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

BORDER NEWS MIRROR BNM to the point...

02 हिम्मत है तो राजद घोषणा करे कि उसे मंदिर जाने वालों के वोट नहीं चाहिए: सुशील मोदी

03 अतिक्रमण हटाने गयी पुलिस पर हमला, सीओ-आरओ सहित कई घायल

बॉर्डर न्यूज मिरर

...खबरों से समझौता नहीं

● पटना, मंगलवार, 09 जनवरी 2024 www.bordernewsmirror.com ● पृष्ठ: 08, मूल्य: 5 रूपए ● वर्ष: 04, अंक: 324

वायु सेना प्रमुख ने शिविर में एनसीसी कैडेट्स का हौसला बढ़ाया

नई दिल्ली। वायु सेना प्रमुख एयर चीफ मार्शल वीआर चौधरी ने सोमवार को दिल्ली कैंट में एनसीसी गणतंत्र दिवस शिविर का दौरा करके कैडेट्स का हौसला बढ़ाया। एनसीसी के महानिदेशक लेफ्टिनेंट जनरल गुरबीरपाल सिंह ने वायु सेना प्रमुख का स्वागत किया। एयर चीफ मार्शल ने एनसीसी की सेना, नौसेना और वायु सेना विंग के कैडेट्स के 'गार्ड ऑफ ऑनर' की समीक्षा की। इसके बाद उत्तर पूर्व क्षेत्र के कैडेट्स ने उनके सामने शानदार बैंड का प्रदर्शन किया। वायु सेना प्रमुख ने 'फ्लैग एरिया' का निरीक्षण किया, जिसे विभिन्न सामाजिक जागरुकता विषयों को दर्शाते हुए सभी 17 एनसीसी निदेशालयों के कैडेट्स ने कड़ी मेहनत से तैयार किया था।

बलात्कारियों की होगी जेल वापसी

बिलकिस बानो केस : सुप्रीम कोर्ट ने रद्द किया गुजरात का आदेश

नई दिल्ली। गुजरात दंगों की पीड़िता बिलकिस बानो के साथ 11 लोगों ने सामूहिक बलात्कार किया था। गुजरात सरकार ने इन आरोपियों को माफी दे थी। लेकिन अब सुप्रीम कोर्ट ने इस मामले में फैसला सुनाते हुए इन आरोपियों की रिहाई को रद्द कर दिया है। अब इन आरोपियों को दो हफ्ते में सरेंडर करना होगा। जस्टिस बीवी नागरत्ना और उज्जल भुइयां की पीठ ने यह फैसला सुनाया है। इस मामले में बिलकिस बानो ने खुद ही दोषियों को मिली सजा में छूट को चुनौती देते हुए याचिका दायर थी।

सुनवाई के दौरान जस्टिस नागरत्ना ने कहा कि पीड़ित के अधिकार महत्वपूर्ण हैं और

महिला सम्मान की पात्र है। क्या महिलाओं के खिलाफ जघन्य अपराधों में छूट दी जा सकती है? कोर्ट ने कहा "गुजरात वह राज्य नहीं है जहां अपराध हुआ है या अपराधियों को कैद किया गया है, इसलिए यह सजा छूट देने के लिए उपयुक्त सरकार नहीं है बल्कि छूट वो सरकार दे सकती जिसने मामला दर्ज किया है और सजा सुनाई है।"

दोषियों को 2008 में मुंबई (महाराष्ट्र) की एक ट्रायल कोर्ट ने आजीवन कारावास की सजा सुनाई थी। पीठ ने सभी 11 दोषियों को जेल लौटने और महाराष्ट्र सरकार से नई सजा माफी की मांग करने का निर्देश दिया है। 2017 में बॉम्बे हाई कोर्ट ने उनकी सजा को बरकरार रखा था। मामले की जांच केंद्रीय जांच ब्यूरो (सीबीआई) द्वारा की गई थी और मुकदमा गुजरात से महाराष्ट्र ट्रांसफर कर दिया गया था।

जस्टिस बीवी नागरत्ना और जस्टिस उज्जल भुइयां की पीठ ने मामले में 11 दिनों तक सुनवाई करने के बाद पिछले साल 12 अक्टूबर को फैसला सुरक्षित रख लिया था। सजा में छूट को चुनौती देते हुए कई याचिकाएं दायर की गईं थी। जिनमें खुद बिलकिस बानो की याचिका भी शामिल थी।

नेताजी सुभाष चंद्र बोस को 'राष्ट्र पुत्र' घोषित की मांग, सुप्रीम कोर्ट ने खारिज की याचिका

विस्फोट के कारण आसपास की कुछ दुकानें और मकान क्षतिग्रस्त हो गए

पटना। नीतीश कैबिनेट ने सोमवार को बड़ा फैसला लेते हुए आज से बिहार को खेल विभाग का अलग मंत्रालय मिल गया। पहले खेल मंत्रालाय, कला संस्कृति और युवा विभाग का हिस्सा था। बिहार और झारखंड के बंटवारे के बाद बिहार में पहली बार खेल विभाग बना है। लोकसभा चुनाव से पहले नीतीश सरकार ने जमकर खजाना खोल दिया है। राज्य कैबिनेट की सोमवार को हुई बैठक में मुख्यमंत्री नीतीश कुमार के दो वादे को एक साथ पूरा कर दिया गया। दो दिन पहले नीतीश कुमार ने आंगनबाड़ी सेविका-सहायिकाओं का पैसा बढ़ाने का आश्वासन दिया था, आज उसे पूरा कर दिया गया। रविवार को सीएम ने पंचायती राज जनप्रतिनिधियों यानि मुखिया, उप मुखिया, वार्ड सदस्य, सरपंच, पंच का भत्ता बढ़ाने का एलान किया था। एक दिन बाद ही कैबिनेट ने इसका फैसला ले लिया।

बता दें कि शनिवार को मुख्यमंत्री नीतीश कुमार से बिहार राज्य आंगनबाड़ी सेविकाओं एवं सहायिका संघ के शिष्टमंडल मिला था। उनकी मांग थी कि पिछले नवंबर में नौकरी से हटायी गयीं आंगनबाड़ी सेविकाओं और सहायिकाओं को फिर से नियुक्ति किया जाये। मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने नौकरी से हटायी गयीं 18 हजार 220 आंगनबाडी सेविकाओं-सहायिकाओं को काम पर वापस रखने का आश्वासन दिया था। मुख्यमंत्री ने ये भी कहा था कि सेविका-सहायिका के मानदेय में सम्मानजनक वृद्धि की जायेगी।

उनके आश्वासन के बाद शनिवार की शाम आनन फानन में कार्यमुक्त करने का आदेश वापस लिया गया। उधर, राज्य कैबिनेट की बैठक में सोमवार को ये भी फैसला लिया गया कि ग्राम पंचायत के मुखिया, उप मुखिया और वार्ड सदस्य के साथ साथ ग्राम कचहरी के सरपंच, उप सरपंच और पंच को पहले से मिल रहे नियत भत्ता को बढ़ा दिया जाये। हालांकि ये वृद्धि 1 अप्रैल 2024 से लागू होगी।

उप मुखिया का मानदेय 1200 रुपए से बढ़ाकर 2500

इससे पहले नीतीश कुमार ने रविवार को पंचायती राज जनप्रतिनिधियों ने मुलाकात की थी। नीतीश कुमार ने उन्हें भत्ता बढाने का भरोसा दिलाया था। पंचायत प्रतिनिधियों के शिष्टमंडल से मुलाकात के 24 घंटे के भीतर सरकार ने बड़ा फैसला लिया है। कैबिनेट अपर मुख्य सचिव डॉ एस सिद्धार्थ ने इसकी जानकारी देते हुए बताया कि ग्राम मुखिया के अब 5000 रुपए प्रति माह मानदेय मिलेगा। पहले 2500 रुपए मानदेय मिलता था। वहीं, उप मुखिया का मानदेय 1200 रुपए से बढ़ाकर 2500 रुपए प्रतिमाह किया है। वार्ड सदस्य का मानदेय 500रूपए प्रतिमाह से बढ़ाकर 800 रूपए प्रतिमाह कर दिया गया है।

सरपंच का मानदेय बढ़कर हुआ 5000रुपए

सरकार ने सरपंच का मानदेय 2500 रुपए से बढ़ाकर 5000रुपए प्रतिमाह, उप सरपंच का मानदेय 1200रुपए से बढ़ा कर 2500 रूपए और पंच का मानदेय 500रुपए से 800 रुपए कर दिया है। कैबिनेट विभाग के अपर मुख्य सचिव ने बताया कि ग्राम पंचायत और ग्राम कचहरी के लगभग 2 लाख 35 हजार 148 सदस्यो को इसका फायदा मिलेगा।

उम्मीद दिव्यांगजन व वरिष्ठ नागरिकों को सहायक उपकरण प्रदान करने में मिलेगी मदद

जून तक खोले जाएंगे 100 से अधिक प्रधानमंत्री दिव्याशा केन्द्र

गोवा। दिव्यांगजन और वरिष्ठ नागरिकों को सहायता और सहायक उपकरण प्रदान करने के मकसद से देश में जून तक 100 से अधिक प्रधानमंत्री दिव्याशा केन्द्र (पीएमडीके) खोले जाएंगे। मौजूदा समय में इनकी संख्या 45 है। गोवा में चल रहे अंतरराष्ट्रीय पर्पल फेस्ट में दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग (डीईपीडब्ल्यूडी) के सचिव राजेश अग्रवाल ने बताया कि पीएमडीके की संख्या बढ़ाने से दिव्यांग लोगों को सहूलियत होगी और उन्हें सहायक उपकरणों के लिए कई किलोमीटर की यात्रा नहीं करनी पड़ेगी। पहले कृत्रिम अंग के लिए कई किलोमीटर जाकर केन्द्रों पर आवेदन देना पड़ता था या फिर कैंप के आयोजन का इंतजार करना पड़ता था लेकिन

अब सभी कश्मीर से कन्याकुमारी, लक्ष्यद्वीप के साथ राज्यों में पीएमडीके की शुरुआत की जा चुकी है।

राजेश अग्रवाल ने बताया कि भारतीय कृत्रिम अंग निर्माण निगम के तहत प्रधानमंत्री दिव्याशा केन्द्र गोवा में भी खुलने जा रहा है। तीन महीने पहले तक इन केन्द्रों की संख्या 10 थी जिसे बढ़ाकर 45 तक किया गया। उन्होंने बताया कि भारतीय कृत्रिम अंग निर्माण निगम (अल्मिको) के मुख्य पांच निर्माण केन्द्रों पर की जाती है।

इन केन्द्रों की तकनीकी विशेषज्ञता को देखते हुए मिस्र और कई अन्य देशों ने भी भारत से संपर्क किया है। मिस्र भी कृत्रिम अंग के निर्माण के क्षेत्र में तकनीकी सहायता चाहता है। उन्होंने बताया कि निगम समय के साथ सभी तरह के कृत्रिम अंगों और उपकरणों को सुगम और सौंदर्यीकरण के साथ निर्माण करने पर जोर दे रहा है। उन्होंने बताया कि इन केन्द्रों के लिए देश के चार अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (एम्स) के साथ भी करार किया जा रहा है।

राजेश अग्रवाल ने अपने विभाग के नए पहल के बारे में बताया कि दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग ने नेशनल बुक ट्रस्ट (एनबीटी) के साथ भी करार किया है जिसके तहत उनके सभी पुस्तक मेले में एक कोना विशेष तौर पर दिव्यांगजनों के लिए होगा। इसके तहत एनबीटी कुछ पुस्तकों को ब्रेल लिपी में तैयार किया जाएगा और क्यूआर कोड तैयार करेगा।

स्मृति ईरानी गईं मक्का-मदीना, मुसलमानों के दूसरे पवित्र स्थल मस्जिद-ए-नबवी का दौरा किया

नई दिल्ली। सऊदी अरब सरकार और भारत सरकार के बीच हज यात्रा-2024 के समझौते के बाद केंद्रीय अल्पसंख्यक कल्याण मंत्री स्मृति जुबिन ईरानी सोमवार को जेद्दा से मेट्रो के जरिए मदीना-मुनव्वरा पहुंचीं। उन्होंने मक्का स्थित काबा के बाद मुसलमानों के दूसरे सबसे पवित्र स्थल माने जाने वाले मस्जिद-ए-नबवी का दौरा भी किया। इस मौके पर उनके साथ हज कमेटी ऑफ़ इंडिया के सीईओ लियाकत अली अफाकी भी मौजूद थे। अल्पसंख्यक मामलों की केंद्रीय स्मृति ईरानी सऊदी अरब सरकार के जरिए आयोजित होने वाली हज-उमरा कॉन्फ्रेंस में भाग लेने के लिए इस वक्त सऊदी अरब में हैं।

हिम्मत है तो राजद घोषणा करे कि उसे मंदिर जाने वालों के वोट नहीं चाहिए : सुशील मोदी

बीएनएम@पटना

पूर्व उपमुख्यमंत्री एवं राज्यसभा सदस्य सुशील कुमार मोदी ने सोमवार को कहा कि राजद के विधायक-मंत्री लालू प्रसाद के इशारे पर यदि राम मंदिर, देवी सरस्वती और रामचरित मानस पर लगातार अभद्र टिप्पणी कर रहे हैं, तो पार्टी सीधे यह घोषणा करने की हिम्मत दिखाए कि उसे मंदिर जाने वाले हिंदुओं का वोट नहीं चाहिए।

सुशील मोदी ने सोमवार को बयान जारी कर कहा कि राजद कोटे के शिक्षा मंत्री चंद्रशेखर अगर मंदिर को गुलामी और शोषण का प्रतीक मानते हैं, तो वे ऐसी पार्टी की गुलामी क्यों कर रहे हैं, जिसके अध्यक्ष परिवार के साथ कभी तिरुपति मंदिर जाते हैं, तो कभी थावे देवी मंदिर में पूजा करते हैं ? उन्होंने कहा कि जिस शिक्षा मंत्री को उनके विभागीय अवर मुख्य सचिव ने औकात बता दी और कार्यालय आना बंद करा दिया, वे समाज में वैमनस्य बढाने वाले भाषण देकर 'क्रांतिकारी' बनने का प्रयास कर रहे हैं। सुशील मोदी ने कहा कि राजद की नजर में यदि मंदिर गुलामी का प्रतीक और शोषण की जगह है, तो दूसरे धर्मों के स्थानों के बारे में उनकी राय क्या है ? क्या वे घोषणा करेंगे कि पार्टी धर्म निरपेक्ष नहीं, धर्म-रहित समाज बनाने का प्रयास करेगी ? जिस पार्टी ने अपने 15 साल के राज में बिहार की शिक्षा को चौपट किया और सिर्फ चरवाहा विद्यालय बनवाये, उसके मंत्री-विधायक अब स्कूल के महत्व पर 'ज्ञान' दे रहे हैं ! जो लोग मंदिर का विरोध कर रहे हैं, उन्हें स्कूल-अस्पताल बनवाने से कौन रोक रहा है ? वे बतायें कि सत्ता की दूसरी पारी में राजद के शिक्षा मंत्री ने कितने स्कूल बनवाये और इसी दल के स्वास्थ्य मंत्री ने डेढ साल में कितने नये अस्पताल बनवा दिये ?

मुसलमान वोट को लेकर जीतन राम मांझी ने RJD की रणनीति का किया खुलासा

गया। बिहार के पूर्व सीएम और 'हम' संयोजक जीतन राम मांझी ने सोमवार को कहा कि किसी की भी आस्था पर प्रहार नहीं करना चाहिए। चाहे वह किसी भी समूह का हो, यहां अपने अपने धर्मो के अनुसार लोग पूजा और इबादत करते हैं, लेकिन जहां तक राम मंदिर प्राण प्रतिष्ठा समारोह की बात है वो लाखों के आस्था जुड़ा है। वहीं, शिक्षा मंत्री के बयान पर उन्होंने कहा कि यह तेजस्वी यादव ने भी कहा था। यह राष्ट्रीय जनता दल के लोग तुष्टिकरण की राजनीति कर रह हैं वह समझते है कि ऐसा करने से मुसलमान वोट जो मिलता रहा है उसमें कोई सेंधमारी नहीं होगी। पीएम नरेंद्र मोदी सबका प्रयास से सबका कार्य कर रहे हैं।

जीतन राम मांझी ने कहा कि बीजेपी पर जो आरोप लगाया जाता था कि एक धर्म के बारे में जाना जाता है। इसे मोदी ने झुठलाने का कार्य किया है। आरजेडी के पैर के तले जमीन खिसकता नजर आ रहा है। एनडीए के शासन में कोई सांप्रदायिक दंगा हुआ है क्या ? ट्रिपल तलाक को लेकर 80 प्रतिशत महिला बीजेपी के साथ हैं। वहीं, राजद को समझ में आ रहा है तो इसके लिए शिक्षा मंत्री चंद्रशेखर को उकसाया गया है। हम पूजा पाठ नहीं करते हैं अंगूठी और धागा नहीं बांधते हैं और यह कहते हैं कि कर्म प्रधान है।

आगे पूर्व सीएम ने कहा कि जो मंदिर-मस्जिद में पूजा करते हैं यह उनकी आस्था है। उसे हम मना भी नहीं करते हैं। राम मंदिर पर अगर कोई अंगुली उठाता है तो सिर्फ यह राजनीतिक तुष्टिकरण की बात करता है। वहीं अतरी के आरजेडी विधायक अजय यादव पर उन्होंने कहा कि गलत बात कहकर जनता को भ्रमाने का कार्य कर रहे हैं। 22 जनवरी तक एक पत्ता भी नहीं हिलेगा और यह बयान देकर सतर्क किया है। जितने भी रामभक्त है इसलिए वह सतर्क होकर दूसरे की बातों को नजरंदाज कर जाएंगे।

मुख्यमंत्री आवास में सीएम नीतीश से मिले CPI महासचिव डी राजा, सीट शेयरिंग पर आधे घंटे तक की मुलाकात

पटना। महागठबंधन के घटक दलों के बीच बिहार में सीट शेयरिंग को लेकर मंथन चल रहा है। उसी के तहत सोमवार की शाम को भारतीय कम्युनिस्ट पार्टी के महासचिव डी राजा मुख्यमंत्री नीतीश कुमार से मिलने सीएम आवास पहुंचे। मुख्यमंत्री आवास में नीतीश कुमार और डी राजा के बीच लगभग आधे घंटे से भी अधिक समय तक बातचीत हुई है। हालांकि बातचीत के बाद जब डी राजा मुख्यमंत्री आवास से बाहर निकले तो उन्होंने मीडिया से बातचीत नहीं की।

डी राजा नीतीश की मुलाकात

जदयू नेताओं की तरफ से लगातार बयान दिया जा रहा है कि कांग्रेस और वामपंथी दल राजद से सीट के लिए बातचीत करें। आरजेडी से जदयू बातचीत करेगी। जदयू नेताओं की तरफ से यह भी कहा जा रहा है कि 2019 में जिन 16 सीटों पर जदयू उम्मीदवारों की जीत हुई है, सभी सीटिंग सीट जदयू के पास ही रहेगी। इसी बयान के बाद महागठबंधन खेमे में बेचैनी बढ़ी है। ऐसे कांग्रेस नेता ने दिल्ली में राजद के साथ बातचीत की थी।

सीट शेयरिंग पर पेंच

महागठबंधन में कांग्रेस भी 10 से 12 सीट की मांग कर रही है, तो वहीं वामपंथी दल भी पांच सीटों की मांग कर रहे हैं। आरजेडी भी विधायकों के हिसाब से अधिक सीट की दावेदारी कर रही है। जबकि जदयू अपनी सीटिंग सीट छोड़ने के लिए तैयार नहीं हैं। इसी कारण महागठबंधन के अंदर सीट शेयरिंग का पेंच उलझता जा रहा है। डी राजा की नीतीश कुमार से मुलाकात सीट शेयरिंग को लेकर ही हुई है। इसको लेकर दोनों तरफ से आधिकारिक बयान अभी तक नहीं आया है।

कांग्रेस-राजद की दिल्ली में मुलाकात

रविवार को दिल्ली में कांग्रेस नेशनल एलायंस कमेटी के संयोजक मुकुल वासनिक के दिल्ली आवास पर शीट शेयरिंग को लेकर राष्ट्रीय जनता दल के बीच चर्चा हो चुकी है। राजद की ओर से राज्यसभा सांसद मनोज झा शामिल हुए थे। जबकि कांग्रेस की ओर से बिहार के प्रदेश अध्यक्ष अखिलेश प्रसाद सिंह मौजूद थे। दोनों नेताओं में सीट शेयरिंग के किस फॉर्मूले पर सहमति बनी इसका भी खुलासा अभी तक नहीं हो पाया है।

सीट शेयरिंग नहीं आसान

ऐसे में सीट शेयरिंग के मुद्दे पर इंडिया गठबंधन के सहयोगी दल आपस में विचार विमर्श शुरू कर चुके हैं। देखना है कि कब तक सीटों को लेकर एक आम और निर्विवादित सहमति बन पाती है।

आरोप | पार्षदों ने डीएम व डीडीसी को सौंपा ज्ञापन

जिप अध्यक्ष व उपाध्यक्ष के विरुद्ध अविश्वास प्रस्ताव

सहरसा। जिला परिषद अध्यक्ष किरण देवी एवं जिला परिषद उपाध्यक्ष धीरेंद्र यादव के उपर अविश्वास प्रस्ताव पर विचार विमर्श वो मतदान को लेकर जिला परिषद की विशेष बैठक का निर्धारण करने के लिए जिला परिषद सदस्य विनीत कुमार सिंह विट्टू के नेतृत्व में जिप सदस्यों ने सोमवार को डीएम,डीडीसी सह मुख्य कार्यपालक पदाधिकारी जिला परिषद को ज्ञापन दिया। ज्ञापन में सदस्यों ने आरोप लगाया कि त्रिस्तरीय पंचायत व्यवस्था में जिला परिषद अध्यक्ष एवं उपाध्यक्ष दोनों उच्च सदन के हैं। जिसके उपर पूरे जिला के विश्वास का दायित्व होता है।

जिला परिषद अपने अध्यक्ष के नेतृत्व में उपाध्यक्ष के सहयोग से कार्य करती है।जिले के विकास रूपी रथ के सारथी जिला परिषद

अध्यक्ष होते हैं।जबकि दुख की बात है कि जिला परिषद अध्यक्ष होते हुए अपने पद की गरिमा एवं अपने दायित्वों के निर्वाहन में उदासीन हैं। जिससे विकास कार्य रूका हुआ है।दोनों निर्वाचन के तुरंत बाद से ही अपने व्यक्तिगत हितों को साधने में लग गये हैं। उन्होंने धारा 73 में वर्णित कार्यों एवं शक्तियों को अपने पास रखने के उद्देश्य से धारा 77 के अधीन गठित की जाने वाली सात सदस्यीय समितियों में से एक का भी गठन पूरे दो वर्ष तक नहीं किया गया।बार-बार अनुरोध करने एवं जिलाधिकारी व मुख्य कार्यपालक पदाधिकारी सह उप विकास आयुक्त के दबाव के बाद इन समितियां का गठन मात्र कागजी तौर पर किया गया।

किसी समिति के अध्यक्ष को कार्य करने के लिए कार्यालय तक आवंटित नहीं किया गया।जिसका नतीजा है कि सभी समितियां मात्र कागज पर ही रह गयी।इन दोनों के कार्यशैली से सभी पार्षदों का विश्वास खत्म हो गया। उन्होंने पार्षदों के बीच मात्र भेदभाव डालने का कार्य किया।

जिससे आज तक जिला परिषद की नियमित सामान्य, त्रैमासिक बैठक नहीं बुला सके। कुछ खास पार्षदों के मदद से कागज पर कोरम पूरा कर कागजी बैठक करते रहे। जिससे अधिकांश पार्षदों का विश्वास भंग हो गया है। सबसे धनी जिला परिषद क्षेत्र होने के बावजूद जिला परिषद के राजस्व वृद्धि के लिए पार्षदों के बार-बार आग्रह के बावजूद कोई कदम नहीं उठाया गया।

के सी त्यागी बोलें बिहार में जेडीयू, राजद बीजेपी का मुकाबला करने की स्थिति में है बशर्ते कि सीट बंटवारे को लेकर कोई समस्या न हो

पटना। बिहार की सत्तारूढ़ जनता दल (यूनाइटेड) ने 2024 के लोकसभा चुनावों से पहले विपक्षी दलों के इंडिया ब्लॉक के संयोजक की नियुक्ति में कांग्रेस द्वारा की गई देरी पर नाराजगी जताई है। पार्टी, जो बिहार के मुख्यमंत्री नीतीश कुमार को ब्लॉक के संयोजक के रूप में नियुक्त करने पर जोर दे रही है, सोमवार को कांग्रेस के खिलाफ खुलकर आलोचना में सामने आई, जिसमें कहा गया कि इंडिया ब्लॉक के पास BJP का मुकाबला करने के लिए ₹समय और विचारों की कमी₹ है। जदयू के मुख्य राष्ट्रीय प्रवक्ता केसी त्यागी ने कहा कि कांग्रेस प्रमुख मल्लिकार्जुन खड़गे का यह बयान कि प्रमुख पदों के बारे में निर्णय लेने के लिए इंडिया गठबंधन '10 से 15 दिनों' में बैठक करेगा, 'निराशाजनकश' था।

यौन शोषण मामले के आरोपित को गिरफ्तार करने आई दिल्ली पुलिस खाली हाथ बैरंग लौटी

जिहुली के युवक के द्वारा उत्तर प्रदेश के एक युवती को दिल्ली मे शादी का झांसा देकर तीन बर्षो तक युवती का यौन शोषण किये जाने का मामला आया प्रकाश में।

पताही। प्रखंड क्षेत्र के जिहुली गाँव के युवक द्वारा उत्तर प्रदेश के युवती को दिल्ली आनंद पर्वत अपने फैक्ट्री मे कार्य करने फिर उसके साथ तीन वर्षों तक यौन शोषण किये जाने का मामला सामने आया है। दिल्ली पुलिस पताही थाना के सहयोग से युवक को गिरफ्तार करने जिहुली गाव युवक के घर पर छापेमारी की। उक्त मामले में पिड़िता ने आनंद पर्वत थाने में बिहार के मोतिहारी के पताही थाना क्षेत्र के जिहुली गाँव निवासी दो लोगों के खिलाफ नामजद प्राथमिकी दर्ज करायी है। दर्ज एफआईआर में पंकज कुमार सिंह पिता राजेश्वर सिंह के अलावा उनके भाई सत्येंद्र कुमार सिंह पिता राजेश्वर सिंह को आरोपी भी बनाया गया है।

दिल्ली आनंद पर्वत थाने में दर्ज एफआईआर में पीड़िता ने बताया है कि मैं रेनु दुबे पिता शिव प्रसाद दुबे ग्राम- गोपीनाथ पूर सुलतानपुर उत्तर प्रदेश के निवासी हूं। मेरे माता-पिता के द्वारा मेरी शादी 2020 में अनिल पांडेय उत्तर प्रदेश के फरीदाबाद निवासी से हुई थी। वह शरबी था जो आए दिन शराब पी कर मेरे साथ मार पीट करता था। कुछ दिन वाद ही वह शराब के नशे मे मेरे साथ मार पीट कर मुझे घर से निकाल दिया। तब मै अपने माता पिता के पास आ गई। मेरे माता पिता बहुत गरीब है जो मेरा भरण पोषण करने मे असमर्थ थे। उसके बाद उन्होंने मेरे ससुराल फरीदाबाद जाकर अनिल पान्डेय से मीलना चाहे। लेकिन वहा जाने के बाद पता चला अब वह उस पते पर नहीं रहते है। इसके बाद मेरे माता-पिता वहां से निराश हो कर घर आ गए। माता-पिता की गरीबी को देखते हुए हम उन पर बोझ बनना मुनासिब नही समझी और मै बोली की मै कही भी मजदूरी करके अपना गूजर बसर कर लुंगी। जिसके बाद मेरे माता पिता ने मेरी बहन पुनम पान्डेय एवं जीजा विनोद पान्डेय के पास हरिजन बस्ती सराय रोहिल्ला दिल्ली भेज दिया। जिसके बाद मेरे जीजा ने मेरी नौकरी पंकज सिंह के जिन्स डिजाईनिंग की फैक्ट्री मे लगवा दिया जो T-293 पंजाबी बस्ती पटेल नगर बलजीत नगर स्थित है। उक्त फैक्ट्री मे ही रहने के लिए दुसरी मंजिल पर रुम पंकज सिंह के द्वारा दीया गया जिसका किराया काट कर 7 हजार 5 सौ रुपये की महीने पर काम करने लगी और वहीं रहने लगी जिसके एक सप्ताह के बाद पंकज सिंह ने मेरे कमरे में आकर जबरदस्ती गलत हरकत की और उसकी अपने मोबाइल पर वीडियो बनाई और मुझे धमकी दीया कि किसी से कहोगी तो मैं इसको वायरल करके बदनाम कर दूंगा। इसी तरह यह जब भी चाहता मेरे साथ गलत काम करके वीडियो बनाता रहा। उसकी इस हरकत को देखते हुए मैं भी अपने मोबाइल में वीडियो बनाई। लेकिन पंकज सिंह ने देख लिया और मेरा मोबाइल तोड़ दिया। परंतु कुछ साधारण फोटो जो इसके साथ है और इसकी कॉल रिकॉर्डिंग सब मेरे पास मौजूद है। इसके बाद पंकज सिंह एवं सत्येंद्र सिंह ने मिलकर मेरे साथ मार पीट किया एवं कमरे से बाहर निकाल दिया। जिसकी मैं शिकायत पुलिस को की थी परंतु उस वक्त कोई कार्रवाई नहीं हो सकी इसके बाद इन लोगों का मनोबल बढ़ता चला गया।

पीड़िता के साथ पंकज के द्वारा किया जा रहा है अत्याचार जब बढ़ गया तो पीड़िता ने 100 नंबर पर कॉल कर पुलिस को जानकारी दी इसके बाद दिल्ली पुलिस ने पंकज के फैक्ट्री में छापेमारी कि जहां से पंकज को गिरफ्तार कर पुलिस थाने लेकर गए इसके बाद पंकज ने थाने पर अपनी गलती स्वीकार करते हुए कहा कि मैं इसे शादी कर लूंगा और पुलिस को भी झूठा झांसा देकर वहां से भाग निकला। इसके बाद पीड़िता ने आनंद पर्वत थाने में आवेदन देकर न्याय की गुहार लगाई।

अंचलाधिकारी से लेकर मुख्य सचिव और मुख्यमंत्री के यहां शिकायत के बाद भी अतिक्रमणकारी पर कोई कार्यवाई नहीं

बीएनएम@पश्चिमी चंपारण

जोगपट्टी थाना के ग्राम डुमरी के विद्याभूषण साह के घर के रामनाथ सहनी ने उनके ठिका जमीन पर अतिक्रमण कर लिया और उनके घर के आगे सड़क के सामने जो जमीन है उसपर भी अतिक्रमण असामाजिक तत्वों द्वारा अतिक्रमण कर लिया गया है।

विद्याभूषण साह ने इस बात की शिकायत अंचलाधिकारी, प्रियव्रत कुमार राय से की लेकिन सुनवाई नहीं होने पर अथवा ध्यान नहीं देने पर विद्याभूषण साह ने शिकायत जिला लोक शिकायत विभाग में भी की जहां से जमीन को अतिक्रमण मुक्त कराने का आदेश जारी हुआ । लेकिन अंचलाधिकारी ने इसमे रामनाथ सहनी से घुस खाकर कोई कार्यवाई नहीं की।

उसके बाद विद्याभूषण साह ने तीन बार जिलाधिकारी को भी आवेदन दिया कि मेरे जमीन को अतिक्रमणमुक्त कराया जाए।

उसके बाद मुजफ्फरपुर में कमिश्नर के कार्यालय में भी शिकायत दर्ज कराई लेकिन कमिश्नर कार्यालय से इन्क्वायरी भेजने के बाद भी कोई कार्यवाई नहीं हुई।

उसके पश्चात विद्याभूषण साह ने मुख्यमंत्री नीतीश कुमार और मुख्य सचिव आमिर सुब्हानी के दफ्तर में भी शिकायत दर्ज कराई । जिसके पश्चात भी अंचलाधिकारी ने कोई कार्यवाई नहीं की। इससे यह समझा जा सकता है कि निचले स्तर पर अधिकारी कितने घृष्ट हैं और ऊपरी आदेश की अवहेलना करते हैं।

अतिक्रमण हटाने गयी पुलिस टीम पर हमला, सीओ–आरओ सहित कई पुलिसकर्मी घायल

बीएनएम@मोतिहारी

बिहार में पुलिस पर हमले की घटना लगातार बढ़ती जा रही है। बीती देर रात जहां दरभंगा जिले के मोरो थाने को जलाने का प्रयास किया गया, वही दूसरी ओर पूर्वी चंपारण जिले के ढाका थाना क्षेत्र गहई में सोमवार शाम कोर्ट के आदेश पर अतिक्रमण खाली कराने गयी प्रशासन की टीम पर ग्रामीणों ने हमला कर दिया ।

ग्रामीणों का आरोप है की पुलिस ने अतिक्रमण खाली कराने के नाम पर लाठी चलायी जिसके विरोध में ग्रामीणों ने हमला कर दिया।

हमले में ढाका सीओ-आरओ सहित अन्य पुलिसकर्मी घायल हो गये है। सिकरहना डीएसपी अशोक कुमार ने बताया कि हमले में आठ पुलिसकर्मी घायल हुए है। जिनका इलाज चल रहा है। तीन ग्रामीणों को हिरासत में लेकर पूछताछ की जा रही है। स्थिति पर नजर बनाये रखा गया है।

संक्षिप्त समाचार

सड़क दुर्घटना में किशोर की मौत

बीएनएम@केसरिया। राजपुर-कोटवा सड़कमार्ग के हाजीपुर के समीप सड़क दुर्घटना में रविवार को बाइक सवार एक युवक की मौत हो गई है। वहीं एक युवक घायल हो गया। जिसकी इलाज चल रही है। मृतक डुमरियाघाट थाना क्षेत्र के नवीनगाँधी नगर का अमित कुमार यादव (17) बताया जाता है। जानकारी है कि अमित अपने दोस्त के साथ किसी संबंधी के यहाँ से अपने घर आ रहा था। इसी बीच घटनास्थल के समीप सड़क दुर्घटना का शिकार हो गया। जहाँ उसकी मौत हो गई। वह इंटर का छात्र था। वहीं उसका दोस्त घायल हो गया। जिसको ग्रामीणों के सहयोग से नजदीकी अस्पताल में भर्ती कराया गया। इधर, घटना की सूचना पर पहुंची पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया।

हत्यारोपी गिरफ्तार, भेजा गया जेल

बीएनएम@केसरिया। दिलावरपुर के चर्चित अभिषेक हत्याकांड के एक आरोपी आनंदमोहन कुमार को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। उसकी गिरफ्तारी दिलावरपुर स्थित घर से रविवार को की गई। पुलिस निरीक्षक सह थानाध्यक्ष सुनील कुमार सिंह ने बताया मामले में एक आरोपी को पूर्व में गिरफ्तार किया गया था। वहीं दूसरा आरोपी आनंदमोहन फरार चल रहा था। जिसे गिरफ्तार कर न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया। बता दें कि वर्ष 2022 में थाना क्षेत्र के दिलावरपुर में अभिषेक की हत्या उस वक्त कर दी गई थी जब वह अपनी प्रेमिका से मिलने उसके घर आया था। घटना में प्रेमिका के भाई को आरोपित किया गया था।

सेविका/सहायिकाओं का चयनमुक्ति रद्द, पुन: कराया गया योगदान

अमृतेश कुमार ठाकुर

बीएनएम@केसरिया। प्रखण्ड क्षेत्र के चयनमुक्त सेविका व सहायिकाओं के लिए सोमवार का दिन अच्छा रहा। जहाँ विभागीय आदेश के बाद इनलोगों की चयनमुक्ति को रद्द करते हुए पुनः योगदान कराया गया। सोमवार को प्रखण्ड क्षेत्र के 219 सेविका व 184 सहायिकाओं को योगदान कराया। वहीं तीन किसी कारणवश योगदान नहीं कर सकी। जिनके योगदान की प्रक्रिया बाद में करायी जाएगी। सीडीपीओ रीना सिंह ने बताया कि सेविका व सहायिकयों के हड़ताल में रहने के कारण चयनमुक्त किया गया था।

जिसे विभागीय आदेश के बाद पुनः योगदान कराया गया है। बता दें कि योगदान कराने को लेकर पाँच सेक्टर बनाया गया था। जहाँ एलएस द्वारा पंचायतवार सेविका व सहायिकाओं को योगदान कराया गया। मठिया, लोहरगावां, नगर पंचायत, खिजिरपुरा बेनीपुर, कढान, उतरी व दक्षिणी हुसेनी पंचायत के सेविका व सहायिकाओं को महिला पर्यवेक्षिका अम्बालिका कुमारी ने योगदान कराया। इसको लेकर केसरिया टोला स्थित अंबेडकर भवन में सेक्टर दो व पाँच बनाया गया था। वहीं लाला छपरा सेक्टर तीन व चार पर एलएस किरण कुमारी ने बथना, पूर्वी व पश्चिमी सुंदरापुर, ताजपुर पटखौलिया, बैरिया, गोंछी कुशहर, ढेकहाँ तथा सरोतर सेक्टर एक पर एलएस तान्या गुप्ता ने पूर्वी व पश्चिमी सरोतर, रामपुर खजुरिया एवं सेम्भुआपुर पंचायत के सेविका व सहायिकाओं को पुनः योगदान कराया। इधर, पुनः योगदान करने के बाद सेविका/सहायिकाओं में हर्ष है।

पताही प्रखंड प्रमुख के विरुद्ध लगा अविश्वास प्रस्ताव

पताही। प्रखंड क्षेत्र के प्रखंड प्रमुख रिंकू देवी एवं उप प्रमुख कृष्ण कुमार सिंह के के विरुद्ध सोमवार को पंचायत समिति सदस्यों ने अविश्वास पत्र में प्रमुख एवं उप प्रमुख पर कुल सात आरोप लगाते हुए कहा कि प्रमुख एवम उप प्रमुख के कार्यकाल मे आपस मे मिलकर गुटबाजी करते हुए पंचायत समिति सदस्यों के साथ भेदभाव करते है तथा कुछ सदस्यों के विरुद्ध जन भावना भड़काने का कार्य करते है,विकास कार्यो के क्रियान्वयन में छेत्रिय भेदभाव कर कार्य करते है।

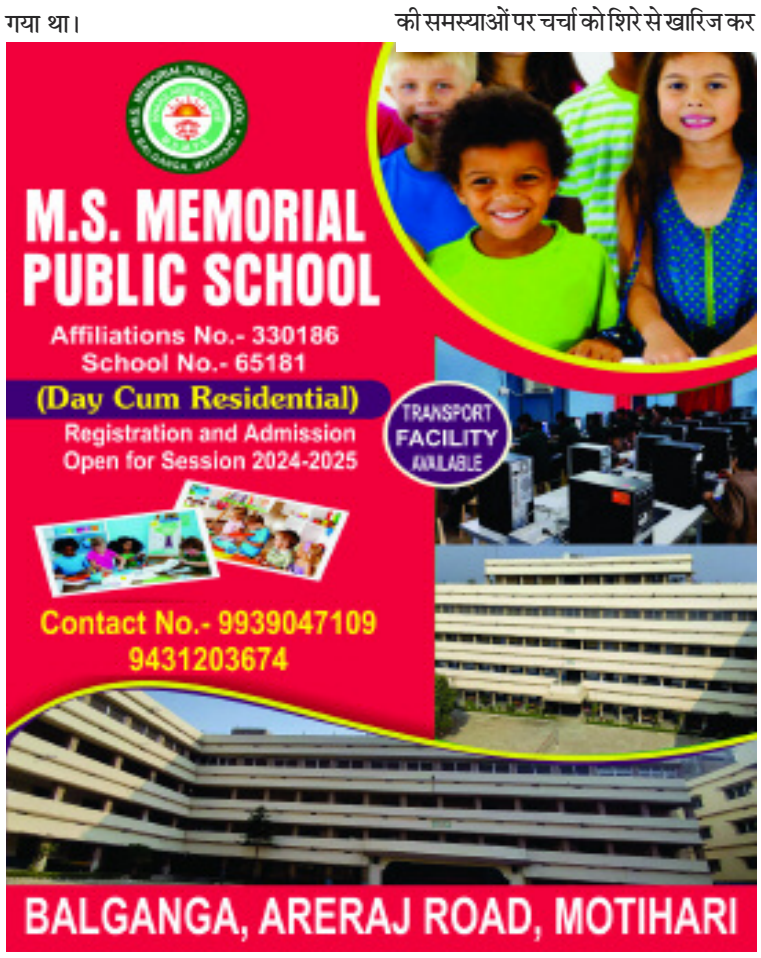
पंचायत समिति की बैठक नही बुलाते है,दबंगता का धौंश पंचायत समिति सदस्यों पर दिखाते है,पंचायत समिति सदस्यों के छेत्र की समस्याओं पर चर्चा को शिरे से खारिज कर देते है जिससे छेत्र की समस्या ज्यों की त्यों बानी रह जाती है,पंचायती राज अधिनियम 2006 में यह प्रावधान है कि पंचायत समिति की बैठक हर 2 माह पर नियमित रूप से होनी चाहिए किन्तु यहां एक मत होकर बैठक नही की जाती जो कि पंचायती राज अधिनियम 2006 की खुलम खुला अवहेलना है का आरोप लगाते हुए। समिति योजना का चयन एवं कार्य में हेराफेरी किए जाने के साथ पंचायत समिति के द्वारा उपलब्ध राशि का दुरुपयोग करने का आरोप लगाते हुए प्रमुख के विरुद्ध मोर्चा खोल दिया और अविश्वास प्रस्ताव पेश कर दी है ,मामले पंचायत समिति सदस्यों ने अविश्वास प्रस्ताव पर चर्चा की मांग की गई है।

21 सदस्यों की सदन में यह 13 सदस्यों ने अपना हस्ताक्षरयुक्त आवेदन कार्यालय के प्रधान सहायक मनोहर प्रसाद मंडल को दिया है। अविश्वास जाहिर करने वालों में, पंचायत समिति सदस्य धर्मेंद्र कुमार, उषा देवी, निर्मला देवी, अभिषेक कुमार सिंह, सुनीता देवी, रीना देवी, फूल कुमारी देवी, चंद्रमा देवी, शोभा देवी, संतोष साह, नगा राउत, शिवपूजन यादव, मोहम्मद नईम शामिल है। इधर करिअप्पा कार्यालय के प्रधान सहायक मनोहर प्रसाद मंडल ने बताया कि पंचायत समिति के सदस्यों द्वारा आवेदन दिया गया है।

आवेदन पर दर्ज सदस्यों का हस्ताक्षर का भौतिक सत्यापन कराया जाना है, सत्यापन कार्य के बाद अविश्वास प्रस्ताव की पुष्टि की जाएगी। इधर पंचायत समिति सदस्यों ने अविश्वास प्रस्ताव के बाद प्रखंड प्रमुख एवं उप प्रमुख का चुनाव निष्पक्षता से करने की मांग की है। प्रमुख रिंकू देवी से इस संबंध में पूछे जाने पर उन्होंने अनभिज्ञता प्रकट करते हुए कहा कि इसकी जानकारी उन्हें नहीं है।

जीतेन्द्र प्रसाद राजद के प्रदेश महासचिव मनोनीत

मोतिहारी। राष्ट्रीय जनता दल व्यवसायिक प्रकोष्ठ के प्रदेश अध्यक्ष गोपाल गुप्ता ने मोतिहारी प्रखंड के ढ़ेकहां मनियार टोला निवासी जीतेन्द्र प्रसाद को पार्टी के प्रदेश कमिटी में महासचिव मनोनीत किया है।बिहार के उपमुख्यमंत्री तेजस्वी यादव के निर्देश पर उन्हें व्यवसायिक प्रकोष्ठ का प्रदेश महासचिव मनोनीत किया गया है। वहीं श्री प्रसाद को कार्यकर्ताओं ने बुके व मिठाई खिलाकर बधाई दी। महासचिव बनने पर राजद जिलाध्यक्ष मनोज यादव,विधि मंत्री डॉ.शमीम अहमद,प्रधान महासचिव सुरेश सहनी,विधायक शशि सिंह,अनुसूचित जाति आयोग अध्यक्ष राजेन्द्र राम,पुर्व विधायक फैसल रहमान, पूर्व विधायक लक्ष्मीनारायण यादव, राजेश कुशवाहा,पुर्व जिलाध्यक्ष सुरेश यादव, अच्छेलाल यादव,जिला बीस सूत्री सदस्य लालबाबू यादव,युवा जिलाध्यक्ष मोहम्मद असलम, प्रखंड अध्यक्ष कृष्णा दास,राधेश्याम कुमार,मुखिया राजू बैठा आदि ने भी बधाई दी है।



शराब पीने एवं कारोबार करने वालों के विरुद्ध बेतिया में छापेमारी अभियान जारी रखें : डीएम

बीएनएम@बेतिया

जिलाधिकारी दिनेश कुमार राय ने सोमवार को कहा कि मद्य निषेध कानून का जिले में प्रभावी अनुपालन कराना सुनिश्चित किया जाय। शराब पीने एवं शराब का कारोबार करने वालों के विरूद्ध नियमित रूप से छापेमारी अभियान चलाया जाय।

उन्होंने कहा कि इसके साथ ही संवेदनशील एवं अतिसंवेदनशील स्थलों पर औचक छापेमारी कर गिरफ्तारी एवं जब्ती सुनिश्चित की जाय। उन्होंने निर्देश दिया कि उत्पाद अधीक्षक सूचना तंत्र को विकसित करें तथा सूचना संग्रह करें। प्राप्त सूचना के आधार पर त्वरित गति से कार्रवाई करें। उन्होंने निर्देश दिया कि जिले में इंट्रीगेटेड चेकपोस्ट की स्थापना के लिए अग्रतर कार्रवाई की जाय। जिलाधिकारी समाहरणालय सभाकक्ष में आयोजित समीक्षात्मक बैठक में प्रशासनिक एवं पुलिस अधिकारियों को निर्देशित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि राजस्व संबंधी कार्यों का निष्पादन स-समय कराने हेतु संबंधित अधिकारी सार्थक प्रयास करेंगे। भूमि विवाद को लेकर सजग एवं सतर्क रहकर नियमानुसार त्वरित करेंगे। उन्होंने निर्देश दिया कि नियमित रूप से थानास्तर, अनुमंडल स्तर पर जनता दरबार का आयोजन किया जाय। थानास्तर पर आयोजित होने वाले शनिवारीय जनता दरबार में राजस्व अधिकारी एवं थानाध्यक्ष अनिवार्य रूप से उपस्थित रहकर मामलों को सुनेंगे तथा नियमानुसार कार्रवाई करेंगे।

अवारा कुत्तों ने चार को काट-काट कर किया जख्मी

बगहा। वाल्मीकिनगर थाना क्षेत्र के लोग इन दिनों अवारा कुत्तों के आतंक से भय के माहौल में जीने को मजबूर हो चले हैं। इसी क्रम में वाल्मीकिनगर थाना क्षेत्र के लक्ष्मीपुर -रमपुरवा पंचायत के लक्ष्मीपुर निवासी जैकी कुमार पिता गरीब महतो, उम्र लगभग 18 वर्ष,पार्वती देवी पति स्वर्गीय राजू थापा उम्र लगभग 33 वर्ष, ग्राम हॉस्पिटल कालोनी,शिव कुमार उम्र लगभग 28 वर्ष पिता स्वर्गीय बल्ली कुशवाहा ग्राम विजयपुर और अरशद आलम पिता महबूब आलम उम्र लगभग 12 वर्ष टंकी बाजार निवासी को अलग-अलग जगहों पर आवारा कुत्तों ने काट-काट कर जख्मी कर दिया। जख्मी के चिल्लाने और शोर मचाने पर आवारा कुत्ता भाग खड़े हुए। आनन-फानन में सभी चारों के परिजनों के द्वारा वाल्मीकि नगर स्थित अतिरिक्त प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र ले जाया गया, जहां प्राथमिक उपचार के बाद एंटी रेबीज का डोज दिया गया।

Tuesday 09 January 2024

Editorial

साफ होते शहर-गांव

करीब नौ साल पहले का वह मंजर यकीनन यादगार था जब प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी स्वयं झाड़ू लेकर राजधानी दिल्ली की सड़कों पर सफाई करने उतरे थे। उनके पीछे- पीछे उनके मंत्रिमंडल के कई मंत्रियों से लेकर सरकारी बाबुओं तक का हुजूम भी सड़कों पर उतर आया था। 2014 में राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की जयंती के दिन प्रधानमंत्री ने स्वच्छ भारत मिशन का आगाज किया था। यकीनन, महात्मा गांधी की जयंती पर उन्हें इससे बेहतर श्रद्धांजलि शायद दी भी नहीं जा सकती थी। आजाद भारत में संभवतः यह पहला मौका था जब देश में स्वच्छता को लेकर सरकार ने इतनी गंभीरता दिखलाई। 140 करोड़ की आबादी का प्रतिनिधित्व करने वाला अगुआ यदि खुद सड़क पर उतर आए, फिर समुद्र किनारे घूम घूम कर कूड़ा उठाने लग जाए, तो यह समझना कतई मुश्किल नहीं कि देश की हुकूमत का साफ सफाई को लेकर नजरिया क्या है। बीते कुछ वर्षों में, जाहिर तौर पर स्वच्छता के मोर्चे पर हमने कई उल्लेखनीय उपलब्धियां हासिल की हैं। आज शहरों के बीच स्वच्छता को लेकर देश भर में कई प्रतियोगितायें हो रही हैं । उनमें एक दूसरे से आगे निकलने की होड़ लगी हुई है। प्रधानमंत्री मोदी ने अपने अब तक के कार्यकाल में स्वच्छता अभियान को सर्वोच्च प्राथमिकता दी है। शायद यही वजह है कि स्वच्छ भारत मिशन की शुरुआत के बाद भारत में स्वच्छता का पुनर्जागरण हुआ है। मिशन ने न केवल शहरों का कायाकल्प किया बल्कि गांवों में भी स्वच्छता की अलख जगाई है। अपने देश को साफ सुथरा रखने की संवेदनशीलता और भावना आज पूरे देश में ही दिखती है। गांधीजी की आजीवन स्वच्छता की अलख जगाते रहे। दक्षिण अफ्रीका प्रवास के दौरान वहां उन्हें श्वेत निवासियों के इस दावे से लड़ना पड़ा कि भारतीयों में स्वच्छता की कमी है और इसलिए उन्हें अलग रखने की जरूरत है। नटाल विधान सभा को लिखे एक खुले पत्र में, गांधी ने कहा था कि जहां तक स्वच्छता के मानकों का सवाल है, भारतीय भी यूरोपीय लोगों के बराबर हो सकते हैं, बशर्ते उन्हें भी उसी तरह का ध्यान और अवसर दिया जाए। 1915 में भारत लौटने पर, उन्होंने स्वतंत्रता प्राप्त करने के लिए अपने कार्यक्रमों के मूल में स्वच्छता के मंत्र को रखा।

लोककला के नाम पर अश्लीलता शर्मनाक

प्रियंका सौरभ

वर्तमान परिदृश्य में लोककला के नाम पर अश्लीलता परोसी जा रही है, जो कि चिंतनीय व शर्मनाक है। यह न केवल इन परंपरागत शैलियों को धूमिल कर रहा है बल्कि विदेशी/वेस्टर्न के चक्कर में हम अपनी पहचान से दूर होते जा रहे हैं। सोशल मीडिया या यू-ट्यूब, फिल्म हो या टीवी के कार्यक्रम सभी जगह फूहड़ नाच का नंगा प्रदर्शन किए जाने की परंपरा ने जोर पकड़ लिया है। यू-ट्यूब और सोशल मीडिया पर रील्स, गानों, फिल्मों, कार्यक्रमों सबमें अश्लीलता इस कदर घर करती जा रही है कि आप अपने परिवार के साथ देख ही नहीं सकते। और रही सही कसर अब नंगे होकर रील बनाने वालों ने पूरी कर दी है। अधिकतर गाने, एलबम और सिनेमा अश्लीलता से भरपूर हैं। आज के लोकगीत सुनने की ही बात कर लें तो उन गानों के हर शब्द में अश्लीलता कूट-कूट कर भरी होता है। जब हम-आप परिवार के साथ मिलकर गाना नहीं सुन सकते तो यह सहज ही अंदाजा लगाया जा सकता है कि इन गानों के सीन का क्या हाल होगा। ऊपर से अश्लीलता का कम्पीटिशन इस कदर होता जा रहा है कि एक से एक हिट एलबम, गाने बनते हैं। अश्लीलता को दिखाने की होड़ इस कदर है कि मत पूछिए। इस बारे में कलाकारों, गायकों से पूछ लिया जाता है तो छूटते ही कहते हैं कि यह तो पब्लिक डिमांड है। जनता यही सब देखना पसंद करती है। ऐसा न परोसें तो गाना हिट ही नहीं होगा। अब ऐसे कलाकारों को कौन समझाए कि अश्लीलता की शुरुआत तो फिल्मों व गानों के जरिए ही हमारे समाज में फैली। जिसे रोकने का कोई सकारात्मक कदम नहीं उठाया गया। ऐसे मजनू कलाकारों के चक्कर में हमारा पूरा समाज दूषित होता जा रहा है। मान-मर्यादा सब छिन्न-भिन्न होती जा रही है। यदि आज भी हम नहीं सचेत हुए तो न जाने हमारे समाज की दशा और दिशा क्या होगी। ऐसा नहीं है कि ऐसे नृत्यों का असर नहीं हो रहा है। पिछले 5-10 सालों में जिस प्रकार के नृत्य व गाने प्रस्तुत किए गए हैं, उसने तो हमारे समाज के ताना-बाना को ही हिलाकर रख दिया है। ये मन को शांत करने के बजाय अशांत कर देते हैं। बाजार की लालची और मुनाफाखोर प्रवृत्ति ने एक लोककला की हत्या कर दी और अब उसके नाम पर लोगों को अश्लीलता परोसी जा रही है। इन्टरनेट ने बेशक लोगों तक ज्यादा सूचनाएं पहुंचाई हैं लेकिन इसने ग्रामीण सौंदर्यबोध और मान-मर्यादा को खंडित कर दिया। इन्टरनेट ने हर चीज को अधिक बिकाऊ बनाने के लिए अश्लीलता की सारी हदें पार कर दी। कुल मिलाकर यह आसानी से देखा जा सकता है कि इन्टरनेट के विस्तार और मोनेटाइजेशन ने ऐसी सामग्री को बढ़ावा दिया है जो बहुत ज्यादा देखी जा रही है लेकिन मानवीय संवेदनाओं पर उसने घातक प्रहार किया है। संगीत की शालीनता पर फूहड़पन भारी वातावरण को प्रदूषित कर रहे हैं आशिक मिजाज गीतकारों से देशभर में लम्पटीकरण भरे गीतों के प्रचलन से संस्कृति को गहरी चोट पहुंची है। आधुनिकता की चकाचौंध में हमारी संस्कृति व विरासत से जुड़े गीत न जाने कहां गुम से हो गये हैं और प्रचलन बढ़ा उन मद भरे गीतों का, जिनमें से संस्कृति व सौन्दर्य गायब होकर उपहासित हो गई है। लम्पटीकरण के शब्द गीतों में भर आए हैं। वर्तमान में तथाकथित रचनाकारों द्वारा रचित गीतकारों, मजनू गायकों द्वारा गाये हुए गीतों में पाश्चात्य संस्कृति की तर्ज पर नंगापन आ गया है। इन अल्फाजों में गीत गाने वाले गायकों को इतनी भी शर्म नहीं है कि जिस अंदाज में वे अपने शब्दों को व्यक्त कर रहे हैं व अंदाज 'जिस डाल पर बैठे हैं उसी को काटने' जैसा है। यही अंदाज संस्कृति पर गहरी चोट कर रहा है।

(लेखक वरिष्ठ स्तंभकार हैं)

Today's Opinion

क्यों जरूरी है बांग्लादेश में हसीना की फिर ताजपोशी?

डॉ. रमेश ठाकुर

पड़ोसी मुल्क बांग्लादेश के संसदीय चुनाव को प्रभावित करने में वहां के विपक्षी दलों ने जमकर राजनैतिक पैंतरेबाजियों के अलावा मौजूदा प्रधानमंत्री शेख हसीना पर चुनाव में धांधली करने, भ्रष्टाचार को बढ़ावा देने और भारत के साथ बेवजह दोस्ती बढ़ाने वाले गैर-जरूरी आरोप लगाए। मगर जनता ने सभी आरोपों को नकार दिया। हसीना फिर सरकार बनाएंगी। रविवार को छिटपुट घटनाओं के साथ आम चुनाव संपन्न हो गया। हालांकि बांग्लादेश चुनाव आयोग की उम्मीद से कहीं कम मतदान हुआ है। वोटिंग प्रतिशत तकरीबन चालीस फीसदी रहा। कई संसदीय क्षेत्र में तो मात्र 30-32 प्रतिशत ही मतदान हुआ। इसे मतदाताओं की उदासीनता कहें या मौजूदा सरकार के प्रति संतुष्टि? अब यह साफ है कि शेख हसीना पार्टी अवामी लीग ही सत्ता में वापसी करेगी। हसीना के अलावा भारत भी यही चाहता है, क्योंकि दोनों देशों के प्रमुखों की कूटनीति और सियासी केमिस्ट्री दोनों मुल्कों के हित में हैं। बांग्लादेश का मुख्य विपक्षी दल 'बांग्लादेश नेशनलिस्ट पार्टी' यानी 'बीएनपी' के चुनाव बहिष्कार के बाद अवामी लीग का और रास्ता साफ हो गया था। बांग्लादेश में कुल 300 संसदीय सीटें हैं जिनमें 299 सीट पर फिलहाल चुनाव संपन्न हुआ है। एक सीट पर चुनाव इसलिए निरस्त किया गया, क्योंकि वहां ऐन वक्त पर एक उम्मीदवार की मृत्यु हो गई। पांच-सात संसदीय सीटों पर बहिष्कार के चलते भी चुनाव रोका गया। बांग्लादेश चुनाव को संपन्न करवाने के लिए भारत से एक तीन सदस्यीय चुनाव पर्यवेक्षकों का दल भी पहुंचा था। उन पर भी पाकिस्तानी की सहयोगी मानी जाने वाली पार्टी 'बीएनपी' ने गड़बड़ी करवाने के आरोप लगाए। बीएनपी शुरू से नहीं चाहती थी कि भारत की दखल इस बार के चुनाव में हो? जबकि, भारतीय चुनाव पर्यवेक्षक शेख हसीना के आमंत्रण पर गए थे। दरअसल, हसीना भारत से विशेष स्नेह रखने के साथ-साथ उसे अपना दूसरा घर भी मानती हैं। भारत एवं प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी को अपना भरोसेमंद मित्र कहती हैं। यही, बात वहां के मुख्य विपक्षी दल को अखरती है। इस चुनाव में शेख हसीना ने मतदाताओं से चुनाव कैंपेन के दौरान कई मर्तबा अपने पुराने जख्मों को कुरेदा भी। उन्होंने 1975 का जिक्र किया। बताया कि जब वह छोटी थीं, तब उनके पिता शेख मुजीबुर रहमान के अलावा मां और तीन भाइयों की घर में ही निर्मम हत्या कर दी गई थी। उस वक्त शेख हसीना अपनी छोटी बहन रिहाना के साथ विदेश में पढ़ाई कर रही थीं। घर पर होतीं तो उनके साथ भी हादसा हो सकता था। शेख हसीना ने बांग्लादेश की जनता को बताया कि उस मुसीबत की घड़ी में उन्हें भारत ने ही शरण दी थी। बांग्लादेश नेशनलिस्ट पार्टी ने देश के लोगों को भारत के खिलाफ इस चुनाव में खूब भड़काया। दरअसल, भड़काने का ये काम उन्होंने खुद से नहीं किया, बल्कि उन्हें पाकिस्तान से आईएसआई ने करवाया। भारत के सहयोग से इस वक्त बांग्लादेश विकास की नई ऊचाइयां छू रहा है। कई ऐसे बड़े प्रोजेक्ट हैं जिन्हे भारत अपने प्रयास से करवा रहा है। चुनाव कैसे करवाने हैं इसको लेकर भी उन्होंने भारतीय चुनाव आयोग से रायशुमारी की। तभी भारत के एक चुनाव दल ने वहां पहुंचकर अच्छे से चुनाव संपन्न करवाया। बांग्लादेश और भारत की सीमाएं आपस में साझा होती हैं, कमोबेश दोनों मुल्कों की संस्कृति भी आपस में मेल खाती है। पश्चिम बंगाल और बांग्लादेश के रीति-रिवाज एक जैसे ही हैं। भारत की हुकूमत इस पड़ोसी मुल्क की तरक्की में सहयोग करने से कभी पीछे नहीं हटती। हालांकि, खुराफाती चीन और पाकिस्तान इस बार नहीं चाहते हैं कि शेख हसीना की वापसी हो। दोनों चाहते हैं कि उनकी मनमाफिक 'बांग्लादेश नेशनलिस्ट पार्टी' देश में हुकूमत करे, जिसके जरिए वह भारत को परेशान करे। लेकिन शायद उनकी नापाक कोशिशों पर इस बार भी शेख हसीना पानी फेरेंगी। शेख हसीना सन-2009 से सत्ता पर काबिज हैं। उन्होंने भारत के सहयोग से अपने यहां बहुत कुछ किया। जनता भी यही चाहती है कि भारत का सहयोग उन्हें सदैव मिले, इसलिए वो शेख हसीना को ही बार-बार चुनते हैं।

(लेखक वरिष्ठ स्तंभकार 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

गले की खराश से हैं परेशान, तो इन 5 घरेलू उपायों को अपनाएं

नए साल की शुरुआत के साथ ही ठंड का प्रकोप भी बढ़ने लगा है। राजधानी दिल्ली समेत देश के कई हिस्सों में इन दिनों लगातार ठंड का कहर जारी है। ऐसे में इस सीजन सर्दी-जुकाम एक आम समस्या बनी रहती है। सर्दियों में इम्युनिटी कमजोर होने की वजह से अक्सर लोग आसानी से संक्रमण की चपेट में आ जाते हैं। सर्दियों में सर्दी-जुकाम के साथ ही गले की खराश भी एक आम समस्या है। ठंड के मौसम में कुछ भी ठंडा खाने से अक्सर यह समस्या हो जाती है।

गले की खराश एक ऐसी समस्या है, जो हमें काफी परेशान करती है। यह समस्या व्यक्ति को इस तरह प्रभावित करती है कि उसका खाना-पीना और बोलना तक मुश्किल हो जाता है। साथ ही किसी भी काम में मन की नहीं लग पाता है। अगर आप भी इस समस्या से परेशान हैं, तो कुछ ऐसे घरेलू उपाय हैं, जिन्हें करने से आप गले की खराश से राहत पा सकते हैं।

तो चलिए जानते हैं ऐसे ही कुछ नुस्खों के बारे में-

नमक का पानी

अगर आप गले की खराश से परेशान हैं, तो नमक का पानी इसमें आपके काफी काम आ सकता है। गले की खराश से तुरंत राहत पाने के लिए दिन में 2 से 3 बार नमक वाले गर्म पानी से गरारा करें। आप चाहे तो गर्म पानी भी पी सकते हैं। इस उपाय को करने से आपको गले में होने वाली परेशानी से राहत मिलेगी और गले में मौजूद बैक्टीरिया भी बाहर निकल जाएंगे।

अदरक की चाय

गले की समस्या होने पर आप अदरक की चाय भी पी सकते हैं। इस चाय से सेवन से न सिर्फ आपको गले में गर्माहट मिलेगी, बल्कि इससे आपकी इम्युनिटी भी मजबूत होगी। इसे बनाने के लिए अदरक के टुकड़ों को एक कप पानी में उबालें और फिर इसे छानकर गर्मागर्म पिएं। आप चाहे तो इसके अलावा कैमोमाइल टी और ग्रीन टी का सेवन भी कर सकते हैं।

शहद

गले की खराश मिटाने के लिए शहद भी एक बढ़िया विकल्प है। इसमें मौजूद एंटीबैक्टीरियल और एंटीइंफ्लेमेटरी गुण गले की खराश, दर्द, खांसी और जुकाम को दूर करने में कारगर है। आप शहद को गर्म पानी में मिलाकर पी सकते हैं। इसके अलावा अगर चाहे तो इसे हर्बल टी में डालकर या फिर अदरक के साथ भी इसे खा सकते हैं।

लौंग

औषधीय गुणों से भरपूर लौंग भी गले की खराश का एक बेहतरीन घरेलू उपाय है। आप कई तरीकों से इसका इस्तेमाल कर इस समस्या से निजात पा सकते हैं। आप चाहें तो सादा लौंग चबा सकते हैं। इसके अलावा आप

गर्म पानी में लौंग डालकर भी इस पानी को पी सकते हैं। साथ ही आप लौंग की हर्बल टी भी बना सकते हैं। इसके लिए लौंग को एक कप पानी में उबालें और आधा चम्मच शहद डालकर इसे पी लें।

लहसुन

सर्दियों में लहसुन का सेवन कई मायनों में सेहत के लिए फायदेमंद होता है। इम्युनिटी मजबूत करने के साथ ही यह सर्दी-जुकाम और गले की खराश को भी दूर करता है। लहसुन में मौजूद एंटी-माइक्रोबियल गुण वायरल इंफेक्शन में काफी फायदेमंद होते हैं। आप इसे गर्म या भुन कर खा सकते हैं।

हृदय रोग के लिए रामबाण दवा है अर्जुन की छाल

हृदय रोग के मरीजों की संख्या में रोजाना इजाफा हो रहा है। हाल के दिनों में हार्ट अटैक के मामले भी बढ़े हैं। युवावर्ग भी इससे अछूता नहीं है। बॉलीवुड के कई बड़े कलाकारों का निधन हार्ट अटैक से हुआ है। इसके अलावा, सामान्य जनमानस भी इससे प्रभावित हुए हैं। खबरों में रोजाना अचानक हार्ट अटैक के मामले पढ़ने और दिखने को मिल रहे हैं। हेल्थ एक्सपर्ट्स की मानें तो हृदय रोग के कई कारण हो सकते हैं।

इनमें दो प्रमुख कारण तनाव और बैड कोलेस्ट्रॉल है। तनाव से उच्च रक्तचाप बढ़ता है। वहीं, उच्च रक्तचाप से हृदय रोग का खतरा बढ़ जाता है। जबकि, शरीर में बैड कोलेस्ट्रॉल बढ़ने से धमनियों में रक्त संचरण सही से नहीं होता है। इस स्थिति में हार्ट अटैक और स्ट्रोक का खतरा रहता है। इसके लिए रोजाना संतुलित आहार लें और एक्सरसाइज करें। साथ ही तनाव न लें। इसके अलावा, हृदय रोग से बचाव के लिए अर्जुन की छाल का सेवन करें। अर्जुन की छाल के सेवन से मधुमेह, उच्च रक्तचाप और हृदय रोग में फायदा मिलता है। आइए, इसके बारे में सबकुछ जानते हैं-

अर्जुन की छाल

आयुर्वेद में अर्जुन को औषधि माना जाता है। इसकी पत्ती और छाल का इस्तेमाल कई रोगों को दूर करने में किया जाता है। हेल्थ एक्सपर्ट्स की मानें तो इसमें हाइपोलिपिडेमिक पाया जाता है, जो बढ़ते कोलेस्ट्रॉल और उच्च रक्तचाप को कंट्रोल करता है। साथ ही शुगर कंट्रोल करने में भी मदद मिलती है। इसकी तासीर गर्म होती है। इसके लिए सर्दियों में अर्जुन की छाल का सेवन करना फायदेमंद होता है। हालांकि, अन्य मौसम में अर्जुन की छाल के अधिक सेवन करने से पहले डॉक्टर की जरूर सलाह लें।

कैसे करें सेवन

इसके लिए अर्जुन की छाल को रात में सोने से पहले एक गिलास पानी में भिगोकर रख दें। अगली सुबह गैस पर अर्जुन की छाल और पानी को गैस पर गर्म करें। फिर, इसमें काली मिर्च, तुलसी के पत्ते, अदरक, दालचीनी आदि चीजें डालकर काढ़ा तैयार करें। जब काढ़ा तैयार हो जाए, तो इसका सेवन करें। इस काढ़ा के सेवन से हृदय रोग में बहुत फायदा मिल सकता है।

रोजाना संतुलित आहार लें और एक्सरसाइज करें। साथ ही तनाव न लें। इसके अलावा, हृदय रोग से बचाव के लिए अर्जुन की छाल का सेवन करें।

शरीर में खून बढ़ाने के साथ हड्डियों के लिए फायदेमंद है किशमिश

ड्राई फ्रूट्स के सेवन से कितना फायदा होता है, ये तो आप जरूर जानते होंगे। आज आपको किशमिश के फायदों के बारे में बताएंगे। हर कोई इसके स्वाद से वाकिफ है, लेकिन किशमिश के गुण सिर्फ इसके स्वाद तक सीमित नहीं है, बल्कि यह शरीर से जुड़ी कई समस्याओं को दूर करने में सहायक है।

सेहत के लिए किशमिश किसी वरदान से कम नहीं है। इसे खाने से कमजोरी, सुस्ती जैसी समस्याओं से राहत मिल सकती है। यह पोषक तत्वों का भंडार है। आइए जानते हैं, किशमिश सेहत के लिए कैसे फायदेमंद है।

सेहत के लिए किशमिश किसी वरदान से कम नहीं है। इसे खाने से कमजोरी, सुस्ती जैसी समस्याओं से राहत मिल सकती है। यह पोषक तत्वों का भंडार है। इसमें विटामिन-बी और कई पोषक तत्व पाए जाते है, जो लाल रक्त कोशिकाओं का निर्माण करते हैं। अगर आप एनिमिया से पीड़ित हैं, तो रोजाना किशमिश का सेवन कर सकते हैं।

1.खून की कमी दूर करने में सहायक

किशमिश में आयरन पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है। इसमें विटामिन-बी और कई पोषक तत्व पाए जाते है, जो लाल रक्त कोशिकाओं का निर्माण करते हैं। अगर आप एनिमिया से पीड़ित हैं, तो रोजाना किशमिश का सेवन कर सकते हैं।

2.पाचन को स्वस्थ रखने में मददगार

किशमिश में मौजूद फाइबर पाचन के लिए लाभकारी है। इसके लिए रात में किशमिश को भिगो दें और सुबह में इसे खाएं। अगर आपको कब्ज की समस्या है, तो भिगे हुए किशमिश का नियमित रूप से सेवन कर सकते हैं।

3.आंखों के लिए फायदेमंद

किशमिश में पर्याप्त मात्रा में बीटा-कैरोटीन, विटामिन-ए और कई पोषक तत्व पाए जाते हैं, जो आंखों के लिए फायदेमंद होते हैं। इसके नियमित सेवन से मोतियाबिंद का खतरा भी कम हो सकता है।

4.हड्डियों के लिए लाभदायक

किशमिश में कैल्शियम पर्याप्त मात्रा में पाया जाता है। जो हड्डियों को स्वस्थ रखने में सहायता करता है। हड्डियों को मजबूत रखना चाहते हैं, तो नियमित रूप से किशमिश का सेवन कर सकते हैं।

5.हाई ब्लड प्रेशर को करता है कंट्रोल

किशमिश में पोटैशियम और एंटी ऑक्सीडेंट गुण पाए जाते हैं, जो ब्लड सर्कुलेशन को सुधार कर हाई ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में मददगार है।

सावधानी: लेख में दिए गए सुझाव और टिप्स सिर्फ सामान्य जानकारी के लिए हैं और इसे पेशेवर चिकित्सा सलाह के रूप में नहीं लिया जाना चाहिए। किसी भी तरह के सवाल या परेशानी हो तो फौरन अपने डॉक्टर से सलाह करें।

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 ज़ुकाम 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 ज़खम 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

Tuesday
09 January 2024

नेहा मलिक के लुक पर फिदा फैंस

नेहा मलिक ने हाल ही में अपनी लेटेस्ट तस्वीरों से इंटरनेट का पारा बढ़ा दिया है. उनके फैंस उनकी तस्वीरें देख दीवाने हो रहे हैं. एक्ट्रेस का ऑल ब्लैक अवतार देखकर लोगों की नींदें उड़ गई हैं. कुछ ही घंटों में इस पोस्ट पर लाइक्स और कॉमेंट्स की बाढ़ आ गई है. चलिए आपको भी नेहा की इन तस्वीरों से रूबरू करवाते हैं. नेहा मलिक के लेटेस्ट लुक को देखकर ये कहना गलत नहीं होगा कि चांदनी आसमां से जमीं पर उतर आई है. सोशल मीडिया पर उनकी लेटेस्ट तस्वीरें कहर बरसा रही हैं. वहीं, फैंस भी उनके लुक पर फिदा हो रहे हैं. चलिए दिखाते हैं नेहा की लेटेस्ट पोस्ट जिसे देख आपकी नींद भी उड़ जाएगी.

करण जौहर ने किया फिल्मों के लिए इंस्पायर: अनन्या

अनन्या पांडे हिंदी सिनेमा की काफी टैलेंटेड एक्ट्रेसेस में से एक हैं. एक स्टारकिड होने के बावजूद वो अपनी फिल्मों की वजह से आज इंडस्ट्री का जाना माना चेहरा हैं. एक्टिंग के साथ साथ एक्ट्रेस अपने फैशन सेंस को लेकर भी सुर्खियां बटोरती हैं. इन दिनों वो आदित्य रॉय कपूर के साथ अफेयर की खबरों के लिए भी चर्चा में रहती हैं. हाल ही में अनन्या ने अपने एक्टिंग डेब्यू को लेकर खुलासा किया है. हाल ही में जेद्दा में रेड सी इंटरनेशनल फिल्म फेस्टिवल के दौरान अनन्या को इंडिया को रीप्रेजेंट करने के लिए सम्मानित किया गया. इस दौरान उन्होंने डेडलाइन के साथ बातचीत की. उन्होंने अपने एक्टिंग करियर को लेकर भी कई बातें कीं. यही नहीं, उन्होंने बताया कि अगर वो एक्ट्रेस नहीं होतीं तो क्या कर रही होतीं.अनन्या पांडे ने बताया कि करण जौहर वो शख्स थे जिन्होंने उन्हें एक्टिंग करियर शुरू करने के लिए इंस्पायर किया था. इसके आगे एक्ट्रेस ने संजय लीला भंसासी के साथ फिल्म करने की ख्वाहिश के बारे में भी बताया. वहीं, जब अनन्या से पूछा गया कि वो कौन सी फिल्में थीं जिन्होंने उन्हें एक्टिंग शुरू करने के लिए मोटिवेट किया? आपको बता दें कि इस बीच उन्होंने ये भी बताया कि अगर वो एक्ट्रेस नहीं होती तो क्या होतीं. उनका कहना था कि अगर वो एक्टिंग की दुनिया में कदम नहीं रखती तो बायोलॉजी और अपने फैमिली मेडिकल बैकग्राउंड से इंस्पायर होकर मेडिकल के क्षेत्र में नाम काम करतीं.

रानी चटर्जी ने बताया सिंगल होने का फायदा

बोलीं- खुद से और प्यार हो गया

भोजपुरी फिल्मों की मशहूर अदाकारा रानी चटर्जी ने सोशल मीडिया पर तबाही मचा कर रखी है. वो आए दिन अपनी तस्वीरों से लोगों को इंप्रेस करती रहती हैं. कभी ट्रेडिशनल तो कभी ग्लैमरस आउटफिट में एक्ट्रेस अपने फैंस की निगाहें अपनी और खींच लेती हैं. हाल ही में उन्होंने अपने वर्कआउट सेशन की तस्वीरें शेयर की हैं. जो तेजी से वायरल हो रही हैं. भोजपुरी जगत की जानी मानी अदाकारा रानी चटर्जी सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं. उनके बारे में जितनी बातें की जाए कम हैं. रानी ने हाल ही में अपने इंस्टाग्राम पर कुछ फोटोज शेयर की हैं जो तेजी से वायरल हो रही हैं. रानी चटर्जी ने यह तस्वीर अपने ऑफिशल इंस्टाग्राम हैंडल पर शेयर की हैं. इन तस्वीरों में आप देख सकते हैं कि वो वर्कआउट करती नजर आ रही हैं. वर्कआउट सेशन के दौरान ली गईं इन तस्वीरों में रानी बेहद खूबसूरत लग रही हैं. इस पोस्ट के जरिए उन्होंने अपना नो मेकअप लुक भी फ्लॉन्ट किया है. वहीं, तस्वीरों के साथ रानी चटर्जी ने कैप्शन भी शेयर किया है. उन्होंने कैप्शन में लिखा है "यह खुद से और ज्यादा प्यार हो गया है. सिंगल होने का फायदा, खुद से प्यार बढ़ जाता है." अब रानी के फैंस इन तस्वीरों पर लगातार अपना प्यार लुटा रहे हैं. कुछ यूजर्स उन्हें ब्यूटी तो किसी ने सेल्फ लव को लेकर कमेंट किया है. रानी ने की ये तस्वीरें एक पार्क से शेयर की हैं, जहां वो अपने योगा मैट पर बैठकर वर्कआउट करती दिख रही हैं. इस दौरान उन्होंने ब्लैक रंग का आउटफिट कैरी किया है. इसके साथ ही रानी ने कैप भी लगाया है और व्हाइट शूज के साथ अपने लुक को कंप्लीट किया है. बता दें कि रानी चटर्जी सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं. वो अक्सर अपनी तस्वीरें और वीडियोज शेयर करती रहती हैं. फैंस उन्हें काफी सपोर्ट भी करते हैं. हाल ही में उन्होंने छठ पूजा की तस्वीरें शेयर की थीं. इसके पहले उन्होंने करवा चौथ भी मनाया था जिसकी फोटोज वायरल हुई थी.