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

BORDER NEWS MIRROR BNM to the point...

02 महागठबंधन में सीट शेयरिंग पर घमासान, कांग्रेस ने कहा 11 सीट चाहिए

04 मनरेगा योजना बना लुट योजना, फर्जी फोटो अपलोड कर पैसे का उठाव जारी

बॉर्डर न्यूज मिरर

...खबरों से समझौता नहीं

● पटना, रविवार, 17 मार्च 2024 | www.bordernewsmirror.com | ● पृष्ठ: 08, मूल्य: 5 रूपए ● वर्ष: 05, अंक: 18

स्टार प्रचारकों को दें नियमों की प्रति

राजनीतिक दलों से कहा गया है कि वे अपने स्टार प्रचारकों को आयोग के दिशानिर्देशों और परामर्श की प्रति उपलब्ध करायें। उन्होंने राजनीतिक दलों से व्यक्तिगत हमले करने से भी बचने की अपील की।

मुफ्त सौगात बांटने वालों पर भी रहेगी नजर

आयोग की नजर मुफ्त सौगात बांटने वालों पर भी रहेगी। चनाव प्रक्रिया पर नजर रखने के लिए देश भर में 2100 पर्यवेक्षक तैनात किये जायेंगे। उन्होंने कहा कि आयोग हिंसा मुक्त चुनाव कराने के लिए प्रतिबद्ध है।

ड्रोन के जरिए रखेंगे नजर

श्री कुमार ने कहा कि अंतरराष्ट्रीय सीमाओं पर ड्रोन के जरिये नजर रखी जायेगी साथ ही सभी हवाई अड्डों पर भी कडी नजर रखी जायेगी। उन्होंने कहा कि सभी अपराधियों को आपराधिक रिकॉर्ड बताना होगा। हिस्ट्रीशटर्स पर भी पूरी नजर रखी जायेगी। उन्होंने कहा कि टेलीविजन चैनलों और सोशल मीडिया पर भी नजर रखी जायेगी। समाचार पत्रों को भी परामर्श जारी किये गये हैं।

लोगों से अपील है कि ये चुनाव आपके लिए है इसके लिए बहुत मेहनत की गयी है इसलिए आप सभी वोट जरूर करें। चुनावकर्मियों से भी अपील की कि वे सभी के साथ समान व्यवहार करें। चार बड़ी चुनौती बाहुबल, धनबल, आदर्श आचार संहिता उल्लंघन और गलत सूचना से निपटने की है। आयोग ने इन चुनौतियों से निपटने के लिए पूरी तरह कमर कस रखी है।

–मुख्य चुनाव आयुक्त

लोकसभा चुनाव: 19 अप्रैल से एक जून तक

सात चरणों में होगा चुना, गिनती चार जून को, बवालियों पर रहेगी सख्ती

इस तरह से रहेगा चुनाव कार्यक्रम

उत्तर प्रदेश , बिहार और पश्चिम बंगाल में सभी सात चरणों में चुनाव होगा। महाराष्ट्र और जम्मू-कश्मीर में पांच चरणों में, झारखंड, मध्यप्रदेश, ओडिशा में चार, छत्तीसगढ में तीन, त्रिपुरा, कर्नाटक, मणिपुर, राजस्थान में दो चरणों में, दिल्ली , पंजाब ,गुजरात, हरियाणा , हिमाचल प्रदेश, आन्ध्र प्रदेश,अरुणाचल प्रदेश, गोवा, गुजरात, केरल, मेघालय, मिजोरम, सिक्किम, तमिलनाडु, तेलंगाना, उत्तराखंड, अंडमान एवं निकोबार, चंडीगढ, दादर नागर हवेली, लद्दाख, लक्षद्वीप और पाँडिचेरी में एक- एक चरण में चुनाव होगा।

बीएनएम@नयी दिल्ली

लोकतंत्र का मंदिर कही जाने वाली संसद के निचले सदन लोकसभा के लिए चुनाव आगामी 19 अप्रैल से एक जून तक सात चरणों में होंगे और मतों की गिनती चार जून को होगी।

आम चुनाव के एलान के साथ ही देश भर में आदर्श आचार संहिता लागू हो गयी है। मौजूदा लोकसभा का कार्यकाल 16 जून को समाप्त हो रहा है। लोकसभा की सभी 543 सीटों के साथ-साथ सिक्किम, अरुणाचल प्रदेश, ओडिशा और आंध्र प्रदेश की विधानसभा चुनावों एवं विभिन्न राज्यों की विधानसभाओं की 26 रिक्त सीटों पर उपचुनाव भी कराया जायेगा।

मुख्य चुनाव आयुक्त राजीव कुमार ने दोनों आयुक्तों ज्ञानेश कुमार और सुखबीर सिंह संधू की मौजूदगी में आज यहां विज्ञान भवन में आयोजित संवाददाता सम्मेलन में 18 वीं लोकसभा के लिए बहुप्रतीक्षित चुनाव कार्यक्रम की घोषणा की।

उन्होंने कहा कि लोकसभा चुनाव की प्रक्रिया 20 मार्च को पहले चरण के चुनाव की अधिसूचना के साथ शुरू होगी। पहले चरण में 19 अप्रैल, दूसरे में 26 अप्रैल, तीसरे में सात मई, चौथे में 13 मई, पांचवें में 20 मई, छठे में 25 मई और सातवें चरण में एक जून को वोट डाले जायेंगे। विधानसभाओं के चुनाव और उपचुनाव के लिए मतदान भी लोकसभा के मतदान के साथ-साथ कराया जाएगा।

पहले चरण में 21 राज्यों की 102 सीटों पर, दूसरे चरण में 13 राज्यों की 89 सीटों पर, तीसरे चरण में 12 राज्यों की 94 सीटों पर, चौथे चरण में 10 राज्यों की 96 सीटों पर, पांचवे चरण में आठ राज्यों की 49 सीटों पर, छठवें चरण में सात राज्यों की 57 सीटों और सातवें चरण में आठ राज्यों की 57 सीटों पर मतदान होगा। मुख्य चुनाव आयुक्त ने कहा कि सभी की मतगणना चार जून को होगी। लोकसभा की 543 सीटों में से 84 सीटें अनुसूचित जाति और 47 सीटें अनुसूचित जनजाति के लिए आरक्षित हैं।

उन्होंने बताया कि उत्तर प्रदेश , बिहार और पश्चिम बंगाल में सभी सात चरणों में चुनाव होगा। महाराष्ट्र और जम्मू-कश्मीर में पांच चरणों में, झारखंड, मध्यप्रदेश, ओडिशा में चार, छत्तीसगढ में तीन, त्रिपुरा, कर्नाटक, मणिपुर, राजस्थान में दो चरणों में, दिल्ली , पंजाब ,गुजरात, हरियाणा , हिमाचल प्रदेश, आन्ध्र प्रदेश,अरुणाचल प्रदेश, गोवा, गुजरात, केरल, मेघालय, मिजोरम, सिक्किम, तमिलनाडु, तेलंगाना, उत्तराखंड, अंडमान एवं निकोबार, चंडीगढ, दादर नागर हवेली, लद्दाख, लक्षद्वीप और पाँडिचेरी में एक- एक चरण में चुनाव होगा।

राष्ट्रीय राजधानी दिल्ली और हरियाणा में 25 मई को मत डाले जायेंगे।

श्री कुमार ने देश के आम चुनाव को दुनिया में लोकतंत्र का सबसे बड़ा महापर्व करार देते हुए कहा कि आयोग ने दो साल से इसके लिए व्यापक तैयारी की और वह हिंसा, रक्तपात, धनबल एवं दुष्प्रचार को रोकने के लिए अब तक की सबसे प्रभावी व्यवस्था के साथ आये हैं। सवालों के जवाब में उन्होंने कहा कि ई वी एम से चुनाव पूरी तरह सुरक्षित और पारदर्शी होते हैं और इनको लेकर जो भी आशंकाएं व्यक्त की जा रही हैं वे निराधार हैं।

श्री कुमार ने बताया कि इस बार के आम चुनाव के लिए आगामी एक अप्रैल तक 18 वर्ष की आयु पूरी करने वाले नए मतदाताओं के नाम पंजीकृत किये गए हैं। देश में कुल 96 करोड़ 88 लाख मतदाता पंजीकृत हैं। इनमें से 49 करोड 72 लाख पुरूष और 47 करोड एक लाख महिला मतदाता हैं। उन्होंने कहा कि 12 राज्यों में महिला मतदाताओं की संख्या पुरुषों से अधिक है।

उन्होंने कहा कि 21 करोड़ मतदाता युवा वर्ग के हैं जिनमें 1.82 करोड़ मतदाता पहली बार पंजीकृत किये गये हैं।

मुख्य चुनाव आयुक्त ने कहा कि 2.18 लाख मतदाता 100 वर्ष से अधिक आयु के हैं। जबकि पांच से छह लाख ऐसे मतदाता भी वोट दे सकेंगे जो एक अप्रैल को 18 वर्ष की आयु पूर्ण करेंगे। उन्होंने मतदाता पंजीकरण के लिए पहले से आवेदन कर रखा था। आयोग ने इस बार 85 वर्ष से ऊपर के और 40 प्रतिशत तक दिव्यांगता वाले मतदाताओं से घर से मतदान करने का विकल्प उपलब्ध कराने का फैसला किया है।

उन्होंने कहा कि चुनाव आयोग के सामने चार बडी चुनौती बाहुबल, धनबल, आदर्श आचार संहिता उल्लंघन और गलत सूचना से निपटने की है। उन्होंने कहा कि आयोग ने इन चुनौतियों से निपटने के लिए पूरी तरह कमर कस रखी है।

सुचारू मतदान और मतगणना के लिए पर्याप्त संख्या में केन्द्रीय पुलिस बलों की तैनाती की जायेगी। चुनाव आयोग भ्रामक सूचनाओं पर स्पष्टीकरण के लिए एक वेबसाइट -'मिथ वर्सेस ट्रुथ' शुरू करेगा। देश के हर जिले में एक नियंत्रण कक्ष बनाया जायेगा। उन्होंने कहा कि आयोग को मिली शिकायतों पर 100 मिनट के भीतर कार्रवाई शुरू कर दी जायेगी।

चुनाव 2024 | **चुनाव आयोग सुरक्षित चुनाव को प्रतिबद्ध है**

ईवीएम से सुरक्षित, निष्पक्ष मतदान संभव: आयोग

नयी दिल्ली : मुख्य चुनाव आयुक्त राजीव कुमार ने शनिवार को कहा कि देश में मतदान के लिये प्रयोग की जा रही इलेक्ट्रोनिक वोटिंग मशीन (ईवीएम) पूरी तरह से सुरक्षित और निष्पक्ष है तथा इसके साथ छेड़छाड़ नहीं की जा सकती।

राजीव कुमार ने यहां अट्ठारहवीं लोकसभा चुनाव के कार्यक्रम की घोषणा करने के बाद संवाददाताओं के सवालों के जवाब में कहा कि ईवीएम की सुरक्षा और निष्पक्षता को लेकर देश की अदालतों में 40 बार मामले दायर किये गये हैं। अदालतों ने हर बार आपत्तियों को खारिज किया और ईवीएम को सुरक्षित बताया। उन्होंने कहा, " अब तो हालत यह है कि अदालतें ऐसे लोगों पर जुर्माना लगा रही हैं। मुख्य चुनाव आयुक्त ने कहा कि ईवीएम 100 प्रतिशत सुरक्षित है और इन्हें हैक नहीं किया जा सकता. उन्होंने कहा कि ईवीएम के कारण चुनाव प्रक्रिया सरल हुई है और बहुत सारी राजनीतिक पार्टियों को चुनाव में हिस्सा लेने में आसानी हुई है. उन्होंने कहा कि ईवीएम पर इल्जाम लगाने वाले अपनी बात पर कायम नहीं पाते हैं और परिणाम भी उन्हीं के पक्ष में आ जाता है। उन्होंने कहा, " अधूरी हसरतों का इल्जाम हर बार हम पर है, और वफा उनसे नहीं होती।

एक अन्य सवाल के जवाब में उन्होंने कहा कि लोकसभा चुनाव सात चरणों में संपन्न कराना भौगोलिक और व्यावहारिक आवश्यकता है। देश में अलग-अलग स्थानों की भौगोलिक परिस्थितियां अलग- अलग हैं. सुरक्षा बलों तथा अन्य चुनाव मशीनरी को एक स्थान से दूसरे स्थान पर ले जाने में समय लगता है. उन्होंने कहा कि सुरक्षा बलों पर भारी दबाव होता है और जिसका ध्यान रखना आवश्यक है।

राजीव कुमार ने कहा कि आयोग धन-बल के प्रयोग को लेकर सतर्क है और संबंधित एजेंसियों को कड़े निर्देश दिये गये हैं. उन्होंने कहा कि आचार संहिता के अंतर्गत सभी पर समान रूप से कार्रवाई होती है।

सीएए के खिलाफ ओवैसी खटखटाया सुप्रीम कोर्ट का दरवाजा

नयी दिल्ली। ऑल इंडिया मजलिस-ए-इत्तेहादुल मुस्लमीन (एआईएमआईएम) सांसद असदुद्दीन ओवैसी ने नागरिकता संशोधन अधिनियम(सीएए) 2019 और इसके 11 मार्च 2024 को अधिसूचित नियमों के पीछे 'अपवित्र सांठगांठ' का आरोप लगाते हुए इन पर रोक लगाने की गुहार के साथ उच्चतम न्यायालय का दरवाजा खटखटाया है। इस मामले अधिनियम और इससे संबंधित नियमों पर रोक लगाने की मांग करते हुए केरल की इंडियन यूनियन मुस्लिम लीग और अन्य ने याचिकाएं दायर की थीं, जिनपर शीर्ष अदालत 19 मार्च को सुनवाई करने वाली है।

श्री ओवैसी ने अपने आवेदन में नागरिकता संशोधन अधिनियम 2019 के साथ-साथ इसके नियमों की वैधता को चुनौती देने वाली रिट याचिकाओं के अंतिम निपटान तक रोक लगाने की गुहार लगाई है।

नागरिकता संशोधन अधिनियम 11 दिसंबर 2019 को संसद द्वारा पारित किया गया और 12 दिसंबर 2019 को राष्ट्रपति ने अपनी सहमति थी। इस अधिनियम में अफगानिस्तान, बंगलादेश या पाकिस्तान से हिंदू, सिख, बौद्ध, जैन, पारसी या ईसाई समुदाय के ऐसे प्रवासियों को नागरिकता प्राप्त करने के लिए अनुमति दी है, जो 31 दिसंबर 2014 तक भारत में प्रवेश कर चुके हैं।

MADAN RAJ NURSING HOME
HOSPITAL ROAD MOTIHARI, (BIHAR)
Contact No.- 9801637890, 6200450565, 9113374254

बिहार में सात चरणों में होगा चुनाव

पटना। चुनाव आयोग ने बिहार की चालीस लोकसभा सीटों के लिए चुनाव 19 अप्रैल से 01 जून तक सात चरणों में कराने की आज घोषणा की और इसके साथ ही पूरे राज्य में आदर्श आचार संहिता लागू हो गई।

चुनाव आयोग के अनुसार, बिहार में प्रथम चरण में चार सीट औरंगाबाद, गया (सुरक्षित), नवादा और जमुई (सु.), दूसरे चरण में पांच सीट किशनगंज, कटिहार, पूर्णिया, भागलपुर और बांका, तीसरे चरण में पांच सीट झंझारपुर, सुपौल अररिया, मधेपुरा और खगड़िया, चौथे चरण में पांच सीट

दरभंगा, उजियारपुर, समस्तीपुर (सु.), बेगूसराय और मुंगेर, पांचवें चरण में पांच सीट सीतामढ़ी, मधुबनी, मुजफ्फरपुर, सारण और हाजीपुर (सु.), छठे चरण में आठ सीट वाल्मीकिनगर, पश्चिम चम्पारण, पूर्वी चम्पारण, शिवहर, वैशाली, गोपालगंज (सु.), सिवान और महाराजगंज तथा सातवें चरण में आठ सीटों नालंदा, पटना साहिब, पाटलिपुत्र, आरा, बक्सर, सासाराम (सु.), काराकाट और जहानाबाद में चुनाव होंगे।

चुनावी बांड पर सुप्रीम कोर्ट की सक्रियता चुनाव में कालेधन का नाला खोलने वाली :सुशील मोदी

पटना। पूर्व उपमुख्यमंत्री सुशील कुमार मोदी ने 18वीं लोकसभा के चुनाव कार्यक्रम की घोषणा का स्वागत करते हुए शनिवार को यहां कहा कि इससे ठीक पहले सुप्रीम कोर्ट ने जितनी तेजी दिखाकर चुनावी बांड के आंकड़े सार्वजनिक कराये, वह न्यायिक सक्रियता चुनावों में कालेधन का प्रवाह रोकने की मंशा के अनकूल नहीं है। यह फैसला सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट को तकनीकी कारणों से बंद कर गंदे नाले (काला धन) को सीधे नदी में खोलने-जैसा है।

सुशील मोदी ने कहा कि सुप्रीम कोर्ट को बताना चाहिए कि चुनावी बांड और नकद चंदे के अलावा राजनीतिक दलों को किस प्रकार चंदा लेना चाहिए? माननीय सर्वोच्च न्यायालय बताये कि यदि लोग अपनी पसंद के दल का आर्थिक सहयोग कर चुनावी लोकतंत्र को मजबूत करना चाहें, तो सही तरीका क्या होना चाहिए? उन्होंने कहा कि 20 हजार करोड़ के जो चुनावी बांड भुनाये गए उससे सर्वाधिक 303 सांसदों वाली पार्टी भाजपा को 6 हजार करोड़ रुपये मिले। शेष 14 हजार करोड़ रुपये तो 242 सांसदों वाले विपक्ष को मिले। मोदी ने कहा कि यदि चुनावी बांड गलत हैं, तो बिहार में सबसे बड़ी पार्टी राजद ने सबसे ज्यादा 72 करोड़ 50 लाख के बांड क्यों भुना लिये? राजद चुनावी बांड भुनाने वाले टॉप टेन दलों में है। कांग्रेस ने 1400 करोड़, टीएमसी ने 1600 करोड़ और द्रमुक ने 639 करोड़ के चुनावी बांड भुनाये। बिहार के वित्त मंत्री रह चुके सुशील मोदी ने कहा कि देश के सबसे बड़े सरकारी बैंक ने यह सुनिश्चित किया था कि कोई व्यक्ति या प्रतिष्ठान कालेधन से चुनावी बांड न खरीद सके। इसके बावजूद इस बांड पर सवाल उठाना दुर्भाग्यपूर्ण था। उन्होंने कहा कि जिस दल की जितनी लोकप्रियता है या जिसके जितने सांसद-विधायक हैं, उसे यदि उसी अनुपात में अधिक चंदा मिला, तो इसमें घोटाला या स्कैम क्या है? सुप्रीम कोर्ट के फैसले से ऐसा आभास होता है कि उसने कोई घोटाला उजागर कर दिया है। मोदी ने कहा कि यदि चुनावी बांड के और आंकड़े सार्वजनिक हुए तो कांग्रेस और राजद मुंह दिखाने लायक नहीं रहेंगे।

महागठबंधन में सीट शेयरिंग पर घमासान, कांग्रेस ने कहा 11 सीट चाहिए

पटना। लोकसभा चुनाव 2024 की घोषणा हो चुकी है और बिहार महागठबंधन में अभी तक सीट बंटवारे पर पार्टियों के बीच एकराय नहीं बन पाई है। कांग्रेस ने राज्य की 11 लोकसभा सीटों पर चुनाव लड़ने की तैयारी कर ली है। इसमें बेगूसराय और कटिहार भी शामिल है। इन दोनों सीटों को लेकर आरजेडी और सीपीआई से खींचतान चल रही है। मगर कांग्रेस भी बेगूसराय और कटिहार से चुनाव लड़ने के लिए अड़ी हुई है। ऐसे में महागठबंधन के अंदर सीट शेयरिंग फॉर्मूला चुनौती बना हुआ है। हाल ही में सीपीआई माले ने भी राज्य की 8 लोकसभा सीटों पर चुनाव लड़ने का दावा किया।

बेगूसराय लोकसभा सीट से कांग्रेस जेएनयू छात्रसंघ के पूर्व अध्यक्ष कन्हैया कुमार को उतारना चाहती है। कन्हैया यहां से 2019 में भी सीपीआई के टिकट पर चुनाव लड़ चुके हैं, हालांकि उन्हें बीजेपी के गिरिराज सिंह से हार का सामना करना पड़ा था। वहीं, कटिहार लोकसभा सीट पर आरजेडी और कांग्रेस में खींचतान बनी हुई है। कांग्रेस यहां से पूर्व केंद्रीय मंत्री तारिक अनवर को प्रत्याशी बनाने के मूड में है। वहीं, आरजेडी भी कटिहार से पूर्व राज्यसभा सांसद अहमद अश्फाक करीम को उतारना चाहती है। 2019 के लोकसभा चुनाव में कटिहार से जेडीयू के दुलाल चंद्र गोस्वामी ने कांग्रेस के तारिक अनवर को 57203 वोटों से हराया था।

बिहार कांग्रेस कमिटी ने शनिवार को इन दोनों लोकसभा सीटों पर अपना दावा मजबूत किया और एआईसीसी को कैंडिडेट फाइनल करने के लिए अधिकृत किया। कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष अखिलेश प्रसाद सिंह ने शनिवार को कहा कि हमने बिहार की सभी 40 लोकसभा सीटों पर तैयारी की है। हालांकि उनकी पार्टी गठबंधन में रहते हुए अपनी प्रस्तावित सीटों पर ही चुनाव लड़ेगी, जबकि अन्य सीटों पर वह अपने सहयोगी दलों का समर्थन करेगी।

दो गांजा तस्करों को 10-10 वर्ष की सजा

पटना। बिहार में पटना व्यवहार न्यायालय की एक विशेष अदालत ने दो व्यक्तियों को मादक औषधि एवं मनोत्तेजक पदार्थ (एनडीपीएस) अधिनियम के तहत दोषी करार देने के बाद 10-10 वर्षों के सश्रम कारावास की सजा के साथ दो-दो लाख रुपये का जुर्माना भी किया। एनडीपीएस अधिनियम के मामलों की सुनवाई के लिए हाल ही में गठित की गई विशेष अदालत संख्या 2 ने मामले में सुनवाई के बाद वैशाली जिले के बिदुपुर थाना क्षेत्र निवासी संजीव यादव और पंकज कुमार सिंह को एनडीपीएस अधिनियम की अलग अलग धाराओं में दोषी करार देने के बाद यह सजा सुनाई है। जुर्माने की राशि अदा नहीं करने पर दोनों दोषियों को एक-एक वर्ष के कारावास की सजा अलग से भुगतनी होगी।

बालू कारोबारी के ठिकानों पर ईडी की रेड, 250 करोड़ राजस्व चोरी का आरोप

पटना। बिहार के भोजपुर में एक बार फिर से ईडी ने दस्तक दी है। इस बार ईडी ने बालू कारोबारी पुंज कुमार सिंह के ठिकानों पर रेड मारी है। ईडी ने शनिवार की सुबह सुबह पुंज कुमार सिंह के कई ठिकानों पर एक साथ रेड मारी है। ईडी ने भोजपुर जिले के कोईलवर थाना क्षेत्र के धनडीहा स्थित श्रीराम वाटिका में छापेमारी कर रही ही। भोजपुर के साथ साथ धनबाद में भी पुंज कुमार सिंह के ठिकानों पर रेड मारी गई है। बालू कारोबारी पुंज कुमार सिंह पर 250 करोड़ से अधिक के राजस्व चोरी का मामला है, जिसके आधार पर ईडी अपनी कार्रवाई में जुटी हुई है। बालू कारोबारी पुंज कुमार सिंह ब्रॉडसन के निदेशक रहे हैं। छापेमारी के दौरान किसी को शख्स को अंदर जाने से साफ मना कर दिया गया है। ईडी के अधिकारी कई कागजातों की तलाशी करेंगे। इसके साथ ही जो मामला निकलकर सामने आ रहा है, उसपर भी ईडी गहनता से पूछताछ करेगी। वहीं आपको बता दें कि बालू खनन मामले में विधान पार्षद राधा चरण सेठ समेत कई लोग जेल में बंद है।

मंगल पाण्डेय को कृषि व कृष्णनंदन को गन्ने की जिम्मेदारी

नीतीश ने अपने मंत्रियों के बीच विभागों का किया बंटवारा

पटना। बिहार के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने शनिवार को अपने मंत्रिमंडल के सदस्यों के बीच विभागों का बंटवारा कर दिया ।

मंत्रिमंडल सचिवालय ने मंत्रियों के विभाग के बंटवारे के संबंध में अधिसूचना जारी की है,जिसमें श्री कुमार ने अपने पास गृह, सामान्य प्रशासन के साथ ही मंत्रिमंडल सचिवालय, निर्वाचन और निगरानी विभाग के साथ वैसे अन्य विभाग भी रखे हैं जो विभाग किसी दूसरे मंत्री को आवंटित नहीं किए गए हैं।

मुख्यमंत्री श्री कुमार ने विभागों के बंटवारे में उप मुख्यमंत्री सम्राट चौधरी को वित्त और वाणिज्य कर, दूसरे उप मुख्यमंत्री विजय कुमार सिन्हा को पथ निर्माण, खान एवं भूतत्व और कला संस्कृति विभाग का जिम्मा दिया है । इसी तरह भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) की रेणु देवी को मत्स्य, प्रेम कुमार को सहकारिता और पर्यावरण, मंगल पांडेय को स्वास्थ्य एवं कृषि, नितिन नवीन को नगर विकास एवं आवास एवं विधि, नीतीश मिश्र को उद्योग और पर्यटन, नीरज कुमार सिंह बबलू को लोक स्वास्थ्य अभियंत्रण, दिलीप जायसवाल को राजस्व एवं भूमि सुधार, जनक राम को अनुसूचित जाति जनजाति कल्याण, हरि सहनी को पिछड़ा एवं अति पिछड़ा कल्याण, केदार प्रसाद गुप्ता को पंचायती राज, सुरेंद्र मेहता को खेल, संतोष सिंह को श्रम संसाधन और कृष्णनंदन पासवान को गन्ना उद्योग विभाग की जिम्मेवारी दी गई है।

वहीं, जनता दल यूनाइटेड (जदयू) के विजेंद्र प्रसाद यादव को उर्जा और योजना, विजय चौधरी को जल संसाधन और संसदीय कार्य, श्रवण कुमार को ग्रामीण विकास, अशोक चौधरी को ग्रामीण कार्य, सुनील कुमार को शिक्षा, लेशी सिंह को खाद्य एवं उपभोक्ता संरक्षण, महेश्वर हजारी को सूचना एवं जनसंपर्क, मदन सहनी को समाज कल्याण, शीला मंडल को परिवहन, जयंत राज को भवन निर्माण, जमा खान को अल्पसंख्यक कल्याण, रत्नेश सदा को मद्य निषेध, उत्पाद एवं निबंधन विभाग का जिम्मा दिया गया है । इसी तरह हिन्दुस्तानी आवाम मोर्चा (हम) के संतोष कुमार सुमन को सूचना प्रावैधिकी, लघु जल संसाधन और आपदा प्रबंधन तथा निर्दलीय सुमित कुमार सिंह को विज्ञान, प्रावैधिकी और तकनीकी शिक्षा विभाग का जिम्मा सौंपा गया है ।

एसएसबी ने कार से 16 किलो गांजा के साथ महिला सहित दो को किया गिरफ्तार

अररिया। एसएसबी 56वीं वाहिनी के जवानों ने शुक्रवार की रात को गुप्त सूचना के आधार पर भारत नेपाल के मुख्य द्वार जोगबनी के समीप जांच के क्रम में बीआर 38 ए-5360 सफेद रंग की वेगनर कार के बोनट से 16 किलो गांजा बरामद किया। कार में सवार महिला सहित एक पुरुष को मौके से गिरफ्तार किया गया। गिरफ्तार महिला फुलकाहा थाना क्षेत्र के भंगही पंचायत स्थित हनुमान नगर गांव के 27 वर्षीय शांति देवी पति संजीव यादव एवं पोसदाहा वार्ड 09 निवासी अरविंद कुमार यादव शामिल हैं। जिससे एसएसबी जवानों के द्वारा आवश्यक पूछताछ के बाद कागजी कार्रवाई करते हुए जोगबनी थाना पुलिस को सुपुर्द किया।इस अभियान में 56वीं वाहिनी के एएसआई कुलदीप सिंह, हेड कांस्टेबल कमल किशोर, जिवेंद्र पासवान, बान सिंह समद, महिला कांस्टेबल सपना कुमारी,नेहा कुमारी, घडी योजना, रचना सिंह आदि महिला व पुरूष जवान शामिल थे।

M.S. MEMORIAL PUBLIC SCHOOL
BALGANGA, ARERAJ ROAD, MOTIHARI
Contact No.- 9939047109, 9431203674

साइबर फ्रॉड करने वाले दो युवक तुरकौलिया से गिरफ्तार

तुरकौलिया। थाना क्षेत्र अंतर्गत शंकर सरैया दक्षिणी पंचायत के मुंशी इनार गांव में मुजफ्फरपुर साइबर पुलिस ने शुक्रवार की रात्रि में छापेमारी की। जहां से दो युवक को पकड़ा है। पकड़े गए दोनो युवक सगे भाई बताए जा रहे है। दोनो भाई साइबर फ्रॉड करने के आरोप में पकड़े गए है। पुलिस पकड़े गए दोनो युवक का नाम गोपनीय रख कर उसके निशानदेही पर साइबर फ्रॉड गैंग में शामिल अन्य साथियों को पकड़ने के फिराक में जुटी हुई है। सूत्र बताते है कि पकड़े गए दोनो भाई अपने साथियों के साथ एक कमरे में बैठ कर लैपटॉप से भोले भाले लोगो को अपने झांसे में लेकर उनके खाते से राशि निकालने का काम करते थे। मुजफ्फरपुर के किसी आदमी के खाता से फ्रॉड किया है। फ्रॉड के शिकार व्यक्ति ने मुजफ्फरपुर साइबर थाना में शिकायत दर्ज कराया था। उसी के आधार पर मुजफ्फरपुर पुलिस तकनीकी सेल के सहयोग से छापेमारी कर पकड़ा है। थानाध्यक्ष सुरेश कुमार यादव ने बताया कि पकड़े गए दोनो युवक के सत्यापन करने में मुजफ्फरपुर पुलिस जुटी हुई है। इसमें मुख्य आरोपियों को पकड़ने में पुलिस जुटी हुई हैं।

विद्यालय व समाज को जोड़ने का काम करता है तिथि भोजन : ओम प्रकाश

बीएनएम@केसरिया। राजकीय मध्य विद्यालय केसरिया कन्या में शुक्रवार को बाल संसद व मीना मंच के संयुक्त तत्वाधान में तिथि भोजन का आयोजन किया गया। विद्यालय में पढ़ने वाले सभी छात्र-छात्राओं के अलग-अलग जन्म दिवस के उपलक्ष्य में सामूहिक रूप से तिथि भोजन के रूप में आयोजन किया गया। विद्यालय के शिक्षक ओम प्रकाश सिंह ने बताया कि अभिभावकों, समाजसेवियों, शिक्षकों अथवा कोई भी प्रबुद्ध नागरिकों द्वारा अपने किसी तिथि विशेष अर्थात वर्षगांठ पर सरकारी विद्यालय में बच्चों को रुचिकर व पौष्टिक भोजन कराया जा सकता है। उक्त तिथि को विद्यालय द्वारा मध्याह्न भोजन प्रतिवेदन शून्य करके विभाग को प्रतिवेदित किया जाता है। जिससे विभाग को आर्थिक बचत के साथ - साथ समाज व विद्यालय के बीच मधुर संबंध स्थापित होता है। बच्चों को भी दैनिक मेनू से अलग भोजन का आनन्द लेने का अवसर मिलता है। वही बाल संसद की प्रधानमंत्री चाँदनी कुमारी व मीना मंच की अध्यक्ष रिया गुप्ता, सुरुचि कुमारी , सोनू कुमार, तनु कुमारी , रुबी खातुन, मो फैजान आदि ने कहा कि यह तिथि भोजन हमलोगों के लिए विशेष स्मृति के रूप में हमेशा स्मारित रहेगा।

कार्यक्रम में बीईओ विनय तिवारी, बीपीएम अनिल कुमार, अमित कुमार, दिनेश दयाल लाल , प्रधानाध्यापक वासुदेव राम, नवल पासवान, स्वामी चरण, सुरेश कुमार, दिनेश यादव, औरंगजेब खान, मृत्युंजय कुमार, अवध पटेल, बिन्दु देवी पवन आदि शामिल रहे।

छात्राओं को जागरूक कर खिलाई गईं फाइलेरिया रोधी दवा

प्राचार्य व शिक्षकेतर कर्मचारियों ने किया दवाओं का सेवन

जिले में राउंड के दौरान छूटे हुए लोगों को खिलाई जा रहीं है सर्वजन दवा

मोतिहारी।

फाइलेरिया उन्मूलन कार्यक्रम के तहत शनिवार को शहर के श्रीकृष्ण सिँह महिला कॉलेज के प्राचार्य व शिक्षकेत्तर कर्मचारियों सहित 617 छात्राओं को सर्वजन दवा का सेवन कराया गया।दवा सेवन कार्यक्रम का शुभारम्भ श्रीकृष्ण सिँह महिला कॉलेज के प्राचार्या प्रो. डॉ किरण कुमारी ने सर्वजन दवा सेवन करते हुए किया। उन्होंने बताया की मादा क्यूलेक्स मच्छर के काटने से यह रोग होता है जिसके कारण पाँव, हाथ, जनानंग या शरीर का अंग प्रभावित होता है, इसके परजीवी स्वस्थ दिखने वाले लोगों में भी हो सकता है,इसलिए सरकार द्वारा उपलब्ध कराई जा रही सर्वजन दवाए सभी स्वस्थ व्यक्तियों को सेवन करना चाहिए तभी हाथी पाँव रोग से बचाव सम्भव है।प्राचार्या प्रो. डॉ किरण कुमारी के दवा सेवन के उपरांत जागरूक कर समझाने पर छात्राओं ने उनसे फाइलेरिया रोधी दवा के बारे में जानकारी लेकर डीईसी, एल्बेंडाजोल दवाओं का सेवन किया। प्राचार्य ने बताया की पीसीआई, सेंटरफॉर एडवोकेसी एंड रिसर्च संस्था के सहयोग से कॉलेज में बूथ लगाकर सर्वजन दवा सेवन कराया गया, दवा सेवन कर सभी छात्राए व कर्मी सुरक्षित है, किसी प्रकार की समस्याएं नहीं है। वहीं महिला कॉलेज के प्रोफेसर डॉ अर्पणा ने छात्राओं को फाईलेरिया के बारे मे विस्तृत जानकारी देते हुए बताया की वर्ष मे एकबार खाए जाने वाले इस दवा को लगातार 5 वर्षो तक सेवन किया जाए तो निश्चित ही फाइलेरिया रोग से बचा जा सकता है।

उन्होंने बताया की दवा का सेवन खाली पेट नहीं करना है। यह दवा दो वर्ष से कम उम्र के बच्चों, गर्भवती महिलाओं एवं गंभीर रूप से बीमार व्यक्ति को नहीं खानी है। उन्होंने उपस्थित छात्राओं व कर्मियों को बताया कि दवा सेवन के उपरांत कुछ लोगों में उल्टी, सर दर्द, जी मिचलाना जैसी शिकायतें हो सकती हैं जो स्वतः समाप्त हो जाती हैं। दवा सेवन के बाद किसी भी प्रकार के साइड इफ़ेक्ट होने पर सुरक्षा हेतु चिकित्सकों की टीम भी सहयोग को तुरंत उपलब्ध हो जाएगी।

पेशेंट सपोर्ट नेटवर्क सदस्य ने किया छात्राओं को जागरूक

फाइलेरिया मरीज एवं दयानिधि पेशेंट सपोर्ट नेटवर्क सदस्य कॉलेज कर्मि ज्ञान प्रकाश ने बताया की इस बीमारी का कोई इलाज नहीं है, इससे बचने के लिए सर्वजन दवा का सेवन करना चाहिए,घर के आस पास साफ सफाई रखनी चाहिए, साथ ही सोने के वक़्त मछड़दानी का प्रयोग करना चाहिए।पीसीआई डीसी मनोज कुमार ने कहा की जिले मे छूटे हुए लोगों को फॉलो अप राउंड चलाकर सर्वजन दवा सेवन कराकर हाथीपांव जैसे रोग से सुरक्षित किया जा रहा है। मौके पर प्राचार्या प्रो. डॉ किरण कुमारी,डॉ अर्पणा, शिवांगी सिँह, डॉ अमित कुमार, डॉ चंदा कुमारी, डॉ अमृता सिँह, डॉ दीपमाला श्रीवास्तव, डॉ रंजना कुमारी, डॉ प्रीति राज,आशा रम्भा गिरी, बिल्किश जहां, अन्य स्वास्थ्य कर्मी, कॉलेज कर्मी उपस्थित थे।

अपराध की योजना बनाते चार अपराधी हथियार समेत गिरफ्तार

मोतिहारी। जिले के जितना थाना क्षेत्र के कोदरकट मार्ग के पास बौधि देवी मंदिर के समीप किसी बड़ी अपराध की घटना को अंजाम देने के फिराक में जुटे चार बदमाशों को विदेशी पिस्टल व दो जिंदा कारतूस एवं एक स्प्लेंडर प्लस बाइक के साथ पुलिस ने शनिवार को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार अपराधियों में लखौरा थाना क्षेत्र के मिथलेश कुमार,खरझखिया गांव निवासी वकील कुमार,विक्की कुमार धुमनगर निवासी अमन कुमार है। जितना थाना अध्यक्ष अमित कुमार ने बताया कि गिरफ्तार अपराधियों को न्यायिक हिरासत में भेजा जा रहा है।

लोकसभा चुनाव 2024 की आचार संहिता हुई लागू

शिवहर। लोकसभा चुनाव 2024 की आचार संहिता लागू होते ही शिवहर शहर में नगर पालिका प्रशासन राजनैतिक दलों से जुड़े बैनर-पोस्टर उतारने में जुट गया। सर्किट हॉउस रोड पर लगे अधिकांश नेताओं के होर्डिंग उतार दिए गए। अन्य मार्गों पर भी राजनैतिक प्रचार सामग्रियों को उतारने का काम जारी रहा।

पिछले दो महीने से शहर में चल रही विशेष राजनीतिक गतिविधियों की वजह से सड़कों के किनारे होर्डिंग, पोस्टर, बैनर और राजनीतिक दलों के झंडों की बाढ़ सी आ गई थी। तमाम राजनीतिक दलों ने दीवारों को भी रंग दिया है। शनिवार को चुनाव आचार संहिता लगते ही नगर पालिका ने कर्मचारियों की टीम गठित कर राजनैतिक दलों से जुड़े बैनर, पोस्टर उतारने का काम शुरू कर दिया। दोपहर बाद आचार संहिता लागू होने की खबर आते ही इसमें तेजी बरती गई। शाम तक शहर के सभी मार्गों से प्रचार सामग्री हटाई नहीं जा सकी थी।SDM अविनाश कुणाल ने बताया कि रविवार शाम तक शहर के सभी जगहों पर लगे होर्डिंग, बैनर हटवा दिए जाएंगे। जिन लोगों ने छत पर होर्डिंग लगाया है अगर वह खुद नहीं हटाते हैं तो उन्हें नोटिस भेजा जाएगा।

SDM ने कहा कि आचार संहिता का कड़ाई से पालन कराया जाएगा। क्षेत्र के सभी चौराहों से होर्डिंग, बैनर हटा दिए जाएंगे। आचार संहिता का उल्लंघन करने वालों पर कार्रवाई की जाएगी। आयोग के निर्देशानुसार चुनाव कराए जाएंगे।

बगहा विधायक राम सिंह ने विधानसभा में 12.5 करोड़ का शिलान्यास किया

बीएनएम@बगहा

बगहा विधायक राम सिंह ने अपने विधानसभा के गांवों को विकसित बिहार बनाने के लिए पुल, सड़क एवं पंचायत सरकार भवन पर विधायक निधि से लगभग 12.5 करोड़ रुपया खर्च करके शनिवार को शिलान्यास किया है। उक्त आशय की जानकारी भाजपा विधायक प्रतिनिधि सह भाजपा जिला उपाध्यक्ष रितु जायसवाल ने दी है, उन्होंने आगे बताया कि बगहा विधायक राम सिंह ने अपने विधानसभा क्षेत्र के NH-28B से मेहुड़ा हाई स्कूल तक RWD पथ का शिलान्यास किया।

विधानसभा क्षेत्र के पिपरा से रायबरी महुआ पथ में हरदी नदवा पंचायत के साधु के पुल का शिलान्यास किया है, यह पुल 5.99 करोड़ की लागत से 72.5 मीटर लम्बा निर्माण होगा।उन्होंने बताया कि शिलान्यास के दौरान स्थानीय विधायक ने कहा है कि इस पुल के निर्माण होने से लगभग दर्जनों पंचायतों के लोगों का आवागमन सुगम होगा।साथ हीं भैसहीं पड़खाप पंचायत के ग्राम भैसहीं में पंचायत सरकार भवन का भी शिलान्यास किया गया, यह पंचायत सरकार भवन 3.18 करोड़ के लागत से होगा, जिससे स्थानीय लोगों को सुविधा होगी।

विधायक ने कहा कि यशस्वी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में एनडीए सरकार सदैव विकाा के लिए समर्पित है। कार्यक्रम में जिला महामंत्री अचिन्त्य कुमार लल्ला, जिलाउपाध्यक्ष ऋतु जायसवाल, शिपु चौबे, दीपू तिवारी , बगाह ग्रामीण मंडल अध्यक्ष अमरेंद्र सिंह, मंडल महामंत्री मंटु दुबे, अभिमन्यु शाही , पुर्व मंडल अध्यक्ष दिनेश राव जी, जिला कार्यसमिति सदस्य श्रीकांत हलदर, मुखिया प्रतिनिधि आनंद साही, ग्राम पंचायत हरदी नदवा के मुखिया प्रेम चौधरी आदि लोग उपस्थित रहें।

फेनहरा: मनरेगा योजना बना लुट योजना फर्जी फोटो अपलोड कर पैसे का उठाव कर किया जा रहा है बंदरबांट

एनएमएमएस ऐप से बनाई गई अटेंडेंस अपलोड की गई तस्वीर से खुली है योजनाओं में की जा रही लूट की पोल

मनरेगा योजना में मजदूरी कर रहे मजदूर में भी गजब की है स्टैमिना एक ही समय में दो-दो योजना पर एक साथ करते हैं कार्य

फेनहरा, खान पिपरा मधुरापुर, मधुबनी, एवं मनकरवा पंचायत में चल रही योजना में बरती जा रही है अनियमितता, तकरीबन करोड़ों से अधिक की घोटाले करने में जुटे मनरेगा कार्यक्रम पदाधिकारी, पंचायत रोजगार सेवक, पंचायत समिति सदस्य एवं पंचायत के मुखिया

अभिराम कुमार

पताही। सरकार डाल डाल चल रही है तो फेनहरा प्रखंड के फेनहरा, खान पिपरा मधुरापुर, मधुबनी एवं मनकरवा पंचायत में कार्यरत पंचायत रोजगार सेवक, पंचायत के मुखिया एवं पंचायत समिति पात पात चल रहे हैं। जो सरकार के नियमावली और संबंधित अधिकारी के आदेश को नहीं मानते हैं। जी हां ताजा मामला फेनहरा, खान पिपरा मधुरापुर, मधुबनी एवं मनकरवा पंचायत का है। मनरेगा कार्यक्रम पदाधिकारी एवं चारों पंचायत के मुखिया, पंचायत समिति सदस्य एवं पंचायत में कार्यरत पंचायत रोजगार सेवक के मिलीभगत से सरकार के करोड़ों रुपया घोटाले करने में जुटे हुए हैं। खबरों पर भरोसा करें तो फेनहरा, खान पिपरा मधुरापुर, मधुबनी एवं मनकरवा पंचायत में कार्यरत पंचायत रोजगार सेवक ने ऐसा करनामा कर दिखाया है। पंचायत में पदस्थापित पंचायत रोजगार सेवकों ने स्थानीय मुखिया एवं पंचायत समिति सदस्य की मिली भगत से इस घोटाले को अंजाम दिया जा रहा है। बता दे कि मनरेगा में एनएमएमएस एप पर अपलोड की गई फोटो और अटेंडेंस के माध्यम से मनरेगा में जिस भी योजना पर काम हो रहा होता है, उसकी लाइव अटेंडेंस भेजनी होती है। जिसके लिए मजदूर का काम करते हुए फोटो अपलोड किया जाता है। वही फेनहरा, खान पिपरा मधुरापुर, मधुबनी, मनकरवा पंचायत में चल रही मनरेगा योजना में जो एनएमएमएस पर फोटो अपलोड की गई है इसमें फोटो की फोटो खींचकर अपलोड कर दी गई है। इतना ही नहीं अलग अलग योजना पर 70, 80 या 50 लेबर लगाया गया है।

लेकिन एनएमएमएस पर अपलोड की गई तस्वीर में स्पष्ट दिख रहा है कि 5 या 7 लेवर का तस्वीर ही सभी मास्टर रोल पर अपलोड की गई है। और जो तस्वीर अपलोड की गई है वह भी फर्जी तरीके से की गई है तस्वीर मोबाइल से ही पुरानी तस्वीर खींचकर एनएमएमएस पर अपलोड की गई है। जहां मस्टर्ड रौल के अनुसार लेबर लगाए जाने थे वहां महज पांच लेबर से ही मास्टर रौल में अंकित लेबर के अटेंडेंस बनाकर संबंधित अधिकारियों की मिलीभगत से पैसे के उठाव कर बंदरबांट कर लिया जाता है। हद तो तब हो गई जब एक ही मजदूर एक ही समय में अलग-अलग योजना पर कार्य करते एनएमएमएस पर अपलोड की गई तस्वीर में देखे गए। अगर उच्च स्तरीय जांच हुई तो मनरेगा योजना में की गई लूट की पोल खुल जाएगी। अब देखना यह है कि ऐसे भ्रष्ट जनप्रतिनिधि एवं पदाधिकारियों पर सरकार कार्रवाई कर पाती है या नहीं। गौरतलब है कि मनरेगा अर्थात महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार अधिनियम इस योजना के सफल मजदूरों को 100 दिनों का रोजगार मुहैया कराने का लक्ष्य रखा गया है। मनरेगा योजना के तहत गरीब मजदूर तबके के लोगों को नियमित काम नहीं मिलने के कारण उनका पलायन बढ़ रहा है। रोज चौक चौराहा पर ग्रामीण क्षेत्रों से आकर मजदूर काम की तलाश में लगे रहते हैं दूसरी ओर मनरेगा योजना से चल रही कार्य पर संबंधित अधिकारी एवं जनप्रतिनिधि की नजर लग गई है। पंचायत के मुखिया के सहयोग से पंचायत रोजगार सेवक के द्वारा वैसे लेबर का नाम दिया जाता है जो घर से कभी निकलते ही नहीं या बाहर रहते हैं, खाते में पैसे जाने के बाद 10 परसेंट कमीशन देकर पैसे की निकासी कर लेते हैं। मास्टर रोल में अंकित लेबर की सूची की जांच एवं एनएमएमएस पर अपलोड की गई तस्वीर की पहचान कराई जाए तो इसकी पोल खुल जाएगी और मुखिया एवं पंचायत रोजगार सेवक के मिलीभगत से की जा रही लूट का पर्दाफाश हो जाएगा। अगर निष्पक्ष जांच हुई तो यह सरकारी राशि के गवन का सबसे बड़ा घोटालों का मामला उजागर होगा। वही इस संबंध में फेनहरा मनरेगा कार्यक्रम पदाधिकारी आलोक नाथ झा के द्वारा वही पुरानी घिसी पीटी जवाब योजना को बंद कर कार्रवाई की जाएगी। अब देखना यह है कि ऐसे भ्रष्ट पंचायत रोजगार सेवक पर करवाई हो पाती है या नहीं।

लोकसभा चुनाव 2024: भ्रामक खबरों पर रहेगी पौनी नजर

मोतिहारी। जिलाधिकारी ने कहा कि प्रेस नोट जारी होने के साथ ही पूरे देश में आदर्श आचार संहिता लागू हो गया है। इसको लेकर पूरे जिला में धारा 144 लागू कर दिया गया है। उन्होंने कहा कि बिना अभ्यर्थी बने प्रचार प्रसार नहीं होना है और ना ही बैनर पोस्टर लगाना है ।सभी राजनीतिक दलों को बताया गया कि जो भी आपके द्वारा पोस्टर बैनर लगाए गए हैं उसे तत्काल हटा दें। जिला निर्वाचन पदाधिकारी ने कहा कि वाहन के प्रयोग के समय भी सावधानी रखनी होगी और जिन वाहनों का अनुमति प्राप्त होगा उससे अधिक वाहन या उसके अलावा कोई दूसरा वाहन का उपयोग नहीं होना चाहिए। वाहन की अनुमति प्राप्त करने के लिए वाहन से संबंधित कागजात कार्यालय को उपलब्ध कराना होगा। सार्वजनिक जगह पर सभा करने के लिए उस स्थल के मालिक से नो ऑब्जेक्शन सर्टिफिकेट लेनी होगी। जिलाधिकारी ने कहा कि अच्छे माहौल में चुनाव लड़े। व्यक्तिगत टिप्पणी से बचा जाए। मर्यादित भाषा का प्रयोग इस अवसर पर अपेक्षित है। कहीं भी धार्मिक स्थलों का प्रयोग नहीं किया जाना है। प्रलोभन वाले किसी भी सामग्री का वितरण नहीं किया जाना है। एक दूसरे के जुलूस में बाधा नहीं पहुंचानी है। आप लोग खुद इस सब के विरुद्ध कार्रवाई नहीं करेंगे बल्कि इसकी सूचना देंगे, प्रशासन उस पर कार्रवाई करेगा।

जो भी कार्यक्रम होंगे उसकी जानकारी स्थानीय थाना को जरूर देने होंगे। किसी भी कार्य के लिए बाल श्रम का उपयोग नहीं किया जाना है इस पर विशेष ध्यान देने की जरूरत है। जिलाधिकारी ने कहा कि मतदाता सूची देख लिया जाए, अगर किसी का नाम छूटा हुआ है तो जुडवा लिया जाए। नाम जुड़वाने के लिए अभी भी समय है।

जिलाधिकारी के द्वारा बताया गया कि जिले में कुल 3496 मतदान केंद्र बनाए गए हैं जो 1885 भवन में स्थित हैं। अब कोई नया मतदान केंद्र नहीं बनाया जाएगा। दिव्यांग मतदाताओं को देय सुविधा के बारे में भी बताया गया। जिलाधिकारी ने कहा कि दिव्यांग मतदाता अगर चाहे तो उनके घर जाकर भी वोटिंग कराई जाएगी अन्यथा मतदान केंद्रों पर उनके लिए व्हीलचेयर की व्यवस्था कराई जाएगी।

ईवीएम के संबंध में जिलाधिकारी ने बताया कि इसमें पूरी पारदर्शिता रखी जाएगी और ईवीएम मूवमेंट के जानकारी आप सभी को दी जाएगी।

उन्होंने कहा कि निर्वाचन लड़ने वाले अभ्यर्थी के साथ नामांकन के समय मात्र पांच व्यक्ति ही नामांकन कक्ष में प्रवेश करेंगे और नामांकन स्थल तक आने के लिए तीन गाड़ी ही की अनुमति दी जाएगी। जिला के सभी संवेदनशील बूथों सहित लगभग 50% मतदान केंद्रों पर सीसीटीवी कैमरा लगाकर मतदान के दिन निगरानी की जाएगी। इस दौरान जिलाधिकारी के साथ उप विकास आयुक्त, अपर समाहर्ता, नगर आयुक्त, अनुमंडल पदाधिकारी सदर, अपर पुलिस अधीक्षक, उप निर्वाचन पदाधिकारी उपस्थित थे। वहीं भारत निर्वाचन आयोग द्वारा लोकसभा निर्वाचन 2024 के लिए जारी प्रेस नोट के तुरंत बाद जिला निर्वाचन पदाधिकारी-सह- जिलाधिकारी श्री सौरभ जोरवाल के द्वारा जिला स्थित मान्यता प्राप्त राजनैतिक दलों के प्रतिनिधियों के साथ डॉ राजेंद्र प्रसाद सभा भवन में बैठक कर आदर्श आचार संहिता से संबंधित अनुपालन किए जाने वाले सभी चीजों को विस्तार से बताया गया। जिला निर्वाचन पदाधिकारी ने कहा कि जिला में शांतिपूर्ण तरीके से मतदान कराने में सभी राजनीतिक दलों की महत्वपूर्ण भूमिका होती है और आप सभी से अपेक्षा है कि इसमें जिला प्रशासन को पूर्ण सहयोग प्राप्त होगा। जिलाधिकारी ने कहा कि आप लोगों को किसी भी चीज के लिए कोई असुविधा नहीं हो इसके लिए सिंगल विंडो सिस्टम बनाया जा रहा है। अगर कहीं कोई असुविधा होती है उसे संज्ञान में लाएं, उसका तुरंत निदान निकाला जाएगा।

सी-विजिल ऐप के बारे में भी जानकारी दी गई और कहा गया कि इस ऐप पर कोई भी व्यक्ति कहीं से भी किसी भी गतिविधि की फोटो डाल सकता है। इस पर डाले गए फोटो की मॉनिटरिंग भारत निर्वाचन आयोग खुद करता है।

जिलाधिकारी ने कहा कि मोतिहारी लोकसभा का चुनाव छठे चरण में 25 मई को होना निश्चित है। इसके लिए 29 अप्रैल को अधिसूचना जारी की जाएगी उसी दिन से नामांकन प्रक्रिया शुरू हो जाएगी। नामांकन प्रक्रिया का अंतिम तिथि 6 मई निर्धारित की गई है।

अशोक व्यास

व्यंग्यः अ ब स द

शीर्षक पढ़कर आप लोग जरूर चौक गए होंगे कि यह अ ब स द क्या बला है। शीर्षक अ ब स द पढ़कर कुछ याद आया आपको, कुछ समझ में आया, नहीं आया ना, हिंदी माध्यम से जो पढ़े हुए हैं इस शीर्षक को पढ़कर शायद उनकी बुद्धि के कपाट जरूर खुल जाएंगे । चलिए मैं दूसरे ढंग से लिखता हूं -ए बी सी डी, कुछ समझे? आजकल तो वैसे भी हिंदी माध्यम हो या अंग्रेजी माध्यम हो एबीसीडी ही लोग जानते हैं इसलिए अ ब स द नहीं एबीसीडी कहेंगे तो सब समझ गए होंगे। अब आप कहेंगे कि इसका मतलब क्या है। हम तो ठहरे पुराने हिंदी माध्यम वाले इसलिए हमें एबीसीडी का पता नहीं था।

हमारे गणित के मास्साब जब रेखा गणित पढ़ाते थे तब वह बताते थे कि दो रेखाओं के मिलने के बिंदु के स्थान को अ ब स द कहकर समझाते थे। उस समय के मास्साब की अंग्रेजी आज के इंग्लिश मीडियम वाले टीचर से ज्यादा अच्छी थी, फिर थोड़ी प्रगति हुई तो इंग्लिश माध्यम में इनको एबीसीडी लिखने लगे। लेकिन कंप्यूटराइज युग में एबीसीडी मतलब एबीसीडी के अलावा कुछ और भी हो गया है यह रेखा, नहीं नहीं लाइन के मिलने के प्वाइंट के आगे हम कहेंगे कि किसी के नाचने के लिये थिरकते पैर जब जमीं पर टकराते है तब एबीसीडी अर्थात एनी बडी केन डांस हो जाता है। एनी बडी कैन डांस के महामंत्र ने इस देश को और इस देश में रहने वालों को चकरघिन्नी बना दिया है सब लोग घूम घूम के नाचने पर तुले हैं।

वैज्ञानिकों के अनुसार ब्रह्मांड का प्रत्येक ग्रह घूम रहा है। चक्कर लगा रहा है। अपनी धुरी पर या किसी दूसरे के आसपास चक्कर लगा रहा है या यूं कह लो कि नाच रहा है और आपको पता होगा कि बिंदास होकर नाचने से गुरुत्वाकर्षण टूटता है लेकिन गुरुत्वाकर्षण टूटे या ना टूटे हर आदमी को आकर्षण का केंद्र बिंदु बनाने में सबसे बड़ा योगदान डांस का होता है । इस प्रतिभा का अंतिम बूंद तक दोहन भारत में हो रहा है। नाचने की प्रतिभा का प्रदर्शन हर जेंडर के, हर उम्र के, मानव कर रहे हैं विशेषकर टीवी पर आने वाला कोई भी सीरियल हो, रियल्टी शो हो, बस नाचे जा रहे हैं, नाचने का मूड हो या ना हो, मौसम हो या ना हो, मौका हो या ना हो, दस्तूर हो या ना हो, आँगन सीधा हो या टेड़ा हो, बस उल्टा सीधा जैसा भी हो नाचे जा रहे हैं।

अब तो भारतियों की नाचने की प्रतिभा को सारे विश्व ने मान लिया है .... वही आर आर आर के नाटू नाटू याने नाचो नाचो गाने को सुनहरा भूमंडल या जिसे गोल्डन ग्लोब कहते हैं का पुरस्कार भी मिल गया है(

इस देश का प्रत्येक वयस्क अवयस्क, बच्चा बच्ची, बूढ़ा बूड़ी, पत्ता पत्ता बूटा बूटा हाल हमारा जाने तक अगर कोई काम बेहतर तरीके से कर सकता है तो वह है डांस। नृत्य नहीं हुजूर आजकल नृत्य नहीं कहते डांस कहते हैं। डांस इंडिया डांस के बदले अगर नृत्य भारत नृत्य कहेंगे तो कुछ मजा नहीं आएगा क्योंकि जब प्रकृति की हर वस्तु नाच रही है तो फिर एनी बडी कैन डांस कोई भी डांस क्यों नहीं कर सकता है। एबीसीडी वन, एबीसीडी टू, एबीसीडी थ्री, फोर या आगे जितने तक गिनती चेनल वालों को आती हो। टी वी वाले हर जगह हर व्यक्ति को नचा सकते हैं।

खेत खलियान हो, डांस फ्लोर हो, चौक चौराहा हो, घर का चूल्हा चौका हो, बरामदा हो, छत हो, टेरेस हो नाच मेरी जान फटाफट हो रहा है और तो और आजकल बहू देखने के लिए हालमार्क की तरह जरूरी है एक तो उसमें संस्कार हो या ना हो सुंदर जरूर होना चाहिए, दूसरा उसे डांस करना जरूर आना चाहिए शिक्षा के साथ डांस में पारंगत होना अतिरिक्त योग्यता मानी जा सकती है।

डांस की प्रतिभा विस्फोट के लिये सोशल मीडिया के योगदान को नकारा नहीं जा सकता है। मौज पर डांस के वीडियो बनाकर मौज हो रही है। टिक टॉक पर डांस करते वक्त का पता ही नहीं चलता कब टिक टिक करते समय निकल जाता है। इंस्टाग्राम पर डांस का वीडियो डालकर इंस्टेंट मनोरंजन का सैलाब आ जाता है। वाट्सएप पर वाह वाह की जो वाही तबाही मचती उसका तो कहना ही क्या। वायरल फीवर से डर नहीं लगता है साहब जितना डांस वीडियो वायरल ना होने पर लगता है ।

हम यहां पर बदन तोड़ मरोड़ कर नाच कर दर्दे डिस्को हुए जा रहे हैं, अपना हुनर दिखा रहे हैं और लोग हैं कि ना तो लाइक कर रहे हैं, ना कमेंट, सबक्राईफ्स का तो सोचो ही मत। ऐसा कहीं होता है क्या? कम से कम शेयर तो कर लो उनके बाप का क्या जाता है कोई पैसा खर्च हो रहा हैं क्या। बस देख लेते है और चुपचाप आगे सरक लेते है प्रतिभा की इस देश में कोई कद्र ही नहीं करता है ।

डांस की कला का प्रदर्शन अगर देखना और वह भी लाइव तो चुनाव परिणाम वाले दिन देखना सबसे सुखद होता है। विजेता पार्टी ऑफिस के सामने महिलाएं, जवान, बुजुर्ग ढोल नगाड़ों की थाप पर जब रंग गुलाल से रंगीन होकर झूम झूम कर नाचते हैं तो ऐसा लगता है कि उनके साथ इस देश का प्लैटिनम जुबली मनाता स्वतंत्र होने का समारोह भी लहक लहक कर अमृत महोत्सव मनाते हुए नाच रहा है, झूम रहा है, मस्ती में मस्त हो रहा है।

लगता है कि मुंबईया फिल्मों की शादी डाट काम का काम तेजी से छलांग लगा रहा है मतलब यह है कि आओ बच्चों और बड़े सब दम लगा कर हईशा करें और दम लाकर नाचे ऐ बी सी डी करें या अ ब स द करें यानी अब, बड़े छोटे, सब दमदमादम करते हुए, नाचते हुए धमा चौकड़ी मचाएँ, नाटू नाटू करें।

डॉ सत्यवान सौरभ

बड़वा का प्राचीन झांग-आश्रम जहां बादशाह जहांगीर ने डाला था डेरा

भिवानी उपमंडल सिवानी के आखरी छोर पर स्थित गाँव बड़वा हिसार जिले को छूता है। हरियाणा के सबसे प्राचीन गाँवों में से एक, बड़वा पहले बड़-बड़वा के नाम से जाना जाता था। बड़वा गाँव कई इतिहासिक साक्ष्यों का गाँव है। इसकी तुलना हवेलियों के वैभवशाली गाँव से की गई है। यह गाँव प्राचीन समय से स्थापत्यकला, मूर्तिकला, साहित्य, चित्रकला, व्यवसाय, धर्म एवं शिक्षा के क्षेत्रों में उत्कृष्ट था। ऐसी ही एक धार्मिक धरोहर झांग-आश्रम को अपने भीतर समेटे है गाँव बड़वा। जिसका वैभव अपार और पहचान साकार।

झांग आश्रम बड़वा, हिसार शहर से लगभग 27 किलोमीटर दूर स्थित है। इसमें महंत पुरियों की समाध के साथ-साथ हिन्दू देवी-देवताओं के मंदिर है। कई शहरों से लोग इस ऐतिहासिक जगह पर आते हैं और वे आश्रम को जानना चाहते हैं और वे अपने जीवन में अनुसरण करना चाहते है।

इतिहास-संत पुरुष लोह लंगर जी महाराज प्राचीन समय में आज से लगभग पांच सौ साल पहले बड़वा के वन क्षेत्र में तपस्या करते थे। इसी दौरान 1620 ईसवी के आस-पास मुग़ल बादशाह (सलीम) जहांगीर (उत्तरी पूर्वी पंजाब की पहाड़ियों पर स्थित कांगड़ा के दुर्ग) काँगड़ा जाने के लिए इसी रस्ते से गुजरे थे। इस दौरान उनकी सेना ने आराम करने के लिए इस क्षेत्र में पड़ाव डाला था। तभी इनकी मुलाकात संत पुरुष लोह लंगर जी महाराज से हुई। पीने के पानी की समस्या से त्रस्त बादशाह जहांगीर की सेना ने यहाँ तालाब की खुदाई कर डाली जो आज जहांगीर तालाब के नाम से मशहूर है।

कालक्रम- लोहा लंगर जी की मृत्यु के सालों बाद महंत बिशंबर गिरी जी ने इस आश्रम का जिम्मा संभाला और जब तक जीवित रहे यही रहकर तपस्या की और अंतत जीवंतसमाधी धारण की। उनके बाद महंत चरणपुरी महाराज ने आश्रम की परंपरा को आगे बढ़ाते हुये यहाँ धार्मिक अनुष्ठान जारी रखे और जीवंत समाधी को प्राप्त हुए। उनके बाद संत पुरुष हनुमान गिरी जी और महंत सेवागीरी जी महाराज आश्रम की गद्दी पर रहे।

मान्यता-बड़वा के झांग आश्रम के बारे गाँव और आस -पास के लोगों की मान्यता है कि झांग -आश्रम क्षेत्र क़े लिए एक आध्यात्मिक चमत्कार है। लोगों की मान्यता है कि आश्रम के संत पुरुषों के प्रताप और दैवीय शक्ति का ही परिणाम है कि बड़वा के आस-पास के क्षेत्र में ओला वृष्टि और टिड्डी दल से नुकसान झेलना पड़ता है। मगर आश्रम के आदि प्रभाव की वजह से गाँव बड़वा के क्षेत्र में ऐसा पिछले पांच सालों में भी नहीं हुआ।यही नहीं यहाँ के बुजुर्ग लोगों में एक किंवदंती भी है कि आश्रम के महाराज चरण पुरी जी मायावी शक्तियों के धनी थे। उनका दावा था कि गाँव बड़वा में कभी भी ओला वृष्टि और टिड्डी दल से एक पैसे का भी नुकसान नहीं होगा। वो एक मायावी संत थे और अपना चोला बदलने में माहिर थे। रात को वो शेर का रूप धारणकर विचरण करते थे। ये आश्रम गाँव और आस -पास के लोगों के लिए अटूट श्रद्धा और विश्वास का प्रतीक है। लोगों को यहाँ आने पर शांति की अनुभूति जरूर होती है।

धार्मिक अनुष्ठान- वैसे तो बड़वा के झांग आश्रम में हर दिन कीर्तन-भजन और यज्ञ होते है। मगर आश्रम के सबसे प्रतिष्ठित संस्थापक संत महंत विशमबर गिरी जी की पुण्यतिथि पर एक राष्ट्रीय संत-समागम और भंडारा आश्रम की मंडली के द्वारा आयोजित किया जाता है।

डा आभा सिंह

समीक्षा: समय को फेरती है 'फरफंदो'

कोई भी पुस्तक पढ़ना असल में उस पुस्तक से गुजरना होता है। कीर्ति काले जी का नया संग्रह 'फरफंदो' अपनी नाम की ही तरह सुखद आश्चर्य को समेटे एक रोचक संग्रह है। लेखिका ने अपनी समय सुचकता से पुस्तक में एक दौर दर्शाया है। वह दौर जब समाज सुरक्षा का परिचायक हुआ करता था और बचपन अल्हड़ता का। पुस्तक एक संक्षिप्त जीवनी की तरह है जो मुख्य मुख्य घटनाओं को बड़ी प्रमुखता से प्रस्तुत करती है। जीवन के उतार चढ़ाव, संकल्प विकल्प लेखिका ने बड़ी ही स्पष्टता से बयान किए हैं। जहां एक ओर किताब मेँ पीढ़ीगत परिवर्तन नजर आता है तो वहीं दूसरी ओर सामाजिक बदलाव भी झाँकता दिखाई दे जाता है। फरफंदों को पढ़कर उस युग का पाठक एक बार समय को धन्यवाद जरूर देता है कि हमने एक ऐसे समय में बचपन बिताया जब 'बचपन बचाओ' जैसी किसी मुहिम की आवश्यकता नहीं पड़ती थी।

फरफंदों की लेखिका मूलतः एक कवियत्री है जिसकी छाप उनके शब्दचयन और प्रस्तुति की लयात्मकता में दिखाई देती है। साहित्यकार का महीन मन कितने तन्तु बुनता जाता है यह तब स्पष्ट होता है जब एक जगह लेखिका कहती है कि- पैसे का मोल जब से प्रधान होने लगा है तब से खुशियाँ वस्तु केनद्रित हो गई है।' यह वाक्य इस बात को सिद्ध करता है कि साहित्यकार जब तक समय की करवट को ना महसूस करे तब तक वह न्यायसंगत और तर्कसंगत नहीं हो सकता। एक जगह कीर्ति जी लिखती है कि 'आज हॉबी डेव्लप करने के लिए पूरा ताम झाम उपयोग में लाना पड़ता है, बावजूद इसके खुशियों की कोई गारंटी नहीं' यह वाक्य ही आज की पीढ़ी के अवसाद ग्रस्त होने की वास्तविकता है।

'महाराज सिंह की गउशाला' एक हास्यप्रधान संस्मरण है। यह होंठों पर मुस्कान और आँखों में चमक ला देती है। बाल सुलभ मासूमियत इस संस्मरण में अधिक गहन दिखाई देती है। 'मैं खो गई, बहुबाई, ऐसे प्रसंग है जो पाठक की यादों की खिड़की खोल देते हैं। 'दीपावली तब की' एक बेचैन वाक्य के साथ शुरू होता है कि, 'जब से समय ने तेज गति से भागना शुरू किया है तब से सारे तीज त्योहार हाँफने लगे हैं।

छोटे त्योहारों ने तो दम तोड़ दिया है। इस लेख में बीते दौर की गूंज साफ साफ सुनाई देती है।

फरफंदो में अभिदा और व्यंजना का चमत्कारिक प्रयोग दिखाई देता है। बंदरोबा की अभिदा में बोलती कीर्ति कहती हैं कि- बचपन संदेह करना नहीं जानता, जानता है केवल विश्वास करना'। वहीं दूसरी ओर यह वाक्य दिखाई देता है कि- इन्सल्ट-विन्सल्ट का तब आविष्कार ही नहीं हुआ था। कहना पड़ेगा की फरफंदों में मिट्टी की महक वाले बचपन की कलात्मकता तो है ही साथ ही किशोरावस्था में नई उड़ान भरने का सौंदर्यशिल्प भी है। सफलता की कीर्ति जब बढ़ने लगती है तब उम्र और अनुभव की ऊहापोह का चित्रण करते लेख माधुर्य गुण की निर्मिति करते हैं।

जहां फरफंदों में किराए का वी सी आर, ये आकाशवाणी है, आषाढ़ी एकादशी जैसे प्रतिकात्मक संस्मरण हैं वहीं आक थू ऐसा लेख है जो समय की ही नहीं तो समाज की विभीषिका को भी चित्रित करता है। इसके आस पास ही है 'फ्राक से सलवार कुर्ता' जो इस बात को रेखांकित करता है कि कोई कोई मसलों में आज भी दौर बदला नहीं है। लड़कियों की माँ तब भी चिंतित थी अब भी है। तब जाना क्या होता है मायका और पथरीली डगर की नन्ही सहयात्री आँखों की पोर भिगो देता है। 'होम डिलिवरी' एक मजेदार संस्मरण है। वैसे तो पुस्तक कहीं भी तारतम्यता टूटने नहीं देती लेकिन 'होम डिलिवरी पढ़कर मुस्कान ठहाका लगाने लगती है। समझ आता है की लेखिका गद्य और पद्य दोनों विधाओं की पारंगत है। स्त्री की बेचैनी जब मौका मिलते ही जीवन की अभिधा को व्यंजना में पिरो देती है और लक्ष्य संधान चूकता भी नहीं तब होम डिलिवरी जैसे संस्मरण यादगार बनते है। इस निष्पत्ति का एक सफल प्रयोग है फरफंदों। जितना आत्मीय पुस्तक का शीर्षक है उतना ही सफल इसका शिल्प है। निसंदेह पाठक इसे पढ़कर महसूस करता है कि बचपन की गलियों में घूमना कितना सुखद है। पैंतालीस संस्मरणों से बंधी यह पुस्तक संबंधों की घनिष्ठता का परिवर्तित होता रूप जानने के लिए एक महत्वपूर्ण हस्ताक्षर है।

शैम्पू करते हुए करेंगे यह गलतियां तो झड़ने लगेंगे बाल

जब बात बालों को शैम्पू करने की होती है तो वह सिर्फ शैम्पू का इस्तेमाल करने तक ही सीमित नहीं है। आपको इसके बाद कंडीशनर भी अवश्य लगाना चाहिए। यह आपके बालों को स्मूद बनाता है। जिससे कॉम्ब करते समय आपके बाल कम टूटते हैं।

बालों की केयर का सबसे पहला व जरूरी स्टेप है हेयर वॉश करना। यह बालों व स्कैल्प पर जमी ऑयल व गंदगी को दूर करने में मदद करता है। हालांकि, हेयर वॉश करने का अपना एक तरीका होता है।

बालों की केयर का सबसे पहला व जरूरी स्टेप है हेयर वॉश करना। यह बालों व स्कैल्प पर जमी ऑयल व गंदगी को दूर करने में मदद करता है। हालांकि, हेयर वॉश करने का अपना एक तरीका होता है।

अगर आप शैम्पू करते हुए कुछ छोटी-छोटी मिसटेक्स करते हैं तो इससे हेयर फॉल की समस्या शुरू हो सकती है। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको शैम्पू से जुड़ी उन गलतियों के बारे में बता रहे हैं, जिससे आपको बचना चाहिए-

जोर से रगडऩा

कुछ लोगों की आदत होती है कि वह शैम्पू करते हुए बालों को तेजी से रगड़ते हैं। लेकिन आपको वास्तव में ऐसा नहीं करना चाहिए। दरअसल, जिस समय आप बालों को वॉश करते हैं, उस समय वह बेहद कमजोर होते हैं। ऐसे में अगर उन्हें जोर से रगड़ा जाए तो वह टूटने लग जाते हैं। आप चाहें तो शैम्पू करने के बाद हल्की मसाज कर सकते हैं, लेकिन तेजी से रगडऩे से बचें।

कंडीशनर को स्किप करना

जब बात बालों को शैम्पू करने की होती है तो वह सिर्फ शैम्पू का इस्तेमाल करने तक ही सीमित नहीं है। आपको इसके बाद कंडीशनर भी अवश्य लगाना चाहिए। यह आपके बालों को स्मूद बनाता है। जिससे कॉम्ब करते समय आपके बाल कम टूटते हैं।

बार-बार शैम्पू स्विच करना

कई बार ऐसा होता है कि हम टीवी में कोई ऐड देखते हैं और उससे प्रभावित होकर किसी नए ब्रांड का शैम्पू ले आते हैं। लेकिन इस तरह बार-बार शैम्पू को स्विच करना बालों के लिए सही नहीं माना जाता। कई शैम्पू में केमिकल्स का

इस्तेमाल किया जाता है और यह आपके बालों को डैमेज भी कर सकते हैं।

नाक पर पड़े चश्मे के दाग, इन नुस्खों से हटाए इन्हें

वर्तमान समय में देखने को मिलता हैं कि हर पांचवे शख्स की आंखों पर चश्मा लग चुका हैं, बड़े तो बड़े, बच्चे भी इससे अछूते नहीं हैं। जिनकी आंखों पर पावर का चश्मा लगा होता है उनकी सबसे बड़ी समस्या यह होती है उन्हें हमेशा चश्मा पहने रहना पड़ता है।

लगातार कई घंटो तक रोज चश्मा पहनने की वजह से हमारी नाक पर काले निशान पड़ जाते हैं, जो देखने में बेहद खराब लगते हैं। नाक पर पड़े चश्मे के ये दाग चेहरे की खूबसूरती को घटाते हैं। लेकिन घर में ही मिलने वाली कुछ चीजों का उपयोग करके आप आसानी से इन धब्बों से छुटकारा पा सकते हैं। आज हम आपको बताने वाले है नाक पर बने चश्मे के काले निशानों को हटाने के तरीको के बारे में। आइये जानते हैं...

खीरा

खीरा खूब खाएं भी और इसे चश्मे के निशान को हटाने के लिए इस्तेमाल भी करें। छोटे-छोटे टुकड़े काट कर निशान वाली जगह पर रखें या फिर पेस्ट बनाकर लगाएं। 10 मिनट के लिए सूखने दें फिर पानी से साफ कर लें। खारी त्वचा को कूलिंग एफेक्ट देता है। विटामिन के होता है, जो त्वचा को चमक प्रदान करता है। दाग-धब्बों को कम करता है।

एलोवेरा

एलोवेरा की पत्ती को बीच से काट लें और उसके गूदे का पेस्ट बना लें। अब इसके पेस्ट को नाक पर बने हुए निशान पर लगाएं और हल्के हाथों मसाज करें। एलोवेरा में मॉइस्चराइजिंग और एंटी-एजिंग गुण पाए जाने के कारण यह नाक पर बनने वाले निशान को कुछ दिनों में गायब कर देगा।

टमाटर

टमाटर चेहरे के दाग-धब्बों को दूर करने में बहुत कारगर होता है। इसमें एक्सफोलिएशन का गुण पाया जाता है। जिससे आपके चेहरे की मृत त्वचा हट जाती है। अपने चेहरे और नाक के काले धब्बे हटाने के लिए टमाटर का पेस्ट बनाकर लगाएं। इसके उपयोग से कुछ ही दिनों में आपके नाक के दाग दूर हो जाएंगे।

आलू

आलू में कई प्राकृतिक गुण होते है और इसलिए यह हमारे स्किन के लिए भी बहुत फायदेमंद होता है। आलू में कुछ ऐसे तत्व होते है तो चेहरे के दाग धब्बों को हटाने में कारगर साबित होते है। इसलिए आंखों के नीचे और नाक पर काले निशानों को हटाने के लिए कच्चे आलू को छिलकर उसका रस निकाल लें और इसे अपने आंखों के आस पास लगाएं और पद्रंह मिनट के लिए छोड़ दें। प्रदंह हमनट बाद इसे ठंडे पानी से धो लें।

नींबू का रस

इसे लगाने से भी त्वचा संबंधित समस्याओं को दूर किया जा सकता है। नींबू के रस को आप चश्मे के निशान वाली जगह पर लगाएं और 10 मिनट के लिए छोड़ दें। अब पानी से साफ कर लें। नींबू के रस में मौजूद ब्लीचिंग प्रॉपर्टीज दाग-धब्बों को कम कर चेहरे में निखार लाता है। इसमें विटामिन सी, एंटीऑक्सीडेंट भी होते हैं, जो त्वचा को हेल्दी रखते हैं, फ्री रेडिकल्स से लड़ते हैं।

संतरे के छिलके

ताजे संतरे के छिलके का उपयोग करके भी चश्मे के कारण पडने वाले निशान को दूर किया जा सकता है। संतरे के छिलके को पीसकर इसमें हल्का सा दूध मिला लें और निशान वाली जगह पर हल्के हाथों मालिश करें। एंटीसेप्टिक और हीलिंग का गुण होने के कारण यह नाक पर पडने वाले निशान को गायब कर सकता है।

शहद लगाएं

नाक पर चश्में के कारण बने काले निशानों को हटाने के लिए शहद और दूध को बराबर मात्रा में मिला लें। इसमें थोड़ा सा जई का आटा भी मिलाएं। इस पेस्ट को निशान वाली जगह पर लगाएं।

इसे चेहरे पर बीस मिनट तक लगे रहने दें फिर ठंडे पानी से धो लें। इसे रोज लगाने की कोशिश करें। निशान जरूर दूर हो जाएंगे।

बादाम तेल

बादाम के तेल में विटामिन इ की अच्छी मात्रा पाई जाती है जो स्किन पर मौजूद किसी भी तरह के निशानों को दूर करने की क्षमता रखता है। अगर आपके नाक पर भी चश्मा पहनने के कारण निशान पड़ गए है तो एक बार इस उपाय का इस्तेमाल करके देखें। इसके लिए रात को सोने से पहले रोजाना अपनी नाक के दाग वाले हिस्से पर बादाम तेल से मालिश करें। कुछ ही दिनों में दाग हमेशा के लिए गायब हो जाएंगे।

गुलाबजल

ग्लोइंग और खूबसूरत त्वचा के लिए गुलाबजल का प्रयोग बड़े स्तर पर किया जाता है लेकिन क्या आप जानती है की इसकी मदद से आप अपनी नाक पर पड़े चश्मे के दागों को भी हमेशा के लिए हटा सकती है। इसके लिए रात को सोने से पहले रुई से अपनी नाक पर गुलाबजल लगाएं। नियमित रूप से इसका प्रयोग करने से आपके दाग हमेशा के लिए दूर ही जाएंगे।

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 संकते 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।

आंखों के फड़कने के पीछे हो सकती हैं ये गंभीर बीमारियां

इग्नोर करने की गलती न करें

आंखों का फड़कना कभी भी शुरू हो सकता है और अपने आप ही ठीक भी हो जाता है। हालांकि अगर यह समस्या हफ्तों या महीनों रहे तो आपको डॉक्टर की सलाह ज़रूर लेनी चाहिए। ऐसा इसलिए क्योंकि इसके पीछे कई गंभीर बीमारियां भी हो सकती हैं।

आंखों का फड़कना वैसे तो आम बात है, आमतौर पर इसे ज्योतिष से जोड़कर देखा जाता है। लेकिन, आज हम आपको बता रहे हैं कि आंखें आखिर क्यों फड़कती हैं और इसके पीछे का साइंस क्या है।

पलक की मांसपेशियों में ऐंठन के कारण किसी की भी आंख फड़कना शुरू हो सकती है। आंखों का फड़कना बेहद मामूली सी बात है और आमतौर पर ऊपरी पलक पर ही इसका असर ज़्यादा देखने को मिलता है। हालांकि, ये नीचे और ऊपर दोनों पलके फड़क सकती हैं। वैसे तो ज़्यादातर मामलों में आंख फड़कना शुरू होती है और अपने आप ही कुछ घंटों या फिर अगले दिन तक बंद भी हो जाती है, लेकिन अगर ऐस हफ्तों या महीनों तक होता है, तो आपको डॉक्टर को ज़रूर दिखाना चाहिए। मेडिकल में इसकी तीन अलग-अलग कंडीशन होती हैं- मायोकेमिया, ब्लेफेरोस्पाज़्म और हेमीफेशियल स्पाज़्म।

किन-किन वजहों से फड़क सकती हैं आंखें

1. आईलिड मायोकेमिया

इसमें आंखों का फड़कना हल्का होता है और कभी-कभार होता है, जो कुछ घंटों या फिर एक दिन तक रहता हौ और फिर अपने आप ही ठीक हो जाता है। इसकी वजह तनाव, आंखों की थकावट, कैफीन का उच्च सेवन, नींद का पूरा न होना या फिर कम्प्यूटर-मोबाइल का ज़रूरत से ज़्यादा इस्तेमाल करना हो सकता है।

2. बिनाइन इसेन्शियल ब्लेफेरोस्पाज़्म (BEB)

ये आंखों के फड़कने से जुड़ी एक गंभीर बीमारी है। यह तब होती है जब आपकी आंखों की मांसपेशियां सिकुड़ जाती हैं, जिससे आपकी आंखों को नुकसान पहुंच सकता है। इस बीमारी में जब हम अपनी पलकें झपकाते हैं, तो उसमें दर्द महसूस होता है। इसमें आंखों को खोलना मुश्किल हो जाता है, आंखों में सूजन और धुंधला दिखने लगता है। भौहों के साथ आंखों के आसपास की मांसपेशियां भी फड़कने लगती हैं। इससे आपकी दोनों आंखें प्रभावित हो सकती हैं। यह पुरुषों से ज़्यादा महिलाओं में ज़्यादा देखा जाता है।

3. हेमीफेशियल स्पाज़्म

इसमें चेहरे का आधा हिस्सा सिकुड़ जाता है, जिसमें आंखें भी शामिल हैं, पलकों के बंद होने और सिकुड़ने के साथ। इसकी वजह से चेहरे, गाल और मुंह की मांसपेशियां फड़कती हैं और सिकुड़ती हैं।

यह आमतौर पर जलन और चेहरे की नसों के संपीड़न के कारण होता है। यह ऐंठन, बेल्स पाल्सी, सर्वाइकल डिस्टोनिया, मल्टीपल सेरोसिस, पार्किंसंस रोग, टॉरेट सिंड्रोम जैसे मस्तिष्क या तंत्रिका विकारों से कम ही जुड़ी होती है।

आंखों के फड़कने के पीछे कारण क्या होते हैं?

आंखों का फड़कना आमतौर पर इन वजहों से होता है:

तनाव: स्ट्रेस हॉर्मोन फड़कने को ट्रिगर करते हैं।

थकावट: अगर आपकी आंखों को पर्याप्त आराम नहीं मिलता है, तो इससे मसल स्पाज़्म ट्रिगर हो सकता है।

आंखों पर दबाव: आंखों का नियमित चेकअप ज़रूर कराएं। आजकल कम्प्यूटर, मोबाइल, टैब जैसे गैजेट्स के ज़्यादा उपयोग से आंखें कमज़ोर होने लगती हैं। समय पर इलाज न होने से ज़रूरत से ज़्यादा दबाव पड़ने लगता है, जिससे भी मसल स्पाज़्म हो सकता है।

कैफीन: इसका ज़्यादा सेवन आंखों की मांसपेशियों के फड़कने का कारण बन सकता है।

शराब: ज़रूरत से ज़्यादा शराब का सेवन भी आंखों के फड़कने का कारण बन सकता है।

ड्राई आइज़: हम सभी का स्क्रीन टाइम पहले से काफी ज़्यादा बढ़ा है, जो आंखों के फड़कने को ट्रिगर करता है।

जंक फूड: बाहर का खाना आपके शरीर को ज़रूरी पोषक तत्व नहीं देता। खासतौर पर मैग्नीशियम, जिससे मांसपेशियों में ऐंठन शुरू हो सकती है।

एलर्जी: एलर्जी की प्रतिक्रिया के दौरान जारी हिस्टामाइन भी आखों के फड़कने को ट्रिगर कर सकता है।

आंखों के फड़कने पर क्या करना चाहिए?

मामूली केस में आंखों का फड़कना अपने आप ठीक हो जाता है। आप इसके लिए आंखों को आराम दे सकते हैं, आई-ड्रोप का उपयोग कर सकते हैं, अच्छी नींद लें, कैफीन का सेवन कम करें, सांस से जुड़ी एक्सरसाइज़ करें जिससे तनाव कम हो।

1. दिमाग और आंखों को आराम दें

लंबी वॉक पर जाएं, एक्सरसाइज़ करें, दोस्तों या परिवार के साथ समय बिताएं। इसके अलावा आप अच्छी नींद ले सकते हैं, जिससे आंखों का फड़कना कम हो सकता है।

2. डाइट में सुधार करें

अपनी डाइट से जंक फूड कम करें, स्वस्थ हरी सब्ज़ियों का सेवन करें, फल और खूब सारा पानी पिएं, ताकि शरीर डीटॉक्स हो और उसे ज़रूरी पोषक तत्व मिलें।

3. आई-ड्रॉप का उपयोग

अगर प्रोफेशनल कारणों की वजह से आपका स्क्रीन टाइप काफी ज़्यादा है, तो आपको डॉक्टर की सलाह से लुब्रिकेंट आई-ड्रॉप का इस्तेमाल दिन में 2-3 बार ज़रूर करना चाहिए। इससे आपकी आंखों में ज़रूरी नमी बनी रहेगी।

4. आंखों का चेकअप ज़रूर कराएं

डॉक्टर सलाह देते हैं कि नियमित रूप से आंखों का चेकअप ज़रूर करवाना चाहिए, ताकि अगर आंखें कमज़ोर हो रही हैं, तो उसका इलाज किया जा सके। इससे आंखों पर कम दबाव पड़ेगा।

मनी प्लांट ही नहीं घर में लगाएं ये 3 पौधे, तरक्की के साथ जाग जाएगा भाग्य

वास्तु शास्त्र के अनुसार, घर में हरे भरे पेड़-पौधे रखना काफी शुभ माना जाता है। क्योंकि इससे निकलने वाली सकारात्मक ऊर्जा सुख-समृद्धि के साथ खुशहाली लाती है। इसके साथ ही यह वातावरण को शुद्ध रखने में भी मदद करते हैं।

चमेली

वास्तु शास्त्र के अनुसार, घर में चमेली का पौधा लगाना शुभ होता है। क्योंकि यह पौधा सकारात्मक ऊर्जा अधिक आकर्षित करता है। जिससे घर में रहने वाले लोगों की तरक्की होती है पति-पत्नी के बीच प्रेम बना रहता है। वास्तु शास्त्र के अनुसार, इसे घर के अंदर और बाहर दोनों जगह लगा सकते हैं। अगर घर के अंदर लगा रहे हैं तो दक्षिण दिशा की ओर होने वाली खिड़की में रखें और घर के बाहर रख रहे है, तो पूर्व, उत्तर और उत्तर-पूर्व दिशा में रखें।

डैफोडिल का पौधा

डैफोडिल एक नार्सिसस प्रजाति का पौधा है जिसे नरगिस भी कहा जाता है। यह कई रंगों में आसानी से मिल जाता है। वास्तु शास्त्र के अनुसार, पीले रंग के डैफोडिल के पौधे लगाने से सकारात्मक ऊर्जा पैदा होती है।

रबड़ का पौधा

वास्तु शास्त्र के अनुसार, घर में रबड़ का पौधा लगाना भी काफी शुभ माना जाता है। एक ओर जहां यह दूषित हवा को साफ करने में मदद करता है।।

गले में हो रही है दिक्कत तो ना करें नजर अंदाज

टॉनसिल स्टोन गले में होने वाली एक गंभीर समस्या है, जिसके बारे में बहुत कम सुनते या बात करते हैं। नियमित रूप से ब्रश और फ्लॉस करने के बावजूद, सांसों की दुर्गंध के साथ या उसके बिना आपके गले के पिछले हिस्से में बेचैनी का होना, विभिन्न प्रकार की बीमारियों का संकेत हो सकती है, जिसमें स्ट्रेप थ्रोट या टॉन्सिलिटिस शामिल हैं। ऐसे में अगर आप अपने टॉन्सिल पर पीले-सफ़ेद दाने देखते हैं, तो आपको टॉन्सिल स्टोन होने की सबसे अधिक संभावना हो सकती है।

टॉन्सिल स्टोन्स अक्सर बजरी के आकार के होते हैं, लेकिन वे काफी छोटे भी हो सकते हैं जिसकी वजह से उन्हें नग्न आंखों से नहीं देखा जा सकता। लेकिन अगर इनका समय पर इलाज ना किया जाए और वो लंबे समय तक बढ़ते रहें, तो संभावित रूप से यह गोल्फ बॉल या उससे भी बड़े आकार तक बढ़ सकते हैं। आम तौर पर यह नरम होते हैं लेकिन यह कठोर भी हो सकते हैं और दिखने में हल्के पीले या सफेद होते हैं। चलिए जानते हैं टॉन्सिल स्टोन के लक्षण क्या होते हैं-

टॉन्सिल स्टोन के लक्षण-

दर्द

कान का दर्द

निगलने में कठिनाई होना

सांसों की दुर्गंध बनी रहती है

गले में खराश जो ठीक नहीं हो रही है

हल्के पीले या सफेद जमाव वाले टॉन्सिल

आपकी गर्दन के पिछले बाहरी हिस्से में सेंसेशन

गले का संक्रमण जिसका एंटीबायोटिक दवाओं से इलाज मुश्किल है

अक्सर लोग यह पता लगाने के लिए उन्हें टॉन्सिल स्टोन है या नहीं आईने में देखने की कोशिश करते हैं। लेकिन टॉन्सिल स्टोन हमेशा नंगी आंखों से दिखाई नहीं देते हैं। कभी-कभी नग्न आंखों से देखने के लिए यह बहुत छोटे होते हैं। जब गले में टॉन्सिल स्टोन और टॉन्सिलिटिस दोनों होते हैं, तो यह निर्धारित करना मुश्किल हो सकता है कि आपके गले में दर्द किस कारण से हो रहा है। चलिए जानते हैं टॉन्सिल स्टोन के कारण और जोखिम-

टॉन्सिल स्टोन के कारण और जोखिम-

टॉन्सिल की सतह कुछ लोगों में चिकनी होती है तो वहीं कुछ में अधिक असमान होती है, जिसमें दरारें और जेबें होती हैं जिन्हें क्रिप्ट्स कहा जाता है जो खाद्य कणों, बैक्टीरिया, लार और अन्य कचरे को पकड़ने के लिए पर्याप्त गहरी होती हैं। भोजन, पट्टिका, और सेलुलर मलबे जैसी कई त्वचा कोशिकाएं और मुंह की परत सभी गड्ढों और दरारों में इकट्ठा होती हैं, जो टॉन्सिल स्टोन का कारण बनती हैं।

आपके टॉन्सिल का आकार भी टॉन्सिल स्टोन के पीछे का एक कारण होता है। अधिक क्रिप्ट्स वाले लोगों में टॉन्सिल स्टोन के विकास की संभावना अधिक होती है। हालांकि, इस बात पर जोर दिया जाना चाहिए कि खराब मौखिक स्वच्छता टॉन्सिल स्टोन के विकास का कारण बन सकते हैं और नियमित रूप से अपने गले के पीछे ब्रश करना, फ्लॉस करना और गरारे करना समस्या को रोकने में मददगार साबित हो सकते हैं।

टॉन्सिल स्टोन्स को ऐसे करें प्रतिबंधित

टॉन्सिल स्टोन का आमतौर पर घर पर इलाज किया जा सकता है। कुछ लोग इन वस्तुओं को बाहर धकेलने के लिए रुई के फाहे या अपनी उंगली का उपयोग करना पसंद करते हैं।

ये हैं भारत के आकर्षक पर्यटन स्थल, जहां आप खुद को भी भूल जाएं

जयपुर – गुलाबी शहर

"गुलाबी शहर" के नाम से जाना जाने वाला यह शहर राजस्थान में स्थित है। यह शहर विभिन्न प्रकार के किलों एवं प्राचीन इमारतों से भरा पड़ा है। भारत के पर्यटक स्थलों में जयपुर एक अभिन्न हिस्सा है। लोगों के बीच सबसे ज़्यादा प्रख्यात है हवा महल।अगर यहाँ आकर आपने हवा महल नहीं देखा तो आपकी यात्रा अधूरी है। राजस्थानियों के बीच रहकर आप खुद को.कभी बेगाना नहीं समझेंगे क्योंकि इनकी बोली में अपनापन है। आप यहाँ अंबेर किला, जयगढ़ किला, नाहरगढ़ किला, जंतर-मंतर, रामबाघ महल आदि घूम सकते हैं।

दार्जिलिंग – पहाड़ों की रानी

भारत के प्रमुख पर्यटन स्थल में से एक दार्जिलिंग भी है जिसे "पहाड़ियों की रानी" भी कहा जाता है। एक ओर मन को विलुप्त करने वाले पहाड़ हैं तो दूसरी तरफ हरे-भरे खूबसूरत चाय के बागान।यह विश्व की सर्वश्रेष्ठ चाय का उत्पादन करने वाला क्षेत्र है। अन्य आकर्षित स्थान हैं- टाइगर हिल, टॉय ट्रेन, पद्मजा नायडू हिमालयन जूलॉजिकल पार्क और हैप्पी वैली टी एस्टेट।

कन्याकुमारी – असीमित जल का क्षेत्र

कन्याकुमारी तीनों ओर से असीमित पानी से घिरा हुआ है। एक ओर अरब सागर है, दूसरी ओर हिन्द महासागर और तीसरी तरफ बंगाल की खाड़ी। यहाँ सूर्यास्त होने का नज़ारा एक अनोखा अनुभव है जिसे शब्दों में बयान नहीं किया जा सकता।यहाँ आपको दक्षिण भारतीय संस्कृति देखने को मिलेगी। अगर आप दक्षिण भारतीय लजीज़ पकवानों के शौकीन हैं तो यहाँ ज़रूर आइए। कुछ अन्य जगह भी हैं जो पर्यटकों के आकर्षण का केंद्र बनी हुई हुई हैं जैसे विवेकानंद रॉक मैमोरियल, थिरुवल्लुवर मूर्ति, भगवती अम्मन मंदिर, कन्याकुमारी बीच और पदम्नाभापुरम महल।

कश्मीर – भारत का स्वर्ग

कश्मीर को भारत का स्वर्ग कहा जाता है। इस जगह की हसीन वादियाँ आपको इस कदर वश में कर लेंगी कि आप बस इसे के होकर रह जाएंगे। बर्फ से ढके ऊँचे पहाड़ और पेड़-पौधे देखकर आप प्रकृति के रंग में रंग जाएंगे और आपको ऐसा महसूस होने लगेगा की आप इन पत्तों की सरसराहट की भाषा समझ रहे हैं। झील से गिरती पानी की लहर आपको अपनी बाँहों में समेट लेंगी। आप को यकीनन स्वर्ग जैसी अनुभूति होगी। गुलमार्ग, डल झील, सोनमार्ग, पहलगाम आदि जैसी खूबसूरत स्थान आपको मग्न कर देंगे और आप यहाँ बार-बार आना चाहेंगे।

गोवा – छुट्टियों का पसंदीदा गंतव्य

यह शहर यहाँ मौजूदा बीचों के लिए लोकप्रिय है। आप यहाँ किसी भी मौसम में आकर अपनी भागदौड़ भरी जिंदगी को विश्राम दे सकते हैं। सुबह की शुरुआत पानी के खेलों से कीजिए, फिर शाम को ढलते सूरज को देखते हुए इसे कैमरे में कैद कीजिए, और रात को क्लब में पैर थिरकाते हुए बिताइए। आपको एक ही दिन में विभिन्न प्रकार के लुत्फ़ उठाने का मौका मिलेगा । आप यहाँ चर्च अथवा मंदिर में जाकर मन को कुछ पल की शांति प्रदान कर सकते हैं।

लेह/लद्दाख – बर्फ की चादर से घिरा शहर

जम्मू कश्मीर के पूर्वी भागों में स्थित लद्दाख लेह की राजधानी है और भारत के पर्यटन स्थल में से सबसे लोकप्रिय है। गर्मियों के मौसम में यह पर्यटकों से घिरी रहने वाली जगहों में से एक है जहाँ आप रास्तों को बर्फ़ की मोटी चादरों से ढका पाएंगे। इस जगह के दो पहलू हैं – पहला आपको आल्ची, थिकसे, लामायुरु आदि जैसे मठों के दर्शन करा कर आध्यात्मिकता में डूबो देगा और दूसरा आपको माउंटेनियरिंग, राफ्टिंग, ट्रैकिंग आदि चीज़ें से रोमांचित कर देगा। आप यहाँ अपने मित्रों के साथ एक बार तो अवश्य आएं और आनंदविभोर हो जाऐं।

ट्रैकिंग के लिए बेहतरीन है हिमाचल प्रदेश

हिमाचल प्रदेश अपनी प्राकृतिक खूबसूरती के लिए जाना जाता है। हिमालय की गोद में बसे हिमाचल प्रदेश में कई पर्टयन स्थल हैं। साथ ही बिजली महादेव, भीम का किचन, ज्वाला धाम मंदिर समेत कई अन्य धार्मिक पावन स्थल हैं।

इसके अलावा, हिमाचल प्रदेश में कई ट्रैकिंग पॉइंट्स हैं, जो आकर्षण का केंद्र हैं। गर्मी के दिनों में बड़ी संख्या में पर्यटक ट्रैकिंग के लिए हिमाचल प्रदेश जाते हैं। अगर आप भी जून के महीने में ट्रैकिंग पर जाना चाहते हैं, तो हिमाचल प्रदेश की इन जगहों पर एक बार जरूर जाएं।

आइए, इसके बारे में सबकुछ जानते हैं-अगर आप एडवेंचर ट्रिप पर जाना चाहते हैं, तो पिन पार्वती दर्रा जरूर जाएं। ट्रैकिंग और हाईकिंग के लिए सबसे खतरनाक स्पॉट में पिन पार्वती दर्रा की गिनती होती है। हर मोड़ पर आपको एडवेंचर का अहसास मिलेगा। पिन पार्वती दर्रा में हाईकिंग 10 दिनों में पूरी होती है। ट्रैकिंग पूरी करने के बाद हॉट स्प्रिंग बॉथ जरूर करें। ऐसा कहा जाता है कि हाईकिंग के बाद हॉट स्प्रिंग बॉथ जरुरी है।

ट्रैकिंग की शुरुआत करने वाले ट्रैकर के लिए हामटा पास दर्रा सबसे बेस्ट पॉइंट है। हालांकि, 14 हजार फ़ीट की ऊंचाई तक हाईकिंग करनी पड़ती है। इस दर्रे में घना जंगल है। अगर आप पहली बार हाईकिंग पर जाना चाहते हैं, तो हामटा पास दर्रा जरूर जाएं।

फ्रेशर और एक्सपेरिएंस्ड दोनों ही तरह के पर्यटक हाईकिंग के लिए व्यास कुंड दर्रा जा सकते हैं। व्यास कुंड कुल्लू जिले में स्थित है। व्यास कुंड में ट्रैकिंग ऊंचाई 13 हजार फ़ीट है।

वहीं, ट्रैकिंग दूरी कुल मिलाकर 16 किलोमीटर है। जानकारों की मानें तो ट्रैकिंग करने में कुल मिलाकर दो दिन लगते हैं। आप चाहे तो घाटी में आकाशीय खूबसूरती देखने के लिए सोलंग वैली में टेंट डालकर रात बिता सकते हैं।

विश्व धरोहर की सूची में शामिल है मैसूर पैलेस

अगर आप थोड़े धार्मिक प्रवृत्ति के हैं तो निकल जाएं चामुंडी हिल्स की ओर, जहां स्थित है चामुंडेश्वरी मंदिर। चामुंडेश्वरी देवी को दुर्गा मां का ही रूप हैं। ऐसा माना जाता है कि इसी जगह मां ने महिषासुर राक्षस का संहार किया था। चामुंडी पहाड़ पर मंदिर से पहले महिषासुर की एक बड़ी सी मूर्ति बनी हुई है।

अगर आप कहीं घूमने का प्लान ब रहे हैं तो उस सूची में मैसूर का नाम भी जोड़ लें। मैसूर आने के लिएतो एक से दो दिन एक्स्ट्रा लेकर आएं और यहां की मशहूर और खूबसूरत जगहों का दीदार करना न भूलें। विश्व धरोहर की सूची में शामिल है मैसूर पैलेस जिसकी खूबसूरती देखते ही बनती है। मैसूर आकर ये महल नहीं देखा तो समझ लीजिए बहुत कुछ मिस कर दिया।

हर रविवार यहां लाइट शो का आयोजन होता है जिसे देखना अद्भुत एक्सपीरियंस है। महल का अच्छे से दीदार करने के लिए कम से कम 2 से 3 घंटे का समय लेकर जाएं। महल के आसपास भी कई ऐसी इमारतें हैं जिन्हें देखना और फोटोग्राफी यादगार अनुभव होता है।

ये मैसूर शहर का बहुत ही पुराना लेकिन खचाखच भीड़ से भरा रहने वाला पर्यटन स्थल है। मैसूर जू आकर आप लगभग 150 अलग-अलग प्रजातियों के जीव-जंतुओं का दीदार कर सकते हैं। बस यहां घूमने से पहले मैप साथ रखना न भूलें क्योंकि बिना मैप के कई सारी खूबसूरत जगहें मिस हो सकती हैं। जू में घूमते हुए बंदर, बिल्लियां ऐसे ही चहलकदमी करते हुए दिख जाते हैं।

अगर आप थोड़े धार्मिक प्रवृत्ति के हैं तो निकल जाएं चामुंडी हिल्स की ओर, जहां स्थित है चामुंडेश्वरी मंदिर। चामुंडेश्वरी देवी को दुर्गा मां का ही रूप हैं। ऐसा माना जाता है कि इसी जगह मां ने महिषासुर राक्षस का संहार किया था। चामुंडी पहाड़ पर मंदिर से पहले महिषासुर की एक बड़ी सी मूर्ति बनी हुई है।

नवरात्रि के दौरान तो यहां श्रद्धालुओं की भीड़ रहती ही है लेकिन आम दिनों में भी मैसूर आने वाले पर्यटक इस जगह के दर्शन के लिए जरूर आते हैं। चामुंडेश्वरी मंदिर 18 महाशक्ति पीठों में से एक है। यहां माता सती के बाल गिरे थे।

बंगलौर से 130 किलोमीटर की दूरी पर स्थित यह बर्ड सेंचुरी है घूमने के लिए बहुत ही बेहतरीन जगह। यहां आकर आप जलकाग, स्पूनबिल, अश्वेत आइबिस, तीतर, घड़ियाल, मगरमच्छ, बगुले व सारस जैसे और भी कई पशु-पक्षियों को देख सकते हैं। ये जगह प्रवासी पक्षियों के लिए भी आदर्श है। बच्चों के साथ अगर आप मैसूर ट्रिप प्लान कर रहे हैं तो यहां आकर वो यकीनन भरपूर एंजॉय कर पाएंगे।