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

02 मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने परिवार संग मनाया छठ पर्व, सूर्य को दिया अर्घ्य

04 सूर्य को अर्घ्य के बाद छठ महापर्व हर्षोल्लास पूर्वक संपन्न

बॉर्डर न्यूज मिरर

...खबरों से समझौता नहीं

● पटना, मंगलवार, 21 नवम्बर 2023 | www.bordernewsmirror.com | ● पृष्ठ: 08, मूल्य: 5 रुपए ● वर्ष: 04, अंक: 282

पांचों चुनावी राज्यों में अब तक 1760 करोड़ की जब्ती

नई दिल्ली। चुनाव आयोग के प्रयास से पांच राज्यों मिजोरम, मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़, राजस्थान और तेलंगाना में चुनावों के दौरान बरामदगी में वृद्धि हुई है। चुनाव की घोषणा के बाद से पांच राज्यों में अबतक 1760 करोड़ रुपये से अधिक की जब्ती हो चुकी है। आयोग का कहना है कि यह उसकी समान अवसर के लिए के लिए मजबूत उपायों को लागू करके स्वतंत्र, निष्पक्ष और प्रलोभन मुक्त चुनाव सुनिश्चित करने की अटूट प्रतिबद्धता को प्रदर्शित करता है। छत्तीसगढ़ में 76.9 करोड़, मध्य प्रदेश में 323.7 करोड़, मिजोरम में 49.6 करोड़, राजस्थान में 650.7 करोड़ और तेलंगाना में 659.2 करोड़ रुपये की जब्ती की गई है। इसमें नकदी, शराब, नशीले पदार्थ, कीमती धातुएं और अन्य सामानों की कीमतें शामिल हैं।

चुनाव के समय यज्ञ व गायत्री मंत्र आए याद: संबित

बीएनएम@जयपुर

> कांग्रेस ने 70 लाख युवाओं का भविष्य चौपट कर दिया। भाजपा ने अपने मैनिफेस्टो में युवाओं से वादा किया है कि सत्ता में आते ही पेपर लीक के आरोपियों के खिलाफ एसआईटी गठित करेगी और आरोपियों को सलाखों के पीछे भेजने का काम करेगी।

भारतीय जनता पार्टी के राष्ट्रीय प्रवक्ता डॉ. संबित पात्रा ने राज्य में महिला उत्पीड़न बढ़ती दुष्कर्म, पेपर लीक और तुष्टिकरण की घटनाओं को लेकर कांग्रेस सरकार पर कड़ा प्रहार किया।

सोमवार को डॉ. पात्रा ने कहा कि जो लोग राम को काल्पनिक बताते हैं, राम जन्म का प्रमाण पत्र मांगते हैं उन्हें बताना चाहूंगा कि आगामी 22 जनवरी 2024 को अयोध्या में रामलला की प्राण प्रतिष्ठा होगी और हिंदू आस्था का सबसे बड़ा पर्व मनाया जाएगा। भाजपा राम और काम में भेद नहीं करती, क्योंकि राम भी पिछड़ों वंचितों के हितैषी थे और भाजपा भी अत्योंदय की धारणा से समाज के अंतिम छोर पर बैठे व्यक्ति के उत्थान के लिए काम कर रही है।

भाजपा के राष्ट्रीय प्रवक्ता डॉ. संबित पात्रा ने कहा कि राजस्थान चुनाव में नारी सुरक्षा और स्वाभिमान गंभीर मुद्दा है, क्योंकि वीरों और बलिदानियों वाला राजस्थान आज देश में दुष्कर्म के मामलों में नंबर एक पर आ गया। प्रदेश में पिछले पांच सालों में नारी उत्पीड़न के 2 लाख केस दर्ज हुए हैं। वहीं दुष्कर्म के 35 हजार से ज्यादा मामले दर्ज हुए हैं, जिसमें से 15 हजार दुष्कर्म के मामले नाबालिगों के साथ हुए हैं। रविवार को रात नागौर के लाडनू में एक 15 वर्षीय नाबालिग के साथ गैंगरेप हुआ, लेकिन आरोपितों के खिलाफ एफआईआर तक दर्ज नहीं हुई। इससे भी ज्यादा शर्मनाक तो यह है कि पुलिस ने आरोपितों की जो कार पकड़ी है, उसके पीछे कांग्रेस उम्मीदवार का स्टीकर लगा है। प्रदेश में बेटियों को भट्टियों में डाला जाता है, कहीं तेजाब डालकर जलाया जाता है।

राष्ट्रीय प्रवक्ता डॉ. संबित पात्रा ने कहा कि भारतवर्ष में राजस्थान की पहचान पहले पर्यटन और शौर्य के लिए होती थी, लेकिन पिछले पांच सालों में युवाओं के साथ नौकरी के नाम पर छलावा किया गया और हर भर्ती का पेपर लीक हुआ। प्रदेश में 19 बार पेपर लीक हुआ। इस मामले का आरोपित बोर्ड का चेयरमैन अभी भी फरार है। कांग्रेस ने 70 लाख युवाओं का भविष्य चौपट कर दिया। भाजपा ने अपने मैनिफेस्टो में युवाओं से वादा किया है कि सत्ता में आते ही पेपर लीक के आरोपियों के खिलाफ एसआईटी गठित करेगी और आरोपियों को सलाखों के पीछे भेजने का काम करेगी। वहीं महिला सुरक्षा को लेकर यूपी की तरह एंटी रोमियो स्कवॉयड का गठन करेंगे।

बिहार के लखीसराय में सनकी युवक ने छह लोगों को मारी गोली, तीन की मौत

बीएनएम@पटना

बिहार में लखीसराय जिले के कबैया थाना क्षेत्र के पंजाबी मोहल्ला में सोमवार को सनकी युवक ने छह लोगों पर ताबड़तोड़ गोली बरसा दी। इस गोलीबारी में तीन लोगों की मौत हो गई, जबकि तीन लोगों को पटना पीएमसीएच में भर्ती किया गया है। ये सभी एक ही परिवार के हैं। आरोपित युवक का नाम आशीष चौधरी बताया गया है गोलीकांड मामले में जांच करने पहुंचे मुंगेर रेंज के डीआईजी संजय कुमार सिंह ने पीड़ित परिवार से मुलाकात की है। घटना में प्रयुक्त हथियार और मुख्य आरोपित आशीष चौधरी के घर के दो लोगों को हिरासत में लिया गया है जिनसे पूछताछ चल रही है। डीआईजी ने बताया कि जल्द पुलिस की टीम मुख्य आरोपित आशीष चौधरी को पकड़ लेगी। पुलिस की टीम छापेमारी कर रही है।

पुलिस ने बताया कि गोली मारने वाले आशीष चौधरी का संबंध सामने वाली घर की लड़की के साथ था। लड़की के परिवार उसकी शादी उससे नहीं करना चाहते थे जिसके कारण इस घटना को उक्त युवक ने अंजाम दिया।

महिला विरोधी रुख ने राजस्थान को महिलाओं के खिलाफ अपराधों का केंद्र बना दिया: मोदी

नई दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने सोमवार को कहा कि कांग्रेस के महिला विरोधी रुख ने राजस्थान को महिलाओं के खिलाफ अपराधों का केंद्र बना दिया है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस के लिए वंशवाद की राजनीति ही सब कुछ है, उन्हें तुष्टिकरण के अलावा कुछ नहीं सूझता है। राजस्थान के पाली में एक सार्वजनिक बैठक को संबोधित करते हुए प्रधानमंत्री मोदी ने विकास के प्रति देश की प्रतिबद्धता और 21वीं सदी में भारत की उन्नति में राजस्थान की महत्वपूर्ण भूमिका पर जोर दिया। प्रधानमंत्री ने भाजपा सरकार के विकास दृष्टिकोण को रेखांकित किया और राज्य में कांग्रेस पार्टी के कुशासन की निंदा की।

प्रधानमंत्री मोदी ने पिछले पांच वर्षों में कांग्रेस सरकार के शासन में राजस्थान में विकास की कमी पर चिंता व्यक्त की। उन्होंने भ्रष्टाचार, भाई-भतीजावाद और तुष्टिकरण की राजनीति को प्राथमिकता देने के लिए कांग्रेस की आलोचना की, जिसके बारे में उनका मानना था कि यह राज्य की प्रगति में बाधक है। प्रधानमंत्री ने कांग्रेस शासन के दौरान उभरे दंगों और विभाजनकारी माहौल का हवाला देते हुए राजस्थान में तुष्टिकरण की राजनीति के प्रभाव की ओर ध्यान आकर्षित किया।

प्रधानमंत्री मोदी ने जालोर जिले के कानीवाड़ा में एक विशेष घटना पर प्रकाश डाला, जहां पीढ़ियों से दलित समुदाय के पुजारियों द्वारा पूजा जाने वाला हनुमानजी का एक प्राचीन मंदिर कांग्रेस के संरक्षण में एक लक्ष्य बन गया है। उन्होंने राजस्थान में दलित परिवारों पर हो रहे अत्याचार की ओर इशारा करते हुए महिलाओं और दलितों के खिलाफ कांग्रेस की भाषा की निंदा की।

माधुरी दीक्षित को विशेष मान्यता पुरस्कार: ठाकुर

नई दिल्ली। सिने तारिका माधुरी दीक्षित को 54वें भारतीय अंतरराष्ट्रीय फिल्म महोत्सव में भारतीय सिनेमा में योगदान के लिए विशेष सम्मान पुरस्कार प्रदान किया जाएगा। यह जानकारी केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण मंत्री अनुराग ठाकुर ने दी।

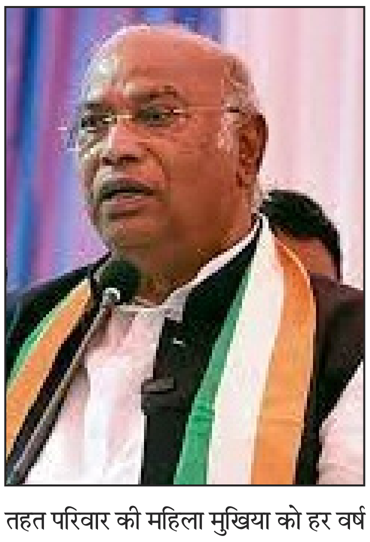
अनुराग ठाकुर ने सोशल मीडिया प्लेटफार्म एक्स पर कहा कि सिनेमा में उत्कृष्टता को फिर से परिभाषित करने वाली प्रतिभाशाली, करिश्माई अभिनेत्री माधुरी दीक्षित को भारतीय सिनेमा में योगदान के लिए विशेष मान्यता पुरस्कार प्रदान किया जाएगा। माधुरी दीक्षित ने चार अविश्वसनीय दशकों से अद्वितीय प्रतिभा के साथ हमारी स्क्रीन को सुशोभित किया है। उत्साहपूर्ण निशा से लेकर मनोरम चंद्रमुखी तक, राजसी बेगम पारा से लेकर अदम्य रज्जो तक उनकी बहुमुखी प्रतिभा की कोई सीमा नहीं है।

उन्होंने कहा कि हम 54वें भारतीय अंतरराष्ट्रीय फिल्म महोत्सव में सिनेमा में उत्कृष्टता को फिर से परिभाषित करने वाली प्रतिभाशाली, करिश्माई अभिनेत्री को 'भारतीय सिनेमा में योगदान के लिए विशेष सम्मान' पुरस्कार प्रदान कर रहे हैं। उल्लेखनीय है कि सोमवार को गोवा में 54वें भारतीय अंतराष्ट्रीय फिल्म महोत्सव की शुरुआत की जा रही है।

उम्मीद | **सशक्तिकरण व सामाजिक न्याय के दम पर मिलेगी सफलता**

राजस्थान में सरकार बनाएगी कांग्रेस: खड़गे

बीएनएम@नई दिल्ली



कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे ने कहा कि कांग्रेस आर्थिक सशक्तिकरण व सामाजिक न्याय की योजनाओं के दम पर राजस्थान में सरकार बनाने जा रही है।

खड़गे ने सोमवार को एक्स पर लिखा कि कांग्रेस पार्टी राजस्थान की उन्नति और समृद्धि के लिए पूरी तरह समर्पित है। हमारी सामाजिक न्याय की योजनाएं और आर्थिक सशक्तिकरण की 7 गारंटी, राजस्थान में असमानता मिटा रहीं हैं और राजस्थान को और खुशहाल बनाएंगी।

खड़गे ने कहा कि राजस्थान में पुनः कांग्रेस की सरकार बनने पर गृह लक्ष्मी योजना के तहत परिवार की महिला मुखिया को हर वर्ष 10,000 रुपये की आर्थिक मदद दी जाएगी। गोधन गारंटी योजना के तहत 2 रुपये प्रति किलो गोबर की खरीद की जाएगी।

निःशुल्क लैपटॉप/टैबलेट गारंटी योजना के तहत सरकारी कॉलेज के पहले साल के छात्रों को फ्री में लैपटॉप/टैबलेट दिया जाएगा। उन्होंने कहा कि राज्य में अंग्रेजी मीडियम स्कूल खोले जाएंगे। 500 रुपये में गैस सिलेंडर उपलब्ध कराया जाएगा।

सरकारी कर्मचारियों के लिए पुरानी पेंशन योजना (ओपीएस) की कानूनी गारंटी दी जाएगी।

उल्लेखनीय है कि 200 सीटों वाली राजस्थान विधानसभा की 199 सीटों पर 25 नवंबर को मतदान होगा और 3 दिसंबर को मतगणना होगी।

बेगूसराय में दिनदहाड़े खूनी खेल, घर से बुलाकर युवक की हत्या

बदमाशों ने मारी ताबड़तोड़ पांच गोली, आक्रोशित लोगों ने एनएच जाम

बीएनएम@बेगूसराय

बेगूसराय में बैखौफ अपराधियों ने सोमवार को एक युवक की दिनदहाड़े गोली मारकर हत्या कर दी। अपराधियों ने घर से बुलाकर हत्या करने के बाद शव को घर के दरवाजे पर फेंक दिया। घटना से आक्रोशित ग्रामीणों ने शाहपुर ढ़ाला के समीप एनएच-31 फोरलेन को जाम कर दिया है।

घटना लाखो सहायक थाना क्षेत्र के भैरवार गांव की है। मृतक युवक भैरवार निवासी सुधीर कुमार सिंह का करीब 22 वर्षीय पुत्र प्रिंस कुमार है। बताया जा रहा है कि प्रिंस बेंगलुरु में रहता था और छठ के अवसर पर 17 नवम्बर को गांव आया था। आज छठ के बाद घर पर बैठकर प्रसाद खा रहा था । इसी दौरान एक साथी प्रिंस को बुलाकर ले गया और गोली मारकर हत्या कर दी। मृतक की बहन का कहना है कि दूसरे जगह चार-पांच गोली मारकर हत्या के बाद किसी वाहन से शव घर के बाहर फेंककर अपराधी फरार हो गए। हत्या के बाद गांव में तनाव और दहशत का माहौल बना हुआ है। आसपास के थाने की पुलिस घटनास्थल पर कैंप और जांच पड़ताल कर रही है। फिलहाल घटना का कारण पता नहीं चल रहा है। लेकिन मृतक के परिजन पड़ोसी पर हत्या का आरोप लगा रहे हैं।

हत्या के बाद पहुंची पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेजना चाहा। लेकिन आक्रोशित लोग शव लेकर फोरलेन पर पहुंच गए तथा एनएच पर यातायात ठप कर दिया। हत्या को लेकर भैरवार से पनसल्ला तक के लोग इतने आक्रोशित हैं कि कई जगह जाम कर दिया गया है। जिससे दोनों ओर वाहनों की लंबी कतार लग गई है। समाचार प्रेषण तक पुलिस लोगों को समझाने का प्रयास कर रही है, लेकिन यातायात ठप है।

एसपी योगेन्द्र कुमार ने बताया कि शुरुआती पूछताछ में मृतक के परिजनों और स्थानीय लोगों से पता चला कि आज सुबह से ही प्रिंस गांव के दो दोस्तों बबली कुमार एवं अभय कुमार के साथ था।

संभवतः किसी विवाद में उन लोगों ने प्रिंस की हत्या कर दी है। घटना का कारण अभी पूरी तरह से स्पष्ट नहीं हो सका है। लाखो सहायक थाना की पुलिस टीम आरोपियों की पहचान और गिरफ्तारी के लिए हर संभव प्रयास कर रही है।

तेजस्वी यादव को बिहार के मुख्यमंत्री बनाने के लिए दंडवत करते हुए छठ घाट पहुंचे राजद नेता

हाजीपुर। लोक आस्था के महापर्व छठ के लिए व्रतियों का घाटों पर पहुंचने का सिलसिला शुरू हो गया है। इनमें से कुछ व्रती छठी मइया से अपने परिवार की खुशियां मांग रहे हैं। वहीं छठ में राजनीति की इंट्री हो गई है। बताया जा रहा है कि कि तेजस्वी यादव को बिहार के मुख्यमंत्री बनने के लिए छठी मैया का पूजन करने के लिए दंडवत करते हुए राष्ट्रीय जनता दल के नेता केदार प्रसाद यादव तेजस्वी घाट पहुंचकर पूजा अर्चना करेंगे। मालूम हो कि भगवानपुर प्रखंड के किरतपुर राजाराम गांव का जो घाट है उसे घाट का नामकरण केदार यादव ने तेजस्वी घाट रखा है और गरीबों के आवाज देने वाले माननीय लालू प्रसाद यादव एवं बेरोजगारों को रोजगार देने वाले माननीय तेजस्वी प्रसाद का प्रतिमा लगाकर छठ मैया का पूजा किया जा रहा है।

मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने परिवार संग मनाया छठ पर्व, उदयमान सूर्य को दिया अर्घ्य

बीएनएम@पटना

मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने सोमवार को एक अन्ने मार्ग में अपने परिजनों के साथ छठ महापर्व मनाया। इस दौरान उन्होंने उदयमान सूर्य को अर्घ्य दिया।

मुख्यमंत्री का यह आयोजन पूरी तरह पारिवारिक था। जिसमें मुख्यमंत्री नीतीश के भाई और बहनों का पूरा परिवार शामिल हुआ था। इस मौके पर मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने राज्य की तरक्की की कामना की।

उन्होंने कहा कि यह अनुशासन का पर्व है। सूर्य देव से राज्य की प्रगति, सुख-समृद्धि की प्रार्थना करता हूं।

उल्लेखनीय है कि शनिवार की शाम को छठव्रतियों ने भगवान सूर्य की पूजा कर तथा उन्हें भोग अर्पित कर खरना का प्रसाद ग्रहण किया। जिसके बाद 36 घंटे का निर्जला व्रत आरंभ हो गया। सोमवार को उदय होते सूर्य को अर्घ्य समर्पित करने के बाद व्रती अब अन्न-जल ग्रहण करेंगे।

छठ महापर्व के सफल तथा निर्विघ्न आयोजन के लिए शासन-प्रशासन की पुख्ता तैयारी की गई। सभी छठ घाटों पर मजिस्ट्रेट की तैनाती की गयी। राज्य भर में 4000 से अधिक छठ घाट सरकार के नगर विकास विभाग द्वारा तैयार किये गये हैं। हालांकि इससे बड़ी तादाद में समाज द्वारा तैयार किये गये हैं।

दिसंबर में एक महीने के प्रवास पर बोधगया आएंगे दलाई लामा

गया। बोधगया महाबोधी मंदिर में देश-विदेश से बड़ी संख्या में पर्यटक पहुंच रहे हैं। फरवरी महीने तक बोधगया में कई पूजा का आयोजन किया जाएगा। जिसमें लगभग 40 देश के बौद्ध श्रद्धालु शामिल होंगे। पूजा में शामिल होने बौद्ध धर्म गुरु दलाई लामा भी हर साल बोधगया पहुंचते हैं। इस साल परम पावन दलाई लामा का आगमन संभावित 18 दिसंबर बताई जा रही है। जानकारी के अनुसार, दलाई लामा करीब 1 महीने तक बोधगया में प्रवास करेंगे। इस दौरान वे विभिन्न पूजा में शामिल होने के साथ तीन दिनों तक बोधगया कालचक्र मैदान में आध्यात्मिक ज्ञान भी देंगे।नउनकी सेशन में 50 से 60 हजार श्रद्धालुओं के शामिल होने की उम्मीद जतायी जा रही है।

लखीसराय गोलीकांड मामले में दोषी पर होगी कड़ी कार्रवाई

बीएनएम@पटना

लखीसराय में एक ही परिवार के 6 लोगों को गोलियों से भून दिए जाने के मामले में बीजेपी सरकार पर निशाना साध रही है। वहीं जदयू के नेता सरकार के बचाव में उतर आए हैं। जदयू प्रवक्ता अभिषेक झा ने कहा कि लखीसराय से जो घटना निकलकर आ रही है वह दुखद है दुर्भाग्यपूर्ण है।जदयू का बीजेपी पर हमलाः अभिषेक झा ने कहा कि पीड़ित परिवार जनों के साथ हमारी संवेदनाएं हैं। अब तक जो जानकारी मिली है उसके अनुसार किसी सनकी व्यक्ति ने इस घटना को अंजाम दिया है। निजी वैमनस्य इसका बड़ा कारण है। जदयू प्रवक्ता ने कहा पुलिस और प्रशासन के लोग लगातार छापेमारी कर रहे हैं। जो भी दोषी है उन पर कड़ी कार्रवाई होगी।

विजय सिन्हा का सरकार पर हमलाःलखीसराय में हुए गोलीकांड पर बिहार विधानसभा में नेता प्रतिपक्ष विजय कुमार सिन्हा ने कहा है कि, जब से गठबंधन की सरकार आई है, पोस्टमार्टम की रिपोर्ट भी गलत आती है। थाना प्रभारी खुलकर अपराधियों के पक्ष में खड़े हैं। विजय सिन्हा ने लखीसराय मामले की उच्च स्तरीय जांच कराने की मांग की है। उन्होंने कहा कि बिहार में सत्तापोषित नरसंहार चल रहा है।

जदयू प्रवक्ता अभिषेक झा ने कहा है कि हम पर आरोप लगाने से पहले उन्हें (बीजेपी) अपने अंदर झांक कर देखना चाहिए। मणिपुर में उन्हें राक्षस राज और दानव राज दिखेगा। उनके शासित प्रदेश महिलाओं के अपराध के मामले में सबसे अव्वल आते हैं। उनको जो कहना है कहते रहे लेकिन बिहार सरकार की प्राथमिकता में ऐसे मामलों में कठोरतम कार्रवाई सुनिश्चित करना है।

कामयाबी शाहपुर थाने के रेवड़ा गांव में पुलिस ने की छापेमारी

दो अपराधी गिरफ्तार, समान बरामद

बीएनएम@नवादा

शाहपुर थाने के रेवड़ा गांव में पुलिस ने छापेमारी कर दो साइबर अपराधियों को गिरफ्तार करने के साथीही साइबर अपराध में प्रयुक्त होने वाले भारी संख्या में इलेक्ट्रॉनिक सामानों की बारामदगी की है।

नवादा जिले के पकरीबरावां के एसडीपीओ महेश चौधरी ने बताया कि गुप्त सूचना मिली कि रेवरा गांव में बड़े पैमाने पर साइबर अपराधियों द्वारा निरिह नागरिकों को ठगी का शिकार बनाया जा रहा है। जिसके बाद एसपी अमरीश राहुल ने एसडीपीओ के नेतृत्व में टीम का गठन किया गया।

पुलिस ने रेवाड़ा गांव पहुंचकर अजय कुमार के पुत्र बिट्टू सिंह के घर के घेराबन्दी कर छापेमारी की। जहां एक कमरे में साइबर अपराध को अंजाम देते हुए दो युवकों को गिरफ्तार किया गया ।जहां से भारी संख्या में लैपटॉप तथा अन्य इलेक्ट्रॉनिक सामानों के बरामद की की गई ,जो भोले भाले नागरिकों को ठगी करने में प्रयुक्त हो रहे थे।

पासबुक तथा चेक बुक के साथ ही कई एटीएम कार्ड भी बरामद किए गए हैं ।इस घटना में शामिल चार और भी अपराधियों को पुलिस खोजबीन कर रही है ।इधर नवादा जिले के सिरदला थाना क्षेत्र में छठ के दिन भी अवैध शराब कारोबार की तस्करी में लिप्त दो युवकों को एक मोटरसाइकिल के साथ गिरफ्तार कर लिया गया है। उनके पास से शराब की भी बरामद की हुई है।

आतिशबाजी के दौरान डंपिंग यार्ड में लगी आग

बीएनएम@केसरिया। प्रखण्ड क्षेत्र के ताजपुर पटखौलिया पंचायत स्थित डंपिंग यार्ड में रविवार को आतिशबाजी के दौरान आग लग गई। जिसके बाद थोड़ी देर के लिए अफरातफरी का माहौल उत्पन्न हो गया। सूचना पर पहुँची अग्निशमन दस्ता ने ग्रामीणों के सहयोग से आग पर काबू पाया। बताया जाता है कि ताजपुर पटखौलिया वार्ड नौ में डंपिंग यार्ड स्थित है। यहाँ पंचायत क्षेत्र से उठाव किये गए कूड़ा-कचड़ा को रखा जाता है। इसी के नजदीक छठ घाट है। जहाँ उक्त गाँव के लोग छठ करने जुटते हैं। रविवार को छठ पर्व के अवसर पर घाट पर बच्चे आतिशबाजी कर रहे थे। इसी बीच पटाखे की चिंगारी यार्ड के अंदर जा गिरी। देखते हीं देखते आग ने डंपिंग यार्ड को अपने आगोश में ले लिया। हालांकि समय रहते अग्निशमन टीम ने घटनास्थल पर पहुँच आग पर काबू पाया। इस घटना में निस्तारण को रखे गए कूड़ा-कचरा, कचड़ा उठाव उपकरण आदि जल गया। इधर, मुखिया भोला कुमार ने बताया कि घटना की सूचना बीडीओ को दे दी गई है। मामले में अग्रतर कार्रवाई को लेकर थाना में आवेदन दिया जाएगा।

एसडीओ व डीएसपी ने महोत्सव की तैयारी का लिया जायजा

बीएनएम@केसरिया। तीन दिवसीय केसरिया महोत्सव की तैयारी को लेकर क्षेत्र में प्रशासनिक चहलकदमी तेज हो गई है। 28, 29 व 30 नवंबर को आयोजित होने वाले इस महोत्सव का उद्घाटन मुख्यमंत्री के द्वारा होना संभावित है।

इस मंच से सुप्रसिद्ध लोकगायिका मैथिली ठाकुर सरीखे अन्य कलाकारों को सुनने व उनकी कला देखने का मौका मिलेगा। इस आयोजन में कलाप्रेमियों की अप्रत्याशित भीड़ उमड़ने की उम्मीद है। लिहाजा विधि-व्यवस्था, पार्किंग, सुरक्षा व्यवस्था आदि पर गंभीरता से कार्य किया जा रहा है। सोमवार को अनुमंडल पदाधिकारी शम्भुशरण पाण्डेय व पुलिस उपाधीक्षक सत्येन्द्र कुमार सिंह ने कार्यक्रम स्थल सहित आसपास के अन्य जगहों का जायजा लिया। इस दौरान वीआईपी व आमजन के लिए वाहन पार्किंग, बिजधरी ओपी, लाला छपरा चौक व पानशाला चौक के समीप बैरिकेडिंग करने आदि बिंदुओं पर विचार-विमर्श किया गया।

अधिकारी द्वय द्वारा संबंधित अधिकारियों व कर्मियों को महोत्सव की तैयारी कार्य में तेजी लाने को कहा गया। मौके पर बीडीओ मनीष कुमार सिंह, सीओ प्रवीण कुमार सिन्हा, ईओ समीर कुमार, पुलिस निरीक्षक सह थानाध्यक्ष सुनील कुमार सिंह, महात्मा बुद्ध सेवा संस्थान के अध्यक्ष सीताराम यादव सहित अन्य मौजूद थे।

ट्रक लूटकांड मामले में एक गिरफ्तार

बीएनएम@केसरिया। छड़ लदा ट्रक लूटकांड मामले में पुलिस ने एक आरोपी को गिरफ्तार कर सोमवार को न्यायिक हिरासत में भेज दिया है। पकड़ा गया आरोपी मुफस्सिल थाना क्षेत्र के पटखौलिया का राजन कुमार सिंह उर्फ शिवम है। इस पर घटना में लूटी गई छड़ की बिक्री के लिए खाते में पैसा लेने का आरोप है। ज्ञात हो कि इसी वर्ष 10 सितंबर को केसरिया से छड़ लदा ट्रक लूट लिया गया था। घटना के बाद पुलिस ने त्वरित कार्रवाई करते हुए लूटी गई ट्रक को मोतिहारी से बरामद किया था।

विवाहिता की संदिग्ध स्थिति में मौत, मायके वालों ने लगाया हत्या का आरोप

बीएनएम@बेतिया। में एक विवाहिता की संदिग्ध स्थिति में मौत हो गई है। हालांकि मृतका के मायके वालों ने ससुराल वालों पर हत्या का आरोप लगाया है। घटना जिले के लौरिया थाना क्षेत्र मठिया पंचायत के वृति टोला गांव की है। सूचना पर पहुंची पुलिस शव को कब्जे में लेकर पोस्टमॉर्टम के लिए बेतिया गवर्नमेंट मेडिकल कॉलेज अस्पताल भेजा है। पूरे मामले की जांच-पड़ताल में जुटी हुई है।

मृतका की पहचान लौरिया के वृति टोला गांव निवासी विंध्याचल राम के 22 वर्षीय पत्नी लाल चुनी देवी के रूप में की गई है। सोमवार शाम विंध्याचल और उसकी पत्नी लाल चुन्नी देवी के बीच कुछ बात को लेकर विवाद हुआ था। इसके

बाद चुन्नी ने फंदे से लटक कर आत्महत्या कर ली। हालांकि मृतका मायके वालों ने ससुराल वालों पर हत्या का आरोप लगाया है। मृतका के पिता सिरिसिया ओपी थाना क्षेत्र अंतर्गत जिनवलिया गांव निवासी चोकट राम ने कहा कि पुत्री लाल चुन्नी देवी की शादी 2016 में लौरिया के मठिया पंचयात के वृति टोला गांव निवासी सतन राम के 25 वर्षीय पुत्र विंध्याचल राम से कराई थई। उन्हें पांच बेटी और एक बेटा है। सोमवार दोपहर बेटी ने फोन पर बताया कि उसका पति उसके साथ मारपीट कर रहा है। आप आइए मुझे बुलाकर घर ले चलिए। फोन से ही हमने उसे कहा कि हम आ रहे है। फिर दोबारा शाम में फोन आया कि लाल चुन्नी अब इस दुनिया में नहीं है। शाम को जब हम अपने परिवार के लोगों के साथ बेटी के घर आए तो देखा कि आंगन में वो मृत अवस्था में पड़ी है। घटना की जानकारी पुलिस को दी।

नरकटियागंज एसडीपीओ जयप्रकाश सिंह ने कहा कि मामला प्रथम दृष्टया आत्महत्या प्रतीत हो रहा है। पुलिस हर एक बिंदुओं पर जांच-पड़ताल कर रही है। मामले में अभी आवेदन नहीं मिला है।

गुड न्यूज | कश्मीर सद्भावना यात्रा के सफलता पर ब्रावो फार्मा पर कार्यक्रम

राकेश पांडे का किया गया भव्य स्वागत-अभिनंदन

मोतिहारी। ग्रीन एंड क्लीन संस्था के द्वारा गौरवमयी चंपारण कश्मीर सद्भावना यात्रा के अपार सफलता पर ब्रावो फार्मा के सीएमडी राकेश पांडे का अभिनंदन समारोह शहर के बीचो-बीच नवयुवक पुस्तकालय के सभागार में शहर के सभी सामाजिक संस्था के प्रमुख एवं गण्यमान्य व्यक्तियों के बीच कार्यक्रम आयोजित हुआ।

सबसे पहले नवयुवक पुस्तकालय के प्रांगण में आम का फलदार पौधा मुख्य अतिथि एवं संस्था के सदस्यों के द्वारा लगाया गया।

इसके उपरांत नवयुवक पुस्तकालय के सभागार में कार्यक्रम की शुरुआत दीप प्रज्वलन से मुख्य अतिथि राकेश पांडे एवं ग्रीन एंड क्लीन संस्था के वरीय पदाधिकारी के द्वारा किया गया। सभा का संचालन संस्था के अध्यक्ष हरीश कुमार द्वारा किया गया। सर्वप्रथम मुख्य अतिथि को शहर एवं जिला के

विभिन्न उत्कृष्ट सामाजिक कार्यों एवं चंपारण कश्मीर सद्भावना यात्रा सफलता के अवसर पर संस्था के संयोजक अमित कुमार सेन एवं शहर के विभिन्न संस्था गण्यमान्य व्यक्तियों के द्वारा अंगवस्त्र, पुष्पगुच्छ, सम्मान की चादर एवं पगड़ी पहनाकर अभिनंदन किया गया। वहीं संस्था के संस्थापक अध्यक्ष अमरेंद्र कुमार सिंह द्वारा अंग वस्त्र एवं राष्ट्रपिता महात्मा गांधी का मोमेंटो देकर सम्मानित किया गया।

संस्था के संस्थापक अध्यक्ष ने संस्था के द्वारा किए गए कार्यों की सभा में जानकारी दी, जिसकी सभी ने संस्था के कार्यों का प्रशंसा की एवं सर्वसम्मति से मुख्य अतिथि राकेश पांडे जी को संस्था के ब्रांड एंबेसडर घोषित किया गया। इस सभागार में उपस्थित संस्था के सामाजिक कार्यों को देखकर रविंद्र कुमार जायसवाल उर्फ़ गुड्डू, संस्था के सदस्यता ग्रहण करने की इच्छा व्यक्त की, जो मुख्य अतिथि राकेश पांडे एवं संस्था के संयोजक के द्वारा सदस्यता दिलाई गई।

कार्यक्रम में मुख्य रूप से करमचंद प्रसाद, विनय कुमार, आलोक रंजन, विनय उपाध्याय, वसिल अहमद खान, अनिल स्वर्णकार, अरविंद स्वर्णकार, देवेंद्र दिवाकर, समरेंद्र गिरी चंचल कुमार, चंद्रजीत कुमार, विनोद जयसवाल, मुरली मनोहर, राजेश कुमार, अशोक डॉलर, शैलेंद्र मिश्र बाबा, उपेंद्र पटेल शंभू गुप्ता, राजू पटेल, वीरेंद्र साहू, अर्जुन कुमार एवं संस्था के सैकड़ो लोगों उपस्थिति रही।

सूर्य को अर्घ्य के बाद छठ महापर्व हर्षोल्लास पूर्वक संपन्न

राकेश कुमार

मोतिहारी। प्रकृति के साक्षात व प्रत्यक्ष देवता, सृष्टि संचालक भगवान भास्कर की पूजा अर्चना व लोक आस्था का महापर्व छठ हर्षोउल्लास सोमवार को संपन्न हो गया।सोमवार की सुबह उदयगामी सूर्य को अर्घ्य देकर छठ पूजा मनाने वाले व्रतियों ने 36 घंटे का निर्जला व्रत रखकर भगवान भास्कर से सुख शांति समृद्धि का आशीर्वाद मांगा।

चार दिवसीय छठ महापर्व के अंतिम दिन सुबह शहर के विभिन्न घाटों पर भगवान भास्कर को श्रद्धालुओं ने अर्घ्य दिया।इसी के साथ छठ महापर्व संपन्न हो गया। विधि-विधान से सूर्योपासना एवं अर्घ के बाद व्रतियां व श्रद्धालु अपने-अपने घरों की ओर लौट गये। छठव्रती पार्वती देवी, मीणा देवी, लक्ष्मी देवी, सुहागिन देवी, रीता देवी, लालसा देवी, कलावती देवी, नीता देवी, नीरा देवी लालती देवी आदि छठव्रतियों ने बताया लोक आस्था का महापर्व छठ का शुभारंभ 17 नवंबर को नहाय खाय के साथ शुरू हुआ था।

इसके अगले दिन 18 नवंबर को खरना का व्रत व्रतियों ने रखा। खरना की पूजा के बाद 36 घंटे का कठिन निर्जला व्रत शुरू हुआ।19 नवंबर की शाम छठ घाटों पर व्रतियों ने अस्ताचलगामी सूरज को अर्घ्य दिया।सोमवार की सुबह उदीयमान सूर्य को अर्घ्य के बाद यह संपन्न हो गया। तड़के तीन बजे से ही व्रतियां एवं श्रद्धालु घाटों पर पहुंच सूर्य देवता व छठी माई की उपासना शुरू की।

सूर्योदय सुबह छह बजे के बाद अर्घ्य का सिलसिला चल पड़ा। सबके चेहरे एक साथ खिल उठे। छठ व्रतियां हाथ में सूप लिए पूजा में तल्लीन हो गयी। अगल-बगल खड़े परिवार के सदस्य लोटे में जल एवं दूध भरकर सूर्य देवता को अर्घ्य देने लगे। जो पानी के अंदर नहीं पहुंच सके, वो सभी एक के पीछे एक कतार में खड़े हो गये।

एक दूसरे को स्पर्श कर अर्घ्य देने की प्रक्रिया पूरी की। कोई पानी से तो कोई दूध से अर्घ्य देते दिखे। अपना एवं परिवार के अन्य सदस्यों का सूप चढ़ाने के बाद सुहागिनों ने एक दूसरे की मांग भरी एवं परिवार के सभी सदस्यों की खुशहाली व स्वास्थ्य की कामना की।

इस दौरान छठ व्रतियों ने सुहागिनों को सिंदूर लगाने के साथ ही उनके खोईचा में ठेकुआ व फल का प्रसाद डाला।छठ पूजा समिति द्वारा लगातार लोगों को हिदायत दिया जा रहा था। वहीं समितियों द्वारा श्रद्धालुओं को अर्घ्य के लिए गाय का दूध व अगरबत्ती भी दी गयी। घाटों पर सुरक्षा को लेकर पुलिस, प्रशासन की अच्छी व्यवस्था थी। शहर के सभी घाटों पर मजिस्ट्रेट के साथ पुलिस बल की तैनाती की गयी थी।

सूर्य को अर्घ्य देने से कई जन्मों के पाप होते हैं नष्ट

भगवान भास्कर को अर्घ्य देने से कई जन्मों के पाप नष्ट होते हैं। लाल चंदन, फूल के साथ अर्घ्य से यश की प्राप्ति होती है। प्रातःकाल में जल में रक्त चंदन, लाल फूल, इत्र के साथ ताम्रपात्र में आरोग्य के देवता सूर्य को अर्घ्य देने से आयु, विद्या, यश और बल की प्राप्ति होती है।स्थिर एवं महालक्ष्मी की प्राप्ति के लिए सूर्य को दूध का अर्घ्य देना चाहिए। सूर्य देवता को जल से अर्घ्य देने से मानसिक शांति और जीवन में उन्नति होती है।

धनिष्ठा नक्षत्र और ध्रुव योग का शुभ संयोग

आचार्य सुधांशु मिश्रा ने बताया कि छठ महापर्व पर ग्रह-गोचरों का शुभ संयोग बन रहा है। उदीयमान सूर्य को अर्घ्य पर धनिष्ठा नक्षत्र और ध्रुव योग का शुभ संयोग रहेगा। सूर्य की शक्ति का मुख्य स्त्रोत उनकी पत्नी उषा और प्रत्युषा हैं छठ में सूर्य के साथ दोनों शक्तियों की संयुक्त आराधना होती है। पहले सायंकालीन अर्घ्य में सूर्य की अंतिम किरण प्रत्युषा और फिर उदयमान सूर्य की पहली किरण उषा को अर्घ्य देकर नमन किया जाता है।

आरोग्यता के लिए उत्तम है छठ व्रत

आचार्य सुधांशु मिश्रा के अनुसार सूर्य षष्ठी का व्रत आरोग्यता, सौभाग्य व संतान के लिए किया जाता है। स्कंद पुराण के मुताबिक राजा प्रियव्रत ने भी यह व्रत रखा था। उन्हें कुष्ठ रोग हो गया था।भगवान भास्कर से इस रोग की मुक्ति के लिए उन्होंने छठ व्रत किया था। स्कंद पुराण में प्रतिहार षष्ठी के तौर पर इस व्रत की चर्चा है। वर्षकृत्यम में भी छठ की चर्चा है।

छठ महापर्व पर दिखा धर्म का असली रूप

बीएनएम@ केसरिया। उदीयमान सूर्य को अर्घ्य देने के साथ ही सोमवार को चार दिवसीय छठ महापर्व संपन्न हो गया। इस दौरान छठ घाटों पर आस्था का जनसैलाब उमड़ पड़ा। नगर व प्रखण्ड क्षेत्र के प्रमुख छठ घाटों के साथ ही गंडक नदी,रधवा नदी समेत कई पोखरा किनारे छठ पूजा करने वालों की भीड़ उमड़ी। वही रामजानकी मठ व बाबा घाट पर बने भगवान सूर्य की प्रतिमा लोगों के लिए आकर्षण का केंद्र बना रहा। इधर, विधायक शालिनी मिश्रा, नपं मुख्य पार्षद किरण देवी, पूर्व नपं मुख्य पार्षद रजनीश कुमार पाठक, भाजपा जिला मंत्री शम्भु महतो, वार्ड पार्षद प्रियंका कुमारी, जेपी सेनानी विजय जायसवाल, श्यामबाबू प्रसाद, गौरव जायसवाल समेत कई लोगों ने छठ व्रतियों सहित अन्य को व्रत की शुभकामना दी। वही विभिन्न छठ घाट पर युवक-युवतियों ने जम कर सेल्फी ली। पुलिस निरीक्षक सह थानाध्यक्ष सुनील कुमार सिंह पुलिस बल के साथ विधि-व्यवस्था को लेकर क्षेत्र में भ्रमणशील रहे।

छठ घाटो का ब्लीचिंग पाउडर एवं सैनिटाइजर से कराया गया सैनिटाइजेशन

मोतिहारी। राधा कृष्ण सेवा संस्थान ट्रस्ट के सचिव समाजसेवी एवं उद्योगपति यमुना कुमार सीकरिया ने प्रेस विज्ञप्ति जारी कर यह कहा कि छठ पर्व के शुभ अवसर पर नगर निगम के सभी छठ घाट का ब्लीचिंग पाउडर एवं सैनिटाइजर से सैनिटाइजेशन कराया गया। इस कार्य के लिए उन्हें धीरज कुमार जयसवाल पार्षद नगर निगम वार्ड नंबर 18 के साथ प्रोफेसर चंद्रभूषण पांडे, राकेश ओझा, सागर सूरज, आलोक वर्मा, नागेंद्र जायसवाल, अनिल प्रसाद के साथ-साथ अन्य सभी व्यक्तियों ने हार्दिक बधाई दी। वर्तमान समय में दूषित पर्यावरण के अंतर्गत ब्लीचिंग पाउडर के साथ सैनिटाइजर से छठ घाटों का सैनिटाइजेशन कराया जाना जनहित में अत्यंत ही एक सराहनीय कार्य है। बिहार का यह पहला नगर निगम होगा जिसमें छठ घाटों का सैनिटाइजर से सैनिटाइजेशन हुआ है। वहीं लायंस क्लब ऑफ़ मोतिहारी ने आस्था का महापर्व छठ पूजा की ढेर सारी शुभकामनाएं दी। छठ पूजा के अवसर पर लायंस परिवार ने मोतिहारी शहर के सुप्रसिद्ध ज्ञान बाबु चौक स्थित गुरुद्वारा घाट पर शाम वाले घाट में निशुल्क अन्नपूर्णा सेवा 2:00 बजे दिन से शाम 7:00 बजे तक छोले और चूड़ा का वितरण किया गया और सुबह मे शहर के मशहूर कदम घाट पर रात्रि 1:00 बजे से सुबह 7:00 बजे तक निशुल्क चाय का वितरण किया गया। इस कार्यक्रम को लोगों ने खूब शराहा और लोगों ने यह कहा कि ऐसा व्यवस्था हर घाट पर होना चाहिए और इस कार्यक्रम के लिए श्रद्धालुओं ने लायंस परिवार का शुक्रिया अदा किया।

BORDER NEWSMIRROR

Tuesday 21 November 2023

Editorial

अग्निहोत्र यज्ञ है प्रदूषण मुक्ति का मार्ग

वैदिक साहित्य प्रकृति के प्रति आदर से भरा पूरा है। इस आस्था का तर्क संगत विज्ञान भी है। जर्मनी के डॉ. कुलरिच बर्क वैदिक अग्निहोत्र विज्ञान को कई देशों तक पहुंचा रहे हैं। डॉ. बर्क बर्लिन विश्वविद्यालय में गणित के प्राध्यापक रहे हैं और लगभग चार दशक से वैदिक विज्ञान में सक्रिय हैं। डॉ. बर्क ने 'व्हाट इज डन एंड व्हाट कैन बी डन विद अग्निहोत्र' शीर्षक से तीन सौ पृष्ठों का शोधपत्र बनाया। अग्निहोत्र विज्ञान पर उनके 20 से ज्यादा शोधपत्र विभिन्न देशों में प्रकाशित हुए हैं। डॉ. आरके पाठक बताते हैं कि, "सूर्योदय के समय सम ऊर्जा, विद्युत् ऊर्जा उत्सर्जित होकर पृथ्वी को ऊर्जावान बनाती है। अग्निहोत्र से इसकी सकारात्मकता में वृद्धि होती है। इसी तरह सूर्यास्त के समय ऊर्जा का उत्सर्जन वापस वातावरण में मिलता है। उनके मुताबिक कई देशों में भारत के इस प्राचीन विज्ञान को अपनाया जा रहा है। डॉ. उलरिच बर्क 40 वर्ष से अधिकांश देशों में भारत के प्राचीन अग्निहोत्र विज्ञान का प्रचार कर चुके हैं। भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद के बागवानी संस्थान के सेवानिवृत्त निदेशक डॉ. आरके पाठक भी इस अभियान से जुड़े हैं। उत्तर प्रदेश, राजस्थान, केरल और गुजरात के किसान भी इस अभियान का हिस्सा हैं। अग्निहोत्र यज्ञ कर्म का हिस्सा है। इससे प्रदूषण मुक्ति होती है। ऋग्वेद अग्नि स्तुति से ही प्रारम्भ होता है। कहते हैं, "हम अग्नि की स्तुति करते हैं। अग्नि यज्ञ में पुरोहित हैं। यज्ञकर्ता को रत्न देने वाले हैं।" (1.11) भारतीय परम्परा में यज्ञ असाधारण कर्मकाण्ड रहा है। वैदिक ज्ञान के तमाम सूत्र आधुनिक विज्ञान से भी सत्य हैं। ऋग्वेद में ही कहते हैं कि, "यह सृष्टि यज्ञमय है। पूर्व काल में पूर्वजों ने तमाम यज्ञ किए थे।" यज्ञ विधान का लगातार विकास हुआ है। यज्ञ में देव स्तुतियां हैं। यज्ञ का मूल तत्व स्वाहा है। स्वाहा का अर्थ समर्पण है। समर्पण कई तरह का है। हव्य समर्पण है। भाव समर्पण है। ज्ञान समर्पण है। अहंकार समर्पण है। गीता में यज्ञ को व्यापक अर्थ में समझाया गया है। श्रीकृष्ण कहते हैं, "कुछ योगी देवताओं के लिए यज्ञ करते हैं जबकि अन्य यज्ञकर्ता ब्रह्म की अग्नि में स्वयं को ही अर्पित कर देते हैं।"

न्यारा चुनावी पिटारा ! कितना सहारा !

गिरीश्वर मिश्र

चुनाव को लोकतंत्र का पवित्र महोत्सव कहा जाता है । अब इसकी संस्कृति का पूरी तरह से कायाकल्प हो गया है । चुनाव आने के थोड़े दिन पहले गहमा-गहमी तेज होती है और अंतिम कुछ दिनों में हाईकमान अपने कंडिडेट का ऐलान करता है । साथ ही भूली बिसरी जनता की सुधि आती है। चुनाव आते ही सभी राजनीतिक दल अपना-अपना जादू का पिटारा खोलते है और उनकी सोई हुई जन-संवेदना जागती है । आहत जनता को राहत देने के लिए कमर कसते हुए सभी दल सुविधाओं की फेहरिस्त तैयार करने में जुट जाते हैं । रेल , सड़क , स्कूल , अस्पताल , नौकरी , कर्ज यानी जीने के लिए जो भी चाहिए उस सूची में शामिल किया जाता है । चुनावी राज्यों में पुलिस द्वारा करोड़ों रुपयों की जब्ती और शराब की आवाजाही आम बात हो गई है जिनका कोई दावेदार नहीं मिलता । यह सब इसलिए होता है ताकि जनता को अधिकाधिक मात्रा में लुभाया जा सके । जन-प्रलोभनों [illegible] पेशकश यह सिद्ध करने के लिए मीडिया में खूब प्रचारित की जाती है कि वैसा लोक-शुभेच्छु कोई दूसरा नहीं है । इस सिलसिले में विभिन्न दल एक दूसरे से बढ-चढ़ कर जनसेवा की हुंकार भरते नहीं थकते और धन सम्पदा लुटाने की घोषणा करते हैं । बोली लगने के माहौल जैसी यह कवायद चुनी सरकार के बजट की याद दिलाती है । अलादीन के चिराग न होने पर कमी सिर्फ यही रहती है कि नेतागण यह नहीं बताते कि इन खर्चों के लिए राजस्व और संसाधन का जुगाड़ कैसे होगा और यह सब कहां से आएगा। चुनाव की चर्चा में देश , देश का भविष्य और देश की नीतियों के सवाल ग़ायब रहते हैं और सभी दल एक दूसरे पर दोष मढ़ने को बेताब रहते हैं । तू- तू, मैं-मैं करते हुए बात बढ़ कर व्यक्तिगत अपमान और लांछन पर आ टिकती है । नेताओं पर भद्र अभद्र आरोप लगते हैं और सभ्य शिष्ट आचरण से भटक कर सही गलत प्रवाद फैक्टर जाते हैं । चुनावी दंगल में रैली , रोड शो और रेला के आयोजन करते हुए राजनीतिक दल अपना दम खम दिखाने का स्वांग करते हैं । उस दौरान यातायात और जनसुविधाएं जरूर ठप हो जाती हैं। गौरतलब है कि घोषित हो रही सुविधाओं का फौरी आकलन और आख्यान जनता को मुफ्तखोरी की राह दिखाने में कोई कोर कसर नहीं छोड़ता है । वंचित उपेक्षित समुदायों के लिए आरक्षण का ब्रह्मास्त्र चलाया जाता है और जातिगत आरक्षण का प्रावधान निरंतर व्यापक किया जा रहा है । गौरतलब है कि संविधान की यह व्यवस्था अल्पकाल के लिए की गई थी । वोट बैंक की राजनीति को प्रश्रय देते हुए उसका विस्तार नाना प्रकार से बढ़ाया जाता रहा। भारत में जातिमुक्त समाज के लक्ष्य को जाति की सत्ता की तीव्र पुष्टि की नीतियों से प्राप्त करने की अनवरत चेष्टा के अंतर्विरोध बार-बार सामने आते रहे हैं परंतु समाधान के लिए ध्यान देना नहीं हो सका । राजनीति की दृष्टि से यह मुफीद नहीं लगता और योग्यता और अवसर का तालमेल बिठाने की कोशिश धरी रह जाती है। चुनाव और सरकार बनाना लोकतंत्र के उपकरण हैं जिनका उपयोग लोकतंत्र को और लोक की गरिमा को सुरक्षित और संवर्धित करने के लिए होनी चाहिए । देश के हित में समाज के विधान का कोई विकल्प नहीं है । राजनीति एक सेवाधर्मी उपक्रम होना चाहिए जिसका दीर्घकालिक नियोजन आवश्यक है । सामान्य जीवन में इसके प्रति उदासीनता के भाव ने राजनीति में मूल्यहीनता को बढ़ावा दिया है । आज भारत एक सशक्त राष्ट्र के रुप में उभर रहा है । इस अवसर पर राजनीति में मूल्यों की पुनर्स्थापना जरूरी हो रही है।

(लेखक, महात्मा गांधी अंतरराष्ट्रीय हिंदी विश्वविद्यालय, वर्धा के पूर्व कुलपति हैं।)

Today's **Opinion**

मानव जीवन में टीवी की बढ़ती भूमिका

योगेश कुमार गोयल

वर्ष 1925 में स्कॉटिश इंजीनियर तथा अन्वेषक जॉन लॉगी बेयर्ड द्वारा टेलीविजन का आविष्कार किया गया। उन्होंने 26 जनवरी 1926 को लंदन शहर स्थित रॉयल इंस्टीट्यूशन से लंदन के पश्चिम स्थित 'सोहो' नामक स्थान पर टेलीविजन संदेशों का सफल प्रसारण करके दिखाया। उनके द्वारा बनाए गए मैकेनिकल टेलीविजन के बाद 1927 में फिलो फॉर्न्सवर्थ द्वारा इलेक्ट्रॉनिक टेलीविजन का आविष्कार किया गया, जिसका 3 सितम्बर 1928 को उनके द्वारा सार्वजनिक प्रदर्शन किया गया। कुछ असफलताओं के बाद सदी के महान् आविष्कार टेलीविजन को 1934 में पूरी तरह इलेक्ट्रॉनिक रुप देने में सफलता मिली। बिजली से चलने वाले उस अद्भुत इलेक्ट्रॉनिक उपकरण की बदौलत आगामी वर्षों में कई आधुनिक टीवी स्टेशन खोले गए। जिसके बाद लोग बड़ी संख्या में टीवी खरीदने लगे और टेलीविजन धीरे-धीरे मनोरंजन एवं समाचार का महत्वपूर्ण माध्यम बनता गया। इलेक्ट्रॉनिक टेलीविजन ने अपने आविष्कार के करीब 32 साल बाद भारत में पहला कदम रखा। भारत में टीवी का पहला प्रसारण प्रायोगिक तौर पर दिल्ली में दूरदर्शन केन्द्र की स्थापना के साथ 15 सितम्बर 1959 को शुरु किया गया। उस समय टीवी पर सप्ताह में केवल तीन दिन ही मात्र तीस-तीस मिनट के कार्यक्रम आते थे लेकिन इतने कम समय के बेहद सीमित कार्यक्रमों के बावजूद टीवी के प्रति लोगों का लगाव बढ़ता गया और यह बहुत जल्द लोगों की आदत का अहम हिस्सा बन गया। दूरदर्शन का व्यापक प्रसार हुआ वर्ष 1982 में दिल्ली में हुए एशियाई खेलों के आयोजन के प्रसारण के बाद। दूरदर्शन द्वारा अपना दूसरा चैनल 26 जनवरी 1993 को शुरु किया गया और उसी के बाद दूरदर्शन का पहला चैनल डीडी-1 और दूसरा नया चैनल डीडी-2 के नाम से लोकप्रिय हो गया, जिसे बाद में 'डीडी मैट्रो' नाम दिया गया। भले ही टीवी के आविष्कार के इन दशकों में इसका स्वरुप और तकनीक पूरी तरह बदल चुकी है लेकिन इसके कार्य करने का मूलभूत सिद्धांत अभी भी पहले जैसा ही है। 'ब्लैक एंड व्हाइट' बुद्धू बक्सा अपने सहज प्रस्तुतिकरण के दौर से गुजरते हुए कब आधुनिकता के साथ कदमताल करते हुए सूचना क्रांति का सबसे बड़ा हथियार और हर घर की अहम जरूरत बन गया, पता नहीं चला। यह दुनिया जहान की खबरें देने और राजनीतिक गतिविधियों की सूचनाएं उपलब्ध कराने के अलावा मनोरंजन, शिक्षा तथा समाज से जुड़ी महत्वपूर्ण सूचनाओं को उपलब्ध कराने, प्रमुख आर्थिक और सामाजिक मुद्दों पर ध्यान केन्द्रित करते हुए समूचे विश्व के ज्ञान में वृद्धि करने में मदद करने वाला सशक्त जनसंचार माध्यम है। यह संस्कृतियों और रीति-रिवाजों के आदान-प्रदान के रूप में मनोरंजन का सबसे सस्ता साधन है, जो तमाम महत्वपूर्ण मुद्दों पर ध्यान केन्द्रित करते हुए पूरी दुनिया के ज्ञान में असीम वृद्धि करने में मददगार साबित हो रहा है। मानव जीवन में टीवी की बढ़ती भूमिका तथा इसके सकारात्मक और नकारात्मक पहलुओं पर चर्चा करने के उद्देश्य से प्रतिवर्ष 21 नवम्बर को 'विश्व टेलीविजन दिवस' मनाया जाता है। संचार और वैश्वीकरण में टेलीविजन की बेहद महत्वपूर्ण भूमिका को देखते हुए इसके महत्वों को रेखांकित करने के लिए संयुक्त राष्ट्र द्वारा 'विश्व टेलीविजन दिवस' मनाने की जरुरत महसूस की गई और आम जिंदगी में टीवी के बढ़ते प्रभाव को देखते हुए आखिरकार टीवी के आविष्कार के करीब सात दशक बाद वर्ष 1996 में 'विश्व टेलीविजन दिवस' मनाने की घोषणा कर दी गई। दरअसल टीवी के आविष्कार को सूचना के क्षेत्र में ऐसा क्रांतिकारी आविष्कार माना गया है, जिसके जरिये समस्त दुनिया हमारे करीब रह सकती है। हम घर बैठे दुनिया के किसी भी कोने में होने वाली घटनाओं को लाइव देख सकते हैं। संयुक्त राष्ट्र द्वारा पहली बार 21 तथा 22 नवम्बर 1996 को विश्व टेलीविजन मंच का आयोजन करते हुए टीवी के महत्व पर चर्चा करने के लिए मीडिया को प्लेटफॉर्म उपलब्ध कराया गया था। उस दौरान विश्व को परिवर्तित करने में टीवी के योगदान और टीवी के विश्व पर पड़ने वाले प्रभावों के संदर्भ में व्यापक चर्चा की गई थी।

(लेखक स्वतंत्र टिप्पणीकार हैं।)

मुद्रक एवं स्वामी सागर सूरज, द्वारा राजाबाजार-कचहरी रोड, मोतिहारी बिहार -845401 से मुद्रित तथा सरोतर निवास राजाबाजार, मोतिहारी बिहार से प्रकाशित, संपादक सागर सूरज* फोन न:-06252-296796, प्रसार:-9470050309 ईमेल:- bordernewsmirror@gmail.com वेबसाइट:- www.bordernewsmirror.com(*पीआरबी अधिनियम के तहत खबरों के चयन के लिए जिम्मेवार) TITLE CODE - BIHBIL02431

इन वजहों से होता है कंजक्टिवाइटिस, लक्षण को पहचानें

आपने अपने आसपास कुछ ऐसे लोगों को जरूर देखा होगा जिन्हें आमतौर पर सन ग्लासेज पहनने की आदत नहीं होती, फिर कभी अचानक वे धूप का चश्मा लगाए नजर आते हैं, उनसे बातचीत करने के बाद यह मालूम होता है कि उन्हें आई फ्लू की समस्या है इसलिए उन्होंने ऐसा चश्मा पहना है।

क्या है मर्ज?

कंजक्टिवाइटिस एक खास तरह के एलर्जिक रिएक्शन की वजह से होता है, लेकिन कई मामलों में बैक्टीरिया का संक्रमण भी इसके लिए जिम्मेदार होता है। श्वसन तंत्र या नाक-कान, गले में किसी तरह के संक्रमण के कारण भी लोगों को वायरल कंजक्टिवाइटिस हो जाता है।

इस संक्रमण की शुरुआत एक आंख से ही होती है, लेकिन जल्द ही दूसरी आंख भी इसकी चपेट में आ जाती है।

क्या है वजह?

आई फ्लू को पिंक आई या कंजक्टिवाइटिस के नाम से भी जाना जाता है। वैसे तो यह ज्यादा खतरनाक बीमारी नहीं है, लेकिन आंखों में संक्रमण होने के कारण ज्यादा तकलीफदेह हो जाती है। दरअसल, जहां सफाई का ध्यान नहीं रखा जाता वहां के वातावरण में मौजूद नमी, धूल-मिट्टी, फंगस और मक्खियों की वजह से बैक्टीरिया को तेजी से पनपने का अवसर मिलता है। आंखों का सफेद हिस्सा जिसे कंजक्टिवाइवा कहा जाता है, बैक्टीरिया या वायरस के छिपने के सबसे सुरक्षित स्थान होता है। इसी वजह से गर्मी और बरसात के मौसम में ज्यादातर लोगों को आई फ्लू की समस्या होती है।

प्रमुख लक्षण

- आंखों में लाली और जलन
- लगातार पानी निकलना
- आंखों में सूजन
- पलकों पर चिपचिपाहट महसूस होना
- आंखों में खुजली और चुभन
- अगर इंफेक्शन गहरा हो तो इसकी वजह से आंखों की कॉर्निया को भी नुकसान हो सकता है जिससे आंखों की दृष्टि प्रभावित हो सकती है।

बचाव एवं उपचार

- आई फ्लू से निजात पाने के लिए एंटिबाइटिकल मरहम और ल्यूब्रिकेटिंग आई ड्रॉप की जरूरत होती है। इसलिए डॉक्टर की सलाह के बिना अपने मन से कोई दवा न लें।
- अपने हाथों को नियमित रूप से हैंडवॉश से साफ करते रहें।
- आंखों की सफाई का पूरा ध्यान रखें और उन्हें ठंडे पानी से बार-बार धोएं।
- किसी भी संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने से बचें।
- ऐसी समस्या होने पर बार-बार आंखों पर हाथ न लगाएं। आंखों में आई ड्रॉप डालने से पहले हाथों को अच्छी तरह धो लें।
- आंखों पर बर्फ की सिंकाई भी जलन और दर्द से राहत दिलाती है।
- गंदगी और ज्यादा भीड़ वाली जगहों पर जाने से बचें।
- संक्रमित व्यक्ति से हाथ न मिलाएं और उनकी चीजें, जैसे- चश्मा, तौलिया, तकिया आदि न छुएं। इसी तरह अपना तौलिया, रूमाल और चश्मा आदि किसी के साथ शेयर न करें।

अगर इन बातों का ध्यान रखा जाए तो एक सप्ताह से पंद्रह दिनों के अंदर यह समस्या दूर हो जाती है।

(डॉ. रोहित सक्सेना, प्रोफेसर, ऑप्थोमलॉजी डिपार्टमेंट एम्स, दिल्ली से बातचीत पर आधारित)

गर्दन के दर्द से परेशान हैं तो कुछ सावधानियां बरतें और ये करें उपचार

गर्दन में अगर दर्द हो जाए तो गर्दन को हल्का सा भी मूव करना भारी पड़ता है। इस दर्द की वजह से सोना, उठना और बैठना तक दूभर हो जाता है। गर्दन का दर्द गर्दन के किसी भी हिस्से में हो सकता है, जिसमें मांसपेशियां, नस, हड्डियां, जोड़ और हड्डियों के बीच की डिस्क शामिल हैं। कई बार गर्दन का दर्द इस कदर बढ़ जाता है कि दर्द की वजह से गर्दन में अकड़न तक आ जाती है।

गर्दन के दर्द का कारण?

गर्दन का दर्द कई कारणों से हो सकता है जैसे लंबे समय तक एक ही पोजिशन में काम करना, तकिया का गलत इस्तेमाल करना, घंटों तक गर्दन का एक ओर झुकाव, खराब पोस्चर में बैठकर टीवी देखना, कंप्यूटर मॉनिटर का अधिक या कम ऊंचाई पर होना, एक्सरसाइज करते समय गर्दन को सही तरीके से न मोड़ने की वजह से गर्दन में दर्द हो सकता है। आप भी अगर गर्दन के दर्द से परेशान हैं तो कुछ सावधानियों को बरतें साथ ही घर में उसका उपचार भी करें।

गर्दन के दर्द का उपचार

गर्दन की बर्फ से सिकाई करें: गर्दन के दर्द और सूजन से राहत पाने के लिए दिन में कई बार पांच मिनट तक बर्फ से सिकाई करें। गर्दन दर्द से निजात पाने के लिए गर्म पानी से नहाएं या फिर दर्द वाली जगह हीटिंग पैड का इस्तेमाल करें। आपको दर्द में राहत मिल सकती है।

गर्दन की मालिश करें: दर्द के तेल से गर्दन की मालिश आपको गर्दन और पीठ की मांसपेशियों में दर्द से राहत दिलाएगी।

सेंधा नमक से सिकाई करें:

गर्दन दर्द के उपाय में सेंधा नमक दवा की तरह काम करता है। इसका उपयोग मांसपेशियों में दर्द और सूजन को कम करने के लिए किया जाता है। इसके इस्तेमाल से गर्दन दर्द में राहत मिलती है। एक बाथटब को तीन चौथाई गुनगुने पानी से भरें और इसमें सेंधा नमक मिलाएं। इस पानी में गर्दन तक 10-15 मिनट तक बैठे रहें, आपको दर्द से राहत मिलेगी।

इन बातों का भी रखें ख्याल:

-काम करने के लिए हमेशा टेबल और चेयर का इस्तेमाल करें। बेड पर बैठ कर काम करने से बचें।
-लैपटॉप व आंखों का लेवल 90 डिग्री पर होना चाहिए।
-लंबे सयम तक काम करने के लिये लैपटॉप के बजाय डेशबोर्ड का इस्तेमाल करना चाहिए। हर 40 मिनट के बाद वॉक करें।

बच्चों को गलती से भी एक साथ न खाने दें ये चीजें

माता-पिता के रूप में हर व्यक्ति अपने बच्चों के लिए सबसे अच्छा करने की कोशिश करता है। लेकिन कई बार ज्यादा अच्छा करने की कोशिश में हम जाने-अनजाने कुछ गलतियां कर बैठते हैं। बच्चे की देखभाल के दौरान सबसे जरूरी काम है उन्हें सही, संतुलित और पोषित आहार देना।

लेकिन अज्ञानता के चलते कई बार गलतियां हो जाती हैं। इसलिए बच्चों का खान-पान एक ऐसा मुद्दा है, जिसके हर पहलू के बारे में जागरूक होने की आवश्यकता है। कुछ ऐसे फूड्स तो हैं ही जिनका सेवन छोटे बच्चों को नहीं कराना चाहिए, साथ ही कुछ ऐसे फूड कॉम्बिनेशन्स भी हैं, जिनसे आपके अपने बच्चे को बचना चाहिए। चलिए जानते हैं ऐसे ही कुछ फूड कॉम्बिनेशन के बारे में-

बच्चों के लिए हानिकारक हैं ये फूड कॉम्बिनेशन्स-

1. फल और दूध

फल और दूध दोनों ही बच्चे के विकास के लिए काफी महत्वपूर्ण हैं। लेकिन इन्हें एक साथ देना सही नहीं। ऐसा इसलिए है क्योंकि फलों में मौजूद एसिड पेट में दूध को फटने का कारण बन सकता है, जिससे पेट फूलना, गैस और पेट दर्द जैसी पाचन संबंधी समस्याएं हो सकती हैं। इसके बजाय फल और दूध दोनों को अलग-अलग समय पर दें।

2. शहद और पानी

शहद एक आम स्वीटनर है, जिसका उपयोग कई खाद्य पदार्थों और पेय पदार्थों में किया जाता है, लेकिन इसे एक वर्ष से कम उम्र के बच्चों को नहीं दिया जाना चाहिए। ऐसा इसलिए है क्योंकि शहद में बैक्टीरिया के बीजाणु हो सकते हैं, जो बोटुलिज़्म पैदा कर सकते हैं। यह एक दुर्लभ लेकिन गंभीर बीमारी है, जो नर्व

सिस्टम को प्रभावित कर सकती है। जब शहद को पानी में मिलाया जाता है, तो यह एक ऐसा वातावरण बनाता है जहां ये बीजाणु पनप सकते हैं, जिससे यह उनके लिए और भी खतरनाक हो जाता है।

3. मांस और डेयरी

मांस और डेयरी उत्पाद दोनों प्रोटीन और कैल्शियम के लिए बढ़िया स्रोत हैं, लेकिन इन्हें साथ में देना बच्चों के पचाना मुश्किल खड़ी कर सकता है। मांस में मौजूद प्रोटीन को ठीक तरह से तोड़ने के लिए एसिडिक पदार्थ की जरूरत पड़ सकती है, वहीं डेयरी में मौजूद कैल्शियम को क्षारीय वातावरण की आवश्यकता होती है। जब इन दोनों का एक साथ सेवन किया जाता है, तो वे एक दूसरे को बेअसर कर सकते हैं, जिससे शरीर के लिए पोषक तत्वों को अपने अंदर समा पाना कठिन हो जाता है। इसके दोनों को साथ खाने से कब्ज भी हो सकता है।

4. खट्टे फल और टमाटर

खट्टे फल और टमाटर दोनों में ही उच्च मात्रा में एसिड होते हैं, जो एक साथ सेवन करने पर पाचन तंत्र में जलन पैदा कर सकते हैं। इससे पेट में दर्द, एसिड रिफ्लक्स और उल्टी भी हो सकती है। इसके बजाय, इन खाद्य पदार्थों को अलग से और कम मात्रा में अपने बच्चे को दें।

5. अनाज और फलों का रस

कई माता-पिता अपने बच्चों को नाश्ते में अनाज और फलों का रस एक साथ देना पसंद करते हैं। लेकिन ये हानिकारक हो सकता है क्योंकि इससे रक्त शर्करा के स्तर में वृद्धि हो सकती है। फलों के रस में चीनी की उच्च मात्रा दांतों में सड़न पैदा कर सकती है, खासकर जब अनाज की चिपचिपी बनावट के साथ उसका सेवन किया जा रहा हो। फलों के रस के बजाय पूरे फल और अनाज को दिया जा सकता है।

6. पीनट बटर और जेली

पीनट बटर और जेली सैंडविच कई घरों में बड़े चाव से खाया और खिलाया जाता है। लेकिन बच्चों के लिए सही नहीं है। जहां पीनट बटर प्रोटीन और हेल्दी फैट का एक अच्छा स्रोत है, वहीं जेली अक्सर चीनी और जेलाटिन से बनी होती है। यह फूड कॉम्बिनेशन रक्त शर्करा के स्तर में वृद्धि का कारण बन सकता है। इसके बजाय, मैश किए हुए एवोकैडो या ह्यूमस को स्प्रेड के रूप में उपयोग किया जा सकता है और जेली के बजाय फ्रेश फ्रूट्स दे सकते हैं।

7. मसालेदार या तले हुए फूड आइटम और कार्बोनेटेड ड्रिंक

मसालेदार या तले हुए फूड आइटम्स और कार्बोनेटेड ड्रिंक बच्चों में पाचन संबंधी समस्याएं पैदा कर सकते हैं, जिनमें सूजन, गैस और दस्त जैसी दिक्कतें शामिल हैं। दूसरी ओर कार्बोनेटेड ड्रिंक दांतों की सड़न पैदा कर सकते हैं, क्योंकि कार्बोनेशन दांतों पर इनेमल को नष्ट कर सकता है। इसके बजाय पानी, दूध या फिर फ्रेश जूस को दें। वहीं तले हुए खाने की जगह उबली हुई चीजें दें।

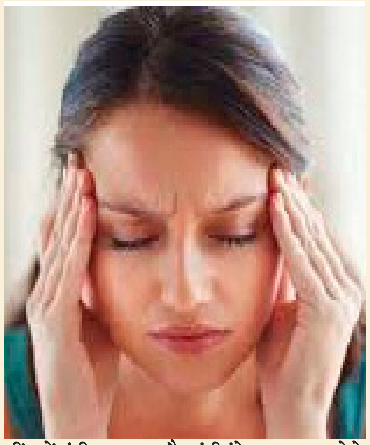
पेट दर्द से लेकर माइग्रेन के दर्द तक, ये हैं हींग के कमाल

भारतीय खानों में हींग का उपयोग खूब किया जाता है। इसका स्वाद ज़रा तेज़ ज़रूर होता है, लेकिन इसके फायदे अनगिनत हैं। खाने में इसे मिलाने से पाचन आसान होता है, लेकिन क्या आप जानते हैं कि हींग पाचन दुरुस्त करने के अलावा भी कई काम करता है। यह पेट में गैस से लेकर गंभीर माइग्रेन और यहां तक कि कीड़े के काटने का भी इलाज कर देता है।

बच्चों में गैस की समस्या का समाधान करता है

शिशुओं में गैस की समस्या को कम करने के लिए इससे अच्छा उपाय और कोई नहीं है। इस जांचे और परखे उपाय को सदियों से इस्तेमाल किया जा रहा है। इसके लिए एक से दो चम्मच गुनगुने पानी में चुटकी भर हींग डालें और फिर बच्चे की नाभी के आसपास उंगलियों की मदद से लगाएं। इससे छोटे बच्चों में गैस की समस्या तुरंत ठीक हो जाती है।

सांस से जुड़ी तकलीफों के इलाज के लिए



हींग में एंटीवायरल और एंटीइंफेक्शन गुण होते हैं। इसलिए इसका उपयोग अस्थमा, ब्रॉन्काइटिस, सूखी खांसी और जुकाम को ठीक करने के लिए किया जा सकता है। तुरंत आराम पाने के लिए आधा चमच हींग पाउडर और सोंठ में दो चम्मच शहद मिला लें। दो से तीन दिन तक इस मिक्सचर को खाएं, तो आपको सांस की तकलीफों से जल्द आराम मिल जाएगा।

दांत दर्द में तुरंत आराम

जिस दांत में दर्द है, वहां और आसपास के मसूड़ों पर चुटकी भर हींग लगा लें। दर्द में राहत पाने के लिए दिन में इस उपाय को 2 से 3 बार करें।

कान दर्द में फायदेमंद

सर्दी के मौसम में ठंड लग जाने से कान में दर्द कई बार हो जाता है। ऐसे में इयर ड्रोप्स के अलावा आप घरेलू उपचार पर कर सकते हैं। हींग में एंटीवायरल और एंटीइंफेक्शन गुण पाए जाते हैं, जो कान के दर्द में आराम देने का काम करते हैं। इसके लिए एक बर्तन में दो चम्मच नारियल के तेल में चुटकी भर हींग डालकर हल्की आंच पर गर्म कर लें। जब ये गुनगना हो तब इसकी कुछ बूंदें अपने कान में डालें। इससे आपको तुरंत राहत मिल सकती है।

सिर दर्द में आराम

सिर दर्द जब परेशान कर रहा हो, तो आप हींग आपकी मदद कर सकता है। इसके लिए

हल्की आंच पर पैन रखें और उसमें एक से दो कप पानी गर्म कर लें। अब इसमें चुटकी भर हींग डालें और 10-15 मिनट के लिए गर्म होने दें। जब पानी की मात्रा थोड़ी कम हो जाए, तो गैस को बंद कर दें।

तेज़ सिर दर्द से छुटकारा पाने के लिए दिनभर इस पानी को पिएं। इसके अलावा आप हींग में गुलाब जल मिलाकर इसका पेस्ट भी तैयार कर सकते हैं और फिर इसे माथे पर लगा सकते हैं। इससे भी आराम मिलता है।

कीड़े या सांप के काटने पर

हींग सिर्फ खाने में ही हेल्दी नहीं होती, बल्कि कीड़ों या फिर सांप के काटने का भी इलाज कर सकती है। दादी मां के निस्खों के अनुसार, हींग के पाउडर में थोड़ा पानी मिलाकर पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट को जखम पर लगा लें और सूखने दें। जब सूख जाए, तो निकाल दें।

चाय की लत आपको बना सकती है गंभीर बीमारी का शिकार

शायद ही कोई ऐसा व्यक्ति हो जिसे चाय पीना पसंद न हो। चाय देश ही नहीं बल्कि विदेश में भी काफी पसंद किया जाने वाला पेय पदार्थ है। चाय की इसी लोकप्रियता के चलते दुनियाभर में कई प्रकार की चाय प्रचलित है। हमारा मूड रीफ्रेश करने के साथ ही चाय हमारी सेहत को कई तरह के फायदे भी पहुंचाती है। वहीं, सर्दियों के मौसम में तो लोग भारी मात्रा में इसका सेवन करना शुरू कर देते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि चाय की लत कई बार आपके लिए हानिकारक भी साबित हो सकती है।

दरअसल, ज्यादा मात्रा में चाय पीने से आप हड्डियों की खतरनाक बीमारी का शिकार हो सकती है। स्केलेटल फ्लोरोसिस नामक यह बीमारी आपकी हड्डियों को अंदर ही अंदर खोखला बना सकती है। अगर आप भी चाय पीने के शौकीन हैं, तो आज जानेंगे इसके अधिक सेवन से होने वाली इस बीमारी के बारे में-

क्या है स्केलेटल फ्लोरोसिस

स्केलेटल फ्लोरोसिस हड्डियों की बीमारी है, जो अंदर ही अंदर हमारी हड्डियों को खोखला कर देती है। इस बीमारी से पीड़ित व्यक्ति को गठिया यानी अर्थराइटिस जैसा दर्द महसूस होता है। ये बीमारी खासतौर पर हड्डियों में दर्द पैदा करती है। इस बीमारी के होने पर कमर दर्द,हाथ-पैरों में दर्द और जोड़ों में दर्द की शिकायत होती है।

चाय से हो सकता है स्केलेटल फ्लोरोसिस

अगर आप खाली पेट चाय पीते हैं या दिन में लगातार चाय का सेवन कर रहे हैं, तो इससे स्केलेटल फ्लोरोसिस का खतरा काफी बढ़ जाता है। दरअसल, चाय में मौजूद फ्लोराइड मिनरल हड्डियों के लिए बेहद नुकसानदायक होता है। ऐसे में शरीर के अंदर फ्लोराइड की मात्रा बढ़ने पर हड्डियों में स्केलेटल फ्लोरोसिस होने की आशंका बढ़ जाती है। साथ ही चाय शरीर को कैल्शियम सोखने से भी रोकता है, जिसकी वजह से इस बीमारी का खतरा कई गुना बढ़ जाता है।

स्केलेटल फ्लोरोसिस के लक्षण

पेट भारी रहना
घुटनों के आसपास सूजन
झुकने या बैठने में परेशानी
दांतों में अत्यधिक पीलापन
कंधे, हाथ और पैर के जोड़ों में दर्द
कम उम्र में बुढ़ापे का लक्षण नजर आना
हाथ-पैर का आगे या पीछे की ओर मुड़ जाना
पांव का बाहर या अंदर की ओर धनुषाकार हो जाना

दिन में कितनी चाय पीना सुरक्षित

चाय के अधिक सेवन से सिर्फ स्केलेटल फ्लोरोसिस ही नहीं, बल्कि कई अन्य समस्याएं भी हो सकती हैं। खाली पेट या ज्यादा मात्रा में चाय पीने से अल्सर, हाइपर एसिडिटी, घबराहट, मलती जैसी कई समस्याएं हो सकती हैं।

ऐसे में जरूरी है कि आप सीमित मात्रा में चाय का सेवन करें। दिन में तीन कप चाय का सेवन सेहत के लिए खतरनाक नहीं है। लेकिन अगर आप रोजाना तीन कप से ज्यादा चाय पी रहे हैं, तो यह आपके लिए घातक साबित हो सकता है।

थायराइड बढ़ने पर शरीर में हो सकती हैं ये 5 परेशानियां

गले में पाई जाने वाली थायराइड ग्रंथि सामान्य कार्य करना बंद कर देती है, तब थायराइड की समस्या आती है। थायराइड होने से शरीर में कई तरह के बदलाव होते हैं। थायराइड हार्मोन शरीर में डाइजेस्टिव जूस को बढ़ाने में मददगार है।

कई बार थायराइड होने पर ये बढ़ता रहता है। ऐसे में शरीर में कई तरह के बदलाव होते हैं। सही लाइफस्टाइल, संतुलित आहार और दवाइयों के सेवन से थायराइड को ठीक होने में मदद मिलती हैं। थायराइड बढ़ने पर ये 5 तरह की परेशानियां हो सकती हैं।

इनफर्टिलिटी

थायराइड की समस्या होने इनफर्टिलिटी की समस्या बढ़ सकती है। कई बार महिलाओं में थायराइड होने पर ओवरीज में सस्टि बन जाता है। जिसकी वजह से इनफर्टिलिटी की समस्या बढ़ सकती है। महिलाओं में अगर समय पर थायराइड का इलाज न किया जाएं, तो इनफर्टिलिटी की समस्या ज्यादा बढ़ सकती हैं।

स्किन डिसऑर्डर

शरीर में थायराइड की ग्रंथि बढ़ने पर स्किन डिसऑर्डर जैसी समस्याएं पैदा हो सकती हैं। कई बार थायराइड बढ़ने पर स्किन पर पिंपल्स की समस्या बढ़ सकती हैं। थायराइड रहने से स्किन पर रूखेपन की समस्या भी ज्यादा देखने को मिल सकती है।

अनियमित पीरियड्स

थायराइड बढ़ने पर कई बार अनियमित पीरियड्स की समस्या भी बढ़ सकती है। कई बार पीरियड्स का फ्लो ज्यादा या धीमा भी हो सकता हैं। इस समस्या को दूर करने के लिए थायराइड को कंट्रोल करने की कोशिश करें। पीरियड्स की डेट आगे-पीछे भी हो सकती हैं।

वजन बढ़ना

थायराइड की समस्या बढ़ने पर वजन बढ़ने की परेशानी भी हो सकती हैं। ऐसे में सही मात्रा में डाइट और दवाइयों के सेवन से थायराइड को कंट्रोल किया जा सकता है। थायराइड का स्तर बढ़ने से भूख काफी बढ़ जाती है। जिससे वजन बढ़ता है।

कमजोरी लगना

थायराइड की परेशानी बढ़ने पर शरीर में कमजोरी हो सकती है। कई बार पैरों से सुन्न हो जाने की समस्या भी देखने को मिल सकती है। कई बार थायराइड बढ़ जाने पर शरीर में दर्द और ऐंठन का अनुभव भी हो सकता है।

थायराइड की समस्या होने पर ऊपर बताई गई परेशानियां हो सकती हैं। अगर आपको भी ये बीमारी हैं, तो डॉक्टर से पूछ कर ही दवाइयों का सेवन करें।

BNM Fantasy

खिचड़ी 2 का दूसरा गाना रिलीज

दिवाली के मौके पर सलमान खान और कटरीना कैफ की फिल्म टाइगर 3 (Tiger 3) रिलीज के लिए तैयार है। इस फिल्म के पांच दिन बाद 17 नवम्बर को फैमिली कॉमेडी फिल्म खिचड़ी 2 सिनेमाघरों में पहुंचेगी। नवरात्रि त्योहार की बीच बुधवार को फिल्म का दूसरा गाना वंदा राका रिलीज किया गया है, जो थिरकने के लिए मजबूर करता है। गाने का टीजर विद्या बालन ने अपने इंस्टाग्राम एकाउंट से शेयर किया है। गाने पर विद्या ने भी जेडी मजेठिया और कीर्ति कुल्हरी के साथ स्टेप्स किये हैं। इस गाने का ऑडियो पहले ही रिलीज कर दिया गया था। अब इसका वीडियो जारी किया गया है।

ट

'टाइगर 3' के ट्रेलर को मिली बेशुमार तारीफ

बॉलीवुड सुपरस्टार सलमान खान और कैटरीना कैफ फिल्म 'टाइगर 3' में अपनी सुपर एजेंट टाइगर और जोया को फिर से निभाने के लिए वापस आ गए हैं। निर्माताओं ने 'टाइगर 3' का ट्रेलर जारी किया और इसने इंटरनेट पर देखते ही देखते धूम मचा दी। यह वाईआरएफ स्पाई यूनिवर्स की फिल्मों में से सबसे ज्यादा देखा जाने वाला ट्रेलर बन गया, जिसमें एक था टाइगर, टाइगर जिंदा है, वॉर और पठान जैसी ब्लॉकबस्टर फिल्में शामिल हैं। सलमान और कैटरीना ट्रेलर को मिली सकारात्मक प्रतिक्रिया और लोगों द्वारा उन पर बरसाए जा रहे प्यार से बेहद रोमांचित हैं। सलमान और कैटरीना सबसे लोकप्रिय ऑन-स्क्रीन जोड़ियों में से एक हैं, जिन्हें बड़े पर्दे पर देखने के लिए दर्शक उमड़ पड़ते हैं। कैटरीना कहती हैं, 'टाइगर 3' के ट्रेलर को जो प्रतिक्रिया मिली है, उसे देखना अविश्वसनीय है। यह बेहद अद्भुत है कि हमें इतना प्यार मिल रहा है क्योंकि पूरी टीम ने टाइगर 3 को एक एक्शन ड्रामा बनाने के लिए अपना सबकुछ झोंक दिया है। यह टाइगर फ्रेंचाइजी की तीसरी फिल्म है और मैं 'टाइगर 3' से लोगों की भारी उम्मीदों से अच्छी तरह वाकिफ हूं। मुझे खुशी है कि ट्रेलर को सर्वसम्मति से प्यार मिल रहा है और यह रिलीज होने तक 'टाइगर 3' अभियान के लिए शानदार माहौल तैयार करता है। वह कहती हैं, टाइगर और जोया एक ही पहेली के दो टुकड़े हैं। जब वे एक इकाई के रूप में एक साथ काम करते हैं तो वे करिश्माई और साहसी होते हैं।

शादी की साड़ी में आलिया भट्ट ने लिया नेशनल अवॉर्ड

तस्वीरें वायरल

हाल ही में राष्ट्रीय पुरस्कार समारोह आयोजित किया गया था। इस खास इवेंट के लिए सभी कलाकार दिल्ली पहुंचे थे। इससे पहले राष्ट्रीय फिल्म पुरस्कारों की घोषणा की गई थी। अब दिल्ली के विज्ञान भवन में राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने विजेताओं को सम्मानित किया। इन अवॉर्ड्स की लिस्ट में बॉलीवुड एक्ट्रेस आलिया भट्ट का भी नाम है। आलिया भट्ट ने फिल्म 'गंगूबाई काठियावाड़ी' के लिए अवॉर्ड जीता। इस बार आलिया भट्ट का लुक काफी आकर्षक था। फिल्म में आलिया के बेहतरीन अभिनय के लिए राष्ट्रीय पुरस्कार से सम्मानित किया गया। इस प्रतिष्ठित कार्यक्रम में अभिनेत्री ने साड़ी पहनी हुई थी। अपने इस देसी लुक में वह बेहद खूबसूरत लग रही थी। उनकी इस साड़ी का भी एक खास कनेक्शन है। अवॉर्ड समारोह में आलिया ने वही साड़ी पहनी जो उन्होंने अपनी शादी में पहनी थी। आलिया भट्ट ने अपने करियर का पहला नेशनल अवॉर्ड जीता है। इस मौके पर एक्ट्रेस आलिया भट्ट पति रणबीर कपूर के साथ पहुंचीं। यह जोड़ा अपनी जिंदगी के इस खास दिन के लिए काफी उत्साहित नजर आया। अपनी शादी की साड़ी पहनने पर फैंस आलिया की तारीफ कर रहे हैं। तो आलिया ने खुद भी कमेंट कर बताया है कि उन्होंने ये साड़ी क्यों पहनी। आलिया ने कहा, 'जिंदगी के एक खास दिन के लिए यह साड़ी भी बेहद खास है। इस साड़ी को दोबारा पहनना भी उतना ही आनंददायक है।' उन्होंने यह भी कहा है कि वह अपनी जिंदगी के खास पलों में हमेशा इस खास साड़ी को पहनेंगी। इस बार सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्री का राष्ट्रीय पुरस्कार एक नही बल्कि दो अभिनेत्रियों को मिला है। आलिया भट्ट ने अपनी फिल्म 'गंगूबाई काठियावाड़ी' के लिए सर्वश्रेष्ठ अभिनेत्री का राष्ट्रीय पुरस्कार जीता। वहीं, कृति सेनन को फिल्म 'मिमी' के लिए यह अवॉर्ड देने की घोषणा की गई है। नेशनल अवॉर्ड जीतने पर एक्ट्रेस ने संजय लीला भंसाली का शुक्रिया अदा किया है। साथ ही उन्होंने इस अवॉर्ड का श्रेय भी उन्हीं को दिया है।