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

BORDER NEWS MIRROR BNM to the point...

02 गुदरी के लाल का सम्मान मोदी ने किया: सम्राट चौधरी

04 मंडल कारा के कैदियों को खिलाई गईं फाइलेरियारोधी दवा

बॉर्डर न्यूज मिरर

...खबरों से समझौता नहीं

● पटना, शुक्रवार, 08 मार्च 2024 | www.bordernewsmirror.com | ● पृष्ठ: 08, मूल्य: 5 रूपए ● वर्ष: 05, अंक: 10

महिलाओं पर अत्याचार से खौफ में बेटियां: लांबा

नयी दिल्ली। महिला कांग्रेस की अध्यक्ष अलका लांबा ने कहा है कि पिछले दो महीने में देश के 20 राज्यों का दौरा कर उन्होंने पाया कि महिलाओं के खिलाफ अत्याचार हो रहे हैं और पूरे देश में बेटियां डरी हुई हैं। सुश्री लांबा ने गुरुवार को यहां कांग्रेस मुख्यालय में संवाददाता सम्मेलन में कहा, ₹आठ मार्च को अंतरराष्ट्रीय महिला दिवस है। देश की महामहिम राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मु, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी तथा अन्य लोग कल महिलाओं को बधाई देंगे। मैंने बीते 60 दिनों में देश के 20 राज्यों के दौरा किया। इस दौरान मैंने देखा कि देश में महिलाओं के खिलाफ अपराध में वृद्धि हुई है। आज देश की बेटियां व उनका परिवार डर और खौफ में जी रहे हैं। उप्र के कानपुर में दो बच्चियों के साथ गैंगरेप हुआ, उन्होंने फांसी लगाकर जान दे दी। अब इन बच्चियों के पिता ने भी आत्महत्या कर ली है। पूरे देश में बेटियां असुरक्षित और परेशान हैं। बीते 60 दिनों में महिला कांग्रेस की साथियों ने 20 राज्यों के दौरे किए।
उन्होंने कहा, ₹मैं चुनौती देती हूं देश की महिला एवं बाल विकास मंत्री स्मृति ईरानी, महिला आयोग की अध्यक्ष तथा भाजपा महिला मोर्चा की अध्यक्ष बताए कि बीते 2 महीनों में आप किन राज्यों में गईं। आप कितनी पीड़ितों से मिलीं। कितनों को आपने न्याय दिलाया। ये तीनों महिला अपराध पर चुप हैं, क्योंकि बेटियों के साथ अपराध करने वालों को या तो सत्ता का संरक्षण प्राप्त है या फिर वे सत्ता में भागीदार हैं। महिला कांग्रेस की अध्यक्ष ने आगे कहा, ₹दस साल बाद भी निर्भया फंड का 30 प्रतिशत भी खर्च नहीं हुआ है। क्योंकि इस निर्भया फंड पर कुंडली मारकर भाजपा सरकार बैठी है, जो बेटी बचाओ का खोखला नारा देती है।

SBI के खिलाफ एडीआर की अवमानना याचिका

चुनावी बॉन्ड संबंधी विवरण न जमा करने को लेकर सुप्रीम कोर्ट शीघ्र सुनवाई को सहमत

नयी दिल्ली। उच्चतम न्यायालय ने गुरुवार को कहा कि 'चुनावी बॉन्ड' संबंधी सभी विवरण छह मार्च तक चुनाव आयोग के पास नहीं जमा कराने पर भारतीय स्टेट बैंक (एसबीआई) के खिलाफ दायर एसोसिएशन फॉर डेमोक्रेटिक रिफॉर्म्स (एडीआर) की अवमानना याचिका पर शीघ्र सुनवाई की जायेगी।

मुख्य न्यायाधीश डी वाई चंद्रचूड़ की अध्यक्षता वाली पीठ ने अधिवक्ता प्रशांत भूषण की गुहार पर याचिका को शीघ्र सूचीबद्ध करने पर सहमति जताई।

श्री भूषण ने 'विशेष उल्लेख' के दौरान पीठ के समक्ष दलील देते हुए शीर्ष अदालत के आदेश की अवमानना याचिका पर शीघ्र सुनवाई करने की गुहार लगाई थी।

एडीआर ने अपनी याचिका में एसबीआई पर जानबूझकर जानकारी साझा नहीं करने का आरोप लगाया है। न्यायमूर्ति चंद्रचूड़ की अध्यक्षता वाली पांच सदस्यीय संविधान पीठ ने 15 फरवरी को अपने फैसले में राजनीतिक दलों को चंदा देने की इस योजना (चुनावी बॉन्ड) को अपारदर्शी और असंवैधानिक करार देते हुए इसे रद्द कर दिया था।

संविधान पीठ ने अपने फैसले में चुनावी बॉन्ड प्राप्त करने वाले राजनीतिक दलों समेत अन्य संबंधित सभी विवरण (एसबीआई बॉन्ड से संबंधित) छह मार्च 2024 तक चुनाव आयोग को सौंपने का निर्देश एसबीआई को दिया था। इसके अलावा शीर्ष अदालत ने एसबीआई से प्राप्त उन जानकारियों को चुनाव आयोग की वेबसाइट पर डालने का भी निर्देश दिया था।

इस बीच एडीआर की याचिका से पहले एसबीआई ने कुछ व्यावहारिक कठिनाइयों का हवाला देते हुए उच्चतम न्यायालय के समक्ष एक आवेदन देकर गुहार लगाई थी कि उसे 12 अप्रैल 2019 से खरीदे गए चुनावी बॉन्ड का विवरण सार्वजनिक करने के लिए 30 जून 2024 तक समय दिया जाए।

चुनावी बॉन्ड बेचने वाले बैंक 'एसबीआई' ने डिकोडिंग अभ्यास और शीर्ष अदालत द्वारा इसके लिए तय की गई समयसीमा के साथ कुछ व्यावहारिक कठिनाइयों का हवाला देते हुए समय सीमा बढ़ाने की गुहार लगाई थी।

शीर्ष अदालत के समक्ष एक आवेदन के जरिए एसबीआई की ओर से कहा गया है कि 12 अप्रैल 2019 से फैसले की तारीख यानी 15 फरवरी 2024 के बीच विभिन्न राजनीतिक दलों को चंदा देने के लिए 22,217 चुनावी बॉन्ड का इस्तेमाल किया गया था।

मोदी ने श्रीनगर में युवा उद्यमियों के साथ की बातचीत

श्रीनगर। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने गुरुवार को यहां अपने एक दिवसीय दौरे के दौरान कश्मीरी उद्यमियों से बातचीत की और उनकी सफलता की कहानियां सुनीं।

दक्षिण कश्मीर के पुलवामा जिले के उद्यमी मधुमक्खी पालक नाजिम नज़ीर ने प्रधानमंत्री से बातचीत की। उद्यमी नजीर ने प्रधानमंत्री को बताया कि उसने छात्र के रूप में अपनी यात्रा शुरू की थी। नजीर ने प्रधानमंत्री को बताया कि कैसे उसने सरकार की योजनाओं का लाभ उठाकर अपना कारोबार बढ़ाया। उन्होंने शुरुआत में मधुमक्खी पालन के लिए 50 प्रतिशत सब्सिडी पर 25 बक्से खरीदे।

उद्यमी नजीर ने अपने व्यवसाय की आर्थिक वृद्धि के बारे में बताते हुए कहा कि उन्होंने प्रधानमंत्री रोजगार सृजन कार्यक्रम के तहत पांच लाख रुपये का लाभ उठाकर धीरे-धीरे मधुमक्खी पालन के लिए 200 बक्से तक

विस्तार किया। इसके बाद उसने अपने लिए एक ब्रांड बनाया और एक वेबसाइट बनाई। उसके बाद देश भर से लगभग 5000 किलोग्राम मूल्य के हजारों ऑर्डर मिले, जिससे उनका व्यवसाय लगभग 2000 मधुमक्खी पालन बक्सों तक बढ़ गया और क्षेत्र के लगभग 100 युवाओं उसने रोजगार दिया है। उन्होंने प्रधानमंत्री को 2023 में किसान उत्पादक संगठन (एफपीओ) के बारे में भी बताया, जिससे उसे अपना व्यवसाय बढ़ाने में काफी मदद मिली है। उन्होंने डिजिटल इंडिया पहल शुरू करने के लिए प्रधानमंत्री को धन्यवाद दिया, जिसने देश में फिनटेक परिदृश्य को बदल कर रख दिया है।

व्यवसाय स्थापित करने के लिए सरकार से प्रारंभिक समर्थन प्राप्त करने के बारे में प्रधानमंत्री से बातचीत में नजीर ने कहा कि भले ही उन्हें शुरुआती कठिनाइयों का सामना करना पड़ा, लेकिन उसकी परेशानियों का निवारण करने के लिए कृषि विभाग आगे आया और विभाग ने उसकी पूरी मदद की। प्रधानमंत्री ने कहा कि मधुमक्खी पालन का व्यवसाय एक बिल्कुल नया क्षेत्र है। उन्होंने इसके लाभों पर प्रकाश डाला और कहा कि मधुमक्खियाँ एक तरह से खेत मजदूरों की तरह काम करती हैं जो इसे फसलों के लिए फायदेमंद बनाती हैं।

गृह मंत्रालय ने मोहम्मद कासिम गुज्जर को आतंकवादी घोषित किया

नयी दिल्ली। सरकार ने कई आतंकी हमलों के मास्टरमाइंड मोहम्मद कासिम गुज्जर उर्फ सलमान उर्फ सुलेमान को आतंकवादी घोषित किया है। केन्द्रीय गृह मंत्रालय ने गुरूवार को एक अधिसूचना जारी कर मोहम्मद कासिम को आतंकवादी घोषित किया। मंत्रालय ने सोशल मीडिया प्लेटफार्म एक्स पर एक पोस्ट जारी कर कहा कि लश्कर-ए-तैयबा के सदस्य मोहम्मद कासिम गुज्जर ने आतंकी हमलों में कई लोगों की जान ली है और वह भारत के खिलाफ युद्ध की योजना बनाने में शामिल रहा है। मंत्रालय ने कहा है कि राष्ट्र की एकता और अखंडता के खिलाफ गतिविधियों में शामिल पाए जाने वाले किसी भी व्यक्ति से सख्ती से निपटा जाएगा।

भारतीय संस्कृति की विरासत संस्कृत भाषा में संरक्षित है: मुर्मु

नयी दिल्ली। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने आज कहा कि भारतीय संस्कृति की विरासत संस्कृत भाषा में संरक्षित है और इसमें उपलब्ध सांस्कृतिक जागरूकता का प्रसार करना राष्ट्र सेवा है। श्रीमती मुर्मु ने गुरूवार को यहां केंद्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय के पहले दीक्षांत समारोह में भाग लिया और छात्रों को संबोधित किया। राष्ट्रपति ने कहा , " भारतीय संस्कृति के प्रति गौरव की भावना हमारी राष्ट्रीय चेतना का आधार है। अपने देश की समृद्ध संस्कृति का एहसास होने पर गर्व की भावना जागृत होती है। हमारी संस्कृति की विरासत संस्कृत भाषा में संरक्षित है। अतः संस्कृत भाषा में उपलब्ध सांस्कृतिक जागरूकता का प्रसार करना राष्ट्र सेवा है। श्रीमती मुर्मु ने कहा कि संस्कृत भाषा ने विशाल देश की विविधता को एकता के सूत्र में पिरोया है। संस्कृत की शब्दावली से कई भारतीय भाषाएँ मजबूत हुई हैं और वे भाषाएँ विभिन्न क्षेत्रों और राज्यों में फल-फूल रही हैं।

सियासत बांसवाड़ा में आयोजित जनसभा राहुल गांधी ने किया ऐलान

मोदी के मुकाबले के लिए कांग्रेस ने की पांच गारंटियों घोषणा की

बांसवाड़ा। कांग्रेस ने आगामी लोकसभा चुनाव में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी की गारंटियों का मुकाबला करने के लिए देश में तीस लाख लोगों को नौकरी देने, पहली बार में ही स्थाई नौकरी, पेपर लीक के खिलाफ नया कानून लाने सहित पांच गारंटियों की घोषणा की है।

कांग्रेस नेता राहुल गांधी एवं पार्टी अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे ने भारत जोड़ो न्याय यात्रा के दौरान बांसवाड़ा में आयोजित जनसभा में ये घोषणाएं की। श्री राहुल गांधी ने कहा कि देश में 30 लाख सरकारी रिक्त पद हैं लेकिन मोदी सरकार भर नहीं रही है लेकिन अगर कांग्रेस सत्ता में आती है तो सबसे पहला कदम तीस लाख लोगों को नौकरी दी जायेगी। उन्होंने कहा कि इसी तरह सब युवाओं को

अप्रेंटिसशिप का अधिकार दिया जायेगा और इसके तहत प्रत्येक कॉलेज ग्रेजुएट या डिप्लोमाधारी को पहली नौकरी पक्की होगी। प्रशिक्षुओं को एक लाख रुपये भी मिलेंगे।

उन्होंने तीसरी गारंटी का ऐलान करते हुए कहा कि पेपरलीक के खिलाफ नया कानून लाया जायेगा और इसके तहत

परीक्षा दिलावाने का तरीका बदला जायेगा और परीक्षाएं सरकारी संस्था ही करेगी और पेपरलीक हो गया तो ऐसी सख्त कानूनी कार्रवाई होगी ताकि दूसरी बार पेपर लीक नहीं होगा। उन्होंने कहा कि गिग वर्कर्स के लिए राजस्थान में कानून बनाया गया था और यही कानून हिन्दुस्तान में बनाया जायेगा ताकि इन लोगों की सुरक्षा एवं पेंशन आदि हो सके। उन्होंने पांचवीं गारंटी की घोषणा करते हुए कहा कि मोदी ने स्टार्टअप, मेक इन इंडिया आदि किया लेकिन इसका कोई फर्क नही पड़ा और सारा फायदा दो-तीन अरबपति ले गये और युवाओं को कोई फायदा नहीं पहुंचा। लेकिन अब पांच हजार करोड़ रुपए का स्टार्टअप के लिए एक कोष बनाया जायेगा और यह हर जिले के लिए होगा। गरीबों के लिए यह फंड दिया जायेगा और यह गरीब, बेरोजगार युवाओं की मदद के लिए होगा।

उन्होंने वादा करते हुए कहा "आदिवासियों की जल और जंगल की लड़ाई हमारी लड़ाई है और हम हमेशा उनके साथ खड़े रहेंगे तथा जो भी कर सकेंगे शिक्षा, स्वास्थ्य, जल एवं जंगल के लिए दिल से करेंगे।"

श्री राहुल गांधी ने कहा कि इससे पहले उन्होंने कन्याकुमारी से लेकर कश्मीर तक करीब चार हजार किलोमीटर की लंबी यात्रा की और इस दौरान उन्होंने सबसे जयादा लोगों से बात की।

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

गुदरी के लाल का सम्मान मोदी ने किया :सम्राट चौधरी

समस्तीपुर। बिहार के उपमुख्यमंत्री सम्राट चौधरी ने गुरुवार को सभा को सम्बोधित करते हुए कहा कि समस्तीपुर के गुदरी के लाल जननायक कर्पूरी ठाकुर को मरे हुए 30 साल से अधिक समय बीत चुका है। उनके बारे में किसी ने नहीं सोचा। पीएम नरेंद्र मोदी ने उन्हें भारत रत्न देने का काम किया। बाकी लोग तो अपने परिवार की सोचते हैं।

उन्होंने कहा कि देश में दलित व पिछड़ों को आरक्षण के पीछे शुरू से जनसंघ के लोग रहे हैं। भारत में मंडल कमिशन भाजपा के समर्थन से लागू हुआ। इस मौक पर सम्राट चौधरी ने समस्तीपुर की दोनों लोकसभा सीट एनडीए को जिताने का आह्वान करते हुए कहा कि सबका सपना मोदी जी पूरा कर रहे हैं। लोगों के लिए पक्का मकान बन रहा है कि वहीं 500 सालों से वनवास झेल रहे श्रीराम के लिए भव्य पक्का मकान मोदी जी के कारण बन कर तैयार हुआ।

इस मौके पर भाजपा के जिला अध्यक्ष उपेंद्र प्रसाद कुशवाहा,किसान मोर्चा के वरीय नेता जगन्नाथ ठाकुर, विधायक राजेश कुमार, प्रदेश उपाध्यक्ष धीरेंद्र सिंह, एमएमलसी डॉ तरुण चौधरी, रामसुमिरण सिंह समेत बड़ी संख्या में भाजपा के नेता उपस्थित थे।

बीजेपी विधायक के भतीजे की गोली मारकर हत्या

कटिहार। बिहार के कटिहार जिले में बुधवार को हथियारबंद हमलावरों ने भाजपा विधायक कविता देवी के भतीजे की गोली मारकर हत्या कर दी। मृतक की पहचान कटिहार के कोरहा विधानसभा सीट से भाजपा विधायक कविता देवी के भतीजे नीरज पासवान (35) के रूप में हुई है। हालांकि, पुलिस एक हमलावर को पकड़ने में कामयाब रही और उसके कब्जे से चार आग्नेयास्त्र बरामद किए। कटिहार के पुलिस अधीक्षक जितेंद्र कुमार ने पत्रकारों से कहा, ''कटिहार नगर थाना क्षेत्र के तहत संतोषी इलाके में नीरा पासवान पर उनके घर से कुछ मीटर की दूरी पर बुधवार को लगभग 8 बजे कुछ सशस्त्र हमलावरों ने हमला किया था। पासवान पर गोली चलाने के तुरंत बाद हमलावर फरार हो गए। हालांकि, स्थानीय पुलिस कर्मियों और क्षेत्रवासियों ने एक हमलावर को काबू कर लिया और उसके कब्जे से चार आग्नेयास्त्र बरामद किए।

लोकसभा चुनाव को लेकर गोपाल मंडल ने टिकट पॉकेट में होने का किया दावा

भागलपुर। लोकसभा टिकट के लिए एनडीए गठबंधन में शामिल जदयू के सांसद और विधायक में जहां टिकट के लिए मारामारी हो रही है। वहीं गठबंधन में शामिल जदयू सांसद अजय मंडल और गोपालपुर विधायक गोपाल मंडल के बीच टिकट के लिए बयान बाजी का युद्ध शुरू हो गया। गोपालपुर जदयू विधायक गोपाल मंडल ने भागलपुर लोकसभा सीट को लेकर कहा कि पॉकेट में टिकट है। जिसको लेकर भागलपुर सांसद अजय मंडल में खलबली मच गया और आनन फानन में सांसद अजय मंडल ने एक प्रेस कांफ्रेंस आयोजित कर अपनी बात रखी।

नई दिल्ली जा रही संपर्क क्रांति के कोच में लगी आग, हड़कम्प

छपरा। छपरा में एक बड़ा रेल हादसा होते होते बचा है। यहां नई दिल्ली जा रही बिहार संपर्क क्रांति ट्रेन के कोच में आग लग गई है। इस दौरान मौके पर अफरा-तफरी का माहौल कायम हो गया है। जानकारी के अनुसार छपरा सोनपुर रेल खंड के गोल्डेनगंज स्टेशन के समीप घटना घटी है।

बताया जा रहा कि, बिहार संपर्क क्रांति दरभंगा से नई दिल्ली जा रही थी। इसी दौरान सोनपुर में ट्रेन के एक कोच में आग लग गई। वहीं इस कारण मौके पर अफरा तफरी मच गई। हालांकि इसमें कोई हताहत की खबर अब तक सामने नहीं आई है।

बताया जा रहा कि, स्लिपर कोच में सवार यात्रियों के बीच चीख-पुकार मचने लगी। इसी दौरान लोको पायलट एवं गार्ड को भी इसकी जानकारी हो गई। इसके बाद ट्रेन को रोक कर गार्ड एवं लोको पायलट नीचे उतरे। जांच करने पर पता चला कि ब्रेक बाइंडिंग से होने वाले घर्षण के कारण पहिये से धुआं निकलने लगा

था। इसे ठीक कर 15 मिनट बाद ट्रेन छपरा के लिए रवाना हो गई।

इस मामले में पूछे जाने पर छपरा जंक्शन के स्टेशन अधीक्षक विनय कुमार ने बताया कि ब्रेक बाइंडिंग से उत्पन्न घर्षण के कारण ऐसी घटना होती है। रेलवे प्रशासन यात्री सुरक्षा व संरक्षा के मामले में हमेशा सक्रिय रहता है। रेलवे का एक विभाग गाड़ियों एवं पटरियों के देखभाल एवं निगरानी के लिए काम करता है।

सामूहिक दुष्कर्म के मामले में दो आरोपियों को एडीजे प्रथम ने सुनाई आजीवन कारावास की सजा

अररिया। अपर जिला एवं सत्र न्यायाधीश प्रथम मनोज कुमार तिवारी की अदालत ने सामूहिक दुष्कर्म के मामले में दो आरोपियों को सश्रम आजीवन कारावास और 50 हजार रुपये जुर्माने की सजा सुनाई है।जुर्माने की राशि अदा नहीं करने पर तीन माह की अतिरिक्त सश्रम कारावास की सजा सुनाई।

अपर जिला एवं सत्र न्यायाधीश प्रथम मनोज कुमार तिवारी की अदालत ने भादवि की धारा 376 डी,341,323,34 के तहत सिमराहा थाना क्षेत्र के हल्दिया वार्ड संख्या 11 के रहने वाले 26 वर्षीय अकरम पिता -स्व. बद्धु उर्फ अलाउद्दीन एवं उसी गांव के रहने वाले 55 वर्षीय हेफाज उर्फ हफीजुद्दीन मियां पिता -स्व.मोसर्रफ को सजा सुनाई है।मामले में बहस में अभियोजन पक्ष की ओर से अपर लोक अभियोजक राजानंद पासवान थे।जबकि बचाव पक्ष की ओर से अधिवक्ता के. एन.विश्वास और सोहन लाल ठाकुर ने बहस की। घटना 22 जनवरी 21 के मध्य रात्रि की है और मामला स्वयं पीड़िता के द्वारा महिला थाना में 23 जनवरी 2021 को केस संख्या 14/21 दर्ज करवाया गया था।

महिला थाना में दर्ज प्राथमिकी में पीड़िता ने बताया था कि गांव के ही एक युवक मो.शहजाद से वह दो साल से प्यार करती थी।शादी का प्रलोभन देकर शहजाद ने कई बार उनसे शारीरिक संबंध स्थापित किया था। जिसका वीडियो मोबाइल में अकरम और हेफाज़ बनाकर धमकी देता रहता था।मकई के खेत में आरोपितों के द्वारा उनके साथ मकई के खेत में कई बार बलात्कार करने का आरोप लगाया गया था।आवेदन में उन्होंने डर के मारे किसी से घटना का जिक्र नहीं करने की बात करते हुए 8 माह की गर्भवती होने पर गांव में पंचायती की बात कही गई।जिसमे मामले को रफा दफा करने का दबाव बनाया गया लेकिन पीड़िता तैयार नहीं हुई।फलस्वरूप 22 जनवरी 21 की रात घर में घुसकर मारपीट करने की बात कही गई। पीड़िता ने अपने प्राथमिकी में छह नामित के खिलाफ मामला दर्ज कराया था,जिसमे पुलिस की ओर से हेफाज और अकरम के खिलाफ चार्जशीट दाखिल की गई।जबकि दो अन्य आरोपी मो. आशिक और गयूर को निर्दोष बताते हुए दो अन्य के खिलाफ अनुसंधान जारी होने का जिक्र पुलिस की ओर से किया गया। एडीजे प्रथम कोर्ट ने दोषी अकरम को आजीवन सश्रम कारावास के साथ 50 हजार रुपये जुर्माने की सजा और जुर्माना की राशि अदा नहीं करने पर तीन माह की अतिरिक्त सश्रम कारावास भुगतने की सजा सुनाई।वहीं हेफाज को कोर्ट ने 20 वर्ष की सश्रम कारावास के साथ 50 हजार रुपये जुर्माने की सजा और जुर्माना की राशि अदा नहीं करने पर तीन माह की अतिरिक्त सश्रम कारावास भुगतने की सजा सुनाई।

एनडीए में फंसा सीटों का बंटवारा, चिराग और कुशवाहा बढ़ा रहे BJP की टेंशन?

पटना। लोकसभा चुनाव की तारीखें नजदीक आने के साथ ही बिहार में एनडीए सीट बंटवारे पर समझौते की ओर बढ़ रहा है। सूत्रों की मानें तो 2024 के लोकसभा चुनाव में सम्राट चौधरी के नेतृत्व वाली बीजेपी और नीतीश कुमार के नेतृत्व वाली जेडीयू के बीच सीट बंटवारे का फॉर्मूला 2019 की तर्ज पर होने की संभावना है। 2019 में सीट-बंटवारे का यह फॉर्मूला राष्ट्रीय जनतांत्रिक गठबंधन के लिए बेहद सफल रहा, जिसमें ब्लॉक ने 40 में से 39 सीटों पर जीत हासिल करने में कामयाबी पाई थी।

2019 के लोकसभा चुनाव में भाजपा और जदयू के बीच सीट बंटवारे का फॉर्मूला समान बंटवारे पर आधारित था। भाजपा और नीतीश कुमार की जद (यू) दोनों ने 17-17 सीटों पर सहमति जताई, जबकि दिवंगत राम विलास पासवान के नेतृत्व वाली अविभाजित लोक जनशक्ति पार्टी (एलजेपी) ने छह उम्मीदवार उतारे। लोक जनशक्ति पार्टी (एलजेपी) ने सभी 6 सीटें जीतीं, भाजपा ने अपनी सभी 17 सीटें जीतीं, जबकि जेडी (यू) ने अपने हिस्से की 17 सीटों में से 16 सीटें जीतीं। कांग्रेस ने बिहार में केवल 1 सीट किशनगंज जीती।

हालांकि, 2024 में एनडीए के लिए सीट बंटवारा बिहार में एक बड़ी चुनौती बन गया हुआ है। इसका बड़ा कारण यह भी है कि एनडीए में इस बार जीतनराम मांझी और उपेंद्र कुशवाहा की पार्टी भी है। इसके अलावा रामविलास पासवान की पार्टी दो गुटों में बट गई है। एक ओर जहां चिराग पासवान हैं तो दूसरी और रामविलास पासवान के भाई पशुपति पारस है। जदयू फिलहाल 17 सीटों से कम पर मानने को तैयार नहीं है। वहीं भाजपा भी अधिक से अधिक सीटों पर लड़ना चाहती है। ऐसे में उपेंद्र कुशवाहा और जीतन राम मांझी को भी भाजपा को अपने साथ रखना है। वही चिराग पासवान की पार्टी 6 सीटों पर दावा कर रही है जबकि पशुपति पारस भी लगातार 5 से 6 सीटों की डिमांड कर रहे हैं।

खबर यह भी आ रही है कि कई ऐसी सीटें हैं जिस पर इस बार कई दलों ने अपना दावा ठोका है। उदाहरण के लिए भाजपा चाहती है कि काराकट सीट नीतीश कुमार की पार्टी उपेंद्र कुशवाहा के लिए छोड़ दे लेकिन नीतीश काराकाट के बदले कोई अन्य सीट चाहते हैं। ऐसे में उसे भाजपा को अपने कोटे से देना पड़ सकता है। शायद इन्हीं मसलों पर बिहार में सीट बंटवारा फंस रहा है। इन सबके बीच नीतीश कुमार फिलहाल विदेश दौरे पर हैं। ऐसे में माना जा रहा है कि उनके आने के बाद ही बिहार में सीट बंटवारे को लेकर अधिकारी का ऐलान हो पाएगा।

जातिगत सर्वे पर प्रशांत ने नीतीश-लालू का किया घेराव

अररिया। जन सुराज अभियान के प्रशांत किशोर गुरुवार को नेताजी सुभाष स्टेडियम में पहुंचे। जहां उनके निशाने पर लालू प्रसाद और नीतीश कुमार दोनों रहे। जातिगत जनगणना पर कहा कि ये नीतीश कुमार का प्रयास था कि एक बार इसका राजनीतिकरण करके इसका फायदा उठाया जाए। जबकि पहले दिन से कह रहा हूं इसका कोई राजनीतिक फायदा नहीं मिलेगा। इसका प्रमाण ये है जो नीतीश कुमार जातिगत जनगणना कराकर प्रधानमंत्री बनने गए थे वो फिर भाजपा में शामिल हो गए। अगर, जातिगत सर्वे का चुनावी फायदा होता तो नीतीश बाबू क्यों भाजपा में शामिल होते। जातिगत जनगणना पर सवाल खड़ा करते हुए कहा कि जातिगत सर्वे जो बिहार में हुआ वो क्या दिखाता है? जिन जाति-समूहों के पिछड़ा होने की बात पिछले 40-50 साल में कही जा रही है उन जातिगत समूहों की आर्थिक-सामाजिक, शैक्षणिक स्थिति में कोई सुधार नहीं हुआ है।मतलब नीतीश कुमार, लालू जी ने जमीन पर पड़े हुए कीचड़ को अपने मुंह पर लगा लिया है। प्रशांत किशोर ने कहा कि अब सवाल ये होना चाहिए कि 30-32 साल से जिन जाति-समूहों के नाम पर राजनीति की गई,उनकी स्थिति तो बदली नहीं।

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

शिव बारात से भक्तिमय हुआ अरेराज, झाकियों ने मोहा श्रद्धालुओं का मन

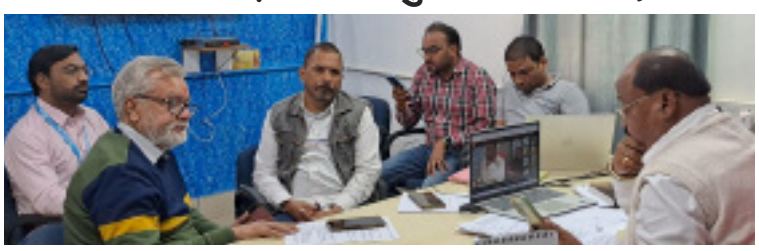
अरेराज। महाशिवरात्रि मेला को लेकर गुरुवार के दिन अरेराज सोमेश्वर नाथ मंदिर से बहुत ही धूमधाम और गाजे बाजे के साथ शिव बारात निकाला गया। जिसमे दर्जनों कलाकारों को आमंत्रित कर के बुलाया गया था ।जिसमें कलाकारों के द्वारा तरह-तरह का झांकी का भी प्रस्तुत किया गया। वहीं बिहार प्रसिद्ध सोमेश्वरनाथ महादेव मंदिर में महाशिवरात्रि मेला को लेकर पूरी तैयारी कर लिया गया है। वहीं शुक्रवार के दिन महाशिवरात्रि के जलाभिषेक के लिए मदिर मे प्रथम पूजा होने के बाद पट को खोल दिया जाएगा। जिसमें अरेराज में मनोकामना पूर्ण पंचमुखी महादेव पर जलाभिषेक के लिए पड़ोसी देश नेपाल, उतर प्रदेश, सहित बिहार के भिन्न भिन्न जिलो से लाखों की संख्या में श्रद्धालु भक्त जल चढ़ाने आते है।

जिससे विभिन्न गंगा घाट जैसे तिरबेनी, डुमरिया, पहलेजा, डोरीगंज, बक्सर, इलाहाबाद सहित पवित्र नदियों से जलभर कर भक्त जलाभिषेक के लिए पहुंचे हैं। वहीं अरेराज सोमेश्वर नाथ महादेव मंदिर के महंथ रविशंकर गिरी महाराज जी ने बताएं कि महाशिवरात्रि मेला को लेकर एक दिन

पहले गुरुवार दिन शिव बारात का आयोजन रखा गया था। जिसमें पुलिस प्रशासन समाजसेवी नौजवान गणमान्य लोग का काफी सहयोग मिला। जिससे शिव बारात काफी धूमधाम से निकाला। वहीं अरेराज महाशिवरात्रि मेला के दिन बोल बम जय शिव के जयकारे के साथ भक्ति में गुजने लगेगा अरेराज धाम और भक्त जलाभिषेक और पूजा-अर्चना में जुटेंगे।

शिव बारात के श्रद्धालुओं की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए अरेराज एसडीओ अरुन कुमार व डीएसपी रंजन कुमार, अरेराज सर्किल इंस्पेक्टर कृष्णा कुमार गुप्ता, अरेराज थाना अध्यक्ष विभा कुमारी एस आई, मोनालिसा कुमारी, पीएसआई विवेक रमरेंद्र कुमार के द्वारा चप्पे-चप्पे पर सुरक्षा बल के साथ शिव बारात रूट चार्ट के माध्यम से भ्रमण कराया गया।

बच्चों को आंगनवाड़ी केंद्रों पर बुलाकर दिया जाएगा टीका



मोतिहारी। जिला प्रतिरक्षण पदाधिकारी डा. शरत चंद्र शर्मा द्वारा बताया गया कि 2 वर्षों तक कोविड महामारी के दौरान 2020 से 2021 तक नियमित टिकाकरण प्राभावित रहा। 2022 से नियममित टीकाकरण को पुनः सुदृढ़ किए जाने के क्रम में कई कदम उठाए गए एवम अभी भी उठाए जा रहे हैं। जिले में मीजल्स एवम रुबेला के केस अभी भी मिल रहे हैं जबकि इसमें अपेक्षित कमी आई है। फिर भी यह आवश्यक है कि और कुछ कदम उठाए जाएं जिससे मीजल्स और रुबेला को नियंत्रित किया जाय। इसी क्रम में 1मार्च 2024 से 25 मार्च 2024 तक विशेष कार्ययोजना बनाकर, आशा द्वारा गहन सर्वे करवाया जायेगा, जिसमे एमआरआई, जेई से छूटे हुए 9 माह से 5 साल के बच्चो की सूची तैयार की जाएगी, जिसको चरणबद्ध तरीके से आंगनवाड़ी केंद्रों पर बुलाकर अगले 1 माह में टीकाकरण सुनिश्चित किया जाएगा।

सिविल सर्जन डॉ श्रवण पासवान ने सभी प्रभारी चिकत्सा पदाधिकारी को जूम मीटिंग के माध्यम से आदेशित किया कि बीसीएम को नोडल बनाते हुए आशा द्वारा 1 सप्ताह में गहन सर्वे के पश्चात लाइन लिस्ट तैयार करवाते हुए एएनएम को सब सेंटर कार्ययोजना हेतु उपलब्ध करवाएं, ताकि उनका टीकाकरण सुनिश्चित किया जा सके। जूम मीटिंग में सिविल सर्जन के साथ डीईओ, डीपीएम, डीसीएम, एसएमसी, एसएमओ समेत अन्य अधिकारी जुड़े हुए थे।

'चुनाव का पर्व, देश का गर्व' विषय पर विशिष्ट व्याख्यान

मोतिहारी। शिक्षा मंत्रालय भारत सरकार के निर्देशानुसार महात्मा गाँधी केन्द्रीय विश्वविद्यालय में मतदाता जागरूकता अभियान के तहत दिनांक 28 फरवरी 2024 से 6 मार्च 2024 तक विभिन्न कार्यक्रम जैसे 'चुनाव एवं भारत' विषय पर प्रश्नोत्तरी प्रतिस्पर्धा, निबन्ध लेखन एवं भाषण प्रतियोगिता, पेंटिंग एंड फोटोग्राफफी कंपटीशन, 'चुनाव का पर्व : देश का गर्व' विषय पर विशिष्ट व्याख्यान का आयोजन किया गया।

व्याख्यान में रोहित खरे (संयुक्त आयुक्त, सीमा शुल्क विभाग, भारतीय राजस्व सेवा) ने मतदान और मतदान अधिकार तथा कर्तव्यों पर अपना मत व्यक्त किया। एक वोट का राष्ट्र की उन्नति में प्रभाव पर अपनी सूक्ष्म दृष्टि प्रकट की। इस सन्दर्भ में महिलाओं को वोट देने के अधिकारों पर भी अपना मंतव्य दिया। अपने उद्बोधन में उन्होंने मतदान न करने सम्बन्धी कारणों एवं चुनौतियों पर भी प्रकाश डाला।

चुनाव जागरूकता अभियान कार्यक्रम के अन्तर्गत ही विश्वविद्यालय में मतदान सम्बन्धी स्वरचित कविता पाठ प्रतियोगिता का भी आयोजन किया गया।

उक्त सभी कार्यक्रमों में विश्वविद्यालय के 100 से अधिक विद्यार्थियों ने भाग लिया। मतदाता जागरूकता अभियान के तहत आयोजित कार्यक्रमों में प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय स्थान प्राप्त विद्यार्थियों को पुरस्कार प्रदान कर उन्हें प्रोत्साहित किया गया। चुनाव जागरूकता अभियान में विद्यार्थियों ने बहुत ही उत्साह और रूचि के साथ भाग लिया। मतदान जागरूकता अभियान के प्रचार प्रसार हेतु विश्वविद्यालय की डी एस डब्ल्यू समिति के सदस्य प्रो आर्तत्राण पाल, डॉ श्वेता, डॉ बबलू पाल तथा डॉ मनीषा रानी बहुत ही उत्साह के साथ सभी कार्यक्रम कुशलतापूर्वक सम्पन्न कराए।

निर्देश सभी मास्टर ट्रेनर अच्छे से प्राप्त करें प्रशिक्षण : जिलाधिकारी

निर्वाचन कार्य में प्रशिक्षण अत्यन्त महत्वपूर्ण विषय है

मोतिहारी। लोक सभा निर्वाचन-2024 को लेकर पूर्वी चम्पारण जिला के 125 चयनित मास्टर ट्रेनरों को जिला निर्वाचन पदाधिकारी-सह-जिलाधिकारी सौरभ जोरवाल की उपस्थिति में समाहरणालय स्थित डॉ राजेन्द्र प्रसाद सभा भवन में उप निर्वाचन पदाधिकारी एवं ईवीएम कोषांग के नोडल पदाधिकारी के द्वारा संयुक्त रूप से प्रशिक्षण दिया गया।

प्रशिक्षण सत्र के दौरान मास्टर ट्रेनरों को संबोधित करते हुए जिलाधिकारी ने कहा कि निर्वाचन कार्य में प्रशिक्षण बहुत महत्वपूर्ण है। आप सभी लोग अच्छे से प्रशिक्षण प्राप्त करेंगे। ईवीएम की पूर्ण जानकारी रखेंगे। मतदान के दिन मतदान केन्द्र पर भरे जाने वाले सभी तरह के प्रपत्रों की अच्छे से जानकारी प्राप्त करेंगे क्योंकि अब आगे से आप लोगों को ही पीठासीन पदाधिकारी सहित सभी मतदान पदाधिकारियों को प्रशिक्षण देना है। अच्छा

प्रशिक्षण प्राप्त करने के बाद ही आप दूसरों को अच्छे से ट्रेनिंग दे पायेंगे।

जिलाधिकारी ने कहा कि ईवीएम संचालन की पूर्ण प्रक्रिया जैसे ईवीएम को वीवीपैट से जोड़ना, मॉकपोल कराना, ईवीएम का बैट्री बदलना, क्लोज बटन का उपयोग सहित ईवीएम प्रोटोकॉल की सभी जानकारी प्राप्त करें। जिलाधिकारी ने कहा कि मतदान के दिन मतदान केन्द्रों पर कई तरह के प्रपत्रों को भरना होता है, और इन प्रपत्रों को विहित लिफाफा में रखना होता है। कौन सा प्रपत्र किस रंग के लिफाफा में रख जायेगा इसकी जानकारी अच्छे से प्राप्त करना होगा। जिलाधिकारी ने कहा कि डिस्पैच सेन्टर पर ईवीएम कमिशनिंग का कार्य भी आप सभी को ही करना है। वहाँ पर पोलिंग पार्टी का मिलान कैसे होगा इसका माईक्रो प्लान पहले ही बनाना होगा। इसमें भी आप सभी सहयोग करेंगे।

इस बार प्रत्येक मतदान केन्द्र पर कम से कम पाँच फोर्स की प्रतिनियुक्ति की जाएगी। डिस्पैच सेन्टर पर ही पोलिंग पार्टी और फोर्स का मिलान कराना है। पहले के चुनावों में फोर्स अलग से मतदान केन्द्रों पर जाती थी। जिलाधिकारी ने कहा कि मतपत्र लेखा, पीठासीन की डायरी तैयार करना, मॉकपोल का प्रमाण पत्र वोटिंग की समाप्ति पर क्लोज बटन संबंधी प्रमाण पत्र, मॉकपोल के बाद वीवी पैट से निकाली गयी पर्ची संबंधी प्रमाण पत्र जैसे कई महत्वपूर्ण कार्य है जिसके बारे में सभी जरूरी जानकारी प्राप्त करेंगे।

उप निर्वाचन पदाधिकारी ने बताया कि आज जिन 125 मास्टर ट्रेनरों को प्रशिक्षण दिया जा रहा है इसमें प्रत्येक विधान सभा के लिए पाँच-पाँच मास्टर ट्रेनर और शेष सभी 65 मास्टर ट्रेनर जिला स्तर पर कार्य करेंगे। प्रशिक्षण से संबंधित हैण्डविल भी सभी को दिया गया। प्रशिक्षण पावर प्वाइंट प्रेजेंटेशन के माध्यम से दिया गया। इस अवसर पर जिलाधिकारी के साथ उप विकास आयुक्त समीर सौरभ एवं अपर समाहर्ता मुकेश कुमार सिन्हा भी उपस्थित थे।

बारात देखने गई नाबालिग से युवकों ने किया गैंगरेप

मोतीहारी। बिहार में एक नाबालिग के साथ दरिंदगी की गई है. घटना मोतिहारी जिले के पकड़ीदयाल थाना क्षेत्र की है. यहां के एक गांव की नाबालिग लड़की के साथ गैंगरेप किया गया है. दरअसल, नाबालिग मंगलवार की रात गांव में बारात देखने गई थी. इसी दौरान गांव के ही दो युवक नाबालिग लड़की को नशा सूंघाकर बाइक पर ले गए और फिर उसके साथ गैंगरेप किया. गैंगरेप करने के बाद दोनों युवक बाइक से नाबालिग लड़की को घर छोड़ने आए, तभी नाबालिग लड़की की मां की उस पर नजर पड़ी. युवती को बेहोश हालत में देखकर उसने हल्ला गुला किया, लेकिन तब तक दोनों युवक बाइक से फरार हो गए. स्थानीय ग्रामीणों की भीड़ भी घर के पास जमा हो गई. इसके बाद इस घटना की सूचना पकड़ीदयाल थाने को दी गई. सूचना पर पकड़ीदयाल पुलिस घटना स्थल पहुंची. उसके बाद नाबालिग की गंभीर स्थिति को देखते हुए उसे पकड़ीदयाल रेफरल अस्पताल में इलाज के लिए भर्ती कराया गया।

राष्ट्रीय लोक अदालत कल, बनाये गये कुल 22 बेंच

मोतिहारी। आगामी 9 मार्च को आयोजित होने वाले राष्ट्रीय लोक अदालत के लिए बनाये गये कुल 22 बेंच पूर्वी चम्पारण सचिव व जिला विधिक सेवा प्राधिकार अरुण कुमार सिन्हा के द्वारा बताया गया है कि 9 मार्च 2024 को आयोजित होने वाले राष्ट्रीय लोक अदालत के लिए कुल 22 बेंच बनाये गये है।

इन बेंचों में 18 बेंच जिला व्यवहार न्यायालय मोतिहारी के लिए 3 बेंच ढाका (सिकरहना) के लिए तथा एक बेंच अरेराज अनुमण्डलीय व्यवहार न्यायालय के लिए बनाया गया है। सचिव अरुण कुमार सिन्हा के द्वारा बताया गया कि जिला एवं सत्र न्यायाधीश देवराज त्रिपाठी के मार्गदर्शन एवं दिशा निर्देश पर राष्ट्रीय लोक अदालत की सफलता के लिए लगातार प्रयार किया गया है और इसकी संभावना है कि इस बार का राष्ट्रीय लोक अदालत सफलता का नया आयाम गढ़ेगा। यह लोक अदालत ऐतिहासिक एवं अभूतपूर्व रहेगा। उन्होंने कहा कि इसके लिए जिला प्रशासन के पदाधिकारियों के साथ कई दौर की बैठकें की गई है और व्यापक प्रचार-प्रसार भी करवाया गया है।

गठित किये गये बेंचो में बेंच न०-1 संजय कुमार तृतीय एडीजे 11 के नेतृत्व में, बेंच-02 मुकुन्द कुमार एक्सक्लूसिव स्पेशल एक्साईज कोर्ट न० 11 के नेतृत्व में, बेंच न०-03 श्री सुर्यकान्त तिवारी एक्सक्लूसिव कोर्ट न०-11 अंडर एनडीपीएस एक्ट, बेंच न०-4 राकेश कुमार तिवारी द्वितीय एडिसनल डिस्ट्रीकट एण्ड सेशन जज, बेंच न०-5 राजाराम संतोष कुमार एडीजे-6, बेंच न०-6 रविशंकर एडीजे-13, बेंच न०-7 सीमा कुमारी सीजेएम मोतिहारी, बैंच न०-8 लक्ष्मीनारायण त्रिपाठी सब जज-1 मोतिहारी, बेंच न०-9 श्री पंकज कुमार तिवारी सब जज-4, बेंच नं0-10 राजेश कुमार दूबे एसडीजेएम रक्सौल, बेंच 10-11 शिवम सिंह जेएम प्रथम श्रेणी रक्सौल, बेंच 10-12 नेहा नैयर जेएम प्रथम रक्सौल, बेंच न०-13 मुकेश कुमार जेएम प्रथम मोतिहारी, बेच न०-14 स्वाति सुमन जेएम प्रथम श्रेणी मोतिहारी, बैंच न0-15 नंदनी सुमन जेएम प्रथम श्रेणी मोतिहारी, बेंच न0-18 अर्चना कुमारी जेएम प्रथम श्रेणी मोतिहारी, बेंच न०-17 अलका पाण्डेय जेएम प्रथम श्रेणी, मोतिहारी बेंच न०-18 श्रीनिवास शर्मा जेएम प्रथम श्रेणी मोतिहारी के नेतृत्व में गठन किया गया है।

इसी प्रकार अनुमण्डलीय व्यवहार न्यायालय सिकरहना के लिए बेंच न0-19 महेश शुक्ला सब जज -सह- एसीजेएम सिकरहना के नेतृत्व में, बेंच न0-20 विवेक कुमार उपाध्याय, मुंसिफ सिकरहना के नेतृत्व में एवं बेच न०-21 विनीत कुमार सिंह, प्रथम श्रेणी न्यायिक दण्डाधिकारी सिकरहना के नेतृत्व में बनाया गया है। अरेराज अनुमण्डलीय व्यवहार न्यायालय में बेंच न०-22 मनीष कुमार पाण्डेय सब जज-सह-एसीजेएम अरेराज के नेतृत्व में गठित किया गया है।

सचिव डालसा अरूण कुमार सिन्हा ने बताया कि बिहार राज्य विधिक सेवा प्राधिकार पटना के निर्देशानुसार जिला विधिक सेवा प्राधिकार पूर्वी चम्पारण, मोतिहारी के तत्वाधान में दिनांक 09.03.2024 को पूर्वाह्न 10:30 बजे से राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन व्यवहार न्यायालय परिसर मोतिहारी, अनुमण्डलीय व्यवहार न्यायालय सिकरहना एवं अनुमण्डलीय व्यवहार न्यायालय अरेराज में किया जायेगा जिसमें सुलहनीय यादों का निष्पादन आपसी समझौते के आधार पर किया जायेगा।

सुलहनीय वादों यथा आपराधिक मामले, दिवानी मामले, दुर्घटना बीमा दावा, पारिवारिक विवाद, श्रम विवाद, भू-अधिग्रहण, राजस्व बिजली पानी एवं अन्य विपत्र से संबंधित एनआई एक्ट 138 के अन्तर्गत दर्ज केस, बैंक ऋण, कर्मचारियो के वेतन एवं पेंशन से संबंधित विवादित मामलों का निपटारा सुलह- समाझौते के आधार पर किया जायेगा। संबंधित पक्षकार इस अवसर का लाभ उठाते हुए अपने विवादों को राष्ट्रीय लोक अदालत में बिना खर्च बिलकुल मुफ्त में तत्काल समाप्त करा सकते हैं।

विद्युत बिल बकाया को लेकर चला स्पेशल ड्राइव

रक्सौल। बिजली विभाग ने विधुत बिल बकाया को लेकर रक्सौल प्रमंडल के सभी सेक्शनों में स्पेशल ड्राइव चला रहा है बकाया रखे है तो बिजली कटेगा। रक्सौल विधुत डिवीजन के कार्यपालक विधुत अभियंता अजय कुमार के निर्देश पर विधुत विभाग ने बकाया राशी रखने वाले उपभोक्ताओं को चिन्हित करके पंचायत वार स्पेशल ड्राइव शुरू किया है। इस ड्राइव में बकाया राशी रखने वाले उपभोक्ताओं को विपत्र शुल्क जमा करने के लिए प्रोत्साहित किया जा रहा है। जो उपभोक्ता विद्युत बिल जमा करने में आनाकानी कर रहे है वैसे उपभोक्ताओं का लाइन पोल से विच्छेदन कर दिया जा रहा है। अब ऐसे उपभोक्ता लाइन का उपयोग नही कर पाएंगे। अगर जांच के दौरान विद्युत का उपयोग करते पकड़े गए तो प्राथमिकी दर्ज कर जुर्माने का साथ विद्युत बिल वसूल किया जाएगा। सिर्फ रामगढ़वा सेक्शन में 6 टीम बनाए गए है।

मंडल कारा के कैदियों को खिलाई गई फाइलेरियारोधी दवा

मोतिहारी। फाइलेरिया जैसे गम्भीर रोग से बचाव के लिए जिले में सभी स्वस्थ लोगों को आशा व स्वास्थ्यकर्मियों की देखरेख में सर्वजन दवा का सेवन कराया जा रहा है। इसी कड़ी में जिले के सेन्ट्रल कारा में जेलर मनोज सिंह, एवं जेल के चिकित्सक डॉ आलोक कुमार के देखरेख में एमडीए कार्यक्रम के तहत 2500 कैदी, जेलर व जेलकर्मी ने सर्वजन दवा का सेवन किया। मौके पर मौजूद पीसीआई के मनोज कुमार ने बताया कि स्वास्थ्य विभाग के कर्मियों के सहयोग से कैदियों को डीईसी एवं अल्बेंडाजोल की दवा खिलाई गई। डॉ आलोक कुमार कुमार ने कहा कि फाइलेरिया जैसे गंभीर रोग से बचाव के लिए सभी लोगों को सर्वजन दवा का सेवन कर खुद को सुरक्षित करना चाहिए। उन्होंने बताया कि स्वास्थ्य विभाग के निर्देश पर दवा सेवन करने को यह टीम फाइलेरिया की दवाओं के साथ जिला कारागार में पहुंची। वहां पर कैदियों, कर्मचारियों व अधिकारियों को फाइलेरिया की दवा खिलाई गई। कैदियों को दवा खिलाने से पहले इस बात की पड़ताल की गई कि दवा खाने वालों में कोई खाली पेट या गंभीर रोग से पीड़ित न हो।

जिले के डीभीडीसीओ डॉ शरत चंद्र शर्मा ने बताया कि टीम द्वारा कैदियों को इस बात की भी जानकारी दी गई कि लगातार पांच साल तक फाइलेरिया की दवा खाने के बाद किसी के शरीर में फाइलेरिया के कृमि होते भी हैं तो वह समाप्त हो जाते हैं। अगर किसी को हल्का फुल्का साइड इफेक्ट हो तो घबराए नहीं यह स्वतः ठीक हो जाता है।

मादा क्यूलेक्स मच्छर के काटने से होता है फाइलेरियाः भीडीसीओ धर्मेंद्र कुमार व सत्यनारायण उरांव ने बताया कि फाइलेरिया एक परजीवी जनित रोग है। जो मादा क्यूलेक्स मच्छर के काटने से फैलता है। आमतौर पर फाइलेरिया के लक्षण शुरू में स्पष्ट रूप से दिखाई नहीं देते। इसके लक्षण आने में कभी कभी सालों लग जाते है।

प्रायः फाइलेरिया मरीजों में बुखार, बदन में खुजली व सूजन की समस्या दिखाई देती है। इसके अलावा पैरों और हाथों में सूजन, हाथीपांव और अंडकोषों की सूजन, फाइलेरिया के लक्षण हैं। फाइलेरिया हो जाने के बाद धीरे-धीरे यह गंभीर रूप लेने लगता है। इससे बचाव के लिए विभाग द्वारा साल में एकबार सर्वजन दवा सेवन कार्यक्रम संचालित किया जाता है। इस मौके पर जेलर मनोज सिंह, एवं जेल चिकित्सक डॉ आलोक कुमार पीसीआई के जिला प्रतिनिधि मनोज कुमार, एसएमसी लवकुश त्रिपाठी, जेल कर्मचारी व अन्य स्वास्थ्य कर्मी मौजूद थे।

नेहरू युवा केन्द्र की ओर से मतदाता जागरुकता अभियान चलाया गया पताही। नेहरु युवा केंद्र की ओर से मतदाता जागरुकता अभियान चलाया गया। इसके तहत पताही प्रखंड परिसर से मतदाता जागरुकता रथ को अंचलाधिकारी, प्रखंड चिकित्सा पदाधिकारी, थाना प्रभारी संजय चौधरी द्वारा हरी झंडी दिखाकर रवाना किया गया। यह वाहन 12 मार्च तक प्रखंड के सभी गांव, कस्बों में जाकर मतदान के प्रति जागरुकता फैलाएगी। पताही अंचलाधिकारी ने बताया कि युवा मतदाताओं को युवा पीढ़ियों को मतदान के लिए जागरुक करना चाहिए। मतदान से अपने योग्य उम्मीदवार को चयनित करें। मौके पर नेहरू युवा केंद्र एनवाईवी संजय कुमार सिंह, संतोष राउत, विजय कुमार, रोहित कुमार, रामजन्म दास, अंजली कुमारी, राकेश कुमार, राजकुमार आदि लोग शामिल थे।

बार्डर न्यूज मिरर

सैकड़ों ने ली भाजपा की सदस्यता

मोतिहारी। जिला भाजपा ने गुरुवार को महात्मा गांधी प्रेक्षा गृह में आयोजित कार्यक्रम में सैकड़ो लोगों ने भाजपा की सदयस्ता ग्रहण की। कार्यक्रम की अध्यक्षता जिलाध्यक्ष प्रकाश अस्थाना व संचालन पूर्व विधायक सचिन्द्र प्रसाद सिंह ने किया। सदस्यता ग्रहण समारोह में गोविंदगंज एवं केसरिया के पूर्व विधायक स्व० राय हरिशंकर शर्मा की पुत्र वधु नीता शर्मा, उद्योगपति यमुना सिकरिया, पंचायत एवं निकाय के जनप्रतिनिधियों में विन्देश्वरी राम, प्रदेश अनुसूचित जाति, संगठन सचिव राजद, मुखिया बसमानपुर पंचायत दरोगा साह, कैमुद्दीन अंसारी मुखिया गोविंदपुर, मनोज यादव मुखिया कटहाँ, हीरालाल सहनी राजद नेता, भैया राम यादव साथ अन्य लोगों ने सदस्यता ग्रहण की।

व्यवस्था संधारण प्रशासन की प्राथमिकता: जिलाधिकारी

बेतिया। जिलाधिकारी दिनेश कुमार राय ने गुरुवार को चनपटिया प्रखंड एवं अंचल कार्यालय सहित प्रखंड परिसर में अवस्थित अन्य कार्यालयों का औचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान बारी-बारी से प्रखंड एवं अंचल कार्यालय के विभिन्न कक्षों का अवलोकन किया तथा संबंधित कर्मियों से कार्य प्रगति की जानकारी ली और आवश्यक दिशा-निर्देश दिया। प्रखंड विकास पदाधिकारी कक्ष में प्रखंड एवं अंचल के सभी कर्मियों से कार्यों के निष्पादन को लेकर विशेष चर्चा हुयी। जिलाधिकारी ने निर्देश दिया कि समय पर सभी कार्यों को निष्पादित कराने में तत्परता दिखाएं। लोगों से अच्छा बर्ताव करें और नियमानुसार उनके कार्यों को निष्पादित करें। उन्होंने निर्देश दिया कि जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र, सामाजिक सुरक्षा अंतर्गत विभिन्न पेंशन से संबंधित मामले और अन्य प्रमाण पत्र तथा कार्यों को त्वरित गति से निष्पादित करें।

जिलाधिकारी ने निर्देश दिया कि कार्यालय के सभी पंजी, अभिलेख, संचिका आदि अपडेट रहना चाहिए। कैश बुक, कर्मपुस्तिका आदि अद्यतन रहे, इसका विशेष ध्यान रखना है। किसी भी तरह की लापरवाही एवं कोताही नहीं बरतनी है। लापरवाही एवं कोताही बरतने वाले कर्मियों के विरूद्ध सख्त कार्रवाई की जायेगी। जिलाधिकारी ने उपस्थित अंचल अधिकारी, बीपीआरओ, मनरेगा पीओ सहित अन्य अधिकारियों को निर्देश दिया कि अधीनस्थ अधिकारियों एवं कर्मियों द्वारा किये जा रहे कार्यों की नियमित रूप से समीक्षा करें तथा अनुश्रवण करें।

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।

आंवला एक लाभ अनेक

खाने-पीने की जब भी बात आती है, तो मौसम का अहम रोल होता है। जैसे अक्सर लोग इस बात को लेकर दुविधा में रहते हैं कि सर्दियों में कौन-सी चीजें खानी चाहिए और कौन सी चीजें नहीं खानी चाहिए।

आंवले के बारे में भी ज्यादातर लोग यही सोचते हैं कि ठंड में आंवला नहीं खाना चाहिए लेकिन आयुर्वेद के अनुसार ठंड के मौसम में आंवले का सेवन आपको कई बीमारियों से बचाता है। आइए जानते हैं ठंड में आंवला खाने के फायदे

आंवले के बारे में भी ज्यादातर लोग सोचते हैं कि ठंड में आंवला नहीं खाना चाहिए लेकिन आयुर्वेद के अनुसार ठंड के मौसम में आंवले का सेवन आपको कई बीमारियों से बचाता है। आंवला जिसे इंडियन गूसबेरी भी कहा जाता है हमारे स्वाथ्यय के लिए बेहद फायदेमंद होता है। आइए आप को बताते हैं आंवला खाने के फ़ायदे। आंवला विटामिन सी का काफी अच्छा स्रोत है। इसमें एक संतरे की तुलना में 8 गुना अधिक विटामिन सी होता है और 1 आंवले में संतरे से 17 गुना अधिक एंटीऑक्सिडेंट होता है। विटामिन सी के साथ-साथ यह कैल्शियम का भी एक समृद्ध स्रोत है।

यह आपको कई मौसमी बीमारियों से दूर रखने के साथ-साथ सर्दी या खांसी में भी राहत दिलाता है। इसके अलावा आंवला शरीर के हर अंग के लिए अलग-अलग प्रकार से मदद करता है। गंभीर बीमारियों में इसके सेवन से लाभ मिलता है इसके सेवन से बाल, आंख पाचन शक्ति तंदुरुस्त रहते हैं।

आंवले का चूर्ण – अगर आपको लगातार पेट की समस्या है तो आंवले के चूर्ण का इस्तेमाल करें। इससे गैस कब्ज एसिडिटी की समस्या में आराम मिलेगा। साथ ही भोजन को पचाने में समस्या नहीं होगी।

आंवले का मुरब्बा – आंवले का मुरब्बा जितना अधिक पुराना होता है वह उतना ही गुणकारी और लाभकारी होता है। रोज एक पूरा आंवले का मुरब्बा खाने से आंखों की रोशनी तेज होती है बाल बढ़ते हैं सर्दी-खांसी नहीं होती है। चेहरे का ग्लो बढ़ता है।

आंवले का अचार – अगर आप अचार के शौकीन है लेकिन खा नहीं सकते तो आंवले के अचार का सेवन कर सकते हैं। यह आपकी बॉडी को नुकसान नहीं पहुंचाता है। पराठे या रोटी के साथ ठंड के सीजन में इसका सेवन कर सकते हैं। **आंवले का जूस** – आंवले का जूस अगर आपने नहीं पिया है तो इस बार जरूर इसका सेवन करें। आंवले के जूस के सेवन से शरीर में तरावट बनी रहती है। क्योंकि इसमें विटामिन सी होता है। जिससे आपकी बॉडी को एनर्जी मिलती है।

आंवले का मुखवास – आंवले का जब मुखवास तैयार करते हैं तो महिलाएं अलग-अलग प्रकार के मुखवास बनाती है। उन्हें बारीक किस कर बनाया जाता है आंवले के टुकड़े करके बनाया जाता है तो चिप्स के रूप में बनाते हैं। हालांकि कई लोग मुखवास बनाने के दौरान बहुत सारी चीनी का इस्तेमाल करते हैं। जो सेहत के लिए बेहद हानिकारक होती है।

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-

क़्या 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।

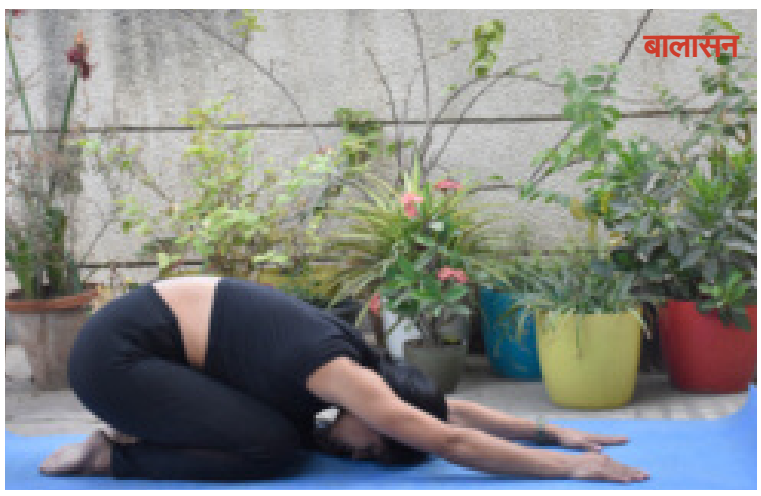
गैस व एसिडिटी की ज्यादा प्रॉब्लम, तो इन योगासनों से पाएं राहत

बिना पचा भोजन अगर लंबे समय तक पेट में रहता है तो इससे गैस, खटी डकार आना, एसिडिटी, पेट दर्द के साथ मरोड़ की शिकायत भी हो सकती है। सर्दियों में तो ये समस्या और बढ़ जाती है क्योंकि इस मौसम में चाय-कॉफी के साथ गर्मागर्म पकौड़े, मक्खन वाले पराठे का सेवन भी लोग दूसरे सीज़न के मुकाबले ज्यादा करते हैं।

पेट में गैस तब बनती है, जब हमारे शरीर की कोशिकाएं खाए गए भोजन से अपना तालमेल नहीं बिठा पातीं। इसकी वजह से अपच भी हो सकती है। जो अल्सर, कब्ज, स्टमक इंफेक्शन जैसी दूसरी परेशानियों की वजह भी बन जाती है। इसके अलावा नियमित तौर पर दवाओं का सेवन करने वाले व्यक्तियों को भी गैस की प्रॉब्लम हो सकती है।

गैस की अन्य वजहें

जल्दी-जल्दी खाना, एक बार में बहुत ज्यादा खाना, ऑयली-मसालेदार भोजन, मीठे का सेवन, तनाव, ज्यादा सिगरेट शराब पीने से भी गैस की प्रॉब्लम होती है। तो गैस की समस्या से राहत दिलाने में कुछ योगासन बेहद कारगर साबित हो सकते हैं। जानेंगे इनके बारे में।



अर्धमत्स्येन्द्रासन

अर्धमत्स्येन्द्रासन डायबिटीज के साथ ही गैस व एसिडिटी में भी बेहद कारगर आसन है। इससे पेट पर दबाब पड़ता है जिससे गैस आसानी से रिलीज हो जाती है। साथ ही बॉडी भी डिटॉक्स होती है। यह पेट के अंदरूनी अंगों में ब्लड के सर्कुलेशन को भी बढ़ाता है।

बालासन

बालासन तो गैस व एसिडिटी दूर करने में बहुत ही असरदार आसन है। इस आसन से पेट के अंगों की मालिश होती है जिससे पाचन ठीक रहता है और साथ ही अंदरूनी अंग मजबूत भी होते हैं। बालासन के अभ्यास से तनाव भी दूर रहता है।

अधोमुख श्वानासन

अधोमुख श्वान के अभ्यास से भी गैस व एसिडिटी की समस्या दूर होती है। यह आसन से पेट पर दबाब पड़ता है जिससे गैस रिलीज होती है साथ ही पेट में ऑक्सीजन की सप्लाई भी सही तरह से होती है।

वज्रासन

खाने के तुरंत बाद अगर आप 3-4 मिनट वज्रासन में बैठ जाएं तो आप पाचन से जुड़ी कई समस्याओं से दूर रह सकते हैं। यह आसन पेट और आंत में ब्लड सर्कुलेशन को बढ़ाती है और भोजन को सही से पचाने में भी मदद करती है।

मार्जरीआसन

मार्जरी आसन गैस से छुटकारा दिलाने में बहुत ही फायदेमंद है। इस आसन को करने से पाचन अंगों की मसाज होती है और वहां ब्लड का सर्कुलेशन भी सही तरह से होता है। जिससे गैस के साथ ही एसिडिटी से भी राहत मिलती है।

बच्चों में बढ़ती ऑनलाइन शापिंग की आदत, कैसे कंट्रोल करें

स्नेहा सिंह

बच्चों की ऑनलाइन शापिंग की आदत बड़ों का बजट बिगाड़ देती है। अगर मां-बाप बच्चों की छोटी उम्र से ही बचत की आदत डालते हुए पालें-पोसें तो आगे चल कर उनकी जिंदगी आसान बन जाएगी। पूर्वी, तुमने फिर से शापिंग की? मेरे एकाउंट से दो हजार रुपए कट गए हैं। मोना ने बेटी से पूछा। पूर्वी अभी भी फोन में शापिंग साइट्स सर्च कर रही थी। फोन में ही आंखे गड़ाए हुए उसने कहा, हां मॉम, कल की है, दो टीशर्ट खरीदी हैं। एक बेल्ट फ्री मिली है। और हां, एक जींस आज ली है। केवल 999 की।

अरे, पर तुम्हें पूछना तो चाहिए। मुझे आज लाइट बिल भरना है। अब कुछ मत खरीदना ऑनलाइन, खाते में थोड़े ही रुपए हैं। कालेज की फीस भी तो भरनी है। अभी फिल्म देखने या घूमने न जाओ तो ठीक रहेगा। जब तक कोरोना का नुकसान न पूरा हो जाए, ज्यादा पैसे मत खर्च करो। पैसा बचाना सीखो बेटा। देखो न, लाइट बिल ही तीन हजार रुपए आया है। जिस तरह एसी चलाती हो, उस तरह कोई एसी चलाता है।

इंटरनेट का भी खर्च थोड़ा कम करो। एक तो सागसब्जी कितनी महंगी हो गई है। भगवान न करे ऐसे में किसी की तबीयत खराब हो गई तो अस्पताल का खर्च फाइवस्टार होटल की तरह आता है। इसीलिए तो हमारे बड़े-बुजुर्ग कहते थे, 'जितनी चादर हो, उतना ही पैर फैलाओ।'

मोना ने पूर्वी को अपनी बात समझाने की बहुत कोशिश की कि उनकी बात बेटी के गले उतर जाए, पर पूर्वी की पिन तो मोबाइल की ऑनलाइन आकर्षक शापिंग पर ही चिपकी थी। अब इस बात में चादर कहां से आ गई? लेनी है क्या? देखो, यह कॉटन की चादर कितनी अच्छी है। आर्डर कर दूं? कलर कितना सुपर है।

न, नहीं चाहिए। वैसे भी फोटो में बहुत अच्छी लग रही है। पर आने पर रंग कुछ और ही निकलता है।

तो वापस कर देंगे।

पर बिना जरूरत के कोई भी चीज खरीदने की जरूरत ही क्या है? इस तरह रोज-रोज खरीदारी करने से तो खजाना ही लुट जाएगा। मम्मी एक काम कीजिए। पापा से कह कर मुझे क्रेडिट कार्ड दिला दीजिए। आप को बैलेंस देखने की जरूरत ही नहीं पड़ेगी।

पूर्वी अपनी बात कह रही थी कि तभी उसके पापा रजनीश आ गए। उन्होंने कहा, बोलो... बोलो, मेरी राजकुमारी को क्या चाहिए? क्रेडिट कार्ड चाहिए पापा। मम्मी अपने एकाउंट से खर्च ही नहीं करने देतीं। मम्मी बहुत कंजूस है न पापा। मुझे क्रेडिट कार्ड दिला दीजिए। मैं ज्यादा शापिंग नहीं करूंगी। केवल कपड़ा और शूज बस?

पूर्वी को पता था कि उसकी मीठी-मीठी बातों में पापा आ ही जाएंगे। इसलिए उनके नजदीक जा कर प्यार से मस्का लगाने लगी।

पर पूर्वी मैं तुम्हें समझा रही हूं कि बिना जरूरत के शापिंग नहीं करनी है। मोना चिल्लाई।

करेगी... मेरी बेटी करेगी। मोना एक ही तो बेटी है। इसके तो शौक पूरे करने देना चाहिए न? रजनीश ने बेटी का पक्ष लेते हुए कहा। मोना ने कहा, अगर यह अभी से बचत करना नहीं सीखेगी तो पछताएगी। तुम ही इसे समझाओ। अलमारी भरी है। पैसा कमाने के लिए हम दोनों कितनी मेहनत करते हैं।

ठीक है। पर सब इसी के लिए तो है। बेटा, तुम्हारा क्रेडिट कार्ड कल बनवा देता हूं।

यस्स, अब तो मजा ही मजा। मम्मी, आप तो देखती ही रह गई। अब तो मैं खूब शापिंग करूंगी। कहते हुए पूर्वी खुशी के मारे घर से बाहर निकल गई। एक महीने बाद रजनीश ने देखा कि क्रेडिट कार्ड से पूर्वी ने दस हजार की शापिंग की थी। मोना ने कहा, इस तरह तो इस लड़की की शापिंग की लत लग जाएगी।

अब क्रेडिट कार्ड वापस लेना भी आसान नहीं था। क्रेडिट कार्ड वापस लेने पर पूर्वी को बुरा लग गया और उसने कोई गलत कदम उठा लिया तो? एकलौती बेटी को नाराज करना उचित नहीं था। इसलिए उन्होंने कोई

दूसरा उपाय अपनाने के बारे में सोचा।

रजनीश और मोना ने मिल कर एक व्यवस्थित प्लान बनाया। उन्होंने पूर्वी को बुलाया। पहले तो उसके द्वारा की गई शापिंग को देखा। तारीफ भी की। फिर एक-दो चीज के लिए पूछा भी, यह तो अपने पास थी न? यह टॉप महंगा नहीं लग रहा?

पर पूर्वी इस तरह उत्साह में थी कि उसे जरा भी पछतावा नहीं हुआ। यह देख कर रजनीश ने कहा, अगले महीने से हम तुम्हें एक ऑफर देने के बारे में सोच रहे हैं। मैं तुम्हारे खाते में पांच हजार रुपए जमा कराऊंगा। बस, पांच हजार? पूर्वी तुरंत बोल पड़ी। इसलिए मोना ने कहा, यहां ऐसे तमाम लोग हैं, जिनका इतना वेतन भी नहीं है बेटा। ऐसा मत बोलो, पांच हजार में तो पूरे महीने का राशन आ जाता है। रजनीश ने कहा, अरे सुनो तो सही, मैं तुम्हें पांच हजार दूंगा, इसमें से जितना तुम बचाओगी, उतना अगले महीने अधिक दूंगा। समझ लीजिए कि तुम ने चार हजार खर्च किए तो अगले महीने छह हजार मिलेंगे और बिलकुल न खर्च करूं तो दस हजार? हां, पर हर महीने तुम्हारी खर्च की लिमिट पांच हजार ही रहेगी। बाकी की बचत तुम्हारे खाते में जमा रहेगी। साल के अंत में उसमें से तुम्हारी पसंद की कोई चीज दिला देंगे। मोबाइल या फिर लैपटॉप?

कोई भी चीज जो तुम्हें पसंद होगी।

ओके डन। पूर्वी को यह अच्छा लगा। अगले महीने से स्कीम चालू हो गई। पूर्वी ने दो हजार बचाए। राज ने उस महीने हजार रुपए दिए। पूर्वी का उत्साह बढ़ता गया। उसकी बचत करने की आदत बनती गई और खर्च अपने आप घटता गया। आजकल ऑनलाइन शापिंग की आदत बड़ोंबड़ों का बजट बिगाड़ देती है। अगर सभी किसी न किसी तरह बचत का विकल्प अपनाएं तो खर्च अपने आप घट जाएगा और अगर ऑनलाइन शापिंग की आदत बढ़ती ही जाए तो खुद ही कार्ड जमा करा दें तो अच्छा रहेगा।

पहले मां-बाप खुद ही अपना फालतू का खर्च कम करें और बच्चों में कम उम्र से ही बचत की आदत डालें, जिससे उनकी जिंदगी आसान बन जाए।

पैसे बचाना कोई 'रॉकेट साइंस' नहीं, बस न करें ये गलतियां

जब भी हम लोन लेने की सोचते हैं, एक अहम सवाल हमारा पीछा करता है। वह है क्रेडिट स्कोर...। क्रेडिट इन्फोर्मेशन ब्यूरो (इंडिया) लिमिटेड (सिबिल) एक क्रेडिट रेटिंग फर्म है, जो 550 मिलियन से अधिक उपभोक्ताओं तथा संगठनों की क्रेडिट हिस्ट्री को मैनेज करती है। इसमें वित्तीय संस्थानों, एनबीएफसी, बैंकों एवं होम फाइनैंसिंग कंपनियों सहित 2400 से अधिक सदस्य शामिल हैं। यह ऋण लेने वाले की स्थिति का अनुमान लगाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

अधिक सिबिल स्कोर होने पर व्यक्ति या संस्थान को लोन मिलने की संभावना बढ़ जाती है। वहीं दूसरी ओर सिबिल स्कोर कम होने पर, अगर लोन मिल भी जाए तो भी ब्याज अधिक देना पड़ता है। सही तरीके अपनाकर आप अपनी क्रेडिट रेटिंग में सुधार ला सकते हैं।

समय पर चुकाएं ईएमआई: होम लेने लेते समय आप अलग-अलग होम लोन के बीच तुलना करें। देखें कि किसमें आपको ऑफर मिल रहे हैं या फायदा होता है। होम लोन के कई फायदे होते हैं। सबसे पहले तो आपको कर में फायदा मिलता है। सरकार होम लोन पर मूल राशि एवं ब्याज पर कर में छूट देती है। अगर आप दूसरे घर के लिए लोन ले रहे हैं तो आयकर की धारा 24बी के तहत होम लोन के ब्याज की पूरी राशि पर छूट मिलती है। इसके अलावा अन्य कई फायदे भी हैं।

हालांकि जब भी होम लोन लें, आप पूरी योजना बनाकर चलें कि आपको समय पर ईएमआई चुकानी है। सोच-समझ कर फैसला लें कि आपको कितना कर्ज लेना है। आप प्री-पेमेंट की योजना भी बनाकर चल सकते हैं। इसके लिए सही बजट बनाएं, उसी के हिसाब से प्रॉपर्टी ढूंढें, फिर विभिन्न बैंकों के लोन की तुलना करें। उसके बाद ही आवेदन करें।

कैसे सुधारें क्रेडिट स्कोर: आप जब भी ऋण लें, उसे चुकाने में अनुशासन बरतें। भुगतान के लिए रिमाइंडर लगाएं। अपनी क्रेडिट लिमिट सेट कर लें। अगर लोन रिजेक्ट हो जाए तो आवेदन न करें। क्रेडिट कार्ड के बिल का भुगतान समय पर करें। एक समय में बहुत सारा लोन एक साथ न लें।

इंडेक्स फंड में निवेश: इंडैक्स फंड में निवेश करें। ये आपके दीर्घकालिक लक्ष्यों के लिए फायदेमंद हैं।

खुलवा रहे हैं बच्चों का Bank Account तो ध्यान रखें

आज के समय में वित्तीय सेवाएं एक आयु वर्ग तक सीमित नहीं रह गई हैं। एक नाबालिग भी बड़ी आसानी से अपना बैंक अकाउंट रख सकता है और उसे ऑपरेट कर सकता है। 2014 के बाद से आरबीआई की ओर से 10 साल के अधिक के बच्चों को ये सुविधा दे गई है, जिसके बाद बच्चों के लिए खाता खुलवाना काफी आसान हो गया है।

बच्चों के लिए आईसीआईसीआई बैंक यंग स्टार्स अकाउंट, स्टेट बैंक ऑफ इंडिया पहला कदम और पहली उड़ान, एचडीएफसी बैंक किड्स एडवांटेज और यूनियन बैंक ऑफ इंडिया का युवा बैंकिंग खाता है लेकिन नाबालिगों का खाता खोलते समय कुछ बातों का ध्यान रखना चाहिए, जिसके बारे में हम इस रिपोर्ट में बताने जा रहे हैं।

बच्चे की उम्र

ज्यादातर बैंकों में नाबालिगों के लिए दो प्रकार के खाते होते हैं। एक दस साल से कम के बच्चों के लिए और दूसरा 10 साल से 18 साल के बच्चों के लिए होता है। बड़ी बात यह है कि अगर बच्चा 10 साल से छोटा है, तो माता- पिता को उसके साथ संयुक्त रुप से संचालित करना होता है।

न्यूनतम बैलेस और बैंकिंग सुविधाएं

नाबालिगों को भी बैंक सभी प्रकार की सुविधाएं देते हैं। अधिकतर बैंकों में न्यूनतम बैलेस की सीमा 2500 रुपये से लेकर 5000 रुपये है। इसके अलावा इन खातों पर सभी प्रकार की बैंकिंग सुविधाएं दी जाती हैं, जिसमें चेक बुक, इंटरनेट बैंकिंग और एटीएम शामिल हैं।

डेबिट कार्ड

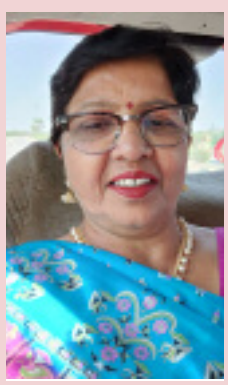
कुछ बैंक फोटो के साथ डेबिट कार्ड जारी करते हैं, जबकि कुछ बैंक के कार्ड पर माता-पिता या फिर बच्चे का नाम हो सकता है। सुनिश्चित करें कि खाते पर एसएमएस अलर्ट सुविधा सक्रिय है, जिससे लेनदेन की बारे में जानकारी तुरंत प्राप्त हो। इसके साथ ही बच्चे को यह दिखाने के लिए एटीएम तक ले जाएं कि पैसे सुरक्षित तरीके से कैसे निकाले जाएं।

खर्च करने की सीमा

नाबालिग खाते के साथ खर्च करने की सीमा भी जुड़ी होती है। हालांकि यह बैंक पर निर्भर करती है। आप बैंक की ओर से दी गई सीमा के मुताबिक 1000 रुपये, 2,500 रुपये और 5000 रुपये तक हो सकती है। बैंक से आप एक वित्त वर्ष में माता-पिता की सहमति के बिना 50,000 रुपये और सहमति के साथ 2 लाख रुपये निकाल सकते हैं।

अर्चना शर्मा कोटा, राजस्थान

कविता : ...वो दोस्ताना



राह सुनसान,
पथरीले रास्ते,
कंटीली झाड़ियां,
घनघोर अंधेरा,
हाथ को नहीं
सूझता हाथ।।

अनजान मुसाफिर,
भयभीत मन,
धड़कता दिल,
फिसलता पांव,
गिरने से पहले ही
संभालते हाथों में
सच्ची दोस्ती का
आमंत्रण,
संभल कर,
स्वीकार कर
भाग्यशाली हो
मुस्कुराने लगी।।

मिल कर बिछुड़ गए
जैसे रात गई और
बात गई,
ऐसा दोस्त फिर
कभी मिला नहीं,
याद रहा बस
वो दोस्ताना ।।

पेट की चर्बी कम करने के लिए रोजाना खाली पेट पिएं हल्दी वाला पानी

बढ़ते वजन को कंट्रोल करने के लिए लोग नाना प्रकार के जतन करते हैं। कुछ लोग जिम का सहारा लेते हैं, तो कुछ लोग डाइटिंग करते हैं। वहीं, कुछ लोग घरेलू नुस्खे अपनाते हैं।

हेल्थ एक्सपर्ट्स की मानें तो जंक फ़ूड के अत्यधिक सेवन से शरीर में फैट बढ़ने लगता है। एक बार वजन बढ़ने के बाद कंट्रोल करना आसान नहीं होता है। वहीं, लगातार बढ़ते वजन से शरीर का स्वरूप भी बदल जाता है। साथ ही कई बीमारियां भी दस्तक देती हैं।

इसके लिए वजन को कंट्रोल में रखना जरूरी है। अगर आप भी बढ़े हुए पेट की चर्बी को कम करना चाहते हैं, तो रोजाना खाली पेट हल्दी वाला पानी जरूर पिएं। कई शोधों में खुलासा हो चुका है कि हल्दी पानी पीने से बढ़ते वजन को आसानी से कंट्रोल किया जा सकता है। आइए जानते हैं-

हल्दी

हेल्थ एक्सपर्ट्स की मानें तो वजन घटाने में हल्दी फायदेमंद साबित होती है। इसमें कई आवश्यक पोषक तत्व जैसे एंटीऑक्सीडेंट्स, एंटी-इंफ्लेमेटरी, करक्यूमिन और पॉलीफेनॉल पाए जाते हैं, जो शरीर में मौजूद एक्स्ट्रा फैट को बर्न करने में सहायक होते हैं। एंटी-इंफ्लेमेटरी गुणों के चलते यह पेट की चर्बी कम करने में सहायक होते हैं।

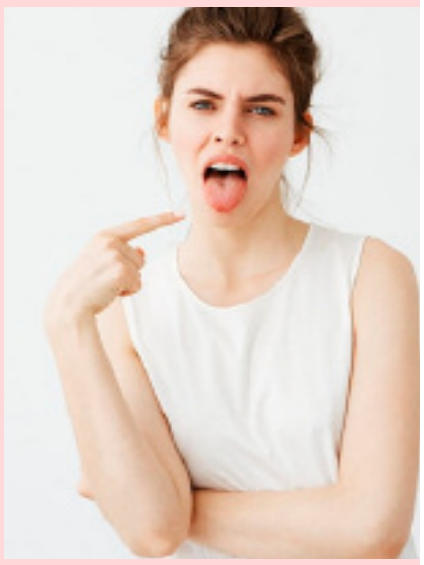
> लगातार बढ़ते वजन से शरीर का स्वरूप भी बदल जाता है। साथ ही कई बीमारियां भी दस्तक देती हैं। इसके लिए वजन को कंट्रोल में रखना जरूरी है। अगर आप भी बढ़े हुए पेट की चर्बी को कम करना चाहते हैं, तो रोजाना खाली पेट हल्दी वाला पानी जरूर पिएं। कई शोधों में खुलासा हो चुका है कि हल्दी पानी पीने से बढ़ते वजन को आसानी से कंट्रोल किया जा सकता है।

कैसे करें सेवन

इसके लिए रोजाना हल्दी वाला पानी पिएं। इससे शरीर में मौजूद टॉक्सिन बाहर निकल जाता है। इसके अलावा, हल्दी वाला पानी पीने से इम्यून सिस्टम मजबूत होता है। वहीं, बदलते मौसम में होने वाले बीमारियों का खतरा भी कम हो जाता है।

इसके लिए हल्दी की एक गांठ को एक गिलास पानी में अच्छी तरह से उबाल लें। इस पानी को तब तक उबालें। जब तक पानी आधा न हो जाए। इसके बाद चाय छन्नी की मदद से हल्दी पानी को छान लें। अब शहद मिलाकर इसका सेवन करें। आप चाहे तो स्वाद बढ़ाने के लिए हल्दी पानी में अदरक, नमक और काली मिर्च मिक्स कर सकते हैं। इस पानी को रोजाना पीने से पेट की चर्बी कम करने में मदद मिलती है।

जीभ जल जाए तो तुरंत करें यह उपाय, नहीं होगा संक्रमण



अक्सर चाय पीने या कुछ गर्म खाने के बीच में हम अपनी जीभ जला लेते हैं और फिर कई दिनों तक जली हुई जीभ की जलन से परेशान रहते हैं। आमतौर पर जीभ में जलन की समस्या धीरे-धीरे अपने आप ठीक हो जाती है, लेकिन अगर यह ज्यादा जल जाए तो यह हमें कई दिनों तक परेशान करती है। ऐसे में कुछ घरेलू नुस्खों की मदद से आप जलन को शांत कर सकते हैं और जले हुए टिश्यू को ठीक कर सकते हैं। स्वास्थ्य रेखा इसके अनुसार जीभ में जलन एक आम समस्या है जिसे प्राथमिक उपचार की मदद से ठीक किया जा सकता है। लेकिन अगर यह ज्यादा जलता है तो इस स्थिति में बर्निंग माउथ सिंड्रोम हो सकता है, जिसे इडियोपैथिक ग्लोसोपायरोसिस भी कहा जाता है। यहां हम आपको बताते हैं कि अगर जीभ जल जाए तो उसे तुरंत ठीक करने के लिए आपको क्या करना चाहिए।

जीभ जली हो तो करें ये काम

संक्रमण से बचने के लिए और जीभ पर फर्स्ट-डिग्री बर्न में दर्द को कम करने के लिए, कुछ मिनट के लिए मुंह में ठंडा पानी रखें और कुल्ला करें। ठंडे पानी से गरारे करें या कुल्ला करें। इसके लिए एक कप पानी में 1/8 चम्मच नमक का घोल बनाकर इस्तेमाल करें। गर्म या गर्म तरल पदार्थों से बचें, जिससे जलन हो सकती है। दर्द और सूजन के लिए डॉक्टर की सलाह पर दवा ली जा सकती है। ज्यादा जलन होने पर डॉक्टर से संपर्क करें।

ये हैं घरेलू नुस्खे

बेकिंग सोडा से धो लें. इससे दर्द में आराम मिलेगा। ठंडा दही, लस्सी, आइसक्रीम खाएं। पुदीना का प्रयोग करें। इसके लिए आप च्युइंग गम का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। दर्द से राहत के लिए जीभ पर कुछ चीनी के दाने या शहद लगाकर मुंह को कुछ देर के लिए बंद रखें। दर्द को कम करने के लिए अपने मुंह में बर्फ के टुकड़े या चिप्स डालकर चूसें।

त्वचा पर चाहते हैं कुदरती निखार, तो अपनाएं ये 3 आयुर्वेदिक उपाय

महिलाओं की ख़्वाहिश होती है कि उनकी त्वचा बेदाग और खूबसूरत हो। दमकती त्वचा पाने के लिए महिलाएं कई तरह के ब्यूटी प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल करती हैं, लेकिन इससे स्किन डैमेज हो सकती है। बिना मेकअप के चेहरे में निखार चाहती हैं, तो नेचुरल तरीके से त्वचा की देखभाल करें। ग्लोइंग स्किन पाने के लिए आयुर्वेदिक फेस पैक का इस्तेमाल कर सकती हैं। इस फेस मास्क को आप खुद घर पर बना सकती हैं। आइए जानते हैं, फेस पैक बनाने का तरीका।

बेसन और हल्दी का पैक: त्वचा की खूबसूरती बढ़ाने में हल्दी काफी फायदेमंद होती है और बेसन से चेहरे के दाग-धब्बे कम हो सकते हैं। इसके लिए एक बड़े चम्मच बेसन में एक चुटकी हल्दी मिलाएं और गुलाब जल की मदद से पेस्ट बना लें। चाहें तो आप कच्चे दूध की मदद से भी पेस्ट बना सकती हैं। अब इसे चेहरे पर लगाएं, 15-20 मिनट बाद पानी से धो लें।

चंदन पाउडर और गुलाब जल का फेस पैक: चंदन त्वचा की खूबसूरती निखारने में बेहद मददगार है। यह त्वचा को बेदाग और कोमल बनाने में कारगर हो सकता है। इससे फेस मास्क बनाने के लिए एक कटोरी में दो चम्मच चंदन पाउडर लें, अब इसमें गुलाब जल मिलाएं। इस पेस्ट को चेहरे पर लगाएं, 15-20 मिनट बाद पानी से धो लें। इससे आपकी त्वचा में निखार आएगा।

केसर और शहद का फेस मास्क: केसर का इस्तेमाल सेहत के साथ त्वचा को निखारने के लिए भी किया जाता है।

बच्चों में कॉन्फिडेंस बढ़ाने के लिए अपनाएं ये टिप्स, बेहतर होगा उनका फ्यूचर

हर पेरेंट्स चाहते हैं कि उनका बच्चा कॉन्फिडेंट हों। वह किसी भी स्थिति में नर्वस फील न करें। अक्सर बच्चे कॉन्फिडेंट न होने का कारण बहुत सारी एक्टिविटीज में भाग नहीं ले पाते हैं और सुनहरा मौका गंवा देते हैं। कॉन्फिडेंस होना भी, एक तरह की स्किल है। जो बच्चों को सीखाना बेहद जरूरी है। ऐसे में पेरेंट्स की जिम्मेदारी बनती है कि वो अपने बच्चों को बचपन से ही कॉन्फिडेंट बनाना सीखाएं। कई तरीकों से बच्चों में उत्साह और विश्वास ला सकते हैं। आइए जानते हैं, बच्चे का कॉन्फिडेंस बढ़ाने के लिए कुछ असरदार टिप्स।

अच्छे काम के लिए तारीफ करें

जब आपका बच्चा कोई अच्छा काम करें, तो उसकी तारीफ करना न भूलें। बच्चे अपने पेरेंट्स से तारीफ सुनना चाहते हैं। वो चाहते हैं कि आप उनके काम को नोटिस करें। चाहे उन्होंने अपने खिलौने को सही जगह पर रखा हो, डांस किया हो या ड्राइंग बनाई हो।

आप बच्चों की प्रयासों के लिए उनकी तारीफ जरूर करें। इससे बच्चे प्रेरित होंगे और उनमें आत्मविश्वास की कमी नहीं होगी।

प्यार जताएं

चाहे बच्चे हो या बड़े, सब प्यार के भूखे होते हैं। ये हमें आत्मविश्वास से भर देता है। कई पेरेंट्स बच्चों के हर बात पर भड़क जाते हैं। जिससे बच्चा डरपोक होता है। आप अपने बच्चे से प्यार जताएं। उन्हें इस बात का भरोसा दिलाएं कि आप उनसे बेशुमार प्यार करते हैं और ये भी कहें कि किसी प्रॉब्लम में आप बच्चे का साथ नहीं छोड़ेंगे। उनकी ताकत बनें, तभी आपका बच्चा आपसे हर बात शेयर करेगा।

निगेटिव चीज़ों से दूर रखें

बच्चे गलत आदतों को बहुत जल्दी सीखते हैं। ऐसे में आप आसपास के माहौल पर ध्यान दें और बच्चों को निगेटिव माहौल से दूर रखें।

उनसे हमेशा पॉजिटिव बातें करें, कभी न कहें कि तुम इस काम को नहीं कर पाओगे, तुम पढ़ाई में विक हो आदि नकारात्मक बातें न करें। उन्हें प्रोत्साहित करने की कोशिश करें।