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

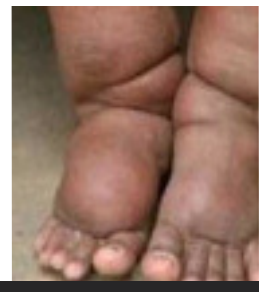
BORDER NEWS MIRROR BNM to the point...

02 क्या नीतीश को बिहार कैबिनेट विस्तार में अग्निपरीक्षा से गुजरना होगा?

04 हाथी पाँव से बचाव को सभी को दवा सेवन करना है जरूरी: डॉ रमेश चंद्रा

बॉर्डर न्यूज मिरर

...खबरों से समझौता नहीं



● पटना, शनिवार, 03 फरवरी 2024 www.bordernewsmirror.com ● पृष्ठ: 08, मूल्य: 5 रूपए ● वर्ष: 04, अंक: 346

अभिभाषण में बेरोजगारी, महंगाई व न्याय का जिक्र नहीं

राज्यसभा में विपक्ष के नेता मल्लिकार्जुन खड़गे ने राष्ट्रपति के अभिभाषण पर दी प्रतिक्रिया

बीएनएम@नयी दिल्ली

कांग्रेस ने राष्ट्रपति के अभिभाषण में प्रस्तुत देश की सुनहरी तस्वीर पर सवाल उठाते हुए आज कहा कि इसमें बेरोजगारी, महंगाई, गरीबी जैसी समस्याओं के समाधान और सामाजिक न्याय की क्षीण होती जा रही व्यवस्था के बारे में कुछ नहीं कहा गया है।

राज्यसभा में विपक्ष के नेता मल्लिकार्जुन खड़गे ने राष्ट्रपति के अभिभाषण पर धन्यवाद प्रस्ताव पर राज्यसभा में शुक्रवार को चर्चा में हिस्सा लेते हुए प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की मौजूदगी में उनकी सरकार पर आरोप लगाया कि वह संविधान तथा नियमों की धज्जी उडाते हुए देश में लोकतंत्र को खत्म करने में लगी है जबकि कांग्रेस के लंबे शासनकाल की बदौलत सामाजिक ढांचे तथा लोकतंत्र को मजबूती मिली।

उन्होंने कहा कि देश को विकसित बनाने की बात की जा रही है लेकिन समाज को विकसित करने पर ध्यान नहीं दिया जा रहा। उन्होंने कहा कि जब समाज विकसित होगा तो ही देश भी विकसित होगा। नेता विपक्ष ने कहा कि इस सरकार में सब कुछ प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के इर्द गिर्द घूमता है और इन्हीं की बदौलत भाजपा के सभी नेता सांसद और विधायक बन रहे हैं।

उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी लोगों को हर रोज गारंटी दे रहे हैं और सभी अखबारों के विज्ञापन में भी इसी तरह की गारंटी छप रही हैं। सरकार की ओर से देश भर में 1500 वैन भेजी गयी हैं उन पर भी मोदी की गारंटी लिखा हुआ है। उन्होंने कहा कि मोदी सरकार ने पिछले दस वर्षों में 142 योजनाएं शुरू की हैं जिनमें से 20 के नाम में प्रधानमंत्री जुड़ा हुआ है। कांग्रेस नेता ने कहा कि नारा दिया जा रहा है कि इस बार 400 के पार लेकिन सरकार को यह नहीं पता कि 'इंडिया' आपातकाल लग गया है और शांतिपूर्ण विरोध प्रदर्शन भी नहीं कर सकते? इस बीच आप नेता आतिशी मार्लेना ने दावा किया कि पूरी दिल्ली में भारी बैरिकेड लगाये गये हैं और आप कार्यकर्ताओं को हिरासत में लिया जा रहा है। सुश्री आतिशी ने एक्स पर अपने पोस्ट में कहा, "पूरी दिल्ली में भारी बैरिकेडिंग। आप कार्यकर्ताओं से भरी बसों को रोका जा रहा है। आप पार्टी कार्यालय के बाहर सैकड़ों अर्धसैनिक बल हैं। भाजपा चंडीगढ़ मेयर चुनाव पर विरोध से इतनी डरी हुई क्यों है?"

आप पार्टी के सूत्रों ने उनकी पार्टी चंडीगढ़ मेयर चुनाव में धांधली को लेकर आज दिल्ली में भाजपा मुख्यालय के बाहर विरोध प्रदर्शन करेगी।

देश में सामाजिक न्याय सुनिश्चित करने के लिए जाति जनगणना कराया जाना जरूरी है। यह राजनीति से प्रेरित नहीं है क्योंकि इससे पता चलेगा कि किस जाति में लोगों की क्या स्थिति है। इसके आधार पर योजना बनाई जा सकती है। कांग्रेस सत्ता में आने पर जाति जनगणना करायेगी क्योंकि यह देश देश की जनता की मांग है।

नजर नहीं आती। उन्होंने कहा कि इन उपक्रमों को बंद किये जाने के बजाय उनकी समस्या का समाधान किया जाना चाहिए।

नेता विपक्ष ने कहा कि देश में महंगाई के कारण हाहाकार है और तेल, आटा , चावल जैसी खाद्य वस्तुओं के दाम दोगुने हो गये। उन्होंने कहा कि वास्तविक स्थिति में महंगाई की दर इकाई में और विकास की दर दहाई में होनी चाहिए लेकिन देश में महंगाई की दर दहाई में है और सरकार इस पर कुछ नहीं बोलती।

जब उन्होंने विभिन्न वस्तुओं के दाम दोगुने होने का दावा करते हुए वस्तुओं के मूल्य बताने शुरू किये तो सत्ता पक्ष ने इसका विरोध किया जिस पर सभापति ने कहा कि नेता विपक्ष को इन आंकड़ों को सत्यापित करना होगा।

श्री खड़गे ने कहा कि देश में सामाजिक न्याय सुनिश्चित करने के लिए जाति जनगणना कराया जाना जरूरी है। उन्होंने कहा कि यह राजनीति से प्रेरित नहीं है क्योंकि इससे पता चलेगा कि किस जाति में लोगों की क्या स्थिति है। इसके आधार पर योजना बनाई जा सकती है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस सत्ता में आने पर जाति जनगणना करायेगी क्योंकि यह देश देश की जनता की मांग है। कांग्रेस नेता ने सरकार पर आरक्षण को समाप्त करने की दिशा में बढने का भी आरोप लगाया।

उन्होंने कहा कि सरकार ने किसानों की आमदनी को दोगुना करने का वादा किया था जबकि उनकी आमदनी में सालाना 1.5 प्रतिशत की गिरावट हुई है। प्रधानमंत्री फसल बीमा योजना को विफल बताते हुए उन्होंने कहा कि इससे केवल एजेन्ट को फायदा होता है। उन्होंने आरोप लगाया कि दो करोड़ 33 लाख किसानों को योजना से निकाल दिया गया है।

श्री खड़गे ने कहा कि देश में महिलाओं के साथ अत्याचार हो रहा है। विशेष रूप से महिला पहलवानों के मामले का उल्लेख करते हुए उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री ने इस बारे में कुछ नहीं कहा। उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री विभिन्न विषयों पर घंटों बोलते हैं लेकिन वह मणिपुर पर कुछ नहीं बोले और न ही वहां गये।

उन्होंने अभिभाषण में दिये गये कुछ आंकड़ों पर भी सवाल उठाये और कहा कि प्रधानमंत्री असत्य को सत्य बनाने में प्रवीण हैं। उन्होंने कहा कि वर्ष 2013-14 में देश में साक्षरता दर 73 प्रतिशत थी जो अब 76 प्रतिशत है। देश में जीवन प्रत्याशा कम हो गयी है। देश में वर्ष 2014 में 94 हवाई अड्डे थे जो अब बढकर 149 हो गये हैं जो दोगुना नहीं है।

श्री खड़गे ने सरकार पर राजनीतिक प्रतिशोध के लिए प्रवर्तन निदेशालय का इस्तेमाल करने का आरोप लगाते हुए कहा कि जो इनके साथ आता है वह बच जाता है और जो साथ नहीं आता उसके पीछे कानूनी एजेन्सियों को लगा दिया जाता है। उन्होंने कहा कि कांग्रेस मिलजुलकर काम करते थी जबकि यह सरकार दुश्मनी से काम करती है। उन्होंने कहा कि ऐसे देश कैसे चलेगा। उन्होंने बिहार और झारखंड में हाल के घटनाक्रम का उल्लेख करते हुए कहा कि सबके साथ एक समान व्यवहार नहीं किया जाता जो संविधान का उल्लंघन है।

कांग्रेस नेता ने अग्निपथ योजना का उल्लेख करते हुए कहा कि इससे नौजवानों को निराशा हाथ लगी है और युवाओं को लग रहा है कि उन्होंने अच्छे दिन की आस में अपने जीवन के बेहतर दिन भी गंवा दिये।

आप विधायकों को हिरासत में ले रही पुलिस : अरविंद केजरीवाल

नई दिल्ली। आम आदमी पार्टी (आप) प्रमुख एवं दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल समेत अन्य नेताओं ने शुक्रवार को आरोप लगाया कि चंडीगढ़ मेयर चुनाव को लेकर भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के खिलाफ विरोध प्रदर्शन से पहले दिल्ली पुलिस उनके विधायकों, पार्षदों और कार्यकर्ताओं को हिरासत में ले रही है। श्री केजरीवाल ने सोशल मीडिया एक्स पर अपने पोस्ट में लिखा, "पूरी दिल्ली में आप के निर्वाचित विधायकों, पार्षदों और कार्यकर्ताओं को हिरासत में लिया जा रहा है, जो पार्टी कार्यालय आ रहे थे। यह क्या हो रहा है।"

आप नेता सौरभ भारद्वाज ने भाजपा पर लोकतांत्रिक असहमति को दबाने का आरोप लगाते हुए सवाल किया कि क्या अब देश में

योजना व्यास तहखाने में हिंदुओं को मिला था पूजा का अधिकार

तहखाने में शिव, गणेश और हनुमान की मूर्ति स्थापित

नई दिल्ली। ज्ञानवापी के व्यास तहखाने में अब भगवान शिव, गणेश और हनुमान की मूर्ति को स्थापित किया गया है। बुधवार को जिला अदालत द्वारा पूजा का अधिकार दिया गया था। व्यास तहखाना ज्ञानवापी के नीचे स्थित है जहां पर 1993 तक पूजा की जाती थी। लेकिन बाद में मुलायम सरकार ने उस पर रोक लगा दी और अब कुछ दिन पहले जिला अदालत ने उस रोक को ही हटाने का काम किया। वैसे कोर्ट द्वारा जो ये फैसला दिया गया है, उससे मुस्लिम पक्ष खासा नाराज है। समाज से लगातार विरोध के सुर सुनाई पड़ रहे हैं। इसी वजह से शुक्रवार को सुप्रीम कोर्ट का रुख भी किया गया था, लेकिन सर्वोच्च अदालत ने हाई कोर्ट जाने को कह दिया जहां से उन्हें फिर कोई

राहत नहीं मिली। इसी वजह से मुस्लिम पर्सनल लॉ बोर्ड द्वारा मीडिया से बात करते हुए अदालत के फैसले पर भी नाराजगी जाहिर की गई थी। मुस्लिम पर्सनल लॉ बोर्ड के सैफुल्लाह रहमानी ने जोर देकर बोला कि अदालतें अब ऐसे चल रही हैं, जिस वजह से भरोसा टूट रहा है। कोर्ट ने जो वाकया पेश किया, वो दुख देता है। 20 करोड़ मुसलमानों को इससे धक्का पहुंचा है। जो हिंदू-सिख भी मानते हैं कि ये देश मजहब का गुलदस्ता है, उन्हें भी इस फैसले से धक्का लगा है। रहमानी ने अपने बयान में यहां तक कहा कि अगर जबरन कब्जा किया जाता तो क्या इतने मंदिर मौजूद होते।

जब से व्यास तहखाने में पूजा का अधिकार मिला है, हिंदू पक्ष द्वारा वहां पर रीति-रिवाज के हिसाब से सारे काम शुरू कर दिए गए हैं। उसी कड़ी में अब वहां पर भगवान शिव, गणेश, हनुमान जी की मूर्ति को विराजित किया गया है। बताया जा रहा है कि व्यास जी के तहखाने में पांच बार आरती की जाएगी। मंगला आरती- सुबह 3:30 बजे, भोग आरती- दोपहर 12 बजे, अपरान्ह- शाम 4 बजे, सांयकाल- शाम 7 बजे, शयन- रात्रि 10:30 बजे।

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

क्या नीतीश को बिहार कैबिनेट विस्तार में अग्निपरीक्षा से गुजरना होगा?

पटना। बिहार में एनडीए की सरकार बने पांच दिन हो गए हैं, मुख्यमंत्री नीतीश कुमार समेत 8 अन्य मंत्री ने शपथ ले चुके हैं, मगर कैबिनेट विस्तार और विभागों का बंटवारा अभी तक नहीं हुआ है। बताया जा रहा है कि बीजेपी और जेडीयू में विभागों के बंटवारे को लेकर अभी बातचीत चल रही है। इसी कारण कैबिनेट विस्तार में भी देरी हो रही है। बीजेपी की नजर सीएम नीतीश कुमार के खास विभाग पर है, जो जेडीयू के पास बीते दो दशकों से है। कहा जा रहा है कि 12 फरवरी से शुरू हो रहे बिहार विधानसभा के बजट सत्र से पहले विभागों का बंटवारा कर लिया जाएगा।

नीतीश कुमार की एनडीए में वापसी के बाद बीजेपी नई सरकार में अपना दबदबा बनाना चाहती है। इसलिए नीतीश के खिलाफ बीते डेढ़ साल मुखर रहे बीजेपी प्रदेश अध्यक्ष सम्राट चौधरी और नेता प्रतिपक्ष विजय सिन्हा को डिप्टी सीएम बनाया गया। सूत्रों के मुताबिक बीजेपी और जेडीयू में गृह विभाग को लेकर खींचतान चल रही है। बीजेपी चाहती है कि इस बार गृह मंत्री उसके कोटे से बनाया जाए। ताकि राज्य में कानून व्यवस्था की लगाम सीधे उसके हाथ में आ सके। बता दें कि नीतीश कुमार जब से सत्ता में हैं, उन्होंने यह विभाग उन्होंने अपने पास ही रखा है।

एनडीए के सूत्रों ने बताया है कि नीतीश सरकार में विभागों का बंटवारा अगले हफ्ते तक कर दिया जाएगा। 12 फरवरी को बजट सत्र शुरू होने वाला है। सत्र के पहले दिन ही सदन में एनडीए सरकार बहुमत पेश करेगी।

वहीं, बीजेपी के नेता सार्वजनिक रूप से कैबिनेट विस्तार और विभागों के बंटवारे पर कुछ भी कहने से कतरा रहे हैं। डिप्टी सीएम सम्राट चौधरी ने शुक्रवार को कहा कि ये दोनों मुद्दे मुख्यमंत्री का विशेषाधिकार है। इन चीजों को बिना किसी विवाद के निपटा दिया जाएगा। उन्होंने एनडीए पर सवाल उठा रही आरजेडी को भी घेरा। सम्राट ने कहा कि 1995 में जब आरजेडी ने डेढ़ साल सरकार चलाई थी, तब केवल उसके 12 मंत्री ही थे।

उन्होंने कहा कि हमारी सरकार में सबकुछ सुचारू रूप से चल रहा है। कहीं कोई दिक्कत नहीं है। कैबिनेट में पहले से 9 सदस्य हैं, जिसमें मुख्यमंत्री और दो डिप्टी सीएम भी हैं।

ये जोड़ी तो न्यारी लगती है, उपेंद्र कुशवाहा दे सकते है नीतीश को कंधा

पटना। राष्ट्रीय लोक जनता दल (आरएलजेडी) के नेता उपेन्द्र कुशवाहा ने शुक्रवार को नीतीश कुमार से मुलाकात कर उन्हें दोबारा बिहार का मुख्यमंत्री बनने पर बधाई दी। दिलचस्प बात यह है कि नीतीश कुमार से लंबी खींचतान के बाद उपेन्द्र कुशवाहा ने जेडीयू छोड़ दी थी। असंतुष्ट नेता ने तब जेडीयू से इस्तीफे की घोषणा की और 2023 में अपना संगठन, राष्ट्रीय लोक जनता दल लॉन्च किया। एक्स पर इसकी घोषणा करते हुए उन्होंने लिखा, श्री नीतीश कुमार से मुलाकात की और उन्हें बिहार की एनडीए सरकार में फिर से मुख्यमंत्री की जिम्मेदारी संभालने पर हार्दिक बधाई और शुभकामनाएं दीं। इससे पहले, नीतीश कुमार ने नौवीं बार बिहार के मुख्यमंत्री बनने के लिए राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन (एनडीए) से हाथ मिलाया था। हालांकि नीतीश और उपेंद्र कुशवाहा के रिश्ते पिछले दो दशकों से उतार-चढ़ाव भरे रहे हैं। 2014 के बाद के दौर को देखें तो उपेंद्र कुशवाहा उस वक्त बीजेपी के साथ रहे जब नीतीश कुमार महागठबंधन के हिस्सा थे। 2017 में जब नीतीश कुमार की एनडीए में वापसी हुई तो उपेंद्र कुशवाहा गठबंधन से बाहर हो गए थे। उन्होंने महागठबंधन के साथ मिलकर लोकसभा का चुनाव लड़ा था। लेकिन कोई सफलता नहीं मिली थी। 2020 के विधानसभा चुनाव में भी उपेंद्र कुशवाहा अपने दम पर उतरे थे। लेकिन सफलता नहीं मिली।

इसके बाद उनकी पार्टी का जदयू में विलय हो गया। जब नीतीश कुमार ने एनडीए से नाता तोड़कर महागठबंधन में शामिल होने का फैसला किया था तब उपेंद्र कुशवाहा ही थे जो उन्हें राष्ट्रीय नेता बता रहे थे और प्रधानमंत्री पद के लिए आगे कर रहे थे। हालांकि, कुछ दिनों में दोनों के रिश्तों में तकरार हुई और उपेंद्र कुशवाहा ने अपने रास्ते अलग कर लिया।

फ्लोर टेस्ट के पहले, मांझी मांगे मोर..

पटना। बिहार में नीतीश कुमार के पालाबदल के बाद कुर्सी के लिए बखेड़ा का संकेत दिख रहा है। बिहार में अब एनडीए की सरकार है नीतीश कुमार फिर से सीएम बन गए हैं और बीजेपी के सम्राट चौधरी और विजय सिन्हा डिप्टी सीएम हैं। राजभवन ने 12 फरवरी तक फ्लोर टेस्ट का वक्त दिया है। कैबिनेट का विस्तार होना है।

इस बीच जीतनराम मांझी ने दावा ठोकते हुए कहा है कि उनकी HAM पार्टी को दो मंत्री पद मिलने चाहिए। जीतनराम मांझी ने कहा, 'हिन्दुस्तानी अवाम मोर्चा को दो मंत्री पद मिलना चाहिए। यह सांमजस्य के लिए भी जरूरी है।' जीतनराम मांझी ने कहा कि मेरी पार्टी से अनिल कुमार सिंह को भी मंत्री बनाया जाए। उन्होंने यह भी कहा कि मुझे महागठबंधन के तरफ से सीएम का ऑफर मिला था, लेकिन मैंने उसे ठुकरा दिया।

मांझी ने कहा कि जब मैं महागठबंधन से सीएम का पद ठुकरा चुका हूं तो फिर दो मंत्री

पद न मिल पाना हमारे साथ अन्याय होगा। मांझी ने कहा कि मैंने अपनी बात अमित शाह, नीतीश कुमार और नित्यानंद राय सहित अन्य नेताओं से रखी है।

उन्होंने कहा कि जीतन राम मांझी को पैसा और पद से नहीं तौला जा सकता है, इसलिए मैं एनडीए के साथ हूं। जीतनराम मांझी को नीतीश कुमार ने करीब 6 महीने के लिए मुख्यमंत्री भी बनाया था। इसके बाद वह पद पर बने रहने पर अड़ गए थे और उन्हें पद से हटाना भारी पड़ गया था। सीएम पद छोड़ने के बाद जीतनराम मांझी ने अपनी नई पार्टी हिन्दुस्तानी अवाम मोर्चा का गठन कर लिया था। दरअसल नीतीश कुमार और उपमुख्यमंत्रियों के साथ ही जीतनराम मांझी के बेटे संतोष कुमार सुमन भी मंत्री बनें हैं। लेकिन मांझी अब एक और पद चाहते हैं। माना जा रहा है कि जीतनराम मांझी लोकसभा सीटों के बंटवारे में भी दो का दावा कर सकते हैं। अब तक चर्चा है कि ज्यादा से ज्यादा एक सीट ही उन्हें दी जा सकती है।

गौरतलब है कि बिहार विधानसभा में जीतनराम मांझी की पार्टी के 4 विधायक हैं। वह लंबे समय से भाजपा के साथ बने हुए हैं और पिछले दिनों तो उनकी विधानसभा में नीतीश कुमार से बहस भी हो गई थी। इस दौरान नीतीश कुमार ने उन पर हमला बोल दिया था और जीतनराम मांझी ने उन पर हमला बोलते हुए कहा था कि मैं दलित हूं, इसलिए मेरा अपमान हो रहा है।

शुरुआत राज्य में वज्रपात एवं अन्य प्राकृतिक आपदाओं से मिलेगी निजात

'नीतीश पेंडेंट' की मदद से दूर होगी समस्या

पटना। राज्य में वज्रपात एवं अन्य प्राकृतिक आपदाओं से पड़ने वाले दुष्प्रभावों में मददगार साबित होगा आपदा प्रबंधन विभाग का नीतीश' पेंडेंट। जिसे आईआईटी पटना की मदद से बनाया गया है।

सीएम ने बिहार राज्य आपदा प्राधिकरण के उपाध्यक्ष, डॉ उदय कांत को प्रदेश में आने वाली आपदाओं से निपटने के उपाय ढूंढने का निर्देश दिया था। इस को मूर्त रूप देने की समस्या सामने आई। इसके लिए बहुत सोच-समझकर प्राधिकरण ने आईआईटी, पटना से हाथ मिलाया। प्रारंभिक कई कठिनाइयों के उपरांत आईआईटी, पटना के निदेशक, डॉ त्रिलोक नाथ सिंह के दिशा-निदेश में आईआईटी, पटना के कम्प्यूटर साइंस विभागाध्यक्ष प्रो राजीव मिश्रा, डॉ अरजीत रॉय एवं आकाश ने गहन अन्वेषण के उपरांत एक नीत, तीव्र, एवं शक्तिशाली, सुरक्षा कवच पेंडेंट का निर्माण कर लिया। जिसका नाम अनायास ही 'नीतीश' पेंडेंट हो गया है।

सामान्य कलाई घड़ी के जैसा ही 47 मिमी x 48 मिमी x 16 मिमी एवं मात्र 43 ग्राम वाले इस पेंडेंट, लॉकेट या ताबीज की शक्ल वाले इस इलेक्ट्रानिक डिवाइस का अंग्रेजी नाम भी है Novel & Innovative Technological Intervention for Safety of Human lives ('NITISH')। इसे आसानी से गले में लटकाया या बांह पर बांधा जा सकता है। प्राधिकरण के उपाध्यक्ष डॉ उदय कान्त बताते हैं कि नीतीश पेंडेंट की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि यह शरीर की ऊर्जा और गर्माहट से ही रिचार्ज होता रहता है। क्षेत्र विशेष में वज्रपात या किसी अन्य आपदा की पूर्व चेतावनी जैसे ही आएगी, नीतीश पेंडेंट अपने स्वामी को तीन प्रकार से सतर्क कर देगा। इससे वॉयस मैसेज सुनाई पड़ेगी। यह वाईब्रेट भी करेगा तथा इसका रंग हरे से लाल में तब्दील हो जाएगा। जब तक इसे पहनने वाला इसका स्वीच ऑफ न कर दे तब तक नीतीश पेंडेंट चेतावनी देता ही रहेगा। स्वीच ऑफ करते ही प्राधिकरण के कम्प्यूटर में यह सूचना स्वतः ही आ जाएगी कि व्यक्ति विशेष तक चेतावनी पहुँच चुकी है। नीतीश पेंडेंट वाटरप्रुफ भी है जिसे समाज के प्रत्येक तबके को ध्यान में रखकर बनाया गया है।

नीतीश पेंडेंट इलेक्ट्रॉनिक डिवाइस 100 फीसद सुरक्षित है। आईआईटी पटना, अपने ही प्रयोगशाला में ऐसे 1 लाख पीस बनाएगा। आईआईटी, पटना के प्रोफेसर डा. राजीव मिश्रा ने बताया है कि शीघ्र ही नीतीश पेंडेंट का पेटेंट प्राधिकरण एवं आईआईटी पटना के संयुक्त नाम से कराया जाएगा। डॉ राजीव ने यह भी कहा है कि अभी नीतीश पेंडेंट में लगाये जाने पुर्जों में एक को आयातित करना पड़ रहा है।

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

केविवि के फर्जीओ पर कारवाई की मांग को लेकर जाप ने लिखा राष्ट्रपति को पत्र

मोतिहारी। महात्मा गाँधी केंद्रीय विश्वविद्यालय में पदस्थापित फर्जीओ पर कार्रवाई की माँग को लेकर जन अधिकार छात्र परिषद के तिरहुत प्रमंडल अध्यक्ष आकाश सिंह राठौड़ ने महामहिम राष्ट्रपति को पत्र लिखा है। उक्त पत्र में जन अधिकार छात्र परिषद के तिरहुत प्रमंडल अध्यक्ष आकाश सिंह राठौड़ ने कहा कि भारत सरकार की संस्था कैग की ऑडिट रिपोर्ट वर्ष 2022 और वर्ष 2023 में महात्मा गाँधी केंद्रीय विश्वविद्यालय में कार्यरत प्रो. आशीष श्रीवास्तव की विश्वा भारती में नियुक्ति को फर्जी बताया है। रिपोर्ट में कहा गया है कि विश्व भारती में श्री श्रीवास्तव की नियुक्ति असिस्टेंट प्रोफेसर के रूप में नियमों को दरकिनार कर किया गया था। असिस्टेंट प्रोफेसर के पद पर नियुक्ति के लिए स्नातकोत्तर में 55 प्रतिशत नम्बर चाहिए लेकिन प्रो. आशीष श्रीवास्तव को स्नातकोत्तर

(गणित) में 50.71 प्रतिशत ही है उसके बाद असिस्टेंट प्रोफेसर से एशोशिएट प्रोफेसर के रूप में नियुक्ति के लिए असिस्टेंट प्रोफेसर के रूप में 8 वर्षों का अनुभव चाहिए लेकिन उनका मात्र 4 वर्ष का ही अनुभव था। जाप के छात्र नेता श्री सिंह ने कहा कि प्रो. आशीष श्रीवास्तव की महात्मा गांधी केंद्रीय विश्वविद्यालय में प्रोफेसर पद पर नियुक्ति में विश्वा भारती के अनुभव को लगाकर हुआ है। छात्र नेता आकाश सिंह राठौड़ ने पत्र में कहा कि दिनांकः- 8 जनवरी 2024 को हमने केविवि के कुलपति को पत्र लिखकर मामले को संज्ञान में दिया था, लेकिन उन्होंने कोई कार्रवाई करने के बजाय दिनांकः- 11 जनवरी 2024 को प्रो. आशीष श्रीवास्तव को विश्वविद्यालय के शैक्षणिक मामलों के निदेशक पद पर नियुक्त कर दिया गया, जिससे विश्वविद्यालय के छवि और गरिमा को ठेस पहुँची है तथा कुलपति के इस कुकृत्य से पूरे चंपारण वासियों में रोष का माहौल है। श्री सिंह ने पत्र में राष्ट्रपति से कहा कि बापू के कर्मभूमि चंपारण में बापू के नाम पर स्थापित केविवि के फर्जियों की सफाई हेतु मेरे द्वारा चलाये जा रहे स्वच्छता अभियान को अपना आशीर्वाद और संरक्षण दे। श्री सिंह ने पत्र में कहा कि आप भारतीय गणतंत्र की आशा और न्याय की चरण बिंदु है। छात्र नेता श्री सिंह ने उक्त मामले की रिटायर्ड न्यायाधीश के नेतृत्व में जाँच समिति से जाँच कराकर दोषियों पर कारवाई की मांग किया है।

हाई कोर्ट के निर्देश पर भी बैठक में नहीं पहुंची पताही प्रखंड प्रमुख रिंकू देवी

बीएनएम@पताही

कोर्ट ने 2 फरवरी को पंसस के साथ बैठक करने का दिया था निर्देश

बैठक में पंसस के आवेदन पर प्रमुख को अविश्वास पर चर्चा का तिथि करना था निर्धारित

प्रखंड प्रमुख एवं उप प्रमुख पर अविश्वास प्रस्ताव प्रकरण को लेकर हाई कोर्ट के निर्देश पर 2 फरवरी को आयोजित पंसस की बैठक निर्धारित की गई थी। इसके बाद प्रखंड प्रमुख अपनी कुर्सी बचाने के लिए तरह-तरह के हथकंडे अपना रही है। प्रखंड प्रमुख रिंकू देवी के द्वारा उच्च न्यायालय आदेश को नहीं मानते हुए अचानक तबियत बिगड़ने का हवाला देकर बैठक में नहीं पहुंची। जबकि हाई कोर्ट के निर्देश के आलोक में प्राप्त पत्र के अनुसार सुबह 10:30 बजे 15 पंचायत समिति सदस्य बैठक के लिए सदन में पहुंचे थे।

प्रमुख के इंतजार के बाद सभी समिति सदस्यों द्वारा शाम 5:00 बजे बीडीओ सम्राट जीत को प्रखंड प्रमुख रिंकू देवी की अनुपस्थिति को लेकर सभी सदस्यों के हस्ताक्षर युक्त एक लिखित आवेदन दिया गया। जानकारी के अनुसार प्रखंड प्रमुख के द्वारा हाई कोर्ट में अविश्वास पर होने वाली बैठक को लेकर एक याचिका दायर की गई थी। जिसके आलोक में हाई कोर्ट ने प्रखंड प्रमुख को 2 फरवरी 2024 को सभी सदस्यों के साथ बैठक कर अविश्वास प्रस्ताव पर चर्चा के लिए तिथि निर्धारित करने का निर्देश दिया था। कोर्ट ने प्रमुख के द्वारा अविश्वास की तिथि निर्धारण का विरोध करने पर प्रमुख एवं उप प्रमुख के द्वारा इनकार के बाद समिति सदस्यों द्वारा अविश्वास प्रस्ताव पर चर्चा के लिए बैठक की तिथि निर्धारित करने का निर्देश दिया गया है। बीडीओ सम्राट जीत ने बताया कि हाई कोर्ट के निर्देश पर आयोजित पंसस की बैठक में प्रखंड प्रमुख की अनुपस्थित को लेकर 15 समिति सदस्यों के द्वारा एक हस्ताक्षर युक्त लिखित आवेदन प्राप्त हुआ है। वही इस संबंध में प्रखंड विकास पदाधिकारी सम्राट जीत ने बताया कि माननीय उच्च न्यायालय के आदेशानुसार आज माननीय प्रमुख साहिबा को यहां रहना था परंतु तबीयत खराब होने का हवाला देकर वे अनुपस्थित रहीं उसके बाद 15 पंचायत समिति सदस्यों ने मेरे समक्ष हस्ताक्षर करके आवेदन सौंपा कल फिर उप प्रमुख के समक्ष ये लोग आवेदन सौंपेंगे फिर आगे का निर्णय उच्च न्यायालय के पत्र के आलोक में लिया जाएगा।

विद्यालय का 25 वां स्थापना दिवस मनाया

बीएनएम@केसरिया। प्रखण्ड क्षेत्र के बड़हरवा खुर्द स्थित रेड रोज पब्लिक स्कूल का शुक्रवार को 25 वां स्थापना दिवस समारोहपूर्वक मनाया गया। समारोह का उद्घाटन मुख्य अतिथि जिला कार्यक्रम पदाधिकारी (एसएसए) हेमचंद, पीएसए के सचिव संतोष रौशन व अन्य आगत अतिथियों ने दीप प्रज्वलित कर किया। समारोह के आरंभ में विद्यालय के बच्चों द्वारा स्वागत गान प्रस्तुत कर आगत अतिथियों का अभिनन्दन किया गया। इसके बाद सिल्वर जुबली समारोह को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि डीपीओ हेमचंद्र ने कहा कि ग्रामीण स्तर पर बेहतर शैक्षणिक माहौल बनाकर इस विद्यालय ने एक नया कीर्तिमान स्थापित किया है। वहीं अपने स्वागत संबोधन में विद्यालय के संचालक उपेंद्र कुमार सिंह ने कहा कि स्थानीय लोगों की सहयोग से विद्यालय आज इस मुकाम तक पहुँचा है। उन्होंने इस विद्यालय को मजबूती प्रदान करने में सहयोग करने वाले लोगों, अभिभावकों, शिक्षकों आदि के प्रति आभार व्यक्त किया। वहीं विद्यालय के छात्र-छात्राओं द्वारा नृत्य, गीत सहित अन्य संस्कृतिक कार्यक्रम की प्रस्तुति दी गई। मौके पर अवधेश

कुमार, मुकेश शर्मा, विद्यालय के शिक्षक रामेश्वर पाण्डेय, अंजली कुमारी, सरिता कुमारी, अखिलेश पटेल, विनय कुमार सिंह, दीपक कुमार, संतोष कुमार, रवि पटेल, अमन कुमार, विवेक कुमार, सत्येन्द्र कुमार, रवींद्र सिंह, सुमन कुमार, अजय कुमार शर्मा सहित अन्य मौजूद थे।

रसोइयों को कई माह से नहीं मिला मानदेय

हरसिद्धि। प्रखंड के मठलोहियार पंचायत स्थित राजकीय प्राथमिक विद्यालय, छतवनिया टोला के तीन रसोइयों को कई माह से मानदेय नहीं मिला है। इसको लेकर जिला कार्यक्रम पदाधिकारी, मध्याह्न भोजन के नाम से 25 जनवरी को एक आवेदन प्रखंड मध्याह्न भोजन प्रभारी के कार्यालय में दिया गया है। विद्यालय के प्रभारी प्रधानाध्यापक उमेश पासवान ने कार्यालय को सूचित करते बकाया राशि की भुगतान का अनुरोध किया है। इसमें बताया गया है कि तीन रसोइयों कबूतरी देवी का 15 महीने, लालमुनि देवी व घुना देवी का नौ महीने का मानदेय नहीं दिया है। वहीं इन तीनों रसोइयों ने बताया कि एक वर्ष में 10 महीने का मानदेय 1650 रुपए प्रति माह के हिसाब से मिलता है। यानी दिहाड़ी के रूप में रोज के 50 रुपए चूल्हा-चौकी पर खाना बनाने, जूठे-बर्तन धोने और बच्चों को भोजन परोसने के लिए मिलते हैं। वे बताती हैं कि एक तो इतनी कम मजदूरी है, वो भी समय पर नहीं मिलती। इस कारण आर्थिक संकट की स्थिति पैदा हो गई है।

शुरुआत क्षेत्र के मरीजों को दूसरी जगह जाने की जरूरत नहीं पड़ेगी

मैक हॉस्पिटल का विधायक ने किया उद्घाटन

बीएनएम@केसरिया। लाला छपरा-केसरिया मार्ग के बीपीएस कॉलेज के समीप मैक हॉस्पिटल का शुक्रवार को शुभारंभ किया गया। जिसका उद्घाटन विधायक शालिनी मिश्रा, पूर्व नपं मुख्य पार्षद रजनीश कुमार पाठक व डॉ नुरुल होदा ने फीता काटकर किया। इस अवसर पर विधायक श्रीमती मिश्रा ने कहा कि आधुनिक सुविधाओं से सुसज्जित इस हॉस्पिटल के खुल जाने से क्षेत्र के मरीजों को दूसरी जगह जाने की जरूरत नहीं पड़ेगी। बड़े शहरों में स्थापित अस्पतालों की तरह यहाँ सुविधा मुहैया कराया जाएगा। जिससे क्षेत्र के लोग लाभान्वित होंगे। इस दौरान मैक हॉस्पिटल के संचालक हसीब खान व मो नदीम के द्वारा आगत अतिथियों का स्वागत किया गया। संचालक द्वारा बताया गया कि न्यूनतम फी पर विशेषज्ञ चिकित्सकों द्वारा बेहतर इलाज किया जाएगा। यहाँ इमरजेंसी

सहित अन्य सुविधा उपलब्ध है। मौके पर पूर्व विधायक डॉ राजेश कुमार, डॉ कासिफ अली खान, डॉ सोनी सुमन, डॉ जेबा तस्कीन, डॉ नुरूज्जमा के अलावा सीताराम यादव, जदयू प्रखण्ड अध्यक्ष मो इशाक आजाद, संजय किशोर तिवारी, गुड्डू खान, सदाब अहमद खान, डॉ राजेन्द्र सिंह, देवालाल यादव, पंसस फिरोज अंसारी, अब्दुल बारी, मुन्ना खान, मुस्तफा अंसारी, नसीमुज्जोहा सहित अन्य मौजूद थे।

नवपदस्थापित बीईओ को किया सम्मानित

बीएनएम@केसरिया। नवपदस्थापित प्रखण्ड शिक्षा पदाधिकारी विनय कुमार तिवारी का शुक्रवार को शिक्षकों ने स्वागत किया। इस अवसर पर उन्हें अंगवस्त्र व बुके देकर सम्मानित किया गया। बीईओ श्री तिवारी ने कहा कि शिक्षकों की हर समस्या के समाधान को लेकर त्वरित कार्रवाई की जाएगी। उन्होंने शिक्षकों से कहा कि नियत समय से विद्यालय जाएं। साथ हीं आपने विद्यालय में बेहतर शैक्षणिक माहौल बनाने में हर सम्भव कदम उठाये। इस प्रयास में विभाग सहयोगात्मक कदम उठाएगा। इस मौके पर बीपीएम अनिल कुमार यादव, शिक्षक नसीम हाशमी, जितेंद्र कुमार सिंह, औरंगजेब खां, शाहनवाज खान, अरशद खान सहित अन्य मौजूद थे।

हाथी पाँव से बचाव को सभी को दवा सेवन करना है जरूरी : डॉ रमेश

फिर संस्था के सहयोग से आयोजित हुई मिडिया कार्यशाला

एमडीए कार्यक्रम को सफल बनाने में आवश्यक है मिडिया की भूमिका

बीएनएम@बेतिया

फाइलेरिया उन्मूलन कार्यक्रम के अंतर्गत बेतिया प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र राजदेवड़ी में सिफार संस्था के सहयोग से मिडिया कार्यशाला का आयोजन अपर मुख्य चिकित्सा पदाधिकारी डॉ रमेश चंद्रा की अध्यक्षता में आयोजित की गईं। मौके पर अपर मुख्य चिकित्सा पदाधिकारी डॉ रमेश चंद्र ने कहा कि फाइलेरिया एक गंभीर बीमारी है, जिससे ग्रसित होने पर यह लोगों को विकलांग तक बना देता है। फाइलेरिया (हाथी पाँव) के हो जाने के बाद इलाज संभव नहीं है, इसलिए इससे लोगों को बचाने के लिए जन जागरूकता कर फाइलेरिया रोधी दवा का सेवन किया जाना जरूरी है। जिले के वेक्टर जनित रोग नियंत्रण पदाधिकारी डॉ हरेंद्र कुमार ने बताया की फाइलेरिया की रोकथाम के लिए जिले के सभी प्रखंडो में 10 फ़रवरी से प्रथम तीन दिनों तक विद्यालयों में बूथ लगाया जाएगा, उसके बाद 14 दिनों तक आशा व स्वास्थ्य कर्मियों के सहयोग से प्रत्येक घर में 2 वर्ष से ऊपर के स्वस्थ लोगों को दवा खिलाई जाएगी। कार्यक्रम में उपस्थित जिला सुचना एवं जनसंपर्क पदाधिकारी अनंत कुमार ने कहा की के लक्ष्य को हासिल करने के लिए जन-जन में जागरुकता जरूरी है जिसके लिए मीडिया का सहयोग आवश्यक है उन्होंने उपस्थित सभी प्रिंट/इलेक्ट्रॉनिक/ शोशल मीडिया/ कर्मियों से जागरूकता के कार्यों में सहयोग का अपील किया।

आशा प्रत्येक घर का भ्रमण कर सामने खिलाएगी दवा

डीसीएम राजेश कुमार ने कहा कि सर्वजन दवा के कार्यक्रम के सफलतापूर्वक संचालन के लिए आशा प्रत्येक घर का भ्रमण करेंगी। वे प्रतिदिन 50 घरों का दौरा करेंगी एवं अपने सामने दवा खिलाएगी। उन्होंने बताया की इसके लिए सभी प्रखंड स्तर पर टीम तैयार कर ली गई है। एक टीम में दो आशा रहेंगी। दवा की पर्याप्त मात्रा सभी सरकारी अस्पतालों में उपलब्ध है। दो वर्ष से कम उम्र के बच्चे, गर्भवती महिलाएं एवं गंभीर रोग से ग्रसित लोगों को दवा नहीं खिलायी जाएगी । सभी प्रखंडों में टास्क फोर्स कमेटी का गठन किया जा चुका है। हर उम्र के लोगों के लिए अलग खुराक निर्धारित है ।मौके पर डीसीएम राजेश कुमार एवं सेवानिवृत फाइलेरिया इंचार्ज राजकुमार शर्मा ने

डीईसी एवं एल्बेंडाजोल दवा का सेवन किया।

सर्वजन दवा सेवन करने से हाथी पाँव से होता है बचाव

डब्ल्यूएचओ के ज़ोनल कोऑर्डिनेटर डॉ. माधुरी देवराजू ने बताया कि आमतौर पर फाइलेरिया का संक्रमण लिम्फैटिक सिस्टम को नुकसान पहुंचाता है इससे शारीरिक अंगों में असामान्य सूजन होती है और सामाजिक दंश भी झेलना पड़ता है। यह एक घातक रोग है जिससे पांच वर्षों तक साल में एक बार दवा सेवन कर बचा जा सकता है। इस अभियान में डीईसी एवं एलबेंडाजोल की गोलियां दी जाएगी। दो से 5 वर्ष तक के बच्चों को डीईसी की एक गोली एवं एलबेंडाजोल की एक गोली, 6 से 14 वर्ष तक के बच्चों को डीईसी की दो गोली एवं एलबेंडाजोल की एक गोली एवं 15 वर्ष से अधिक लोगों को डीईसी की तीन गोली एवं एलबेंडाजोल की एक गोली दी जाएगी।

मौके पर अपर मुख्य चिकित्सा पदाधिकारी डॉ रमेश चंद्रा, डीसीएम राजेश कुमार,वेक्टर जनित रोग नियंत्रण पदाधिकारी डॉ हरेंद्र कुमार, प्रभारी चिकित्सा पदाधिकारी डॉ मो शहाबुद्दीन,सीफार से अमित कुमार, सिद्धांत कुमार, पीसीआई डीसी बिपिन कुमार, पिरामल से श्याम सुन्दर कुमार,व अन्य स्वास्थ्य कर्मी उपस्थित थें।

जनता की समस्याओं, शिकायतों से अवगत हुए जिलाधिकारी

बीएनएम@बेतिया

जिलाधिकारी कार्यालय प्रकोष्ठ में पूर्व निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार शुक्रवार को जनता दरबार का आयोजन किया गया। जिलाधिकारी दिनेश कुमार राय ने लोगों की समस्याओं एवं शिकायतों को सुना। संबंधित अधिकारियों को समस्याओं के समाधान को लेकर आवश्यक दिशा-निर्देश दिए।

जिलाधिकारी के जनता दरबार में 80 से अधिक मामले आये। जनता दरबार में जिन लोगों द्वारा अपनी समस्याओं से जिलाधिकारी

को अवगत कराया गया, उनमें अरविन्द कुमार पटेल, पासपत पटेल, ललिता देवी, रामदेव पंडित, रंजीत कुमार, मानकी कुंवर, मीना देवी, रामायण महतो, कन्हैया प्रसाद, मुन्ना यादव, ताजीम जहां, मुकेश महतो, भवानी देवी आदि के नाम शामिल है।

इस अवसर पर उप विकास आयुक्त प्रतिभा रानी, अपर समाहर्ता राजीव कुमार, एसडीएम बेतिया विनोद कुमार, प्रभारी पदाधिकारी, प्रभारी पदाधिकारी, जनता दरबार कोषांग बेबी कुमारी, निदेशक, डीआरडीए अरूण प्रकाश, विशेष कार्य पदाधिकारी, जिला गोपनीय शाखा सुजीत कुमार सहित अन्य अधिकारी उपस्थित रहे।

12 फरवरी को रामनगर होगा प्रमुख और उपप्रमुख के अविश्वास प्रस्ताव पर मतदान एवं बहस

बेतिया।रामनगर प्रखण्ड प्रमुख व उप प्रमुख पर अविश्वास प्रस्ताव पर चर्चा एवं मतदान के लिए विशेष बैठक के लिए कार्यकारी अध्यक्ष सह पंचायत समिति सदस्य अर्चना वर्मा ने प्रखण्ड विकास पदाधिकारी को पत्र लिखा है। क्षेत्र संख्या 10 खटौरी की अर्चना वर्मा के नेतृत्व में ग्यारह सदस्यों के हस्ताक्षर युक्त आवेदन प्रखण्ड विकास पदाधिकारी को सौपी है। जिसमें तब्सुम आरा गेन्ह लाल राम, पुनम कुमारी दिवेदी, मनोज महतो, सुनीता देवी, गणेश कुमार महतो, कान्ति देवी, सरस्वती देवी, मो शमशाद, शिव कुमारी देवी, ममता देवी शामिल है। प्रखण्ड विकास पदाधिकारी चन्द गुप्त बैठा ने बताया कि आगामी बारह फरवरी को मतदान व बहस कराने के लिए सभी पंचायत समिति सदस्यों को सूचना भेजी जाएगी। मालूम हो कि तीन जनवरी को प्रखण्ड प्रमुख व प्रखण्ड उप प्रमुख पर अविश्वास प्रस्ताव सदस्यों ने लाया था।

चार लाख जाली नोट के साथ चार गिरफ्तार

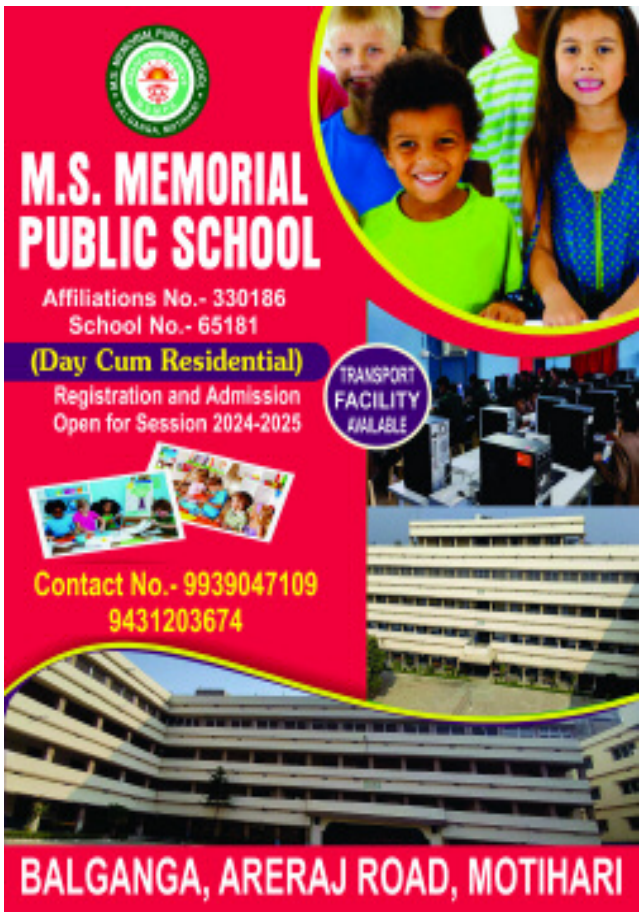
मोतिहारी। जिले से सटे नेपाल सीमावर्ती शहर रक्सौल से जाली नोट के साथ चार को रक्सौल पुलिस ने गिरफ्तार किया है। वही जाली नोट के साथ जाली नोट बनाने में इस्तेमाल होने वाले प्रिंटर, इंक व कागज मादक पदार्थ व कई जाली नोट बनाने में प्रयुक्त कई उपकरण बरामद किया गया है। सभी आरोपी सीवान जिले के रहने वाले है। गिरफ्तार होने वालों में सीवान नवलपुर का मोहम्मद यूसुफ, लक्ष्मीपुर का नीरज कुमार, सूरज कुमार गिरी और रवि कुमार सोनी शामिल है।

रंगदारी के लिए घर पर ईट-पत्थर से हमला

मोतिहारी। जिला मुख्यालय मोतिहारी नगर थाना क्षेत्र के हेनरी बाजार में रंगदारी के लिए स्वर्गीय सोहन प्रसाद के घर पर हमला कर तोड़फोड़ करने का मामला सामने आया है। मामले में सोहन प्रसाद की पत्नी नीलम देवी ने हनुमान गढ़ी मोहल्ले के माहताब आलम को आरोपित करते हुए नगर थाने में आवेदन देते बताया है कि अचानक उनके घर पर ईट-पत्थर से हमला किया गया और गाली-ग्लौज सुनकर उसने सीसीटीवी फुटेज खोला। जिसमे देखने पर उक्त आरोपित 20-25 अज्ञात लोगों के साथ दिखा।

फसल को बढ़ावा देने के लिए किसानों को मिलेगा उरद,मूंग एवं ढैंचा का बीज

बेतिया। पश्चिम चंपारण जिला मे उरद,मूंग एवं ढैंचा का उत्पादन बढ़ाने के लिए किसानों को अनुदानित दर पर बीज मुहैया कराया जाएगा। इसके लिए ऑनलाइन अप्लाई हो रहा है। यह जानकारी शुक्रवार को किसान भवन में हुई बैठक में नोडल किसान समन्वयक ने दी।



आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस अब और हो सकता है खतरनाक?

संजीव ठाकुर

विकासशील देशों में इस टेक्नोलॉजी का विकास अभी काफी एडवांस नहीं है इन परिस्थितियों में उनके लिए उनके सामरिक महत्व की चीजें छुपाना दुश्मन देशों के सामने कठिन हो जाएगा और उनकी खुफिया जानकारी शक्तिशाली देश आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस केवल एक सूत्र प्राप्त करने के बाद ही पूरी प्राप्त कर सकते हैं.खाड़ी के देश जिनमें सऊदी अरबिया, कतर ,मिस्र, जॉर्डन, यूएई अपने बजट का 34% बढ़ा हुआ हिस्सा एआई तकनीक पर लगातार कर रहे हैं।

अब आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस नफ्ज़ पढ़कर आपके मस्तिष्क की बात तुरंत पकड़कर उस पर अमल करने लगेगा। अब आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस पल्स रेट द्वारा आपके मन की हर बात जानने में सक्षम हो सकता है।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की तकनीक को वैज्ञानिकों ने मानव की सहायता के लिए और देश की बेहतरी के लिए अविष्कार किया है।अभी तक तो अमेरिका, ऑस्ट्रेलिया, ब्रिटेन, इजरायल, आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के मामले में काफी आगे पर अब खाड़ी के देशों विगत 5 साल में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस को अपनाकर अपनी आर्थिक स्थिति केवल तेल के कुए पर न रह कर अन्य योजनाओं पर भी काम करना शुरू कर दिया है और आश्चर्यजनक रूप से यूएई , सऊदीअरबिया, कतर, मिस्र ,जॉर्डन,मोरक्को और अन्य देशों में यूरोप की तुलना में अब और ज्यादा खर्च करके आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की तकनीक को अपने देश में बहुत मजबूत बना लिया।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस जितने फायदे हैं उससे ज्यादा विकासशील देशों के लिए यह नुकसान देह भी हो सकता है आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस आपकी पल्स रीडिंग और मानसिक विचारधारा को केवल थंब इंप्रेशन में ही आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस का डिवाइस पढ़ कर उस पर अमल कर सकता है।

इस टेक्नोलॉजी से अमेरिका तथा यूरोपीय देश अब तक दुश्मन की अनेक सूचनाएं बड़ी आसानी से प्राप्त कर उसका सामरिक उपयोग करने में लगे हुए हैं। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस का उपयोग रूस अपनी टेक्नोलॉजी का उपयोग कर मिसाइल दागने में यूक्रेन के विरुद्ध कर रहा है और अब तक यूक्रेन यूरोपीय तथा नाटो देश की मदद से इसी तकनीक के सहारे रूस के विरुद्ध अब तक टिका हुआ है वैसे तो यूक्रेन और रूस का युद्ध में काफी नुकसान हुआ है पर आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस का भरपूर उपयोग दोनों देश एक दूसरे पर कर रहे हैं।

विकासशील देशों में इस टेक्नोलॉजी का विकास अभी काफी एडवांस नहीं है इन परिस्थितियों में उनके लिए उनके सामरिक महत्व की चीजें छुपाना दुश्मन देशों के सामने कठिन हो जाएगा और उनकी खुफिया जानकारी शक्तिशाली देश आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस केवल एक सूत्र प्राप्त करने के बाद ही पूरी प्राप्त कर सकते हैं.खाड़ी के देश जिनमें सऊदी अरबिया, कतर ,मिस्र, जॉर्डन, यूएई अपने बजट का 34% बढ़ा हुआ हिस्सा एआई तकनीक पर लगातार कर रहे हैं।

खाड़ी के देश इस टेक्नोलॉजी का उपयोग इस वजह से कर रहे हैं क्योंकि यह उनकी भविष्य की योजनाओं का महत्वपूर्ण हिस्सा है जिससे वे तेल की कमाई से हटकर अन्य साधनों से अपनी अर्थव्यवस्था में सुधार ला सकें। यूं एई पहला देश है जिसने 2017 ने इस तकनीक को अपनाया था इसके बाद खाड़ी के देशों में अब टेक्नोलॉजी को अपनाने में होड़ हो गई है।

यह सभी देश एआई टेक्नोलॉजी पर लगभग 3 अरब डॉलर खर्च कर चुके हैं। दूसरी तरफ यदि इसका इस्तेमाल अति विशेषज्ञों द्वारा नहीं किया गया तो इसका दुरुपयोग जिन देशों के पास इन टेक्नोलॉजी से एडवांस टेक्नोलॉजी है वह पूरी जानकारी निकालने में सक्षम होंगे। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस का उपयोग यूरोपीय देश न सिर्फ सामरिक महत्व की चीजों में कर रहे हैं बल्कि मेडिकल साइंस और अंतरिक्ष विज्ञान में भी पूरी तरह हो रहा है और इससे बहुत फायदे भी मिल रहे हैं।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस मानव प्रजाति के लिए जितना फायदेमंद है दूसरी तरफ उतना ही नुकसान दे और इससे वैश्विक शांति को खतरा भी हो सकता है।

राइट एक्टिविस्ट मानते हैं कि रोबोट की तरह इस तरह की विज्ञान पर आधारित चीजें मानवीय प्रजाति को खत्म कर सकती है बल्कि उनकी चिंता डेटा सुरक्षा प्रपो गेंडा सर्विलांस के विरुद्ध होने वाले नुकसान पर भी ज्यादा है।

आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस को लेकर खाड़ी के देशों ने एआई के इस्तेमाल पर दिशा निर्देश तय कर उसे जारी किया है। हालांकि इस पर कोई कानूनी बाध्यता नहीं है फिर भी इसका दुरुपयोग होने से मानव को खतरा भी हो सकता है यह एक वैश्विक चिंता की बात है।

स्तंभकार, चिंतक, लेखक, रायपुर

शिक्षा देने के साथ बच्चों को जीने की कला भी सिखाएं

अशोक मधुप

आज हमारा ध्यान बच्चों की शिक्षा पर है। उन्हें योग्य बनाने पर है।योग्य भी इतना की 100 में 95 अंक पाना भी स्वीकार नहीं। पेपर के निर्धारित पूरे अंक चाहिए। इन सबके बीच हम बच्चों के समग्र विकास पर ध्यान नही दे पा रहे। बच्चों की शिक्षा पर माता पिता का ध्यान ज्यादा है। बच्चों के शारीरिक विकास पर नहीं। बच्चों के मानसिक विकास पर नहीं,जबकि जरूरी है कि बच्चों को जीवन जीना सिखाया जाए।

विपरीत समय में कैसे बचे, सुरक्षित रहे, या कोई नही बता रहा जबकि बहुत जरूरत है सभी बच्चों को जीवन जीना सीखने की कला सिखाई जाए।उन्हें प्रत्येक विपरीत परिस्थिति के लिए तैयार किया जाए। उन्हें बताया जाए कि किसी आपदा या संकट में फंस जाएं तो उससे कैसे बचे।

कोलंबिया के अमेजन के जंगल में मई में एक विमान दुर्घटनाग्रस्त हो गया। इस घटना में लापता हुए चार बच्चे घटना के 40दिन बात जीवित मिले। कोलंबिया के राष्ट्रपति गुस्तावो पेट्रो ने यह घोषणा की। राष्ट्रपति गुस्तावो पेट्रो ने शुक्रवार देर रात ट्विटर पर कहा, पूरे देश के लिए खुशी की बात है !कोलंबिया के जंगल में 40 दिन पहले लापता हुए चारों बच्चे जिंदा मिल गए हैं।

उन्होंने सैन्य और स्वदेशी समुदाय के कई सदस्यों की एक तस्वीर भी साझा की, जो भाई-बहनों लेस्ली जैकबॉम्बेयर मुकुतुय (13), सोलेनी जैकबॉम्बेयर मुकुतुय (9), टीएन रानोक मुकुतुय (4) और क्रिस्टिन रानोक मुकुतुय (1) की थी।एक बयान में राष्ट्रपति ने इसे मैजिकल डे करार दिया, और कहा ये अकेले थे, उन्होंने जीवन संघर्ष का ऐसा उदाहरण पेश किया, जो इतिहास में बना रहेगा।गौरतलब है कि एक मई को, सेसना 206 लाइट एयरक्राफ्ट अमेजॅनस प्रांत में अरराकुआरा और ग्वावियारे के एक शहर सैन जोस डेल ग्वावियारे के बीच उड़ान भरने के दौरान गायब हो गया। दुर्घटना के बाद से खोजी कुत्तों के साथ 100 से अधिक सैनिकों को खोज और बचाव कार्यों में लगाया गया है।पिछले महीने विमान का मलबा और पायलट तथा दो वयस्कों के शव मिले थे। उड़ान के शुरुआती घंटों में ही पायलट ने इंजन के फेल होने की सूचना दी और आपातकालीन अलर्ट जारी किया। इसके बाद विमान घने जंगल में जाकर क्रैश हो गया। दुर्घटना के परिणामस्वरूप पायलट और बच्चों की मां मागदालेना मुकुटुय सहित तीन वयस्कों की मौत हो गई और उनके शव विमान के अंदर पाए गए। जबकि 13, नौ, चार साल और बारह महीने के चारों बच्चे 40 दिन बाद जीवित पाए गए।

कोलंबिया के राष्ट्रपति ने खुशी जाहिर करते हुए कहा कि मुझे उन्हें देख कर बेहद खुशी हुई क्योंकि बच्चों ने जंगल के बीच में अकेले अपना बचाव किया था। रेस्क्यू टीम को बच्चों के पास से कुछ फल मिले हैं। बता दें कि चारों बच्चे आपस में भाइ बहन है। इन बच्चों ने खुद के लिए झाड़ियों का छोटा एक घर भी बना लिया था। इस घर में ये चारों एक साथ पाये गए। खुद को जीवित रखने के लिए इन बच्चों ने 40 दिन तक घने जंगल में पेड़ों से फल तोड़कर खाए।सर्च डाग ने इनके गिरे फल से ही इनका पता लगाया।हालाकि चालिस दिन में ये बच्चे बहुत कमजोर हो गए थे। इन बच्चों के दादा फिडेंशियो वैलेंशिया ने बताया कि दुनिया में कभी कोई बच्चा इतने मुश्किल हालात में जिंदा रहना जानता है तो वह वह मुकुतुय परिवार का हो सकता है। इन चारों में दो बड़े बच्चे लेस्ली और सोलेनी जंगल में जिंदा रहने वाली कला से बखूबी वाकिफ थे। उन्होंने बताया हुई तोतो कबीले के सदस्य बहुत कम उम्र में ही शिकार करना,मछली पकड़ना और खाने पीने का सामान जमा करना सीखने लगते हैं।

कोलंबिया के मीडिया से बात करते हुए इन बच्चों की चाची दमारिस मुकुतुय ने बताया उनके परिवार के बच्चे जब बड़े हो रहे होते हैं, तो वे खानदान के दूसरे लोगों के साथ जिंदा रहने का खेल खेलते हैं। उन्होंने अपना बचपन याद करते हुए कहा कि जब हम सब बचपन में खेल खेलते थे तो हम छोटे-छोटे तंबू बनाया करते थे। उन्होंने बताया कि 13 साल की लेस्ली को पता था कि कौन से फल नहीं खाने हैं क्योंकि जंगल में बहुत से फल जहरीले मिलते हैं। लेस्ली को छोटे बच्चे का ख्याल रखना भी अच्छी तरह आता था. दुर्घटनाग्रस्त विमान के मलबे से लेस्ली ने फैरून नाम का एक तरह का आटा भी खोज निकाला. जब तक यह आटा रहा तब तक यह बच्चे इसी पर गुजर करते रहे. बच्चों की तलाशी अभियान में हिस्सा लेने वाले हुई तूतो समुदाय के बुजुर्ग एडमिन पाखी ने बताया कि आटा खत्म होने के बाद चारों बच्चे जंगली फल के बीज खाने लगे. इन्हीं बचे मिले फल से बच्चों की खोज हुई।

बच्चों के दादा कहते हैं कि मुकुतुय परिवार के बच्चों को बचपन से ही विपरीत परिस्थिति में जंगल में आदमी के जीने की कला सिखाई जाती है। कोलंबिया में मुकुतुय परिवार को यह कला सिखाई जाती है किंतु हिंदुस्तान में तो प्रायः सरकारी स्कूल के कक्षा तीन से लेकर कक्षा आठ तक सारे बच्चे ये कला सीखते हैं। ये शिक्षा है स्काउट की। इसमें स्काउट (लड़के)/ गाइड (लडकियों) को बताया जाता है कि जंगल में फंसने पर पेड़ पौधों की छाल से कैसे रोटी बनानी है। तवा ना होने पर भी पत्थर पर कैसे रोटी को सेकनी है। बिना माचिस कैसे आग जलानी है। वन में रास्ते पर चलते निशान लगाते चलना है कि पीछे आने वाले को सुविधा रहे। बिछड़े साथियों की टीम के लिए किस तरह का इशारा करना है। जंगल में जरूरत पर रस्सी से कैसे पुल तैयार करना है। मुसीबत में फंसे साथी की कैसे मदद करनी है।एक वाक्य में इन्हें जिम्मेदार और आदर्श नागरिक बनना सिखाया जाता है। स्काउट/गाइड आंदोलन का उद्देश्य युवाओं के शारिरिक, बौद्धिक, समाजिक, भावात्मक और आध्यात्मिक विकास में मदद कर उन्हें स्थानीय, राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय समुदाय के लिए एक जिम्मेदार नागरिक बनाना है।

किंतु जब से प्राइवेट क्षेत्र में शिक्षा का चलन बढ़ा तब से यह सब खत्म हो गया। सीबीएसई/आइसीएसई शिक्षा में नंबर ज्यादा आने से बच्चों के अभिभावकों का बच्चों से ज्यादा उनकी पढ़ाई पर ध्यान रहने लगा। उनका दबाव रहता है कि बच्चे ज्यादा से ज्यादा नंबर लाएं। इसीलिए स्कूल के बाद ट्यूशन पढ़ने का चलन जोर पकड़ गया। आज की प्राइवेट शिक्षा में छोटी क्लास से लेकर इंटर तक का बच्चा पढ़ाई की मशीन बनकर रह गया। स्कूल में आठ घंटे लगाने के बाद बच्चों को सभी सब्जेक्ट की ट्यूशन पढ़ने हैं। चार सब्जेक्ट की ट्यूशन के लिए चार घंटे चाहिए। एक टयूशन से दूसरे टयूशन तक जाने के लिए बच्चों को लगभग तीन से चार घंटे लगते हैं। इस तरह से आज के बच्चे और किशोर 15 से 16 घंटे पढ़ाई के लिए तैयार होने और पढ़ाई पर लगते हैं। इसके बाद भी मां-बाप का दबाव रहता है कि स्कूल और टयूशन का होमवर्क करना है। इतना सब होने के बाद बच्चे और किशोर को खेलने के लिए और अपने व्यक्तिगत विकास के लिए समय नहीं मिलता। आज के मां-बाप का इस बच्चे के व्यक्तिगत विकास पर उनका ध्यान नहीं उनका जितना जोर बच्चों की पढ़ाई पर है।

(लेखक वरिष्ठ पत्रकार हैं)

संजय 'तल्ख़'

ग़ज़ल

पुरखौफ़ कमसिनी का मज़ा हम से पूछिये
उस्ताद की छड़ी का मज़ा हम से पूछिये।।

शाइर भी बन गये हैं बने फ़लसफ़ी भी हम
बर्बाद ज़िंदगी का मज़ा हमसे पूछिये ।।

होता नहीं है इस में ज़माने का डर कोई
बेगम से आशिक़ी का मज़ा हम से पूछिये।।

मानो न मानो मय की ये लज़्ज़त बढ़ाएगी
शिद्दत की तिश्नगी का मज़ा हम से पूछिये।।

अपने ग़मों की सोच के हम ख़ुद ही हँस पड़े
हल्की सी बे-ख़ुदी का मज़ा हम से पूछिये ।।

मंदिर में सुब्ह शाम की ड्यूटी से बच गए
यानी कि क़ाफ़िरी का मज़ा हम से पूछिये।।

इस इब्तिदा-ए-इश्क़ से पहले के दौर में
अंदाज़-ए-बरहमी का मज़ा हम से पूछिये।।

पाबंदियाँ अरूज़ की चूल्हे में डाल कर
बे-बहर शाइरी का मज़ा हम से पूछिये ।।

आँसू हमारे साफ़ न दिख पाएँ 'तल्ख़' को
धुंधली सी रौशनी का मज़ा हम से पूछिये।।

अशरफ याकूबी

ग़ज़ल

लब चुप हुए तो दीद-ए-तर बोलने लगे,
गूंगे थे जितने ज़ख़्मे जिगर बोलने लगे।

हम भी ज़बां संभाल करते हैं गुफ्तगू,
जब से हमारे नूरे नज़र बोलने लगें।

ऐसा बनाओ बहुत के ज़माने के सामने,
आज़र तुम्हारा दस्ते हुनर बोलने लगे।

पहले खिलाफे जुल्म तो वो बोलते न थे,
क्यूं आज हो के सीना सिपर बोलने लगे।

कुछ ऐसा एहतमाम किया जाए जश्न का,
दीवार बोलने लगे दर बोलने लगें।

क्या मसलेहत पसंदी उन्हें रास आ गई,
रख कर किसी के पांव पे सर बोलने लगे।

अशरफ तुम्हारी शायरी का यह कमाल है,
लफ़्ज़ों के सारे ज़ेरो ज़बर बोलने लगे।

समीक्षा : टिकाऊ चमचों की वापसी वैचारिक व्यंग्य संग्रह है

विवेक रंजन श्रीवास्तव , भोपाल

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

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

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

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

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

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

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

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

पुस्तक चर्चा

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

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

एक लम्बी उड़ान सफलता की ओर

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

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

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

वह बिश्वास करती है, जो पहले लिखना

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

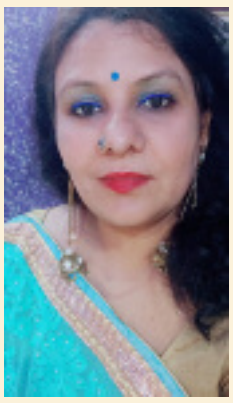
स्टोरी मिरर पर भी उनका लिखन है और वह पॉडकास्ट भी करती है। आज न जाने कितने भटके लोगों को वह रास्ता दिखा चुकी हैं। उनका लक्ष्य है की वह सबकी मदत करें, जिस अवस्था से वह गुज़र चुकी है, उससे कोई और न गुज़रे

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

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

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

संध्या चतुर्वेदी, मथुरा, उप्र



कैसी यह मुहब्बत

कैसी यह मुहब्बत है दोस्तो
कट रही रोज टुकडों में दोस्तों

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

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

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

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

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

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

ममता सिंह राठौर कानपुर

कदम भी अपना सफर

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

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

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

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

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

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

व्यंग्य: आई लव मीडिया

अशोक व्यास

आई लव इण्डिया यहाँ तक तो ठीक है और हम सब इण्डिया को लव करते हैं यह भी सब जानते हैं लेकिन आई लव मीडिया का नारा कोई कैसे बुलंद कर सकता है? मीडिया को भी कोई लव करता है? कैसी बात कर रहे हैं आप हमारा तो मोटो है आई लव इंडिया और आप बीच में आई लव मीडिया कहां से ले आए. रुकिए, रुकिए मेरी बात ध्यान से सुनिए असल में क्या है कि हम भारतीय बहुत उत्सव प्रिय हैं यह बात तो पूरा विश्व जानता है और जब हम चोबीस गुणा तीन सौ पेंसठ दिन उत्सव मनाएंगे तब उसे दिखायेंगे ही नहीं तो क्या फायदा इतनी उछल कूद करने का. जब दिखाने की बात आती है तब हमें मीडिया की जरूरत होगी वही तो है जो सब कुछ दिखाता है, सुनाता है, बताता है, कुछ भी नहीं छुपाता।

मीडिया चाहे कोई भी हो प्रिंट मीडिया हो, इलेक्ट्रॉनिक मीडिया हो या सोशल मीडिया इतने सारे मीडिया हैं तब यह हाल है कि सब को दिखने दिखाने का समान अवसर नहीं मिल रहा है. सोचिए पुराने जमाने में क्या होता होगा, तब एक ही मीडिया काम करता था वह था मुख मीडिया, एक मुख से बात निकली और निकलकर एक से दो, दो से चार और चार से आठ मुख से निकलकर कानों तक पहुँच कर कई गुना होकर चारों दिशाओं में फ़ोकट में आपको सेलिब्रिटी बना देती थी. वैसे यह मीडिया आज भी बाकायदा सक्रियता से अपनी भूमिका निभा रहा है. इतने सारे मीडिया होने के बावजूद यही मीडिया है जो आपकी प्रशंसा या बुराई को आगे बढ़ाने का काम लगातार कर रहा है। हां इस मीडिया से प्यार के प्रसार के कारण इतना जरुर हुआ है कि हम बहुत सोशल होकर मुख मीडिया से मुखपोथी (फेसबुक) तक आ गए हैं. इसलिए अन्य मीडिया के साथ बहुत सारे सोशल मीडिया हो गए हैं. मीडिया का रोल पहले भी था, आज भी है, पहले भी हम उससे प्यार करते थे, आज भी हम उससे प्यार करते हैं, कोई स्वीकार नहीं करता है लेकिन में वाइरल विडियो की कसम खाकर कहता हूं आई लव मीडिया.

हम जीवन के किसी भी आश्रम में रहते हों मीडिया ही हमारे जीवन को आसरा दे रहा है नेता अभिनेता, खिलाडी, उपदेशक आदि को बिना मीडिया के जीवन निस्सार लगता है भले ही प्रवचन कर्ता संसार को माया मोह कहते रहें. सुबह उठ कर सच्चा भारतीय 'कराग्रे वसते लक्ष्मी' का मंत्र पढ़कर हथेली नहीं देखता बल्कि 'कर मध्ये मोबाइल' लेकर सोशल मीडिया का अपडेट देखता है.

मुझे याद है जब मैं छोटा था तब समाचार पत्रों में किसी बच्चे के गुमने की सूचना दी जाती थी उसका फोटो भी छपा रहता था जिसमें लिखा जाता था कि 'घर आ जाओ बेटा तुमसे कोई कुछ नहीं कहेगा' उससे प्रेरणा लेकर मैंने अपने पिताजी से कहा कि 'मेरा फोटो भी आपको अखबार में छपवाना पड़ेगा'. वह भोंहे चढ़ाकर कर कहने लगे' क्यों तुम क्या मेरिट में आये हो जो तुम्हारा फोटो अख़बार में छपाना पड़ेगा'।

बेचारे पिताजी, जैसे आज भोले होते हैं वैसे ही उस समय भी होते थे, पहले भी उन्हें कुछ अता-पता नहीं रहता था, बच्चों की भावनाओं को पहले भी नहीं समझते थे और आज भी समझ नहीं पाते हैं. मैंने उनके ज्ञान में वृद्धि करते हुए कहा-'जब मैं घर से भाग जाऊंगा, तब आप मेरा फोटो अखबार में छपवा देना, कम से कम इसी बहाने अखबार में मेरा फोटो तो आ जाएगा'. यह सुनकर उन्हें इतना गुस्सा आया कि उन्होंने मुझे घर से भगा भगा कर मारा और कहने लगे' खानदान की नाक कटवाने पर तुला है हमारे घर से आज तक कोई नहीं भागा और आप चले हैं भागकर नाम रोशन करने'.

उसके बाद टीवी के दौर में भी वही इतिहास दोहराया गया तब एक ही अपना प्यारा सरकारी दूरदर्शन होता था उसमें भी गुमशुदा की तलाश के लिए सूचना और फोटो आते थे तब मैंने अपनी पत्नी को सूचित किया कि ' टीवी में मेरा फोटो आ जाए, इसलिए मैं घर से गायब हो जाता हूं और तुम टीवी में मेरा फोटो भेज कर सूचना कर देना कि' तुम्हें कोई कुछ नहीं कहेगा तुम घर वापस आ जाओ'. पत्नी ने रिटर्न गिफ्ट के रूप में बच्चों को लेकर मायके जाने की धमकी दे दी थी, मैं घबरा गया लेकिन मीडिया से मोह नहीं छूटा. मैंने कोशिश की थी अपना फोटो चुपचाप भेज कर दूरदर्शन पर छा जाऊं लेकिन उस समय भी मेट्रो सिटी के लोगों को वहां प्रमुखता दी जाती थी। छोटे सिटी वालों के फोटो नहीं आते थे, इसलिए वह आईडिया मैंने कैंसिल कर दिया था .

कहते है संसार के आकर्षण से कोई नहीं बच सकता है देवता भी यहाँ आने के लिये तरसते हैं. लेकिन मीडिया के कारण इसका आकर्षण कई गुना बढ़ गया है यकीन ना हो तो बेबी बंप से लेकर बुड्ढे बुड्ढीयों के फोटो सोशल मीडिया पर देख लो. लगता है मीडिया ने हमारे जीवन में प्रवेश नहीं किया बल्कि हम मीडिया में प्रवेश कर गए हैं. तभी तो सुबह उठने से लेकर रात को सोने तक के कार्यकलाप के फोटो सोशल मीडिया पर भरे पड़े है तभी तो रवि और कवि कहीं पहुंचे या ना पहुंचे लेकिन उसी तर्ज पर जहाँ ना पहुंचे दिवाकर वहां पहुंचे फोटोग्राफर की कहावत भी फ़ैल हो गई है. उसके लिये किसी को कहीं पहुँचाने की जरुरत नहीं है बस आपके हाथों में स्मार्ट फोन होना चाहिए और जहाँ चाहे वहां पहुँच कर चाहे तो जिन्दा प्रसारण भी कर सकते हैं तभी तो रियल लाइफ की रील बना बना कर सेलिब्रिटी बनने की होड़ लगी है.

हम जीवन के किसी भी आश्रम में रहते हों मीडिया ही हमारे जीवन को आसरा दे रहा है नेता अभिनेता, खिलाडी, उपदेशक आदि को बिना मीडिया के जीवन निस्सार लगता है भले ही प्रवचन कर्ता संसार को माया मोह कहते रहें. सुबह उठ कर सच्चा भारतीय 'कराग्रे वसते लक्ष्मी' का मंत्र पढ़कर हथेली नहीं देखता बल्कि 'कर मध्ये मोबाइल' लेकर सोशल मीडिया का अपडेट देखता है. लाइक के लालची का विडिओ वायरल हुआ कि नहीं, सब स्क्राइब का सहारा मिला कि नहीं, शेयर की सुनामी आई कि नहीं तब जाकर वह ऊपर वाले को याद करता है.

न्यूज अच्छी है या बुरी है इससे फर्क नहीं पड़ता है बल्कि पेड न्यूज और फेक न्यूज के फर्क ने सोशल मीडिया पर इतना भोकाल मचा रखा है कि पेड और फेक के चक्कर में असल न्यूज पीछे रह जाती है जैसे खोटे सिक्के असली को चलन से बाहर कर देते हैं. सोशल मीडिया आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की तरह आपके जीवन को कितना प्रभावित कर रही है कि शादी विवाह जन्मदिन आदि समारोह और मरे गिरे की खबर इस पर डालते ही विषाणु से संक्रमित मेरा मतलब है वायरल हो जाती है संक्रमण का अर्थ वही है एक से दो, दो से चार इस तरह खबर फ़ैल जाती है ऐ आई की तरह मीडिया ने जीवन इतना आसान कर दिया है कि इधर कोई मरा नहीं कि उधर छुटभैया नेता से विश्व नेता तक ट्विट करके फारिग हो जाते हैं नहीं तो अपना ॐ शांति तो है ही ॐ शांति लिखो और छुट्टी पाओ. इतने सारे, इतने प्यारे, इतने न्यारे मीडिया से जो करे इंकार] उसका हो कैसे बेड़ापार.

महनाज़ नूरी 'माही', शाहजहांपुर, उत्तर प्रदेश

मुझे सब के सब यूं गले से लगाएं,
यह खुशबू सितारे यह पलकों के साए।।

यह दिलकश नजाऱे यह रंगी फिजाएं,
मोहब्बत के जुगनू बहारों के साए।।

मिटा ना सकेगा ज़माना यह मुझको,
मेरे सर पे मां की दुआओं के साए।।

सताएगा कैसे ग़म-ए- हिज्र उसको,
जिसे घेर लेते हों यादों के साए।।

मिलेगी हमेशा उसी को ही मंज़िल,
जो तूफां से कश्ती को खुद लेके आए ।।

हथेली पे जान अपनी लेकर चली हूं,
कहां तक कोई अपने सर को बचाए।।

यह 'माही' मां की दुआ का असर था,
की खुद मुझको तूफां किनारे पे लाए।।

लघु कथा: माँ

भगवती सक्सेना गौड़, बैंगलोर

जोर जोर से कोई दरवाजा खटखटा रहा था, नीता दौड़ कर गयी और खोला, देखा ट्विंकल खड़ी थी। वह बोली, आंटी बिजली नही है इसलिए जोर से धक्का देना पड़ा, सॉरी, कोई बात नही कहकर उसने गले लगा लिया, तुम बहुत प्यारी हो। ये सुनते ही ट्विंकल की आंखों में आंसू आ गए।

नीता अपने पड़ोस की भाभी रेणुका को बहुत पसंद करती थी, जो कैंसर से कई वर्ष जूझने के बाद पिछले वर्ष, ट्विंकल को छोड़ कर भगवान के पास जा चुकी थी।

आज ट्विंकल जोर जोर से रो रही थी, बहुत पूछने पर बताया, कुछ आंटी और अंकल आये थे, पापा का टीका किया, मिठाई दी और चले गए, घर मे सब बहुत खुश हैं।

मैंने पापा से पूछा, आज क्या है ? उन्होंने बताया, तुम्हारी दूसरी मम्मी आने वाली है।

आंटी, रोक लीजिये, मुझे दूसरी मम्मी नही चाहिए, उसी को सौतेली माँ कहते हैं ना।

मैंने टीवी में फिल्में देखी है, सौतेली माँ अच्छी नही होती, स्कूल में भी कहानियां सुनी है। घर मे दादी, चाची सब है, फिर इनकी क्या जरूरत है। मैंने मम्मी की प्यारी यादो के साथ जीना सीख लिया है।

नीता समझ नही पा रही थी, बच्ची को कैसे समझाए, उसे रेणुका उस घर का सब हाल बताती थी, बीमारी ने तो बाद में खत्म किया, सास और पति के व्यवहार ने पहले ही मार दिया था, इसलिए ट्विंकल के लिए वो बहुत चिंतित रहती थी। अभी साल भी पूरा नही हुआ था और लोग शादी करने के चक्कर मे थे।

आज उसके दिमाग मे अचानक एक विचार आया उसने ट्विंकल से कहा, तुम मुझे कितना प्यार करती हो जवाब मिला ढेर सारा और वो गले लग गयी।

अब बच्ची को लेकर वो उसके घर गयी और उसकी दादी से कहा, अगर बुरा न माने तो एक बात आपसे कहना चाहती हूं, आपकी ट्विंकल इतनी प्यारी है, और आप जानती हैं मेरा अपना कोई नही है।

मैके में लोग है पर उनके लिए मैं सिर्फ एक मेहमान ही हूँ, इस प्यारी सी बच्ची को मुझे दे दीजिए, मैं ट्रांसफर कराकर कहीं और चली जाऊंगी कानूनी रूप से इसे अपनी बेटी बनाउंगी।

दादी सोच में पड़ गयी फिर घर मे मशवरा लेकर बाद में बताते हैं, ये कहा। शाम को ही ट्विंकल खुशी खुशी आयी और बोली आज मैं बहुत खुश हूं, घर मे सबने कहा, कि आपके साथ कहीं घूमने जाना है। आपमे मुझे मेरी अपनी मम्मी का रूप दिखता है, आप बहुत अच्छी हैं।

नमिता गुप्ता 'मनसी' मेरठ, उत्तर प्रदेश

चलें प्रकृति की ओर

(1)
वो जो एक पौधा..
देख रहे हो न
सडक के बांयी ओर
उग आया है स्वतः ही ,
कभी थोड़ा कुचला गया
कदमों से,
फिर संभला,
कभी कुछ.. सूखा,
थोड़ा हरा हुआ,
बस यूं ही क्रम चलता रहा..
वह..
बीज बनता रहा बार-बार
और ,
बढाता रहा भागीदारी
अपने हिस्से की..
पर्यावरण सुधारने में !!

(2)
मकानों के जंगल में
घर कहीं गुम हैं,
इंसान चुप है
पर, शोर बहुत है
संवेदनाओं में,
गलियां सुनसान..
सडकें भरी हुई भीड से
और..
रास्तें हैं कि
भटका रहे हैं हमको !!

(3)
ये कुछ सूखे-कुछ हरे पेड
कब तक पहरा देंगें पर्यावरण का,
कब तक
संभाल सकेगें
मिट्टी को,
और..
कितनें बादल
बना पाएंगे ?
कभी तो सूख ही जाएंगे न ??

(4)
मेरी छोटी सी कोशिश
एक दिन..
बचा लेगी कुछ बूंदें
बारिश की,
छोटा सा
एक टुकड़ा बादल का,
कोई छोटी सी नदी..
या थोड़ा सा समुद्र..
तब,
तुम्हें भी कुछ करना होगा ?
भला एक छोटा सा बादल
बरसेगा कब तक ?
कब तक !!

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

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

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

त्वचा के लिए फायदेमंद

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

पीरियड्स के दर्द में कारगर

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

हेयरफॉल रोकने में असरदार

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

शुगर क्रेविंग करें कंट्रोल

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

चाय-कॉफी का बेहतर विकल्प

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

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

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

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

बालों के लिए फायदेमंद ड्रिंक्स

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

1. एलोवेरा जूस का सेवन

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

2. कीवी का जूस

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

3. आंवले का जूस

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

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

4. पालक का जूस

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

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

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

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

पीली त्वचा

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

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

हाथों-पैरों का ठंडा होना

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

नाखूनों का कमजोर होना

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

बालों की समस्या

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

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

आयरन की कमी के अन्य लक्षण

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

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

किन चीजों से करें आयरन की पूर्ति

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

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