडी में किया जाएगा। जहां जिला परिषद के चेयरमैन कर्मबीर कौल मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत करेंगे।

केंद्रीय विद्यालयों में भी अब संगीत प्रभाकर की होगी बहाली: अजय अनंत

एसबी संवाददाता

मंसूरचक (बेगूसराय)। संगीत के विद्यार्थियों के लिए पिछले दिनों दिल्ली हाई कोर्ट ने ऐतिहासिक फैसला सुनाया जिसके तहत अब प्रयाग संगीत समिति इलाहाबाद से संगीत प्रभाकर की डिग्री प्राप्त विद्यार्थियों की बहाली केंद्रीय विद्यालयों में हो सकती है। इसके पहले इन विद्यार्थियों को केंद्रीय विद्यालयों में नियुक्ति का प्रावधान नहीं था।

अब प्रयाग संगीत समिति इलाहाबाद से जुड़े संगीत के छात्र राज्य सरकार के साथ केंद्रीय सरकार के विद्यालयों में भी शिक्षक बन सकते हैं। ये बातें मानकी संगीत महाविद्यालय हवासपुर, मंसूरचक के संस्थापक एवं क्षेत्र के चर्चित लोकगायक अजय अनंत ने महाविद्यालय में आयोजित सम्मान समारोह के दौरान कही। प्रयाग संगीत समिति इलाहाबाद से महाविद्यालय के निरिक्षण हेतु आये राकेश श्रीवास्तव, पटना के किरण सिन्हा एवं अजीत कुमार के सम्मान में उक्त कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

स्वागत गीत प्रीति प्रिया एवं तबला संगत संगीत शिक्षक मुन्ना कुमार सहनी ने किया। प्रयाग संगीत समिति इलाहाबाद के पदाधिकारी राकेश श्रीवास्तव ने कहा कि मानकी संगीत महाविद्यालय ने अपने पिछले एक दशक के कार्यकाल में उत्कृष्ट कार्य का परिचय दिया है एवं यहाँ के छात्रों ने संस्थान को गौरवान्वित किया है। कार्यक्रम में महाविद्यालय की ओर से केन्द्राधीक्षक रूबी रानी एवं निदेशक अजय अनंत ने आगत अतिथियों का अंगवस्त्र एवं मंसूरचक की प्रसिद्ध मूर्तिकला से सम्मानित किया। मौके पर संगीत शिक्षक धर्मेंद्र कुमार, संतोष कुमार सुदर्शन, गणेश शंकर प्रसाद, मनोज कुमार, जुली कुमारी, ज्योति प्रिया, आयुषी, गुरुदेव अजीज, अनुरंजन कुमार, बिट्टू अकेला, अभिमन्यु कुमार, राजेश कुमार, धीरज रंगीला आदि थे।

बताते चलें कि डेढ़ दशक पुर्व प्रखंड क्षेत्र के हवासपुर में मशहूर शिक्षक अजय अनंत के द्वारा मानकी संगीत महाविद्यालय की स्थापना की गयी थी जो आज बिहार में अपना एक महत्वपूर्ण स्थान बनाने में सफलता हासिल की।

जिला व उपमंडल स्तर पर गरिमा, उमंग और हर्षोल्लास के साथ मनाया जाएगा गणतंत्र दिवस समारोह : विश्राम कुमार मीणा

एसबी विशेष संवाददाता/मदन पुरी

करनाल। उपायुक्त विश्राम कुमार मीणा ने बताया कि गणतंत्र दिवस हमारा महान राष्ट्रीय पर्व है, जिसे जिले भर में पूरी गरिमा, उमंग और हर्षोल्लास के साथ मनाया जाएगा।

जिला स्तरीय गणतंत्र दिवस समारोह के साथ-साथ सभी उपमंडलों में भी उपमंडल स्तरीय कार्यक्रमों का आयोजन किया जाएगा। जिला स्तरीय कार्यक्रम में हरियाणा विधानसभा अध्यक्ष हरविंदर कल्याण बतौर मुख्य अतिथि शिरकत करेंगे और ध्वज फहराएंगे। इससे पहले मुख्य अतिथि कर्ण पार्क के पास स्थापित शहीदी स्मारक पर पहुंचकर पुष्प चक्र अर्पित कर शहीदों को श्रद्धांजलि दी जाएगी। इसके साथ ही इंद्री उपमंडल स्तरीय गणतंत्र दिवस कार्यक्रम में विधायक एवं गवर्नमेंट चीफ व्हीप रामकुमार कश्यप, नीलोखेड़ी में विधायक भगवानदास कबीरपंथी, घरौंडा में विधायक जगमोहन आनंद व असंध में विधायक योगेंद्र राणा ध्वज फहराएंगे और परेड का निरीक्षण करेंगे। उपायुक्त ने बताया कि गणतंत्र दिवस समारोह में सरकार की विकासात्मक परियोजनाओं तथा जन कल्याणकारी योजनाओं को दशार्ने वाली विभिन्न विभागों की झांकियां निकाली जाएगी। इनमें पुलिस विभाग, नगर निगम, शुगर मिल करनाल, हरियाणा राज्य परिवहन करनाल, स्वास्थ्य विभाग करनाल, सिंचाई विभाग, जन स्वास्थ्य विभाग, कृषि विभाग, बिजली, बागवानी, समाज कल्याण विभाग, स्मार्ट सिटी परियोजना, शिक्षा विभाग, आयुष विभाग, डीआरडीए, जन स्वास्थ्य विभाग, वन विभाग, पंचायती राज, हैफेड, महिला एवं बाल विकास विभाग, एमएसएमई करनाल तथा जिला रेड क्रॉस सोसाइटी करनाल की झांकी शामिल रहेंगी।

उन्होंने बताया कि समारोह में विभिन्न स्कूलों के बच्चों द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम व पीटी शो की प्रस्तुति दी जाएगी। इसके साथ ही पुलिस विभाग, गृह रक्षी हरियाणा, एनसीसी एयर विंग, एनसीसी आर्मी विंग तथा प्रजातंत्र के प्रहरी की प्लाटून द्वारा शानदार मार्चपास्ट निकाली जाएगी।

डीएवी कॉलेज पूंडरी के एनएसएस कैंप में 'हरा-भरा हरियाणा' व नशा मुक्ति पर विधायक ने दिया संदेश

एसबी ब्यूरो प्रमुख/निर्मल कुमार

पूंडरी। डीएवी कॉलेज पूंडरी द्वारा आयोजित सात दिवसीय राष्ट्रीय सेवा योजना कैंप के छठे दिन मंगलवार को माता मनसा देवी मंदिर, फतेहपुर के मेन हॉल में एक जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

कार्यक्रम का विषय हरा-भरा हरियाणा रहा, जिसमें प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी के मेक इन इंडिया अभियान एवं स्वदेशी अपनाओ, देश बचाओ के संदेश पर विस्तार से चर्चा की गई।

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में पहुंचे विधायक सतपाल जांबा ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए पर्यावरण संरक्षण, स्वदेशी अपनाने और नशा मुक्ति पर अपने विचार रखे। उन्होंने कहा कि हरा-भरा हरियाणा तभी संभव है जब हमारी युवा पीढ़ी स्वस्थ, जागरूक और नशा मुक्त होगी। नशा समाज को खोखला कर देता है, इससे दूर रहना ही सच्ची सेवा है।

विधायक जांबा ने विद्यार्थियों से नशे के खिलाफ जागरूकता फैलाने का आह्वान करते हुए कहा कि युवा वर्ग देश और समाज की सबसे बड़ी ताकत है। उन्होंने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी द्वारा दिए गए ह्यमेक इन इंडिया और आत्मनिर्भर भारत के संदेश को अपनाने की अपील की और स्वदेशी वस्तुओं के प्रयोग पर जोर दिया।

कार्यक्रम के दौरान एनएसएस स्वयंसेवकों ने भी नशा मुक्ति, पर्यावरण संरक्षण और सामाजिक जिम्मेदारी को लेकर अपने विचार साझा किए। विद्यार्थियों ने नशे से दूर रहने और समाज में जागरूकता फैलाने का संकल्प लिया। कॉलेज प्रबंधन एवं एनएसएस इकाई ने विधायक का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि ऐसे कार्यक्रम विद्यार्थियों के व्यक्तित्व निर्माण और सामाजिक चेतना के लिए अत्यंत आवश्यक हैं।

इस मौके पर डीएवी कॉलेज के प्रधानाचार्य डॉ. राजेश टूरण, डॉ. विश्वजीत राणा, बलबीर सैनी, संजीव वालिया, कृष्ण सैनी, श्यामलता, बलविंदर वालिया, विनोद वालिया, सुनील गागट, सोनू धर्मेंद्र, जयपाल शर्मा, वीरेंद्र दुल उपस्थित रहे।

करनाल इंटरनेशनल स्कूल के छात्र शिवम का एनडीए में चयन, विद्यालय में हर्ष

एसबी विशेष संवाददाता/मदन पुरी

करनाल। करनाल इंटरनेशनल स्कूल ने एक और महत्वपूर्ण उपलब्धि अपने नाम की है। विद्यालय के छात्र शिवम का राष्ट्रीय रक्षा अकादमी (एनडीए) के लिए चयन हुआ है। शिवम का चयन एसएसबी बेंगलुरु द्वारा आयोजित 24वें एसएसबी कोर्स (कोर्स संख्या 156) में किया गया है। इस उपलब्धि से विद्यालय, परिवार एवं शैक्षणिक समुदाय में खुशी की लहर है। शिवम की यह सफलता उसकी कड़ी मेहनत, अनुशासन और राष्ट्रसेवा के प्रति समर्पण का परिणाम है। विद्यालय प्रशासन ने इसे संस्थान की उस परंपरा का प्रतीक बताया, जिसमें छात्रों को अनुशासित, लक्ष्यनिष्ठ और जिम्मेदार नागरिक के रूप में तैयार किया जाता है।

इस अवसर पर विद्यालय के चेयरमैन कर्नल अरुण दत्ता ने शिवम को बधाई देते हुए कहा कि विद्यालय सदैव विद्यार्थियों को उच्च लक्ष्यों की ओर प्रेरित करता रहा है। उन्होंने शिक्षकों और कर्मचारियों के निरंतर मार्गदर्शन एवं प्रयासों की भी सराहना की।

जेनिसिस क्लासेज के मैनेजिंग डायरेक्टर श्री जितेंद्र अहलावत ने शिवम की सफलता को अन्य विद्यार्थियों के लिए प्रेरणास्रोत बताते हुए उसके उज्ज्वल भविष्य की कामना की। वहीं विद्यालय के निदेशक श्री प्रकाश जोशी ने भी शिवम को बधाई देते हुए कहा कि यह उपलब्धि सशस्त्र बलों में जाने के इच्छुक छात्रों को नई प्रेरणा देगी।

करनाल इंटरनेशनल स्कूल का समस्त प्रबंधन, शिक्षक एवं कर्मचारी शिवम को इस उल्लेखनीय सफलता पर शुभकामनाएं देते हुए उसके उज्ज्वल और सम्मानपूर्ण भविष्य की कामना करते हैं।

मिशन बुनियाद लेवल-1 का परिणाम घोषित, 30 जनवरी को होगी लेवल-2 परीक्षा

कैथल जिले से 1602 विद्यार्थी सफल, 20 जनवरी से डाउनलोड होंगे लेवल-2 के प्रवेश पत्र

एसबी ब्यूरो प्रमुख/निर्मल कुमार

कैथल। हरियाणा सरकार द्वारा वर्ष 2022 में शुरू किए गए मिशन बुनियाद कार्यक्रम के अंतर्गत प्रवेश परीक्षा लेवल-1 (सत्र 2026-28) का परिणाम घोषित कर दिया गया है। यह कार्यक्रम सरकारी विद्यालयों के विद्यार्थियों की शैक्षणिक बुनियाद को सुदृढ़ करने और उनमें प्रतिस्पर्धात्मक भावना विकसित करने के उद्देश्य से संचालित किया जा रहा है। कार्यक्रम का मुख्य लक्ष्य विद्यार्थियों को भविष्य की सभी प्रकार की प्रतियोगी परीक्षाओं के लिए तैयार करना है, जिसमें विशेष रूप से गणितीय क्षमता के विकास पर जोर दिया जाता है।

मिशन बुनियाद एक तकनीक आधारित शैक्षणिक मॉडल है, जिसमें विद्यार्थी डिजिटल व सैटेलाइट क्लासरूम के माध्यम से सीधे शिक्षकों से जुड़कर गुणवत्तापूर्ण शिक्षा प्राप्त करते हैं। प्रदेश के 103 केंद्रों पर एक साथ पढ़ाई होने से विद्यार्थियों में राज्य स्तरीय प्रतिस्पर्धा की भावना विकसित होती है। चयनित विद्यार्थियों को हरियाणा सरकार की ओर से यात्रा सुविधा, पाठ्यपुस्तकें, शैक्षणिक सहयोग तथा स्कूल शुल्क में छूट जैसी सुविधाएं प्रदान की जाती हैं। पिछले दो वर्षों में मिशन बुनियाद के विद्यार्थियों का उल्लेखनीय चयन हरियाणा सुपर-100 कार्यक्रम में भी हुआ है। वर्ष 2026 से मिशन बुनियाद का रेजिडेंशियल

मुख्यमंत्री हरियाणा नायब सिंह सैनी।

(होस्टल) कार्यक्रम भी शुरू किया जा रहा है। इसके तहत कुरुक्षेत्र, हिसार, पानीपत और गुरुग्राम जिलों में रेजिडेंशियल केंद्र स्थापित किए जाएंगे, जहां प्रदेश भर से चयनित लगभग 400 विद्यार्थियों को छात्रावास में रखकर गहन, अनुशासित और केंद्रित तैयारी कराई जाएगी।

मिशन बुनियाद प्रवेश परीक्षा लेवल-1 का आयोजन 26 दिसंबर 2025 को प्रदेश भर में किया गया था, जिसमें करीब 74 हजार विद्यार्थियों ने भाग लिया। परीक्षा परिणाम के आधार पर प्रदेश स्तर पर 26,660 विद्यार्थियों का चयन अगले चरण के लिए किया गया है। वहीं कैथल जिले से 1602 विद्यार्थियों ने लेवल-1 परीक्षा उत्तीर्ण की है। लेवल-1 में चयनित विद्यार्थियों के लिए अब लेवल-2 की परीक्षा 30 जनवरी 2026 को आयोजित की जाएगी। लेवल-2 के प्रवेश पत्र 20 जनवरी 2026 से डाउनलोड किए जा सकेंगे। लेवल-2 में सफल होने वाले विद्यार्थियों को लेवल-3 में भाग लेने का अवसर मिलेगा। लेवल-3 में सफल विद्यार्थी अंतिम रूप से मिशन बुनियाद कार्यक्रम में चयनित होंगे और सत्र 2026-28 में कक्षा 9वीं व 10वीं की पढ़ाई मिशन बुनियाद केंद्रों से पूर्ण करेंगे।

प्रवेश पत्र/परिणाम डाउनलोड करने का लिंक:

http://registration.buniyaadhry.

मुख्यमंत्री हरियाणा नायब सिंह सैनी ने मिशन बुनियाद कार्यक्रम हरियाणा में लागु कर हरियाणा के सरकारी स्कूल के विद्यार्थियों को आशा की नई उम्मीद जगाई है। जिसका लाभ हरियाणा के गरीब व मध्यम वर्गीय परिवार उठा रहे हैं।

सिद्ध धाम श्री खाटू श्याम मंदिर सुदामा नगर में 8 फरवरी को लहराएगा सूरजगढ़ का निशान

संजना भारती संवाददाता

श्रीगंगानगर। श्रीश्याम महिलाशक्ति फाउंडेशन एवं सृजनशाला के संयुक्त तत्वाधान में 8 फरवरी, रविवार को आयोजित भक्तिमय कार्यक्रम में श्रीगंगानगर के इतिहास में पहली बार सूरजगढ़ का निशान सुदामा नगर स्थित सिद्ध श्री खाटू श्याम धाम मंदिर में लहराया जाएगा। इस पावन अवसर पर 1100 निशानों के साथ भव्य शोभायात्रा निकाली जाएगी तथा भक्ति व आस्था का अनूठा संगम देखने को मिलेगा।

मीडिया प्रभारी सुशील अग्रवाल ने बताया कि सिद्ध श्री खाटू श्याम धाम मंदिर सुदामा नगर में आयोजित भजन-कीर्तन के दौरान श्याम भक्तों द्वारा इस कार्यक्रम के पोस्टर का विमोचन किया गया। पोस्टर विमोचन के मौके पर श्रीश्याम महिलाशक्ति फाउंडेशन की राष्ट्रीय अध्यक्ष कविता गजरा एवं सृजनशाला के संस्थापक सोनू वर्मा ने आयोजन की रूपरेखा साझा की। इस शोभायात्रा को लेकर भक्तों में भारी उत्साह देखने को मिल रहा है तथा कार्यक्रम की तैयारियां जोरों-शोरों से चल रही है।

इस अवसर पर डॉ. अर्चना रावत, सिमरन कथूरिया, पूनम वर्मा, मंदिर के मुख्य सेवादार संदीप शेरेवाला, सुशील अग्रवाल, के.के. अंकल, राजेंद्र सिंगला तथा देव सहित अनेक श्याम भक्त उपस्थित थे तथा सभी ने जय श्री श्याम के जयकारों के साथ आयोजन की सफलता का संकल्प लिया।

नौकर के दस्तावेजों का प्रयोग कर फर्जी फर्म बनवाने के मामले में आरोपी काबू

एसबी संवाददाता

कैथल। नौकर के दस्तावेजों का प्रयोग कर फर्जी फर्म बनवाने के मामले की जांच जांच आर्थिक अपराध शाखा प्रभारी इंस्पेक्टर ओमप्रकाश की अगुवाई में एसआई रविंद्र सिंह, एसआई कुलबीर व एएसआई रामपाल सिंह की टीम द्वारा करते हुए आरोपी माडल टाउन कैथल निवासी मुकेश गोयल को गिरफ्तार कर लिया गया।

पुलिस प्रवक्ता ने बताया कि गांव पाडला निवासी कप्तान सिंह की शिकायत अनुसार आरोपी मुकेश गोयल इन्वर्टर बैटरी व स्क्रैप का कारोबार करता है, जिसके पास वह नौकरी करता था। इसी दौरान सितम्बर, 2022 में आरोपी ने उसे बैंक से लोन दिलवाने का झांसा दिया और आधार कार्ड, पैन कार्ड सहित अन्य जरूरी दस्तावेज अपने पास रख लिए। आरोपी ने उसे भरोसा दिलाया कि वह कम ब्याज दर पर बैंक से लोन दिलवा देगा। कुछ समय बाद जब उसने लोन के बारे में पूछा तो आरोपी टालमटोल करने लगा और बाद में कहा कि उसका लोन संभव नहीं हो पाया है। इसके बाद जब उसने अपने दस्तावेज वापस मांगे तो आरोपी ने बहाना बनाते हुए कहा कि फिलहाल उसके पास कागजात नहीं हैं और बाद में लौटा देगा।

बैंक में पूछताछ करने पर उसे पता चला कि आरोपी ने उसके दस्तावेजों का गलत इस्तेमाल करते हुए 'कृष्णा ओवरसीज' नाम से एक फर्जी फर्म बना रखी है। इसके अलावा आरोपी ने उसी नाम से बैंक खाता खुलवाकर चेक बुक भी जारी करवा ली थी। जब उसने इस बारे में मुकेश से सवाल किया तो मुकेश गोयल ने उसे भरोसा दिलाया कि फर्म से जुड़े सभी लेन-देन की जिम्मेदारी वही उठाएगा और उसे किसी तरह की परेशानी नहीं होने देगा। उसने आरोपी की बातों पर भरोसा कर लिया। कुछ समय बाद आरोपी ने 'कृष्णा ओवरसीज' फर्म के नाम पर आशीष कुमार से इन्वर्टर बैटरी सप्लाई के लिए 11 लाख रुपए एडवांस में ले लिए। इसके बावजूद न तो आरोपी ने कोई इन्वर्टर बैटरी सप्लाई की और न ही आशीष कुमार के पैसे वापस किए। जब आशीष कुमार ने बार-बार पैसे मांगने शुरू किए तो मामला उजागर हुआ और शिकायतकर्ता को पूरे फजीवाड़े का पता चला। जिस बारे थाना शहर में मामला दर्ज कर लिया गया। व्यापक पूछताछ व आवश्यक कार्रवाई पूर्ण करने उपरांत आरोपी को अदालत के आदेशानुसार न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया।

आरोपी आर्थिक अपराध शाखा गिरफ्त में। (छाया: एसबी)

श्रम मंत्री सौंद द्वारा पंजाब बिल्डिंग एंड अदर कंस्ट्रक्शन वर्कर्स वेलफेयर बोर्ड की योजनाओं और प्रक्रियाओं पर हैंडबुक जारी

संजना भारती/विज्ञप्ति द्वारा

चंडीगढ़। पंजाब बिल्डिंग एंड अदर कंस्ट्रक्शन वर्कर्स वेलफेयर बोर्ड द्वारा श्रम विभाग के साझेदारों के लिए एक जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया, जिसके दौरान श्रम मंत्री तरुनप्रीत सिंह सौंद ने बोर्ड की योजनाओं और प्रक्रियाओं पर आधारित एक हैंडबुक जारी की। इस कार्यक्रम का उद्देश्य पंजाब बिल्डिंग एंड अदर कंस्ट्रक्शन वर्कर्स वेलफेयर बोर्ड की योजनाओं, प्रक्रियाओं और समय-सीमाओं के बारे में जागरूकता पैदा करना तथा निर्माण श्रमिकों को समय पर सहायता सुनिश्चित करने के लिए श्रमिक-हितैषी दृष्टिकोण को प्रोत्साहित करना था। इस अवसर पर श्रम सुधारों पर एक पैनल चर्चा भी की गई, जिसमें क्रियान्वयन से जुड़ी चुनौतियों और क्षेत्रीय अनुभवों पर ध्यान केंद्रित किया गया। चर्चा के दौरान नए लेबर कोड्स के तहत बोर्ड की योजनाओं के प्रक्रियात्मक पहलुओं पर विचार-विमर्श किया गया और पारदर्शिता, अनुपालन में सहजता तथा साझेदारों के बीच समन्वय पर जोर दिया गया।

समारोह के दौरान बेहतर प्रदर्शन करने वाले जिलों को सम्मानित किया गया और संबंधित उपायुक्तों को प्रशंसा पत्र भेंट किए गए। कल्याणकारी योजनाओं के प्रभावी क्रियान्वयन के संबंध में बेहतर प्रदर्शन करने वाले सहायक श्रम आयुक्तों और श्रम निरीक्षकों को भी प्रशंसा पत्र प्रदान किए गए।

युरिन रोकने के भी होते हैं फायदे

आपने ये तो सुना होगा कि पेशाब रोकने के नुकसान के बारे में तो सुना होगा, लेकिन क्या आपने कभी पेशाब रोककर रखने के फायदे के बारे में सुना है? जी हां, शोधकर्ता आइरिस ब्लैंडों-गितलिं के अनुसार पेशाब रोकने से इच्छा शक्ति बढ़ती है। विज्ञान के अनुसार भी ये ट्रिक काम करती है।

क्या कहता है शोध

पेशाब पर हुए एक अनुसंधान से पता चलता है कि पेशाब को रोककर रखना आपकी इच्छा शक्ति को बढ़ाने में सहायक हो सकता है। कैलिफोर्निया स्टेट यूनिवर्सिटी, फुलरटन में साइकोलॉजी की एसोसिएट प्रोफेसर, आइरिस ब्लैंडों-गितलिं के अनुसार इसका संबंध इंपल्स कंट्रोल (आवेग नियंत्रण) से है। प्रोफेसर, आइरिस ब्लैंडों-गितलिं ने ब्लैडर (मूत्राशय) के भरे होने पर दिमाग को होने वाले फायदे पर अनुसंधान किया जिसमें पता चला कि मूत्राशय के भरे होने पर न सिर्फ इच्छा शक्ति बढ़ती है बल्कि अधिक विश्वसनीय तरीके से झूठ बोला जा सकता है।

आवेगों से लड़ने में मदद मिलती है

प्रोफेसर आइरिस कहती हैं कि ऐसा नहीं है कि पेशाब करने से दिमाग का कोई हिस्सा सक्रिय हो जाता है, लेकिन आपको लगता है कि आप आत्म संयम को ट्रिगर कर रहे हैं, जिससे आपको अन्य प्रकार के आवेगों से लड़ने में मदद मिलती है। आवेग को कम प्रभावी करने वाला यह प्रभाव आपको बेहतर ध्यान केंद्रित करने में मदद कर सकता है। पेशाब से संबंधित एक और शोध में डच शोधकर्ताओं ने पाया कि भ्रामक मानसिक परीक्षण के दौरान जिन लोगों ने पेशाब किया उनकी तुलना में, पेशाब रोककर रखने वाले लोगों नें ज्यादा स्कोर पाया।

शोध में पाया गया कि जिन लोगों ने पेशाब को रोककर रखा वे प्रश्नों पर ज्यादा बेहतर तरीके से फोकस कर पाए। बल्कि उन्हें लेजर जैसा फोकस मिला। ब्लैंडों-गितलिं कहती हैं कि इस शोध में उन्होंने लोगों को तब तक पेशाब जानें तक रोका, जब तक कि उन्हें ऐसा करने की इच्छा हो रही थीं। लोगों को तब नहीं रोका गया जबकि वे पेशान रोक ही न पा रहे हों। तो पेशाब को बहुत ज्यादा देर तक नहीं रोकना चाहिए। हालांकि वहीं दूसरी ओर कई शोध और विशेषज्ञ ज्यादा देर तक पेशाब रोककर रखने के गंभीर नुकसानों को साबित कर चुके हैं। ऐसा करने से यूरेन ट्रेक्ट इंफेक्शन हो सकता है।

लैपटॉप की स्क्रीन को साफ करने से पहले जरा ध्यान दें

अगर आप अपने लैपटॉप या फिर कंप्यूटर को साफ करने की सोच रहें है तो जरा संभल कर ऐसा न हो कही आप की जरा सी चूक की वजह से लैपटॉप या फिर कंप्यूटर की स्क्रीन का भारी नुकसान हो। अक्सर देखा गया है ग्लास या फिर स्क्रीन को साफ करने के लिए पेट्रोल, केमिकल या फिर साधारण पानी का प्रयोग किया जाता है। इसके प्रयोग से स्क्रीन में स्क्रैच के साथ उसकी चमक भी चली जाती है। लैपटॉप या फिर पीसी की स्क्रीन को साफ करने के लिए प्रयोग किया जाने वाला कपड़ा काफी सॉफ्ट और साफ होना चाहिए।

पेट के कैंसर से बचा सकता है बैंगनी आलू

बैंगनी आलू को अपने भोजन में शामिल कर आप पेट के कैंसर से बच सकते हैं। बैंगनी आलू पेट के कैंसर के लिए जिम्मेदार स्टेम कोशिकाओं को नष्ट कर देते हैं तथा इस घातक बीमारी को फैलने से रोकते हैं। अमेरिका की पेन्सिल्वेनिया स्टेट यूनिवर्सिटी में खाद्य विज्ञान के सहायक प्रोफेसर जयराम वानामाला ने बताया कि कैंसर का मुकाबला करने के लिए स्टेम कोशिकाओं पर हमला करना एक प्रभावी तरीका है।

आज अधिकतर लोग यही कहते मिल जाएंगे कि झूठ बोलने में हर्ज ही क्या है। झूठ की शान तब और बढ़ जाती है जब यह कहा जाता है कि कोई काम यदि झूठ बोलने से बनता हो या किसी की जान बचती हो तो झूठ बोलने में कोई हर्ज नहीं। मगर झूठ का मामला यहीं नहीं रुकता। आज यह कारोबार है, जीवनशैली है। हमें अपने इर्दगिर्द तमाम ऐसे लोग मिल जाएंगे जो सुबह से शाम तक कई बार झूठ बोलते हैं। उनके लिए यह सामान्य बात है और यह इस हद तक जा पहुंचता है कि इसमें उन्हें मजा आने लगता है।

अपने झूठ के सहारे किसी दूसरे को चकित या भ्रमित करना उनके लिए ओलंपिक में भाग लेने से कम नहीं है। बहरहाल, ऐसे लोग अपनी इस आदत या शौक के बारे में चाहे जो सोचें लेकिन मनोचिकित्सकों की निगाह में यह एक बीमारी है। उनकी सलाह है कि लोग सावधान हो जाएं। हो सकता है कि सामने वाले पैथोलॉजिकल लायर यानी झूठ बोलने के शिकार हों। ऐसे व्यक्ति अपने हिस्टीरिकल व्यक्तित्व की वजह से चाह कर भी सच नहीं बोल पाते। वे रोजमर्रा के जीवन में बिना हानि-लाभ के भी झूठ बोलते हैं। वे अपनी बात शुरू ही झूठ से करते हैं।

दूसरे, कुछ लोग अपनी ही बात को झूठ साबित करने पर तुले रहते हैं। वे सुबह कुछ कहते हैं और शाम को कुछ और। मगर ऐसे लोगों का झूठ समाज को नुकसान नहीं पहुंचाता। हां, इससे उनसे घर वाले व नजदीक के दूसरे लोग जरूर परेशान होते हैं। घर के माहौल, अतिरिक्त दबाव, भय या आनंद के लिए भी कई दफा बच्चों को झूठ बोलने की आदत पड़ जाती है। वे बात-बात में झूठ बोलते हैं। बड़े होकर यही बच्चों बिना बात साधारण-सी घटना को बढ़ा-चढ़ाकर बताने की आदत पाल लेते हैं। धीरे-धीरे यह झूठ उनके व्यक्तित्व का हिस्सा बन जाता है और उन्हें अपने झूठ बोलने का अहसास ही नहीं रह जाता। रोजमर्रा से जुड़ी घटनाओं को लें और देखें कि आप झूठ पकड़ने में कितने होशियार हैं।

वे अपने भाई या बेटे से पूछें कि क्या तुम सिगरेट पीते हो या कोई महिला अपने पति से पूछे कि तुम रोजाना देर से क्यों घर आते हों? क्या तुम्हारे ऑफिस में काम बढ़ गया है या तुम मुझसे कुछ छिपा रहे हो? जो भी उत्तर मिलेगा, उससे यह जाना जा सकता है कि वे झूठ बोल रहे हैं या झूठ। सच का पता लगाने के लिए किसी खास प्रशिक्षण की जरूरत नहीं होती। न ही सामने वाले को कोई अपराधी मानने की जरूरत है। बस उनकी आवाज पर ध्यान दें क्योंकि आवाज के सहारे यह पता लगाया जा सकता है कि झूठ बोला जा रहा है या सच। झूठ बोलते हुए आवाज में परिवर्तन आने के वैज्ञानिक प्रमाण मौजूद हैं। यह बात दूसरी है कि हम उस पर ध्यान नहीं देते, खासकर तब जब बोलने वाला थोड़ा चालाक हो। इसलिए प्रश्न पूछने के बाद बोलने वाले की आवाज पर ध्यान देना चाहिए। झूठ बोलते ही बोलने वाले की सामान्य व्यवहार में परिवर्तन आ जाता है।

या तो वह जरूरत से ज्यादा संयमित दिखने की कोशिश करेगा या हाथों का सहज चलना एकाएक बंद हो जाएगा। धोखाधड़ी के मामलों पर अध्ययन कर रहे विशेषज्ञों ने माना है कि मनुष्य में सच-झूठ में अंतर करने की क्षमता निहायत कमजोर होती है। लंबे समय तक शोधकर्ता यही तर्क देते रहे कि झूठ बोलने वाले नजरें मिलाने से कतराते हैं। सच न बोलने वाले सामान्य लोगों से ज्यादा नजरें मिलाकर और दम से बात करते हैं। झूठ बोलने वाला ऐसा इसलिए करता है ताकि अपने चारों तरफ सच का वातावरण तैयार कर सके और यही वह स्थिति है जहां हम धोखा खा जाते हैं।

अब तक शोधकर्ताओं ने झूठ बोलने वाले के बारे में यही कहा है कि झूठ बोलने वाला प्रश्न पूछे जाने पर रुक-रुक कर और सोच-सोचकर बोलता है। उसका वाक्य-विन्यास छोटा होता है। उसकी भाषा में गलतियां होती हैं और पूरी बातचीत के दौरान स्थिर-सा रहता है।

झूठ बोलने वाले को कैसे पहचानें

- झूठ बोलने वाला व्यर्थ की बातों को बढ़ा-चढ़ाकर बताता है।
- इस तरह की सोच वाले हमेशा अपने आपको दूसरों से बेहतर साबित करने में लगे रहते हैं। अगर किसी व्यक्ति को सही-गलत सिखाना चाहेंगे तो वह उलट कर आपको गलत साबित करने की कोशिश करेगा। प्यार और अच्छे मकसद से समझाने पर भी आपकी बात नहीं मानेगा। वह बहस करने लगेगा। वह अपने आप में किसी भी तरह की कमी से इनकार कर देता है।
- इस तरह का व्यक्ति अपने आसपास एक सच्चाई का घेरा बनाकर रखता है लेकिन, वह सच का महत्व नहीं समझता। अगर उसे झूठा बोलोगे तो वह या तो कन्नी काट लेगा या फिर सामने वाले व्यक्ति को बुरा-भला कहकर खुद को सच्च साबित करने में लगा रहेगा। वह जब अपनी बात साबित नहीं कर पाता तो ऐसे दर्शाता है जैसे कुछ भी नहीं हुआ है और सब मिलकर बात का बतंगड़ बना रहे हैं।
- इस तरह के व्यक्ति क्योंकि सच में विश्वास नहीं करते इसलिए वफादार भी नहीं होते। वह व्यक्ति हर समय अपने आपको असुरक्षित महसूस करते हैं तथा किसी भी परिस्थिति में अपने जैसे व्यक्ति ढूंढ़ते हैं।
- अगर ऐसे व्यक्ति का झूठ पकड़ा जाता है तो वह सहानुभूति अर्जित करने के लिए अपने आपको बीमार दिखाते हैं तथा अपने आपको किसी भयंकर बीमारी से ग्रस्त बताकर सहानुभूति लेना चाहते हैं। यह उस स्थिति से बचने का हथियार होता है।
- यह व्यक्ति हमेशा अपनी बातों पर टिककर नहीं रह पाता। पल-पल में वाक्य बदलता है, पर ऐसे लोगों की मैमोरी जबरदस्त होती है। वे एक साथ कई झूठ बोलते हैं और यह याद भी रखते हैं कि कहां क्या बोला था। इससे उनका झूठ जल्दी पकड़ा नहीं जाता।

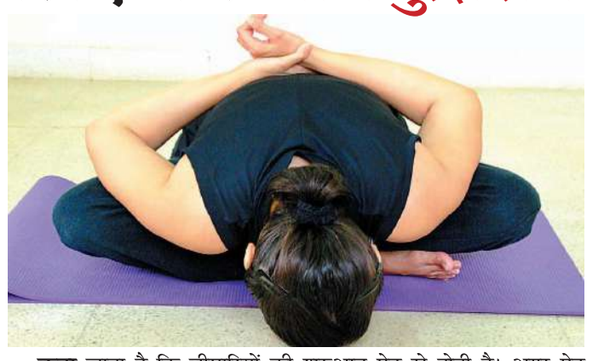
यह है इलाज

आदतन झूठ बोलने वाले को किसी अच्छे मनोचिकित्सक और मनोवैज्ञानिक की सलाह लेकर कुछ सेशन लेने चाहिए।

साइकोथैरेपी: यह एक लम्बी प्रक्रिया है। इसमें रोगी को मनोवैज्ञानिक बल दें। रोगी का ध्यान दूसरी तरफ लगाने की कोशिश करें। नकारात्मक व नैराश्यपूर्ण बातें, मानसिक परेशानियों का कारण बनती हैं। रचनात्मक गतिविधियों में अपनी सक्रियता बढ़ाकर इससे बचा जा सकता है। यह अनुसंधान से साबित हो चुका है। मधुर संगीत आपके तनाव को दूर करने में मददगार साबित हो सकता है। भजन या फिर शास्त्रीय संगीत का आनंद लें।

संज्ञानात्मक व्यवहारात्मक थैरेपी: यह आपके नकारात्मक विचारों को दूर करने में सहायक होती है। इसके अलावा, जीवन के प्रति आपका सकारात्मक रवैया बनता है।

कब्ज से निजात के लिए करें योगमुद्रासन



कहा जाता है कि बीमारियों की शुरुआत पेट से होती है। अगर पेट कब्जियत से मुक्त हो तो उसकी कार्यप्रणाली सुचारु होती है और जब पेट की कार्यप्रणाली सुचारु होती है तो तमाम बीमारियां अपने-आप दूर रहती हैं। स्वस्थ रहने के लिए जरूरी है कि पेट को दुरुस्त रखा जाए और इस दृष्टि से योगमुद्रासन का नियमित अभ्यास एक अच्छा उपाय हो सकता है। चूंकि योगमुद्रासन रीढ़ से जुड़ी नसों की कार्यप्रणाली को भी सही करता है, इसीलिए योग की साधनाओं की उपयोगिता बहुत महत्वपूर्ण है।

आसन की विधि

- टांगों को सामने फैला कर बिल्कुल सीधा बैठें।
- अब दाएं घुटने को मोड़कर पांव को बायीं जांघ पर इस तरह रखें कि एड़ी घुटनों के मूल से सटी हो।
- अब बायीं टांग को भी घुटनों से मोड़कर पांव को दाईं जांघ पर वैसे ही रखें जैसे पहले दायें पांव को बाईं पर रख चुके हों।
- वस्तुत- यह पद्मासन है। जो योगमुद्रासन की साधना के लिए सर्वाधिक उपयुक्त है। अगर पद्मासन मैं बैठना आपके लिए संभव न हो तो आप अपनी सुविधानुसार अर्ध पद्मासन में भी बैठ सकते हैं। इसके लिए आपको घुटने तो दोनों मोड़ने होंगे, लेकिन जांघ पर एक ही पांव रखना होगा। दूसरा पांव आप एक पैर के नीचे रख सकते हैं।
- अब आप अपनी आंखें बंद कर लें। गहरी सांस लें और शरीर को ढ़ीला छोड़ दें।
- दोनों हाथों को पीठ की तरफ पीछे ले जाएं और एक हाथ की कलाई को दूसरे हाथ से पकड़ लें।
- सांस को धीरे-धीरे बाहर की तरफ छोड़ते हुए आगे की तरफ इस तरह झुके कि ललाट फर्श की तरफ हो।
- शरीर को फिर से ढ़ीला छोड़ दें और सामान्य ढंग से सांस लें। जितनी देर तक आसानी से संभव हो इसी मुद्रा में बनी रहें।
- इसके बाद सांस को अंदर की ओर खींचते हुए वापस पहले जैसी अवस्था में आ जाएं।
- बैठने के लिए पद्मासन की मुद्रा में पांवों को आपस में अदल-बदल कर यानी बाएं की जगह दाएं और दाएं की जगह बाएं पैर को रखकर इसी प्रक्रिया को दुहराएं।

इस आसन से लाभ: यह पेट की मांसपेशियों का मसाज करता है। इससे पेट के विभिन्न हिस्सों में होने वाली छोटी-बड़ी बीमारियों का उपचार भी हो जाता है। खास तौर से कब्जियत और अपच के मामले में यह अत्यंत लाभकारी साबित होता है। रीढ़ की हड्डी को भी यह पोषण देता है। रीढ़ से जुड़ी हुई नसों में लोच उत्पन्न करके यह उनकी कार्यप्रणाली को अधिक सुचारु बनाता है और स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है।

सावधानियां: अगर आपकी आंखों, हृदय या पीठ में लंबे समय से कोई गंभीर रोग हो तो इस आसन का अभ्यास न करें। अगर किसी तरह का ऑपरेशन या प्रसव हुआ हो तो भी कुछ दिन रुक कर स्वास्थ्य सामान्य हो जाने के बाद ही इसका अभ्यास करना चाहिए।

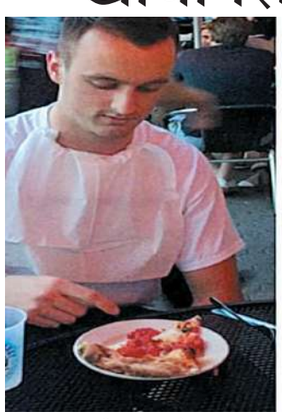
कुछ खास बातें: आसन करते हुए अगर आप पर्याप्त समय तक इसका अभ्यास न कर सकें तो थोड़े-थोड़े समय के लिए दो-तीन बार इसका अभ्यास कर सकती हैं। इस आसन का अभ्यास या तो सुबह नाश्ते के पहले कर लें या फिर दोपहर के भोजन के कम से कम चार घंटे बाद शाम को करें। योगमुद्रासन के बाद कोई ऐसा आसन भी करना चाहिए जिसमें पीठ पीछे की ओर मोड़ी जाती हो।

जमीन से निकाला 300 साल पुराना जहाज

वर्जीनिया के ओल्ड टाउन अलेक्जेंड्रिया में एक नए होटल के कन्सट्रक्शन साइट पर जब खुदाई की गई, तो वहां से करीब 300 साल पुराना एक जहाज के अवशेष बाहर निकले हैं। बताया जा रहा है कि यह जहाज साल 1775 से 1798 के बीच में कभी डूब गया होगा। द वाशिंगटन पोस्ट की रिपोर्ट के मुताबिक, पुरातत्व वैज्ञानिकों ने 220 एस यूनियन स्ट्रीट से एक जहाज का आंशिक हिस्सा प्राप्त किया है। यह शहर के पोटोमैक रिवर वाटरफ्रंट के अहम रीडेवलैपमेंट का हिस्सा है।

यह वन ब्लॉक साइट पर है, जहां वर्कर्स ने दो महीने पहले 1755 की एक वेयरहाउस की नींव खोजी थी। जिसे शहर की पहली सार्वजनिक बिल्डिंग माना जा रहा है। कंस्ट्रक्शन के समय ऐतिहासिक सबूतों पर निगरानी रखने वाली फर्म, थंडरवर्ल्ड आर्कियॉलॉजी के फील्ड डायरेक्टर डैन बैकी ने बताया कि यह काफी दुर्लभ है। यह लगभग कभी नहीं होता है। पिछले 15 सालों से मैं यह काम कर रहा हूं। मैंने कभी भी एक ऐसे शहरी माहौल में इस तरह का संरक्षण नहीं देखा, जहां बहुत ज्यादा बाधाएं हों। नेवल आकियोलॉजिस्ट्स भी साइट पर स्टाफ से मिल गए। वे इस जहाज के हर हिस्से की जांच कर रहे हैं। इसकी संरचना से पता लगाया जा रहा है कि आखिर यह कहां से चला था और क्या लेकर जा रहा था? आम जनता को मंगलवार से सुबह के 10 बजे से लेकर दोपहर तक इस खोज को देखने के लिए बुलाया गया है। इसके बाद इसे इस जगह से हटा लिया जाएगा।

इस व्यक्ति ने सालभर खाया सिर्फ पिज्जा



एक व्यक्ति ने वर्ष 2015 के पहले दिन एक अजीब संकल्प लिया। उसने सालभर तक सिर्फ पिज्जा खाने का संकल्प लिया। यह व्यक्ति है केल फीनी। केल ने जनवरी 2015 में नव वर्ष का संकल्प लिया कि वे रोजाना सिर्फ पिज्जा ही खाएंगे। साथ ही चैरिटी के लिए पैसे जमा करने का संकल्प लिया था। संकल्प लेने के बाद केल ने रोजाना हर 24 घंटे में एक बार पिज्जा की एक स्लाइस खाते हुए रिकॉर्डिंग की। साथ ही केल ने रोज पिज्जा खाने के नतीजे इंस्टाग्राम पेज तस्वीर डालकर पोस्ट की। केल टमाटर और चीज स्नैक के 365 पिज्जा खाने के बाद भी बीमार नहीं पड़ा। इतना ही नहीं उसने चैरिटी के लिए पैसे भी जमा किए। गो फंड मी पेज पर उसने 6 लाख 80 हजार रूपए जमा किए। केले ने ऑटिज्म स्पीक्स को अपनी पसंद की चैरिटी के रूप में चुना।

अपने बच्चों की आंखों पर भी दें ध्यान

आंखें प्रकृति की नियामत हैं। इन्हें सहेज कर रखना हम सबका कर्तव्य है । बचपन से ही बच्चों को सिखाया जाना चाहिए कि आंखों की उचित देखभाल करना कितना जरूरी है ।

क्या करें

- बच्चे की पढ़ाई वाले स्थान पर उचित प्रकाश का होना आवश्यक है ।
- जब बच्चा पढ़ रहा हो तो माता-पिता इस बात पर ध्यान दें कि पुस्तक पर प्रकाश पड़ना चाहिए न कि पुस्तक पर अपनी परछाई।
- कुछ भी खाने से पूर्व बच्चों को सिखाएं कि अपने हाथों को अच्छी तरह धोने के बाद ही भोजन ग्रहण करें।
- बच्चों के नाखूनों को समय-समय पर काटते रहें।
- बच्चों को संतुलित आहार दें। आहार में सूप, मौसमी, हरी सब्जियां, फल, दूध, दही आदि दें।
- बच्चों को कम से कम 8 घंटे की नींद लेने दें।
- सूर्य की तेज किरणों से बच्चों को बचा कर रखें। अधिक गर्मी में उन्हें बाहर न भेजें और न ही खेलने दें।
- बच्चों को समझाएं कि बैठ कर पढ़ाई करें और टी.वी. भी बैठकर देखें। पुस्तक उचित दूरी पर रखें और आंखों के बीच उचित दूरी बना कर रखें।
- टी.वी. देखते समय बीच-बीच में आंखों को आराम दे।
- बच्चों को तेज हवा में बाहर जाने से रोकें।
- बच्चों को आंखों के हल्के-फुल्के व्यायाम सिखाएं। आंखों को स्वस्थ रखने के लिए दोनों हथेलियों से आंखों को ढ़क कर नेत्रों को चारों ओर धीरे-धीरे घुमाएं।
- बच्चों की कब्ज पर ध्यान दें। कब्ज भी आंखों पर कुप्रभाव डालती है।
- बच्चों को नहलाते समय ध्यान दें कि साबुन वाला पानी या झाग आंखों में न जाए।
- लगातार सिरदर्द की शिकायत होने पर बच्चों की आंखों का चेकअप करवाएं।

क्या न करें

- गंदे पानी से आंखों को न धोने दें।
- दूसरों के रूमाल, तौलिए और ऐनक का प्रयोग न करने दें।
- कम रोशनी में बच्चों को न पढ़ने दें।
- बच्चों को गंदे हाथ आंखों पर न मलने दें।
- बगैर चिकित्सक से परामर्श लिए कोई भी दवा आंखों में न डालें।
- गर्म पानी का शावर सीधा चेहरे पर न डालने दें।
- तेज रसायनयुक्त साबुन, शैम्पू का प्रयोग न करने दें।

रेसिपी

कड़ाला करी

सामग्री

1 कप काला चना, रातभर भिगोकर छाने हुए, 1 टेबल-स्पून खड़ा धनिया, 1 टी-स्पून सौंफ, 5 सूखी लाल मिर्च (पान्डी), टुकड़ो में तोड़ी हुई, 3/4 कप कसा हुआ नारियल, 1 1/2 टेबल-स्पून तेल, 1/2 कप बारीक कटा हुआ प्याज, 1 कप बारीक कटे हुए टमाटर,1/4 टी-स्पून हल्दी पाउडर, नमक स्वादअनुसार, 1/2 टी-स्पून सरसो, 1 सूखी कश्मीरी लाल मिर्च, टुकड़ो में तोड़ी हुई, 5 कड़ी पत्ता

विधि

खड़ा धनिया, सौंफ और पान्डी लाल मिर्च को एक चौड़े नॉन-स्टिक पैन में मिलाकर मध्यम आंच पर 3 मिनट के लिए भुन लें। मिश्रण को पुरी तरह ठंडा होने दें। ठंडा करने के बाद, नारियल और लगभग 1/2 कप पानी के साथ मिक्सर में पीसकर मुलायम मिश्रण बना लें। चना, नमक और 2 कप पानी को एक प्रैशर कुकर में मिलाकर, 4 सीटी तक प्रैशर कुक कर लें। ढ़क्कन खोलने से पूर्व सारी भाप निकलने दें। एक तरफ रख दें। एक गहरी नॉन-स्टिक कढ़ाई में 1 टेबल-स्पून तेल गरम करें, प्याज डालकर मध्यम आंच पर 3-4 मिनट तक भून लें। टमाटर डालकर अच्छी तरह मिला लें और बीच-बीच मे हिलाते हुए, मध्यम आंच पर 4 मिनट तक पका ले। तैयार पेस्ट और हल्दी पाउडर पालकर अच्छी तरह मिला ले और मध्यम आंच पर, बीच-बीच मे हिलाते हुए 4 मिनट तक पका लें। पके हुए चने के पानी के साथ चना और नमक डालकर अच्छी तरह मिला लें और मध्यम आंच पर, बीच-बीच मे हिलाते हुए 6 से 8 मिनट तक पका लें।

उसल

सामग्री

1 कप मिले-जुले अंकुरित दानें (मूंग, चना, मटकी आदि), 2 टी-स्पून तेल, 1 टी-स्पून जीरा, 1/4 टी-स्पून हींग, 1/2 कप कटा हुआ प्याज, 1 कप कटे हुए टमाटर, 3 टेबल-स्पून तैयार सूखी लहसुन की चटनी, 1/2 टी-स्पून हल्दी पाउडर, नमक स्वादअनुसार, सजाने के लिए, 1/4 कप बारीक कटा हुआ प्याज, 2 टेबल-स्पून बारीक कटा हुआ हरा धनिया, परोसने के लिए, लेमन वेज

विधि

एक प्रैशर कुकर में तेल गरम करें और जीरा और हींग डालें। जब बीज चटकने लगे, प्याज डालकर, मध्यम आंच पर 1 मिनट तक भुन लें। टमाटर डालकर, मध्यम आंच पर 2 मिनट के लिए, बीच-बीच में हिलाते हुए पका लें। सूखी लहसुन की चटनी डालकर अच्छी तरह मिला लें और बीच में एक बार हिलाते हुए, मध्यम आंच पर 1 मिनट तक पका लें। मिले-जुले अंकुरित दानें, हल्दी पाउडर, नमक और 11/2 कप पानी डालकर अच्छी तरह मिला लें और 3 सिटी तक प्रैशर कुक कर लें। ढ़क्कन खोलने से पुर्व सारी भाप निकलने दें। प्याज और धनिया से सजाकर, लेमन वेजस् के साथ गरमा गरम परोसें।