- bordernewsmirror@gmail.com
- पटना, दिल्ली व कोलकाता से एक साथ प्रसारित
- द्विभाषिक समाचार पत्र

02 गिरिराज ने डीएमके सांसद की विवादित टिप्पणी पर नीतीश और लालू से पूछे सवाल

03 बीजेपी प्रदेश अध्यक्ष की जनसभा को सफल बनाने को लेकर बैठक

बॉर्डर न्यूज मिरर

...खबरों से समझौता नहीं

● पटना, रविवार, 24 दिसम्बर 2023 | www.bordernewsmirror.com | ● पृष्ठ: 08, मूल्य: 5 रुपए ● वर्ष: 04, अंक: 310

सीट बंटवारे को लेकर कांग्रेस की गठबंधन समिति की हुई बैठक

नई दिल्ली। लोकसभा चुनाव 2024 को देखते हुए कांग्रेस में बैठकों का दौर जारी है। इसी संबंध में शनिवार को दिल्ली में कांग्रेस की राष्ट्रीय गठबंधन समिति की बैठक हुई। बैठक के बाद मीडिया से बातचीत करते हुए समिति के संयोजक मुकुल वासनिक ने कहा कि अगले कुछ दिनों में ही हमारा प्रयास रहेगा कि प्रदेश कांग्रेस कमेटी के वरिष्ठ नेताओं के साथ हम चर्चा करेंगे कि कौन-कौन सी सीटों का किस तरह से आगे फैसला करना है। उल्लेखनीय है कि विपक्षी गठबंधन 'आईएनडीआईए' के घटक दलों के साथ सीटों के बंटवारे से पहले कांग्रेस देश भर में अपनी मजबूत सीटों की पहचान करने में जुट गई है।

पद्म पुरस्कार वापस करने का किसी के पास अधिकार नहीं

नई दिल्ली: ओलंपिक पदक विजेता पहलवान बजरंग पूनिया के पीएम आवास के बाहर पद्म पुरस्कार छोड़ने का मामला सुर्खियों में है। ये पहली बार नहीं है, जब किसी ने अपना पुरस्कार इस तरह से लौटाया है।

पिछले कुछ सालों में कई लोग पद्म पुरस्कार लौटा चुके हैं। इसके बावजूद बजरंग पुनिया पद्म पुरस्कार विजेताओं की सूची में बने रहेंगे, क्योंकि इस सम्मान को लौटाने का कोई प्रावधान नहीं है। टीओआई की एक रिपोर्ट के अनुसार एक अधिकारी ने कहा है कि पुरस्कार जीतने वाला किसी कारण से सम्मान वापस करने की घोषणा कर सकता है, लेकिन पद्म पुरस्कार के लिए इस तरह का कोई नियम ही नहीं है।

रिपोर्ट में अधिकारी के हवाले से आगे कहा गया है कि पुरस्कार विजेताओं के नाम रजिस्टर में तब तक बने रहते हैं। जब तक पुरस्कार को रद्द नहीं किया जाता है। पद्म पुरस्कार को रद्द करने का इतिहास नहीं है। 2018 में तत्कालीन गृह राज्य मंत्री किरेन रिजिजू ने राज्यसभा में कहा था कि ये पुरस्कार देश की जांच एजेंसियों की ओर से चरित्र सत्यापन की जांच के बाद ही प्रदान किए जाते हैं।

राजपत्र या पुरस्कार विजेताओं के रजिस्टर में दर्ज रहता है नाम

सामान्यतः पद्म पुरस्कारों से सम्मानित करने के लिए प्रस्तावित शख्स की इच्छा घोषणा से पहले सुनिश्चित की जाती है। किसी शख्स को पद्म विभूषण, पद्म भूषण या पद्मश्री से सम्मानित करने के बाद नाम भारत के राजपत्र में प्रकाशित होता है, जिसका एक रजिस्टर भी रखा जाता है। अधिकारी ने बताया कि भले ही पुरस्कार विजेता बाद में खुद पद्म पुरस्कार वापस करे, लेकिन नाम राजपत्र या पुरस्कार विजेताओं के रजिस्टर में बना रहता है।

राष्ट्रपति को पत्र लिखने के बाद भी नहीं हटा नाम

बता दें कि पद्म पुरस्कारों की लौटाने वालों की सूची में पंजाब के पूर्व सीएम प्रकाश सिंह बादल और पूर्व केंद्रीय मंत्री एसएस ढींडसा भी शामिल हैं। उन्होंने 2020 में राष्ट्रपति को लिखे पत्र में कहा था कि वे 3 कृषि कानूनों के खिलाफ हैं और किसानों के साथ एकजुटता दिखाते हुए पुरस्कार वापस कर रहे हैं। इसके बावजूद उनका नाम आज तक भी पद्म पुरस्कार विजेताओं की लिस्ट में है।

क्रूड ऑयल लेकर भारत आ रहे जहाज पर हिंद महासागर में ड्रोन से हमला

इजराइली जहाज में 20 भारतीय क्रू मेंबर थे सवार, आईसीजीएस विक्रम रवाना किया, नेवी भी अलर्ट

अहमदाबाद। सउदी अरब से क्रूड ऑयल लेकर भारत के मंगलुरु जा रहे इजरायली जहाज पर हिंद महासागर में ड्रोन से हमला किया गया। हमले में जहाज में आग लगने की खबर है लेकिन सभी क्रू मेंबर के सुरक्षित होने की जानकारी है। भारतीय सेना ने मामले की जानकारी मिलते ही कोस्ट गार्ड पेट्रोलिंग जहाज आईसीजीएस विक्रम को रवाना कर दिया है।

ब्रिटिश सैन्य युनाइटेड किंगडम मेरीटाइम ट्रेड ऑपरेशन्स और मेरिटाइन फर्म एम्ब्रे के अनुसार इजराइल के एक व्यापारिक जहाज एमवी केम प्लूटो पर वेरावल के निकट ड्रोन से हमला किया गया। हमले के कारण जहाज में आग लगी है। सेना के सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार ड्रोन हमला के बाद जहाज में आग लगी, जिसे तुरंत काबू में कर लिया गया। हमले से किसी तरह के नुकसान नहीं होने की प्राथमिक जानकारी मिली है। ड्रोन से हमले के समय जहाज भारत के वेरावल (सोमनाथ) से करीब 200 नॉटिकल माइल 378 (किलोमीटर) दूर था।

आशंका जताई जा रही है कि हमले में आतंकी संगठन हूती का हाथ हो सकता है। सेना के सूत्रों के अनुसार भारतीय कोस्ट गार्ड जहाज आईसीजीएस विक्रम पोरबंदर अरब सागर से समुद्र में व्यापारी जहाज एमवी केम प्लूटो की ओर रवाना हो चुका है।

एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट की मांग को लेकर वकीलों का जंतर-मंतर पर प्रदर्शन

नई दिल्ली। विभिन्न वकील संगठनों ने एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट की मांग को लेकर शनिवार को दिल्ली के जंतर-मंतर पर प्रदर्शन किया। इस मौके पर दिल्ली की विभिन्न अदालतों के साथ-साथ उत्तर प्रदेश और राजस्थान से भी कई वकील पहुंचे थे।

एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट की मांग करने वाले वकीलों के संगठनों में ऑल इंडिया लायर्स यूनियन, दिल्ली स्टेट, पश्चिमांचल अधिवक्ता मंच, ऑल इंडिया एससी-एसटी एडवोकेट्स वेलफेयर आर्गनाइजेशन, मिशन एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट, कानून राज पार्टी, न्यास सेवा दल और दूसरे वकील संगठन शामिल हैं।

इस मौके पर आयोजित सभा में वकीलों ने दिल्ली ही नहीं बल्कि पूरे देश में एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट लागू करने की मांग की। ऑल इंडिया लायर्स यूनियन की ओर से दिल्ली स्टेट के सचिव सुनील कुमार ने कहा कि कई राज्यों में एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट को लेकर आवाज उठाई जा रही है। राजस्थान में इसी साल एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट लागू किया गया है। केरल में नए वकीलों के लिए स्टाइपेंड की व्यवस्था है। केरल में वकीलों को बीमारी होने की स्थिति में उन्हें मदद दी जाती है।

दिल्ली बार काउंसिल के पूर्व नेता केसी मित्तल ने कहा कि उन्होंने दिल्ली सरकार को एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट का प्रारूप दिया था, लेकिन उस पर विचार ही नहीं किया गया। जंतर-मंतर पर हुई सभा में कड़कड़डूमा कोर्ट के शाहदरा बार एसोसिएशन के पूर्व अध्यक्ष प्रमोद नागर इत्यादि कई वकीलों ने संबोधित किया।

एडवोकेट प्रोटेक्शन एक्ट को लागू करने की मांग करते हुए दिल्ली हाई कोर्ट में भी एक याचिका दायर की गई है। हाई कोर्ट ने इस याचिका पर केंद्र और दिल्ली सरकार को नोटिस जारी किया है। याचिका में कहा गया है कि दिल्ली की विभिन्न जिला अदालतों में हिंसा की घटनाओं में बढ़ोतरी दर्ज की गई है। याचिका में पिछले दिनों द्वारका में वकील वीरेंद्र कुमार नरवाल की हत्या का जिक्र किया गया है। याचिका में 2021 में हाई कोर्ट की ओर से अदालतों की सुरक्षा को लेकर स्वतः संज्ञान लेने का भी जिक्र किया गया है।

सियासत सुप्रीम कोर्ट ने राज्य सरकार की क्यूरेटिव पिटीशन स्वीकार कर ली

आरक्षण को लेकर मराठा समाज को मिलेगा न्याय: शिंदे

बीएनएम@मुंबई

महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे ने शनिवार को कहा कि मराठा आरक्षण के लिए मराठा नेता मनोज जारांगे पाटिल को अब आंदोलन करने की नौबत नहीं आएगी। आज सुप्रीम कोर्ट ने राज्य सरकार की क्यूरेटिव पिटीशन स्वीकार कर ली है। इसी पिटीशन की सुनवाई 24 जनवरी 2024 को होने वाली है और मराठा समाज को न्याय मिलेगा।

मुख्यमंत्री ने मीडिया कर्मियों से कहा कि मनोज जारांगे को धीरज रखना चाहिए। राज्य सरकार मराठा समाज को आरक्षण देने के लिए युद्ध स्तर पर काम कर रही है। वर्ष 2018 में तत्कालीन मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने मराठा समाज को आरक्षण दिया था, लेकिन इसके बाद सरकार बदली और मराठा आरक्षण सुप्रीम कोर्ट में नहीं टिक सका। उनकी सरकार ने सुप्रीम कोर्ट में क्यूरेटिव पिटीशन दाखिल किया था, जिसे कोर्ट ने स्वीकार कर लिया है। इसकी सुनवाई के समय राज्य सरकार वकीलों के माध्यम से मराठा समाज के बारे में पक्ष रखेगी और मराठा समाज को निश्चित न्याय मिलेगा। मुख्यमंत्री ने कहा कि मनोज जारांगे सहित सभी नेताओं को कानून व्यवस्था न बिगड़े, जाति-जाति के बीच तनाव न हो इसका ध्यान देना जरूरी है।

उल्लेखनीय है कि शनिवार को मनोज जारांगे ने मराठा आरक्षण के लिए मुंबई में 20 जनवरी से आंदोलन की घोषणा की है। इसी संबंध में मुख्यमंत्री ने कहा कि राज्य सरकार मराठा आरक्षण के लिए सकारात्मक है। मंत्री छगन भुजबल ने कहा कि राज्य सरकार की क्यूरेटिव पिटीशन सुप्रीम कोर्ट ने स्वीकार कर ली है। इसलिए मराठा समाज को आरक्षण मिलेगा।

दिल्ली में प्रदूषण के स्तर में बढ़ोतरी, एक्यूआई 450 के पार

नई दिल्ली। दिल्ली-एनसीआर में प्रदूषण के स्तर में लगातार बढ़ोतरी हो रही है। शनिवार को शाम तक समग्र वायु गुणवत्ता सूचकांक (एक्यूआई) 450 के पार चला गया है। बढ़ते प्रदूषण को देखते हुए शनिवार को वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग की उप समिति ने समीक्षा बैठक की और हालात का जायजा लिया। आयोग के मुताबिक शांत हवा की स्थिति के साथ प्रतिकूल मौसम के कारण दिल्ली के समग्र एक्यूआई में वृद्धि देखी गई, आज एक्यूआई 450 के आसपास रही। आयोग की उप-समिति ने मौसम विभाग और आईआईटीएम द्वारा उपलब्ध मौसम संबंधी स्थितियों और वायु गुणवत्ता सूचकांक के पूर्वानुमानों के साथ-साथ वायु गुणवत्ता परिदृश्य का जायजा लिया।

गिरिराज ने डीएमके सांसद की विवादित टिप्पणी पर नीतीश और लालू से पूछे सवाल

पटना। बिहार के बेगूसराय से भाजपा सांसद गिरिराज सिंह ने हिंदीभाषी लोगों पर तमिलनाडु में सत्ताधारी डीएमके सांसद दयानिधि मारण की टिप्पणी पर मुख्यमंत्री नीतीश कुमार और राजद सुप्रीमो लालू यादव से सवाल किये हैं।

गिरिराज ने दयानिधि मारण के वीडियो को सोशल मीडिया पर साझा करते हुए कहा है कि क्या बिहार के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार और लालू यादव हिंदी भाषी लोगों पर अपने गठबंधन सहयोगी की राय से सहमत हैं? उन्हें स्पष्ट करना चाहिए कि डीएमके और आईएनडीआईए को हिंदी भाषी लोगों से इतनी नफरत क्यों है?

डीएमके सांसद दयानिधि मारण का कहना है कि यूपी-बिहार के हिंदी भाषी लोग तमिलनाडु आते हैं और सड़कें और शौचालय

साफ करते हैं। उनका एक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल है, जिसमें वे तमिल भाषा में बिहार और यूपी के हिंदी भाषी लोगों को लेकर यह टिप्पणी कर रहे हैं।

एक जनसभा को संबोधित करते डीएमके सांसद दयानिधि मारन का यह वीडियो अब विवादों में घिर गया है। उल्लेखनीय है कि नीतीश की पहल पर बने इंडिया गठबंधन में डीएमके भी शामिल है और बिहार के उप मुख्यमंत्री तेजस्वी यादव भी कई मौकों पर डीएमके के तमिलनाडु में आयोजित कार्यक्रमों में शामिल हो चुके हैं।

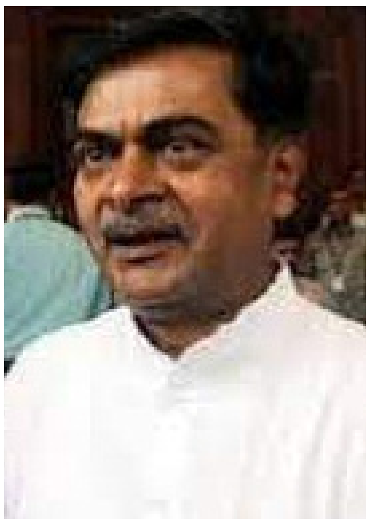
इन सबके बाद भी अब दयानिधि मारण के इस वीडियो में यूपी-बिहार के हिंदी भाषी लोगों पर की गई टिप्पणी बिहारियों के प्रति उनकी सोच को दर्शाता है।

आईएनडीआईए में राष्ट्रीय स्तर का कोई नेता नहीं: आरके सिंह

पटना। बिहार में इन दिनों भाजपा के नेता आईएनडीआईए और नीतीश सरकार पर लगातार हमलावर हैं। केंद्रीय मंत्री आरके सिंह ने शनिवार को कहा कि आईएनडीआईए का कहीं कोई मतलब नहीं है। उसमें अलग-अलग प्रांत के नेता हैं, कोई राष्ट्रीय नेता नहीं है। सभी की महत्वाकांक्षा अलग-अलग है।

आरके सिंह ने कहा कि ममता बनर्जी तो यह नहीं चाहती होंगी कि कोई और नेता बने। इसलिए आईएनडीआईए में डिफरेंस होगा। ममता बनर्जी बंगाल में नेता हो सकती हैं लेकिन उत्तर प्रदेश या मध्य प्रदेश में कही उनका कोई वजूद नहीं है और साउथ में तो छोड़ ही दीजिए। मल्लिकार्जुन खड़गे का न तो यहां कोई वजूद और न ही उत्तर प्रदेश में तो खड़गे कहां से राष्ट्रीय नेता हो जायेंगे।

आरके सिंह ने कहा कि नीतीश कुमार बिहार में शासन चलाना छोड़ चुके हैं। प्रशासन पर ध्यान देते ही नहीं हैं। अपराध और भ्रष्टाचार



चरम पर है। नीतीश कुमार का अब स्वास्थ्य भी सही नहीं है। बातें भूल जाते हैं। कहने को कुछ और कह कुछ और देते हैं। वे अब इस लायक नहीं है कि मुख्यमंत्री बने रहें।

जदयू ने पूर्व प्रधानमंत्री चौधरी चरण सिंह की 121वीं जयंती मनाई

पटना। किसान नेता एवं देश के भूतपूर्व प्रधानमंत्री चौधरी चरण सिंह की 121वीं जयंती शनिवार को जदयू ने मनायी। प्रदेश मुख्यालय में पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष सह लोकसभा सांसद ललन सिंह, प्रदेश अध्यक्ष उमेश सिंह कुशवाहा एवं मंत्री संजय कुमार झा सहित अन्य पार्टी नेताओं ने उनके तैल्यचित्र पर पुष्पांजलि अर्पित कर नमन किया। मौके पर देश के अन्नदाताओं को सशक्त व आर्थिक रूप से सबल बनाने में भूतपूर्व प्रधानमंत्री चौधरी चरण सिंह के योगदान को भी सभी ने याद किया। कार्यक्रम का आयोजन जदयू किसान प्रकोष्ठ के प्रदेश अध्यक्ष मनोज कुमार की अध्यक्षता में हुआ। इस अवसर पर प्रदेश उपाध्यक्ष डॉ निहोरा प्रसाद यादव, प्रदेश महासचिव अरुण कुमार सिंह, चन्दन कुमार सिंह, पटना ग्रामीण के जिलाध्यक्ष अशोक कुमार सिंह सहित पार्टी के नेता मौजूद रहे।

बाढ़ रेलवे स्टेशन पर मां एवं दो बच्चों के ऊपर से गुजरी विक्रमशिला एक्सप्रेस, तीनों सुरक्षित

पटना। पटना के बाढ़ रेलवे स्टेशन पर शनिवार शाम एक ऐसा हादसा हुआ, जिसने वहां मौजूद सभी लोगों को आश्चर्य कर दिया। यहां एक महिला और दो बच्चों के ऊपर से ट्रेन गुजर गयी लेकिन तीनों को एक खरोच तक नहीं आयी। प्लेटफार्म पर मौजूद यात्री ट्रेन के जाते ही रेलवे ट्रैक पर दौड़े और महिला और उसके बच्चों को प्लेटफार्म पर लेकर पहुंचे। फिलहाल, तीनों की हालत सामान्य है।

बताया जाता है कि विक्रमशिला एक्सप्रेस ट्रेन से दिल्ली जाने के लिए बेगूसराय के रवि अपने परिवार के साथ बाढ़ स्टेशन के प्लेटफार्म नंबर तीन पर खड़े थे। विक्रमशिला ट्रेन में भारी भीड़ थी। उनका रिजर्वेशन बोगी नंबर आठ में था। अपने सीट पर बैठने के लिए परिवार के साथ रवि कोच में घुस ही रहे थे कि तभी अचानक इतनी भीड़ हो गयी और पत्नी

सहित बच्चे ट्रेन और प्लेटफार्म के बीचों बीच गिर गये, जिसके बाद वहां अफरा-तफरी की स्थिति उत्पन्न हो गयी।

यात्री ट्रेन में चढ़ने में लगे थे। कुछ लोग महिला को बचाने के लिए दौड़े तभी ट्रेन खुल गयी और महिला अपने बच्चे के साथ प्लेटफार्म और ट्रेन के बीच फंसी रही। महिला ने हिम्मत से काम लिया वो बच्चों को लेकर इस तरह झुक गई कि किसी तरह का खरोंच तक नहीं आया। महिला ने अपनी और दोनों बच्चों को जान बचा ली।

महिला रेल पुलिस विनीता ने दोनों बच्चों को अपने गोद में लिया और रेल पुलिस अधिकारी को इसकी जानकारी दी। इस दौरान महिला का पति रवि अपना बैग छोड़कर ट्रेन से ही कूद पड़े और दौड़ते-दौड़ते बाढ़ स्टेशन पहुंचे, जिसके बाद पत्नी और बच्चों को प्राथमिक उपचार के लिए अस्पताल ले गये। उनका लगेज ट्रेन में छूट गया, जिसकी जानकारी उन्होंने 139 हेल्पलाइन नंबर पर दी। बताया जाता है कि रवि बेगूसराय के रहने वाले हैं।

जल्द ही जदयू का राजद में होगा विलय

लालू जी ने कान में कही है बड़ी बातें: गिरिराज सिंह

बेगूसराय। केंद्रीय ग्रामीण विकास और पंचायती राज मंत्री गिरिराज सिंह ने जल्द ही जदयू का राजद में विलय होने का दावा किया है। उन्होंने कर्नाटक सरकार, आईएनडीआईए गठबंधन एवं राहुल गांधी पर भी जोरदार हमला किया है। बेगूसराय प्रवास पर आए गिरिराज सिंह ने आज पत्रकारों से बात करते हुए जोरदार हमला किया है।

गिरिराज सिंह ने कहा है कि बिहार में राजनीतिक घटनाक्रम बहुत तेजी से बदल रहा है। जल्द ही नीतीश कुमार की पार्टी जदयू का राजद में विलय हो जाएगा। दिल्ली से आने के दौरान हवाई जहाज में लालू यादव ने कान में महत्वपूर्ण बातें कही है। उस पूरी बात का राजनीतिक दृष्टिकोण से खुलासा नहीं करूंगा। लेकिन उनकी बात से यह स्पष्ट हो गया है कि जदयू का राजद में बहुत जल्द विलय हो जाएगा। गिरिराज सिंह ने कहा है कि कर्नाटक में कांग्रेस की सिद्धरमैया सरकार ने हिजाब पर लगाए गए प्रतिबंध को हटा दिया है। यह सिर्फ हिजाब पर से प्रतिबंध हटना नहीं है, बल्कि इस्लामिक सरिया कानून को स्थापित किया गया है। आईएनडीआईए गठबंधन और राहुल गांधी की जहां भी सरकार बनेगी, वहां इस्लामी कानून और सरिया कानून लागू होगा। इसी तरह की साजिश चल रही है।

जहां कहीं भी आईएनडीआईए गठबंधन और कांग्रेस की सरकार बनेगी। वहां-वहां इस्लामी कानून लागू किया जाएगा। कर्नाटक में सिद्धरमैया द्वारा हिजाब पर लगाए गए प्रतिबंध को हटाने का भाजपा विरोध करती है। यह सनातन के खात्मे का सुनियोजित तरीका है। एक तरफ हलाल और दूसरी तरफ यह इस्लामी सरिया कानून गलत है। भारतीय जनता पार्टी जहां-जहां ऐसा होगा वहां विरोध करती रहेगी।

गिरिराज सिंह ने कहा है कि वीके पांडियन द्वारा प्रतिष्ठित जगन्नाथ मंदिर के भीतर बीफ प्रमोटर को अनुमति देना धर्म, इतिहास और आध्यात्मिकता की उपेक्षा है। जिम्मेदार लोगों पर त्वरित और गंभीर करवाई होनी चाहिए। बीफ प्रमोटर को मंदिर में घुसने का कोई अधिकार नहीं है। पांडियन को मंदिर के पुजारी एवं देश के सभी हिंदुओं से भी माफी मांगनी चाहिए। उड़ीसा में ही नहीं पूरे देश में इसका विरोध होना चाहिए।

बेगूसराय में लगातार हो रही घटनाओं को लेकर भी गिरिराज सिंह ने सवाल उठाया है। उन्होंने कहा कि लालू यादव के शासनकाल में 90 के दशक में जब जंगलराज चल रहा था तो यहां डॉ. रामाश्रय सिंह का अपहरण हो गया। डॉ. प्रेमचंद से फिरौती लिया गया, उसकी फिर से शुरुआत हो गई है। जंगलराज-2 में डॉ. रुपेश कुमार को पत्र लिखकर बदमाशों ने 20 करोड़ की रंगदारी मांगी है। पुलिस अभी तक अपराधी के पास नहीं पहुंची है।

उन्होंने कहा कि ऐसे में लालू यादव और नीतीश कुमार बताएं कि यहां के कारोबारी आखिर बेगूसराय में कैसे रहें, वे कहां जाएं। बेगूसराय में चार सौ से अधिक डॉक्टर हैं, सभी डॉक्टर और व्यवसायी दहशत में हैं, परेशान हैं। शराब माफिया पुलिस अधिकारी को कुचलकर मार देते हैं।

बविश्व शांति के लिए दलाई लामा सहित 33 देशों के विद्वानों ने की विशेष प्रार्थना

बोधगया (बिहार)। राज्य के बोधगया में महाबोधि मंदिर स्थित स्तूप के समीप शनिवार सुबह बोधि वृक्ष के नीचे विश्व शांति के लिए विशेष प्रार्थना की गई। इसमें तिब्बती धर्म गुरु दलाई लामा के साथ 33 देशों के बौद्ध धर्म के विद्वान और श्रद्धालु शामिल हुए।

इस दौरान दलाई लामा ने कहा कि बोधगया पावन भूमि है, जो विश्व के विशेष स्थलों में से एक है। यहां बुद्ध भूमि में आने पर हर किसी को शांति मिलती है। इस पावन भूमि में भगवान बुद्ध को ज्ञान की प्राप्ति हुई थी। यहां विश्व से लोग भगवान बुद्ध के दर्शन करने के लिए आते हैं। यहां सभी को शांति मिलती है। बोधगया विश्व की खास स्थली है।

महाबोधि मंदिर में विश्व शांति की कामना को लेकर हुए विशेष प्रार्थना में बुद्धं शरणम् गच्छामि से मंदिर परिसर गुंजायमान हो गया। विश्व शांति की प्रार्थना बौद्ध विद्वानों एवं श्रद्धालुओं ने अपने-अपने देश की भाषाओं में की। भारतीय भाषा के साथ विश्व शांति की कामना की प्रार्थना शुरू हुई। इसके बाद श्रीलंका, म्यांमार, थाईलैंड, बांग्लादेश, कंबोडिया, ताइवान, कोरिया, वियतनाम, तिब्बत जापान आदि देशों की भाषाओं में विश्व शांति की प्रार्थना की गई। तकरीबन पांच मिनट अलग-अलग देश की भाषाओं में विश्व शांति की कामना को लेकर विशेष प्रार्थना हुई।

उल्लेखनीय है कि तिब्बती धर्म गुरु दलाई लामा 15 दिसंबर को बोधगया पहुंचे थे। वे बोधगया स्थित तिब्बत मंदिर में प्रवास पर हैं। दलाई लामा बोधगया में 26 दिनों के प्रवास पर आये हुए हैं। इस दौरान तिब्बती मंदिर से लेकर महाबोधि मंदिर तक कड़ी सुरक्षा व्यवस्था की गई है।

पत्नी की मौत की खबर मिलते ही पति ने तोड़ा दम

एक साथ हुई पत्नी और पति की मौत को लोग महज संयोग मान रहे हैं

मोतिहारी। कहते हैं कि पति-पत्नी का रिश्ता सात जन्मों का होता है। पत्नी की मौत की खबर सुनकर हुई पति की मौत ने उपरोक्त कहावत को चरितार्थ कर दिया है। जिले के कल्याणपुर थाना क्षेत्र के बहुआरा हरिवंश गांव में एक दंपति की मौत हो गई है। एक साथ हुई पत्नी और पति की मौत को लोग महज संयोग मान रहे हैं। प्राप्त जानकारी के अनुसार कल्याणपुर थाना क्षेत्र के बहुआरा हरिवंश गांव के निवासी राम अयोध्या प्रसाद कुशवाहा की पत्नी 65 वर्षीया सुनैना देवी शुक्रवार की रात प्रतिदिन की भांति अपना घरेलू काम निपटा कर सोने की तैयारी में थी कि एकाएक उनकी तबियत बिगड़ गई। परिजन उन्हें आनन-फानन में चिकित्सक के यहां लेकर पहुंचे, लेकिन इलाज से पहले ही सुनैना देवी की मौत हो गई। इसी बीच किसी ने राम अयोध्या प्रसाद कुशवाहा को यह सूचना दे दी कि उनकी पत्नी की मौत हो गई है। इतना सुनते ही उनकी तबियत बिगड़ गई। परिजन उन्हें इलाज के लिए चिकित्सक के यहां ले गये, लेकिन उन्हें नहीं बचाया जा सका। कुछ ही देर के अंतराल में पत्नी और पति की हुई मौत के बाद मृतक के घर में कोहराम मच गया। मृतक 68 वर्षीय राम अयोध्या प्रसाद कुशवाहा अपने पीछे पुत्र हरेन्द्र प्रसाद कुशवाहा, वीरेंद्र प्रसाद कुशवाहा, राजू कुमार कुशवाहा, मंजय प्रसाद कुशवाहा, रवि रंजन कुमार कुशवाहा, एकमात्र पुत्री बबिता देवी एवं नाती-पोते सहित भरा-पूरा परिवार छोड़ गये हैं। मृतक राम अयोध्या प्रसाद कुशवाहा और उनकी पत्नी सुनैना देवी की शवयात्रा जब एक साथ निकली तो मौके पर मौजूद लोगों के आंखों में आंसू आ गए। कुछ घंटे के अंतराल में पत्नी और पति की हुई मौत की चर्चा इलाके में लोग खूब कर रहे हैं। ग्रामीण महिलाओं का कहना है कि सुनैना देवी सौभाग्यशाली और पतिव्रता महिला थी जिसकी मौत पति के मौत से पहले हो गई।

झोपड़ी से शराब बरामद, तस्कर फरार

बीएनएम@केसरिया। आईटीआई के समीप स्थित एक झोपड़ी से शुक्रवार को भारी मात्रा में शराब बरामद की गई है। वहीं छापेमारी की भनक लगते हीं शराब तस्कर भागने में सफल रहा। जिसकी पहचान कर ली गई है। पुलिस निरीक्षक सह थानाध्यक्ष सुनील कुमार सिंह ने बताया कि महम्मदपुर स्थित आईटीआई के समीप एक झोपड़ी में शराब होने की सूचना मिली। जिसके बाद त्वरित कार्रवाई करते हुए पीएसआई राजीव रंजन व सशस्त्र बल द्वारा छापेमारी की गई। जहाँ से 74 लीटर अंग्रेजी शराब व 415 पीस फ्रूटी बरामद की गई। वहीं तस्कर भाग निकले। जिसकी पहचान महम्मदपुर दुम्मा के सुनील सहनी, नगीना सहनी व मुन्नीलाल सहनी के रूप में की गई है। इन लोगों के विरुद्ध मद्य निषेध अधिनियम के तहत मामला दर्ज कर अग्रतर कार्रवाई की जा रही है।

'विज्ञान प्रौद्योगिकी और समाज' विषय पर एक दिवसीय सेमिनार का आयोजन

मोतिहारी। महात्मा गांधी केंद्रीय विश्वविद्यालय के चाणक्य परिसर में समाजशास्त्र विभाग द्वारा आज एक दिवसीय सेमिनार का आयोजन किया गया। आयोजन में सम्मानिय वक्ता के रूप में जेएनयू के बायोटेक्नोलॉजी विभाग के पूर्व प्रोफेसर डॉ. संतोष के. कर व मुख्य-वक्ता के रूप में आइएनएसएसए के शोध काउंसिल सदस्य व दिल्ली विश्वविद्यालय के इतिहास विभाग के पूर्व प्रोफेसर डॉ.जगदीश एन सिन्हा मौजूद रहे।

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए डॉ संतोष के. कर ने कहा कि हमारी जिंदगी कई तरह की बिमारियों से प्रभावित हो रहा है जिसमें दुनिया में सबसे अधिक जानें लेने वाले बिमारी में से एक मलेरिया है। आज भारत तेजी से विकास कर रहा है। लेकिन मच्छर -जनित बिमारियों से निजात पाना अब भी मुश्किल हो रहा है। यह हम सबों के लिए बड़ी चुनौती है। कार्यक्रम में मुख्य वक्ता के रूप में मौजूद डॉ. जगदीश एन सिन्हा ने कहा कि यदि विज्ञान को इतिहास की दृष्टि से देखा जाए और पढ़ा जाए तो आम विद्यार्थीयों और नागरिकों के समझ में भी आयेगा और समाज का सर्वांगीण विकास होगा। इन सब से बढ़ कर यदि देखा जाए तो विकास की प्रक्रिया में हमें यह खास ध्यान रखना होगा कि हमें प्रकृति से रेस नहीं समन्वय बनाए रखना है। कार्यक्रम के संरक्षक के रूप में सामाजिक विज्ञान संकाय के डीन प्रो. सुनिल महावर , व सह संरक्षक के रूप में समाजशास्त्र विभागाध्यक्ष डॉ. सुजीत कुमार चौधरी मौजूद रहे। कार्यक्रम का संचालन कार्यक्रम के समन्वयक समाजशास्त्र विभाग के सहायक प्रोफेसर मृत्युंजय कुमार यादवेन्दु ने किया। धन्यवाद ज्ञापन डॉ. श्वेता ने किया।

बीजेपी प्रदेश अध्यक्ष सम्राट चौधरी की जनसभा को सफल बनाने को लेकर कार्यकर्ताओं ने की बैठक

पताही। प्रखंड के बख़री हाई स्कूल के प्रांगण चिरैया विधायक लालबाबु प्रसाद गुप्ता के अध्यक्षता में 27 दिसंबर को भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष सम्राट चौधरी के कार्यक्रम के सफल बनाने को लेकर बखरी भाजपा कार्यालय में शनिवार को बैठक का आयोजन किया गया। बैठक को संबोधित करते हुए भाजपा विधायक लालबाबू प्रसाद गुप्ता ने कहा कि बख़री हाई स्कूल के प्रांगण में 27 दिसंबर को भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष सम्राट चौधरी शेखपुरवा के रास्ते बखरी पहुंच कर कार्यक्रम को संबोधित करेंगे। सर्वप्रथम प्रदेश अध्यक्ष सम्राट चौधरी बख़री विधायक आवास पर बिधायक लालबाबु प्रसाद गुप्ता के पत्नी स्व उमा देवी के प्रतिमा का अनावरण करेंगे। जिसके बाद बख़री उच्च विद्यालय के प्रांगण में जनसभा को संबोधित करेंगे। साथ ही प्रदेश अध्यक्ष जिला भाजपा कार्यसमिति के बैठक को संबोधित करेंगे।

विधायक ने कहा कि प्रदेश अध्यक्ष का पताही में जिला किसान मोर्चा जिला अध्यक्ष सह मुखिया कृष्ण मोहन कुमार सिंह के द्वारा पताही थाना गेट पर लगे गांधी शिलापट्ट के निकट लडडू से तौला जायेगा। इसके बाद बख़री में सिक्का से कार्यकर्ताओ द्वारा तौला जायेगा। बैठक में मुखिया कृष्णमोहन सिह, मुखिया सुनील कुमार, मंडल अध्यक्ष टुन्टुन सिह, मुकेश साह, अभय प्रताप सिह उर्फ गुड्डू सिह, चुनचुन सिह, नितेश मिश्रा, आनंद किशोर मिश्र, मंगनी झा, प्रमोद साह, आंनद कुमार सहित सैकड़ों भाजपा कार्यकर्ता उपस्थित थे।

चर्चा | पार्षद बोले, जिला सरकार बदलने की कोई गुंजाइश नहीं

जिला पार्षदों ने बखरी बाजार में की बैठक

मोतिहारी। जिला पार्षदों की एक बैठक शनिवार को पताही के जिप प्रतिनिधि गुड्डू सिंह के बखरी बाजार आवास पर हुई। जहां जिप अध्यक्ष ममता राय जिप उपाध्यक्ष गीता देवी सहित करीब 50 से 53 पार्षद मौजूद थे। बैठक के दौरान सभी पार्षदों ने एक राय बनाकर कहा कि जिला सरकार बदलने की कोई गुंजाइश नहीं है। हम सब एक हैं। पार्षदों ने जोर देकर यह भी कहा कि हम लोगों ने ममता राय और गीता देवी को अध्यक्ष और उपाध्यक्ष पूरे 5 साल के लिए बनाया है।

कार्यकाल के बीच में हटाने और किसी दुसरे को बनाने का सवाल ही नही उठता है। राजनीति गलियारों में ऐसी चर्चाएं होती रहती है। इसको गंभीरता से लेने की कोई जरूरत नहीं है। जब कुल 57 पार्षदों में से तीन चार पार्षदों को छोड़ 52-53 पार्षद एक साथ बैठक में भाग ले रहे हैं। इसके पूर्व में भी कई बैठकें हो चुकी है। जहां हम लोग बार-बार इस बात को दोहरा चुके हैं की सत्ता परिवर्तन की कोई संभावना नही है। सभी पार्षदों के क्षेत्र में विकास का कार्य चल रहा है।

जब सब कुछ ठीक-ठाक चल रहा है तो फिर अविश्वास प्रस्ताव लगाने की बात का चर्चा करने का क्या औचित्य है। कोई उलटफेर होने वाला नही है। बल्कि हकीकत यह है कि हम लोगों ने 5 साल के लिए ममता राय को अध्यक्ष और गीता देवी उपाध्यक्ष को चुना है। ये दोनों 5 साल तक रहेंगे और अपनी कार्यकाल पूरी करेंगे। इसमें किसी को संदेह नहीं होना चाहिए। एक बार फिर हम पार्षदों ने अध्यक्ष और उपाध्यक्ष की मौजूदगी में ऐलान कर दिया है कि हम सब साथ साथ हैं। यहां किसी का दाल गलने वाला नही है। हम सब चट्टानी एकता के साथ खड़े हैं। एक सवाल के जवाब में जिप अध्यक्ष ममता राय ने कहा कि सत्ता परिवर्तन की बात निराधार है। हम जिला पार्षद एक परिवार हैं। जब परिवार के सभी सदस्य एक साथ हैं तो इस तरह के चर्चा करना ही बेकार है।

पिकअप के ठोकर से छात्र की मौत

तुरकौलिया

मोतिहारी-अरेराज मुख्य सड़क पर तुरकौलिया चौक के नजदीक एक लापरवाह पिकअप चालक ने ठोकर मारकर एक छात्र को मौत के घाट उतार दिया। दुसरा छात्र गंभीर रूप से घायल हो गया है। ठोकर मारकर चालक गाड़ी छोड़कर भाग रहा था। ग्रामीणों ने पकड़कर पुलिस के हवाले कर दिया। चालक नशे के हालत में था जो शराब पीकर धुत था।

घटना के बारे में बताया जाता है कि तुरकौलिया पूर्वी पंचायत के बैरिया बाजार का छात्र इदु आलम और राहुल कुमार दोनों एक ही साइकिल से श्री राजा राम हाई स्कूल में पढ़ने जा रहे थे। दोनों नौवीं क्लास का छात्र थे। इसी दौरान अरेराज के तरफ से तेज रफ्तार में आ रहे पिकअप गाड़ी ने ओवर टेक करते हुए उलटा साइड आकर दोनों छात्रों को रौंद डाला। घटना स्थल पर एक छात्र अलाउद्दीन मियां का पुत्र 16 वर्षीय इदु की घटना स्थल पर ही मौत हो गई। वही दिनेश मांझी का पुत्र राहुल जो गंभीर रूप से घायल हो गया था। उसे तुरंत हास्पिटल पहुंचाया गया। घटना को लेकर आक्रोशित लोगों ने मुख्य सड़क को करीब दो घंटों तक जाम किया था। मृतक के परिजन मुआवजे देने और दोषी को सजा देने की मांग कर रहे थे। पुलिस प्रशासन और जनप्रतिनिधियों ने किसी तरह से समझा बुझाकर जाम समाप्त करवाया। बीडीओ रमेंद्र कुमार ने बताया कि कागजी प्रक्रिया पुरी करने के बाद मृतक के परिजन को आपदा विभाग से सहायता राशि दी जाएगी। वही थानाध्यक्ष अनील कुमार ने बताया कि शव का पोस्टमार्टम कराकर मृतक के परिजनों को सौंप दी गई है। आवेदन मिलने पर प्राथमिकी दर्ज की जाएगी।

बीइओ के साथ शिक्षक ने किया दुर्व्यवहार बीइओ थाने में दर्ज कराया प्राथमिकी

पताही। प्रखंड मुख्यालय के मध्य विद्यालय कन्या में अनुपस्थित शिक्षक का बीइओ अरबिंद कुमार तिवारी द्वारा हाजरी काटने से नाराज शिक्षक द्वारा बीइओ कार्यालय में पहुँच कर बीइओ अरविंद तिवारी के साथ गाली गलौज एवं धमकी देने के मामले में बीइओ तिवारी ने थाने में आवेदन देकर उक्त शिक्षक पर प्राथमिकी दर्ज कराया है।

थाना में दिये गय आवेदन में बीइओ तिवारी ने कहा है कि मैं दिनांक 22 दिसंबर 2023 को प्रखंड मुख्यालय स्थित मध्य विद्यालय कन्या का 9.30 AM बजे निरीक्षण करने पहुंचा। निरीक्षण के दौरान विद्यालय के शिक्षक मो शोएब अनुपस्थित थे। मेरे द्वारा विद्यालय शिक्षोतर पंजी पर मो शोएब के अनुपस्थिति को क्रॉस कर दिए। इसी रंजिस से शिक्षक मो शोएब द्वारा दो बजे बीआरसी स्थित मेरे कार्यालय में उपस्थित होकर मेरे साथ अभद्र व्यवहार करते हुये गली गलौज की गई एवं सरकारी कार्य मे बाधा डालते हुये। टेबुल पर रखे कागजात को फार कर भेक दिया। और जान मारने की धमकी देते हुये प्रकोष्ठ से बाहर चले गये। बीइओ तिवारी ने बताया कि मध्य विद्यालय पताही कन्या के निरीक्षण के दौरान अनुपस्थित शिक्षक मो शोएब का हाजरी काटने से नाराज होकर उक्त शिक्षक द्वारा बीआरसी में आकर मेरे साथ गली गलौज कर सरकारी कार्य मे बाधा डाल कागजात फार कर जान मारने का धमकी दिया गया है। जिसको लेकर मेरे द्वारा थाने में प्राथमिकी दर्ज करने को लेकर आवेदन दिया गया है।

घटना के संबंध में थानाध्यक्ष संजीव कुमार सिह ने बताया कि बीइओ अरविंद कुमार तिवारी के द्वारा दिये गये आवेदन पर थाने में प्राथमिकी दर्ज कर पुलिस घटना का जांच शुरू कर दिया है।

अतिक्रमित सड़क को कराया गया मुक्त

बीएनएम@केसरिया। प्रखण्ड क्षेत्र के खिजिरपुरा बेनीपुर पंचायत के रामाज्ञा में शनिवार को अतिक्रमण हटाया गया। अंचलाधिकारी प्रवीण कुमार सिन्हा ने बताया कि रामाज्ञा टोला की प्रभावती कुँवर ने चहारदीवारी कर सड़क अवरुद्ध किया था इस मामले में रामाज्ञा के बागेश कुमार के आवेदन के आलोक में कार्रवाई करते हुए चहारदीवारी तोड़ी गई। साथ हीं वहां रखे गए लकड़ी व अन्य सामान हटाकर सड़क को अतिक्रमणमुक्त कराया गया। कार्रवाई के समय एसआई अनिता कुमारी व सशस्त्र बल मौजूद थे।

निरीक्षी पदाधिकारी ने कॉलेज का किया निरीक्षण

बीएनएम@मोतिहारी

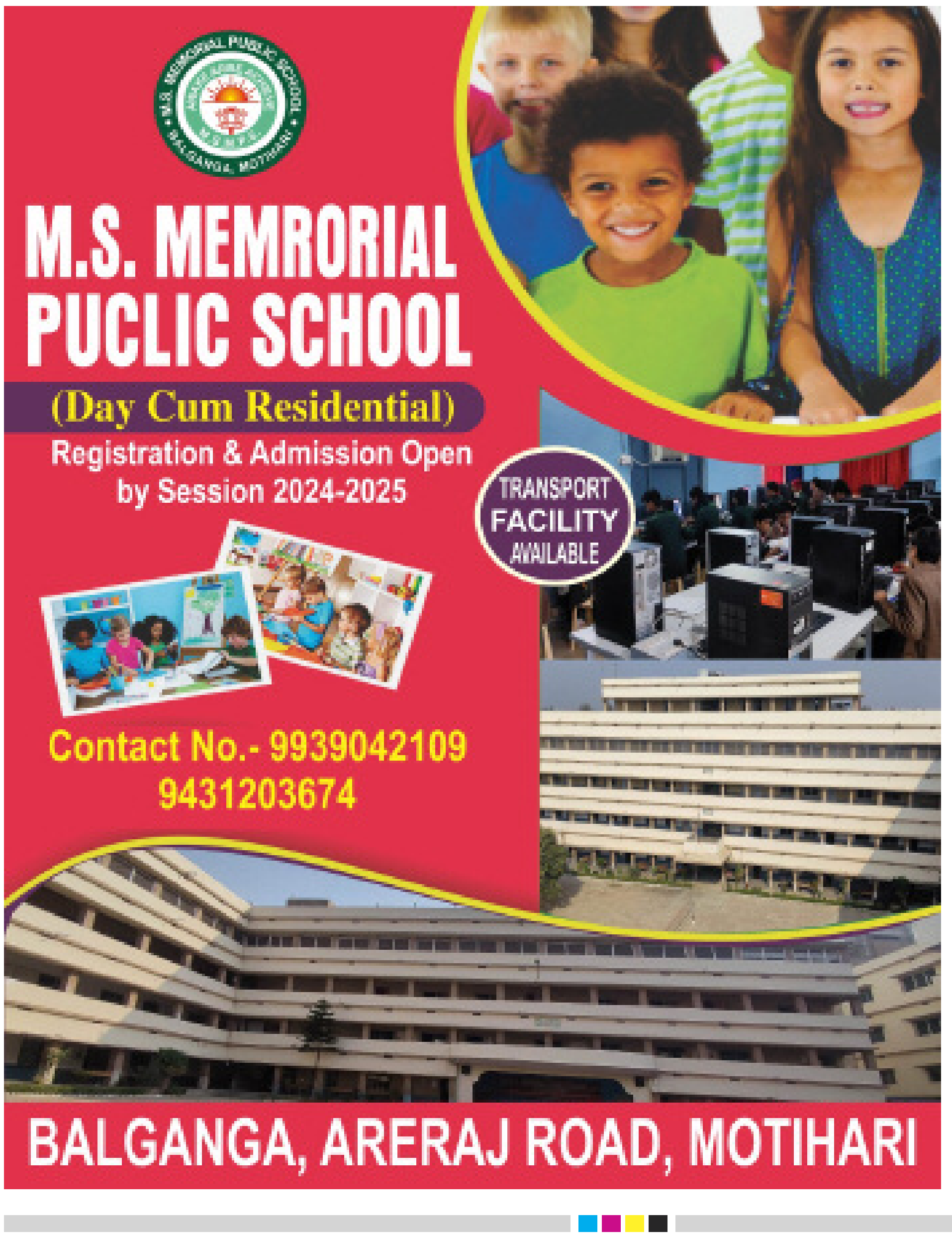
शहर के लक्ष्मी नारायण दूबे महाविद्यालय में शुक्रवार उच्चतर शिक्षा परिषद्,बिहार सरकार, पटना के पीएमजी आदित्य कुमार द्वारा निरीक्षण किया गया। उन्होंने एडमिनिस्ट्रेटिव ब्लॉक, कार्यालय कक्ष, जेन्स ट्वायलेट, गर्ल्स ट्वायलेट, कॉमन रूम, सभी वर्ग कक्ष, परीक्षा विभाग, सभी प्रयोगशाला, पुस्तकालय, लैंग्वेज लैब, रिसर्च एंड डेवलपमेंट सेल, बीबीए, बीसीए, बीएड, सभागार, जिम, क्रीड़ा मैदान इत्यादि का सूक्ष्मता पूर्वक निरीक्षण किया। उन्होंने यहां वोकेशनल बिल्डिंग में चल रही बीबीए, बीसीए का भी मुआयना किया तथा लैब से बच्चों को अधिक से अधिक जुड़ाव पर जोड़ दिया।

निरीक्षी पदाधिकारी आदित्य कुमार ने समय सारणी के अनुकूल संचालित कक्षाओं की जानकारी ली तथा इसपर हर्ष अभिव्यक्त किया। उन्होंने यहां के सभी शिक्षकों को अपने काम के प्रति संजीदा देखकर प्रसन्नता व्यक्त किया। उन्होंने भावी नैक मूल्यांकन के द्वितीय चक्र के लिए सभी शिक्षक एवं कर्मचारियों को जी जान से जुड़ जाने की सलाह दी।

शिक्षा विभाग के निरीक्षी पदाधिकारी ने यहां पदस्थापित सभी नियमित शिक्षकों, अंशकालीन अतिथि शिक्षकों व शिक्षकेतर कर्मचारियों की भौतिक उपस्थिति का अनुश्रवण करते हुए सभी का परिचय प्राप्त किया। उन्होंने यहां प्राचार्य प्रो.अरूण कुमार के साथ भौतिकी, रसायन शास्त्र, वनस्पति विज्ञान, जंतु विज्ञान, मनोविज्ञान एवं भूगोल की कार्यशील प्रयोगशालाओं का भी अवलोकन किया।

उन्होंने पुस्तकालय की भंडार पंजी एवं वितरण पंजी का भी अवलोकन करते हुए इससे अधिकतम विद्यार्थियों को लाभान्वित करने का सुझाव दिया। यहां स्मार्ट क्लास रूम की संख्या बढ़ाने, खेल के मैदान को और अधिक क्रियाशील बनाने, दूसरे शैक्षणिक संस्थाओं से एमओयू करने हेतु निर्देशित किया। प्राचार्य प्रो.अरूण कुमार ने निरीक्षी पदाधिकारी आदित्य कुमार के समक्ष इस महाविद्यालय के गणित, मनोविज्ञान एवं अंग्रेजी विभाग में शिक्षकों की कमी पर ध्यान आकर्षित किया।

मीडिया प्रभारी डॉ. प्रभाकर कुमार के अनुसार निरीक्षक आदित्य कुमार के द्वारा कॉलेज की व्यवस्था पर संतोष व्यक्त किया तथा जल्द ही इस महाविद्यालय को भविष्य में स्वायत्तशासी संस्थान बनने की शुभकामना दी।



समीक्षा: टिकाऊ चमचों की वापसी वैचारिक व्यंग्य संग्रह है

विवेक रंजन श्रीवास्तव, भोपाल

किताब की शुरुवात लेखक के मन में उद्भूत विचारों से होती है. लेखक लिखता है . कम्पोजर कम्पोज कारता है. अक्षर शब्द और शब्द वाक्य बन जाते हैं, भाव मुखर हो उठते हैं. प्रकाशक छापता है. समारोह पूर्वक किताबों के विमोचन होते हैं. समीक्षक चर्चा करते हैं. किताब विक्रेता से होते हुये पाठक तक पहुंचती है. पाठक जब पुस्तक पढ़कर लेखक की वैचारिक यात्रा में बराबरी से भागीदारी करता है, तब किंचित यह यात्रा गंतव्य तक पहुंचती लगती है.

रचना के दीर्घगामी प्रभाव पड़ते हैं. लेखक सम्मानित होते हैं, पाठक रचनाकार के प्रशंसक, या आलोचक बन जाते हैं. अर्थात किताब की यात्रा सतत है, लम्बी होती है. अशोक व्यास व्यंग्य के मंजे हुये प्रस्तोता हैं. टिकाऊ चमचों की वापसी उनकी दूसरी किताब है. सुस्थापित लोकप्रिय, भावना प्रकाशन से यह कृति अच्छे गेटअप में प्रकाशित है.

सूर्यबाला जी ने प्रारंभिक पन्नो में अपनी भूमिका में पाया है कि लेखक अपने व्यंग्य कर्म में कहिं भी असावधान नहीं है. लालित्य ललित ने संग्रह के व्यंग्य पढ़कर आशा व्यक्त की है कि अपने आगामी संग्रहों में लेखक की चिंताये और व्यापक व अंतर्राष्ट्रीय हों. इस संग्रह में बत्तीस व्यंग्य हैं. पाठको के लिये विषयों पर सरसरी नजर डालना जरूरी है. अंग्रेजी घर पर है?, अजब गजब मध्य प्रदेश, अध्यक्ष जी नहीं रहे. अध्यक्ष जी अमर रहें, आइए सरकार, जाइए, आभासी दुनिया का वास्तविक बन्दा, कलयुग नाम अधारा आपका आधार कार्ड, कृत्रिम बुद्धिमत्ता का भारतीय तरीका, कोरोना कल्चर का प्रभाव, कोरोना की कृपा, गोद ग्रहण समारोह, जा आ आ जा आ आ दू!

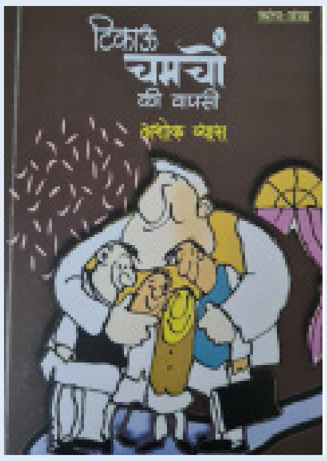
जा आ आ दू, टिकाऊ चमचों की वापसी, ताली बजाओ ताल मिलाओ, दामाद बनाम फूफाजी, बुरा नहीं मानेंगे... चुनाव है, भारत निर्माण यात्रा, मध्यक्षता करा लो... मध्यक्षता, रंगबाज राजनीति, लिव आउट अर्थात छोड़ छुट्टा, विश्व युद्ध की संभावना से अभिभूत, सड़क बनाएँ, गड्ढे खोदें सतर्क मध्यमार्गी, सत्तर प्लस का युवा गणतन्त्र, साहित्यमति का बाहुबली साहित्यकार, सेवा के लिए प्रवेश, ज्ञान के लिए प्रस्थान, सोशल मीडिया के ट्रैफिक सिग्नल, हलवा वाला बजट, हाँ. मैं हूँ सुरक्षित!

होली के रंग बापू के संग, ईश्वर के यहाँ जल वितरण समस्या, जैसे दूरदर्शन के दिन फिरे और पोस्ट वाला ऑफिस डाकघर शीर्षकों से हजार, पंद्रह सौ शब्दों में अपनी बात कहते व्यंग्य लेखों को इस पुस्तक का कलेवर बनाया गया है. टाइटिल लेख टिकाऊ चमचों की वापसी से यह अंश उधृत करता हूं, जिससे आपको रचनाकार की शैली का किंचित आभास हो सके. प्लास्टिक के चमचों की जगह फिर धातुओ के चम्मचों का इस्तेमाल पसंद किया जा रहा है, यूज एण्ड थ्रो के जमाने में स्थायी और टिकाउ चमचों की वापसी स्वागत योग्य है . वह चमचा ही क्या जो मंह लगाने के बादस फेंक दिया जाये ... जैसे स्टील के चमचों के दिन फिरे ऐसे सबकें फिरें ... . अशोक व्यास अपने इर्द गिर्द से विषय उठाकर सहज सरल भाषा में व्यंग्य के संपुट के संग थोड़ा गुदगुदाते हुये कटाक्ष करते दिखते हैं.

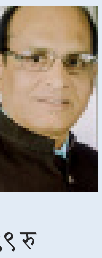
परसाई जी ने लिखा था बलात्कार कई रूपों में होता है . बाद में हत्या कर दी जाती है . बलात्कार उसे मानते हैं जिसकी रिपोर्ट थाने में होती है. पर ऐसे बलात्कार असंख्य होते हैं जिनमें न छुरा दिखाया जाता है न गला घोंटा जाता है, न पोलिस में रपट होती है।

अशोक जी ने हम सबके रोजमर्रा जीवन में हमारे साथ होते विसंगतियों के ऐसे ही बलात्कारों को उजागर किया है, जिनमें हम विवश यातना झेलकर बिना कहीं रिपोर्ट किये गूंगे बने रहते हैं . उनकी इस बहुविषयक रिपोर्टो पर क्या कार्यवाही होगी? कार्यवाही कौन करेगा? सड़क पर लड़की की हत्या होती देखने वाला गूंगा समाज? व्हाटस अप पर क्रांति फारवर्ड करने वाले हम आप? या प्यार को कट पीसेज में फ्रिज में रखकर प्रेशर कुकर में प्रेमिका को उबालकर डिस्पोज आफ करने वाले तथाकथित प्रेमी?

हवा के झोंके में कांक्रीट के पुल उड़ा देने वाले भ्रष्टाचारी अथवा सत्ता के लिये विदेशों में देश के विरुद्ध षडयंत्र की बोली बोलने वाले राजनेता ? इन सब के विरुद्ध हर व्यंग्यकार अपने तरीके से, अपनी शैली में लेखकीय संघर्ष कर रहा है . अशोक व्यास की यह कृति भी उसी अनथक यात्रा का हिस्सा है . पठनीय और विचारणीय है .



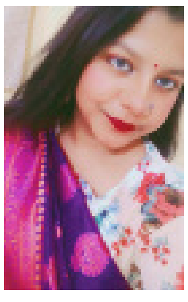
पुस्तक चर्चा



टिकाऊ चमचों की वापसी
अशोक व्यास
भावना प्रकाशन, दिल्ली
संस्करण २०२१
अजिल्द, पृष्ठ १२८, मूल्य १९९ रु
चर्चा... विवेक रंजन श्रीवास्तव, भोपाल

मैं कह सकता हूं कि टिकाऊ चमचों की वापसी वैचारिक व्यंग्य संग्रह है. अशोक व्यास संवेदना से भरे, व्यंग्यकार हैं . संग्रह खरीद कर पढ़यि आपको आपके आस पास घटित, शब्द चित्रों के माध्यम से पुनः देखने मिलेगा . हिन्दी व्यंग्य को अशोक व्यास से उम्मीदें हैं जो उनकी आगामी किताबों की राह देख रहा है.

एक लम्बी उड़ान सफलता की ओर



ये है जानभी चौधुरी, जो की ओड़शिा की रहने वाली है। ये एक ग्रेजुएट शिक्षक है। इन्हे संगीत गाना, पेन स्केच करना, प्रकृति फोटोग्राफी करना, सबकी मदत करना, नया कुछ सिखना और नृत्य करना बेहत पसंद है। पहले से इनको लिखना इतना पसंद नहीं था, मगर इनके जीवन में कुछ ऐसा हुआ की, वह डिप्रेशन से गुजरने लगी थी, उनकी मानसिक स्थिति का असर उनके पढ़ाई और तबीयत पर होने लगा, उनकी दशा बहुत बुरी हो गयी थी मगर तभी से उन्होंने लिखना शुरू किया, अपने अंदर के जज़्बातों को कागज़ में ज़ाहिर करना शुरू किया।

अपने हाल को शब्दों में पिरोना शुरू किया। मगर वह कभी हार नहीं मानी और डटकर अपने परिस्थिति का सामना किया और तब इनके माता -पिता ने ही इनका खोया हुआ आत्मबिस्वास बढ़ाया।

वह कहती है, सब हमे समझाने लगे मगर असर तब हुआ जब हम खुदके साथी बने, खुदसे प्यार करना सीखा और अँधेरे में गिरते -संभलते उसने अकेले रोशनी में चलना सिख ही लिया। और आज उन्हे लिखते -लिखते 3-4 साल हो गए हैं।

वह बिश्वास करती है, जो पहले लिखना

पसंद नहीं करती थी आज उसी लेखन से उसके जीवन को एक नयी दिशा दे दी है और ऐसी कोई जगह नहीं है की, जहाँ उनका लिखन न हो, उन्हे कविता, गद्य, शायरी, मोटिवेशनल स्टोरी और अनुच्छेद लिखना बहुत पसंद करती हैं।

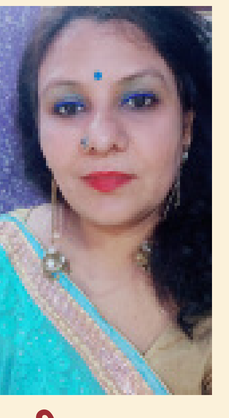
स्टोरी मिरर पर भी उनका लिखन है और वह पॉडकास्ट भी करती है। आज न जाने कितने भटके लोगों को वह रास्ता दिखा चुकी हैं। उनका लक्ष्य है की वह सबकी मदत करें, जिस अवस्था से वह गुज़र चुकी है, उससे कोई और न गुज़रे

।वह समाज के लिए आज के युवा के लिए अपने लिखन के माध्यम से मदत करना चाहती है। उनका इंस्टाग्राम पेज है, जहाँ वह 2000+ से ज़्यादा लोगों से जुडी हुई है, अपने लिखन और वॉइस ओवर रील्स के माध्यम से। उनका लक्ष्य है, की वह कभी करोड़ों लोगों की आवाज़ बने, एक मोटिवेशनल स्पीकर बने और लोगों को प्रेरित करें। ये बहुत संकलन में काम कर चुकी है अभी भी कर रही है, बहुत संकलन में ये खुद संकलक भी रह चुकी हैं। इनकी अपनी संकलन है, कलयुग- काल का युग, दिल की बातें (Sarvad Publication), हाल -ए -ज़िंदगी - The Untamned (Brown Page Publication), Culture Vs Modernity (Ek Shayar Ki Baate Publication), 90's Memories-The Nostalgia Alert (Uniq Publication) और हाली में लांच हुआ है, माँ -एक सच्ची कहानी, एक संघर्ष की निशानी (JEC Publication) और बहुत से समाचार पत्र में भी प्रकाशित हुई है। जैसे की, संस्कार समाचार, The Gram Today समाचार, Redhanded समाचार, हम हिंदूस्तानी USA (एक साप्ताहिक हिंदी बिदेशी समाचार पत्र), Coalfield Mirror समाचार, युग जागरण समाचार, दैनिक रोशनी समाचार, रुहेला टाइगर्स टाइम्स समाचार, दैनिक साहित्य समाचार, इंदौर समाचार, भारत टाइम्स समाचार, झंझट टाइम्स और राजगीर फ्रंटलाइन समाचार पत्र।इन्हे बहुत पदक, सम्मान पत्र और ट्रॉफी से सम्मानित किया गया है।

विश्वाकाश ग्रंथ रचनाकार के द्वारा सम्मानित पत्र प्राप्ति हुई है इन्हे। विश्वाकाश के चमकते सूर्य 2023 में मिला है इन्हे सम्मान पत्र।

इनकी पुस्तके Amazon, Flipkart पर है और Play Book Store पर भी है। और ये सफलता का श्रेय अपने ईश्वर, अपने पिता -माता और अपने करीबी लोगों को देती है।और बिश्वास करती है की अगर आत्मबिस्वास हो तो इंसान अपनी परिस्थिति का सामना कर, अपनी किस्मत खुद बदल सकता है।

संध्या चतुर्वेदी, मथुरा, उप्र



कैसी यह मुहब्बत

कैसी यह मुहब्बत है दोस्तो
कट रही रोज टुकडों में दोस्तों

जब प्यार था तब घर वार छोड़ दिया
आज उस ने ही यार प्यार छोड़ दिया

दिल से उतार फैंक दो उसे तुम
जिसने तुझे दिल से निकाल दिया

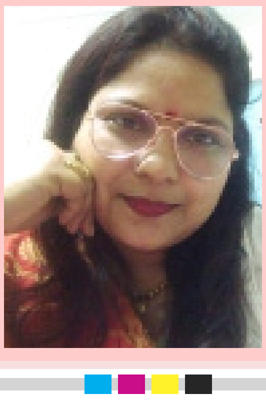
सौ टुकड़ो में कटने से अच्छा है
कि अकेले जिंदा रह लेना दोस्तों

जिंदगी जीने की सौ वजह ढूंढ लेना दोस्तों
तुम्हारे साथ जो हो रहा उस से उबर कर

दूसरों के लिए थोड़ा जी लेना दोस्तों
गम न करना मुहब्बत गंवाने का जरा भी

मिलती नहीं यह जिंदगी दुबारा तो
कुछ अपनी फिक्र कर लेना दोस्तों।।

ममता सिंह राठौर कानपुर



कदम भी अपना सफर

मोहब्बत लिखा तो पूछा यह क्या लिखा
नफरतों में यही सवाल किसके लिए लिखा।।

अरे बाबा लिखने दीजिए ख़ुद से जीने दीजिए
मन के विस्तृत आंगन में आने _ जाने दीजिए।।

अनुभवों के रंग से जिंदगी रगने दीजिए
अरे बाबा जिंदगी के स्वाद को चखने दीजिए।।

हदों के पार का ख़ामोश देखिए
मोल _तोल के बीच का झोल देखिए।।

अरे देखिए तो सही
जिंदगी का कड़वा कठोर देखिए
कदम भी अपना सफर भी अपना चलते चलिए।।

कही _सुनी कुछ _तुड़ी मुड़ी
मीठी खट्टी मिली जुली
यह जिंदगी किसकी खातिर,
मन के माफिक कौन है साथी।।

आसान विधि से बनाएं बनारसी दम आलू

बनारस के स्वाद की बात ही कुछ और है। एक बार यहां के जायकों को चखने के बाद सालों तक आप उस स्वाद को भूल नहीं सकते। तो आइए ऐसी ही एक डिश करते हैं ट्राय बनारसी दम आलू।

कितने लोगों के लिए : 4

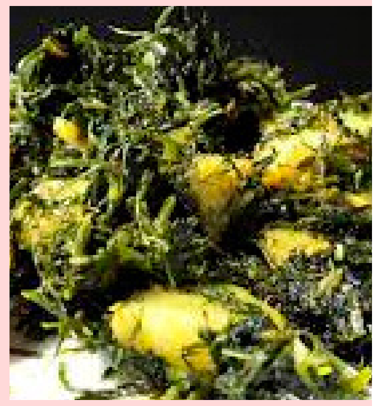
सामग्री : 10-15 उबले हुए (एकदम छोटे आकार के), 2-3 चम्मच सरसों का तेल, 1 चुटकी हींग, 2 हरे लहसुन की पत्तियां कटी हुई, 1 टीस्पून जीरा, 2 टेबलस्पून धनिया, 1 टीस्पून जीरा, 1 टीस्पून सरसों के दाने, 1 टीस्पून सौंफ, अजवाईन, कलौंजी, 4 से 5 साबूत लाल मिर्च, 1 टीस्पून हल्दी पाउडर, 2 टेबलस्पून अमचूर पाउडर, स्वादानुसार नमक, 2 टेबलस्पून हरी धनिया की पत्तियां

विधि :

- उबले आलुओं से छील लें या फिर ऐसे ही बीच से चीरा लगा।
- एक बड़ी लोहे की कढ़ाही रखें और तेल गर्म करें।
- अब उसमें कटी हुई लहसुन की पत्तियां और हींग डालकर भूनें इसके बाद आलुओं को कढ़ाही में डालकर 15 से 20 मिनट तक भूनें।
- इस समय सभी खड़े मसालों को हल्का गर्म करें और दरदरा पीसकर तैयार करें।
- जब आलू एकदम सुनहरा भून जाए तो उसमें पीसा हुआ मसाला, हल्दी, आमचूर पाउडर और नमक डालकर मिलाएं।
- आलू को मसालों के साथ भी पांच मिनट तक अच्छी तरह से मिलाएं लें।
- अब धनिया पत्ती डालें और हरी चटनी के साथ गर्मागर्म सर्व करें।

स्वादिष्ट आलू-मेथी की सब्जी बनाने के लिए आसान स्टेप्स

टेस्टी आलू-मेथी सब्जी बनाने के लिए ये रेसिपी आजमा सकते हैं। आप इसे पराठे या रोटी के साथ सर्व कर सकते हैं।



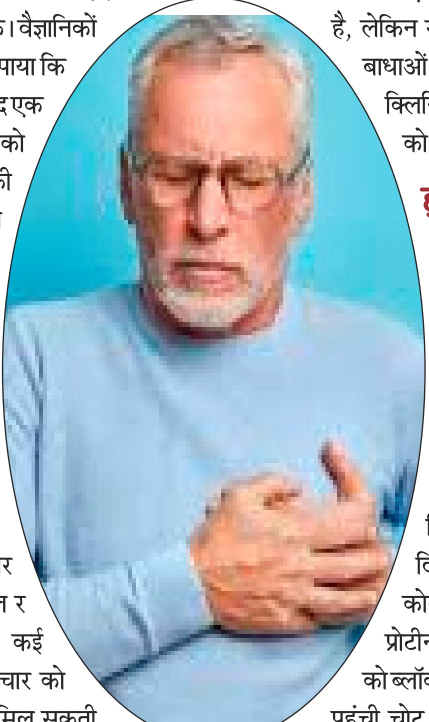
कितने लोगों के लिए : 4

सामग्री : 4 आलू, 1 कप कटे हुए मेथी, 3-4 लहसुन की कली, 2-3 हरी मिर्च, 1 टी स्पून लाल मिर्च पाउडर, 1 टी स्पून हल्दी पाउडर, 1 टी स्पून गरम मसाला पाउडर, 2-3 चम्मच तेल, स्वादानुसार नमक

विधि : -सबसे पहले आलू धो लें और इसे टुकड़ों में काट लें। अब कढ़ाई में तेल गर्म करें, इसमें मिर्च और लहसुन चटकाएं। फिर कटे हुए आलू और मेथी डालें। इसे कुछ देर तक पकाएं। जब सब्जी की पानी सूखने लगे, तो नमक और मसाले मिलाएं। कुछ देर तक भून लें, जब आलू पक जाए, तो गैस बंद कर दें।

नया शोध : हार्ट अटैक के बाद अब सेल प्रोग्रामिंग की मदद से दिल को किया जाएगा रिपेयर

वैज्ञानिकों ने सेलुलर प्रोग्रामिंग का लाभ उठाने के लिए प्रोटीन के एक समूह की पहचान की है। जिससे दिल की कोशिकाओं को पहुंचे नुकसान को काफी हद तक कम किया जा सके। वैज्ञानिकों ने शोध के दौरान पाया कि दिल के दौरे के बाद एक चूहे के दिल को पहुंची चोट की मरम्मत सफल तरीके से कैसे की जा सकती है। अमेरिका के सैनफोर्ड बर्नहैम प्रीबिस में हुई रिसर्च के निष्कर्ष में पाया गया कि इससे हृदय, पार्किंसंस रोग और न्यूरोमस्कुलर बीमारियों सहित कई बीमारियों के उपचार को बदलने में मदद मिल सकती है।



सेलुलर प्रोग्रामिंग क्या है

शरीर की कोशिकाएं चुनी गई जीन्स को चालू और बंद करने की क्षमता रखती हैं। जैसे- वे कैसे दिखते हैं और वह क्या करते हैं, उसे बदलना ही सेलुलर प्रोग्रामिंग का आधार है। यह पुनर्योजी चिकित्सा का एक उभरता हुआ दृष्टिकोण है, जिसमें वैज्ञानिक क्षतिग्रस्त या घायल शरीर के ऊतकों की मरम्मत के लिए कोशिकाओं को बदलते हैं।

सैनफोर्ड बर्नहैम प्रीबिस के असिस्टेंट प्रोफेसर और रिसर्च के लीड लेखक, एलेक्जेंडर कोलास ने बताया कि, हार्ट अटैक के बाद अगर एक व्यक्ति बच भी जाता है, तब भी उसके दिल को भारी नुकसान जरूर पहुंचा होता है, जिसकी वजह से दिल की दूसरी बीमारियों का जोखिम और बढ़ जाता है। उन्होंने कहा, थिअरी में सेलुलर प्रोग्रामिंग, हमें किसी भी कोशिका की गतिविधि और उपस्थिति को नियंत्रित करने का मौका देती है।

यह कॉन्सेप्ट शरीर को खुद को दोबारा ठीक करने में बड़ी मदद प्रदान करता है, लेकिन रीप्रोग्रामिंग तंत्र की बाधाओं ने विज्ञान के लैब से क्लिनिक तक के सफर को रोका हुआ है।

हुई चार तरह के प्रोटीन की पहचान

इस समस्या को हल करने के लिए शोध में चार तरह के प्रोटीन की पहचान की गई, जिसे AJSZ नाम दिया गया है। कोलास ने कहा, इन प्रोटीन्स की एक्टिविटी को ब्लॉक कर, हम दिल को पहुंची चोट को कम कर पाए और दिल के दौरे का शिकार हुए चूहे के दिल के कार्य में 50 फीसदी तक सुधार ला पाए। हालांकि, इस शोध का फोकस दिल की कोशिकाओं पर रहा, लेकिन वैज्ञानिकों को यकीन है कि AJSZ सभी तरह की कोशिकाओं में पाए जा सकते हैं। उन्हें यकीन है कि इस तरीके से कई तरह की बीमारियों का बेहतर इलाज हो सकता है। कोलास ने कहा, यह सफलता इन जबरदस्त जैविक अवधारणाओं को वास्तविक उपचारों में बदलने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। इस शोध का अगला कदम है AJSZ प्रोटीन्स को काम करने से ब्लॉक करने के कई विकल्पों की तलाश करना। अध्ययन के बारे में, कोलास ने कहा, गहरी चोट के बाद दिल को ठीक करने में मदद कर पाना अपने आप में एक महत्वपूर्ण चिकित्सा आवश्यकता है, लेकिन ये निष्कर्ष चिकित्सा में सेल रिप्रोग्रामिंग के बड़े पैमाने में उपयोग के रास्ता को भी बड़ा बनाते हैं।

त्वचा के साथ शरीर के लिए भी फायदेमंद है अनार का जूस, लेकिन बरतें ये सावधानी

गर्मियां शुरू हो गई हैं और इसी के साथ कुछ ठंडा तरल पदार्थ पीने के लिए हमारी चाह भी बढ़ने लगी है। वैसे तो गर्मी में गला तर करने के लिए हम ज्यादातर ठंडी चीज की तलाश करते हैं, स्वास्थ्य का ध्यान रखते हुए हमें अक्सर कोशिश करनी चाहिए कि हम फल के जूस का ही सेवन करें। हमें ऐसे लिक्विड चीजों की तलाश करनी चाहिए जो हमारे समग्र स्वास्थ्य को बढ़ावा देने में मदद कर सके। अगर आप भी ऐसा ही कुछ ढूंढ रहे हैं, तो अनार का जूस एक बढ़िया ऑप्शन हो सकता है, जिसके एक या दो नहीं बल्कि कई सारे फायदे हैं। यह आवश्यक पोषक तत्वों और एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होता है और इसमें एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण होते हैं। चलिए जानते हैं अनार का जूस पीने के फायदे के बारे में-

अनार के जूस के फायदे-

1. वजन घटाने में मददगार

अनार का जूस वजन कम करने में आपकी मदद कर सकता है। अनार पॉलीफेनोल्स और एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होते हैं, ये सभी आपको मेटाबॉलिज्म बढ़ाने और फैट बर्न करने में मदद करते हैं। यह आपकी भूख को दबा कर आपको लंबे समय तक भरा हुआ भी महसूस करवाते हैं। कोशिश करें इसे अपने मीठे पेय पदार्थों से बदलें क्योंकि उससे आपका तेजी से वजन बढ़ सकता है।

2. पाचन में सहायक

अनार का रस आपके पाचन स्वास्थ्य को बढ़ावा देने और पाचन संबंधी समस्याओं, जैसे कि सूजन आंत्र रोग का इलाज करने में मदद कर सकता है। अनार में मौजूद यौगिक आपकी आंत के लिए अच्छे बैक्टीरिया को प्रोत्साहित कर सकते हैं और पाचन तंत्र में जलन की समस्या को कम कर सकते हैं।

3. कैंसर रोधी गुण होते हैं

राष्ट्रीय स्वास्थ्य संस्थान (एनआईएच) के अनुसार, अनार प्रोस्टेट कैंसर को रोकने या उसका इलाज करने में मदद कर सकता है। कई टेस्ट-ट्यूब शोधों के अनुसार, अनार के रस में ऐसे रसायन होते हैं जो या तो कैंसर कोशिकाओं को मारने में मदद कर सकते हैं या शरीर में उनकी वृद्धि को धीमा कर सकते हैं।

4. हृदय स्वास्थ्य में सुधार करता है

अनार के रस का सेवन आपके हृदय स्वास्थ्य को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है और स्ट्रोक और दिल के दौरे जैसी स्वास्थ्य स्थितियों के विकास के जोखिम को रोक सकता है। अनार के अर्क में ऐसे यौगिक होते हैं जो रक्तचाप को कम कर सकते हैं, धमनी की सूजन को कम कर सकते हैं, दिल से संबंधित सीने में दर्द में सुधार कर सकते हैं और पट्टिका के विकास को रोक सकते हैं और नतीजतन दिल का दौरा और स्ट्रोक का खतरा कम हो जाता है।

5. शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट

क्या आप जानते हैं कि ग्रीन टी की तुलना में अनार के रस में तीन गुना अधिक एंटीऑक्सीडेंट होते हैं। यह एक शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट है क्योंकि इसमें पॉलीफेनोल्स होते हैं जो आपके शरीर को मुक्त कणों से होने वाले नुकसान से बचाने में मदद करते हैं।

6. गठिया का प्रबंधन करें

अनार का जूस अपने एंटी-इंफ्लेमेटरी गुणों के कारण गठिया को प्रबंधित करने और जोड़ों के स्वास्थ्य में सुधार करने में मदद कर सकता है। अनार में मौजूद तत्व ऑस्टियोआर्थराइटिस पैदा करने वाले एंजाइम को रोक सकते हैं।

7. त्वचा के लिए अच्छा है

आपकी त्वचा हानिकारक यौगिकों, प्रदूषण और सूर्य की हानिकारक पराबैंगनी (यूवी) किरणों के संपर्क में आती है, जिससे उन्हें काफी नुकसान पहुंचता है। अनार के जूस का सेवन आपकी त्वचा को यूवी किरणों से बचाने में मदद कर सकता है क्योंकि यह त्वचा में जहरीले यौगिकों के उत्पादन को रोकने में मदद करता है।

8. मूत्र स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है

अनार का रस आपके मूत्र स्वास्थ्य को बेहतर बनाने और गुर्दे की पथरी को रोकने में मदद कर सकता है। एक अध्ययन के अनुसार, अनार का अर्क अपनी एंटीऑक्सीडेंट गतिविधि के कारण गुर्दे की पथरी के विकास को रोकने में मदद कर सकता है।

अनार के जूस के साइड इफेक्ट

हर अच्छी चीज के साथ कुछ बुराई भी छिपी होती है। अनार के रस में भी कई स्वास्थ्य लाभों के साथ कुछ साइड इफेक्ट्स हैं। इसलिए इससे बचने के लिए कम मात्रा में इसका सेवन करें। इसके अलावा, जिन लोगों को अनार से एलर्जी है, उन्हें इस जूस को पीने से बचना चाहिए। वहीं अगर आपकी दवाइयां चल रही हैं या फिर आप डाइटिंग कर रहे हैं, तो इसे अपने आहार में शामिल करने से पहले अपने चिकित्सक से सलाह जरूर लें।

सेहत और त्वचा समस्याओं के लिए रामबाण इलाज है केसर का पानी

कई चमत्कारी गुणों से भरपूर केसर लंबे समय से अलग-अलग तरीकों से इस्तेमाल किया जा रहा है। केसर का उल्लेख आयुर्वेद में भी पाया जाता है। पकवानों और व्यंजनों का स्वाद बढ़ाने के लिए इस्तेमाल होने वाला केसर हमारे स्वास्थ्य ही नहीं, बल्कि त्वचा और बालों के लिए भी काफी फायदेमंद होता है।

इसमें मौजूद एंटी-इंफ्लेमेटरी,एंटी-अल्जाइमर, एंटी कॉनवल्सेन्ट और एंटीऑक्सीडेंट जैसे गुण कई तरह की समस्याओं में मददगार होते हैं। केसर का इस्तेमाल अस्थमा, खांसी, गले में खराश, काली खांसी जैसी कई समस्याओं के लिए किया जाता है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि केसर का पानी भी कई परेशानियों में आपके लिए सहायक साबित होता है। अगर नहीं, तो आज हम आपको बताएंगे केसर के पानी से होने वाले फायदों के बारे में-

त्वचा के लिए फायदेमंद

केसर आपकी त्वचा के लिए बेहद गुणकारी होता है। एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर केसर स्किन में मौजूद टॉक्सिन को बाहर निकालने में मददगार है। केसर का पानी पीने से स्किन हाइड्रेट रहती है और इसे पोषण भी मिलता है। इसके अलावा इसके सेवन से कील,मुंहासे,फुंसी समेत कई अन्य समस्याएं दूर रहती हैं।

पीरियड्स के दर्द में कारगर

केसर का पानी माहवारी के दौरान होने वाली समस्याओं में भी काफी आराम दिलाता है। अगर आपको पीरियड्स की वजह काफी दर्द होता है, तो इसके लिए आप केसर का पानी पी सकते हैं। साथ ही अगर आपको हैवी पीरियड्स नहीं आ पा रहे हैं, तो इसके लिए भी केसर का पानी उपयोगी साबित होगा।

हेयरफॉल रोकने में असरदार

बालों का झड़ना एक आम समस्या है, जिससे कई लोग अक्सर परेशान रहते हैं। अगर आप भी इस समस्या से परेशान हैं, तो इसके लिए केसर का पानी पी सकते हैं। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट न सिर्फ हेयरफॉल को रोकते हैं, बल्कि बालों के रोम को मजबूत बनाकर इन्हें बढ़ने में मदद करता है।

शुगर क्रेविंग करें कंट्रोल

अक्सर खाना खाने के बाद कई लोगों को मीठा खाने की क्रेविंग होती है। लेकिन जरूरत से ज्यादा मीठा खाना हमारी सेहत के लिए काफी हानिकारक हो सकता है। ऐसे में अगर आप अपनी शुगर क्रेविंग को कंट्रोल करना चाहते हैं, तो इसके लिए सुबह केसर का पानी पीना काफी फायदेमंद होगा।

चाय-कॉफी का बेहतर विकल्प

ज्यादातर लोगों की आदत होती है कि वह अपने दिन की शुरुआत एक कप चाय या कॉफी से करते हैं। लेकिन खाली पेट सुबह चाय या कॉफी का सेवन आपकी सेहत के लिए नुकसानदेय हो सकता है। ऐसे में अगर आप सुबह के लिए चाय या कॉफी का कोई विकल्प ढूंढ रहे हैं, तो इसके केसर का पानी बढ़िया विकल्प है। इसे पीने से आप पूरे दिन रीफ्रेश फील कर पाएंगे।

बालों को मजबूत, घना और शाइनी बनाने के लिए पिएं ये ड्रिंक्स

खानपान में गड़बड़ी, बढ़ते प्रदूषण, खराब जीवनशैली के कारण बालों से जुड़ी समस्याएं अब लोगों में आम हो चुकी हैं। कम उम्र में बाल सफेद होना हो या असमय बाल झड़ने की समस्या हर तीसरा व्यक्ति इन परेशानियों का शिकार है।

खराब पोषण के कारण भी बालों से जुड़ी समस्याओं का खतरा बढ़ जाता है। हेयर फॉल, बाल सफेद होने की समस्या या बालों से जुड़ी दूसरी तमाम समस्याओं के लिए मार्केट में कई तरह के प्रोडक्ट्स मौजूद हैं। लेकिन इन प्रोडक्ट्स में केमिकल या प्रिजर्वेटिव्स का इस्तेमाल किया जाता है, जो आपके बालों को कई नुकसान पहुंचा सकते हैं। बालों से जुड़ी समस्याओं के खतरे को कम करने के लिए कुछ ड्रिंक्स का सेवन बहुत फायदेमंद होता है। आइए आज इस लेख में जानते हैं बालों के लिए फायदेमंद ऐसे ही ड्रिंक्स के बारे में।

बालों के लिए फायदेमंद ड्रिंक्स

बालों से जुड़ी समस्याओं से छुटकारा पाने के लिए नियमित रूप से कुछ ड्रिंक्स का सेवन करना बहुत फायदेमंद होता है। लोग अक्सर सुबह उठते ही चाय या कॉफी और कई तरह के कैफीन युक्त ड्रिंक्स का सेवन करते हैं। इन ड्रिंक्स के सेवन से आपके बालों को कई नुकसान हो सकता है।

1. एलोवेरा जूस का सेवन

एलोवेरा जूस का सेवन करने से आपके बालों को बहुत फायदे मिलते हैं। एलोवेरा जूस में विटामिन सी, विटामिन ई, बीटा कैरोटीन जैसे पोषक तत्व पर्याप्त मात्रा में पाए जाते हैं। इसका नियमित रूप से सेवन करने से आपके बाल स्ट्रांग होते हैं और उनकी चमक बढ़ती है। इस जूस का सेवन करने से आप दिन भर एनर्जेटिक भी रहेंगे।

2. कीवी का जूस

कीवी का जूस पीने से आपको कई अनोखे फायदे मिलते हैं। कीवी में मौजूद विटामिन ई और अन्य पोषक तत्व बालों को मजबूत और घना बनाने में बहुत फायदेमंद होते हैं। इसका सेवन करने से आपकी इम्यूनिटी भी मजबूत होती है।

3. आंवले का जूस

आंवला सेहत के लिए बहुत फायदेमंद माना जाता है। आंवले में मौजूद गुण और पोषक तत्व आपको कई गंभीर बीमारियों और परेशानियों से बचाने का काम करते हैं। आंवले का जूस पीने से आपको हेयर फॉल की समस्या में भी फायदा मिलता है।

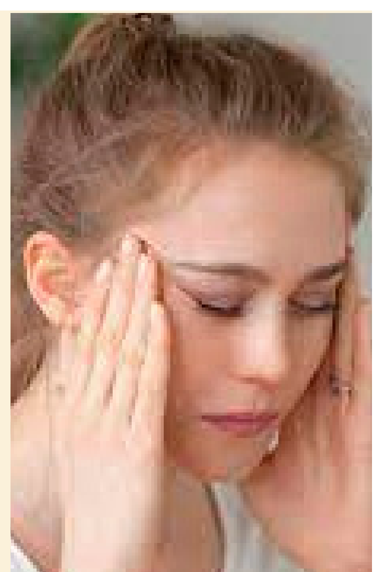
बालों से जुड़ी समस्याओं में आंवले का जूस पीने से बहुत फायदा मिलता है।

4. पालक का जूस

पालक का जूस भी आपकी सेहत के लिए बहुत फायदेमंद होता है। पालक में आयरन, बायोटिन आदि की पर्याप्त मात्रा होती है। बालों को मजबूत, घना और शिल्की बनाने के लिए इनका सेवन बहुत फायदेमंद माना जाता है।

बालों को हेल्दी, मजबूत और शाइनी बनाने के लिए ऊपर बताये गए ड्रिंक्स का सेवन बहुत फायदेमंद होता है। इनका सेवन करने से आपके बालों को पर्याप्त पोषण मिलता है और बाल हेल्दी होते हैं।

शरीर में आयरन की कमी के संकेत हो सकते हैं ये लक्षण



सेहतमंद रहने के लिए बेहद जरूरी है कि शरीर में सभी आवश्यक पोषक तत्वों की पूर्ति की जाए। स्वस्थ रहने के लिए पौष्टिक आहार खाना काफी जरूरी होता है। हमारे शरीर के संपूर्ण विकास के लिए कई सारे पोषक तत्व जरूरी होते हैं। ऐसे में पौष्टिक आहार की मदद से शरीर को जरूरी न्यूट्रिएंट्स मिलते हैं। यह बेहद जरूरी है कि इसकी कमी होने पर तुरंत ही शरीर में इसकी पूर्ति की जाए।

पीली त्वचा

खून में मौजूद हीमोग्लोबिन की वजह से आमतौर पर हमारी त्वचा हल्की लाल रंग की नजर आती है। लेकिन अगर आपके शरीर में आयरन की कमी है, तो इसकी वजह से आपकी स्किन के रंग में बदलाव आने लगता है।

आयरन की कमी की वजह से अक्सर त्वचा पीली नजर आने लगती है। इसके अलावा स्किन पर काले या नीले रंग के दाग भी बन सकते हैं।

हाथों-पैरों का ठंडा होना

शरीर में आयरन की कमी होने पर हाथ-पैर ठंडे रहने लगते हैं। अगर आपके शरीर में आयरन की कमी है, तो इसकी वजह से आपको भी हाथ-पैर ठंडे महसूस हो सकते हैं। ऐसे में अगर आप अपने अंदर लगातार इस तरह के संकेत देख रहे हैं, तो तुरंत अपने डॉक्टर से संपर्क करें।

नाखूनों का कमजोर होना

आयरन की कमी होने पर इसका असर हमारे नाखूनों पर भी नजर आता है। आमतौर पर कमजोर नाखून कैल्शियम की समस्या की वजह से हो सकते हैं, लेकिन कई बार यह आयरन की कमी का संकेत भी होते हैं। ऐसे में अगर आपके नाखून भी कमजोर पर ज्यादा टूट रहे हैं, तो आपको इस पर ध्यान देने की जरूरत है।

बालों की समस्या

नाखूनों के साथ ही आयरन की कमी की वजह से बालों पर भी असर पड़ता है। हीमोग्लोबिन के निर्माण में आयरन एक अहम भूमिका निभाता है।

ऐसे में अगर आपके शरीर में आयरन की कमी है, तो इससे आपके नाखून और बाल भी प्रभावित होने लगते हैं। दरअसल, आयरन की कमी की वजह से बालों को जरूरी पोषण नहीं मिल पाता है, जिससे वह झड़ने और कमजोर होने लगते हैं।

आयरन की कमी के अन्य लक्षण

शरीर में आयरन की कमी अक्सर एनीमिया की समस्या को जन्म देती है। यह एक गंभीर समस्या होती है। अगर शुरुआती स्तर में इसकी पहचान कर ली जाए, तो वक्त रहते इसे सही इलाज की मदद से ठीक किया जा सकता है। आयरन की कमी के कुछ अन्य सामान्य लक्षण निम्न हैं-

थकान, बेहोशी, सिर दर्द, कमजोरी, छाती में दर्द, गले में खराश, जीभ में सूजन, सांस लेने में तकलीफ, मुंह के किनारों का फटना, दिल के धड़कन का बढ़ना।

किन चीजों से करें आयरन की पूर्ति

शरीर में आयरन की कमी एक गंभीर हालात उत्पन्न कर सकती है। ऐसे में यह बेहद जरूरी है कि समय से इसके लक्षणों की पहचान कर शरीर में इसकी पूर्ति की जाए।

अगर आप आपके शरीर में भी आयरन की कमी है, तो आप इसके कमी पूरी करने के लिए अपनी डाइट में रेड मीट और पोल्ट्री, सी फूड, बीन्स, गहरी हरी पत्तेदार सब्जियां सूखे मेवे, किशमिश और खुबानी आदि को शामिल कर सकते हैं।

BNM Fantasy

सना मकबूल खान फिल्मी दुनिया में धमाल

टीवी और फिल्म जगत की जानी-मानी एक्ट्रेस सना मकूबल खान का इन दिनों एक वीडियो खूब वायरल हो रहा है. इस वीडियो ने सोशल मीडिया पर बवाल मचा दिया है. दरअसल, एक्ट्रेस उप्स मूमेंट का शिकार हुई है जिस का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है, जिसे देख कर सोशल मीडिया यूजर्स मजाक बना रहे हैं. इस वीडियो को देख कर कई लोग सना पर हंस रहे हैं, तो कुछ लोगों ने एक्ट्रेस का साथ दिया है. आप को बता दें कि टीवी एक्ट्रेस सना मकबूल खान फिल्मी दुनिया में कदम रख चुकी हैं. इन दिनों सना फिल्मी दुनिया में अपने पैर जमाने में लगी हुई हैं. एक्ट्रेस लगातार साउथ की फिल्में साइन कर रही हैं,

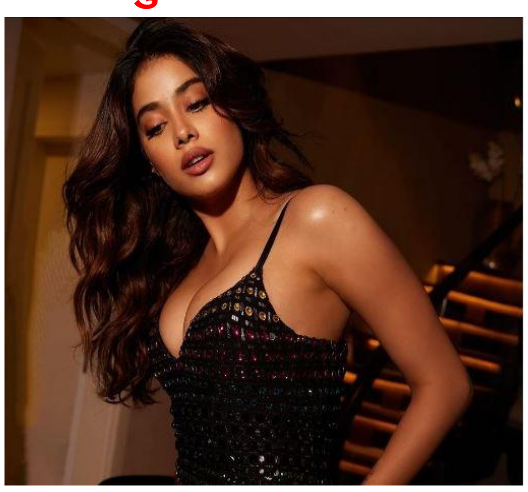
अ

सीम रिजाय से हुआ हिमांशी खुराना का ब्रेकअप

सुपरस्टार सलमान खान के शो बिग बॉस के घर से कई सेलेब्स की जोड़ी बनती है और शो के बाद भी उनका रिश्ता कायम रहता है। लेकिन ये भी कई बार देखा गया है कि काफी समय एक दूसरे को डेट करने के बाद उस रिश्ते में दरार भी आती है। कुछ ऐसा ही हाल अब बिग बॉस 13 फेम हिमांशी खुराना और असीम रियाज हुआ है। जी हां हिमांशी खुराना और असीम रियाज का ब्रेकअप हो गया है। बिग बॉस 13 रनर अप असीम रियाज से अलग होने की सूचना हिमांशी खुराना ने अपने ऑफिशियल ट्विटर अकाउंट पर दी है। हिमांशी ने ट्विटर पर एक नोट शेयर किया है, इस नोट में हिमांशी ने इस बात की जानकारी दी है- इस नोट में हिमांशी ने इस बात की जानकारी दी है- नोट में हिमांशी ने इस बात की जानकारी दी है- "हां हम अब साथ नहीं हैं, हमने जो भी वक्त साथ में बिताया वह बहुत अच्छा रहा है। लेकिन अब हमारा साथ खत्म हो गया है। हमारे रिश्ते का जितना भी सफर था वो बहुत अच्छा रहा और अब हम अपने-अपने जीवन में आग बढ़ रहे हैं। अपने-अपने धर्मों का सम्मान करते हुए कई धार्मिक मान्यताओं के मद्देनजर रखते हुए हम अपने प्यार का त्याग कर रहे हैं। हमारे मन में अब एक दूसरे के लिए कुछ भी नहीं है। हम आपसे हमारी प्राइवेसी का सम्मान करने की इच्छा व्यक्त करते हैं।"हिमांशी खुराना और असीम रियाज की जोड़ी साल 2019 में बिग बॉस सीजन 13 से बनी थी। इस शो से बाहर आने के बाद इन दोनों का इश्क परवान चढ़ा।

लेटेस्ट तस्वीरों में जाह्नवी का दिखा फूडी अंदाज

किलर लुक से जीता फैंस का दिल



बॉलीवुड की फेमस एक्ट्रेस के बारे में जिक्र किया जाए तो उसमें जाह्नवी कपूर का नाम जरूर शामिल होगा। अपने दिलकश अंदाज से आए दिन जाह्नवी लाइमलाइट में छाई रहती हैं। इतना ही नहीं फैंस भी एक्ट्रेस की लेटेस्ट तस्वीरों और वीडियो का बेसब्री से इंतजार करते हैं। इस बीच सोशल मीडिया पर जाह्नवी कपूर की लेटेस्ट तस्वीरें सामने आई हैं, जिनमें जाह्नवी अपने किलर लुक्स से कहर बरपाती हुई दिखाई दे रही हैं। दिवंगत एक्ट्रेस श्रीदेवी की बेटी होने के नाते जाह्नवी कपूर को काफी जाना जाता है। अपनी मां की तरह एक्टिंग के मामले में जाह्नवी ने अपनी फिल्मों में गहरी छाप छोड़ी है। यही कारण है जो बहुत कम समय में वह इंडस्ट्री की फेमस एक्ट्रेसेज में शुमार हो गई हैं। सोशल मीडिया पर भी जाह्नवी कपूर काफी एक्टिव रहती हैं, जिसकी वजह से आए दिन उनकी लेटेस्ट तस्वीरें जमकर सुर्खियां बटोरती हैं। इस बीच जाह्नवी कपूर ने अपने ऑफिशियल इंस्टाग्राम हैंडल पर लेटेस्ट तस्वीरों को शेयर किया है। इन फोटो में आप देख सकते हैं कि जाह्नवी कपूर ब्लैक कलर का स्टाइलिश गाउन पहने हुए नजर आ रही हैं। अपनी बेबाक खूबसूरती के दम पर एक्ट्रेस हर किसी का ध्यान खींच रही हैं। इतना नहीं इन फोटो में जाह्नवी बेहद फूडी होती दिखाई दे रही हैं। जिसका अंदाजा आप एक्ट्रेस के हाथ में खाना और कोका कोला के जरिए लगा सकते हैं। इस साल ओटीटी प्लेटफॉर्म अमेजन प्राइम वीडियो पर रिलीज हुई फिल्म बवाल के बाद सिल्वर स्क्रीन पर जाह्नवी कपूर की वापसी का फैंस बड़ी ही बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। गौर करें जाह्नवी की आने वाली फिल्मों की तरफ तो उसका नाम देवरा है। साउथ सुपरस्टार जूनियर एनटीआर और सैफ अली खान के साथ इस मूवी में जाह्नवी लीड रोल में नजर आएंगी।